

## Kriegskinder aus dem 2. Weltkrieg

*Rede von Cordula Gestrich anlässlich des Befreiungsfestes am 8. Mai 2005, dem 60. Jahrestag der Befreiung vom NS-Regime und des Neuanfangs einer demokratischen Gesellschaft, in der KZ – Gedenkstätte Oberer Kuhberg, Ulm*

In allen Kriegen sind Kinder die schwächsten Glieder. Sie haben keine Chancen, selber Einfluss zu nehmen, werden stattdessen mit in die Handlungen der Erwachsenen hineinverwickelt. Ihnen wird nicht erklärt, was warum geschieht. Sie werden zu Zeugen und Opfern gewalttätiger Auseinandersetzungen im Nahbereich. Sie erlebten im 2. Weltkrieg Bombenangriffe und brennende Städte, sahen Verwundete und Leichen. Sie verbrachten angstvolle Tage und Nächte mit Angehörigen, Nachbarn und alten Menschen in Luftschutzkellern. Sie erlebten Vertreibung und Flucht bei Eiseskälte. Manche erblickten im Flüchtlingsstreck das Licht der Welt. Viele verloren ihren Vater, etliche ältere Brüder oder männliche Verwandte. Sie litten Hunger.

Der öffentliche Diskurs zu Kindern von Tätern hat schon vor vielen Jahren begonnen. Das Thema „60 Jahre danach“ jedoch explodierte geradezu in den zurückliegenden Monaten und Wochen. Es scheint, als ob ein Stausee unerwartet geöffnet worden wäre für die Generation der etwa zwischen 1930 und 1945/ 46 Geborenen. Den letzten öffentlichen Anstoß scheint die Tsumamiwelle gegeben zu haben. Die Bilder in den Medien haben gleichsam die eigenen Bilder vom Krieg aus der Tiefe hoch gespült.

Freilich sind schon in den vergangenen ca. 2 Jahren viele Bücher von Kriegskindern und über sie veröffentlicht worden. Ebenso wird allmählich die Fachwelt aufmerksam.

Schon im Jahr 2000 veranstaltete die Ev. Akademie Bad Boll eine Tagung mit dem Thema „**Kriegskinder – gestern und heute**“. Aus dem Gewahrwerden der Betroffenheit durch das Kriegsgeschehen des 2. Weltkrieges, der ähnlichen Leiden auf der eigenen Seite wie der der Gegner, an den Fronten wie bei der Zivilbevölkerung, und aus der Beachtung von traumatisierten Kindern der heutigen Kriege entstand eine Arbeitsgruppe „kriegskind“. Aus dieser Arbeitsgruppe hat sich 2003 der „Verein kriegskind.de“ konstituiert, der seinerseits Mitglied der INTERFEW (International Federation of Evacuees and War-children) ist. Seit 2000 bin ich Mitglied. In der Akademie haben seither 3 vielbeachtete Folgetagungen stattgefunden. Weil das Thema so vielschichtig angegangen werden kann und muss, kamen deutsche und internationale Vertreter verschiedenster Disziplinen zu Wort, wie Historiker, Politologen, Mediziner, Psychiater, Psychotherapeuten, Vertreter von Vertriebenenverbänden, Friedensforscher und Literaten, ebenso Professionelle, die sich derzeit in Krisengebieten engagieren.

Erst vor 3 Wochen hat in Frankfurt ein großer Kongress „Die Generation der Kriegskinder und ihre Botschaft für Europa“ stattgefunden. Folgende Zahlen wurden dort genannt: der 2. Weltkrieg machte ca. 200 000 Kinder zu Vollwaise, 2,5 Mill. Zu Halbwaisen, mehr als ein Drittel aller Kinder erlebten Flucht und Vertreibung. Anhand von Studien wurden zum ersten Mal Zahlen vorgestellt. So geht man bei den heute ca. 60 –75 Jährigen von 30% als nicht Betroffenen, 30% mittel Geschädigten und 40% schwer Geschädigten aus.

Auf die Frage, die Sie, werte Zuhörende, vielleicht schon länger in sich haben: warum fällt denn der Blick erst jetzt nach 60 Jahren auf die eigenen Geschichten, das eigene Leid, die eigenen Verwundungen und heutigen Folgen, versuche ich an dieser Stelle eine erste unvollständige Antwort zu geben.

Für äußerst treffend halte ich den von Peter Härtling geprägten Ausdruck von der „gnadenlosen Diskretion“. Peter Härtling hat 1945 13jährig seinen Vater verloren, wurde vertrieben, hat als Flüchtlingskind einige Jahre später seine Mutter durch Suizid verloren, wuchs mit Tante, Großmutter und kleiner Schwester auf.

Was ist unter „**gnadenloser Diskretion**“ zu verstehen?

Schon während des Krieges haben die älteren Kinder gelernt zu **funktionieren**. Sie erkannten z.B. ganz genau und sofort die Warnungen vor Luftangriffen, konnten die Handgriffe, das kleine Handgepäck zu fassen im Schlaf, wussten, um welche kleineren Geschwister oder Großeltern sie sich auch kümmern sollten, weil die Mutter ihrerseits mit den ganz Kleinen und Gepäck beladen war. Oder auf der Flucht mussten 5 Jährige, weil sie die Großen waren, den Leiterwagen ziehen helfen, auf dem die Kleinen oder gebrechliche Alte zusätzlich zu allem Hab und Gut verstaut waren. Sie sahen Leichen, mussten Angehörige unbegraben irgendwo zurücklassen, fanden in den Trümmern verkohlte Reste von Hausmitbewohnern. Ihre Fragen blieben häufig von den Erwachsenen unbeantwortet, denn diese hatten selber gerade nur noch die Kraft zum Überleben. So wurden die meisten Kinder mit ihren kindlichen Ängsten und Phantasien allein gelassen. Oft genug wurden sie angehalten, „nichts gesehen zu haben“. Die wenigsten erfuhren Tröstung oder bekamen eine Atmosphäre von Schutz vermittelt. Wie oft dienten Kinder als Schutzschilde gegen Vergewaltigungen von Müttern und anderen Frauen, wenn „die Russen“ kamen.

Es gab ja auch für die Erwachsenen keinen Schutz, sie waren selber hilflos. Eher nahmen Mütter ihre ältesten Söhne und Töchter an ihre Seite, selbst wenn diese erst 8,10,12 Jahre waren, und „benutzten“ sie wie einen Ersatz für den fernen und fehlenden Partner. Diese sogenannte **Parentifizierung**, ein vorzeitig zum Erwachsenen und wie Partner Gemachtwerden, konnte im besten Fall die adäquate fehlende mütterliche Zuwendung altersinadäquat kompensieren. Womöglich schien diese Stellung neben der Mutter eine Vorrangstellung gegenüber den Geschwistern zu sein. Vor allem aber handelte es sich um einen unbeabsichtigten, unbewussten emotionalen Missbrauch eines Kindes, das durch die Umkehr seiner Generationenrolle den Verlust der eigenen Kindheit und auch Kindlichkeit erleben musste. Es musste viel zu früh Verantwortung übernehmen, war bei Entscheidungen auf sich allein gestellt. Nach der Rückkehr des Vaters aus dem Krieg kam es häufig zu schweren Konflikten: in der aus der Not entstandenen Konstruktion des Familiensystems fand entweder der Vater nicht mehr seinen Platz oder das Kind verlor die Orientierung, wohin es denn nun gehöre.

In jedem Fall wurde **geschwiegen**. (In damaligen Zeiten war es allerdings auch nicht so wie heute üblich, über seine persönlichen Handlungen und Emotionen zu reflektieren.) Das persönliche Leid wurde beschwiegen, für die Trauer über gefallene, vermisste oder ums Leben gekommene Familienangehörige und Freunde gab es zu wenig und anfangs gar keinen Raum. Wo konnte der Verlust von Heimat, Hab und

Gut beklagt werden, wenn doch alle so viel verloren hatten oder die Flüchtlinge als Fremde irgendwo im Westen landeten, fremd mit ihrer Mundart und oft auch in ihrer Glaubenszugehörigkeit! Mussten sie nicht zufrieden und stille sein, wenn sie in einem unversehrten Haus doch immerhin ein Zimmer für die ganze Familie überlassen bekamen? Niemand sprach über zerstörte Lebensplanung, Lebensentwürfe und Zukunftsvisionen. Wie hätte man das auch tun können angesichts der großen Zerstörungen, des mannigfachen Leids überall. So galt es zuzupacken, die verheerenden Spuren, die der Krieg hinterlassen hatte, aufzuräumen und sich mit voller Kraft dem Wiederaufbau zuzuwenden.

Dieter Forte, Jg. 35, sagt in seinem Buch „Schweigen oder sprechen“ . ich zitiere: Die es erlebt hatten, mussten nicht mehr darüber reden. Die wussten, was geschehen war. Die es nicht erlebt hatten, glaubten einem nicht.“ Und an anderer Stelle: „Sprechen über das, was nicht gesagt werden kann. Sprechen über das Grauen jenseits der Sprache, weil die Sprache keine Worte hat für das quälende Entsetzen der Opfer. Wozu sprechen? Worüber sprechen?“

**Beschwiegen** wurde in den ersten Jahrzehnten nicht nur das eigene Leid, sondern auch das der Juden, das ganze Ausmaß des Holocaust, das Schicksal der Zwangsarbeiter, von Polen und Russen. Beschwiegen wurden trotz aufkommender Debatten nach der Schuldfrage die Schatten der Nazi-Vergangenheit, sei es zum Schutz des Image einer Familie, sei es aus Loyalität innerhalb von Familien und um dort Konflikte zu vermeiden, oder auch aus Loyalität mit betroffenen NS-Angehörigen unter Nachbarn und Bekannten.

Jetzt – etwa seit 1993 - kommen die Kriegskinder ins Rentenalter, sie, die früh gelernt hatten, „die Ärmel hochzukrempeln“ und aufzubauen. Sie haben wesentlich am „Wirtschaftswunder“ mitgewirkt. Sie haben neue Werte geschaffen und sich selber, analytisch gesehen, in ihrem Selbst durch Arbeit und Leistung als sinn- und wertvoll erleben können. Die hinter allem verborgenen Verletzungen der Betroffenen waren nicht einfach aufgehoben „weg“, sondern waren latent immer vorhanden. Nun, im Alter, begannen sich immer mehr Risse und Brüche in der Fassade zu zeigen.

Aus der Erfahrung meiner Tätigkeitsfelder als Therapeutin werde ich das Thema von verschiedenen Blickwinkeln aus beleuchten.

### **Meine Arbeit als Therapeutin im Behandlungszentrum für Folteropfer Ulm.**

Seit 10 Jahren existiert das Behandlungszentrum für Folteropfer Ulm in Ulm. Das BFU ist eine ambulante therapeutische Einrichtung. Es versteht sich als Anlaufstelle für Menschen, die Opfer von systematischer Gewalt, Folter, ethnischer Vertreibung und Bürgerkrieg geworden sind sowie deren Angehörige. Das Ziel ist im weitesten Sinn als ein rehabilitatives zu verstehen. Wir behandeln hauptsächlich Erwachsene, in den letzten Jahren zunehmend mehr Kinder, die selbst traumatisiert oder sekundär traumatisiert sind durch, bzw. wegen ihrer traumatisierten Eltern.

Zusätzlich zu der therapeutischen Arbeit mit erwachsenen Klienten und deren Kindern wurde an mich herangetragen, ob ich mir vorstellen könne, auch mit Kindersol-

daten zu arbeiten. So begann ich vor ca. 4 Jahren die Therapie mit einem afrikanischen Jungen von 13 Jahren und einem afrikanischen Mädchen von 15 Jahren. Beide waren als sogenannte Unbegleitete Minderjährige auf abenteuerliche Weise und zufällig nach Deutschland und schließlich nach Süddeutschland geraten.

Es galt für mich, mit ihnen die Fremdheit und das Verlorensein auf einem bislang gänzlich unbekanntem Kontinent, ihre andere Hautfarbe, ihr Anderssein in dem schwäbischen Kontext auszuhalten, mit ihnen der Trauer über den Verlust der Eltern, der Geschwister und das Wissen um deren Ermordung zu begegnen, mit ihnen den infernalischen Bildern der allnächtlichen Alpträume standzuhalten, sie in ihrer Verzweiflung und Orientierungslosigkeit durch die Macht der Erinnerungen an die Schrecken, Gräueltaten und Gewalttaten hindurchzulotsen. Sie haben Gewalt an Leib und Seele überlebt. Darüber hinaus leben sie auch weiter mit dem Wissen, Gewalt gegen andere Menschen ausgeübt zu haben, unter Zwang und um nicht selber getötet zu werden.

Mit ihnen zusammen habe ich viel gelernt über die Vulnerabilität bei Kindern infolge von mörderischen Kriegshandlungen, Gewaltandrohungen und –akten gegen wehrlose Menschen jeden Alters. Ich habe viel gelernt, wie sie entwicklungspsychologisch altersgemäß auf die Trennung von den liebsten nahen Beziehungspersonen reagierten. Ich konnte beobachten, wie die bei schweren Traumatisierungen typischen Stressreaktionen und späteren Traumareaktionen wirken und ihre Auswirkungen auf die Affekte, die Emotionen, das Denken und den Leib haben.

Durch meine Ausbildung in **Systemischer Familientherapie** wurde mein Blick noch deutlicher auf die Biographien von Eltern- und Großelterngenerationen gelenkt. Die Biographie der vorausgegangenen Generationen zeigt Auswirkungen im Leben der nachfolgenden Generation. Die geographische Herkunft, das sozio-kulturelle Umfeld, Familiengeheimnisse, unbewältigte „Geschichten“ können Bedeutung im Leben der Nachkommen gewinnen und Auswirkungen auf deren jetzige Lebensmodelle, sowie ihre psychische und physische Disposition haben.

Weiterhin bin ich seit weit über 10 Jahren in der **Hospizarbeit** tätig als Trainerin und Supervisorin. In diesem Feld habe ich viel von altgewordenen Menschen gelernt, die auf ihr Lebensende zugehen. Es scheint ein existentielles Bedürfnis zu sein, im Blick auf das Lebensende sein Leben noch einmal zu betrachten, die Lebensabschnitte Revue passieren zu lassen, sich an Gelungenem erneut zu freuen, dabei Verlorengeglaubtes wieder zu entdecken. Es heißt für den Menschen aber auch, auszuhalten, was sie/ er nicht geschafft oder nicht geschaffen hat in seinem Leben. Es ist ein Sich Aneignen der eigenen Biographie und die Bemühung um Integration aller Episoden und Phasen in ein Lebensganzes. In diesem Prozess tauchen selbstverständlich auch Brüche von Lebenslinien und Lebensentwürfen auf, Verluste von Menschen, Verlust von Lebenskraft und Lebenswillen, Verlust von Würde und Verlust von Unversehrtheit an Leib – Seele - Geist, Verlust von Geborgenheit und Heimat, geographisch und auch spirituell zu sehen.

Diese Verluste gehören durchaus zur Erfahrung eines jeden Menschen. Jedoch in der Konkretisierung bedeutet es für die Generation der Kriegskinder: sie tauchen in Schreckensbilder vom Krieg ein – oder diese tauchen auf – Bilder, die bislang verdrängt, abgespalten, verdeckt waren. Manchmal sind es nur Erinnerungsfetzen, die durch sogenannte Trigger/Schlüsselreize über Sinneserfahrungen wie Sehen, Hören,

Riechen, Schmecken, Fühlen – Tasten oder Atmosphärisches ausgelöst werden. Das bereitet dem Menschen jetzt viel Not und voll Unverständnis steht er seiner eigenen heftigen Reaktion gegenüber. Es verlangt Sensibilität und Erfahrung im Trauma-Bereich, mit Menschen, die eine solche Trauma-Reaktivierung erfahren, umzugehen.

Sind diese Aspekte ausreichend als Erklärung zur Frage:

**Warum taucht das Thema der Kriegskinder und ihrer „beschädigten Biographien“ jetzt 60 Jahre nach Kriegsende in dieser Weise auf und gewinnt jetzt so viel Beachtung?**

Seitdem Anfang der 90er Jahre die Bilder vom Golfkrieg, dem Krieg in Bosnien, später vom Kosovo aus den Fernsehern in die Wohnzimmer fielen, wurden die Kriegskinder vom 2. Weltkrieg gleichsam von innen her überfallen. Es stiegen z.T. eindeutige Erinnerungsbilder auf an Ereignisse aus dem 2. Weltkrieg. Es konnten aber auch diffuse Ängste entstehen, unerklärliche Körpersensationen, Herzrasen, Panik, dazu Schlafstörungen ganz allgemein bis zu Alpträumen oder Konzentrationsstörungen sein. Auslöser konnten Bilder von Frauen mit Kindern auf der Flucht sein, eine Nahaufnahme einer weinenden Flüchtlingsfrau, brennende Dörfer oder das Motorengeräusch von Flugzeugen, die Bomben abwerfen. Frauen erinnerten sich an Szenen ihrer eigenen Vergewaltigung oder die um sich greifenden Ängste ihrer Mütter und anderer Frauen um sie herum.

Solche Bilder allein können sicher keine ausreichende Erklärung abgeben für die Trauma-Reaktivierung lang zurückliegender Traumata. Verschiedene Gründe kommen zum Tragen. Einige Hypothesen möchte ich hier nennen:

1. Seit etwa 10 Jahren hat sich das Feld der **Psychotraumatologie** sehr stark entwickelt. Ausgehend von wissenschaftlichen Studien in USA mit Vietnam Veteranen über deren Traumatisierungen und Folgeerkrankungen ist international intensiv in diesem Bereich geforscht worden. In der Hirnforschung sind äußerst interessante Erkenntnisse gewonnen worden, was neurophysiologisch und neurobiologisch unter extremem Stress und damit bei Traumatisierung abläuft. Für die Behandlung traumatisierter Menschen ist in den verschiedenen Therapierichtungen viel entwickelt worden. So ist heute auch in der Öffentlichkeit ein anderes Bewusstsein zum Thema „Trauma“ vorhanden.

2. Wenn Menschen aus dem aktiven Berufsleben ausscheiden, der Existenzaufbau abgeschlossen ist und die Familie mit erwachsenen Kindern einen veränderten Stellenwert bekommt, finden sie sich mit einem „mehr an Zeit, mehr an Freiraum“ vor. Manche füllen ihn mit Reisen, mit neuen Betriebsamkeiten. Andere erleben, wie sich dieser Raum mit „etwas“ füllt, was sie bisher noch nicht wahrgenommen hatten. In therapeutischer Sprache: es **taucht unbewältigtes, abgespaltenes, verdrängtes Material auf**.

3. Heute erreichen Menschen i. d. R. ein wesentlich höheres Alter. So sind manche der Kriegskindergeneration selber schon im Ruhestand, und pflegen dann die hochbetagte Mutter bis zu deren Tod. Dieser Tod und das Auflösen der Wohnung setzt in vielen Fällen die Begegnung mit der Kindheit in Gang. Die bis dahin wirksam gewesenen **Abwehrmechanismen werden brüchig**. Die zu beobachtende Erschöp-

fungssymptomatik ist noch nachvollziehbar im Zusammenhang mit dem Tod der Mutter. Nicht jedoch die Realisierung einer schon jahrzehntelangen depressiven Verstimmung, anhaltende zahlreiche körperliche Beschwerden, Ängste, extremes Kontrollbedürfnis und Leistungswillen. Jetzt kommen oft noch große Schuldgefühle dazu.

4. Darüber hinaus kann sich ein Abgrund von **Trauer** auftun. Es kann die Trauer über den „abwesenden Vater“, über andere Tote, über die verlorene Heimat, den verlorengegangenen Teddy, aber auch über nicht wirklich gelebtes Leben sein. Z.B ein Leben mit gestalteten, tragfähigen Beziehungen. Ich kenne aus meiner Praxis viele, die durchaus in Beziehung leben und dennoch immer auf der Suche nach der einen zuverlässigen, sich ihnen ganz und gar zuwendenden Bezugsperson sind. Das sind sehr regressive Wünsche, die jemand in der Therapie verstehen lernen kann – z.B. als eine sehr frühe Verlusterfahrung einer nahen geliebten Person.

5. Aufgrund einer heute weiter gefassten Entwicklungspsychologie, die den Bereich der Gerontologie mit einschließt, ist bekannt, dass die Abwehrmechanismen sich im Alter verändern. Auch deshalb kann es zu Trauma-Reaktivierungen kommen.

### **Welche Symptome können Kriegskinder mit einer beschädigten Biographie zeigen?**

3 Beispiele aus meiner Praxis möchte ich Ihnen vorstellen:

Herr **A, 60 Jahre, träumt** wiederkehrend, manchmal mehrere Nächte hintereinander seit dem Irakkrieg: er befindet sich in einem Raum, der weder hell noch dunkel ist. Er ist ganz allein. Der Raum wird endlos weit. Er erwacht an seinem Schreien. Er sagt, er fühle sich so klein und hilflos....wie verloren ..... im Nichts

Herr A war 5 Monate alt – der Jüngste, als seine Mutter aus dem Osten floh Anfang 45.

Frau **B verliert völlig die Fassung** während eines Blocks in einem Hospizkurs. Allmählich findet sie die Geschichte, wegen der sie so lange Jahre diese Fassung gehalten hatte: Ihr älterer Lieblingsbruder kam nicht aus dem Krieg zurück, galt als vermisst. In der Familie vermied man, über ihn zu sprechen, außer man hoffe, er werde doch gewiß wieder kommen. Schließlich kam die Mitteilung, er sei gefallen. Sie, als Anfang 20Jährige, musste den Gang zum Rathaus antreten und ihn für tot erklären lassen. Die Eltern verweigerten sich der Realität.

Herr **C, Anfang 70, kann sich nicht beruhigen** über schreiende Bewohner im Altenheim. Dort besucht er Schwerkranke und Sterbende. Immer wieder betont er bei den Supervisionen, da müsse doch wirklich mehr gegen die Schmerzen dieser Leute getan werden. Wo bleibt die Palliativmedizin, fordert er fast rabiat. Schließlich frage ich ihn, wen er da schreien hört? Seine eigene Stimme verändert sich und er erzählt unter Tränen, wie seine Mutter ihn, den großen 10Jährigen, auf der Flucht in einem Lazarettzug durch die Waggonen bis zur Lokomotive geschickt hat, um dort ein wenig warmes Wasser zu ergattern. Auf dem langen Weg sei er an so vielen verletzten, schreienden Menschen vorbeigekommen.....

Neben den schon erwähnten Angst- und Konzentrationsstörungen, Schlafstörungen, Albträumen, Auffälligkeiten/ Krankheiten im psychosomatischen oder somatoformen Bereich, Beschwerden ohne organische Befunde fallen bei dieser Generation auch eine große Bedürfnislosigkeit und ein Mangel an Selbstfürsorge auf.

Ein Phänomen trifft für fast jedes Kriegskind zu. Es ist die Unfähigkeit (zumindest die Mühe), in Kontakt mit Gefühlen und Affekten zu kommen. Die Erlebnisse und die überwältigenden Gefühle wurden abgekapselt. Bei der schon Anfang der 50er Jahre erreichten Normalität handelte es sich eher um eine Pseudonormalität. Wer gesehen und gelernt hatte: „Tränen werden runtergeschluckt, niemand hat Zeit zum Trösten und deshalb wird auch niemand getröstet, die nächste Katastrophe bahnt sich schon an, also... halte dich zurück, mach die Augen auf und tu was, begnüg dich mit dem, was du hast“, der hat verinnerlicht: sei aufmerksam und zurückhaltend, sei leistungsorientiert und lebe spartanisch, das muss für dich ausreichen.

Menschen dieser Generation finden selten Zugang zu ihren wahren, tiefen Gefühlen, weder zu Trauer noch Freude. Fast muss von einer freudlosen Generation gesprochen werden. Es gab viel Anstrengung und Bemühen und eine gewisse Freude über Erfolge. Aber wirklich aus der Tiefe sprudelnde Freude – einfach so – am Dasein? Beobachtungen zeigen, dass die Enkel dieser Generation die Fähigkeit haben, die noch nicht verstörten, „inneren Kinder“ in ihren Großeltern zu erreichen und sie in ein verspätetes Kinder-Erleben zu locken.

Nicht unerwähnt möchte ich lassen, dass es trotz aller Gräueltaten, die die Kinder der Kriegsjahre erleben musste, für manche sogenannte Resilienzfaktoren wirksam waren. Dazu zählen u.a. soziale Unterstützung im Umfeld und/ oder eine verlässliche Beziehung zu wenigstens einer Person. Dies konnte z.B. eine Großmutter oder Tante sein, bei der ein Kind emotionale Sicherheit und Flexibilität erleben durfte und damit so etwas wie einen „Sicheren Ort“ inmitten aller Unsicherheiten.

Abschließend werden Sie die Frage haben, was denn heute noch nach so vielen Jahren getan werden kann.

### **Behandlungsmöglichkeiten und Heilung**

Die „Behandlung“ kann von der Teilnahme an einer „Schreibwerkstatt“, einem „Erzählcafé“ (beides Modelle einer bestimmten Erinnerungskultur) über Selbsterfahrungsgruppen bis zu therapeutisch begleiteten Gruppen und zu Einzeltherapie gehen. U.U. kann sogar ein teilstationärer Klinikaufenthalt in einer eigens für diese Problematik spezialisierten Klinik angezeigt sein. Im Einzelfall ist abzuklären, was individuell indiziert ist.

Wichtig ist, dass die/ der Betroffene sich den „Geschichten hinter seiner Geschichte“ in einem vertrauensvollen, Sicherheit gebenden Beziehungskontext zuwenden kann, im ganz individuellen Tempo. Narrative Methoden, Imagination, Arbeit mit dem „Inneren Kind“, Körperarbeit und Körperwahrnehmung, natürlich Arbeit mit Träumen und Albträumen, sowie die Verwendung von kreativen Medien gehören hier ins Repertoire von Therapeuten. Darüber hinaus sollten Kenntnisse in Psychotraumatologie,

über Entwicklungspsychologie vom pränatalen Bereich bis zur Alterspsychologie vorhanden sein, ebenso eine Offenheit für existentielle und durchaus auch geistliche Fragen bei den Betroffenen.

Die Traumatisierungen liegen schon lange zurück, es können sich weitere Traumata ereignet haben. Vorrangiges Ziel einer Therapie mit betroffenen Kriegskindern ist nicht die stringente Exposition der Traumata. Es ist viel mehr die Vorstellung des folgenden Konzeptes: Therapeutin und Klientin/ Patientin arbeiten an den den Alltag behindernden Problemen des verletzten, traurigen, verschreckten, ängstlichen „Kinder-Ichs“ der Patientin. Dies ist ein ressourcenorientiertes Vorgehen, das alle damaligen Bemühungen bei Problemlösungen würdigt und nach angemessenen und passenden Bemühungen für heutige Problemsituationen sucht, damit sind auch emotionale gemeint. Es kann sogar „lustvoll“ sein, spielerisch verschiedene Lösungs-Ideen auszuprobieren und dann die anzuwenden, bei der sich jemand „am wohlsten in seiner Haut fühlt“.

Es geht um das Erkennen, Anerkennen und die Würdigung der Bedürfnisse. Und zwar auf der Ebene der erwachsenen Person von heute wie auch auf der des inneren Kindes, das im Erwachsenen weiterlebt. Dieses Kind wartet sehnsüchtig darauf, dass seine Chance kommt, endlich zur Kenntnis genommen zu werden. In der Therapie kann ein Kriegskind zunächst die Wahrnehmung und Wertschätzung für das Innere Kind von Seiten der Therapeutin erfahren, um dann die eigenen Mutter- und Vateranteile zu aktivieren. Es geht auch um Selbstmanagement und um Selbstregulation.

Schlusendlich folgt – im günstigsten Fall - die Integration aller Verletzungen und Defizite in dieses ICH, das ich bin, mit Leib – Seele –Geist, in meinem So-Geworden-Sein vor dem Hintergrund der Endlichkeit meines Lebens. Das ist Heilung und Heilwerden in einem umfassenden Sinn.

## Resümee

Unter dem Eindruck des nie dagewesenen Ausmaßes eines Krieges, bei dem am Ende sogar Atomwaffen eingesetzt wurden, hieß es nach dem 2. Weltkrieg: **Nie wieder Krieg.** Für Deutschland und seine nächsten umliegenden Nachbarn ist das Wirklichkeit geworden. Schon auf dem Balkan, einem vor unserer Haustür gelegenen Ferienziele, leider nicht mehr. Weltweit hat es seit dem Ende des 2. Weltkrieges mehr als 100 kleinere und durchaus große kriegerische Auseinandersetzungen gegeben – bis hin zu solchen, die als Genozid gesehen werden müssen.

Wir, die wir in Frieden und Wohlstand leben dürfen, haben eine Verantwortung zu übernehmen.

1. Die Kinder des 2. Weltkriegs brauchen die wertschätzende Beachtung ihrer Beschädigungen, die – auch wenn sie 60 Jahre zurückliegen –heute noch virulent sind oder, wie ausgeführt, aus Gründen der Verdrängung erst jetzt im lebensgeschichtlichen Kontext spürbar werden. Sie benötigen eine für diese spezielle Thematik sach- und fachgerechte Beratung, Begleitung oder auch Psychotherapie. Es geht um ein Heilwerden der seelischen Verwundungen und Verwüstungen der Kinder von damals

und um die Gesundheit der Erwachsenen heute und der Ältergewordenen, der Alten von morgen. Das ist individuell wie auch kollektiv zu sehen.

2. Sich zu erinnern und mit der erlebten Geschichte umzugehen, ist nicht nur eine persönliche Angelegenheit, sondern hat auch Auswirkungen auf die Gesellschaft. Es ist daher an der Zeit anzuerkennen, dass der Krieg bei etwa 70% der Altersgruppe damaliger Kinder Traumatisierungen hinterlassen hat. Es ist an der Zeit, diese und ihre Folgen ernst zu nehmen in den entsprechenden Disziplinen, in der wissenschaftlichen Forschung und vor allem in der konkreten Begegnung mit Betroffenen, sei es in der ärztlichen Beratung, einem seelsorgerlichen Gespräch oder in der Therapie.

3. Im Beschweigen wirken Kriegstraumata lautlos weiter. Die Auswirkungen von einer transgenerationalen Weitergabe von Traumata muss mehr Beachtung finden. Wir haben die Verpflichtung „um des lieben = wertvollen Friedens willen“, diese stille Generation der heute 60 – 75Jährigen anzuhören. Es ist nicht nur sinnvoll, Auffälligkeiten und Leiden der 2. und 3. Generation auf dem Hintergrund des 2. Weltkrieges zu sehen, sondern auch die Verherrlichung wieder auftauchenden rechten Gedankengutes auf diesem Hintergrund zu bedenken. Welche transgenerationalen Geschichten leben da weiter und in welcher Weise finden sie einen Ausdruck?

Heute soll ein Fest gefeiert werden. Wie lässt sich das verwirklichen angesichts eines so ernsten – und wie ich ausgeführt habe – ernstzunehmenden Themas? Anlass zu danken haben wir. 60 Jahre Frieden in Deutschland und ein wiedervereinigtes Deutschland seit 1989!

Wenn ich DANK sage, sehe ich „meine Kindersoldaten“ aus Afrika vor mir. Ich sehe, wie sie von Dank sprechen. Ich sehe ihre lachenden und strahlenden Gesichter. Ich sehe, wie die Freudebewegung sich in ihnen körperlich ausbreitet und wie sie in sinnlich - spielerischer Weise ihrer Freude Ausdruck geben.

Erlauben sie mir einen letzten Gedanken: Heute ist Muttertag. Wir könnten ihn heute, am 8. Mai auch als einen Tag des Gedenkens begehen für die Mütter der Kriegskindergeneration. Wir würdigen, unter welchen Bedingungen sie sich für ihre Ungeborenen, Neugeborenen bis zu Jugendlichen gekümmert haben. Und im Wissen um eine unbewusste, transgenerationale Weitergabe von Erfahrungen belastender Ereignisse im eigenen Leben, müssen wir sehen, diese Mütter waren Kinder von Menschen, die den 1. Weltkrieg und die Depression erlebt hatten.

Wir haben gehört, bei traumatischen Ereignissen bleiben Spuren. Ebenso hinterlassen gute Ereignisse Spuren und erzeugen sinnlich positive Erinnerungen. Lassen Sie sich also von Ihren Sinnen zu den Angeboten des heutigen Tages einladen - sehen, riechen, hören und schmecken Sie und gestalten mit anderen zusammen eine freudige Atmosphäre.