

Wenn Kriegskinder sterben ... und Kriegsenkel sie begleiten

"Ich bin ein Kriegskind. Ich habe schon so viel erlebt - ich brauche keinen Psychologen"

(Angehörige in der Ambulanten Palliativbetreuung)

Eltern der "Kriegskinder":	Jg. 1900 - 1925	1. WK: 28.07.1914 - 11.11.1918
Generation "Kriegskinder":	Jg. 1927 - 1945	2. WK: 01.09.1939 - 08.05.1945
Generation "Kriegsenkel":	Jg. 1950 - 1975	

Lebenserfahrungen der verschiedenen Jahrgänge (nach Radebold 2005)

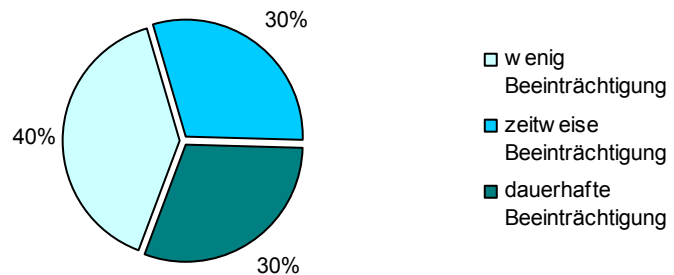
Geburts- jahrgang	Alter bei Kriegsbeg.	Alter bei Kriegsende	Alter heute (2013)	Kindheit/Jugend	Lebenswelt	Lebenserfahrungen
1915 - 1919	20 - 24	26 - 30	94 - 98	<u>Kindheit:</u> im und nach 1. WK <u>Jugend:</u> Weltwirtschaftskrise	abgeschl. Beruf, Eheleben, Kind, Militär	<u>Kindheit:</u> Hunger, Unterernährung, Vaterlosigkeit <u>Jugend:</u> Verarmung <u>Erwachsene:</u> als Soldat im Krieg
1920 - 1924	15 - 19	21 - 25	89 - 93	<u>Kindheit:</u> während Weltwirtschaftskrise <u>Jugend:</u> nationalsozialist. Jugendorganisationen	Eltern und Geschwister, Berufsausbildung, Militär (Jg. mit den höchsten Todesraten)	<u>Kindheit:</u> Verarmung, Hunger <u>jung. Erwachsene:</u> als Soldat im Krieg <u>Nachkriegszeit:</u> Abschluss d. Berufs, Familiengründung
1925 - 1929	10 - 14	16 - 20	84 - 88	<u>Kindheit+Jugend:</u> geprägt durch nationalsozialist. Erziehung: Schule, nationalsozialist. Jugendorganisationen, ggf. Eltern	Klassenverband, KLV mit Lehrern und Erziehern	<u>gegen Kriegsende:</u> Soldaten, Flakhelfer, letztes Aufgebot <u>danach:</u> Kriegsgefangene, Arbeitslager, gefährl. Rückkehr nach Hause <u>nach dem Krieg:</u> Anpassungsschwierigkeiten an die neue Gesellsch.
1930 - 1939	0 - 9	6 - 15	74 - 83	nationalsozialist. Erziehung: Schule, ggf. Eltern	Mütter und Geschwister	Bombenangriffe, Evakuierung, Hunger, Flucht u. Vertreibung, zerstörte Umwelt <u>nach dem Krieg:</u> teilw. Vaterlosigkeit
1940 - 1945	-	0 - 5	68 - 73	geboren im Krieg <u>Kindheit+Jugend:</u> in der Nachkriegszeit	Mütter und Geschwister	diffuse Eindrücke: Evakuierung, Hunger, Flucht u. Vertreibung, zerstörte Umwelt, Vaterlosigkeit

Nationalsozialistische Erziehung

- Jugendorganisationen:
 - 10. - 14. LJ: Jungvolk, Jungmädels
 - 14. - 18. LJ: HJ - Hitlerjugend, BDM - Bund Deutscher Mädels
- in der Schule: Rassenkunde, militärische Elemente im Sportunterricht, Literatursauswahl etc.
- im Rahmen der Kinderlandverschickung (KLV): Trennung von der Familie, Betreuung durch Erzieher und Lehrer
- elterliche Erziehung: Johanna Haarer "Die deutsche Mutter und ihr erstes Kind"

Traumatisierungen durch die Kriegserlebnisse

Etwa 30% der im Krieg aufgewachsenen Kinder hatten unter lang anhaltenden oder dauerhaften Einschränkungen und Abwesenheit des Vaters zu leiden und waren lang anhaltenden, sequentiellen und/oder kumulierenden potentiell traumatisierenden Situationen ausgesetzt. (Schätzungen von Radebold, 2005)



Traumatisierende Situationen

- Trennung von den Eltern (KLV)
- Bombenangriffe
- Kampferebnisse
- (Massen-)Vergewaltigung
- Flucht/Vertreibung
- Verlust der Angehörigen
- Zeuge sein von Verwundungen
- Zeuge sein von Gewalt

Vergewaltigungen

- durch Rote Armee:
bis zu 2 Millionen. 1,4 Mio in den Vertreibungsgebieten (Ostpreußen, Ostpommern, Ostbrandenburg und Schlesien), SBZ: 500.000, Berlin: 100.000
- Amerikanische BZ: ca. 15.000
- Französische BZ: viele Berichte über Vergewaltigungen, Ruf als "Westrussen" (Kurt Schumacher)

hohe Dunkelziffer

mehrfache Vergewaltigung bei ca. 40%

Vergewaltigungen mit Todesfolge (auch Suizid) bei ca. 10%

Flucht und Vertreibung

Anzahl der vertriebenen Deutschen: 11.935.000

Ostpreußen	1,95 Mio	Sudetenland	2,9 Mio
Pommern	1,95 Mio	Rumänien (Siebenbürgen)	250.000
Posen	1,1 Mio	Ungarn (Donauschwaben)	200.000
Schlesien	3,25 Mio	Jugoslawien	250.000

Todesopfer: mind. 600.000

Anteil der Flüchtlinge an der Bevölkerung

DDR (SBZ): ca. 25%

BRD (Westzonen): ca. 16%

Mecklenburg-Vorpommern: ca. 42%

Schleswig-Holstein: ca. 38%

→ Wohnraum und Nahrung mussten geteilt werden, Flüchtlinge wurden nur langsam integriert

Besondere Merkmale in den Familien nach dem Krieg (Radebold, 2005)

- Großeltern fehlten oft als Unterstützung (im "Volkssturm" oder bei der Flucht gestorben)
- über Gefühle wurde nicht geredet ("stolze Trauer" = fürs Vaterland sterben ist eine Ehre)
- Ehepaare haben gegenseitig geschwiegen (es wurde nicht gefragt: "Was hast Du als Soldat getan?" - "Was hast Du als Frau erlitten?")
- Kinder wurden zur Vertrauensperson der Mutter, da der Vater fehlte (Aufhebung der Generationengrenze)
- Parentifizierung: Kinder sorgen emotional für die Mutter/Eltern
- Kinder waren mit ihren Ängsten, Sorgen, Leid allein gelassen
- Botschaft der Eltern an die Kinder: "Euer Leid ist gering im Vergleich zu unserem Leid"

→ Die Kinder konnten sich nicht altersgerecht entwickeln

Psychischer Umgang mit Traumata (Radebold, 2005)

Verarbeitungs-/Abwehrmechanismen:

- Spaltung von Wahrnehmung, Gefühl und Denken
- Verleugnung (äußerer Realitätsausschnitt wird verleugnet)
- Bagatellisierung, Verharmlosung
- Ungeschehen machen (Einsatz faktisch unwirksamer Handlungen und Rituale)
- Verkehrung ins Gegenteil
- vollständige Verdrängung (keine bewusste Erinnerung)

Typische Verhaltensweisen in Bezug auf die Vergangenheit:

- erlebte Gewalt wird sachlich und emotionslos erzählt
- lang anhaltende Einflüsse (Hunger, Flucht etc.) werden bagatellisiert oder für unwichtig erklärt
- es werden vorwiegend "Abenteuer" erzählt
- Scham vor den eigenen Gefühlen wie Angst, Verlassensein, Hilflosigkeit, Weinen

Ich-syntone Verhaltensweisen (als zur Person gehörig erlebt):

- Aufbewahren von Essen und Gegenständen, Vorräteanhäufung, Messie-Syndrom
- Sparen (Ausgaben, Heizung, Beleuchtung, Kleidung)
- Sorgfältiges Planen, Organisieren und Funktionieren
- ausgeprägtes Sicherheitsdenken
- ausgeprägtes Autonomiebedürfnis, Vermeiden von Abhängigkeit
- hoher Stellenwert von Eigentum (darf nie wieder verloren gehen)
- zum Aufbruch bereit (gepackter Notkoffer)
- ständige Angst, Menschen zu verlieren (z.B. bei Verspätungen)
- fehlender Ausdruck von Trauer
- Skepsis, Misstrauen gegenüber der Umwelt
- fehlende Rücksichtnahme auf eigene Bedürfnisse und eigenen Körper

Umgang mit dem eigenen Körper

- Überaktivität
- mechanistisches Verständnis, daher wenig Rücksichtnahme
- fehlender Rhythmus von Ruhe und Aktivität
- keine Vorsorge- und Nachsorgeuntersuchungen
- unsystematische Behandlung von chronischen Krankheiten
- keine Inanspruchnahme von Reha
- keine Bereitschaft sich an Einschränkungen anzupassen

Psychische Störungen (Ich-dystone = Ich-einengende Verhaltensweisen)

- depressive Symptomatik (auffällig hoch bei Geburtsjahrgängen vor 1945 = Menschen über 68 J.)
- Angsterkrankungen: diffuse allgemeine Ängste, Panikattacken
- Anpassungsstörungen
- Bindungs- und Beziehungsstörungen: Beziehungsabbrüche, häufiger Partnerwechsel, Beziehungsunfähigkeit, unbefriedigende Beziehungsgestaltung
- Eingeschränkte psychosoziale Funktionsfähigkeit und Lebensqualität
- gestörte psychosexuelle/psychosoziale Geschlechtsidentität (Verunsicherung in der Rolle als Mann aufgrund fehlendem Vorbild)
- Partielle oder vollständige posttraumatische Belastungsstörung (chronifizierte Form)

- Diese Symptomatiken werden im Laufe des Lebens immer wieder reaktiviert
- durch den Verlust wichtiger Bezugspersonen
 - durch den Altersprozess, der als narzisstische Kränkung erlebt wird

Somatische Störungen

Es kann ein statistischer Zusammenhang zwischen Kriegserleben und verschiedenen somatischen Symptomen, insbesondere koronare Herzerkrankungen nachgewiesen werden.

Posttraumatische Belastungsstörung (Posttraumatic Stress Disorder = PTSD)

ICD-10 Diagnose F43.1 (im 1. WK "Kriegszitterer"):

- Betroffener war (einmalig, wiederholt oder dauerhaft) einem belastendem Ereignis von außergewöhnlicher Bedrohung oder mit katastrophalem Ausmaß ausgesetzt
- anhaltende Erinnerungen an das traumatische Erlebnis, wiederholtes Erleben des Traumas in sich aufdrängenden Erinnerungen oder eine innere Bedrängnis in Situationen, die der Belastung ähneln
- Unfähigkeit (teilw. oder vollst.) sich an wichtige Aspekte des belastenden Erlebnisses zu erinnern
- anhaltende Symptome erhöhter psychischer Sensitivität und Erregung (Ein- und Durchschlafstörungen, erhöhte Schreckhaftigkeit, Hypervigilanz, Konzentrationsschwierigkeiten, Reizbarkeit und Wutausbrüche)

Umgang mit "Kriegskindern" im Alter (Radebold 2005)

Aufgaben des Alters

- Abschiednehmen
- Akzeptanz von Hilfsbedürftigkeit
- Anpassen an Einschränkungen
- Akzeptanz von Endlichkeit
- Erhaltung von Autonomie = Sorge um die eigene Gesundheit/den eigenen Körper
-

Diagnostik von PTSD ist erschwert aufgrund von

- Vergessenheitsprozessen
- Schamgefühlen und Vermeidungsstrategien
- Abwehr von Hilflosigkeitsempfindungen
- fehlendes Bewusstsein für Traumatisierung

→ wichtig ist aktives Nachfragen!

Aktives Nachfragen

- nach Geburtsjg. fragen, nicht nach Alter (Zeitzeuge sein = Ressourcenorientierung, Alter = defizitär)
- Haltung der "behutsamen Neugier"
- mögliche Kriegserlebnisse als Thema anbieten, wenn es Hinweise auf PTSD gibt
- danach fragen, wie bislang die Umwelt auf dieses Thema reagiert hat, um Hinweise zu erhalten, ob und wie die Erlebnisse bislang thematisiert wurden
- "Chiffren" verstehen (Hamstern, Organisieren, als die Russen kamen, etc.)

Charakteristische Phänomene in der Pflege

- Körperpflege (Intimpflege) kann zum Trigger für traumatische Erinnerungen werden
- Abhängigkeit in der Nahrungsaufnahme kann Erinnerungen an Hungersituationen hervorrufen
- Pflegekräfte werden zu "Tätern", wenn sie gegen den Willen der Patienten tätig werden müssen
- Existentielle Angst und Hilflosigkeit werden über Rituale beherrscht (Terrorisierung der Pflegekräfte)

Literatur

Bode, Sabine: Die vergessene Generation. Die Kriegskinder brechen ihr Schweigen. Stuttgart: Klett-Cotta 2004.

Radebold, Harmut: Die dunklen Schatten unserer Vergangenheit, Stuttgart 2005.

Radebold, H, Bohleber, W, Zinnecker, J (Hrsg.): Transgenerationale Weitergabe kriegsbelasteter Kindheiten. Interdisziplinäre Studien zur Nachhaltigkeit historischer Erfahrungen über vier Generationen. Juventa, Weinheim 2008.

Radebold, Hartmut (Hrsg.): Kindheiten im II. Weltkrieg und ihre Folgen. Gießen: Psychosozial-Verlag 2004.

Umfassende Literaturliste: <http://www.forumkriegsenkel.de/Literatur.htm>