

Guido Wiermann

Die Handbremse lösen

Über die Kinder und Enkel des Krieges und ihr seelisches Erbe

Der Buchtipp eines Freundes Ende 2014¹ hat mich auf eine heiße Spur geführt. Eine Spur, die weit zurück reicht ins letzte Jahrhundert. Eine Spur, deren Ursachen niemand gern mit sich in Verbindung bringen mag. Eine fast verwischte und dennoch sehr präzise Spur.

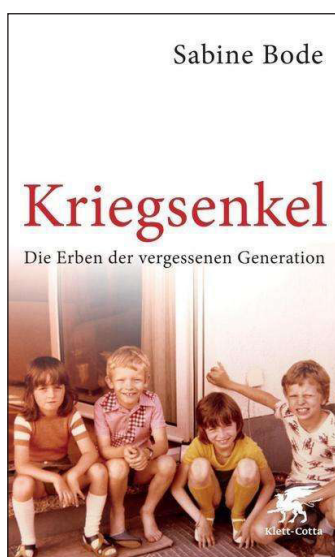
Die Auswirkungen des Zweiten Weltkrieges sind bis in die dritte Nachkriegsgeneration spürbar. Die Jahrgänge 1950 bis 1975 sind die der Kriegskinder und -enkel. Sie sind die Kinder und Enkel der Generation, die Nazideutschland und den Zweiten Weltkrieg selbst noch als Jungerwachsene, Heranwachsende oder Kind erlebten.

Die Kriegskinder und -enkel kommen langsam in die Jahre und müssen sich teilweise immer wiederkehrenden Fragen und Selbstzweifeln stellen: Warum fühle ich mich scheinbar grundlos einsam? Wieso gibt es unerklärliche diffuse Ängste? Warum habe ich das Gefühl, auf der Stelle zu treten? Wieso bin ich nirgends wirklich zu Hause?

Warum verstehe ich meinen Vater, meine Mutter nicht? Und warum verstehen sie mich nicht?

Mögliche Antworten und Lösungsansätze fördert Sabine Bode in ihrem Buch »Kriegsenkel« zutage. Sie lässt Betroffene erzählen und führt so Leser und Leserinnen behutsam an die Ursachen heran. Man kann sich wiedererkennen und nach und nach die eigene Verbindung zu den Erlebnissen der Eltern und Großeltern aufnehmen. Was verbindet die Generationen, und was trennt sie? Warum sind meine Eltern, wie sie sind, und warum bin ich deshalb so geworden, wie ich bin?

Verfolgung, Angst, Tod, Schuld, Vertreibung und Verzweiflung haben nicht nur die Kindergeneration des Krieges geprägt und traumatisiert. Mit diesen Traumata im Gepäck lässt sich, ohne Therapiemöglichkeiten, nur mit größtmöglichen Verdrängungsmechanismen weiter leben. Was nach dem Krieg einzig zählte, war der Wiederaufbau – man hatte zu funktionieren. Aber die unterdrückten Gefühle bestimmten weiterhin die Menschen, ihre Wahrnehmung der Welt und ihre emotionalen Ausdrucksmöglichkeiten. Mehr oder weniger unbewusst wurden die Traumata an die nachfolgende Generation weitergegeben.



Sabine Bode
Kriegsenkel – Die Erben der vergessenen Generation
 Stuttgart: Klett-Cotta, 5. Aufl. 2013
 304 Seiten
 9,95 Euro
 ISBN: 978-3608948080
 Leseprobe: <https://www.klett-cotta.de/media/14/9783608948073.pdf>

Diese Verknüpfungen zu entlarven ist Ziel des Buches von Sabine Bode, es gibt Aufschluss über eigenes Empfinden und Handlungsweisen. Auch wenn die Kriegskinder und -enkel höchstens aus Erzählungen und dem Geschichtsunterricht vom Zweiten Weltkrieg wissen, haben sie mehr damit zu tun, als jedem lieb sein kann. Und dieser Mechanismus der »vererbten Traumata« funktioniert bei allen Kriegs- und Konfliktsituationen überall auf der Welt, sofern nicht frühzeitig Therapiemöglichkeiten zur Verfügung stehen.

Ein weiteres, sehr zu empfehlendes Buch zum Thema ist »Seelische Trümmer« von Bettina Alberti. Auch Alberti arbeitet mit dem Stilmittel des Interviews und lässt Kriegsenkel ihre Erfahrungen berichten. Dazwischen versucht sie dem Leser und der Leserin die Zusammenhänge zu erklären. Als Folge der Traumatisierung der Elterngeneration benennt sie vor allem die Parentifizierung, die Umkehrung der Eltern-/Kindaufgaben. Die Kinder sind verantwortlich für die emotionale Versorgung der Eltern. Weil diese mit der Verdrängung der traumatischen Erlebnisse beschäftigt sind, kümmern sich nur wenige selbst um ihre verletzten Seelen. Daraus jedoch könnten eine verminderte Bindungsfähigkeit und ein Mangel an Vertrauen resultieren. Den Kriegsenkeln fehle es an nötiger Zuwendung und Liebe, die Kinder zum Heranwachsen benötigen, so Alberti. So hinterließen die Traumata der Eltern letztendlich unterversorgte Seelen bei den Kindern.

Aber Alberti geht noch einen Schritt weiter, zeigt mögliche Auswirkungen auf die Folgegeneration und bezieht auch die Menschen des wiedervereinigten Teils Deutschlands mit ein. Die sozialistische Diktatur der DDR machte eine Aufarbeitung der Kriegsauswirkungen jahrzehntelang unmöglich.

Im Kapitel »Wege aus transgenerationaler Traumatisierung« zeigt sie anschließend Lösungsmöglichkeiten auf, Möglichkeiten zum Verstehen der Zusammenhänge von Kriegserlebnissen der Eltern und den Gefühlswelten der Kriegsenkel. Einen Raum für die Seele finden, so beschreibt Alberti den Ansatz zur Heilung. Raum für die Seele abseits von Verdrängung, seelenlosem Funktionieren, Ablenkung und Arbeitseifer.

Beide Autorinnen erheben gegen die Elterngeneration, die den Krieg miterlebten, keine Vorwürfe. Sie wären auch fehl am Platze. Denn sie haben es mit der Erziehung ihrer Kinder sicher so gut gemacht, wie es ihnen möglich war. Vielmehr gelte es aber, zu Gesprächen unter Betroffenen zusammen zu finden².

Anmerkungen

- 1 Diese Rezension erschien zuerst auf www.schoenundunschoen.de, das Blog des Autoren.
- 2 Zum Beispiel das »Forum Kriegsenkel« unter www.forumkriegsenkel.de/index.htm.



Bettina Alberti
Seelische Trümmer – Die Nachkriegsgeneration im Schatten des Kriegstraumas
 München: Kösel, 2. Auflage 2011
 208 Seiten
 17,50 Euro
 ISBN: 978-3466308668
 Leseprobe: http://bilder.buecher.de/zusatz/29/29501/29501237 lese_1.pdf

**Autor**


Guido Wiermann


Diplom-Designer, arbeitet als pädagogischer Mitarbeiter und als Gestalter für das Web.


 www.gestaltungsstelle.de | www.schoenundunschoen.de

Redaktion

Alexander Bentheim (V.i.S.d.P)

 Postfach 65 81 20, 22374 Hamburg

 040. 38 19 07

 040. 38 19 07

 redaktion@maennerwege.de

 www.maennerwege.de | www.facebook.com/maennerwege

Links

Im Text **blaufarbige Begriffe** sind interaktive Verweise auf weiterführende Informationen.

Zitiervorschlag

Wiermann, Guido (2016): Die Handbremse lösen. Über die Kinder und Enkel des Krieges und ihr seelisches Erbe. www.maennerwege.de, Juli 2016.

Keywords

Krieg, Kriegsfolgen, Kinder, Enkel, Traumata, Bindungslosigkeit, Einsamkeit.

Allgemeine Hinweise zum Online-Angebot von MännerWege.de

Für die Richtigkeit der in einem Beitrag verwendeten und zitierten Informationen sind ausschließlich die Autoren und Autorinnen verantwortlich. Jede nicht-autorisierte Vervielfältigung oder Verwertung eines Beitrags als Nachdruck oder im Dateiformat zu kommerziellen Zwecken stellt eine Verletzung des geltenden Urheberrechts dar und ist nicht gestattet. Bei jeder nicht-kommerziellen Verwendung erbitten wir einen Link und/oder ein Belegexemplar. Die in einem Beitrag veröffentlichten Ansichten spiegeln die der Autoren und Autorinnen wider und entsprechen nicht unbedingt auch der Meinung der Redaktion. Mit der Publikation eines Beitrags möchten wir die Vielfalt männlicher Lebensweisen, Erfahrungen und Meinungen illustrieren, insbesondere wenn diese zum produktiven Dialog zwischen Geschlechtern, Generationen und Kulturen beitragen.