

Vortrag im Qualitätszirkel für Psychotherapeutische Medizin Oberallgäu am 9.11.04

## **Alte Kriegstraumata – und wie sie uns in der Psychotherapie begegnen**

### **Behinderung der Traumaverarbeitung nach dem Krieg**

- Durch den Kampf ums nackte Überleben („psychische Zentralisation“)
- Durch fehlende gesellschaftliche Unterstützung („Kollektives Schweigen“)
- Mangelndes psychotherapeutisches Angebot (im Vergleich zu heute)

### **Besonderheit der Kriegstraumata von Kindern**

- Die schädigenden Einflüsse erfolgen in auffallend unterschiedlicher jeweils sehr individueller Form – dabei fehlen einmalige, direkte, schwere „klassische“ Traumatisierungen.
- Diese schädigenden Einflüsse treffen die Kinder in unterschiedlichen psychosexuellen und psychosozialen Entwicklungsphasen ihrer Kindheit – teilweise von Geburt an, in den ersten Lebensjahren oder zwischen dem 5. und dem 10. Lebensjahr.
- Die schädigenden Einflüsse erstrecken sich über lange, größtenteils mehrjährige Zeiträume und während des Verlaufes in wechselnder Intensität, wechselnder Kombination und wechselnden Auswirkungen
- Es handelt sich in der Regel um kumulative Traumatisierungen

### **Folgen der Traumatisierung**

- Abspaltung bzw. Verdrängung der traumatischen Erlebnisse
- Emotionaler und gesellschaftlicher Rückzug, Vertrauensverlust (wenig von dem Bedürfnis nach Liebe preisgeben)
- Überlebensstrategie: „Funktionieren“ (Beispiel: beruflich erfolgreiche Flüchtlinge)
- Wenig Rücksichtnahme auf gesundheitliche Aspekte, z.B. geringe Inanspruchnahme von Vorsorgeuntersuchungen
- chronic fatigue syndrom
- altersabhängig zunehmende psychogene Beeinträchtigung
- eingeschränkte körperliche Funktionsfähigkeit
- eingeschränkte Lebenszufriedenheit
- eingeschränkte Vitalität
- Panikattacken

## **Kriegstraumata durch endgültige Abwesenheit des Vaters**

- Vater gefallen zwischen Zeugung und Ende des 3. Lebensjahres (keine bewußte Erinnerung, Vater lebenslang ein „Geist“ oder „Gespenst“)
- Vater gefallen zwischen 4. Und 10. Lj. (Bilder und blasse Erinnerungen an den Vater)
- Vater nach dem 10. Lj. Gefallen (sichere eigene Erinnerungen. Kinder werden in verpflichtende, vertraute oder sogar Partnersituation eingesetzt und frühzeitig zu Erwachsenen gemacht)

## **Folgen der Traumatisierung:**

- Abspaltung bzw. Verdrängung der traumatischen Erlebnisse
- Emotionaler und gesellschaftlicher Rückzug, Vertrauensverlust (wenig von dem Bedürfnis nach Liebe preisgeben)
- Überlebensstrategie: „Funktionieren“ (Beispiel: beruflich erfolgreiche Flüchtlinge)

- Wenig Rücksichtnahme auf gesundheitliche Aspekte, z.B. geringe Inanspruchnahme von Vorsorgeuntersuchungen
- chronic fatigue syndrom
- altersabhängig zunehmende psychogene Beeinträchtigung
- eingeschränkte körperliche Funktionsfähigkeit
- eingeschränkte Lebenszufriedenheit
- eingeschränkte Vitalität
- Panikattacken

## **„Notwendige“ Fragen zur Biographie:**

- Geburtsdatum (Kriegszeit, Vor- oder Nachkriegszeit)
- Geburtsort (Bombardierte Stadt? Ehemalige deutsche Ostgebiete?)
- Aufenthalt während des Krieges und der Nachkriegszeit
- Wichtige Ereignisse, Erlebnisse, Erfahrungen
- Funktion oder Status des Vaters im Krieg (Täter, Mitläufer, Opfer?), Kriegsgefangenschaft, Kriegsverletzungen
- Soziale Situation und Lebensumstände der Familie am Kriegsende
- Schicksal von Familienangehörigen
- Zeichnung von Fluchtwegen
- Familienphotos
- Zeitzeugenberichte

## **Traumatisierung der Familien während des Krieges durch**

- Flucht und Vertreibung
- Städtebombardierung
- Auseinanderreißen der Familien (Vater an der Front, Mutter im Arbeitsdienst, Kinderlandverschickung, Evakuierung...)
- Verlust wichtiger Bezugspersonen

- Erleben von Zerstörung, Gewalt, Vergewaltigung der Mütter, Tod, Verzweiflung der Erwachsenen
- Erleben von körperlichen und seelischen Entbehrungen (Hunger, Kälte, Verlust von vertrauten Bezugspersonen, Sicherheit und Heimat)

## **Traumatisierung der Familien nach dem Krieg durch**

- Körperlich und seelisch traumatisierte Väter, die überdies einen fundamentalen Wertewandel erleben und verarbeiten müssen (Krieg verloren, Ende des Nationalsozialismus, Entnazifizierung, Gefühl der Sinnlosigkeit, Identitäts- und Gesichtsverlust, Ambivalenzgefühl überlebt zu haben)  
→Entstehen von emotionaler Distanz, lebenslänglich innerliche Abwesenheit, Workoholismus
- traumatisierte und seelisch verhärtete Mütter (Überlebensstrategie: Keine Schwäche zeigen, den Vater ersetzen; Notmatriarchat; Abspalten von Gefühlen)
- Verlust wichtiger Familienangehöriger
- Verlust der Heimat
- 

## **Traumatisierung der Kinder durch**

- eigene Kriegserlebnisse
- traumatisierte Eltern
- Zusammenbruch des Wertesystems nach dem

## **Chronische Traumatisierung der Väter im Krieg durch**

- Kriegserlebnisse an der Front, auf der Flucht, in Gefangenschaft, im KZ

- als Täter, als Opfer, als Mitläufer
- „der Jugend beraubt“
- durch den Krieg verroht (der Krieger orientiert sich nicht an Einfühlung, sondern an Schmerz)
- Überichstrukturen werden an die Außenwelt abgegeben
- Zerstörtes Vertrauen in die eigenen geistigen Fähigkeiten
- Zerstörung von Idealen, Ambitionen, Zugehörigkeiten
- Schuld- und Schamgefühle, Gefühle der Sinnlosigkeit
- Körperliche und seelische Verwundungen

## **Kriegstraumata durch zeitlich begrenzte Abwesenheit der Väter**

- Fehlen des Vaters während Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett  
Mit starker Verunsicherung der Mutter im Hinblick auf seine Rückkehr und die weitere Zukunft
- in der Separationsphase des Kindes (9.-14.Monat)
- in der Triangulierungsphase (3.-4-Lj.)
- in der Schulzeit
- in der Adoleszenz  
mit Behinderung der jeweiligen Identitätsbildungsprozessen

Zitat Petri (Radebold S.127/128)