



Abteilung:	Gesellschaft und Religion	Redaktion:	Anne Winter
Sendereihe:	Lebenswelten	Autor/-in:	Matthias Morgenroth
Erstsendung:	03.09.2023	Sendezeit:	9.03 - 9.30 Uhr/rbbkultur

Eine Produktion des Bayerischen Rundfunks

Dieses Manuskript ist urheberrechtlich geschützt; eine Verwertung ohne Genehmigung des Autors ist nicht gestattet. Insbesondere darf das Manuskript weder ganz noch teilweise abgeschrieben oder in sonstiger Weise vervielfältigt werden. Eine Verbreitung im Rundfunk oder Fernsehen bedarf der Zustimmung des RBB (Rundfunk Berlin-Brandenburg).

Lebenswelten

Frieden kriegen, Wunden zeigen

Wenn das Trauma des Kriegs vererbt wird

Sprecherin:	Hemma Michel
Sprecher:	Thomas Birnstiel

Ton: Michael Hollmann

Regie: Matthias Morgenroth

Redaktion: Tilmann Kleinjung

Anfangsmusik

1 O-Ton

erst ukrainisch, dann übersetzt: „Warum. Einfach warum ...?!“

2 OT Baer „Je mehr geschwiegen wird, desto machtvoller, lebendiger bleiben die alten Schrecken. Die Monster des Krieges, des Schrecken, die überwintern auch unter dem Mantel des Schweigens und dann kommen sie irgendwann wieder hoch.“

Ansage:

Frieden kriegen, Wunden zeigen. Wenn das Trauma des Kriegs vererbt wird. Von Matthias Morgenroth

3 OT. Iris „Eigentlich kann man ja sagen, dass meine Mutter dasselbe hat wie ich. Dass sie sich auch nicht in der Welt nicht beheimatet fühlt, konnte sie ja nicht, weil sie niemand hatte, der sie aufgefangen hat. Und ich hab das genauso.“

Atmo Kaffeetassen klirren. Gemurmel.

4 OT Ukrainische Erzählung anklingen lassen ...

„Ja, das war, puh. Genau. ... ja. Das war der letzte Tag, bevor die Stadt komplett zugemacht wurde. Normalerweise braucht man nach Kiew eineinhalb bis zwei Stunden. Sie haben 24 Stunden gebraucht. Es waren Kolonnen. Dann fünf Autos durch, wieder halten, wieder fünf Autos durch. Sie sagt, sie sind im Autos und über uns Raketen und du sitzt halt da, und es darauf ankommen lassen und hoffen. Die zwei Mädels sind gefahren, da hat es rechts und links und über ihnen explodiert, ich habe sie an der rumänischen Grenze abgehalt und sie sind zusammengebrochen, und du fährst und die Rauchwolken steigen hoch und es explodiert und du musst damit rechnen. Und sie haben für die Kleine ihr in die Jackentaschen Geld eingenäht und haben ihr Zettel geschrieben, Telefonnummer von Oma, Tante, und das neunjährige Kind auf sämtliche Notfälle vorbereitet, falls sie irgendwie verloren gehen, wie auch immer ... das ist schon auch etwas.“

Atmo Gespräch, darüber

Sprecher:

Babuschka, Matrjoschka kommt mir in den Sinn. Diese Schachtel-Pussel-Püppchen, eine in der nächst größeren aufgehoben.

Sprecherin:

Eine Wohnung über einem Supermarkt, ein Bilderbuchdorf in Oberbayern. Draußen Gewitter.

Sprecher:

Drinnen: vier starke Frauen, ein starkes Mädchen. Vier Generationen. Eine in der anderen aufgehoben. In der gemeinsamen Trauer getragen. Babuschka, Matrjoschka kommt mir in den Sinn.

Sprecherin:

Mascha ist zehn, ihre Mutter heißt Marina, sitzt neben ihr. Tanja, ihre Schwägerin, lebt schon lang in Deutschland, sie hat die beiden nach der Flucht an der rumänischen Grenze abgeholt und erst mal bei sich untergebracht.

Sprecher:

Tanja übersetzt, vor allem: sie hört zu. Vier Generationen: Mir gegenüber am Tisch noch Tanjas Mutter Roza, 65 Jahre alt und Oma Lyubov, 85 Jahre. Die hat noch den Zweiten Weltkrieg erlebt. Ihr Vater wurde von den Deutschen erschossen.

5 OT

„Und meine Oma sagt eben, das ist für sie besonders skurril, weil sie sich nie vorstellen konnte, dass sie ausgerechnet in Deutschland Schutz findet, wobei ich fairerweise sagen muss, in unserer Familie zumindest gabs nie, auch meine gesamte Kindheit oder Jugend hat man nie schlecht über Deutschland gesprochen, ja, also das war jetzt nicht das Thema, aber trotzdem, ich mein, sie hat ihren Vater verloren durch den Krieg und sie hätte sich nie vorstellen können, dass sie dann ausgerechnet von Russland angegriffen wird, um dann in Deutschland Schutz zu finden.“

Ukrainische Erzählung 30 sec. stehen lassen, Uroma den Tränen nah

„Es ist so unbegreiflich, weil sie so lang in Russland gelebt hat. Sie hat dort unzählige Arbeitskollegen gehabt, Nachbarn, Freunde, alle haben Kinder gehabt, das war auch so eine Gemeinschaft, man hat sich gegenseitig versorgt, geholfen, sie waren wie eine Familie. Und jetzt bekriegen sich die beiden Völker und dieser Hass ist teilweise auch sehr stark, nicht überall, wirklich Hass, das erlebe ich auch, und es ist tatsächlich so ein Hass: ‚sie sollen alle sterben. Sie sollen alle verrecken.‘ Und das hört man von beiden Seiten. So ein richtiger, wütender Hass. Das ist das, was keiner versteht. Warum? Dass die Politiker Entscheidungen treffen, die für das normale Fußvolk nicht gesund sind, das kennen wir auch aus anderen Erfahrungen. Aber dass die Menschen ohne sich zu kennen – oder obwohl sie sich kennen! Manche sind miteinander verwandt, und dann glauben sie sich gegenseitig nicht das ist einfach, sie sagt, sie ist total verloren, sie sagt, was passiert da, und es gibt keine Erklärung, es findet sich einfach keine Erklärung!“

Sprecherin:

Die Berge sind nah. Touristengegend. Doch in der Wohnung über dem Supermarkt: Krieg. Und immer greifen sie sich ans Herz, beim Erzählen.

Sprecher:

Was sie erzählen, die vier, Mascha, Marina, Roza und Lyubov, klingt wie aus einem Film. Fiktion. So hat es sich auch angefühlt, am Anfang, erzählen sie.

OT 5b

„Das war nicht real ... *auf ukrainisch weiter: dann Tanja:* Das passiert nicht mir. Es kam so vor, als wäre es doch irgendwie fern.“

Musiktrenner

Sprecher:

Keine Erklärung. Hass. Grauen. Dieses Warum?
Kann sein: dieses Grauen ist in 80, in 100 Jahren noch zu spüren. Durch Schweigen weitergegeben. An Kinder und Kindeskinde.

Sprecherin:

So wie heute noch bei uns Kinder, Enkel, Urenkel der Weltkriegsgeneration zu spüren bekommen, was ihre Eltern oder Großeltern damals nicht zulassen konnten, nicht spüren durften oder konnten.

Sprecher:

Durchhalten. Zähne zusammenbeißen. Wir waren's nicht.

Sprecherin:

Und was dennoch gespürt werden will. Auch noch so viele Jahre später. Und vielleicht erst von späteren Generationen.

OT 5c „Ich habe neulich einen Bericht gelesen von Hannah Arendt, die in Deutschland war 1948, und die schrieb: es sind alles versteinerte, verstummte, erstarrte Gesichter, die nur ausstrahlen: Schweigen. Und Grauen - ah - strahlt Schweigen aus.“

Sprecherin:

Udo Baers Eltern haben den Zweiten Weltkrieg erlebt, er selbst nicht.

Sprecher:

Wo, so fragt er, kommt das Grauen heute her, seine Gefühle, her, das tiefe Unbehagen? Das ungreifbare Unbegreifliche.

Sprecherin:

Gemeinsam mit seiner Frau forscht er, sammelt durch seine pädagogische und therapeutische Arbeit jahrelang Lebensgeschichten.

Warum fühlen sich viele, die selbst den Krieg nicht erlebt haben, die vielleicht erst in den 1960er, 70er Jahren geboren sind, so unbehaust, so untröstlich: als wären sie es, die traumatisiert worden sind, durch unbegreifliche Gräueltaten.

OT 6

„Und wir haben oft beobachtet und ich bei mir auch, dass es Aufregung gibt, ohne zu wissen warum, ohne Anlass. Dass es Schuldgefühle gibt, ohne zu wissen warum. Weil viele Menschen, die Traumata erlebt haben, fühlen sich schuldig. Die Täter weniger oder gar nicht, selten. Aber die Opfer fühlen sich schuldig. Oder dass Leute sich schämen, dass Leute sich klein fühlen oder sich verstecken wollen. Oder ganz plötzlich aggressiv werden ohne Anlass, wo wir dann nachgefragt haben, wo können diese Folgen, diese Traumasymptome, wo können die herkommen? Der Schrecken, die Trigger, die Angst, die Aufregung und so weiter und dann haben wir oft festgestellt, dass es die Eltern waren oder manchmal die Großeltern waren, die schlimmes erlebt haben, im Krieg oder auch sexuelle Gewalt und sonstiges, und die auch nie darüber geredet haben und trotzdem kam es bei der nächsten und übernächsten Generation wieder zum Vorschein und wurde lebendig.“

Sprecherin:

Udo Baer ist einer von denjenigen Therapeuten, die in den vergangenen Jahren herausgefunden haben: Was zu schmerzhaft ist, was nicht verarbeitet werden kann, wird nicht nur verdrängt - es bleibt den Kindern. Das Trauma wird weitergegeben.

OT 7

„Ein Kind bekommt mit, dass die Mama oder der Papa, um mal dabei zu bleiben, Kummer hat. Und Kinder wollen den Kummer der Eltern wegmachen. Die wollen, dass die Eltern glücklich sind. Und jetzt spüren die Kinder, dass da ein Kummer ist, ein Leid ist und die haben keine Worte dafür, darüber wird nicht geredet. Und dann wirkt es wie ein schwarzes Loch, ein schwarzes Loch im Universum zieht ganze Sonnensysteme an und verschlingt sie, dieses schwarze Loch in der Familie dann das zieht die Energien der Kinder auf sich. Und die Kinder versuchen das zu ergründen, nicht nur mit dem Verstand, sondern mit dem Herzen. Und darüber werden sie dem Kummer der Eltern sehr nah und darüber springt etwas über und deren Angst wird beispielsweise zu ihrer Angst - ohne zu wissen warum. Deren Schuldgefühl wird ihrer Schuldgefühl - ohne zu wissen warum. Das ist so der Prozess, den wir beobachtet haben. Je mehr tabuisiert, je mehr verschwiegen wird, desto mehr kann etwas weitergegeben werden.“

Musik-Trenner

OT8

„Ich hab immer gedacht, warum geh ich eigentlich zur Therapie, ich hab doch nichts Schlimmes erlebt, also meine Eltern waren... wir sind viermal im Jahr in Urlaub gefahren, meine Eltern sind irgendwie nett... Eigentlich kann man ja sagen, dass ich genau das Gleiche oder meine Mutter

dasselbe hat wie ich. Dasselbe, das Gleiche? Oder dasselbe. Dass sie sich auch in dieser Welt nicht beheimatet fühlt, und das habe ich ja auch. Also sie fühlte sich nicht beheimatet, konnte sie ja nicht, weil sie niemand hatte, der wirklich sie aufgefangen hat nach diesem Trauma. Und ich hab das genauso.“

Sprecher:

Niemand, der sie auffängt. Iris ist jetzt 63. Im Schneidersitz auf dem Sofa. Sie hat viel meditiert, sagt sie, war in Indien, um zu sich zu finden: aber es sei nicht leicht, mit sich, bei sich zu sein, wenn man sich so schlecht spüren kann.

Sprecherin:

Nicht spüren. Eine der Kriegsfolgen, die erst jetzt ins Bewusstsein kommen.

Sprecher:

Viele Jahre ist Iris auf der Suche und stößt schließlich auf die Arbeiten zur transgenerativen Weitergabe von Traumata. Inzwischen die wichtigste Spur für sie.

OT 9

„Ich denke meine Mutter konnte keine richtige Mutter sein, weil sie gefühlsmäßig nicht adäquat mitgewachsen ist. Und somit war sie mehr wie unsere Schwester und teilweise sogar mehr wie die *kleinere* Schwester.“

Sprecherin:

Eltern, die manchmal nicht Eltern sein können. Auch eine der Kriegsfolgen, die erst jetzt ins Bewusstsein kommt.

OT 10

„Es gab immer wieder ein Ereignis in meiner Kindheit, was mich nicht los-gelassen hat, ne ganz kleine Sequenz, wo ich meine Mutter so alle 5 Jahre gefragt hab, was war das eigentlich damals. Das war eine Situation, da saßen wir am Tisch und ich habe Hausaufgaben gemacht und habe es nicht kapiert. Da war ich vielleicht sieben oder sechs, in der ersten, zweiten Klasse und habe meine Mutter gebeten mir zu helfen und sie saß neben mir am Tisch und hat mir nicht geholfen. Also saß einfach nur und hat mir nicht geholfen. Und da hab ich ewig dran überlegt, was war da der Grund? Und da habe ich meiner Mutter erzählt, dass sie mich nicht trösten kann und da war sie verwirrt und ich wußte, das kann sie nicht gut beantworten. Also ich erklär mir das so, das meine Mutter nicht wirklich so eine freie Sicht auf ihre - natürlich nicht - auf ihre.... Ach so, habe ich schon erzählt, dass die Eltern von meiner Mutter mit neun Jahren neben ihr im Bunker gestorben sind? Den Bunker hat mein Großvater selber gebaut und das Haus stand noch nach dem Bombenangriff, aber der Bunker ist zusammengebrochen und da sind meine Großeltern gestorben und meine Mutter war daneben gesessen mit neun und sie ist dann zu einer Großtante gekommen, die einen Bauernhof geführt hat, die praktisch alles managen musste und das war ne total harte, krasse Frau und da gab es mal so ein Erlebnis, wo sie den Widerschein von Hannover gesehen haben, offensichtlich wieder ein Bombenangriff, da ist das Trauma ausgebrochen, da hat meine Mutter zu schreien angefangen und da hat Großtante gesagt: Reiß dich zusammen, stell dich nicht so an. Also - wo meine Mutter mir das erzählt hat, ich hatte damals noch kein gutes Verhältnis zu meiner Mutter, aber da hat es langsam angefangen, wo ich so richtig ne Herzensverbindung langsam gekriegt habe zu meiner Mutter, weil ich gedacht habe: wenn dieses kleine Mädchen so etwas durchgemacht hat, das muss ja furchtbar gewesen sein ... und immer Stück für Stück je mehr ich von diesen Dingen rausgekriegt hab, desto besser ist unser Verhältnis geworden: Jetzt ist meine Mutter 88, jetzt ist es also ziemlich - fast - gut.“

Musiktrainer

OT 11

Gefühle wollen, die sind stark, die sind kräftig, die wollen leben, die wollen lebendig werden. Und die brauchen andere Menschen, mit denen sie geteilt werden. Trauer z.B. braucht andere Menschen, die auch traurig sind und die auch sagen, ja das ist traurig, was du da erlebt hast oder was du da spürst. Das Problem beim trauern ist z.B. nicht die Traurigkeit, sondern dass man es unterdrückt. Die Einsamkeit dabei, dass man es nicht teilt. Und es war eine ganze Generation, die nicht oder wenig traurig war, die sich das nicht leisten konnte, das erleben wir in den aktuellen Zeiten auch wieder, dass dieses Trauma, der Schmerz, dass der das Herz verstummen lässt und gleichzeitig ist es lebendig und kräftig und vital und pocht und will nach draußen und will geteilt, gesehen und beachtet werden.“

Sprecher:

Und wenn es erst die Kindeskind sind, die es zulassen können, das gebrochene Herz.

Sprecherin:

Udo Baer sagt: In Deutschland war es besonders schwer zu fühlen. Deutschland war Täterland. Deutschland musste mit der Scham fertig werden. Mit politischer und individueller Schuld.

Sprecher:

Darf man da sehen, spüren, dass der Krieg alle Menschen zum Opfer gemacht hat? Und bis heute macht?

OT 12

„Viele Menschen, die traumatisiert sind, beschreiben, dass sie in einen Abgrund fallen. Eine Frau sagt, ich bin aus der Welt gefallen oder ich stehe am Rande des Abgrunds. Es erschüttert einen Menschen existenziell. Und dann passiert vieles. Unter anderem passiert, dass Menschen verstummen. Auch dann nach dem Krieg, unsere Elterngeneration, Großelterngeneration, die hatten keine Rundfunksendungen über das Thema, die hatten keine Seelsorger, keine Selbsthilfegruppen, keine Bücher darüber, die mussten durch, die mussten arbeiten und die Kinder liefen mit. Also die Hausaufgaben der Eltern und Großeltern waren erst mal das Überleben in diesen traumatischen Situationen. Meine Mutter ist 91 geworden, zwei Jahre vor ihrem Tod hat sie gesagt, wir haben damals einen Fehler gemacht, auch nach der Flucht aus der DDR, wir haben zu wenig getrauert, wir haben zu wenig über unsere Gefühle geredet. Und das stimmt, das war ein Fehler, da habe ich auch einen Vorwurf, weil ich manchmal abgewiesen worden bin mit meinen Gefühlen und ich habe Verständnis weil die konnten es nicht. Beides gilt.“

Sprecher:

Jetzt wissen wir mehr, sagt Udo Baer. Wissen, wie tief in der Seele namenloses Grauen wirken kann, wenn es nie benannt, geteilt, mitgeteilt werden kann. Deswegen arbeitet er zumindest aus der Ferne mit denen, denen heute der Krieg in die Knochen fährt.

OT 13

„Ich bin in den letzten Monaten dazu übergegangen, auch mit Hilfe von Goethe-Institut und mit anderen NGOs, in der Ukraine etwas zu tun, vor allem über online, Fortbildungen, Seminare, Gesprächsrunden, Bratungen usw. Ich arbeite da nicht direkt mit den Kindern. Sondern mit Menschen, die Kinder begleiten. Die Erwachsenen sind oft noch so im Durchhaltmodus. Und diese Kinder, ja, da brauchen die Erwachsenen auch Hilfe, dass sie mit denen reden. Dass sie wissen, dass diese Kinder belastet sind. Dass wenn die Kinder nichts sagen, dass sie trotzdem Kummer haben, weil sie ihren Eltern nicht noch mehr zur Last fallen wollen. Dass die Kinder oft hilflos sind. Ich kenn Familien, die müssen jeden Abend per WhatsApp versuchen, herauszubekommen, ob der Papa noch lebt, der im Krieg ist. Da kann ich auch nicht helfen. Da hilft auch keine Therapie. Das ist der Schrecken des Krieges, das ist das Grauen der Situation. Aber ich kann ihnen sagen: Ja, ich versteh das. Das ist grauenvoll. Und reden Sie mit ihrem Kind darüber. Nehmen Sie ihr Kind in den Arm, auch wenn es das nicht einfordert. Malen Sie mit ihrem Kind. Kinder malen alles. Die malen den Schrecken, aber die malen auch die Hoffnung. Das

Wichtig ist, die Einsamkeit, die Sprachlosigkeit der Kinder zu überwinden, indem Erwachsene auch Energie und Zeit trotz des Überlebenskampfes den Kindern widmen, denen auch Möglichkeiten geben und sie anzustiften mal wieder Kind zu sein. Die werden so früh erwachsen. Und dann geben sie es weiter an die nächste Generation.“

Musiktrenner

OT 16 Ukrainisch ...

genau, das war, das hat uns auch sehr schockiert alle: es ist verständlich, wenn die sogenannte kritische Infrastruktur angegriffen wird, wenn irgendwelche Fabriken, oder eben Militärstützpunkte usw, aber – Kirchen, Entbindungshäuser, Friedhöfe: wir haben hier in der Stadt einen großen Friedhof, die sind dann mit den Panzern quer drüber, wo Menschen dann Angst haben müssen, ob dass sie die frischen Gräber überhaupt noch finden. Das ist so das letzte Stück Menschlichkeit, überhaupt kein Respekt, so eine sinnlose Wut.

Sprecher:

Ja, es gibt Kuchen. Eine kleine Geste der Gastfreundschaft, der Normalität. Mascha zehn, Marina 39, Oma Roza 65 und Uroma Lyubov, 85 Jahre. Vier Generationen, die jetzt untergekommen sind, in einem Dorf in Oberbayern. Und Tanja, so ein Glück, die schon lange in Deutschland lebt, die sie hat holen können, als der Krieg gegen die Ukraine begann.

OT 18

„Das muss man auch sagen, uns geht's jetzt wahrscheinlich viel besser als vielen anderen Familien. Wir haben uns. Wir haben uns alle in der Nähe, wir sind alle beieinander. Aber darüber sprechen und sagen , ja ich hatte Angst, ich hatte so eine Angst, oder ich hatte solche Gedanken, das ist das, was wir jetzt schon stark praktizieren, also wir sprechen immer wieder drüber.“

Sprecher:

Und die Verwandten, die Freunde, diejenigen, die noch im Land sind?

OT 19

„Ich versuche, Kontakt zu ihnen zu halten, allein schon eben, alsos sagen sie auch, allein diese Fragen: wie gehts euch?- das gibt ihnen auch das Gefühl, sie sind nicht alleine und der Rest der Welt hat sie nicht vergessen. Und das versuche ich ihnen auch zu geben.“

Musik

Sprecher:

Der Rest der Welt hat sie nicht vergessen.

Sprecherin:

Sie sind nicht aus der Welt gefallen.

Sprecher:

Traumaarbeit ist Friedensarbeit. Jetzt und für die Zukunft. Zeige deine Wunde.

OT 20 Baer:

„Wenn ich das Gefühl habe, aus der Welt zu fallen oder gefallen zu sein, dann gehöre ich nicht wirklich zur Welt. Dann muss ich versuchen, Brücken zu bauen, zu anderen Menschen, um wieder in die Welt zu kommen. Insofern ist Traumaarbeit Friedensarbeit, weil die Bewältigung von Traumata, die schrittweise Bewältigung, die auch zu einem inneren Frieden führt und mehr Frieden zwischen den Menschen ermöglicht.“

OT 21 Iris

„Manche sagen auch, also Iris, hey, dann müssten wir ja, dann sind alle von uns traumatisiert, die ganze Menschheitsgeschichte, das hat nicht mit dem zweiten Weltkrieg oder ersten Weltkrieg angefangen, wann hab ich mal gehört, genau das ist Erbsünde, also das fand ich super, also ich

hab gedacht, ja, das ist Erbsünde und solange wie es niemand anschaut, geht's immer so weiter. Eben, solange wird es auch immer so weiter gehen!"

OT 22

„Grundsätzlich wollen sie heim und sagen auch immer wieder, ja, es ist schön, sie sind ja dankbar, genau und von hier aus schaut es aus, als wäre es schon vorbei. Die Menschen arbeiten wieder. Aber es ist eben nicht vorbei.“

Musik hoch

Absage:

Frieden kriegen, Wunden zeigen. Wenn das Trauma des Kriegs vererbt wird.

Sie hörten eine Sendung von Matthias Morgenroth

Es sprachen: Hemma Michel und Thomas Birnstiel

Musik: Christoph Brandner und Martha Bahr

Ton: Michael Hollmann

Regie: Matthias Morgenroth

Redaktion: Tilmann Kleinjung

Eine Produktion des Bayerischen Rundfunks

Das Manuskript der Sendung finden Sie im Internet bei rbbkultur. Und alle 6 Folgen der Reihe „Sicher unsicher - Leben mit Krisen“ gibt es in der ARD Audiothek.