Guten Tag, PROF. DR. Michael Ermann,

vielen Dank für Ihre Artikelbestellung. Sie haben folgende Artikel ausgewählt:

23. Februar 2009

Inhalt

1. SPIEGEL-GESPRÄCH: "Der Körper vergisst nicht" vom 21.02.2009 - 15317 Zeichen
DER SPIEGEL Seite 46

Kurz-Anleitung

- ***PDF speichern:***

  Sie können dieses PDF auf Ihrer Festplatte speichern. Bitte benutzen Sie dazu das Speichern-Menü Ihres Browsers.

- ***PDF drucken:***

  Zum Drucken benutzen Sie bitte das Drucken-Menü oder klicken Sie auf den Drucken-Button Ihres Browsers.

Dieses PDF-Dokument ist ausschließlich für Ihren privaten Gebrauch bestimmt.
Die Übernahme und Nutzung der Daten zu anderen Zwecken bedarf der schriftlichen Zustimmung.
www.spiegel.de/agb

SPIEGEL-GESPRÄCH

„Der Körper vergisst nicht“

Der Münchner Psychoanalytiker Michael Ermann über seine Begegnungen mit Kriegskindern, die Weitergabe ihrer Traumata an die nächste Generation und die späte Verarbeitung im Alter

SPIEGEL: Herr Professor Ermann, Sie haben die bislang aufwendigste Studie über die Generation der Kriegskinder durchgeführt – und sind selbst 1943 in Stettin geboren. Hat der Krieg auch bei Ihnen Spuren hinterlassen?

Ermann: O ja! Ich denke, das reicht bis hin zur Wahl meines Berufs als Psychotherapeut und Psychoanalytiker. Denn hinter der Profession, Schicksale zu erforschen, steht letztlich auch das Bedürfnis, das eigene Schicksal besser zu verstehen. Aber es dauerte lange, bis ich begriffen habe, wie viele Eigenheiten meines Wesens durch den Krieg geprägt worden sind.

SPIEGEL: Welche denn?

Ermann: Ich bin ständig in Eile. Ich warte immer bis zum letzten Augenblick und komme dann unter Zeitdruck. Kürzlich fragte mich meine Apothekerin, an deren Schaufenster ich oft vorbeimuss, ob ich krank bin. Ihr war aufgefallen, dass ich mich ausnahmsweise mal im Schritttempo bewegt habe und nicht rennend.

SPIEGEL: Was hat das mit dem Krieg zu tun?

Ermann: Als meine Mutter in den Wehen lag, stand unmittelbar ein Bombenangriff bevor. Die Ärzte haben deshalb meine Geburt eingeleitet, um fertig zu sein, wenn die Flieger kommen. Die Flieger kamen, und am nächsten Morgen – so hat es mir meine Mutter erzählt – war die Frauenklinik weg. Nur das Bett der Entbindungsstation hing noch irgendwo in den Trümmern. Unter diesem Vorzeichen aufzuwachsen, das prägt.

SPIEGEL: Sie wollen behaupten, dass Babys und Kleinkinder von solchen Kriegsgeschehnissen nachhaltig beeinflusst werden?

Ermann: Natürlich. Wenn jemand als Kleinstkind ständig im Luftschutzkeller hocken musste, umgeben von herunterstürzenden Balken, wenn jemand durch brennende Städte getragen wurde, dann erzeugt das Erregungszustände, an die man sich zwar nicht mehr bewusst erinnert, der Körper vergisst sie aber nicht. Wir nennen das Körpererinnerung. So gibt es heute ältere Menschen, die reagieren an einem sonnigen Septembernachmittag auf das Brummen eines Flugzeuges mit Panik, ohne zu wissen, warum. Ihre Erinnerung an die Flieger im Krieg ist längst verblichen, und doch reagiert der Körper.

SPIEGEL: Wie hoch ist denn unter den Kriegskindern der Anteil derer, die ein Trauma mit sich herumschleppen?

Ermann: Viele der Kriegskinder, die wir für unsere Studie interviewten, haben eine ganz erstaunliche soziale Entwicklung gemacht, trotz ihrer belastenden frühen Erfahrungen. Anfangs war ich richtig überrascht, wie gut einige ihre Erlebnisse weggesteckt haben. Allerdings ist rund ein Viertel in der psychosozialen Lebensqualität eingeschränkt. Etwa jeder Zehnte gilt als traumatisiert und zeigt deutliche posttraumatische Beschwerden.

SPIEGEL: Worunter leiden diese Menschen?

Ermann: Sie leiden zum Beispiel unter wiederkehrenden, sich aufdrängenden Kriegserinnerungen, unter Angstzuständen, Depressionen und psychosomatischen Beschwerden. Besonders häufig tauchen Krämpfe, Herzrasen und chronische Schmerzen auf. Davon abgesehen haben wir bei fast allen befragten Kriegskindern Auffälligkeiten registriert, derentwegen aber niemand zum Arzt rennt. Etwa das Gefühl großer Leere. Oder der Eindruck, nicht das eigene Leben zu leben, irgendwie neben sich zu stehen. Oder Fremdheitsgefühle, Beziehungsstörungen. All das sind Merkmale dieser Generation.

SPIEGEL: Gibt es denn das typische Kriegskind?

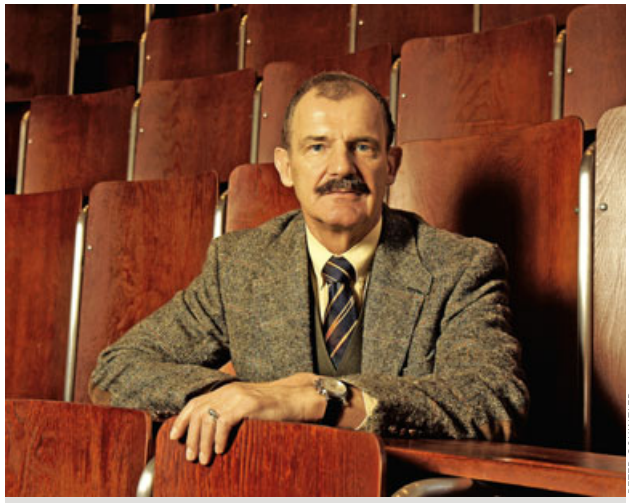
Ermann: Wer den Krieg auf dem Bauernhof im Schwarzwald erlebt hat, ist von völlig anderen Dingen geprägt als ein Kind aus Königsberg, das übers Haff flüchten musste. Vor allen Dingen werden die Erlebnisse von jedem anders verarbeitet. Die einen schaffen sich eine Idylle, werden Entwicklungshelfer oder engagieren sich karitativ. Die anderen resignieren und gehen in die Isolation. Und schließlich ist auch die Bereitschaft, sich mit der Vergangenheit auseinanderzusetzen, unterschiedlich ausgeprägt. Ein Psychologieprofessor ist dazu sicher eher willens und in der Lage als ein Metallarbeiter.

SPIEGEL: Wo hört die Schrulle auf, wo beginnt der psychische Defekt? Wann müsste man zum Arzt gehen?

Ermann: Das hängt immer vom individuellen Leidensdruck ab. Wenn jemand gelegentlich mal vom Krieg träumt, dann gehört das zum inneren Verarbeitungs- und Lebensprozess. Wenn jemand allerdings nachts ständig Angstträume hat, dann ist das eine Störung.

SPIEGEL: Hart wie Krupp-Stahl, zäh wie Leder – nach diesen Leitbildern sind viele Kriegskinder erzogen worden. Ist es derart von Verdrängung geprägten Menschen überhaupt möglich, sich später mit dem eigenen Seelenleben auseinanderzusetzen?

Ermann: Insbesondere Männer fühlen sich tatsächlich oft nur körperlich krank. Denen



PETER SCHINZLER

„Kriegskindheit“

lautet der Titel der bislang größten Studie über die Spuren, die der Zweite Weltkrieg bei Kindern hinterlassen hat. Der Münchner Psychologe Michael Ermann, 65, ließ für seine Untersuchungen zunächst 950 Personen aus dem ganzen Bundesgebiet einen Fragebogen ausfüllen. 120 dieser zwischen 1933 und 1945 Geborenen befragte er daraufhin in mehrstündigen Interviews persönlich. Die statistische Analyse der Fragebögen ergab, dass ehemalige Kriegskinder heute weit häufiger unter psychischen Störungen wie Ängsten, Depressionen und psychosomatischen Beschwerden leiden als der Bevölkerungsdurchschnitt. Ermann leitet seit 1985 die Abteilung für Psychotherapie und Psychosomatik der Psychiatrischen Universitätsklinik München.



Familien auf der Flucht aus Danzig (1945): *„Für den eigenen Kummer blieb kein Raum“*



EYAD BABA / AP

Raketenbeschuss im Gaza-Streifen (2008): *„Die verborgenen Kriegsfolgen sichtbar machen“*

zu vermitteln, dass körperliche Symptome auch auf seelischen Spannungen beruhen können, ist sehr schwer. Ich hatte einen Patienten, der war mit seinen Kopfschmerzen schon vom Neurologen zum Onkologen und zum Internisten gepilgert. Die Ärzte vermuteten einen Tumor, aber niemand konnte etwas finden. Die Kollegen haben ihn dann irgendwann zu mir geschickt. Eher beiläufig hat er schließlich erzählt, dass er ein Findelkind ist, weil er als Einjähriger beim Bombenangriff in Dresden seine ganze Familie verloren hatte.

SPIEGEL: Und woher kamen die Kopfschmerzen?

Ermann: Der Mann, gut 60 Jahre alt, hatte gerade wieder alles verloren, erst seinen Betrieb und infolge der beruflichen Niederlage auch seine Familie. Diese Situation hatte die Schmerzen ausgelöst.

SPIEGEL: Gehen Männer und Frauen unterschiedlich mit ihren Erlebnissen um?

Ermann: Männer versuchen meistens, ihre Probleme über Pflichtbewusstsein und Leistung zu bewältigen, Frauen hingegen werden oft altruistisch und engagieren sich sozial. Wir führen das darauf zurück, dass die Mütter im Krieg ihre Söhne als Ersatz für das Familienoberhaupt betrachtet haben; die Mädchen hingegen waren die Vertraute, die Freundin, mit der sie den Kummer geteilt haben. Kurz: Die Jungs mussten handeln, die Mädchen zuhören.

SPIEGEL: Was ist daran so schlimm? Stärken solche Erfahrungen nicht die Persönlichkeit?

Ermann: Die Kriegskinder sind sehr früh in die Rolle eines Erwachsenen gerutscht. Sie mussten die Last der Mütter mittragen. Das hat bei vielen dazu geführt, dass für den eigenen Kummer kein Raum blieb. Heute, als Erwachsene, haben diese Menschen Schwierigkeiten, die eigenen Bedürfnisse ernst zu nehmen, das eigene Leid überhaupt zu erkennen. Ein großer Teil unserer Interviewpartner betont immer wieder: Mir geht es doch nicht schlecht, anderen geht es viel schlechter. Deshalb hat diese Generation ihr Leid auch nie öffentlich gemacht, hat sich nie mit ihren Problemen gemeldet.

SPIEGEL: Immerhin nimmt heute in Deutschland jeder dritte Erwachsene psychologische Hilfe in Anspruch. Warum sind die Probleme der Kriegskinder da nicht eher aufgetaucht?

Ermann: Die Therapeuten unterliegen natürlich den gleichen psychischen Mechanismen. Sie gehören ja oft selbst zur Kriegskindgeneration. Auch ich habe 30, 40 Jahre lang diese Zusammenhänge nicht gesehen. Trotz der ausführlichen Lehranalyse, die ich ja im Rahmen meiner Ausbildung gemacht habe, musste ich fast 60 Jahre alt werden, bis ich die Spuren des Krieges bei mir als solche anerkannt habe. Natürlich kannte ich die Umstände meiner Geburt, alles über unsere Flucht aus Pommern und die Vertreibung nach dem Krieg. Aber das war Wissen wie aus dem Geschichtsbuch. Ich hatte kein Gefühl dazu. Mit mir hatte das nur wenig zu tun. Es war sozusagen mein blinder Fleck. Heute weiß ich: Diese Form der Verdrängung teilte ich mit vielen anderen.

SPIEGEL: Welche Rolle spielt der Schuldkomplex der Deutschen?

Ermann: Die Deutschen fühlten sich offensichtlich und zu Recht schuldig. Deshalb hatten die Eltern der Kriegskinder massive Probleme, sich mit ihrem Schicksal zu beschäftigen. Außerdem wurde in der Nachkriegszeit das gesamte Interesse vom Wiederaufbau aufgesogen. Die Arbeit war eine gute Gelegenheit, vor der Verantwortung

für das Terrorregime und den Holocaust zu flüchten.

SPIEGEL: Und warum wird nun heute, 70 Jahre nach Kriegsbeginn, so intensiv darüber geforscht und diskutiert? Funktioniert die kollektive Verdrängung nicht mehr?

Ermann: Die Kriegskinder sind in ein Alter gekommen, in dem sie die Vergangenheit gleich zweifach einholt. Zum einen liegt das an neurophysiologischen Prozessen; im Alter erinnern wir uns plötzlich wieder an Erlebnisse, die lange verschüttet waren. Zum anderen ist das Alter eine Lebensphase, in der viele Menschen vereinsamen, in der alles, was jahrzehntelang Halt gegeben hat, die Familie, der Beruf, langsam wegbricht. Damit bricht dann auch die mentale Abwehr zusammen.

SPIEGEL: Wann werden die Deutschen das Trauma denn endlich überwunden haben? Wenn die Kriegskinder gestorben sind?

Ermann: Nein, das Trauma ist ins Leben geflossen. Die Kriegskinder haben ihr Lebensgefühl längst an die Kriegsenkel weitergegeben, wenn auch in verdünnter Form. Wir wissen aus der Holocaust-Forschung, dass Traumata über Generationen weitergegeben werden können. Die Kinder der KZ-Opfer leiden zum Teil unter schweren psychischen Störungen, die direkt auf die schrecklichen Erfahrungen der Eltern zurückzuführen sind.

SPIEGEL: Eltern geben ihre traumatischen Erfahrungen als Kriegskind über die Erziehung weiter?

Ermann: Auf unterschiedlichste Art. Manche haben ihre Kinder zu nachgiebig erzogen, gerade weil sie es selbst so schwer hatten. Andere haben große Empathiestörungen ihren Kindern gegenüber, nach dem Motto: „Mit mir hat sich ja auch nie jemand beschäftigt."

SPIEGEL: Wie geht es den Enkeln heute?

Ermann: Die Kinder der Kriegskinder fühlen sich oft genauso fremd im eigenen Leben wie ihre Eltern und nehmen den eigenen Kummer, die eigenen Bedürfnisse nicht ernst. Auch die Generation der Enkel ist sehr leistungsorientiert und pflichtbewusst. Sie kümmern sich um die Eltern, übernehmen im Job viele Pflichten, wählen oft soziale Berufe und versuchen meist unbewusst, etwas wiedergutzumachen. Manchmal leiden sie an gravierenden Störungen, die unverständlich erscheinen, wenn man sie nicht in Verbindung mit der traumatisierten Elterngeneration sieht. Wir bekommen übrigens vermehrt Zuschriften von dieser Generation, Menschen zwischen 30 und 50 Jahren, die mehr über das Thema wissen wollen.

SPIEGEL: Den Enkeln fällt es heute leichter, über den Krieg zu sprechen, als den Kriegskindern?

Ermann: Von jeher wurde und wird in vielen Familien über den Krieg gesprochen, allerdings meist in einer ritualisierten Form. Erzählt werden immer die gleichen Anekdoten, Abenteuergeschichten. Die persönliche Beteiligung spielt dabei kaum eine Rolle. Eine Interviewpartnerin erzählte, dass in ihrer Familie regelmäßig vom Krieg gesprochen wurde. Aber ein Teil der Geschichte blieb unausgesprochen. Sie vermutete, dass während der Besetzung jemand in der Familie vergewaltigt worden war. Sie hat sich aber nie getraut, danach zu fragen, obwohl sie ahnte, dass es ihre große Schwester war. So ein Geheimnis belastet. Und die Enkel trauen sich noch weniger, an solchen vergrabenen Geschichten zu rühren.



PETER SCHINZLER

Therapeut Ermann (M.), SPIEGEL-Redakteure*
„Die mentale Abwehr bricht zusammen"

SPIEGEL: Ist das Trauma vererbt worden, weil es so lange totgeschwiegen wurde?

Ermann: Ja, in diesem Fall ganz sicher. Deshalb sollte die Enkelgeneration jetzt mit ihren Eltern reden, solange sie noch leben.

SPIEGEL: Haben englische oder französische Kriegskinder ihre Erfahrungen mit Bombenhagel, Tod und Zerstörung besser aufgearbeitet?

Ermann: Sehr viel früher und intensiver. Die ersten Forschungsprojekte begannen schon in den vierziger Jahren. In London hat sich Anna Freud in sogenannten Nurseries um die Kriegskinder gekümmert. Ganz im Gegenteil zu den Japanern, die mit der Vergangenheitsbewältigung noch größere Probleme haben als wir. Dort ist die Neigung, die Dinge zu überspielen und zu verschweigen, offenbar noch ausgeprägter.

SPIEGEL: Die Kriegskinder sind heute 64 Jahre oder älter. Ist es für sie überhaupt noch sinnvoll, sich mit den Erlebnissen von einst zu beschäftigen?

Ermann: Man kann die Narben nicht verschwinden lassen, schon gar nicht die, die in den tiefen Schichten des Unbewussten stecken. Klar ist aber, dass Selbsthilfegruppen und Therapien dabei helfen, ein neues Selbstverständnis zu bekommen, nicht mehr so fordernd mit sich selbst umzugehen, aber auch der Enkelgeneration größeres Mitgefühl entgegenzubringen. Man sollte versuchen, eine „positive Kriegskindheitsidentität" zu entwickeln. Dazu ist es nie zu spät.

SPIEGEL: Sie beobachten seit Jahren bei Patienten das Unheil, das ein Krieg anrichten kann. Verbinden Sie mit Ihrer Studie eine Botschaft?

Ermann: Natürlich weiß ich, dass wir mit unserer Studie nicht den nächsten Krieg verhindern können. Aber wir können wenigstens die bislang verborgenen Kriegsfolgen sichtbarer machen. Wir wollen zeigen, dass jeder Krieg Dauerfolgen hat. Dass ein Krieg Menschen zerbricht und über Generationen hinweg hart gegen sich und damit auch hart gegen andere macht. Schon aufgrund der psychischen Folgen zieht also jeder Krieg den nächsten nach sich. Und wenn ich heute die vielen Kinder im Gaza-Streifen im Fernsehen sehe, graut es mir vor der Zukunft.

SPIEGEL: Professor Ermann, wir danken Ihnen für dieses Gespräch.



ULLSTEIN BILD

Diktator Hitler*: *„Narben in tiefen Schichten des Unbewussten"*

* Oben: Ulrike Demmer, Alfred Weinzierl in der Emil-Kraepelin-Bibliothek der Ludwig-Maximilians-Universität München; unten: im März 1945 in Berlin bei der Überreichung des Eisernen Kreuzes an Hitler-Jungen.