

# Lange Schatten einer schweren Kindheit

Ein erheblicher Teil der älteren Bewohner leidet unter Kriegstraumata, auch wenn diese nicht als solche wahrgenommen werden. Die Heimleitung sollte dafür sorgen, dass alle Mitarbeitenden dafür sensibilisiert sind, und entsprechende Fortbildungen veranlassen.

Text: Borghild Wicke-Schuldt

**D**ie Kriegskinder des zweiten Weltkrieges sind heute 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 längst verschüttet waren. Zum anderen ist das Alter eine Lebensphase, in der alles, was jahrzehntelang Halt gegeben hatte, die Familie, der Beruf, langsam wegbricht. Und dann fällt auch die mentale Abwehr ins sich zusammen.

Viele Menschen klagen vor allem über wiederkehrende Depressionen, unerklärliche Schmerzen oder Panikattacken. Da ihre Ängste nicht von Bildern der Kriegsschrecken begleitet werden und es auch in ihren Träumen keinerlei Hinweise dafür gibt, kamen sie nicht auf die Idee, sie könnten von Kriegserlebnissen belastet sein.

## Historische und biografische Hintergründe für die Beschwerden

Heute weiß man, dass ein erheblicher Teil der älteren Patienten unter Kriegstraumata leidet. Ein Drittel jener Menschen, die ihre Kindheit und Jugend im Krieg verbrachten, ist noch heute von den Spätfolgen belastet. Ein weitaus höherer Anteil lebt inzwischen in den Einrichtungen der Altenhilfe.

Wenn man Menschen dieser Jahrgänge verstehen will, ist eine besondere Aufmerksamkeit für die geschichtlich bedingten Hintergründe ihrer Beschwerden notwendig. In der Altenpflege muss man sich diesem Thema stellen. Der Blick auf die Kriegskindheit lässt sich bereits im Einzugsgespräch vom Heimleiter vorbereiten

Zum einen sind es die Flakhelferjungen, die noch zum Ende aktiv am Krieg teilgenommen haben, zum anderen jene Kinder, die auf der Flucht oder im Luftschutzkeller geboren wurden. Je kleiner die Kinder waren, als die Katastrophe über sie hereinbrach, umso gravierender die Spätfolgen. In der Altersgruppe derer, die in den 1940er-Jahren geboren wurden, und sich kaum oder gar nicht an das Kriegsgeschehen erinnern

## Das Thema muss einen Platz bei den Fallbesprechungen im Team haben und sensibel in die Biografiearbeit einfließen

(siehe Altenheim 7/2018). Heimleiter müssen dafür sorgen, dass dieser Aspekt von allen Mitarbeitenden beachtet wird, und entsprechende Fortbildungen veranlassen.

Das Thema Kriegskindheit muss außerdem einen Platz bei den Fallbesprechungen im Team haben und sensibel in die Biografiearbeit einfließen.

### Was sind Kriegskinder?

Die Jahrgänge 1930 bis 1945 sind als Kinder und Jugendliche belastet. Je kleiner die Kinder waren, als die Katastrophe über sie hereinbrach, umso gravierender die Spätfolgen. Bei diesen Jahrgängen handelt es sich um mehrere Generationen. Denn es macht einen Unterschied, in welchem Alter ein Kind dem Krieg ausgeliefert war, ob als Säugling, als Kleinkind, ob vor oder nach der Pubertät.

können, werden heute die größten Beeinträchtigungen sichtbar. Weit verbreitete Meinungen dazu:

- o Die Kinder des Krieges sind gut weggekommen. Kinder nehmen das doch nicht so wahr. Andere haben es schlimmer gehabt.
- o Es hat uns nicht geschadet.
- o Das war für uns normal. Es war nie langweilig.
- o Wir haben in dieser Zeit auch viel Schönes erlebt.

Auch im Nachhinein fehlt der Mehrzahl der Betroffenen das entsprechende Gefühl für das, was sie an Schrecken erlebt hatten. Man erzählt vom zerbombten Haus in der Art „nichts Besonderes“, so was hat man eben weggesteckt.

Es stellte sich heraus, dass diese Menschen das Festhalten an eigentlich nicht



In der Altersgruppe derer, die in den 1940er Jahren geboren wurden und sich kaum oder gar nicht an das Kriegsgeschehen erinnern können, werden heute die größten Beeinträchtigungen sichtbar.

Foto: AdobeStock/Brigitte Bohnhorst

passenden Gefühlen bis hin zur Fühllosigkeit heute noch ganz normal finden.

Das war damals die Überlebensstrategie. Keiner konnte sich Gefühle erlauben, man musste handeln und nicht trauern um Verluste, und für die Gefühle eines traurigen Kindes hatten die Erwachsenen keine Zeit, keinen Raum, keine Energie. Also lernte das Kind, seine traurigen Gefühle und seine Ängste in sich zu verschließen, tapfer und ruhig zu sein und zu funktionieren.

Rückblickend war das eine tüchtige, fürsorgliche, unauffällige Generation. Die Menschen haben unser Land mit seinem Wirtschaftswachstum aufgebaut und sie waren auf materielle Sicherheit bedacht.

### Was mussten Kinder in den Kriegsjahren erleben?

- o Familien ohne Väter, Soldatenväter nur bei Heimaturlaub,
- o Bombenangriffe auf Städte und Dörfer, auf Verkehrswege, Bahnhöfe,
- o gezielte Angriffe auf zivile Menschen und Kinder,
- o Zerstörung der Häuser und Wohnungen im Bombenfeuer, Phosphorbomben und Feuersturm,
- o Evakuierung der Frauen und Kinder aus den Städten aufs Land,
- o Einquartierung bei fremden Leuten,

- o Flüchtlingsströme aus Pommern, Schlesien, Ostpreußen, der Tschechoslowakei, Serbien von 1944 bis 1946,
- o Lagerleben, Einquartierung, Flucht und Suche nach Nahrung und nach Unterkunft.

Halb Deutschland war zum Kriegsende unterwegs auf der Straße: verlumpt, arm, hungrig, krank, auf der Suche nach Verwandten, zwischen den Besatzungszonen hin und her geschoben. Das muss die Flüchtlinge zur Verzweiflung gebracht haben, denn das Grauen hinter ihnen war frisch. Damals war jeder zweite unterwegs, es zogen mehr Frauen als Männer umher.

Frauen und Mütter waren nie ausgeschlafen. Immer ausgepowert und erschöpft, rappelten sie sich dennoch immer wieder auf und suchten ihre Kinder und sich zu ernähren und eine Heimat zu geben.

Während des Krieges nahmen fünf bis zehn Millionen Menschen an Evakuierungen teil, diese dauerten wenige Wochen bis zu zwei Jahren. Zwei Millionen Kinder und Jugendliche, die durch die Kinderlandverschickung irgendwo in der Ferne abgesetzt worden waren, befanden sich bei Kriegsende auf den Straßen. Und sie mussten sich nun allein durchschlagen und ihre Heimat suchen,

die es oft nicht mehr gab. Die Massenunterkünfte waren ein Horror, es gab kaum Essen und keine sanitären Anlagen. „Hamstern“ war bis 1947 notwendig, um nicht zu verhungern. Das war Klauen für das Überleben. Kinder standen Schmiere, Mütter sammelten z.B. Kartoffeln auf dem Feld ein.

### Statistik von 1950:

- o 3 Millionen Gefallene
- o 2 Millionen Vermisste
- o 2 Millionen Kriegsversehrte, davon 500 000 Schweramputierte
- o 2 Millionen Heimkehrer aus Kriegsgefangenschaft

Die Männer hatten Hunger, waren körperlich und seelisch krank durch schreckliche Kriegereignisse. Das führte zu cholerischen Ausbrüchen, auch zu Übergriffen und Missbrauch, Sadismus und es gab Morde an Kindern in hohem Maße.

### Welche Verhaltensweisen zeigen Kriegskinder im Alter?

Die Kinder haben gelernt, ihre Gefühle nicht zuzulassen, diese zu verdrängen, und zu funktionieren. Das war notwendig, um zu überleben. Sie haben kein gut ausgebildetes emotionales System, kein starkes Nervensystem und wenig

## EIN FALLBEISPIEL

**Christa M., Jahrgang 1937.** Auf ihrem Wohnzimmerschränken steht ein gerahmtes Foto einer jungen Familie mit einem zweijährigen Mädchen. Christa schaut wehmütig auf dieses Foto und sagt mit verzweifelndem Ausdruck: „Oh, wären wir doch noch länger eine Familie gewesen! Ein paar Jahre nur!“

Sie erklärt, dass dieses Foto das letzte und einzige von ihr mit ihren Eltern ist. Der Vater musste danach gleich wieder als Soldat in den Krieg und kam nicht mehr zurück. Die Mutter war verzweifelt. Das kleine Mädchen wuchs mit der Aufgabe auf, die verzweifelte Mutter zu trösten. Später kamen die Bombenangriffe auf die Stadt. Christa musste in den Keller. Die Bomben schlugen ein. Alles bebte. Riesige Staubwolken nahmen den Atem.

Es gab keinen richtigen Schulunterricht, denn immer wieder wurden die Menschen aus der Stadt aufs Land umgesiedelt, so auch Christa und ihre Mutter.

„Ich hatte nie eine Klassengemeinschaft, sowas habe ich nicht gekannt. Immer wieder wurde ich aus Zusammenhängen gerissen. Ich hatte nur meine Mutter. Und für die musste ich da sein, denn sie war als junge Frau so verzweifelt über den Tod ihres Mannes und ich war das einzige, was ihr geblieben war.“

Christa M. hat ihr Leben genossen, sie hat gearbeitet, heiratete einen gleichaltrigen Mann, mit dem sie sich gut verstanden hat. Und immer hatte sie die Mutter nah bei sich gehabt und diese gepflegt bis zum Tod. Nun möchte sie ihr Alter in einer betreuten Umgebung genießen.

Aber nachts kommen die Alpträume und die Asthmaanfälle. Dann muss sie aufstehen und umherlaufen und bekommt keine Ruhe. Tagsüber hat sie Durchfälle und traut sich nirgendwo hin. Nur früh morgens macht sie sich auf den Weg und erledigt ihre Besorgungen. Sie nimmt am gemeinsamen Mittagessen teil. Danach bleibt sie alleine in ihrer Wohnung und ist zu keinen gemeinsamen Aktivitäten mehr fähig.

Selbstbewusstsein. Viele haben nicht die Fähigkeit, ihre Gefühle wahrzunehmen und zu zeigen. Trotzdem haben diese Menschen ihr Leben gemeistert und irgendwie funktioniert.

Im Alter kommt jedoch die Erinnerung, es kommt vieles hoch, es ist die Chance zum Bearbeiten der erlittenen Traumata. In den Kriegskindern steckt viel Trauer, die nicht ausgelebt werden konnte. Aufgrund einer entbehrensreichen Kindheit können sich negative Verhaltensweisen entwickeln. Diese Menschen sind geprägt von dem Gefühl des Verlustes. Sie sind immer zu kurz gekommen, sie hatten keine

glückliche Kindheit. Sie sind grundsätzlich nicht zufrieden und sie wollen im Alter einfordern, was ihnen entgangen ist. Das Gefühl von Ohnmacht wird kompensiert durch das Ausleben von Macht und Kontrolle über andere Menschen, herrisch sein, andere kommandieren. Der Verlust von Angehörigen, die Halt im Leben gaben, wird besonders stark empfunden. Nach dem Tod des Partners oder des Elternteils ziehen sich diese Menschen häufig vollständig zurück. Diese Senioren wollen alleine sein und sie sind schwer zu gemeinschaftlichen Aktivitäten zu motivieren.

Durch den Mangel an Lebensmitteln in der Kindheit und Hungerzuständen können sich chronische Krankheiten und Schmerzen bis ins hohe Alter erhalten. Auch die seelischen Belastungen in der Kindheit schlagen sich in körperlichen Erkrankungen nieder.

### Negative Verhaltensweisen

- schwache Nerven, nicht belastbar sein
- unzufrieden sein
- anspruchsvoll sein
- Macht über andere ausüben
- alles kontrollieren wollen
- sozialer Rückzug, Isolation

### Körperliche Erkrankungen

- Depressionen
- Ängste
- Blutdruckschwankungen
- Chronische Schmerzen
- Magen-Darm-Erkrankungen
- Herzbeschwerden
- Asthma

### Die Aufgabe der Mitarbeiter

Mitarbeiter, die ihre Senioren glücklich, dankbar, aktiv und zufrieden sehen wollen und sich für diese Ziele große Mühe geben, können dies bei vielen Menschen der Kriegsjahrgänge nicht erreichen. Es liegt nicht an den Mitarbeitenden. Es liegt an den Ereignissen der Geschichte, dass so manche Senioren einfach nicht zufrieden sind. Mitarbeiter sollten sich also dafür nicht die Schuld geben und in Selbstzweifel fallen.

Ihre Aufgabe ist es, den Senioren eine gute und zuverlässige menschliche Beziehung zu bieten, so dass sich diese im Alter sicher aufgehoben fühlen. Sie sollten offen und interessiert an den Kindheitserlebnissen im Kriege sein, ohne den Senioren dieses Thema aufzudrängen. Eine gut geführte Einrichtung kann den Kriegskinder-Jahrgängen ein Stück Geborgenheit geben, welches ihnen in der Kindheit verloren gegangen war. Aber viele Senioren können das oft gefühlsmäßig nicht bestätigen, weil sie in dieser Hinsicht emotional geschädigt sind.

### MEHR ZUM THEMA

**Kontakt:** [www.besserleiten.de](http://www.besserleiten.de)

**Borghild Wicke-Schuldt,**  
Dipl.-Pädagogin,  
Organisationsberaterin,  
ehem. Heimleiterin.

