



PESSO BULLETIN

Aktuelles aus Theorie, Praxis, Aus- und Weiterbildung in PBSP

www.Pesso-Therapie.org

Nr. 17 Februar 2013

Editorial

Liebe LeserInnen und Leser

Wir stellen Ihnen im redaktionellen Teil eine Thematik vor, die bisher noch nicht in einem Bulletin behandelt wurde, aber schon Gegenstand vieler Therapien gewesen ist: Die transgenerative Weitergabe von Kriegstraumata. Es werden zahlreiche Möglichkeiten der Behandlungstechnik vorgestellt, und die Beiträge über Kriegskinder und –enkel machen in beeindruckender Weise deutlich wie viele Aspekte dieses Thema hat.

Al PESSO hat einen beeindruckenden und viel beachteten Vortrag auf der DGSF-Tagung gehalten. Thesenartig zusammengefasst finden Sie, was die PESSO-Therapie für TherapeutInnen und KlientInnen bietet und leistet. Uwe Minde berichtet, wie seine Ausführungen zur PESSO-Therapie auf dem DGVT-Kongress in Berlin aufgenommen wurden.

Wir hoffen, es ist uns gelungen, Ihnen ein interessantes Bulletin zu liefern. Über Ihre Rückmeldungen freuen wir uns und schliessen mit der Anregung, uns weitere Beiträge zu diesem Thema zu senden.

Für die Redaktion Diethelm Chinnow

Inhalt

Barbara Fischer-Bartelmann: Arbeit mit Kriegsgeschichten in der PESSO-Therapie.....	Seite	2
Susanne Hasenfuss und Diethelm Chinnow: Kriegskinder und Kriegsenkel	Seite	11
Susanne Hasenfuss: Transgenerative Weitergabe von Kriegstraumata	Seite	15
Aus dem Vorstand: Tätigkeitsbericht.....	Seite	20
DGSF Tagung: Was PESSO-Therapie leistet.....	Seite	22
Uwe Minde: PBSP auf dem DGVT-Kongress in Berlin	Seite	23
Weiterbildung: 10. Dreijährige WB	Seite	24
Impressum	Seite	25

Barbara Fischer-Bartelmann

Arbeit mit Kriegsgeschichten in der Pesso-Therapie

Die beiden Artikel in diesem Bulletin, einer gemeinsam von Susanne Hasenfuss und Diethelm Chinnow, und der andere von Susanne Hasenfuss, geben eine gute Übersicht, welche Inhalte und Symptommatiken uns begegnen, wenn wir mit den Auswirkungen des Krieges auf unsere KlientInnen arbeiten. Ergänzend möchte ich hier einige Punkte anführen, die sich auf die Behandlungstechnik der Pesso-Therapie beziehen, nämlich die Arbeit mit Löchern im Rollengefüge, und die Arbeit mit Traumata

Ich will und kann hier keine vollständige Systematik von Behandlungsschritten anbieten, vielmehr eine Materialsammlung von Ideen aus einer Vielzahl von Strukturen, die sich für unterschiedliche Klienten als glaubhaft herausgestellt haben. Jede Struktur ist anders, und immer wieder werde ich mit Geschichten und Vorgaben von Klienten konfrontiert, für die und mit denen ich eine neue, noch nie zuvor angebotene Lösung finden muss. Aber das Erstaunliche ist: Es gibt sie immer. So möchte ich mit dieser Sammlung gerne zu eigener Kreativität anregen, aber auch auf ein paar grundsätzliche Möglichkeiten und Gesichtspunkte aufmerksam machen.

1. Löcher im Rollengefüge

Wann immer wir es mit Kriegskindern und Kriegsenkeln als Klienten zu tun haben (und das bedeutet in unserer Kultur fast immer), wird es Löcher im Rollengefüge der Familie geben, die wir in der Pesso-Therapie mit Hilfe von Filmen bearbeiten.

a) Fehlen von Personen und Funktionen

Diese Löcher entstehen ja nicht nur dadurch, dass jemand aus dem Familiensystem durch Kriegsfolgen gestorben ist. Auch die Abwesenheit beispielsweise der Väter, die als Soldaten eingezogen worden sind oder, als unabhkömmlich freigestellt, in unglaublichem Mass mit Arbeit belastet wurden, hinterlässt eine Lücke im Familiensystem. Schliesslich muss man sich klar machen,

Buchstäbliche Löcher (Fehlen von Personen):

- a. Tod
- b. Verletzung, Invalidität
- c. Abwesenheit durch Kriegsdienst und Gefangenschaft
- d. Getrenntwerden auf der Flucht, in Lagern
- e.

Funktionale Löcher (zeitlich / seelisch abwesend):

- Überlastung
- Traumatisierung
- in Trauer um Menschen
- in Trauer um Heimat, Besitz, Identität

dass mit Löchern im Rollensystem auch *funktionale* Lücken gemeint sind, und die muss man bei allen Menschen, die Trauma erlebt haben, annehmen: Sie waren seelisch nicht in allen Kapazitäten und Funktionen anwesend.

Die Umkehr in den Filmen besteht also einerseits, das Fehlen von Personen betreffend, in Idealen Figuren, die nicht gestorben oder abwesend gewesen wären, andererseits, die funktionalen Löcher betreffend, in Idealen Figuren, die nicht traumatisiert oder dissoziiert gewesen wären, sondern seelisch präsent und heil, ruhig und mitfühlend, mit sich und mit PartnerIn und Kindern emotional im Kontakt.

Was diese emotional verfügbaren Idealen Eltern angeht, ist es mir wichtig, hier keine magischen Lösungen anzubieten, also Menschen, die ein massives Trauma wunderbarerweise unbeschadet überstanden hätten. Wollen wir solche seelisch heilen

Idealen Eltern darstellen, dann sollten wir uns entweder Voraussetzungen ausdenken, wie die Erfahrung der Traumatisierung selbst hätte vollständig abgewendet werden können, oder wie eine wirklich glaubhaft ausreichende Hilfe zu deren Bewältigung hätte aussehen können. Mehr dazu weiter unten.

b) Ungerechtigkeiten

Erinnern möchte ich ausserdem daran, dass die Dynamik des Messias-Gens durch alle Arten von Geschichten von Ungerechtigkeiten ausgelöst

wird, und auch hiervon gibt es kriegsbedingt jede Menge: Jugendliche und Erwachsene, die um ihre Jugend betrogen, um Ausbildungsmöglichkeiten und Lebenspläne gebracht worden sind, durch Propaganda und Ideologie verführt wurden und ihre persönliche Integrität verloren haben, oder sich mit hohen, fast nicht zu rechtfertigenden Kosten seitens ihrer Familie für den Widerstand entschieden haben; Familien, die durch Vertreibung oder Bomben um die Früchte ihres Lebenswerkes betrogen worden sind, oder als Vertriebene oder Flüchtlinge mit der Ablehnung und Verachtung in ihrer neuen „Heimat“ zu kämpfen hatten. Auch solche Ungerechtigkeiten und Schicksalsschläge kann man als Löcher auffassen bzw. in Filmen dafür heilende Gegenbilder entwerfen, wo diese Ungerechtigkeiten korrigiert werden:

c) Mitgefühl

Schliesslich sollten wir daran denken, dass eine mögliche Frage zur Identifikation nötiger Filme lautet: Für wen hattest Du *Mitgefühl*? Nicht selten haben wir massive Effekte von Survivor's Guilt und Unfähigkeit, selbst glücklich zu sein, die sich auf Opfer ausserhalb der eigenen Familie beziehen, sodass wir Filme für diese Opfer entwerfen müssen.

2. Umsetzung in Filmen

a) Filme zweiter Ordnung (Film im Film)

Sowohl für diese Art Filme (z.B. für den – in der Realität gefallenen – Jugendfreund des Grossvaters) als auch für die Filme, die wir für die KriegsErwachsenen machen, möchte ich ausserdem an die Möglichkeit und Notwendigkeit von *Filmen 2. Ordnung (Film im Film)* erinnern. Sehr häufig können wir uns zusammen mit den Filmen, die wir konstruieren, Gedanken machen, wer von diesen Umständen und Ereignissen ebenfalls Zeuge geworden ist (unbewusst Löcher gefüllt hat), und

Umkehrung Ideeller und materieller Verluste und Ungerechtigkeiten

- Unbeschwertheit der Jugend
- Ausbildungsmöglichkeiten und -wahl
- Auswahl von Partnern, Ehepartner ist „erste Wahl“
- glaubwürdige Vorbilder und prägende gesellschaftliche Institutionen
- persönliche Integrität und Unschuld
- Heimat
- Identität
- gesellschaftliche Einbettung
- Familienerbe, Hof, Betrieb...
- Sicherheit
- frei gewählte Abenteuer
- Weltläufigkeit
-

diese Personen als Zuschauer für diese Filme darstellen. Sowohl an die Klienten als auch an die weiteren „Zuschauer“ richtet sich dann der den Film abschliessende Satz der Idealen Figuren: „Das wäre nicht Deine Verantwortung/ Aufgabe/ Sorge/ Last gewesen!“

Eine kleine Erinnerung zur Verbindung mehrerer Filme: Nicht nur für den Klienten, auch für seine Verwandten / Eltern gilt: Wer Löcher gefüllt hat, dessen Empfänglichkeit ist eingeschränkt, und der kann selbst nichts von idealen Figuren bekommen. Das bedeutet: wenn wir anbieten, eine Reale Person in einem Film mit Idealen Figuren zu versorgen, und die Empfänglichkeit dieser Person ist noch nicht vorstellbar, weil sie ihrerseits Löcher gefüllt

hat, dann wird auch dieser Film für den Klienten nicht glaubhaft sein.

Sollte sich das während der Arbeit erst herausstellen, lässt man diesen Film „als Baustelle“ stehen und schafft die notwendigen Bedingungen für sein Funktionieren, bevor man zu ihm zurückkehrt; mit mehr Erfahrung kann man dies aber voraussehen und gleich diese Bedingungen schaffen: indem man die Person, die in diesem Film etwas erhalten soll, vorher aus den Löchern „herausholt“, die sie gefüllt hat; spricht: für sie zuvor die nötigen Filme zweiter Ordnung macht, in denen sie als Zuschauer immer wieder gesagt bekommt: Das wäre nicht Deine Verantwortung/ Sorge gewesen, Du hättest Kind sein können...“

b) Wie kehrt man den Krieg um?

In der konkreten Umsetzung in den Filmen gibt es verschiedene Möglichkeiten die ich in folgende Gruppen einteilen möchte:

Wenn in dem Film psychologische Defizite der Kriegskinder im Fokus stehen, ist die allgemeinste und effizienteste „Standardlösung“ die Einführung Idealer Eltern in

einem Film, die sagen: „*Wenn wir Deine Idealen*

Mit wem hattest Du / hatte Dein(e) ... Mitgefühl?

- a. gefallene Kameraden
- b. umgekommene / deportierte Nachbarn, Freunde, Verwandte...
- c. gegnerische Soldaten, die der (Groß)Vater getötet hat
- d. Juden
- e. Widerstandskämpfer
- f. ausländische Kriegsgefangene
- g. vertriebene Menschen, in deren Haus man einquartiert wurde
- h.

Eltern gewesen wären, in einem Land ohne Krieg, dann hätten wir...“

Gelegentlich stehen aber auch die direkten Auswirkungen der geschichtlichen und gesellschaftlichen Rahmenbedingungen im Fokus, nicht so sehr die der Persönlichkeit der Eltern. Dann gibt es die Möglichkeit, *ein Ideales Land einzuführen und symbolisch darzustellen, oder eine Ideale Heimat, oder eine Ideale gerechte Regierung*, die zu den Realen Personen spricht: „Wenn ich da gewesen wäre, dann hätte es keinen Krieg gegeben, Du hättest nicht Soldat werden müssen, du hättest dein Studium abschliessen können...“

Manchmal bietet es sich an, in einen solchen Film mehrere Reale Personen gleichzeitig einzuführen, die gemeinsam von dieser alternativen Möglichkeit profitieren hätten: „Ihr wäret nicht getrennt worden, hättet auf Eurem Hof bleiben können...“

Den „Zugang“ zur Vorstellung dieses Idealen Landes kann man für manche Klienten durch eine zeitliche Dimension erleichtern (dieselbe Heimat in einer anderen historischen Zeit ohne Krieg), für andere geographisch (ein anderes Land, ein anderer Erdteil, wo es zu dieser Zeit keinen Krieg gab), viele brauchen aber keine dieser beiden Hilfskonstruktionen.

Manche Klienten ziehen konkretere Optionen vor, wie sich die Herrschaft der Nazis oder der Krieg hätte abwenden lassen, sei es auf nationaler Ebene (eine Ideale Zivilgesellschaft, die sich rechtzeitig gegen den Nationalsozialismus solidarisiert hätte...) oder internationaler (eine Ideale Internationale Gemeinschaft, die früher und effizienter gegen Hitler vorgegangen wäre...) oder, je nach historischem Detailwissen der Klienten, Lösungen, die bis in die Zeit nach oder sogar vor dem ersten Weltkrieg zurückreichen. So wie in Familiensystemen manchmal sehr frühe Filme, Generationen zurückliegend, den Schlüssel zur Auflösung generationenweiter Verstrickungen bieten, die sich dann „kaskadenmässig“ auflösen, so brauchen manche

Klienten Filme, die für sie eine glaubwürdige Alternative zu den historischen Vorbedingungen des Dritten Reiches darstellen.

Eine weitere Möglichkeit, die vielen Klienten wichtig ist, sind Filme mit Idealen Figuren, die zwar nicht den Krieg hätten abwenden können (die eigentliche „ideale“ Lösung), sondern dessen *Bewältigung* erleichtert hätten. Das kann von Idealen Sanitätern, die Verwundete hätten versorgen können, über ideale Therapeuten oder Angehörige, die mit den Heimgekehrten über ihre Erlebnisse geredet hätten, bis hin zu einer Idealen Gemeinde gehen, die die Flüchtlinge bereitwillig aufgenommen, gerecht behandelt und in allen möglichen Dingen unterstützt hätte.

Bei der Wahl dieser verschiedenen Varianten lasse ich mich weitgehend von meinen Klienten leiten, was sie für Ideen haben bzw. was für sie glaubwürdig ist.

c) Choreographische Hinweise

An dieser Stelle möchte ich noch ein paar praktische und choreographische Hinweise zur Konstruktion von Filmen im Zusammenhang mit dem Krieg geben, die helfen, diese plastisch werden zu lassen¹:

1. Meiner Erfahrung nach lohnt es sich sehr, das Ideale Land in den Filmen ganz konkret darzustellen. Da damit so gut wie immer auch ein Platzthema berührt ist, wähle ich dafür gerne Gegenstände, in denen die übrigen dargestellten Figuren tatsächlich „drin“ sein können. Typischerweise wird das Ideale Land mit einem Tuch oder einer Decke dargestellt, auf der die übrigen Personen mit kleineren Gegenständen (Steine, Papierblätter, Muscheln,...) symbolisiert werden

Nicht vergessen: Filme zweiter Ordnung (Film im Film)!

Wenn mein Klient Kriegsenkel ist, und seine Eltern Kriegskinder, dann werden diese sowohl

- a. selbst Defizite erlebt als auch
- b. ihrerseits Löcher für ihre Eltern gefüllt haben

b) muss vor a) gelöst werden:

1. mit den Kriegskindern als Zuschauer in einem Film 2. Ordnung, wo die Kriegs-Erwachsenen eine alternative Geschichte bekommen, so dass die Kriegskinder in keine Rollen einspringen müssen
2. mit den Kriegskindern als Empfängern in einem Film 1. Ordnung, wo sie Ideale Eltern bekommen
3. damit sind die Voraussetzungen für das Antidot gegeben, wo mein Klient Ideale Eltern bekommt, die weder Löcher gefüllt noch selbst Defizite erlebt hätten, sondern ganz für ihn hätten da sein können.

¹ Wenn bei Klienten absehbar ist, dass viel Arbeit mit Filmen notwendig sein wird, dann Sorge ich gerne dafür, dass wir dafür Einzelsitzungen vereinbaren, in denen reichlich Zeit für die Gestaltung dieser Filme vorhanden ist. Viele Klienten machen sich gerne vor dem Derolung ein Foto mit ihrem Handy, um die Filme „mitnehmen“ und nachwirken lassen zu können.

2. Sehr häufig ist bei der Wahl der Decke oder des Tuches seitens der Klienten eine Menge zusätzlicher Symbolik enthalten. Manchmal steht die Buntheit des Musters für die Vielfalt und Toleranz innerhalb der Gesellschaft des Idealen Landes, manchmal eine saftig grüne Farbe für die Wiesen der heimatlichen Landschaft (und nicht selten wird das Tuch auch so drapiert, dass Berge, Täler, Wege etc. sichtbar sind), oder eine braune für den Heimatboden, der Rand der Decke symbolisiert Schutz etc.

Informationen darüber kann man vom Klienten erfragen (Warum gerade diese Decke? Wofür steht sie?) oder selbst aus der Anmutung des gewählten Objektes heraus assoziieren und vorschlagen. Um dieses Ideale Land „reden“ zu lassen, hebe ich eine Seite oder eine Ecke an und lasse diese pantomimisch zu den übrigen Figuren sprechen.

Grundmöglichkeiten von „Idealen Figuren“ in Filmen

- a. Ideale Eltern in einem Land ohne Krieg
- b. Ideales Land ohne Krieg
- c. Ideale Figuren, die 3. Reich/ Krieg verhindert hätte (national/ international/ Weltregierung/ Gott)
- d. Ideale Figuren, die Kriegsfolgen hätten abmildern können
- e.

3. Ebenso plastisch gehe ich vor, wenn es darum geht, dieses Ideale Land zu „bevölkern“. Beispielsweise mache ich gerne tatsächlich mit vielen Objekten sichtbar, dass die reale junge Frau, für die wir den Film machen, viele verschiedene Männer gekannt hätte, unter denen sie ihren Partner hätte wählen können. Oder dass der reale junge Mann, der in diesem Film eine andere Geschichte erhält, viele Menschen unterschiedlicher Nationen hätte kennenlernen und ihnen friedlich begegnen oder sich sportlich mit ihnen hätte messen können, wird mit einer ganzen Anzahl möglichst vielfältiger Gegenstände für Ideale Internationale Kontaktpersonen dargestellt.

Aufgrund des totalitären und egalisierenden Charakters der traumatisierenden Gesellschaftssysteme (Nationalsozialismus, Kommunismus) scheint es mir besonders wichtig, Objekte anbieten zu können, die nicht gleichförmig, „uniformiert“ aussehen. Darum arbeite ich persönlich sehr gerne mit natürlichen, unbearbeiteten Gegenständen, die einzigartig sind (Natursteine, Muscheln...) statt standardisierter, industriell hergestellter Figuren oder geschliffener Steine. Jede Reise erweitert die Vielfalt meines Fundus an „Rollenspielern“, und sowohl meine Kinder als

auch meine Klienten tragen immer wieder besondere Fundstücke zur Sammlung bei.

4. Wie immer muss man bei den Objekten, die für die Filme gewählt werden, auch auf die *Gefahr negativer Rekonstruktionen* aufpassen. Wenn Inhalt des Filmes ist, dass bestimmte Schädigungen oder Verletzungen nicht geschehen wären, dann sollten die darstellenden Objekte auch unbeschädigt sein. Soll Schutz und Sicherheit dargestellt werden, ist es choreographisch sinnvoll, irgend eine Art von „Schutzwall“ darzustellen oder Objekte anbieten zu können, die deutlich intakt und stabil aussehen und sind (ich benutze dafür z.B. Holzbänkchen, die ich sonst als Hock-Gelegenheiten für Rollenspieler bereithalte, oder einige längere Holzklötzchen, mit denen sich ein Schutzwall oder ein sicheres, intaktes, bergendes Gebäude darstellen lässt. Wenn eine breite Borte um die Decke

die Geborgenheit und den Schutz in diesem Land symbolisiert, ist es dementsprechend auch nötig, die Decke so auszubreiten, dass diese Borte tatsächlich rundum sichtbar ist, nicht eine Seite durch die Faltung der Decke fehlt.

3. Arbeit mit Kriegsfolgen als Traumatherapie

Ein zweiter Hauptpunkt, den ich aus der praktischen Arbeit mit Kriegskindern und -enkelnen hervorheben möchte, ist das Thema Trauma. Welchen *Rahmen* wir in unseren Interventionen wählen, ob es sich also um ein Antidot (Ideale Figuren für die Klientin selbst) handelt oder um einen Film (Ideale Figuren für jemand anderen, mit dem die Klientin oder ihre Vorfahren Mitgefühl hatten), entscheidet sich im Verlauf der Struktur anhand der Emotionen und Bedürfnisse der Klientin: Wo ist die höchste Energie, handelt es sich eher um eigene Sehnsüchte oder eher um Mitgefühl, ist Empfänglichkeit vorhanden oder nicht? Das *Thema* aber, das im Film oder im Antidot behandelt wird, ist im Kontext von Kriegsgeschichten sehr sehr häufig eines, das mit Trauma zu tun hat. Ich halte es darum für überaus sinnvoll, sich das Verständnis und die Therapeutischen Möglichkeiten der Pesso-Therapie in der Arbeit mit Trauma immer wieder und insbesondere in die-

sem Zusammenhang vor Augen zu führen. Ich empfehle zu diesem Zweck sehr den Artikel von Al Pesso und Lowijs Perquin über die Arbeit mit Missbrauchspatienten (siehe Literaturverzeichnis). Darin sind sehr umfassend eine Vielzahl relevanter Aspekte zur Arbeit mit Trauma aufgelistet und erläutert, so dass ich nicht die Notwendigkeit sehe, dies in diesem Artikel erneut systematisch zu tun. Darum hier zur Erinnerung nur eine kleine Übersicht:

Auch wenn wir in der Umkehrung der synthetischen Erinnerungsbilder theoretisch die „vollständige“ Lösung (dass der Krieg gar nicht geschehen wäre) bevorzugen würden, so ist doch im Kontext von Trauma für viele Klienten die Spezifität der Umkehrung der historischen Ereignisse von grösserer Wirksamkeit und Relevanz. Es ist ja ein besonderes Merkmal traumatischer Erinnerungen, dass bestimmte Szenen wie eingegraben sind, sowohl für diejenigen, die das Trauma erlitten hat, als auch für die Angehörigen, denen diese Geschichten oft immer wieder erzählt worden sind. Ich habe gute Erfahrungen damit gemacht, für solche Geschichten Umkehrungen (Reversals) anzubieten, die sehr nah an den ursprünglichen Informationen sind und für diese sehr konkrete Alternativbilder bieten.

So halte ich es für sinnvoll, über verschiedene Ebenen möglicher Umkehrungen nachzudenken. Dazu ist es hilfreich, die Schilderungen der Klienten sehr genau daraufhin anzuhören, welche Elemente umkehrbar wären und welche Komponenten für sie oder ihre Eltern die grösste Belastung dargestellt haben (so dass wir von ihrer Umkehr eine starke Wirkung erwarten können). Als Therapeutin sollte man verschiedene Angebote machen können, immer angefangen von der „vollständigen“ Umkehr hin zu immer „kleineren“ aber spezifischeren: ein Ideales Land ohne Krieg, ohne Bomber, die über die Städte fliegen / eine rechtzeitige Evakuierung in

Gebiete, die nicht Bomberziele sind / ein sicherer und stabiler Bunker, der gehalten hätte und in dem Licht gewesen wäre / Ideale Erwachsene, die die Kinder in den Bunker begleitet und sie in den Arm genommen hätten / die mit ihrer Angst hätten umgehen können und sie nicht dafür lächerlich gemacht / gedemütigt / bestraft hätten / ein Idealer Luftschutzwart, der die Fremden in den Bunker hineingelassen und sie nicht wieder hinausgeschickt hätte...

Grundlinien der Arbeit mit Trauma:

- a. Rückgängigmachung des Kontrollverlustes: Pilot unterstützen / Kontrolle / Sprache
- b. Wiederherstellung der verletzten Membran um das Selbst: Containment / Schutz / Vorbeugung von Retraumatisierung
- c. Befriedigung der Primitiven Impulse im Umgang mit Bedrohung:
 - fight (Kampf) → Validierung, negative Akkomodation
 - flight (Flucht) → Ausweg, sicherer Zufluchtsort
 - freeze (Erstarren) → Versteck, Unsichtbarkeit
 - appease (Unterwerfung) → Limitierung der Öffnung
- d. Verschränkung mit Grundbedürfnissen und Polaritäten
 - Nahrung, Platz, Schutz, Einzigartigkeit
 - Integration der Polaritäten von Kraft und Verletzlichkeit (jeder Pol kann zur Abwehr des entgegengesetzten dienen)

Eine Klientin berichtete beispielsweise, dass ihr Vater immer wieder davon erzählt hätte, wie schlimm Bauchverletzungen waren, dass die Kameraden ganz entsetzlich und unerträglich geschrien haben vor Schmerzen, und die hervorquellenden Därme in ihren Händen hielten, weil Sanitäter entweder nicht da waren oder ihnen nicht helfen konnten. Mir scheint, ein allgemeines Bild eines Idealen Landes ohne Krieg, wo diese jungen Männer nicht Soldat hätten werden müssen und nie verletzt worden wären, ist zu unspezifisch, um ein Gegengewicht zu solch einem intensiven Bild bieten zu können.

Wir haben stattdessen einen Film gemacht (Zuschauer dieses Films waren sowohl die Klientin selbst als auch ihr Vater), in dem die Verletzten dargestellt waren, mit Idealen Sanitätern, die über starke schmerzstillende Mittel verfügt hätten (mit einem Bleistift als „Spritze“ dargestellt), so dass die Verwundeten nicht diese entsetzlichen Schmerzen erdulden und nicht so hätten schreien müssen, und die den Bauch hätten verbinden und die Verletzten ins Lazarett hätten bringen können (auch der Bauchverband wurde ganz plastisch mit Streifen von TempoTaschentüchern dargestellt), so dass die Därme im Bauch geblieben und dort gehalten worden wären.

Dieser Film war für die Klientin sehr glaubhaft und beruhigend, und hatte unerwarteter Weise auch einen starken Effekt auf ihre eigene Körperempfindung: Sie hatte ihren eigenen Bauch immer als

sehr verletzlich und offen empfunden, und fühlte als Auswirkung des Filmes auch in ihrem eigenen Körper eine grössere Stabilität und „Geschlossenheit der Membran“ im Bauchbereich.

Was sich in diesem Beispiel zeigt, ist, dass die Erzählungen aus dem Krieg nicht nur auf dem Weg des Einspringens in Rollen zu Problemen führen können. Das Symptom der Klientin (von dem ich im Übrigen erst im Rahmen ihres Feedbacks zum Effekt der Struktur erfuhr) würde ich eher erklären durch den Effekt der Einfühlung und der Spiegelneuronen. Später auch hierzu noch mehr.

Aus diesem Grund ist es mir auch wichtig, besonders wenn ich über Rollenspieler verfüge, alle Elemente von körperlichen Verletzungen umzukehren, also ganz bewusst in Filmen oder Antidot die körperliche Unversehrtheit der Idealen Figuren hervorzuheben.

Der Vater derselben Klientin hatte aus dem Krieg eine Beinverletzung davongetragen, die deutlich sichtbar war und seinen Fuss dauerhaft deformiert hatte. Ich habe die Klientin ausdrücklich ermutigt, den (unversehrten) Fuss des Idealen Vaters anzuschauen und anzufassen. Jenseits der Bedeutung, die es für sie gehabt hätte, dass der Ideale Vater gesund gewesen wäre, mit ihr hätte laufen und spielen können etc. war die reine Berührung eines gesunden Fusses, der nicht Mitleid oder Schrecken oder Ekel erregt, für die Klientin tief bewegend.

4. Transgenerationale Transmissionswege bei Trauma:

Abschliessend möchte ich noch eine Systematisierung versuchen, auf welche Art und Weise der Krieg als Trauma an die nachfolgenden Generationen „weitergegeben“ wird:

a) Löcher in den Rollen

Der Punkt Holes in Roles ist in den ersten beiden Kapiteln dieses Artikel schon gründlich besprochen worden. Die Traumatisierung der Eltern bzw. Grosseltern provoziert beim Kind bzw. Enkel Mitgefühl, und den Impuls, das Trauma zu heilen.

Transgenerationale Transmissionswege bei Trauma:

- a. Löcher in den Rollen
→ Entgrenzung durch Entität
- b. Defizite der Eltern in der Ausübung ihrer Funktionen
→ Entgrenzung durch Omnipotenz i.e.S., Selbst-Beelterung
- c. Fehlendes bzw. falsches Modell emotionaler Selbstregulation
→ „developmental trauma“
- d. „Ansteckung“ durch Einfühlung in traumatische Geschichten / Reaktionen
→ vicarious traumatization
- e. Weitergabe von Trauma in Affektdurchbrüchen und Gewalt
→ direkte Traumatisierung
- f. Fehlendes Bewusstsein für Gefahren und Schutzbedürftigkeit der Kinder / omnipotente Verletzlichkeit (das bringt einen alles nicht um)
→ „Re-Traumatisierung“ in folgenden Generationen

Es ist notwendig, für die traumatisierte Generation Filme zu machen, und auf den Inhalt dieser Filme kann man alles anwenden, was uns in der Pesso-Therapie zur Behandlung von Trauma bzw. zur Umkehrung von Trauma-Geschichten zur Verfügung steht. Verschiedene Zugangsmöglichkeiten hierzu wurden bereits dargestellt.

b) Defizite der Eltern, Fühllosigkeit

Auch der zweite Punkt (Defizite) ist offensichtlich. Traumatisierte Menschen werden unweigerlich in ihren Fähigkeiten, gute Eltern zu sein, eingeschränkt sein, so dass für die folgende(n) Generationen Defizite in der Versorgung der Grundbedürfnisse entstehen. Im Antidot für die Kriegskinder bzw. im Film für die Kriegsenkel machen, brauchen wir nichttraumatisierte Ideale Eltern, die ihre Aufgaben kompetent mühelos ausüben können, und werden diese Aufgaben fallbezogen genauer definieren.

An dieser Stelle möchte ich allerdings noch einmal hervorheben, welche Bedeutung die Bewältigungsstrategien der posttraumatischen Störungen in diesem Zusammenhang haben, nämlich Dissoziation und in ähnlicher Weise Medikamenten / Drogen- / Alkoholmissbrauch im Sinne einer dämpfenden Selbstmedikation von Traumaopfern. Ich möchte also die Aufmerksamkeit lenken auf die Folgen der *dissoziativen Prozesse*, die für beinahe jedes Opfer von Trauma eine mehr oder weniger grosse Rolle spielen. Der Zustand der Dissoziation im engeren Sinne ist bei einer posttraumatischen Störung zwar in der Regel nicht durchgehend, sondern auf bestimmte Schlüsselreize (der Ton einer Sirene, das Schlagen einer Tür...) oder Flashbacks beschränkt, aber in der Kriegsgeneration hat sich das Nichtfühlen häufig zu einer Überlebensstrategie verallgemeinert. Damit fehlt aber eine ganz wichtige und grundlegende Funktion, die für alle übrigen elterlichen Aufgaben eine Voraussetzung ist, nämlich die Fähigkeit, zu fühlen, als Grundlage der Fähigkeit, sich einzufühlen.

Die meisten Kriegskinder oder -enkel haben ja meist nicht unter Vernachlässigung gelitten, im Gegenteil: Die Eltern haben sich oft nach ihren Möglichkeiten - und sogar darüber hinaus - darum bemüht, dass es den Kindern besser gehen soll. Wenn aber Eltern sich selbst nicht spüren können, keinen Zugang zu ihren eigenen Gefühlen haben, dann werden sie auch nicht in der Lage sein, sich in ihre Kinder einzufühlen, also zu spüren, was die Kinder im jeweiligen Moment wirklich brauchen. Das führt typischerweise nicht zu einer Mangelversorgung im eigentlichen Sinne, sondern zu einer *Fehlversorgung* (quantitativ – Überbehütung, Überfütterung, Überförderung /-forderung, oder qualitativ – nicht den Bedürfnissen oder Begabungen des Kindes angepasst, zeitlich nicht auf seinen Entwicklungsstand abgestimmt). In gewisser Weise sind zwar die Grundbedürfnisse weitgehend erfüllt worden, aber nicht in einer Weise, die als sättigend und befriedigend erlebt werden konnte, weil die Qualität einer Passform zur Form der Bedürfnisse fehlte. Das macht es den betroffenen Klienten auch schwer, überhaupt zu benennen, was ihnen genau gefehlt hat, denn oberflächlich gesehen war ja für alles gesorgt. Im Zentrum der Umkehrung in Film oder Antidot muss also die Passung stehen, Eltern, die ein Gefühl für sich und ihre Kinder gehabt hätten, und die nötige Sensibilität und Empathie, emotional auf die Kinder einzugehen und ihre Versorgungsleistungen auf die tatsächliche Bedürftigkeit abzustimmen.

c) developmental trauma

Ein neues Konzept ist c) „developmental trauma“. Was soll das heissen?

Diesem Konzept liegt die Annahme zugrunde, dass bereits in der präverbalen Zeit das Kind sein Nervensystem nach dem Vorbild der engen Bezugspersonen, vor allem der Mutter, formt. Es bildet in seinem eigenen Nervensystem die *emotionalen Regulationsmechanismen* ab, die die Mutter selbst benutzt. Wenn nun die Mutter traumatisiert ist, so hat dies Folgen für ihr Nervensystem: sie kommt leichter in einen Zustand der Erregung (Hypervigilanz, hyperarousal – fight / flight) und Aktivierung des sympathischen Nervensystems, in dem sie sich nicht gut selbst beruhigen kann, oder sie gerät in einen Zustand der Erstarrung (freeze), der mit der Dominanz des sogenannten dorsalen Teils des Vagusnervs zusammenhängt, und alle höheren Gehirnfunktionen, die zur sozialen Kontaktaufnahme notwendig sind, hemmt. Wenn das Kind diese Organisation des Nervensystems in seinem eigenen Körper abbildet, dann wird es auch später im Leben auf intensive Reize

genau so reagieren, als ob es selbst Trauma erlebt hätte, also ebenfalls zu Übererregung oder Erstarrung neigen, ohne dass in seiner eigenen Lebensgeschichte dafür Ursachen zu finden wären. Verhaltenstherapeutisch könnte man dies als *Modelllernen* interpretieren, und auch darauf ausweiten, dass das Kind vermutlich ebenfalls lernt, auf welche Reize die Mutter in dieser Weise reagiert, was in der Umwelt also potentiell „gefährlich“ ist.

Ein für mich überaus eindrückliches Beispiel habe ich mit einer Klientin erlebt, die unter zahlreichen Ängsten und Erregungszuständen litt und in verschiedenen Therapien vergeblich nach deren Ursachen geforscht hatte. Der Durchbruch für sie kam, nachdem ihre Mutter infolge eines Vortrags / Artikels über Kriegskinder und -enkel begann, ihre eigenen Geschichte als Kriegskind niederzuschreiben und auf diese Weise mit ihrer Tochter zu teilen, was sie zuvor nie getan hatte. Aufgrund dieser Informationen wurden für meine Klientin zahllose Symptome verständlich, die sie zuvor nie zuordnen konnte (Angst vor Reisen in Richtung Osten, vor slawisch aussehenden Männern – sie brachte eine ganze Din A4-Seite voller Einzelpunkte mit in die Therapie, die auf diesem neuen Informationsstand buchstäblich 1:1 sinnvoll wurden!). Ohne jemals die zugehörigen Geschichten gehört zu haben, reagierte sie auf exakt diejenigen Reize, die in der Geschichte ihrer Grossmutter und Mutter tatsächliche Trauma-Stimuli gewesen waren (vgl. Fallgeschichte von Susanne Hasenfuss in diesem Heft).

Infolge dieser neuen Informationen kam darüber hinaus zur Sprache, dass auch bei einem ihrer Söhne (Kriegs-Urenkel) auf der rein körperlichen Ebene eine Sehstörung und abnorme Pupillenreaktion vorhanden war, die man als Überaktivierung des dorsalen Vagus interpretieren konnte. Die daraufhin durchgeführte Osteopathische Behandlung seines Vagusnervs war tatsächlich erfolgreich, dieses Problem zu beheben.

Dieses Konzept des „developmental trauma“ ist für mich in der Anwendung doppelt bedeutsam: Einerseits weiss ich nun und erkläre dies auch meinen Klienten, dass die historischen Informationen zur Traumareaktion, die sie erleben, möglicherweise nicht in ihrer eigenen Lebensgeschichte zu suchen sind. Wichtiger für uns als Pesso-Therapeuten ist aber wieder das Element der Umkehrung in Film und hier vor allem im Antidot: Die Bedeutung der Fähigkeit der Idealen Mutter zur emotionalen Selbstregulation, und die körperliche Verankerung / Inszenierung dieser Fähigkeit. Die Ideale Mutter muss also – möglicher-

weise schon in der pränatalen Zeit – eine Person sein, die ruhig, entspannt, geerdet, zuversichtlich, voll Grundvertrauen ist, und die dies mit zahlreichen körperlichen Signalen (ruhige, volle Stimme, gelassene und entspannte Haltung, regelmässige und ruhige Atmung und Herzfrequenz, flüssige und gelassene Bewegungen, angenehmer Körpergeruch....) dem Kind vermittelt.

Auch hier gilt übrigens der Grundsatz, dass man als Therapeut/In die Qualitäten der Idealen Eltern auch in einem gewissen Masse selbst verkörpern muss und damit ihre Glaubhaftigkeit unterstreichen. So kann uns also auch hier noch einmal die Wichtigkeit der Signale bewusst werden, die wir mit der Art und Weise unserer Interventionen geben: Können wir als Therapeut/In mit unserer eigenen Stimme, Atmung, Sprechweise etc. die nötige Ruhe, Gelassenheit, Hoffnung, ... als Teil unserer Möglichkeitssphäre ausstrahlen? Das wird entscheidenden Einfluss auf die Wirksamkeit unserer Interventionen haben.

d) vicarious traumatization

Mit d) „vicarious traumatization“ ist hingegen gemeint, dass jeder (auch Therapeut), der traumatische Geschichten hört – und, „words make images“, vor seinem inneren Auge sieht und / oder mit seinen Spiegelneuronen abbildet – in einem gewissen Masse hierdurch ebenfalls traumatisiert, von der ursprünglich traumatisierten Person „angesteckt“ wird.¹ Auch in der Verhaltenstherapie geht man davon aus, dass eine Angststörung allein durch das einmalige Hören oder Lesen einer traumatischen Geschichte hervorgerufen werden kann. Ein simples Beispiel: Bei mir ist eingebrochen worden, die Freundin, der ich davon erzählt habe, traut sich seitdem nicht mehr, ihre Tochter alleine zuhause zu lassen.

Das oben beschriebene Fallbeispiel der Klientin, deren Vater von den Bauchverletzungen erzählt hatte und die selbst ihren Bauch als offen und verletzlich empfand, würde ich in diese Kategorie einordnen: Ihr Körpergefühl bildete die Traumatisierung ab, von der sie gehört hatet. Ebenso bildete er heilend die Umkehrung ab, die in dem Film inszeniert wurde.

Die neuen Interventionsmethoden der Pessotherapie (Arbeit mit Platzhaltern statt historischer Szene, frühe Umkehrungen in Form von Bookmarks) haben hierin ihre Motivation und sind sehr geeignet, den Effekt der vicarious traumatization zu minimieren, auch im Hinblick auf den Therapeuten und die übrigen Gruppenmitglieder. Sie

sind deshalb ganz besonders indiziert in der Arbeit mit Trauma.

e) Gewalttätigkeit

Die direkte Weitergabe von Trauma, Punkt e), durch Gewalttätigkeit oder Jähzorn traumatisierter Eltern, besonders häufig durch Kriegsveteranen, braucht wohl keine weitere Erläuterung. Seit das Konzept der Posttraumatischen Belastungsstörung in der Behandlung von Vietnam-Veteranen an Kontur gewonnen hat, ist dieser Effekt besser verstanden und auch in Berichten über Irak- oder Afghanistan-Heimkehrer der Öffentlichkeit bekannt. Für die Pesso-Therapie möchte ich in dieser Hinsicht nur daran erinnern, dass auch in dem Fall, dass unsere Klienten selbst Opfer von Gewalt der Eltern geworden sind, die Konstruktion von Filmen angesagt sein kann; motiviert hier nicht so sehr durch die Absicht, das Füllen der Löcher rückgängig zu machen, sondern um einen nichtjähzornigen Vater überhaupt vorstellbar zu machen.

Als Element der Trauma-Therapie für ein geprügeltes Kind würden wir üblicherweise einen Idealen Vater anbieten, der nicht gewalttätig gewesen wäre, oder einen Schutz vor dem (prügelnden) negativen Aspekt des Realen Vaters. Es kommt allerdings vor, dass beides für unseren Klienten nicht glaubhaft ist. Wie immer besteht dann die Wahrscheinlichkeit, dass Filme notwendig sind.

Ich habe in solchen Fällen gute Erfahrungen damit gemacht, für den Realen Vater Filme zu machen, die die Voraussetzungen dafür geschaffen hätten, dass er sich besser hätte beherrschen können, also besser begrenzt gewesen wäre. Entsprechend den drei Ursachen für Omnipotenz (Defizit an Limitierung, Entität infolge des Füllens von Löchern, Verletzung der Ego-Membran durch Traumatisierung) gibt es hierfür prinzipiell drei verschiedene Zugänge, die dem Fall entsprechend ausgewählt werden müssen. Oft ist ein solcher Film die Voraussetzung, dass ein gut begrenzter Idealer Vater, der sich hätte beherrschen können, überhaupt glaubhaft wird.

Aus dem Film für den Realen Vater, in dem die Rahmenbedingungen dafür „erfunden“ werden, dass er nicht traumatisiert worden wäre, entsteht

¹ Die teilweise immer noch übliche Praxis des „Debriefing“ für Opfer oder auch Helfer nach traumatischen Ereignissen (wie Massenkarambolage, Zugunglück, Amoklauf) sowie manche „Therapietechniken“ in der Arbeit mit Kriegsveteranen sehe ich auf diesem Hintergrund als überaus problematisch und kontraindiziert an. Indem die Teilnehmer an solchen Gruppen mit den anderen ihre Erlebnisse teilen, werden alle über ihre eigenen traumatischen Erinnerungen hinaus mit all den Eindrücken der anderen Gruppenteilnehmer belastet, und das Erzählen der eignen Erlebnisse vertieft die Erinnerungsspuren daran.

dann der Keim (Prinzip) des Idealen Vaters, der nicht reizbar und jähzornig gewesen wäre und ohne Gewalt mit schwierigen Situationen oder Provokationen hätte umgehen können.

f) Re-Traumatisierung

Der Transmissionsweg f) – Blindheit traumatisierter Eltern für mögliche Gefahren, denen ihre Kinder ausgesetzt sind, mangelndes Bewusstsein für nötigen Schutz – braucht hingegen vielleicht wieder ein wenig mehr Erläuterung. Zugrunde liegt das Phänomen der häufigen *Re-Traumatisierung* der Trauma-Opfer selbst. Dieses Phänomen kann in der Pesso-Therapie auf verschiedene Weise erklärt werden: Der *Mangel an Schutz* (bzw. die nicht ausgebildete Fähigkeit, die Notwendigkeit von Schutz zu erkennen und diesen herzustellen) führt dazu, dass sich traumatisierte Personen leicht wieder in Gefahr begeben und dieser nicht vorbeugen. Schon einmal Opfer geworden, ziehen sie potentielle Täter an, die die Verletzlichkeit spüren und ahnen, dass sie hier ein *leichtes Opfer* haben werden. Zu diesen unbewusst ausgesendeten Signalen gehört die *omnipotente Vulnerabilität* („mich kann nichts umbringen“), die instinktive Reaktion der *Beschwichtigung* („ich biete mich dir als Opfer an in der Hoffnung, dass dich das so weit besänftigt, dass du mich nicht umbringen wirst“), und auch die möglicherweise durch die Retraumatisierung *ersatzweise befriedigten* Grundbedürfnisse oder Entwicklungsaufgaben von Nahrung (negative nurture, negative Aufmerksamkeit), von Platz und Einzigartigkeit (siehe den Artikel von Perquin/Pesso). Ich denke, dass diese Mechanismen nicht nur zur Retraumatisierung des ursprünglichen Opfers führen können, sondern auch dazu, dass dieses als Elternteil die eigenen Kinder genauso wenig effektiv schützen kann wie sich selbst. Auch hier können Filme hilfreich sein, nicht nur, um die Löcher zu füllen, sondern auch um

Literaturverzeichnis:

Fischer-Bartelmann, Barbara, Roth-Bilz, Almuth (2004): Holes in Roles: Löcher im Rollengefüge der Familie - Die Mehrgenerationenperspektive im innerpsychischen System. In: Pesso-Bulletin 2004;11:3-9 Im Internet: <http://www.fischerbartelmann.de/Bulletin/11/Artikel11-1HolesinRoles.html>

Fischer-Bartelmann, Barbara (2009): Folgenschwere Familiengenerationen. Albert Pessos Konzept der „Holes in Roles“. In: Sulz, S. K. D. (Hrsg.), Wer hilft Paaren und Familien aus ihrer Not? München: CIP-Medien 2009 : 89-119

Heller, Laurence & Lapierre Aline (2012): Healing Developmental Trauma: How Early Trauma Affects Self-Regulation, Self-Image, and the Capacity for Relationship. North Atlantic Books

Perquin, Lowijs; Pesso, Albert (2004): Therapeutische Arbeit mit Missbrauchspatienten in der Pessotherapie. In: Psychotherapie 2004; 9:268-281 oder In: Sulz, S. K. D.; Schrenker, L., Schrickler, C. (Hrsg.), Die Psychotherapie entdeckt den Körper – oder: Keine Psychotherapie ohne Körperarbeit? München: CIP-Medien 2005: 395-419 oder In: Pesso, Albert; Perquin, Lowijs, (Hrsg., Deutsche Redaktion: Sulz Serge; Fischer-Bartelmann, Barbara) (2008 k): Die Bühnen des Bewusstseins, oder: Werden, wer wir wirklich sind. München: CIP-Medien 2008:173-196 Im Internet: <http://pesso.nl/artikelen/missbrauch-lastversion2.pdf>

Dykema, Ravi (2006): "Don't talk to me now, I'm scanning for danger" How your nervous system sabotages your ability to relate. An interview with Stephen Porges about his polyvagal theory. In: Nexus März/April 2006, S. 30-35

die Bedingung der Möglichkeit und Vorstellbarkeit wirksam schützender Idealer Eltern zu schaffen.

5. Abschlussbemerkungen

In meiner Praxis gibt es kaum eine Therapie, wo nicht der Krieg und seine Konsequenzen Thema werden und mindestens eines der Elemente Filme und Traumatherapie zur Anwendung kommt. Meiner Erfahrung nach sind die Techniken der Pesso-Therapie in ganz besonderem Mass dazu geeignet, mit den Folgen von Krieg und Vertreibung zu arbeiten, und noch dazu auf eine Art und Weise, die für KlientIn wie für TherapeutIn und die übrigen Gruppenmitglieder sehr schonend ist, ohne in Bezug auf die Massivität der behandelten Themen Kompromisse eingehen zu müssen.

In Bezug auf das Setting empfehle ich eine Kombination von Einzelsitzungen für die Filme und Gruppensitzungen mit Rollenspielen für die Traumatherapie. Da die Traumareaktionen eine starke körperliche Komponente haben und häufig des Containments bedürfen, halte ich die alternativen körperlichen Erfahrungen für besonders wichtig, für die wir auf die Verfügbarkeit von Rollenspielen angewiesen sind.

Beides erlebe ich in meiner therapeutischen Arbeit als sehr berührend, befriedigend und wirksam. Ich hoffe, meinen LeserInnen mit dieser Zusammenstellung Mut gemacht zu haben, mit diesen Themen gelassen und kreativ zu arbeiten und ihren KlientInnen und deren Familien damit äusserst wirksam zu helfen.

Susanne Hasenfuss und Diethelm Chinnow

Kriegskinder und Kriegsenkel

Im Mittelpunkt des folgenden Überblicks steht die transgenerative Weitergabe von Belastungen der vom 2. Weltkrieg betroffenen Mütter und Väter an ihre Kinder. Die Auswirkungen waren sicher schon Gegenstand vieler Pess-Strukturen und sind es noch. Die Thematik ist äusserst komplex. Die in dieser Einleitung vorgenommene Unterteilung soll die Übersicht erleichtern, ist aber nicht frei von einer gewissen Willkür.

Einleitung

Von den psychischen und körperlichen Folgen des 2. Weltkrieges, der Flucht und Vertreibung waren und sind Millionen Deutsche (und andere Nationalitäten) betroffen. Zwischenzeitlich gibt es zahlreiche Filme, Bücher, Untersuchungen und Berichte. Sie alle befassen sich mit unterschiedlichen Aspekten dieses Thema.

„Die weisse Rose“ 1982, „Schindlers Liste“ 1993 u.v.a. - die Reihe der Bücher und Filme ist lang. www.kriegskind.de führt in einem Überblick zum Thema Kriegskinder des 2. Weltkrieges 27 Rubriken auf, die deutlich mehr als 100 Bücher, Zeitzeugen und Tagungsberichte umfassen. Von den Stichworten seien nur einige genannt: Kriegskinder im WWII, Bombenkrieg, Flucht und Vertreibung, Frauen und Mütter, Männer und Väter, Wolfskinder, Kriegsenkel.

Wir sehen, da wurde bereits vieles er- und bearbeitet. Jetzt, Mitte 2012, ist aber immer noch kein Ende der Veröffentlichungen abzusehen. Ist es erstaunlich, dass 65 Jahre nach Kriegsende das Thema immer noch virulent ist?

Die unmittelbar Betroffenen, die im Krieg erwachsen waren oder wurden, die Eltern, Soldatenväter und Trümmerfrauen, sind verstorben. Ihre Kinder leben noch, zählen i.d.R. auch schon zu den Älteren. Bei ihnen, den über 60jährigen, werden immer noch Spätfolgen der Kriegskindheit diagnostiziert. Medizin und Psychotherapie befassen sich mit den körperlichen und seelischen Auswirkungen. Was herausgefunden wurde, fand seinen Niederschlag in etlichen Studien.

Und es gibt die Kinder der Kinder, die Enkel derer, die ihre Erlebnisse oft verschwiegen und mit ins Grab genommen haben. Auch unter ihnen gibt es noch Betroffene.

Es ist also so, dass Vieles, besonders auf der Ebene des persönlich Erlebten, nicht mehr gesagt

werden kann und anderes noch immer nicht gesagt wurde. Was Krieg, Vertreibung und Flucht angerichtet haben, ist so komplex, bizarr und vielgestaltig, wurde so individuell erlebt, dass es als unmöglich erscheint, ein vollständiges Bild zu bekommen.

Schweigen

Warum wird geschwiegen, überhaupt und so lange? Es gibt mehrere Erklärungen: In bestimmten Fällen war die Umgebung nicht interessiert, zu hören, was zu sagen gewesen wäre; andere Menschen wollten nicht sprechen und wieder andere hätten schon gerne geredet, sahen sich aber ausserstande, Erlebtes zu berichten. Täter und Opfer treffen sich aus unterschiedlichen Gründen im Schweigen.

Während es verständlich ist, dass Täter schweigen (es sei denn, sie sprechen, um sich zu entlasten und ihr Gewissen zu befrieden), scheint es auf den ersten Blick unverständlich, wenn auch Opfer schweigen und sich die Erleichterung einer Veröffentlichung versagen.

Wenn aber Einblicke in das Erlebte ermöglicht werden, wird so viel Leid, Enttäuschung, Trauer, Scham, ... offenbar, dass verständlicher wird, warum so Vieles für so lange ein Tabu war.

Andere Betroffene haben gesprochen, sich Therapien unterzogen, sich die Belastung von der Seele geschrieben oder sich eine „Arbeitstherapie“ verordnet (Ärmel aufkrepeln, zupacken, aufbauen; frei nach Degenhardt).

Kinderschweigen

Die Feststellung vieler Älterer, dass sie als Kinder mit ihren Erlebnissen keine Stimme hatten, zwar sprechen wollten aber nicht sollten, ist ein wichtiger Aspekt und zieht sich wie ein roter Faden durch viel Berichte und Therapien. Michael Ehr-

mann z.B. erwähnt sie als Erfahrung bei seinen Befragungen von Kriegskindern.

Die Haltung der Eltern dieser Kinder äussert sich in Bemerkungen wie: „Sei froh, dass du überlebt hast“, „andere haben viel Schlimmeres erlebt als du“, „schau nach vorn“, ...

Hinter solchen Äusserungen offenbaren sich unterschiedliche Vorstellungen und Befindlichkeiten. Da ist eine Mutter oder ein Vater so betroffen, hat so viel eigene Not zu bewältigen, dass keine Kraft mehr da ist, das andere Leid auch noch zu hören. Man ist auch unsicher, wie damit umzugehen ist. Oder ein Elter ist überzeugt, dass es tatsächlich das Beste ist, nicht darüber zu sprechen, weil das Darübersprechen verbunden wird mit der Vorstellung, damit immer wieder neues Salz in die Wunde zu streuen. Vielleicht besteht auch die Angst, im Mitgeteilten zwischen den Worten des Kindes eine Anklage wahrzunehmen, was beim erwachsenen Zuhörer Schuldgefühle auslöst, dem Bedürfnis des Kindes nicht gerecht geworden zu sein.

Die Botschaft vieler Erwachsener an die Kinder war deutlich: „Dein Leid ist geringer im Vergleich zu dem was ich mitgemacht habe“. Das stimmt natürlich nicht. Viele Kinder haben Entsetzliches erlebt und jedes Leid ist ein individuelles.

Die älteren Kinder haben einiges bewusst wahrgenommen, konnten manchmal Erklärungen aufnehmen, Zusammenhänge herstellen, sich manches selbst erklären. Dem Erlebten einen Sinn zuschreiben zu können, kann erleichtern. Aber es ist kein Ersatz für Gespräche. Anders war die Situation der kleinen Kinder, die in den letzten Kriegsjahren geboren wurden. Auch in sie ist das Grauen des Krieges eingedrungen. Viele, noch im vorsprachlichen Alter, hatten aber noch keine Worte für Erlebtes, konnten sich nichts erklären.

Zudem muss später das, was erlebt wurde, auch als mit dem Krieg und seinen Auswirkungen zusammenhängend verstanden und erklärt werden können.

Mütter konnten ihre Kinder nicht immer vor schlimmen Eindrücken, Gewalt und Verletzung schützen. Aber die Kinder, die heute als ältere Menschen darüber sprechen können, haben überlebt. Oft genug verdanken sie ihr Überleben dem (heldenhaften) Verhalten der Mütter. Solche Gedanken eines Elternteils: „Du magst Schlimmes erlebt haben, Kind, aber ich habe dich gerettet, du stehst doch neben mir!“ mögen ebenfalls dazu beigetragen haben, die Notwendigkeit, Kinder berichten zu lassen, falsch einzuschätzen.

Nicht zuletzt muss die Zeit, der Mangel an Erkenntnis und Wissen über psychische Zusammenhänge in weiten Teilen der Bevölkerung beachtet werden. Man muss annehmen, dass viele Erwachsene tatsächlich geglaubt haben, die kleinen Kinder würden das Erlebte vergessen, ähnlich wie einmal angenommen wurde, bestimmte medizinische Eingriffe ohne Betäubung durchführen zu dürfen.

Vielen Eltern war Härte gegenüber sich selbst anezogen worden. Intensive Gefühle zu zeigen war verpönt, es sei denn, sie nutzten dem politischen System. Sich anzupassen, sich zu beugen, zu gehorchen, das alles hatte Tradition in Deutschland und war keine Erfindung der Nationalsozialisten. Sie und all jene, die die Macht hatten, die kruden Ideen umzusetzen, haben die Forderung nach Härte und Gehorsam allerdings auf die Spitze getrieben.

Sigrid Chamberlain verweist in ihrem Buch „Hitler, die deutsche Mutter und ihr erstes Kind“ auf zwei Erziehungsratgeber von Johanna Harrer. Sie gelangt zu dem Schluss, dass die Pädagogik in diesen Büchern eindeutig auf das nationalsozialistische System hin erziehen sollte. Frühkindliche nationalsozialistische Erziehung (unnachgiebig dem Kind gegenüber, ein Herrschaftsverhältnis zwischen Mutter und Kind aufbauend), ist eine Tatsache. Fraglich ist allerdings, wie viele Mütter diese „Erziehungsratgeber“ gelesen und umgesetzt haben.

Die Vaterlosigkeit hat viele Kinder ausserordentlich belastet. Die Defizite, keinen Vater / Mann in der Nähe zu haben, der Orientierung gibt und Identifikation ermöglicht, haben bei vielen Jungen dauerhafte Folgen gehabt.

Auch den Mädchen, wenngleich sie ihre weibliche Identität über die Mutter realisieren, fehlt das männliche / väterliche Element. Und die Belastung traf selbstverständlich auch die Mütter. Sie hatten die Erziehungsaufgaben oft allein zu tragen, haben sich bemüht, den Vater zu ersetzen, was bei besten Absichten nur in Teilen möglich war.

Frauen- / Mütterschweigen

Weibliche Werte – einfühlen, schützen, behüten, versorgen – haben vielleicht den Bemühungen der Nazis nicht in jedem Fall standgehalten. Aber wenn Mütter dem Bedürfnis ihres Kindes, gesehen, gehört, in seiner Not wahrgenommen zu werden, nicht entsprochen haben, hatte das i.d.R. andere Gründe. Die besonderen Bedingungen des Lebens im Krieg, angefangen mit dem Allein-

ohne-Partner-sein, der Arbeit in Rüstungsbetrieben usw. setzten sich fort im immer tiefer und weiter reichenden Zerfall von ehemals unterstützenden staatlichen Strukturen. Beziehungen brachen auseinander. (Aber es entstanden auch neue). Immer mehr Frauen waren auf sich selbst gestellt, auf das zurückgeworfen, was sie allein einer zerfallenden Ordnung und zunehmenden Bedrohung entgegensetzen konnten. Kriegsalltag, das konnte sein: Fliegerangriffe, Bomben, Warten im Luftschutzbunker, –keller, Vertreibung, Flucht, Bedrohung, Hunger, die Suche nach einem Dach und Nahrung, die Ankunft in der Fremde, Lageraufenthalte, bestohlen werden, unzulängliche Bekleidung, Angst vor und Erleiden von Verletzung, Vergewaltigung, Verlust, Tod, Sorge um Kinder, Eltern, Ehepartner, Verwandte, ... die Aufzählung bleibt unvollständig.

Zeitweilig musste alle Energie ausschliesslich in den Dienst des schieren Überlebens gestellt werden.

Männer- / Väterschweigen

Wer waren die Männer die aus Krieg und Gefangenschaft zurückkehrten?

Haben sie gesprochen über das was jahrelang, von kurzen Unterbrechungen abgesehen, ihr Leben war? Haben sie sich mit ihren Frauen ausgetauscht? Haben sie Verständnis und Mitgefühl entwickelt für das, was die Frauen erlebt, erlitten und geleistet hatten? Wie haben sie sich ihren Kindern gegenüber verhalten? Waren diese Männer kommunikativ? Wurden sie ihren Kindern Vorbilder, politische wie auch Beziehungsfragen anzusprechen? Was war echt war an der Bereitschaft der Männer, für Nazi-Ideen zu kämpfen. Wie viele waren kriegsbereit gewesen?

Die gesellschaftliche und persönliche Not nach dem 1. Weltkrieg waren gross gewesen: Kriegsfolgen, Umsturzversuche, Hyperinflation, ungerrecht vorgenommene ökonomische Konsolidierungsversuche. Dann nach wenigen Jahren relativer Stabilität, Erholung wie auch steigender Anerkennung, brach die Weltwirtschaftskrise herein. Reaktionäre und Nationalisten kamen wieder zu Kräften und besonders der spätere „Gröfaz“, der den Älteren versprach die ‚Schmach‘ von Versailles zu tilgen, Deutschland wieder ans Licht zu führen, das Land gross, kraft und machtvoll zu machen. Die Jungen waren eingefangen und geblendet von einer beeindruckenden Propaganda, die sich häufig auf sie bezog und sie mit dem Gefühl, Bedeutung zu haben, stolz machte und missbrauchte.

Die Propaganda hatte für Viele die Wirkung einer Gehirnwäsche.

Anfängliche Erfolge, Blitzkriege, eine beeindruckende ‚Leistungsbilanz‘, gekonnt dargestellt in Wochenschauen, machten viele stolz und unkritisch. Dann wendete sich das Kriegsgeschehen. Eine Zeitlang konnten aufgebauschte Teilerfolge und heruntergespielte Niederlagen die Hoffnung noch aufrecht halten. Dann begann unübersehbar der Zusammenbruch.

Dem militärischen Zusammenbruch entsprach ein moralischer.

Nachkriegszeit

Gebrochen kamen die Männer zurück, verletzt und ausgemergelt. Auf die Gesamtheit bezogen kam ein kleiner Teil erst nach Jahren aus der Gefangenschaft zurück. Keine Siegertypen mehr, zumindest nicht die, die den Krieg ausgefochten und ihn am eigenen Leib erlitten hatten.

Wie schwer hat wohl der Missbrauch durch ein verbrecherisches System auf ihnen gelastet, den viele einzusehen hatten, aber nicht alle einsehen konnten? Wie sind sie mit der Verachtung / Erbarmungslosigkeit fertig geworden, die ihnen entgegenschlug von den Kriegstreibern und Verwaltern des Krieges? Haben sie realisiert, dass denen ihr Leben spätestens nach der Niederlage gleichgültig geworden war? Haben sie Wut empfunden, Schuld entwickelt und Scham gefühlt, nachdem sie begonnen haben, vermehrt nachzudenken?

Wenn ja, wie haben diese Empfindungen weitergewirkt auf die eigene Person, die Partner und Kinder?

Nein, viele, wahrscheinlich sogar die meisten haben wenig oder gar nicht gesprochen. Sie haben eher still gelitten.

Viele Frauen hat der Krieg gebrochen. Jahrelange Überlastung hat sie verzweifeln und resignieren lassen. Irgendwie haben sie sich und ihre Kinder durch das Leben geschleppt. Aber viele Frauen hat der Krieg auch stark gemacht. Sie wurden zu Kämpferinnen und haben Männerpositionen übernommen. Sie sind versierte Organisatorinnen und Managerinnen des Alltags geworden, haben Geschäfte weitergeführt und ausgebaut, zahlreiche Überlebensmechanismen entwickelt, jede Art von Arbeit angenommen, die Erniedrigungen des Schwarzmarkts ausgehalten, Kohlen (und anderes) gestohlen, waren Trümmerfrauen, ... Sie sind gewachsen, selbständig und oft unabhängig geworden.

Ob diese Frauen als Mütter ihren Kindern viel Zeit widmen konnten, ist fraglich. In materieller Hinsicht haben viele Kinder durch sie eine Grundunsicherheit erfahren. Sie haben mitgearbeitet, wurden zu wichtigen Stützen ihrer Mütter, materiell wie emotional.

Das Zusammentreffen der Mütter und Kinder mit ihren Männern und Vätern

Viele Männer wurden sehnsuchtsvoll von ihren Frauen erwartet und aufgenommen. Häufig trafen sie auf Kinder, die sie nicht mehr oder überhaupt nicht kannten. Konflikte zwischen Vätern und Kindern brachen auf. Sie hatten oft mit enttäuschten Rollenerwartungen zu tun. Kinder hatten Positionen / Funktionen bekommen, die sie nicht mehr preisgeben wollten. Väter fühlten sich abgelehnt, beanspruchten (wieder) die Rolle als Familienoberhaupt, was ihnen von den Kindern, oft auch von den Frauen nicht zugestanden wurde.

Andere Frauen lebten zwischenzeitlich in neuen Beziehungen. Viele Männer waren krank und pflegebedürftig, erwiesen sich als enttäuschende Partner, fanden sich im Frieden nicht zurecht. Beziehungen zerbrachen in Streit und Enttäuschung.

Traumatisierte Eltern

Teile des eigenen Erlebens wurden notwendig abgespalten, und in diesem dissoziativen Milieu war emotionale Kargheit in bestimmten Bereichen die Regel. Eine schützende Vergesslichkeit befreite zwar nicht wirklich von den Lasten, gewährte aber zeitweilig Erleichterung. Die partielle Gefühllosigkeit, die chemisch in Gang gesetzte Anästhesie, ist ein Schutz- und Überlebensmechanismus, aber auch zweischneidig. Die reduzierte Fähigkeit zur Empathie hat Folgen für die betroffene Person und andere.

Nach den Erfahrungen des Hungers war es für viele Menschen herausragend wichtig, wieder regelmässig satt zu werden. Dafür musste gearbeitet werden. Wer sich umsah, merkte, dass unendlich Vieles zerstört war. Es gab so viel Arbeit. Da war so Vieles zu improvisieren, wieder instand zu setzen, aufzubauen, bis man wieder ein Teil dessen besass, was man schon einmal besessen hatte.

Nicht nur, weil die Menschen lange Zeit Vieles entbehrt und nun Wünsche hatten, auch aus einem anderen Grund war die Arbeit so wichtig: Sie war auch ein erstklassiges Therapeutikum. Es war in erster Linie körperliche Arbeit zu leisten, Handarbeit. Der Lohn dafür war ein mehrfacher:

Geld, Essen, Waren. Und nach der pausenlosen Arbeit war der Körper erschöpft, verlangte ultimativ nach Schlaf, und trübe Gedanken liessen sich auf den nächsten Tag verschieben. Aber die Abspaltung, eingeschränkte Lebendigkeit und Empfindungsfähigkeit, der Rückzug, die Abkapselung, die eingeschränkte Empathie – es gibt so viele Begriffe – hatten Folgen für die Kinder.

Die verlassenen Kinder

Wie lässt sich, was die Kinder im Krieg und in der Zeit danach erlebt und vermisst haben, tun müssen und nicht machen konnten, fassen?

So viele unerfüllte Bedürfnisse, herausgerissen aus einer vertrauten Umgebung, getrennt von Freunden, immer wieder ohne Schule. Sie haben vielfältige Verluste erlebt, Spielsachen, Tiere, Verwandte, viele wurden traumatisiert und hatten oft keine Möglichkeit, ihren Schmerz auszudrücken und darüber zu trauern. Sie entbehrten Zuwendung und Schutz, und wurden an neuen Orten manchmal freundlich aufgenommen, aber häufig auch mit Misstrauen und Ablehnung konfrontiert. Ihnen fehlten Ruhe, sichere Orte, Halt, verlässliche Bezugspersonen, Identifikationsfiguren. Das alles blieb stumm in ihnen verwahrt oder entlud sich in Misstrauen, Angst und zahlreichen Störungen. Viele wurden krank und fielen in der Entwicklung zurück. Andere waren gänzlich auf sich gestellt, kämpften erfolgreich, andere verwehrten oder versanken in Heimweh, Resignation und Apathie.

Andere Kinder sahen die Bedürftigkeit der Mutter und Geschwister und übernahmen Aufgaben, die eigentlich von Erwachsenen hätten erfüllt werden sollen. Sie wurden Helfer, übernahmen Erziehungs-, Pflege- und Versorgungsaufgaben oder gingen in die Rollen von Ersatzpartnern. Sie wurden Geber, Tröster, Retter, unter Zurücknahme eigener Interessen. Sie opferten ihre Kindheit, diese Vernünftigen, „Grossen“, auf die sich die Mutter verlassen konnte. Sie erwarben sich damit manchmal Anerkennung, durften berechtigt stolz sein, entwickelten aber auch Grössenfantasien und stürzten oft tief, wenn diese Aufgaben und Funktionen ihnen genommen wurden.

Wo es an Platz, Ernährung, Unterstützung, Schutz und Grenzen fehlt, wird manches nicht oder nur unvollkommen gelernt, werden aus Nöten Tugenden, versiegten Quellen, entsteht Mangel und wuchern Fehlentwicklungen, die nach Heilung verlangen.

Susanne Hasenfuss

Transgenerative Weitergabe von Kriegstraumata

Familiengeschichte in drei Generationen

Anne und Rudolf, Kriegsgeneration:

Anne, geb. 1917 und Rudolf, geb. 1912, waren gerade zwei Jahre verheiratet, als sie im September 1940 auf Anordnung der Rumänischen Regierung ihre dortige Heimat verlassen mussten, die von ihren Vorfahren (deutschen Aussiedlern) seit 1832 urbar gemacht worden war. Sie konnten nur wenig Gepäck mitnehmen und hatten fast alles, was sie besaßen, zurückzulassen. Die Nationalsozialistische Regierung Deutschlands versprach ihnen als Deutschstämmigen die Umsiedlung in eine neue Heimat in Polen (nachdem sie die Arifizierung durch die SS bestanden hatten). Zunächst kamen sie in ein Lager in Böhmen, wo Diebstahl, Brutalität und Übergriffe Alltag waren. Dort wurde die erste Tochter Christel im Oktober geboren.

Nach zwei Jahren Aufenthalt im Lager wurde die Familie in Polen angesiedelt. Sie erhielt einen Hof, der im Moor lag, und bis dahin von polnischen Vorbesitzern bewirtschaftet worden war, die ihrerseits von den Nazis vertrieben wurden. Die Familie übernahm den Hof im Frühjahr 1942 mitsamt zwei polnischen Mägden und einem Knecht, die zuvor unter den polnischen Besitzern dort gedient hatten. Zur gleichen Zeit wurde Rudolf H. an die russische Front einberufen. Die 25-jährige Anne kam in eine ihr unbekannte Gegend, hatte eine kleines Kind, war wieder schwanger und lebte mit Menschen zusammen, die eine andere Sprache sprachen und die die neuen Besitzer verständlicherweise ablehnten und hassten.

Die zweite Tochter Helene kam im Oktober 1942 zur Welt. Kurze Zeit später hatte sie aus unerklärlichen Gründen schwere Verbrennungen am Arm und musste von der Mutter in ein Krankenhaus gebracht und dort mit Hauttransplantationen behandelt werden.

Christel blieb darum allein bei den Mägden und dem Knecht auf dem Hof. In dieser Zeit wurde sie von ihnen misshandelt und oft in einen dunklen Keller gesperrt mit der Androhung, wenn sie schreie, werde sie von Ratten gefressen. Einmal lief sie weg und versteckte sich. Dabei verirrte sie sich im Moor und fiel in ein Moorloch. Selbst

konnte sie sich nicht befreien. Eine der Mägde hörte sie schreien, fand sie und zog sie aus dem Loch.

Vor dem Knecht hatte sie grosse Angst, er schlug sie oft. Das Schlimmste erlebte sie, als er versuchte, sie mit dem Gewehrkolben zu erschlagen. Den Mägden sagte er, man könne sie ja im Moor verschwinden lassen. Aber eine Magd hielt ihn von diesem Vorhaben ab.

Nach diesen Ereignissen wurde Christel stumm und nässte ein. Sie war den Menschen dort ausgeliefert und hatte keinen, der sie beschützte. Das Vertrauen zur Mutter, die sie alleine gelassen hatte, war verloren gegangen.

Im Januar 1945 floh Anne mit den zwei Kindern, einem polnischen Arbeiter und seiner Familie vor der heranrückenden russischen Armee in Richtung Oderbrücke. Auf dem Weg kamen ihnen viele Pferdewagen wieder entgegen. Die Oderbrücke war von den abziehenden deutschen Truppen gesprengt worden. Viele zivile Flüchtlinge konnten sich nicht mehr in Sicherheit bringen.

Anna H. wurde mit ihren Kindern von polnischen Soldaten festgenommen und in ein Frauengefängnis gebracht. Dort sollten sie alle drei von polnischen Soldaten erschossen werden. Ein Massengrab war schon ausgehoben und die Erschiessung vorbereitet. In buchstäblich letzter Minute untersagte ein russischer Offizier die Erschiessung.

Anne und ihre Kinder lebten 3 Wochen fast ohne Nahrung in einem Gefängnis, danach wurden sie in ein Arbeitslager verbracht. Dort starben viele an Hunger, besonders Kinder und Alte.

Die Kinder blieben den ganzen Tag sich selbst überlassen. Als Anne einen Aufseher bat, länger bei ihren kleinen Kindern bleiben zu dürfen, drohte dieser, ihr die Kinder wegzunehmen und einer polnischen Familie zu geben, damit Anne mehr arbeiten könne.

Andere Kinder verschwanden auf diese Weise und wurden nie mehr gefunden.

Kurz darauf wurde Anne von Soldaten und Aufsehern vergewaltigt. Danach wollte sie sich und ihren Kindern das Leben nehmen, sich und die Kinder in einen nahe gelegenen Löschteich ertränken. Alle drei wurden in letzter Sekunde gerettet.

Nach einem Jahr Arbeitslager wurden sie freigelassen und konnten nach Berlin fahren. Rudolf kam 1949 nach siebenjähriger russischer Gefangenschaft frei.

Anne hatte immer wieder starke Gefühlsschwankungen, Depressionen und Ängste. Sie war mit ihren Gedanken ständig woanders. Sie vermisste ihre Heimat und war auch oft traurig über ihren sozialen Abstieg.

Sie blieb manchmal tagelang im Bett und war mental für keinen zu erreichen. Sie hatte immer wieder starke Probleme, mit den täglichen Anforderungen als Mutter und Hausfrau fertig zu werden.

Besonders schwierig wurde das Verhältnis zu ihren Töchtern, als diese in die Pubertät kamen und sich für Jungen interessierten. In dieser Zeit versucht Anne alles, um ihre Töchter von Jungen fern zu halten. Sie kontrollierte, verbot den Kontakt und machte die Freunde der Töchter schlecht. Auch das Verhältnis zu ihrem Mann war stark ambivalent. Herabwürdigung und Anerkennung wechselten sich stetig ab. Es war eine spannungsgeladene Atmosphäre im Haus. Mit schönen Kleidern und Schmuck versuchte sie, sich zu trösten.

Eine später angefangene psychotherapeutische Behandlung schlug fehl. Sie sprach kein Wort, und ihr Schweigen war für die Familie besonders schlimm. Es liess so viel Raum für Phantasien und Selbstvorwürfe. Mit 70 wurde Anne vorübergehend dement und wollte oft weglafen. Sie hat sich immer nach dem Tod gesehnt. Anne erkrankte an Eierstockkrebs, die Demenz verschwand. Sie starb 1993 mit 75 Jahren.

Christel, Tochter, Kriegskind:

Die Mutter hatte bei einem Bauern in Norddeutschland ein Zimmer bekommen.

Christel wird als 6-jährige in Norddeutschland eingeschult. Sie beschreibt ihre Schulzeit als schier unerträgliche Zeit. Von den einheimischen Kindern wird sie beschuldigt, am Krieg schuld zu sein. Sie seien das Pack aus dem Osten.

Das Verhältnis zur Mutter ist angespannt. Christel fühlt sich alleine gelassen.

Die Schulschwierigkeiten machen es nicht besser. Melden mag sie sich nicht. Mit Schlägen versucht ihre Mutter, sie zum Sprechen und Lernen zu bringen.

Besonders schwierig war es für sie, sich gegen die verbalen und tätlichen Angriffe ihrer Mitschüler zu wehren. Sie hatte keine Freunde in der Schule, sie war alleine und isoliert.

In der 4. Klasse mit 11 Jahren bekommt sie bis zum Ende ihrer Volksschulzeit einen Lehrer, der ihr massive Angst einflösst. Er schreit die Schüler an, macht sie lächerlich, hat seine Emotionen nicht unter Kontrolle. Dieses unberechenbare und aggressive Klima in der Schule löst bei Christel Panik aus. Besonders wenn der Lehrer hinter ihr steht, flammt die alte Angst wieder auf, mit dem Gewehrkolben niedergeschlagen zu werden; vor allem dann, wenn sie etwas nicht weiss oder etwas falsch sagt. Christel reagiert mit starken Magenschmerzen, ihre Füsse schmerzen. Immer wieder fällt sie in Ohnmacht. Sie wird krank und kann nicht mehr zur Schule gehen.

In dieser Zeit wollte sie am liebsten sterben, hatte den starken Wunsch, tot im Boden zu versinken. Im Nachhinein fühlte sie sich, als hätte sie neben sich gestanden. Sie fühlte sich nicht. "Es fühlt sich an, als sei im Körper ein Eisblock." Auch konnte sie nicht über ihre Gefühle reden und in irgendeiner Form Wünsche äussern.

Die Situation bessert sich für sie, als sie in die Haushaltungsschule kommt. Dort hat sie eine Lehrerin, die sie mag. In diesem Klima wohlwollender Unterstützung blüht sie auf und entwickelt Freude am Lernen. Mit einem guten Zeugnis schafft sie die Aufnahmeprüfung zur Handelsschule. Auch dort gelingt ihr ein guter Abschluss. Christel entdeckt ihre Freude am Lernen und ist interessiert, weiterzumachen. Gerne möchte sie Lehrerin für Hauswirtschaft werden, weiss aber nicht, wie sie es realisieren kann. Sie beginnt eine kaufmännische Tätigkeit, fühlt sich aber in dem Beruf nicht wohl. 1961 verlässt sie ihr Elternhaus und geht nach Süddeutschland. Dort findet sie Arbeit und später auch ihren Mann. Sie bekommt zwei Kinder.

Christel musste mit ihren Problemen allein zurechtkommen. Es fehlten ihr der Trost und das Verständnis für ihre Situation. Sie übernahm die wie selbstverständlich die Vorstellung, dass Schmerz keines Trostes bedarf oder keinen Trost bekommt.

Christel hat als Kind und auch über eine lange Zeit im Erwachsenenalter Alpträume, die sie

fürchtet. Immer wieder hat sie die gleichen Träume, die sie in Angst und Schrecken versetzen:

Sie läuft bei schönem sonnigem Wetter mit ihrer Mutter und der kleinen Schwester an einem Bach. Sie springt über den Bach, der immer breiter wird. Sie schafft es, bis plötzlich der Bach zu einem reissenden Gewässer wird. Sie steht mitten im Wasser, dort ist ein Holzanleger, auf den die Mutter zusteuert. Die Mutter zieht die Kinder hinter sich her, ihre Miene ist versteinert. Christel spürt, dass sie mit ihnen ins Wasser will. Sie schreit laut „nicht springen“ und zieht sie zurück. Danach wacht sie auf. Dieser Traum verfolgt sie regelmäßig. Erst im Alter von 60 Jahren erfährt sie von einer Tante, die auch in dem Lager war, was sich dort zugetragen hat, und dass der Traum einen realen Hintergrund hat.

Beatrice, Tochter von Christel, Kriegsenkelin – (Leiden, ohne zu wissen warum)

Beatrice, geb. 1970, ist bei der Geburt ihres ersten Sohnes 28 Jahre alt. In ihr werden Gefühle wach, die sie so noch nicht kannte. Sie hat sich auf ihr Kind gefreut, jetzt hat sie ein Gefühl, als sei sie fehl am Platz. Muttergefühle wollen sich nicht einstellen und Verbundenheit mit ihrem Kind spürt sie kaum.

Sie fühlt sich als Tochter und nicht als Mutter und Ehefrau. Die Rollen sind ihr fremd. Sie fühlt, dass sie beide Rollen nicht richtig ausfüllen kann: „Sie spürt, dass sie keine Bodenhaftung hat, dass ihre Seele vom Körper getrennt sei“.

In dieser Zeit bekam sie wieder Morbus Chron-Schübe, verlor stark an Gewicht. Oft verkroch sie sich unter die Bettdecke und weinte. Sie konnte sich ihren Gefühlszustand nicht erklären. Nach der Geburt ihres Kindes fühlte sie sich von ihrem Mann nicht verstanden, mit ihrer Situation alleingelassen und lehnte jeden körperlichen Kontakt zu ihm ab.

In dieser Zeit versuchte sie, sich Rat aus Erziehungsbüchern zu holen, las spirituelle Lebenshilfen, nahm psychologische Hilfe in Anspruch, lernte meditieren und beschäftigte sich intensiv mit jeglicher Art von Energiearbeit. Sie liess sich und ihr Kind homöopathisch behandeln und nahm an Familienaufstellungen teil, die der Homöopath anbot.

Langsam begriff sie Zusammenhänge zwischen ihrer Geschichte, der Familiengeschichte und ihrem Erleben. Obwohl ihre Mutter selten darüber sprach, erkannte Beatrice die Bedeutung der

Traumata ihrer Mutter für ihre eigene Entwicklung. Bei den Familienaufstellungen kommt immer wieder die Flucht der Mutter vor. Sie wusste, dass ihre Mutter auf der Flucht geboren wurde und viel Belastendes erlebt hatte.

„Für mich war meine Mutter in meiner Kindheit und Jugend nicht greifbar. Sie war zwar körperlich anwesend, aber seelisch bekam ich sie nicht zu fassen. Sie funktionierte eben“. An vieles kann sie sich nicht mehr erinnern. Mit ihrem Bruder will sie als Kind von Zuhause bei Nacht und Nebel weglaufen.

Zu ihrem Bruder hatte sie in ihrer Kindheit eine enge Bindung. Er war ihr Vertrauter und ihr Beschützer. Wenn er nicht da war, hatte sie Angst, alleine zuhause zu sein. „Ich musste mich von ihm richtiggehend abnabeln. Er war lange der emotional verbundenste Mensch für mich“.

Ein Traum verfolgte sie in ihrer Grundschulzeit: „Auf dem Schulweg öffnen sich immer wieder kreisrunde Löcher unter meinen Füßen oder neben meinem Fuss. Ich kann nur auf einem ganz schmalen Grad balancierend zur Schule kommen. Wasser löst Panik in mir aus. Ich konnte als Kind nicht ins Wasser, wenn sich dort keiner befand“. Die Angst in die Tiefe gezogen zu werden war so stark, dass es zu Panikattacken kam.

Mit 11 Jahren verweigerte sie die Nahrung; sie hatte keinen Hunger. Sie verlor stark an Gewicht und wurde mit Lebertran behandelt.

Mit 20 wird bei ihr Morbus Chron diagnostiziert. Ihre Knie und die Füße schmerzen und ihr Immunsystem ist schwach. Sie berichtet, dass sie enorme Angst vor 40- bis 60jährigen Männern slawischer Abstammung hat.

Als sich ihre Weiblichkeit entwickelt, versucht sie ihre Figur mit weiter Kleidung zu kaschieren. In ihrem Zimmer zieht sie Kleider an, welche die Figur betonen, die sie sich in der Öffentlichkeit nicht zu tragen traut. „Der Wunsch, den Jungs gefallen zu wollen, war natürlich da, und doch lief immer die Angst nebenher, gesehen zu werden. Meine Weiblichkeit könnte mir zum Verhängnis werden. Und da meine Meinung von der Männerwelt eh nicht sonderlich gut war, bedeutete das für mich, es ist gefährlich, gesehen zu werden.“ Tief verletzt Beatrice, dass sie ausgelacht wird, als ihre Brüste zu wachsen beginnen. Oft weint sie sich in den Schlaf. „Die Angst vor dem Erwachsensein war tief und schmerzlich. Ich wollte nicht in die unsichere Welt.“

Sie war enttäuscht und traurig, weil ihre Mutter so wenig für sie da war: Dass sie so wenig Halt und

Verständnis von ihr bekommen hat. Dass sie ihr nicht geholfen hat, mit den körperlichen Veränderungen zurechtzukommen, ein positives Bild als Frau zu bekommen. Auch sonst fühlte sie sich alleingelassen. Sie hat sich immer wieder gefragt: „Warum war sie nicht da, als ich so krank war; warum musste ich alleine ins Krankenhaus; warum musste ich alleine mit schmerzenden Knien mit dem Rad zum Orthopäden fahren?“. Ich war alleine mit meinen Sorgen. Verständnis und wirkliche Nähe zu meiner Mutter kannte ich nicht.“

Beatrice hat ein zweites Kind bekommen, macht sich mit 35 Jahren selbstständig und trennt sich von ihrem Mann. In dieser Zeit wird sie immer wieder von extremen Existenzängsten erfasst.

2009 beginnt sie mit der Pesso – Therapie und arbeitet in verschiedenen Strukturen an ihren Themen. In einer Sitzung arbeitet sie an dem Thema Heimat und Geborgenheit, da ging es zurück zur Geburt der Mutter in einem fremden Land.

Andere Strukturen beschäftigten sich mit dem Thema Geborgenheit und dem Gesehenwerden bei den Eltern.

Zusätzlich ist es ein wichtiger Durchbruch, dass sie endlich die oben dargestellten Hintergründe erfährt und damit viele ihrer Symptome in den Zusammenhang der Lebensgeschichte ihrer Mutter und Grossmutter stellen kann. In dieser Zeit tritt die Strukturarbeit (synthetische Erinnerungen erstellen) in den Hintergrund gegenüber dem Bedürfnis, endlich die Wahrheit zu erfahren und die zuvor verdeckten Zusammenhänge endlich verstehen zu können.

2012 berichtet Beatrice im Rückblick auf die Therapie von positiven Veränderungen in ihrem Leben:

„Die Liebe zu meinen Kindern ist jetzt immer spürbar und tief im Herzen verankert. Ich habe meine Mutterrolle gefunden und fühle meine Kinder. Der Kontakt zu ihnen ist innig und verbunden. Inzwischen habe ich keine Angst mehr vor meiner Weiblichkeit, die Angst vor Männern hat abgenommen. Meine Kleidung hat sich verändert, ich traue mich jetzt figurbetonende Kleidung zu tragen. Auch sexuelle Lust kann ich ohne Angst geniessen.

Meine Existenzängste sind realistischer geworden. Ich habe gelernt mich abzugrenzen und meine Meinung zu sagen, ohne das Gefühl zu bekommen, ausgegrenzt zu werden. Inzwischen kann ich auch Hilfe annehmen, auch wenn mir

das noch schwer fällt. Mein Selbstwertgefühl hat sich erheblich verbessert“.

Kriegsenkel Harald, geb. 1968, Bruder von Beatrice

Harald war ein unauffälliges verträumtes Kind, und beschäftigt sich viel mit sich selbst. Mit Beginn der fünften Klasse begeht er mit anderen Schülern kleine Diebstähle in Läden. Mit 11 Jahren raucht er und knackt Zigarettenautomaten. Mit 13 Jahren raucht er seinen ersten Joint, mit 14 Jahre baut er selbst Hanf an.

In der achten Klasse, mit 14 Jahren, wurde er zum Schulverweigerer. In dieser Zeit war er viel im Jugendzentrum, leitete dort eine Koch- und Back-AG und gründete eine Fitness AG. Auch eine Comic AG hat er mit Freunden ins Leben gerufen. Er verbrachte viel Zeit im Jugendhaus. Er sucht im politischen wie im musikalischen Bereich nach männlichen Idealen und Vorbildern. Seine Mutter wurde ständig zum Rektor bestellt. Er blieb einmal sitzen und das zweite Mal hat er es ganz knapp geschafft. Sein schulisches Interesse wurde wieder geweckt, als er neue Lehrer bekam. Einer faszinierte ihn. Von ihm fühlte er sich anerkannt und musste nicht rebellieren. Der Lehrer unterrichtete Politik und Geschichte. Er kam mit Vollbart und Fahrrad zur Schule.

Dieser Lehrer hat ihn begeistert. Harald hält freiwillig sein erstes Referat über Mahatma Gandhi. Der Lehrer erfährt, dass Harald sich auch für die Rechten interessiert und in diesem Umfeld Freunde hat. Er gibt ihm Bücher über stereotypische Feindbilder. Das löst einen Reflektionsprozess bei ihm aus. Er besorgt sich „Mein Kampf“ und liest das Buch im Original. Er ist fasziniert und gleichzeitig schockiert, in welcher Konsequenz Hitler seine Pläne ausgeführt hat. Auch, welche Strategie er angewandt und wie er mit verschiedenen Lösungsmöglichkeiten „gespielt“ hat. Dabei hat es Harald fasziniert, etwas Verbotenes zu lesen und ein Tabu zu brechen. Er nimmt das Thema als Prüfungsstoff in Geschichte und bekommt ein ‚Sehr Gut‘. Damit konnte er von dem Thema Abstand nehmen. Das politische Interesse wird geringer, er macht viel Kampfsport und interessiert sich für die japanische Kultur. Mit 14 fesseln ihn Drogen und aussergewöhnliche Bewusstseinszustände. Mit 18 mischt er sich seine eigenen Hexendrogen und studiert Fachliteratur dazu. Auf der einen Seite wollte er am Leben teilhaben und kämpfen, auf der anderen Seite hat er durch seine Drogen immer wieder einen Weg gesucht, sein Bewusstsein zu verändern, Grenzerfahrungen zu machen und sich aus der Welt

zu beamen. Er hat immer das Gefühl nicht zu genügen, keine Heimat zu haben.

1986 beginnt er eine handwerkliche Ausbildung, der Vater lehnt ein Studium ab. Wohl fühlt er sich nicht mit dem Beruf. Danach leistet er Zivildienst in der Psychiatrie. Er möchte über die Seele des Menschen etwas erfahren. Harald arbeitet auf der geschlossenen Männerstation.

In dieser Zeit wird er immer resignativer und er fängt an, sich für Philosophie zu interessieren. Er möchte etwas wissen über die Grundlagen des Geistes und die Grundlagen des Menschen. Diese Arbeit in der Psychiatrie verändert Harald, viele Fragen stellen sich ihm. Er stellt die Grundlagen der Normalität in Frage. Er merkt, dass es für ihn kein Weg mehr zurück in seinen alten Beruf und zu den alten Freunden gibt. Harald zieht in eine Grossstadt und möchte studieren. Er sucht nach einem Weg, eine Hochschulzulassung zu erlangen. 1993 macht er seine Maturprüfung und beginnt ein geisteswissenschaftliches Studium.

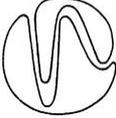
Über das Interesse am Buddhismus entwickelt er den Wunsch, nach Asien zu reisen. Dort erlebt er eine unglaubliche Freiheit, er fühlt, dass er ‚angekommen‘ ist. Er hat das Gefühl von Heimat und ist erleichtert, die Familienbande hinter sich gelassen zu haben. Er entscheidet sich, indische Philosophie zu studieren. In Ausübung dieser Praxis erlebt er Seligkeit und Frieden. Er denkt darüber nach, sein Studium in Deutschland abbrechen und in Indien zu leben und Yoga zu studieren. Im Ashram erlebt er eine glückliche Zeit. Harald entscheidet sich, sein Studium schnell abzuschliessen.

Zurück in Deutschland hat er grosse Schwierigkeiten, sich wieder an die Kultur zu gewöhnen. Durch den Aufenthalt im Asien und die Meditation, ist er feinsinniger geworden. Die deutsche Mentalität kommt ihm hart und roh vor. Er empfindet sich wie ein Fremdkörper. Harald fühlt sich heimatlos, verloren und alleine. Er wechselt den Studienort. Seine Schwierigkeiten, sich nach den spirituellen Erfahrungen in Deutschland zurechtzufinden, werden grösser. Er besucht eine grosse Technoparty, um alte Freunde zu treffen. Dort werden Drogen genommen. Harald macht mit, merkt aber sehr bald, dass er es nicht mehr verträgt und er viel zu sensibel für diese Drogen ist. Er hat Sehnsucht nach Indien und will wieder zurück.

In Indien angekommen merkt er, dass er dort auch nicht mehr zu Hause ist, fährt wieder zurück

nach Deutschland, und fängt nach einiger Zeit wieder an zu studieren. Zunächst läuft alles gut, doch zunehmend fühlt er sich isoliert und nicht verstanden. Harald kann mit keinem seine Erfahrung tauschen, das macht ihn einsam. Er zieht sich von seinen Freunden zurück.

Am 11.09. 2001, als der Terroranschlag in New York stattfindet, beginnt eine enorme psychische Veränderung. Harald fühlt eine unheimliche Angst vor Krieg und spürt, dass die Welt sich ab diesem Zeitpunkt unwiderruflich verändert. Er fühlt sich hellsehtig, ist überaus sensitiv. Er kann keine Reize von aussen vertragen. Er dunkelt seine Wohnung ab und verlässt kaum noch das Haus. Einige Zeit später beginnt er seine selbstgemachten Drogen zu nehmen. Damit löst er eine heftige Psychose aus. Er wollte zu diesem Zeit nicht mehr ‚da‘ sein. Er kommt in die Psychiatrie. Er hat apokalyptische Zukunftsversionen. In seiner Vorstellung wollte er alles Leid akzeptieren und annehmen. Nach einiger Zeit der Behandlung nimmt er sein Studium wieder auf und beendet es. Nach dem Studium fährt er wieder nach Indien, um erneut zu sehen ob er dort leben kann. Aber sein Blick hat sich durch das Studium verändert. Nach einiger Zeit kehrt er nach Deutschland zurück und gibt den Plan endgültig auf, in Indien leben zu wollen. Dass seine Probleme mit der Geschichte seiner Familie zu tun haben, wird ihm immer deutlicher. Er beginnt mit einer Therapie

PVSD  **Pesso - Vereinigung Schweiz - Deutschland**
PVD **Pesso - Vereinigung Deutschland - Schweiz**

Tätigkeitsbericht

des Vorstands zum Geschäftsjahr 2012-13

- Was tat sich in Fort- und Weiterbildung (Barbara Fischer-Bartelmann)
- Bulletin / Mitgliederkontakt / Öffentlichkeitsarbeit (Diethelm Chinnow/Barbara Fischer-Bartelmann)

Was tat sich in Fort- und Weiterbildung?

Dreijährige Weiterbildung in Pesso-Therapie PBSP

Das **9. PVSD-Training** unter der Leitung von **Albert Pesso, Lowijs Perquin und Barbara Fischer-Bartelmann** hat mit 14 Trainees im Oktober 2012 das dritte Ausbildungsjahr mit dem letzten Modul beendet. Erfreulicherweise konnten alle TeilnehmerInnen, die die vollständige Ausbildung absolviert haben, die **Evaluation mit gutem Erfolg abschliessen**, was sicherlich vor allem dem grossen Engagement in Peergruppen zu verdanken ist. Auch haben alle schon während der Ausbildung Erfahrungen mit Patientengruppen sammeln können, was dem generellen Niveau der Ausbildung sehr zugute kam. Wir gratulieren herzlich und wünschen viel Freude und persönlichen Gewinn mit dieser Methode! Unser herzlicher Dank gilt auch **Petra Fuchs für die professionelle Organisation** der Weiterbildung.

Das **10. dreijährige PVSD-Training** wird vom 14.-17. März 2013 mit dem ersten Modul unter der Leitung von **Albert Pesso** beginnen, der Veranstaltungsort bleibt das Seminarhaus Szenario in Leimen www.seminarhaus-heidelberg.de. Das zweite Modul soll je zur Hälfte von **Lowijs Perquin und Barbara Fischer-Bartelmann** geleitet werden, es findet vom 8.-12.5.2013 statt. Wir freuen uns, dass Al Pesso sich weiterhin bereit erklärt hat, für die Leitung von zwei der drei jährlichen Module zur Verfügung zu stehen, im ersten Ausbildungsjahr kommt er noch einmal vom 10.-13.10.2013.

Es sind noch drei Plätze in der Gruppe frei. InteressentInnen wenden sich bitte an **Petra Fuchs** (Petra.Fuchs_pbsp@gmx.de), die glücklicherweise wieder die Organisation übernehmen wird. Weitere Infos unter <http://Ankuendung.Pesso-Training.de/>

Wir freuen uns, wenn Sie dieses Link auch an mögliche InteressentInnen **weitergeben!**

Fortbildung, Vorträge und Publikationen

Für die Mitglieder der PESSO-Vereinigung haben wir dieses Jahr ebenfalls wieder ein **Fortgeschrittenen-Training mit AI PESSO** organisiert. Es fand im Anschluss an den Evaluationsworkshop am 21.10.2012 in Leimen statt. Inhaltlicher Schwerpunkt waren Demo-Strukturen und die Darstellung und Diskussion der neuen Techniken (**Bookmarks, Platzhalter, Prinzipien**).

Wer sich die neue Arbeitsweise von AI live ansehen möchte: Hierzu ist regelmässig Gelegenheit bei den von **Toni Walter** organisierten **offenen Workshops mit AI PESSO** in Freiburg. Aktuelle Termine und Anmeldeunterlagen sind unter www.Pesso-Seminare.de einzusehen. Besonders möchten wir auf die Möglichkeit hinweisen, an diesen Seminaren als **Rollenspieler** teilzunehmen.

Auf Vermittlung von Helmut Wetzel hat bei der **Jahrestagung der DGSF vom 3.-6. Oktober 2012** in Freiburg www.dgsf-tagung-2012.de **AI PESSO einen der Haupt-Vorträge** gehalten: Am letzten Tag (Thema: Systemische Therapie und andere Therapiekulturen) hat er über „Anregungen aus der Körpertherapie“ gesprochen. Der Vortrag fand gute Resonanz und ist bei www.auditorium-netzwerk.de **als DVD oder CD erhältlich** (Konsekutiv-Übersetzung Barbara Fischer-Bartelmann).

Viele unserer Mitglieder waren auf der Tagung aktiv; aus der PESSO-Therapie haben **Almuth Roth-Bilz, Lis Weber** und **Barbara Fischer-Bartelmann Workshops** zum Thema LÖcher im Rollengefüge der Familie angeboten, die sich so grosser Nachfrage erfreuten, dass sie überbucht waren und teilweise ein zweites Mal ins Programm genommen wurden.

Die nächste Jahrestagung der DGSF steht unter der Überschrift „**System & Körper – Back to the Roots**“ und findet **vom 25. - 28.09.2013** in der Humboldt Universität **Berlin** statt. Wer hätte Interesse, dort unsere Methode mit einem Workshop zu vertreten?

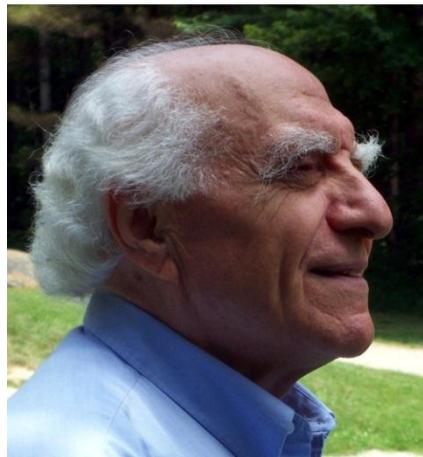
(Barbara Fischer-Bartelmann)

Bulletin / Mitgliederkontakt / Öffentlichkeitsarbeit

Zwischen der Fertigstellung dieses Tätigkeitsberichts und der Mitgliederversammlung wird das **3. Bulletin** im neuen, von Diethelm Chinnow gestalteten Layout fertiggestellt werden. Es ist ein **Themenheft zu Kriegskindern und Kriegsenkeln** geworden. Die Anregung verdanken wir unserer PESSO-Kollegin **Susanne Hasenfuss**, die zu diesem Thema bereits einige Vorträge gehalten hat. **Diethelm Chinnow** hat dazu beigetragen, das Material für das Bulletin in eine schriftliche Fassung zu bringen, und **Barbara Fischer-Bartelmann** hat einen Artikel über PESSO-Strukturarbeit mit diesen Klienten beigesteuert, der sich im Wesentlichen den Aspekten **Holes und Roles** und **Transgenerationale Weitergabe von Trauma** widmet. Freuen Sie sich auf dieses Heft!

Wir freuen uns über **Rückmeldungen, Anregungen und selbstverständlich und vor allem auch Beiträge** unserer Mitglieder und Leser! Bitte teilen Sie mit uns allen Ihre Erfahrungen; die **Redaktion (Diethelm Chinnow und Barbara Fischer-Bartelmann)** nimmt Ihre Vorschläge gerne entgegen und hilft auch bei der Umsetzung

Fortbildung in Pesso-Therapie (Pesso Boyden System Psychomotor PBSP®)



Albert Pesso

Was die Pesso-Therapie Ihnen als TherapeutIn zu bieten hat:

- Humanistisches Menschenbild im Einklang mit den Ergebnissen der Neuropsychologischen Forschung als Basis für Diagnostik und Therapie
- Die eigene Rolle als TherapeutIn erleichtern, indem man Quellen der Heilung im „genetischen Gedächtnis“ der Klienten aufspürt und nutzt
- Die therapeutische Beziehung von positiver und negativer Übertragung entlasten
- Ursachen von Widerstand erkennen und ausräumen
- Selbstwahrnehmung und Selbststeuerung der Klienten unterstützen
- Nonverbale Signale erkennen und für den therapeutischen Prozess nutzen
- Vom Reden zum Erfahren: Den Therapieraum als Bühne nutzen
- Freude an der therapeutischen Arbeit, Raum für Kreativität und Humor, positiver Input für die eigenen Spiegelneuronen

Was die Pesso-Therapie Ihren KlientInnen zu bieten hat:

- lebens- und beziehungs geschichtliche Ursprünge gegenwärtiger Probleme ernst nehmen, aber nicht im „Verstehen, wo es herkommt“ stehen bleiben, sondern positive Alternativen aufbauen und verankern
- Überlebensstrategien erkennen und validieren, deren lebensgeschichtliche Wurzeln aufspüren und von Grund auf verändern
- Persönlichkeitsentwicklung unterstützen, Polaritäten integrieren und erweitern
- eine erprobte, tiefgehende und sichere Arbeit mit Trauma, Depression, Narzissmus...
- innovative und kreative Techniken der Mehrgenerationen-Therapie, insbesondere zur Aufhebung der Auswirkungen von Verlusten und Lücken in der Ursprungsfamilie (Krieg, Krankheit, Tod, Scheidung...)
- Vielfältige Anwendungsmöglichkeiten in Einzel- und Gruppentherapie, Paar- und Familientherapie, Elterntraining, Selbsterfahrung und Coaching.

„Psychotherapie kann mehr“, PBSP auf dem DGVT Kongress in Berlin

Vom 01.03. bis 04.03.2012 fand der 27. Kongress für Klinische Psychologie, Psychotherapie und Beratung in Berlin statt. Das Thema des Kongresses lautete: „**Psychotherapie kann mehr**“. Das Thema bezog sich zwar auf Arbeitsfelder jenseits der Psychotherapie, gleichwohl fand ich das Motto passend um den Organisatoren einen PSBP Workshop anzubieten, der unter dem Titel „**Heilende Erinnerungen**“ auch ins Programm aufgenommen wurde.

Die Idee, einer Gruppe vorwiegend verhaltenstherapeutisch orientierter Kollegen und Kolleginnen in 3 Stunden PBSP zu vermitteln, hatte ich schnell wieder aufgegeben. Mein Ziel war es schliesslich, eine Vorstellung von den Konzepten, Form / Passform und Antidot, zu vermitteln. Die Organisatoren meldeten 15 Teilnehmer und das Konzept aus Theorie, Übungen in Kleingruppen und Reflexion schien aufzugehen. In Berlin wurden aus den 15 Teilnehmern über 40 (S.C. Hayes, konnte seinen ACT Workshop nicht halten.) und ich musste improvisieren.

Die Offenheit und Experimentierfreude der Kollegen hat zu einer insgesamt gelungenen Veranstaltung beigetragen. Anstelle der Übungen in Kleingruppen gab es eine Mischung aus Vorträgen, Übungen als Demonstration, und hoffentlich eine Vorstellung davon, dass eine „synthetische Erinnerung, als Antidot“ eine andere Qualität hat, als das Erwerben einer Coping-Strategie.

Fazit: Eine gelungene Veranstaltung, in der die Teilnehmer einen Eindruck von PBSP bekommen haben. Der „Flurfunk“ in der Pause und nach der Veranstaltung hat bei mir das Gefühl hinterlassen, dass das Potenzial von PBSP erahnt wurde, aber es wurden auch Fragen laut, ob es nicht sehr mühsam sei, das alles zu lernen.

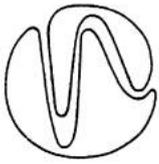
Für 2013 habe ich ein neues Projekt geplant: PBSP & Zen. Interner Arbeitstitel: „Memory is a banana tree“.

Zeit: 05. - 07.05.2013; Ort: Benediktushof / Holzkirchen; Anmeldung über den [Benediktushof](#)

Uwe Minde



Vorschau auf den Sommer



Zehnte dreijährige PESSO-Weiterbildung in Heidelberg (Leimen)

In Fortsetzung der von Martin Howald in Basel begonnenen und von Almuth Roth-Bilz in Freiburg fortgeführten Weiterbildungs-Tradition in der PESSO-Vereinigung Schweiz-Deutschland (PVSD) beginnt im Jahr 2013 eine neue dreijährige Weiterbildung im Raum Heidelberg (Leimen)

Sie besteht aus einem einjährigen **Grundtraining** und einem zweijährigen **Aufbautraining**.

Trainer: Al PESSO (USA), Lowijs Perquin (NL), Barbara Fischer-Bartelmann (D)

Assistenz (bei Al PESSO und Lowijs Perquin): Barbara Fischer-Bartelmann.

Kurssprache ist Englisch (bei Al PESSO – Vorträge werden ins Deutsche übersetzt). und Deutsch (bei Lowijs Perquin und Barbara Fischer-Bartelmann)

Teilnahmevoraussetzungen:

Diese Weiterbildung richtet sich an Ärzte und Psychologische Psychotherapeuten. Das erste Jahr steht auch anderen Berufsgruppen offen, die im beratenden Bereich arbeiten, wie Sozialarbeiter oder Sozialpädagogen. Am Ende des ersten Jahres werden die Trainer mit den Teilnehmenden eine **Evaluation** durchführen und gemeinsam über eine Weiterführung entscheiden.

Weiterbildungsinhalte im ersten Jahr:

Theoretische Einführung mit Demonstrationen, Übungen zur Körperwahrnehmung, Verstehen von Körperreaktionen und Körperimpulsen und Deutung dieser Impulse als Informationsquelle, Sensibilisierung für eigene Körperreaktionen und Körperimpulse (Gesichtsausdruck, Körperhaltung, Bewegungen, Stimmmodulation), Erlernen neuer Interventionen auf der Erfahrungsebene sowie auf der technischen Ebene in Zweier- oder Kleingruppen, Strukturen, Video Feedback und Supervision der eigenen Arbeit.

Kosten und Termine:

Das Training wird durchgeführt für mindestens 15 Personen. Die Teilnehmerzahl ist zugunsten der Ausbildungsqualität begrenzt. Die Kosten für das erste Jahr betragen 1.885 Euro, (inkl. Anmeldegebühr) können sich allerdings bei mehr als 15 Teilnehmern um bis zu 120 Euro reduzieren. Darin enthalten sind Weiterbildungsunterlagen, Arbeitsmittel und Organisationskosten und die folgenden Ausbildungsmodule:

a. Modul mit Albert PESSO	14.-17.3.2013
b. Modul mit Barbara Fischer-Bartelmann und voraussichtlich Lowijs Perquin	08.-12.5.2013
c. Modul mit Albert PESSO	10.-13.10.2013

Verbindliche Anmeldungen und Anzahlung bis Dezember 2012.

Die Veranstaltung ist akkreditiert; Weiterbildungspunkte werden bei der Psychotherapeutenkammer Baden-Württemberg beantragt.

Die Ausbildung wird durchgeführt vom Psychomotor Institute.

In dessen Auftrag erhalten Sie Informationsmaterial zur Einführung in die PESSO-Therapie, (Grundlagen und Zielgruppen, ausführliches Curriculum, Ausbildungsinhalte und Literaturhinweise) sowie Termininformationen, [Ausschreibung](#) und [Anmeldebogen](#).

Bitte senden Sie Ihre Anmeldung an die Organisatorin dieser Ausbildung:

Petra Fuchs [Petra.Fuchs_pbsp\[at\]gmx.de](mailto:Petra.Fuchs_pbsp[at]gmx.de), Brahmstr. 31A, 76669 Bad Schönborn
Inhaltliche Fragen beantwortet Barbara Fischer-Bartelmann: 06221 - 894 67 80

Aktuelle Infos immer: <http://Ausbildung.Pesso-Training.de/>

<http://Ausschreibung.Pesso-Training.de/>

Dieser Flyer: <http://Ankuendigung.Pesso-Training.de/>

<http://Anmeldung.Pesso-Training.de/>

PESSO-PSYCHOTHERAPIE, englisch: PBSP, PESSO BOYDEN SYSTEM PSYCHOMOTOR, ist eine von Albert Pessa und Diane Boyden Pessa begründete Methode der Psychotherapie und der Persönlichkeitsentwicklung.



Aktuelles aus Theorie, Praxis, Aus- und Weiterbildung in PBSP

Frühere Beiträge aus Pessa Bulletins können teilweise unter www.Fischer-Bartelmann.de eingesehen werden oder per mail von dormann.psych@bluewin.ch nachbezogen werden.

- Psychomotorische Inszenierung und Psychoanalyse
- Trauma-Therapie nach Albert Pessa
- Pessa-Psychotherapie und Transaktionsanalyse
- Pessa-Psychotherapie und Babytherapie
- PBSP in der Paartherapie
- PBSP und Imagotherapie
- Pessa-Einzelspsychotherapie
- Bühnen des Bewusstseins (über microtracking)
- Erinnerung und Bewusstsein (von Albert Pessa)
- Werden wer wir wirklich sind (von Albert Pessa)
- Holes in Roles (Löcher im Rollengefüge der Familie)
- Umgang mit Widerstand in der Pessa-Psychotherapie

Der Vorstand der Pessa-Vereinigung:

Dr. Meks Mattes
Brunnenstrasse 6
D-72074 Tübingen
Vorsitzende:
meks.mattes@googlemail.com

Barbara Fischer-Bartelmann
Köpfelweg 58
D-69118 Heidelberg
Ausbildung, Öffentlichkeitsarbeit,
Redaktion Pessa-Bulletin
barbara.fischer-bartelmann@t-online.de

Diethelm Chinnow
Gilgenbergerstr. 27
CH-4053 Basel
Redaktion Pessa-Bulletin
d.chinnow@bluewin.ch

Petra Fuchs
Brahmsstr. 31A
76669 Bad Schönborn
Kassenwartin, Organisation Ausbildung
petra.fuchs_pessa@yahoo.de

Lis Weber
Zähringer Str. 13b
D-79108 Freiburg
Schriftführerin
lisweb@web.de

Helmut Wetzel
Fritz-Fischer-Str. 5
D-79379 Müllheim
Ethikkommission
hwetzel11@gmx.de

Offene Workshops:

Toni Walter
Schlossplatz 24
D- 77933 Lahr
toni.walter@t-online.de