

Folie 1

Initiative: „Verrückt nach Frieden“

Normal im Krieg – verrückt im Frieden?!

Suche nach einem psychosozialen  
Friedensbeitrag

3. Juni 2010

Ärztehaus Hannover

05.06.2010 Copyright: Michaela Huber 1

Folie 2

Der Zusammenbruch der  
Mitmenschlichkeit

Was Kriege auslöst –  
und was ihnen folgt

Michaela Huber  
[www.michaela-huber.com](http://www.michaela-huber.com)

05.06.2010 Copyright: Michaela Huber 2

Folie 3



Folie 4

**Wir sind wieder im Krieg – oder immer noch?**

- „Umgangssprachlich jedenfalls“ sind wir in Afghanistan im Krieg (sagt der Verteidigungsminister). Es gibt wieder „Gefallene“.
- Über 600 junge deutsche Soldaten mit PTBS sind aus Afghanistan wieder zurück in Deutschland. Das heißt: Sie dissoziieren, bekommen Depressionen, Aggressionsdurchbrüche....
- 90% aller Kriegstoten und –Geschädigten sind – wie überall auf der Welt in den modernen Kriegen – Zivilisten.
- Was bedeutet das für unsere Gesellschaft, wieder Täter und Opfer von Kriegen zu sein?
- Sollen wir wieder „verstehen, dass bei einem Land unserer Größe mit dieser...Außenhandelsabhängigkeit...auch militärischer Einsatz notwendig ist, um unsere Interessen zu wahren“ (Köhler)? Siehe Nato-Doktrin!
- Wo wir doch so friedlich demokratisch geworden waren – oder?

05.06.2010 Copyright: Michaela Huber 4

### Was wir von Bluma Zeigarnik (1900 – 1988) lernen können

- „Zeigarnik-Effekt“: „Unerledigte Handlungen bleiben besser im Gedächtnis haften als erledigte Handlungen!“
- Deutsche und ihre „unerledigten (Nazi- und Kriegs-)Handlungen“: Wo war ich TäterIn? Habe ich je die Verantwortung dafür übernommen? Wo war ich Opfer? Wo war ich Zeugin? Warum habe ich nicht eingegriffen?
- Wieso ist das Nazi-Denken – auch personell – nach dem Krieg noch so präsent geblieben in Justiz, Psychiatrie, „Mütter-Schulen“ etc.?

05.06.2010

Copyright: Michaela Huber

5

### „Gnade der späten Geburt“ (Kohl) oder ein unerledigtes Erbe?

- Was verbindet uns mit den Menschen, die unsere Eltern und Großeltern so erbittert bekämpft und zu Millionen getötet haben?
- Unerledigte Verantwortungsübernahme führt zu Schuldgefühlen in den nächsten Generationen – oder zur erneuten Schuldabwehr.
- Müssen die Opfer die Schuld „auf sich nehmen“, weil die TäterInnen die Verantwortung nicht nehmen?
- Woher kommt das erbitterte „Sicherheitsdenken“ (Israels z.B.), das wiederum auf Kosten anderer geht? (Palästinenser als „die Opfer der Opfer“ (Uri Avnery)

05.06.2010

Copyright: Michaela Huber

6

Folie 7

**3. Reich: Ein destruktiver Kult an der Macht**

- **Sadismus:** Willkür; in Todesangst versetzen; Angehörige best. Gruppen als „auserwählte“ Opfer betrachten; noch Halb-, Viertel- Achtel-Juden verfolgen...
- **Herrenmenschentum:** Nicht-Arier als „Untermenschen“; seelisch gestörte und geistig behinderte Menschen als „schwach“ vernichten
- Verquastes **Karma-Denken:** „Schicksalsgemeinschaft“
- **Schwarze Pädagogik** (Mütter-Schule, Unterwerfung und Gehorsams-Training, systematische Zerstörung sicherer Bindung...)
- **Nekrophilie:** Raserei bis zur völligen Zerstörung

05.06.2010 Copyright: Michaela Huber 7

Folie 8

**Krieg und Bürgerkrieg: Fortsetzung der (Wirtschafts)-Politik mit Gewalt**

- Geostrategische Macht-Interessen dominieren.
- Rhetorik: Angegriffenwordensein – Zurückschlagen, sich verteidigen, Sicherheit für die eigene Bevölkerung herstellen wollen
- „Austreten eines Flächenbrandes“ (Rebellion)
- Präventiver Schutz vor Unberechenbarem (z.B. Terror, Islamismus, „Überfremdung“),
- Rache (nach Anschlägen, Überfällen, früheren Kriegen).
- Sicherheit, Sicherheit, Sicherheit

05.06.2010 Copyright: Michaela Huber 8

## Folie 9

### Wenn man sich nicht erinnern will...

- Im Alter drängt mehr hoch (mehr Zeit; unerledigte Erinnerungen gegen Ende des Lebens...).
- Manche haben (u.a. auch nach mehr als einem halben Jahrhundert) plötzlich schmerzlich wiederkehrende Erinnerungen, oft nur durch Nachfragen benannt, und manchmal erst durch Trigger ausgelöst: 9/11; Afghanistan-Krieg; Bilder im Fernsehen... (Böwing et al, 2007; 2009; Heuft, 1999)

05.06.2010 Copyright: Michaela Huber 9

## Folie 10

### Spätfolgen

- Die Erfahrung im Alter, abhängig, gebrechlich, ausgeliefert und hilflos zu sein (Berentung, Demenzbeginn, Wende, Einsamkeit), kann Traumaerinnerungen reaktivieren (Böwing et al, 2009; Schreuder, 1996).
- Weitere traumatische Ereignisse (z.B. als traumatisch erlebter Verlust des Lebenspartners; der Wohnung; schwere Erkrankung, harte medizinische Eingriffe etc.) können zu Retraumatisierungen führen (Bergmann, 1998).

05.06.2010 Copyright: Michaela Huber 10

### Das „Last Chance-Syndrom“

- Etwas ist noch unerledigt.
- Große Angst zu sterben reaktiviert dieses Unerledigt-Gefühl.
- Auseinandersetzung mit der eigenen Lebensgeschichte.
- Suche nach dem Sinn im eigenen Leben (Radebold, 2004)

05.06.2010 Copyright: Michaela Huber 11

### Erkrankungen durch unerledigte Kriegserlebnisse häufiger!

- Demenz (Goodman et al., 2007)
- Psychosen im Alter (Böwing et al., 2009)
- PTBS
- Körperliche Erkrankungen wie Diabetes II, Herzinfarkt, Schlaganfall, obstruktives Lungensyndrom – besonders bei frühen Traumatisierungen (ACE-Studie)

05.06.2010 Copyright: Michaela Huber 12

### Was könnte helfen?

- Wo die Kinder keine Antworten bekommen, können die Enkel nach-fragen
- Verantwortungsübernahme: Auf Generationen hinaus achtsam sein auf das ungute „Erbe“
- Verarbeiten der „unerledigten“ Erinnerungen.
- Aufklären über Projektionen.
- Hilfe für die Opfer.
- Aktives Friedens-Engagement.
- Nahost: Nicht schweigen – vermitteln!

05.06.2010 Copyright: Michaela Huber 13

### Was könnten wir lernen aus den Kriegserlebnissen (anderer)?

- Krieg ist eine kollektive Menschheits-Erfahrung; niemand bleibt davon unberührt.
- Was soll/kann ich tun, wenn es um das Thema Krieg und die Folgen geht?
- Wenn Frieden mehr ist als die Abwesenheit von Krieg, was ist er dann? Wie könnte ein Ort des Friedens aussehen?
- Von Dissoziation und traumatischer Übertragung zu Achtsamkeit und Respekt vor dem anderen.
- Kann ich mich an einer Friedensinitiative – z.B. „Verrückt nach Frieden“ konkret beteiligen?

05.06.2010 Copyright: Michaela Huber 14

## Literaturhinweise

- Georgie Böwing & Stefan G. Schröder: Spätfolgen von Kriegserlebnissen, in: *Trauma & Gewalt*, 4/2009, S. 294-301
- Michaela Wolffsohn: *Wem gehört das Heilige Land?* München: Piper, 2002
- Ute S. Werner: *Ich krieg mich nicht mehr unter Kontrolle. Kriegsheimkehrer der Bundeswehr*, Köln: Fackelträger, 2010
- Leah Wizelman: *Wenn der Krieg nicht endet*. Bonn, Balance, 2009
- Andrey V. Zeigarnik (2007): Bluma Zeigarnik: A Memoir. *Gestalt Theory - An International Multidisciplinary Journal*, 29 (3/2007), 256-268

05.06.2010

Copyright: Michaela Huber

15