

»Trauma und Bindung zwischen den Generationen«

Ein Buch-Essay über eine interdisziplinäre Tagung zu Fragen von Traumata und Resilienz

Der Begriff Trauma meint, dass ein Mensch durch ein unvorhersehbares, plötzliches oder langanhaltendes Ereignis in einen Schockzustand gerät und von Todesangst, von Gefühlen von Hilflosigkeit und Ohnmacht überwältigt wird. Derartige Erfahrungen, vor allem wenn sie in der Kindheit stattfinden, können zu lebenslangen, schweren Beeinträchtigungen der seelischen, körperlichen, sozialen oder kognitiven Entwicklung führen.

Diskussionen um das Phänomen Trauma haben eine lange und kontroverse Geschichte. So war etwa Sigmund Freud anfangs davon überzeugt, dass die hysterischen Neurosen, die er behandelte, allesamt auf sexuelle Verführung in der Kindheit zurückzuführen seien. Diese Meinung änderte er Ende der neunziger Jahre: Er verwies Berichte von derartigen Erlebnissen ins Reich der Phantasie und verwarf das Traumakonzept – voreilig – zur Gänze. Die auch politische Dimension des Traumabegriffs zeigte sich nach dem Zweiten Weltkrieg, als Opfer des Holocaust auf Schadensersatz klagten und abgewiesen wurden mit dem Argument, ihre psychischen Leiden hätten bereits vor KZ und Folter bestanden. Dem trat dazumal der Psychoanalytiker Kurt Eissler mit dem Artikel »Die Ermordung von wie vielen seiner Kinder muss ein Mensch symptomfrei ertragen können, um eine normale Konstitution zu haben« (1963) entgegen. Doch erst die Erfahrungen aus dem Vietnamkrieg, als viel junge, gesunde amerikanische Soldaten an Leib und Seele krank aus Vietnam zurückkehrten und lange oder chronisch an den Folgen litten, verschafften der Diagnose »Posttraumatische Belastungsstörung« zur Anerkennung und 1980 zur Verankerung in den DSM-III.

Die 20. Internationale Bindungskonferenz (2021) unter der Leitung von Karl Heinz Brisch in Ulm trägt den Titel »Trauma und Bindung zwischen den Generationen« und beschäftigte sich mit ererbten Wunden und Fragen der Resilienz in Entwicklungspsychologie, Therapie, Molekularbiologie, Beratung und Prävention. Die Beiträge der Referenten liegen jetzt in überarbeiteter Form vor und geben einen guten Überblick über neue Fragestellungen und Forschungsergebnisse zu Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten von Traumata. Thematisiert werden die Rolle von stressvollen Erfahrungen während der Schwangerschaft für den Fötus, Auswirkungen von Traumata bis in die nachfolgenden Generationen von Kindern

und Enkeln, der Impact von traumatisierten Vätern auf die Entwicklung des Kindes, Prävention und nicht zuletzt die Frage, wieso manche Menschen selbst nach extrem traumatischen Erlebnissen langfristig kaum oder keine Symptome entwickeln.

Die Frage, ob und wie extrem traumatische Erfahrungen an Kinder und Enkel weitergegeben werden, wird seit langem anhand von Holocaustüberlebenden erforscht. In Abraham Sagi-Schwartz' neuer drei-Generationen-Studie werden zusätzlich die protektiven Reserven an Widerstandskraft und Resilienz bei den Betroffenen erfasst. Während die Generation der Holocaustüberlebenden eine höhere Prävalenz von posttraumatischem Stress erkennen lässt, zeigt sich gleichzeitig eine bemerkenswerte Fähigkeit, erfahrenes Leid und Trauma zu bewältigen. In der zweiten Generation hingegen zeigen sich durchweg mehr psychische Probleme und psychopathologische Symptome, während in der dritten Generation keine Auswirkungen zu erkennen sind. Damit rückt die Frage nach der Resilienz und wie diese mit familialer Bindung und offener Familienkommunikation zusammenhängt in den Fokus.

Während die Frage nach den Folgen für die nachfolgenden Generationen in Israel und den USA bald nach dem Krieg thematisiert wurden, blieb in Deutschland und Österreich über Jahrzehnte tabuisiert, was die Folgen von Krieg und Holocaust für die Nachfahren der Tätergeneration bedeuten. Die erste, die damit brach, war die österreichisch-israelische Psychoanalytikerin Anna Maria Jokl mit ihrem Buch »Zwei Fälle zum Thema 'Bewältigung der Vergangenheit'« (1988), worin sie die Behandlung eines jungen Juden, dessen Familie unter der Naziverfolgung beinahe ihr Leben lassen musste, mit der Psyche eines anderen jungen Mannes, dem Nachkommen eines NS-Sturmbannführers vergleicht. 1964/65 geschrieben, wurde das Buch erst 1988 auf Deutsch publiziert. Noch im Nachwort zur Ausgabe von 1997 fragt Klaus Röckerath: »Darf man das?«

Gleich drei Beiträge thematisieren das Leid der belasteten Kriegskinder und Kriegsenkel in Deutschland – es sind Beiträge, aus persönlicher Betroffenheit geschrieben, in welche Autobiographisches und Teile der eigenen Familiengeschichte eingearbeitet sind und so dazu ermutigen, aus der Mauer des Schweigens herauszutreten gemäß Peter Sloterdijks Motto für die Frankfurter Vorlesungen im Jahr 1988 »Zur Welt kommen - Zur Sprache kommen«. Sabine Bode, Schriftstellerin, Journalistin und selber Tochter von Nazis, die es beinahe bis zu ihrem Tod bleiben sollten, gehört zu den Ersten, die das Thema Kriegskinder und Kriegsenkel in

Deutschland thematisiert hat. Ihr Buch »Die vergessene Generation« (2004) fand ebenfalls lange keinen Verleger – inzwischen ist es zum Bestseller geworden. Bodes Tagungsbeitrag »Deutsche Kriegsenkel durchbrechen die Mauer des Schweigens« zeigt, dass die transgenerationale Weitergabe von den Großeltern zu den Kriegsenkeln kein individuelles, sondern ein gigantisches gesellschaftliches Problem darstellt: Die Grosseltern/Eltern möchten ihre Kinder schützen und weichen deren Fragen aus. Kinder trauen sich oft nicht zu fragen, weil sie ihren Eltern keinen Schmerz bereiten oder diese nicht beschämen wollen. Auf diese Weise behalten die Gespenster der Vergangenheit ihre Macht, die sie erst dann verlieren, wenn man ihnen ins Gesicht blickt und diese Erfahrungen teilt – wozu zahlreiche neue Publikationen, darunter Bodos eigene Bücher, anregen können.

Im Beitrag »Therapie der transgenerationalen Traumatisierung« schildert Katharina Drexler eindrücklich, wie sie über die therapeutische Arbeit mit ihrer Patientin Frau G. in Kontakt mit ihrer persönlichen transgenerationalen Traumatisierung in Kontakt kam und in der Auseinandersetzung mit ihrer eigenen Familiengeschichte dazu motiviert wurde, besondere therapeutische Interventionstechniken wie die *Rückgabe-Übung* zu entwickeln, um ihren traumatisierten Patienten im Rahmen der Psychotherapie zu helfen. Im sehr persönlichen und berührenden Beitrag »Die Folgen des nationalsozialistischen Terror- und Mordsystems für meine deutsch-jüdische Familie« erzählt Familientherapeut Wolf Ritscher seine eigene Familiengeschichte, beginnend mit dem Jahr 1850, über fünf Generationen hinweg. Vermächtnisse in transgenerationalen Konstellationen sind unumgänglich, so seine Schlussfolgerung. Entscheidend sei nicht deren Vorhandensein, sondern der Umgang mit ihnen. Anhand seiner Familienbiographie zeigt er, dass transgenerationale Vermächtnisse stets eine große Herausforderung darstellen, aber auch als Impulse für die Entwicklung einer »positiven Gegenseitigkeit« dienen können.

Die Geschichte der Resilienz, so Karl Heinz Brisch in »Trauma-Resilienz zwischen den Generationen« geht auf Forschungen über die Entwicklung von Säuglingen zurück. Längsschnittstudien belegen, dass die frühe Erfahrung einer Beziehung auf der Basis von emotionaler Sicherheit und Vertrauen eine Grundlage schafft, auf welche Erwachsene später zurückgreifen und so auch schwere externe Bedrohungen, aber auch innerpsychische Krisen leichter bewältigen können. Vor diesem Hintergrund erhebt sich die Forderung nach

Weiterentwicklung und Förderung des *Königswegs der Prävention* auf breiter gesellschaftlicher Basis. Gerade hier, im Bereich der Prävention, sind große Fortschritte hinsichtlich des Verständnisses der Familiendynamik zu verzeichnen. Traditionell lag der Fokus auf der frühen Mutter-Kind-Dyade und noch in den 1960/1970er Jahren hatte das Konzept der »schizophrenogenen Mutter« Hochkonjunktur – ein diskriminierendes, heute überholtes Konzept, das die Mutter zum Sündenbock erklärte, ein Konzept auch, welches Männer und Väter ins off verbannte. Aktuell machen interessante Tier-Forschungen von Ali Jawaid und Isabelle Mansuy darauf aufmerksam, dass traumatische Erfahrungen über männliche Keimzellen weitergegeben werden und über Generationen hinweg epigenetische Spuren bei den Nachkommen nachgewiesen werden können. Mit den »Biomolekularen Spuren von traumatischem Stress« beim Menschen beschäftigen sich Suchithra Varadarajan, Anja Gump und Iris-Tatjana Kolassa. Das grundsätzlich spannende Thema der drei wissenschaftlichen Mitarbeiterinnen bleibt für die hier Schreibende in deren Fachsprache eingeschlossen – schade!

Erfahrungen in der Praxis zeigen, dass erlittene Traumata bei Männern durch die Geburt eines eigenen Kindes aktualisiert werden können. Im klinischen Beitrag »Transgenerative Weitergabe der Traumatisierung und des Zorns« beschäftigt der Züricher Psychoanalytiker Egon Garstick sich mit zwei Fragen. Was brauchen Menschen in ihrer frühen Kindheit, damit sie heftige Affekte bearbeiten können? Was brauchen sie, wenn sie später selber Eltern oder Vater werden, damit sie nicht von Affekten *überfallen* werden, die als Folge einer Traumatisierung in ihrem Körper eingeschrieben sind? Egon Garstick engagiert sich seit vielen Jahren in der *Stiftung Mütterhilfe* und in der *Arche für Familien* in Zürich. Hier konnte er beobachten, wie der Übergang von der Paarbeziehung zur Elternschaft auch bei starkem Kinderwunsch zur Krise für die Betroffenen und ihre Beziehung werden kann. Ebenso wie Mütter können auch Väter nach der Geburt eines Kindes in eine depressive Verstimmung geraten, sich zurückziehen, oder sie fühlen sich überflüssig oder ausgeschlossen vis-a-vis der Mutter-Kind-Dyade; oder sie erleben Scham und Entsetzen, wenn sie von unregulierten Affekten wie Zorn überflutet werden und so in Gefahr geraten, an den eigenen Kindern zu wiederholen, was ihnen selber traumatisierend in der Kindheit zugefügt wurde. Für Egon Garstick waren diese Erfahrungen Grund genug, sich vermehrt in der fokussierten therapeutischen Väterarbeit zu engagieren, ein fruchtbarer, mit Fallbeispielen belegter

Ansatz, der die Persönlichkeit des Vaters im neuen Rollengefüge der Familie stärkt, eine Arbeit auch, die eine Anpassung der klassischen Behandlungstechnik erfordert. Damit nicht genug, ergibt eine solch sinnvolle Prävention und Intervention gemäss den Forschungen von Flavia-Elvira Bogorin und Christian Grünhaus auch einen bedeutsamen ökonomischen Mehrwert für die Gesellschaft.

Der vorliegende, facettenreiche Band kann allen Fachleuten anempfohlen werden, die mit Familien, Eltern oder Kindern arbeiten.

Dr. phil. Sabine Richebächer, Zürich

Karl Heinz Brisch (Hrsg.): Trauma und Bindung zwischen den Generationen. Vererbte Wunden und Resilienz in Therapie, Beratung und Prävention, Klett-Cotta: Stuttgart 2022