



Ulrike Pohl

Psychische Spätfolgen von NS-Zeit und Krieg bewältigen

Ein Schichtenmodell
für die therapeutische Praxis

V&R



Ulrike Pohl

Psychische Spätfolgen von NS-Zeit und Krieg bewältigen

Ein Schichtenmodell
für die therapeutische Praxis

Unter Mitarbeit von Peter Streb und Cristina Budroni

Mit 3 Abbildungen

Vandenhoeck & Ruprecht

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <https://dnb.de> abrufbar.

© 2021, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG,
Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen
Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Umschlagabbildung: [clivewa/shutterstock.com](https://www.shutterstock.com/clivewa)

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen
EPUB-Produktion: Lumina Datametics, Griesheim

Vandenhoeck & Ruprecht Verlage | www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com

ISBN 978-3-647-99494-9

Inhalt

Vorwort

Einführung

1 Auswirkungen von Nationalsozialismus und Zweitem Weltkrieg

- 1.1 Die öffentliche Ebene: Erinnerungskultur
- 1.2 Die individuelle Ebene: Psychische Langzeitfolgen

2 Archäologie

- 2.1 Archäologie als Metapher
 - 2.1.1 *Sigmund Freud*
 - 2.1.2 *Walter Benjamin*
- 2.2 Archäologie als Disziplin
 - 2.2.1 *Ablauf einer Ausgrabung*
 - 2.2.2 *Einige archäologische Begriffe*
- 2.3 Zusammenfassung

3 Das psychoarchäologische Schichtenmodell

- 3.1 »Schichten« und »Fundstücke« im Rahmen des Modells
- 3.2 Dimensionen
 - 3.2.1 *Dimension 1: Historische Ereignisse*
 - 3.2.2 *Dimension 2: Positionierungen*
 - 3.2.3 *Dimension 3: Psychische Auswirkungen*
 - 3.2.4 *Zusammenwirken der Dimensionen*
- 3.3 Funktionsweise
 - 3.3.1 *Verbindung von öffentlicher und familiärer Erinnerung*
 - 3.3.2 *Dynamik*

3.3.3 *Perspektiven der Erinnerung: Pompeji und Rom*

3.4 Transgenerationalität

3.5 Zusammenfassung

4 Anregungen für die therapeutische Praxis

4.1 Mögliche Therapieziele

4.1.1 *Verhalten/Symptome der Vorfahren im historischen Kontext verstehen und damit sich selbst entlasten*

4.1.2 *Zwischen den Erlebnissen/Gefühlen/Haltungen der Vorfahren und den eigenen differenzieren*

4.1.3 *Reale Schuld anerkennen und die Vorfahren entidealisieren*

4.1.4 *Übermäßiges Verantwortungsgefühl für die Vorfahren verringern*

4.1.5 *Aufträge von Vorfahren erkennen und historisch einordnen*

4.1.6 *Selbstfürsorge und Mitgefühl für sich selbst erhöhen*

4.2 Therapeutische Haltung

4.2.1 *Geduld*

4.2.2 *Interesse für historische Zusammenhänge*

4.2.3 *Reflexion der eigenen Familiengeschichte*

4.2.4 *Therapeutische Beziehung als »Grabungsteam«*

4.3 Vorgehen

4.3.1 *Das Schichtenmodell als gedankliches Modell verwenden*

4.3.2 *Ein Schichtenmodell erstellen*

4.3.3 *Das Schichtenmodell zur Abbildung von Veränderungen verwenden*

4.3.4 *Schichten als Metapher für ein »Sowohl-als-auch«*

4.3.5 *Sich von der Archäologie anregen lassen*

4.3.6 *Familiengeschichten und -mythen hinterfragen*

4.3.7 *NS-/Kriegsthematik bei Hinweisen direkt ansprechen*

4.3.8 *Nicht auf der NS-/Kriegsthematik insistieren*

4.3.9 Dialog mit Familienangehörigen anregen und vorbereiten

4.3.10 Weitere Verfahren und Medien einsetzen

5 Fallvignetten

5.1 Der psychische Schatten der Nazidiktatur – psychoarchäologische Grabungen in der Schweiz (Peter Streb)

5.1.1 Vorbemerkung (Ulrike Pohl)

5.1.2 Der psychische Schatten der Nazidiktatur – psychoarchäologische Grabungen in der Schweiz

5.1.3 Historischer Hintergrund: Die Schweiz im Zweiten Weltkrieg

5.1.4 Verschüttete Erinnerungen

5.1.5 Großvaters Fotoalbum

5.1.6 Die Ängste der Mutter

5.1.7 Das »Kriegstagebuch«

5.1.8 Psychoarchäologie und Psychotherapie

5.2 Wie viel Erinnern bedarf es, um zu vergessen? Die drei Generationen der Familie C. (Cristina Budroni)

5.2.1 Vorbemerkung (Ulrike Pohl)

5.2.2 Wie viel Erinnern bedarf es, um zu vergessen? Die drei Generationen der Familie C.

5.2.3 Die erste Schicht – die erste Geschichte vor der Geschichte

5.2.4 Die betrogene Kindheit, die gestohlene Jugend

5.2.5 Die psychoarchäologische zeitliche Dynamik: Pompeji versus Rom

5.2.6 Der Moment der Erstarrung oder wie Pompeji ein Teil meines Lebens wurde

5.2.7 Auswirkungen auf die nächsten Generationen

5.2.8 »Saxa loquuntur« – wenn die Vergangenheit zu sprechen beginnt

5.2.9 Ausgraben und Loyalität

5.2.10 Arbeit mit der Timeline - »Wo bin ich, wenn ich bin?«

5.3 Anmerkung

6 Ausblick

Nachtrag: Corona

Literatur

Vorwort

Dieses Buch ist auf dem Hintergrund einer langen Beschäftigung mit den seelischen Folgen von NS-Zeit und Krieg entstanden. Im Verlauf meiner Auseinandersetzung mit dem Thema und meiner beruflichen Tätigkeit als Psychotherapeutin hatte ich immer wieder den Eindruck, dass Nationalsozialismus und Krieg, Opfer- und Täterseiten oft separat behandelt werden. Das kann eine Bearbeitung erschweren. Aus den daran anschließenden Überlegungen entstand im Verlauf der Jahre ein Fortbildungskonzept zu den transgenerationalen Folgen von NS-Zeit und Krieg für den psychotherapeutischen Bereich. Es verfolgt einen integrativen Ansatz, in dem die verschiedenen Seiten miteinander in Beziehung gesetzt werden. Allmählich entwickelte sich dann die Idee, dieses Thema in Form von aufeinander aufbauenden Schichten aufzufassen. Daraus wurde der Gegenstand dieses Buches.

Es thematisiert das ganze Spektrum von Opfer-Täter-Facetten. Der Fokus liegt allerdings, entsprechend meiner familiären Herkunft und dem Schwerpunkt meiner Arbeit, aufseiten der Mehrheitsgesellschaft mit der Täter- und Mitläuferseite. Für die Seite der NS-Verfolgten sind die Beispiele entsprechend spärlicher. Beim Bemühen um Ausgewogenheit wurde mir deutlich, dass diese hier für mich nicht möglich ist. Auch erlebte ich Bedenken, über die Dynamik bei Verfolgten zu schreiben. Ungenauigkeiten oder Fehler, die mir hierbei unter Umständen unterlaufen sind, mögen mir hoffentlich nachgesehen werden.

In den letzten Monaten des Schreibens an diesem Buch entwickelte sich die Corona-Pandemie: Das Virus und seine Folgeerscheinungen beeinflussten den weiteren Verlauf. In der Auseinandersetzung mit der neuen Corona-Realität wurden Bezüge zum Thema des Buches deutlich. Daher werden in einem Nachtrag einige Überlegungen hierzu einfließen.

An dieser Stelle möchte ich mich bei den Menschen bedanken, die zum Entstehen dieses Buches durch Informationen, Diskussionen und Rückmeldungen zum Manuskript beigetragen haben. Sie werden sich an der einen oder anderen Stelle des Textes wiederfinden. Besonders danken möchte ich den Lektorinnen Sandra Englisch und Ulrike Rastin, die das Projekt sehr engagiert und umsichtig begleitet haben.

Ulrike Pohl

Einführung

Angesichts des sich durchsetzenden Nationalsozialismus verlassen Sigmund Freud und seine Familie am 4. Juni 1938 Wien, um ins Exil nach London zu gehen. Auf der Flucht machen sie Halt in Paris bei Marie Bonaparte, einer Schülerin und einflussreichen Gönnerin Freuds. Sie überreicht ihm »die Athene«, Freuds Lieblingsobjekt aus seiner umfangreichen Antikensammlung. Diese Statuette hatte sie für ihn aus Wien herausgeschmuggelt (Jones, 1982, S. 269).

Mit Freud (dem Begründer der Psychoanalyse), der Athenestatue (einem archäologischen Objekt) und dem Nationalsozialismus (einem kollektiven Geschehen) sind die Koordinaten dieses Buches umrissen. Es geht um seelische Prozesse, um Archäologie und kollektive Ereignisse, vor allem den Nationalsozialismus und Zweiten Weltkrieg. Die Verbindung von seelischen Prozessen und Archäologie lässt sich mit dem Begriff der Psychoarchäologie fassen; als Drittes kommt ein kollektives Geschehen hinzu. Die seelischen Folgen von gravierenden kollektiven Ereignissen, wie NS-Zeit und Krieg, sollen hier mithilfe der Archäologie erforscht werden.

Die psychischen Langzeitfolgen der Zeit von 1933 bis 1945 (und der Nachkriegszeit) sind komplex – auf der Opfer- wie auf der Täterseite. Ebenso komplex ist die Frage, wer heute als solches gesehen wird: Wer sind die Täter? Wer sind die Opfer? Dies gilt insbesondere innerhalb von Familien. Umfragen zur Erinnerungskultur weisen darauf hin,

dass Menschen ihre Vorfahren weitaus öfter bei den Opfern als bei den Tätern sehen und es in den meisten deutschen Familien nach wie vor schwierig ist, sich mit den Verstrickungen des Nationalsozialismus zu beschäftigen (Papendick, Rees, Wäschle u. Zick, 2019). Es gibt zwar eine Fülle von Publikationen zu dem Thema - neben wissenschaftlicher Literatur auch autobiografische Berichte über die Geschichte der eigenen Familie im Nationalsozialismus (z. B. Lohl u. Moré, 2014; Wrochem, 2016). Diese Offenheit scheint aber auf Einzelne beschränkt zu bleiben und hat sich nicht allgemein durchgesetzt.

Die Erforschung von NS-Verstrickungen oder - allgemeiner - schuldhaftem Handeln in der Familie ist für viele Menschen mit großen Hemmungen verbunden. Dies kann daran liegen, dass das in Deutschland über die Öffentlichkeit vermittelte Unrechtsbewusstsein sich im Individuellen sehr unterschiedlich darstellt und zum Teil nicht vorhanden ist. Selbst erlebtes Leiden steht oft im Vordergrund und kann auch zur Ablenkung von schuldhaftem Tun dienen. Auf der Täterseite gibt es komplexe Opfer-Täter-Verwicklungen. Menschen, die Hitler zugejubelt hatten, konnten etwa bei der Bombardierung von Dresden oder Hamburg schwere Verluste erleben und traumatisiert werden. Historische Erklärungen der Bombardierungen werden individuell erfahrenes Leid oft nur wenig beeinflussen. Erklärung und Erfahrung stehen häufig unverbunden nebeneinander.

Der Boom der »Kriegskinder«- und »Kriegsenkel«-Literatur (z. B. Bode, 2004, 2009; Ustorf, 2008), die Vielzahl von Veranstaltungen und Gruppen zu diesem Thema und die Verbreitung des Traumabegriffs in diesem Zusammenhang verweisen darauf, wie stark aufseiten der Nachkommen der nicht verfolgten Deutschen ein seelisches Bedürfnis besteht, auch Opfererfahrungen Ausdruck zu geben. Dass hier die Gefahr existiert, die Täterseite aus dem Blick zu verlieren

und die Leiden von Opfern und Tätern anzugleichen, ist vielfach angemerkt worden (z. B. Welzer, 2009).

In diesem Buch soll versucht werden, beides – Täter- und Opferseite – im Blick zu halten und einen Weg zu zeichnen, wie man Zugang zu dem schwierigen Thema der seelischen Folgen von Nationalsozialismus und Zweitem Weltkrieg bekommen kann, ohne in ein Entweder-oder, in eine ausschließliche Täter- oder Opfersicht zu verfallen. Die deutsche Geschichte des 20. Jahrhunderts nimmt mit der Symbolkraft des Holocaust eine Sonderstellung ein. Das Spannungsverhältnis von Opfer-/Täterfacetten findet sich aber auch dort, wo immer es um kriegerische Auseinandersetzungen, ideologisch motivierte Gewalt oder Unrechtsregime geht. Und auch bei anderen kollektiven Erfahrungen, wie z. B. Naturkatastrophen, können diese Fragen eine Rolle spielen. Damit lassen sich die hier entwickelten Überlegungen auch auf Bereiche jenseits der neueren deutschen Geschichte übertragen.

Bei der Suche nach einem Zugang zur Vergangenheit werden hier Anleihen bei einer Wissenschaft gemacht, die eine langjährige Expertise in der Erforschung der Vergangenheit hat: die Archäologie. Sie hat schon früh die Menschen fasziniert, da sie einen direkten Blick in die Vergangenheit zu versprechen scheint. Sigmund Freud war ein leidenschaftlicher Anhänger der im 19. Jahrhundert äußerst populären Archäologie und verwendete sie als Metapher für seine neue Methode zur Erforschung der Seele.

Die Archäologie im Zusammenhang mit seelischen Prozessen zu sehen, von einer »Psychoarchäologie« zu sprechen, mag heute, mehr noch als zu Freuds Zeiten, zunächst befremdlich erscheinen. In Zeiten der Digitalisierung, der Beschleunigung und (manchmal auch nur vermeintlichen) Allverfügbarkeit von Wissen kann der Rückgriff auf eine in Teilen so manuelle Tätigkeit wie das

Ausgraben verschütteter Objekte nahezu anachronistisch wirken. Archäologie verlangt viel Ruhe und ein sehr methodisches Vorgehen. Dann verspricht sie weitreichende Erkenntnisse über die Vergangenheit und erhöht auf diese Weise das Verständnis der Gegenwart.

Wird die Archäologie als Metapher verwendet, stellt sich die Frage nach der Reichweite dieser Metapher. Metaphern vertiefen das Verständnis, reichen aber in der Regel nicht zur vollständigen Erfassung eines Phänomens aus. Es gibt eine ganze Reihe von Parallelen zwischen dem archäologischen und dem psychotherapeutischen Vorgehen. Diese Parallelen finden allerdings ein Ende, wenn der Bereich der therapeutischen Beziehung, die therapeutische Interaktion, angesprochen wird. Ebenso wenig lassen sich wesentliche Konzepte, wie z. B. der psychische Apparat oder die transgenerationale Weitergabe von Erfahrungen, direkt in die Welt der Archäologie übertragen. So wird in dem Kapitel über Freud auch gezeigt, wie er nach Jahrzehnten der Beschäftigung mit der Metapher ihre Reichweite immer weiter eingrenzte.

Die Archäologie-Metapher soll daher im Kontext dieses Buches nicht überstrapaziert werden, sondern nur für einen ausgewählten Bereich gelten, nämlich den der Methode. Das archäologische Vorgehen und einige archäologische Konzepte sollen den Zugang zur eigenen familiären Vergangenheit in spezifischen historischen Epochen, z. B. in NS-Zeit und Krieg, erleichtern. Die Metapher steht damit für die Erforschung der seelischen Spuren der historischen Vergangenheit, z. B. der deutschen Geschichte. Wie konkret dann die psychotherapeutische Arbeit in diesem Rahmen aussieht, welche therapeutische Ausrichtung, welche spezifischen Methoden zum Tragen kommen, bleibt den Einzelnen überlassen. Und eine persönliche Auseinandersetzung mit dem Thema kann natürlich auch ganz ohne psychotherapeutische Begleitung stattfinden.

Das Bild der Archäologie ist in der Öffentlichkeit oft mit der Suche nach wertvollen Objekten, nach Schätzen verbunden. Die tatsächliche Arbeit ist meist weitaus unspektakulärer und langwieriger. Und es stellt sich zunächst immer die Frage, was, wann und ob überhaupt ausgegraben werden soll, ob sich das ganze Unternehmen lohnt. Analog lässt sich bei der Erforschung der Spuren von Nationalsozialismus und Krieg auch fragen, was aufgedeckt werden soll. Ist Erinnern und Wissen immer gut und sinnvoll? Bleibt manches nicht besser unentdeckt im Boden? Welche Risiken geht man ein? Diese Fragen werden an verschiedenen Stellen des Buches aufgegriffen und – das sei jetzt schon vorausgeschickt – es werden sich keine eindeutigen Antworten finden lassen.

Doch, wie so oft, werden mit den gestellten Fragen die zu klärenden Probleme erst deutlicher formuliert. So wird z. B. deutlich, dass es nicht darum geht, »möglichst viel auszugraben«, sondern dass der Prozess des Auswählens, Grabens und Entdeckens im Vordergrund steht. Und der allein kann schon zu mehr Bewusstheit und damit Veränderungen führen. Am Ende steht natürlich immer die Frage, ob sich die Arbeit des Grabens gelohnt hat. Dies muss dann jeder für sich beantworten.

Das Buch verfolgt eine Reihe von Zielen: Einmal soll es den Zugang zu dem für viele Menschen schwierigen Thema »meine Familie in NS-Zeit und Krieg« erleichtern. Hierbei werden explizit Opfer- und Täterseiten angesprochen, wodurch Letztere mehr Raum als sonst häufig bekommen. Auf diese Weise soll eine Verbindung zwischen dem öffentlich verfügbaren Wissen über den Nationalsozialismus und dem familiären Gedächtnis, das meist mehr von Opfererfahrungen geprägt ist, hergestellt werden. Durch Rückgriff auf die Archäologie als Metapher, insbesondere für das methodische Vorgehen, wird eine Haltung des Wahrnehmens und Entdeckens »von was immer kommen

mag« gefördert. Für die psychotherapeutische Praxis lassen sich damit neue Ansatzpunkte für das Vorgehen finden. Die Archäologie und die damit verbundenen Vorgehensweisen und Bilder laden dazu ein, spielerisch mit ihr umzugehen und in das je individuelle Vorgehen kreativ einzubinden.

Im *ersten Kapitel* wird zunächst ein Blick auf die öffentliche Ebene des Umgangs mit NS-Zeit und Krieg geworfen und auf die bundesdeutsche Erinnerungskultur eingegangen, die von einem intensiven Gedenken an die Opfer der NS-Verfolgung geprägt ist. Dargestellt wird, dass sich dies allerdings laut Studien nicht im familiären Gedächtnis der meisten Bundesdeutschen widerspiegelt und man von einer Spaltung des öffentlichen und familiären Gedächtnisses spricht. Danach folgt die individuelle Ebene. Hier wird ein kurzer Überblick über die existierende Literatur zu den psychischen Langzeitfolgen von NS-Zeit und Zweitem Weltkrieg gegeben.

Die Archäologie ist Gegenstand des *zweiten Kapitels*. Zunächst wird ihre metaphorische Verwendung bei Sigmund Freud dargestellt. Im Anschluss wird die Weiterentwicklung der Freud'schen Gedanken zur Archäologie bei Walter Benjamin skizziert. Dieser formulierte im Unterschied zu Freud, der noch der archäologischen Entdeckerfreude des 19. Jahrhunderts verhaftet war, bereits moderne archäologische Konzepte, wie das der Schicht, das in diesem Buch eine wichtige Rolle spielt. Im zweiten Teil dieses Kapitels folgt ein Abriss der Archäologie als Disziplin, ihrer verbreiteten Vorgehensweisen und einiger wichtiger Begriffe. Hierbei werden immer wieder Bezüge zur therapeutischen Arbeit und zur Auseinandersetzung mit NS-Zeit und Krieg hergestellt.

Im Mittelpunkt des *dritten Kapitels* steht das sogenannte »psychoarchäologische Schichtenmodell«. Hier werden, abgeleitet aus dem archäologischen Schichtbegriff, »psychoarchäologische Schichten« mit verschiedenen

Dimensionen angenommen. Danach folgt eine Beschreibung der Funktionsweise des Modells.

Im *vierten Kapitel* werden Anregungen für die psychotherapeutische Praxis gegeben. Diese beziehen sich zum einen direkt auf das Schichtenmodell und ein »psychoarchäologisches Vorgehen«, zum anderen aber auch allgemein auf den Umgang mit der NS-/Kriegsthematik in der Psychotherapie. Darüber hinaus finden sich noch einige weiterführende Anmerkungen zum Schichtbegriff.

Im *fünften Kapitel* stellen Peter Streb aus Basel und Cristina Budroni aus Wien Fallvignetten aus der psychotherapeutischen Praxis dar. Diese sind beeinflusst von der Archäologie-Metapher und einer »psychoarchäologischen« Vorgehensweise und zeigen die Auseinandersetzung mit den Folgen von Nationalsozialismus und Krieg in den Nachfolgegenerationen – einmal für die Täter-/Mitläuferseite, einmal für die Seite der NS-Verfolgten. Damit öffnet sich der Raum über die Geschichte Deutschlands hinaus auf die der Nachbarländer, in denen der Nationalsozialismus und der Zweite Weltkrieg ihre Spuren hinterlassen haben.

Abschließend wird im *sechsten Kapitel* ein Ausblick auf weitere mögliche Anwendungen des Schichtenmodells gegeben. Die Grundgedanken des »psychoarchäologischen Schichtenmodells« sind entstanden im Zusammenhang mit den Auswirkungen der deutschen Geschichte, lassen sich aber auch auf andere Länder und historische Epochen übertragen. Den Abschluss bilden allgemeine Gedanken zu Schichten und ihrer Verwendung in diesem Kontext.

In einem *Nachtrag* werden Überlegungen zu einer möglichen Schichtenbildung im Zusammenhang mit der Corona-Pandemie dargestellt.