

## Das Interview

### Kriegsenkel in der Therapie

Gabriele Lorenz-Rogler sprach für die Familiendynamik mit Ingrid Meyer-Legrand



**Ingrid Meyer-Legrand**  
Systemische Therapeutin, Coach und Supervisorin in eigener Praxis in Berlin und Brüssel  
Dipl.-Sozialarbeiterin,

Studium der Sozialwissenschaften, Geschichte und Sozialarbeit; Projekt- und Referatsleiterin in einem Wohlfahrtsverband, ECP – European Certification for Psychotherapy, Heil-erlaubnis nach dem HPG; tätig im Leadership-Programm der Zentralen Frauenbeauftragten der Humboldt Universität Berlin als Systemischer Coach; Lehrbeauftragte an der Ev. Hochschule für Soziale Arbeit Berlin; Supervisorin; Therapeutin in eigener Praxis; Fortbildungen zum Thema Kriegsenkel für Therapeuten, Coaches etc.

**Gabriele Lorenz-Rogler**

Studium der Germanistik und Geographie. Nach lehrenden Tätigkeiten im privaten Schuldienst arbeitet sie heute als Biographin im Kundenauftrag und unterstützt Menschen beim Verfassen ihrer Lebensgeschichte oder einzelner Episoden bzw. gestaltet daraus Hörbücher. Sie veranstaltet Lebensgeschichten-Erzählalons und biographische Schreibworkshops u. a. mit dem Schwerpunkt Kriegs-, Nachkriegs-kindheiten und Kriegsenkel. Als Autorin verfasst sie journalistische Artikel, Interviews und Porträts.

1994 hat Peter Heigl mit seinem Buch *Maikäfer flieg, dein Vater ist im Krieg...* über die psychischen Nachwirkungen des Zweiten Weltkrieges bei den sogenannten Kriegskindern berichtet. Ihm folgten der Psychoanalytiker Tilmann Moser mit seinen Beobachtungen bei seinen Patienten und 2004 die Journalistin Sabine Bode, die mit *Die vergessene Generation* ein bahnbrechendes Buch über die Kriegskinder-Generation schrieb. 2005 fand in Frankfurt der erste internationale und interdisziplinär angelegte Kriegskinder-Kongress statt, der sich den belastenden Erinnerungen dieser Generation widmete. Seit einigen Jahren treten nun die sogenannten Kriegsenkel mit ihren seelischen Beschwerden in den Blick der Öffentlichkeit. Der Begriff »Kriegsenkel« ist 2009 von Sabine Bode geprägt worden. Kriegsenkel sind die Nachkommen der einstigen Kriegskinder, also der Jahrgänge, die um ca. 1928 bis 1946 geboren wurden.

*FD: Die Kriegskindergeneration, das sind die Jahrgänge von ca. 1928 bis 1946, leidet bis heute unter den schlimmsten Erfahrungen des Zweiten Weltkriegs. In Altenheimen, in denen die letzten dieser direkt vom Krieg betroffenen Menschen inzwischen zumeist leben, zeigen sich die Folgen ihrer Kriegserlebnisse noch in einem sehr hohen Alter. Seit etwa sechs Jahren betreten die Kriegsenkel, die heute ca. 35- bis über 60-Jährigen die öffentliche Bühne und*

*fordern, dass ihre Leiden anerkannt werden. Wie ist es möglich, dass in dieser Generation noch psychische Folgeschäden des Zweiten Weltkriegs zu finden sind? Bei einer Generation, die quasi in Watte gepackt, i. d. R. in materieller Sicherheit und ohne direkte Kriegserfahrungen aufgewachsen ist?*

Ingrid Meyer-Legrand: Kriegsenkel sind zwar in Friedenszeiten aufgewachsen und in mehr oder weniger großem Wohlstand, aber sie haben Eltern erlebt, die in Kriegszeiten groß geworden und aufgrund dessen häufig traumatisiert worden sind. Genauso wenig, wie die einstigen Kriegskinder selbst in ihrem Leid gesehen wurden – alles andere war immer schlimmer als ihr eigenes Leid – waren diese als Eltern nicht in der Lage, die eigenen Kinder, die heutigen Kriegsenkel, wirklich wahrzunehmen. Es gibt eine Kettenreaktion durch die Generationen, beginnend mit dem Ersten Weltkrieg bis heute. Es gab eine ganze Generation, die als Folge des Ersten Weltkriegs ohne Väter aufgewachsen ist und die noch andere höchst traumatische Erlebnisse zu verkraften hatte. Dieses Schicksal wiederholte sich bei den Kriegskindern des Zweiten Weltkriegs und setzte sich bis in die Kriegsenkelgeneration fort.

Eine Kriegsenkelbiografie beginnt mit dem Leid ihrer Kriegskinder-Eltern, mit dem sie schon früh konfrontiert waren. Obleich sie häufig gar nichts von den schlimmen Kriegserlebnissen wussten, spürten sie, dass ihre Eltern in großer Not waren und versuchten, die Eltern zu »retten«. So konnten sie nicht einfach unbefangene Kinder sein, sondern versorgten oft von Kindesbeinen an Eltern und ihre Geschwister. Die Eltern waren mit den eigenen Verletzungen an Leib und Seele beschäftigt und konnten oft keine Schutzfunktion und keine zuverlässige Verantwortung für die Kinder übernehmen.

FD: Sie sehen einen Zusammenhang zwischen den Kriegserlebnissen der Vorfahren, die Gewalt, Flucht und Vertreibung erlebt haben, und den Erfahrungen der heute längst erwachsenen Kriegsenkel, die teilweise kurz vor dem Rentenalter stehen. Ist dieser Zusammenhang wissenschaftlich gesichert? Es könnten doch auch menschliche Unzulänglichkeiten, mangelnde Reife und Belastbarkeit etc. sein, die unter diesen angeblichen Kriegstraumata firmieren?

Ingrid Meyer-Legrand: Primäre Erkenntnisquellen, so habe ich es beschrieben,<sup>1</sup> sind einerseits Studien über die psychotherapeutische Arbeit mit Überlebenden der Shoah sowie mit ihren Kindern und Enkeln, andererseits die später einsetzenden Therapien und Untersuchungen von Kindern und Enkeln der Täter (Moré, 2013), wobei der israelische Psychologe Dan Bar-On hier Pionierarbeit geleistet hat. Aber auch der Altersforscher Radebold belegt diesen Zusammenhang und bestätigt, dass die Kriegskinder zu einem Drittel schwer traumatisiert, ein Drittel marginal oder zeitweise und lediglich ein Drittel nicht traumatisiert sind.

Einer der Pioniere dieser Forschung – der Psychiater und Psychotherapeut Peter Heigl – spricht in Anlehnung an Helm Stierlin von einer transgenerationalen Weitergabe dieses Traumas an die nächste Generation, Eltern »übertragen« die seelischen Verletzungen an ihre Kinder. Im Kontext dieser Zeitschrift<sup>2</sup> ist das sicherlich ein bekanntes Phänomen. Es lässt sich folgendermaßen beschreiben: Die Eltern der Kriegsenkel haben als Kinder den Krieg er-

lebt, in einer Lebensphase also, in der sie besonders zu »beeindrucken« waren. Eine Überlebensstrategie, traumatische Kriegserfahrungen überhaupt zu verkraften, ist es, die Gefühle völlig auszuschalten. Da diese Generation auch später keinerlei Möglichkeiten hatte, über diese Erfahrungen zu sprechen, geschweige denn therapeutische Hilfe zu bekommen, entstand eine innere Leere. So konnten sie weder sich selbst noch die Bedürfnisse ihrer Kinder wahrnehmen. Viele Kriegsenkel klagen darüber, ihre Eltern als emotional abgestumpft, leer und um sich selbst kreisend erlebt zu haben. In diesem Prozess wird sichtbar, dass nicht nur ein Einzelner, derjenige also, der das Trauma erfahren hat, betroffen ist, sondern das gesamte Umfeld – in diesem Fall die Kinder bzw. die Kriegsenkel. Gerade Kinder brauchen Eltern, die lebendig sind und keine, die innerlich erstarrt sind und sich weder selbst spüren noch ihre Kinder wahrnehmen können.

FD: Wird so das Trauma weitergegeben?

Ingrid Meyer-Legrand: Ja, die Kinder spüren häufig nur, dass etwas schief läuft. Oft wurde gar nicht über das Leid der Eltern gesprochen. Kinder nehmen intuitiv wahr, dass etwas mit ihren Eltern nicht stimmt, und leiden bspw. unter der permanenten bedrückenden Stimmung. Und sie halten sich häufig dafür verantwortlich, füh-

dynamik (1976) eingeführt. Helm Stierlin erweitert in seinem Aufsatz: *Familien-therapeutische Aspekte der Übertragung und Gegenübertragung*, FD 1977/3, unter expliziter Bezugnahme auf die Verdienstkonten-Idee (Ledger of Merits) von Ivan Boszormenyi-Nagy (1973), den Übertragungsbegriff und spricht von »transgenerationaler Übertragung«. Der Begriff transgenerational bzw. mehrgenerational (meist engl. Übersetzung von transgenerational) taucht bereits Anfang der 60er Jahre auf.

Viele Kriegsenkel klagen darüber, ihre Eltern als emotional abgestumpft, leer und um sich selbst kreisend erlebt zu haben

len sich daher selbst »falsch« und »komisch«.

Hinzu kommen tiefe Überzeugungen und Haltungen der Eltern, die ebenfalls Vermittlungswege sein können, wie unverarbeitetes Leid weitergegeben wird.

FD: Haben Sie ein Beispiel?

Ingrid Meyer-Legrand: Ja, ein Leitsatz wie: »Wer in der ersten Reihe steht, wird erschossen«. Das hat tatsächlich eine Kriegsenkelin von ihrem Großvater gehört. Dieser Satz hat sich tief in ihre Seele eingegraben. Später als Erwachsene/r weiß man nicht so recht, weshalb man sich beruflich nicht in die erste Reihe stellt. In meiner Praxis als Systemische Therapeutin oder Coach geht es dann darum, diese tiefen Überzeugungen

zu hinterfragen und zu klären, weshalb bestimmte Herausforderungen nicht angenommen werden können. Auch das Bedürfnis, »nur nicht aufzufallen«, sich quasi unsichtbar zu machen, sind Leitsätze, die Flüchtlingskindern oft vermittelt wurden, weil man sich in der neuen Heimat integrieren wollte. »Trau keinem anderen, nur dir selbst.« So können viele Lebensbereiche von diesen Überzeugungen und Haltungen durchdrungen sein, die für die Eltern im Krieg sinnvoll waren, für das Leben der Kriegsenkel jedoch häufig mehr als hinderlich.

FD: Nehmen wir an, es kommt jemand zu Ihnen, Jahrgang 1965, was wären generationstypische Probleme?

Ingrid Meyer-Legrand: Viele stehen beruflich auf der Bremse und kommen einfach nicht in die Gänge. Oder fangen beruflich und privat immer wieder neu an. Sie sind immer wieder auf das Geld ihrer Mütter und Väter angewiesen. Andere arbeiten bis zur Erschöpfung. Wiederum andere sind unzufrieden, weil sie zwar gut bezahlt werden,

<sup>1</sup> Ingrid Meyer-Legrand (2014). Immer noch auf der Flucht? – Die Kinder der Kriegs- und Flüchtlingskinder: Das biografische Erbe erkennen und nutzen. In Th. Friedrich-Hett u. a. (Hrsg.), *Systemisches Arbeiten mit älteren Menschen – Konzepte und Praxis für Beratung und Psychotherapie*. Heidelberg: Carl-Auer.

<sup>2</sup> Anmerkung des Herausgebers (Hans Rudi Fischer): Der Begriff »transgenerationale Weitergabe« bzw. »transgenerationale Übertragung« ist seit Beginn des familientherapeutischen Diskurses in der *Familien-*

aber nicht den richtigen Job haben. In der Folge geht es häufig um Erschöpfung, Burnout, Depression oder auch um Angststörungen. Die Reflexion gilt insbesondere der eigenen »Ruhelosigkeit«, des »Nicht-Ankommen-Könnens« und der Sehnsucht, endlich seinen eigenen Platz in dieser Gesellschaft bzw. im Leben überhaupt zu finden. Deutlich daran wird, dass dieses Motiv des »Nicht-Ankommen-Könnens« nicht allein auf »die Vergangenheit«, sondern auf das Leben in der Gegenwart und damit auf das Leben in der gegenwärtigen ruhelosen Gesellschaft verweist.

*FD: Und wie lässt sich das auflösen? Wie sieht die Unterstützung Ihrer KlientInnen konkret aus?*

Ingrid Meyer-Legrand: In meiner therapeutischen Arbeit oder der als Coach stelle ich einen Zusammenhang her zwischen der eigenen Geschichte und dem schwierigen Aufwachsen der Eltern einerseits und dem Leben in einer Multioptiongesellschaft andererseits. Für viele ist allein dieser Zusammenhang überraschend und entlastend zugleich: Sie waren gewohnt, ihre Schwierigkeiten im Leben als individuelle bzw. als innerseelische Konflikte zu behandeln. Können sie aber ihre persönlichen Verhinderungen in dem großen Geflecht zeitgeschichtlicher Ereignisse verorten, stellt sich vielfach allein dadurch Entlastung ein. Denn dann machen viele Verhaltensweisen, die sich die Einzelnen bis dahin nicht erklären konnten, plötzlich Sinn!

Denn auch eine leidvolle Geschichte birgt Kraftquellen. Immer wieder stellen wir gemeinsam fest, dass den Einzelnen über diese frühe Rollenzuweisung – Eltern für ihre Eltern zu sein – auch besondere Kompetenzen zugewachsen sind. Herausforderungen und Hindernisse bekommen eine neue Bedeutung als Ressourcen.

Verantwortung zu übernehmen – für sich, für die Eltern und häufig auch für die Geschwister, hat sie sehr früh

äußerst selbständig gemacht. Diese Fähigkeit geht auch im Erwachsenenalter nicht verloren. Im Gegenteil. Es hat sie kompetent gemacht, auch in ihren Berufen, im Privatleben und auch in gesellschaftlichen Kontexten Verantwortung zu übernehmen. Kriegsenkel sind häufig in Leitungspositionen und als Selbständige anzutreffen, die mutig und einen von großer Autonomie gezeichneten Weg gegangen sind.

Wenngleich Autonomie ein hoher Wert für viele Kriegsenkel ist, so ist auch dieser mit einer gewissen Ambivalenz belegt. Kriegsenkel haben früh gelernt, dass Beziehungen einzugehen bedeutet, immerzu leisten zu müssen. In den Beziehungen zu den Eltern haben sie vor allem gelernt, von sich selbst abzusehen und hauptsächlich die Wünsche und Bedürfnisse der anderen zu sehen. Deshalb wählen viele häufig gern ein ausgeprägt autonomes Leben und binden sich – beruflich und privat – erst gar nicht.

*FD: Besteht da eine große Diskrepanz zwischen Fähigkeiten und Leiden?*

Ingrid Meyer-Legrand: Nein. Es sind nur zwei Seiten einer Medaille. In den Erfahrungen mit diesem spezifischen Leid liegt auch immer die Chance zu wachsen, so wie es in dem Songtitel von Leonhard Cohen heißt: *There is a crack in everything. That's how the light gets in.* Kriegsenkel sind häufig sehr leistungsorientiert und haben sehr hohe Ansprüche an sich selbst. Das haben sie von klein auf verinnerlicht – schließlich hatten sie den Auftrag, die Eltern zu retten! Dieses Motiv hat viele zu bemerkenswerten Karrieren gebracht. Aber diesen Auftrag tatsächlich zu erfüllen, konnte ihnen andererseits nicht gelingen. Hieran immer wieder gescheitert zu sein, nagt an ihrem Selbstwertgefühl. Letztlich meinen sie, nicht zu genügen. Dieser Hintergrund ist es, der sie immerzu leisten lässt – privat und beruflich. Deshalb arbeiten

In den Erfahrungen mit diesem spezifischen Leid liegt auch immer die Chance zu wachsen, so wie es in dem Songtitel von Leonhard Cohen heißt: *There is a crack in everything. That's how the light gets in.*

sie häufig bis zur Erschöpfung. Andere wiederum kündigen immer wieder schnell. Beides erweist sich als Strategie, der hohen Leistungsbereitschaft und Verantwortung, der sie sich verpflichtet sehen, zu entkommen. Berufliche oder private Beziehungen einzugehen, bedeutet für viele Kriegsenkel, immerfort leisten zu müssen. Sie können sich nur schwer abgrenzen und Raum für ihre eigenen Wünsche und Bedürfnisse beanspruchen.

Deshalb geht es in unseren therapeutischen oder beraterischen Prozessen u. a. darum, Rollenklarheit herzustellen. Der Hinweis, eine ganz spezifische Rolle einzunehmen, bspw. den Eltern als Tochter oder als Sohn gegenüber aufzutreten und nicht als ihr Betreuer – und im Betrieb nicht als Geschäftsführerin, wenn man nur für einen Teilbereich verantwortlich ist, das entlastet viele Kriegsenkel von ihrem riesigen Verantwortungsgefühl, das ihnen von klein auf an »eingepflanzt« wurde bzw. das sie auf sich genommen haben.

*FD: Gibt es eine typische Kriegsenkel-Biografie?*

Ingrid Meyer-Legrand: Mir fällt auf, dass viele aus dieser Generation sehr tough und leistungsfähig sind. Sie haben die Aufträge von zuhause bekommen: Mach es besser als wir! Mach was aus dir! Studiere, ich konnte es nicht! Ihre Eltern konnten ja häufig aufgrund ihres speziellen Kriegsschicksals nicht den angestrebten Beruf ergreifen. Und viele, die zu mir kommen, haben diesen Auftrag erfüllt. Sie sind eben auch in eine Gesellschaft hineingeboren, die ihnen ganz große Chancen geboten hat und weiterhin bietet – im Vergleich zu ihren Eltern. Zum ersten Mal konnte in der BRD eine Generation unabhängig von ihrer sozialen Herkunft etwas werden.

FD: Ist dieses positive Novum, dass die Kriegsenkelgeneration als einer der ersten Jahrgänge Wahlmöglichkeiten hatte, vielleicht mit zu hohen Ansprüchen an sich selbst verbunden?

Ingrid Meyer-Legrand: Ja, das stimmt. Die zahlreichen und unübersichtlichen Wahlmöglichkeiten – Optionen! – führen häufig zu Überforderung. Die Individualisierung der Gesellschaft barg und birgt neue Chancen, aber auch neue Risiken. Mit »Individualisierung« ist der schmerz- wie freudvolle Prozess dieser Gesellschaft gemeint, in dem die Einzelnen mehr als ein Studium, mehr als eine Ausbildung gemacht haben und mehr als eine Arbeitsstelle innehatten – und privat mehr als eine Beziehung hatten und häufig keine Kinder haben. Dafür haben sie aber die ganze Welt gesehen. In diesem Prozess sind die Einzelnen ständig gefordert, sich neu zu erfinden. Das ist ein hoher und schwer einzulösender Anspruch, der viel Druck macht. Viele Kriegsenkel sind aber experimentierfreudig und nutzen die Angebote der Gesellschaft. Sie sind mutig und wechseln häufig von einem Beruf in den anderen. Eine gute Position wird aufgegeben, um in die Selbständigkeit zu wechseln. Sie riskieren sehr viel für ihre Sehnsucht nach einem sinnvollen Leben, nach dem Motto der 70er/80er Jahre: »You want something, then go and get it.« In diesem Zusammenhang ist es wichtig daran zu erinnern, dass gerade die Kriegsenkelgeneration in dem Prozess der Herausbildung pluraler Lebenswelten und der Herausbildung neuer Werte eine wesentliche Rolle gespielt hat. Diese Jahrgänge waren es, die für die »Alternativbewegung« standen und für die Gestaltung des Wertewandels mitverantwortlich waren. Die Sehnsucht nach einem sinnvollen Leben, worin sich bspw. konkurrierende Lebensziele – zum Beispiel Arbeit und Familie – vereinbaren lassen, treibt sie immer wieder neu an. Diese Gesellschaft suggeriert eben auch: »Wirf doch deinen Job hin, an der nächsten Ecke findest du einen, in dem du dich

selbst verwirklichen kannst!« Damit gehen viele Kriegsenkel sehr kreativ um. Mir scheint, dass viele Kriegsenkel nach dem Motto leben: »Stop and Grow«. Sie halten immer wieder inne und hinterfragen, was sie gerade beruflich oder privat tun, um in dieser Ruhephase zu wachsen. Diese Dynamik, die sich aus dem hohen individuellen Leistungsanspruch, dem Anspruch der Multioptionengesellschaft und der daraus entstandenen Überforderung ergibt, scheint mir oftmals der Hintergrund von Niedergeschlagenheit und Burnout vieler Kriegsenkel zu sein.

FD: Hier trifft also die biografische Situation auf eine interessante gesellschaftliche Konstellation ...

Ingrid Meyer-Legrand: Ja, und wie bereits gesagt, barg und birgt diese persönliche und gesellschaftliche Situation ganz neue Chancen und ganz neue Risiken. Viele bedauern ihren riskanten Lebensentwurf und fragen sich, so ähnlich, wie es der Journalist Cord Schnibben vor Kurzem im SPIEGEL getan hat: Wie konnten wir eigentlich glauben, dass wir elternlos losziehen können, ohne Vorbilder zu haben und ohne in einer Tradition zu stehen? (vgl. Spiegel, Nr. 16, 2014)

Die Eltern konnten aufgrund ihrer kriegsbedingten seelischen Verletztheit häufig keine Vorbilder sein. Aber darin steckte wiederum eine große Chance! Und die haben viele genutzt. Die Nachkommen der einstigen Kriegskinder mussten und *durften* sich quasi selbst erfinden. Das ist die biografische Seite. Von Seiten der Gesellschaft zeigt sich, dass die Einzelnen immer mehr atomisiert und aus traditionellen Kontexten herausgerissen werden. Die Einzelnen sind daher ständig gefordert, sich neu zu orientieren bzw. sich ständig neu zu erfinden. Vielleicht ist diese Kriegsenkelgeneration mit dieser sowohl biografischen als auch gesellschaftlichen Disposition nachgerade prädestiniert, einen ganz besonderen, von großer Autonomie geprägten Weg zu gehen!

FD: Den Kriegsenkeln wird eine reaktionäre Sehnsucht nach Heimat unterstellt – stimmt das aus Ihrer Sicht?

Ingrid Meyer-Legrand: Das ist unzutreffend. Aber so wird es in der Tat diskutiert – nach dem Motto: Ihr habt den Krieg angefangen, ihr seid Schuld, was beschwert ihr euch und jammert jetzt über die Folgen? Aber damit haben die Kriegsenkel nichts zu tun. Im Gegenteil – sie beschäftigen sich mit der Frage nach Wiedergutmachung und sind entsprechend aktiv in der Friedensbewegung oder setzen sich für die heutigen Flüchtlinge in unserem Land ein. Ich selbst arbeite als Supervisorin im Flüchtlingsbereich mit professionellen HelferInnen. In den Lebensläufen vieler Kriegsenkel erkennen wir verschiedene Themen, weshalb es ihnen schwerfällt, bei sich anzukommen und weshalb sie sich heimatlos fühlen. Die

Mir scheint, dass viele Kriegsenkel nach dem Motto leben: »Stop and Grow«

Loyalität zu den Eltern ist eines, die Auseinandersetzung mit der Schuld von »Opa« ist ein anderes. Wiedergutmachungsversuche der Art, dass viele explizit ins europäische Ausland gehen oder Beziehungen zu den Nachkommen der Opfer des Nationalsozialismus eingehen, gehören ebenso dazu.

Heimat ist nicht in dem Sinne ihr Thema, sondern die Sehnsucht nach Beheimatung, nach dem eigenen Platz im Leben bzw. in der Gesellschaft. Endlich ankommen wollen! Die Individualisierung der Gesellschaft geht mit einer gewissen Unbehaustheit einher, die alle herausfordert. Ständig sind alle – und diese Jahrgänge als erste Generation in der BRD – aufgefordert, sich zu verändern, sich selbst zu optimieren und sich der Mobilität und Flexibilität dieser Gesellschaft anzupassen. In diesem Kontext ist ihr Hadern mit ihren Lebensentwürfen und ihre große Sehnsucht nach Beheimatung zu verstehen. Ein Auszug aus einem Gespräch mit Frau L. mag das verdeutlichen: »Das, was meine Mutter noch machen musste oder auch durfte, das

war mir als jemand, die in den 60ern geboren ist, nicht mehr möglich und wurde mir andererseits auch nicht mehr zugemutet.«

Zusammenfassend möchte ich Folgendes sagen: Einerseits sind die Kriegsenkel geprägt vom Leid ihrer Eltern und den daraus entstandenen Herausforderungen, Aufträgen und davon, diesen nicht genügt zu haben. Die Eltern wiederum haben den Kindern vorgemacht, wie man ein Leben aus dem Nichts aufbaut. Damit haben sie ihnen viele wertvolle Ressourcen zur Verfügung gestellt. Außerdem hat die offene Gesellschaft, die die Kriegsenkel vorfinden, ihnen zu einem ganz besonderen Lebensentwurf verholfen.

*FD: Lassen Sie mich eine abschließende Frage stellen: Wie verknüpfen Sie in Ihrer therapeutischen Arbeit biografische und gesellschaftliche Fakten?*

Ingrid Meyer-Legrand: In meiner Arbeit hat sich die Verbindung zwischen der Mehrgenerationenperspektive (Ge-

nogramm) und dem Blick auf aktuellere biografische Stationen als sinnvoll erwiesen. Dazu nutze ich die von mir entwickelte Methode »My Life Storyboard«. Das ist eine Art Zeitlinien-Arbeit, die bei der Frage, wie mit dem schweren Erbe umzugehen ist, nicht nur den Blick zurück auf die vorangegangenen Generationen berücksichtigt. Schließlich nehme ich nicht an, dass aus der Familiengeschichte linear-kausal hervorgeht, wie jemand geworden ist, was er oder sie ist. Vielmehr wird auch die jüngere Geschichte, zu der die Kriegsenkel selbst einen aktiven Beitrag geleistet haben, reflektiert. Gemeinsam befragen wir biografische Stationen, wie z. B. Elternhaus, Schule und Beruf, nach dem Motto: Was haben Sie dort gelernt? Auf diesem Weg heben die Einzelnen ihre biografischen Schätze, die sie im Laufe ihres besonderen Lebensweges gesammelt haben, und ma-

chen sich bewusst, welche gesellschaftlichen Bedingungen ihnen dabei zur Verfügung standen, welche sie in welcher Weise genutzt haben und welche sie auch zukünftig nutzen können. Auf diesem Weg lernen die Einzelnen ihre Kompetenzen kennen und können ihre »inneren Gewissheiten« neu reflektieren und für berufliche oder private Anliegen nutzbar machen.

Ein Bewusstsein von der eigenen Biografie zu haben – und darin besteht die Arbeit mit My Life Storyboard –, ist für die Kriegsenkel bedeutsam, weil sie damit einen ganz normalen Umgang mit biografischer Diskontinuität entwickeln. So werden Einzelne ihr bisheriges Leben als ein sinnvolles und vor allem kohärentes und weniger fragmentiertes Leben wahrnehmen.

*FD: Ich danke Ihnen für dieses Gespräch!*

Die Individualisierung der Gesellschaft geht mit einer gewissen Unbehaustheit einher, die alle herausfordert

[www.klett-cotta.de/fachbuch](http://www.klett-cotta.de/fachbuch)



## Adoption – zwischen Wunsch und Wirklichkeit, Traum und Traumatisierung

Das Thema Adoption wird nach wie vor höchst kontrovers diskutiert. Die erfahrene Therapeutin und Supervisorin Christiane Lutz zeigt allen, die mit adoptierten Kindern und ihren Eltern arbeiten, wie ein angemessener Umgang mit den meist stark belasteten Beteiligten aussehen kann.

Christiane Lutz  
**Adoptivkinder fordern uns heraus**  
 Handbuch für Beratung, Betreuung und Therapie

163 Seiten, broschiert  
 € 22,95 (D). ISBN 978-3-608-94869-1

**Fachbuch**  
  
**Klett-Cotta**

Blättern Sie im Buch und bestellen Sie im Webshop:  
[www.klett-cotta.de](http://www.klett-cotta.de)  
 Wir liefern **portofrei** nach D, A, CH