

Institut für soziale Innovationen e.V. (ISI), Duisburg

## Wo geht's denn hier nach Königsberg...

Hintergrundinformationen zum Thema und zum Projektverbund „Trauma und Alter“ / Unerhörtem Raum geben

### **Als der Krieg nach Duisburg kam / aus der Stadtgeschichte**

„Es war 8.45 Uhr, als die „Operation Hurricane“ britischer Luftkampfverbände Duisburg traf. Es war der verheerendste Luftangriff auf eine deutsche Stadt im Zweiten Weltkrieg, sieht man von den Bombardierungen Dresdens und Hamburgs ab: In drei Angriffswellen innerhalb von 20 Stunden warfen insgesamt 2068 englische Bomber...rund 9000 Tonnen Bomben auf die gesamte Stadt und ihren Hafen ab, vor allem auf den Duisburger Norden. In ganz Duisburg waren am 14. und 15. Oktober 1944 mindestens 2876 Tote zu beklagen, die meisten von ihnen Zivilisten, auch viele Zwangsarbeiter und Kriegsgefangene, denen die Nazis den Schutz in Luftschutzbunkern verwehrt.“

Quelle: Erinnerungen des damals 16-jährigen Flakhelfers Manfred Kleinrahm / In: [www.derwesten.de](http://www.derwesten.de)  
(„Erinnerungen an Duisburgs härteste Bombennacht“ 14.10.2009)

Ungefähr zwei Drittel der heute über 65jährigen haben im Krieg, in der Nachkriegszeit oder in ihrem späteren Leben traumatische Erfahrungen gemacht. Die Kriegskinder erlebten Bombardierungen, Gewalt, Verluste, Hunger und immer wieder Todesangst. Für junge Mädchen und Frauen war sexuelle Gewalt eine zusätzliche reale Bedrohung, die sie selbst oder als Zeuginnen erleben mussten: Nach Schätzungen von Sander und Johr (2005) wurden in ganz Deutschland und vor allem den Ostgebieten Deutschlands von Dezember 1944 bis zum Winter 1945 ca. zwei Millionen Frauen vergewaltigt. Auch außerhalb von Kriegszeiten durchleben Menschen im Laufe ihres Lebens existentielle Bedrohungen, wie schwere Erkrankungen, sexualisierte Gewalt oder lebensbedrohliche Unfälle. Die Folgen solcher traumatischer Ereignisse wirken bis ins Alter nach:

### **Zahlen und Fakten auf einen Blick:**

- Erwachsene erleiden oft Jahrzehnte nach dem Ereignis durch den körperlichen Alterungsprozess und das Gefühl des Ausgeliefertseins eine Trauma-Reaktivierung (Gereon Heuft, in PIA Nr.3 /2004). Auslöser können sein: Angst vor Krankheit, Pflegebedürftigkeit, akute physische Schmerzen, Veränderungen in der persönlichen Lebenssituationen (Verrentung, Tod des Partners/der Partnerin) - manchmal genügen Alltagssignale wie Blaulicht oder Donnerrollen, um die Erinnerung zu wecken.
- Zu den leidvollen Folgen traumatischen Erlebens gehört, dass viele betroffene Menschen von Erinnerungen an das Vergangene überflutet werden. Oft geschieht das plötzlich und sie fühlen sich ausgeliefert. Nicht selten ist das Wissen um den Auslöser der großen Angst jedoch verschüttet. So leiden die Betroffenen zweifach: Die Angst quält im Alltag und zugleich scheinen die Phänomene unerklärlich.
- Nicht gehört und verstanden zu werden, bringt für die Betroffenen neue Verletzungen mit sich. Sie erleben das Gefühl der Erniedrigung, Beschämung, Missachtung und Hoffnungslosigkeit bis hin zur Selbstaufgabe. Nicht wenige isolieren sich im Alter, vereinsamen und haben Ängste, länger andauernde körperliche und psychische Beeinträchtigungen.

- 3.560.000 Menschen in NRW sind älter als 65. Etwa ein Drittel der älteren Menschen hat kriegstraumatische Erfahrungen erlitten (Radebold, 2000/2005), ein weiteres Drittel mehr als ein traumatisches Ereignis im Leben erlebt.

### **Unerhörtem Raum geben / Verbundprojekt „Alter und Trauma“ (Laufzeit: 1.9.2013-16.8.2016)**

Vier Projektpartner in NRW (PariSozial Minden-Lübbecke/Herford; Institut für soziale Innovationen e.V. (ISI), Duisburg; Wildwasser Bielefeld e.V.; Deutsches Institut für angewandte Pflegeforschung dip e. V., Köln) werden in den kommenden drei Jahren das Thema „Alter und Trauma“ differenziert und zugleich öffentlichkeitswirksam für Betroffene und Akteure in der Altenhilfe bearbeiten.

Erst nach und nach werden die Hintergründe für solche Traumatisierungen der heute über 65jährigen in der Gesellschaft und Fachöffentlichkeit wahrgenommen. Im Verbundprojekt informiert und schult ISI e.V. darum zu den Zusammenhängen des Trauma- oder Leibgedächtnisses. Neben dem reinen Wissensspeicher unseres Gehirns sind darin Erleben, Erfahrungen und Emotionen aufbewahrt. Ein Trauma ist eine Wunde, die als existenziell bedrohlich erlebt wird und im Leibgedächtnis verankert bleibt. Alle neuen sinnlichen Erfahrungen, die Menschen machen, werden stets daraufhin überprüft, ob sie eine vergleichbar große Bedrohung darstellen. Deshalb können Geräusche, Gerüche oder ähnlich klingende Worte die Erinnerung an bedrohliche Ereignisse wachrufen: Das Donnern des Gewitters wird zum Geräusch von Bombenabwürfen, die Berührung eines anderen zum potenziellen Angriff.

### **Drei Zielgruppen im Verbundprojekt**

- Das Institut für soziale Innovationen e.V. (ISI), Duisburg bietet Menschen, die gewaltvolle Erfahrungen in ihrem Leben gemacht haben, die Gelegenheit zum Austausch in der Gruppe. Die biografischen Zusammenhänge kennen zu lernen und in seinen persönlichen Stärken gewürdigt zu werden, eröffnet die Chance wieder freier und selbst bestimmter zu leben.
- Angehörige von älteren und alten Menschen werden mit Hilfe eines Wertschätzungstrainings gestärkt für den Umgang mit den manchmal verstörenden Verhaltensweisen ihrer Angehörigen. Sie lernen, diese zu entschlüsseln und klug und behutsam damit umzugehen.
- Im Rahmen des Verbundprojektes „Alter und Trauma / Unerhörtem Raum geben“ ([wortlogo!](#)) schult, informiert und berät das Institut für soziale Innovationen e.V. (ISI), Duisburg Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Pflegeeinrichtungen, Krankenhäusern oder in der sozialen Arbeit: In Vorträgen („Wo geht’s denn hier nach Königsberg...?") können sie erfahren, wie Kriegserlebnisse bis in die Gegenwart nachwirken und welche Herausforderung sexuelle Gewalterfahrungen für die Altenhilfe darstellen. Impulsveranstaltungen bieten den Einstieg in das neue Verständnis für die älteren Menschen und deren mögliche traumatische Erfahrungen. In Tagesseminaren („Werkstatt Trauma in der Altenhilfe“) erhalten Fachkräfte ein vertiefendes Praxistraining für den richtigen Umgang mit traumatisierten älteren Menschen.

*Die Angebote sind kostenlos.*

**ANLAGE: Drei Duisburger Zeitzeugenberichte / Quelle: Deutsches Historisches Museum, Berlin**  
[http://www.dhm.de/lemo/forum/kollektives\\_gedaechtnis/244/](http://www.dhm.de/lemo/forum/kollektives_gedaechtnis/244/)

*Die beiden folgenden Einträge von Edith Ruhöfer, geb. Mentges (\*1930) aus Duisburg von März 2011 stammen aus dem Biografie-Wettbewerb Was für ein Leben!*

**1) Als wollten sie nichts vergessen machen...**

Die langgestreckte Straße unter meinen Füßen wird immer wieder an der nächsten Ecke auf eine ganz besondere Weise lebendig. Wie vor zehn Jahren, als ich nach fast einem halben Jahrhundert wieder an den Ort meiner Kindheit zurückkehrte... Zugemauert! Sie haben alles zugemauert. Wo einst das Schaufenster und der Eingang zu dem kleinen Laden waren - nichts als Steine. Doch beharrlich behaupten sich die Umrisse im Flickwerk; und mir war, als müsse nur die Jalousie hochgezogen werden, und zwischen bunten Knöpfen und Garnrollen, Scheren und Stoffen stünde sie da, die Puppe aus Draht, die mir kleinem Mädchen damals so großes Kopfzerbrechen bereitet hatte - eine Puppe aus Draht, ohne Kopf, ohne Arme und Beine; bis Mutter mir erklärte, dass es eine Schneiderpuppe sei und wozu man sie benutze. Gleich drängte sich mir das Bild auf, wie sie eines Tages auf der Straße lag, zerbeult von Fußstritten, umgeben von all den bunten Garnen und Knöpfen, bedeckt von entrollten Stoffballen, wie Fahnentücher nach einer gewonnenen Schlacht vom Mast gerissen - zerstoßen und zerschnitten. Das Geräusch der Messer auf dem Asphalt, in blinder Wut in sie hineingerammt, das Zerreißen von Stoff, Rufe, von denen sich nur der schreckliche Satz "Weg mit der Judenscheiße!" in mein Gedächtnis gebohrt hat, vermischten sich mit der Melodie des Kinderliedes in meinem Kopf.

Ich durchlebte wieder, wie ich, an die Hauswand gepresst, vor Angst zitternd, das Geschehen verfolgte, ohne es zu begreifen, bis alles wieder ganz still war - unheimlich still. Nur die Stoffetzen bewegten sich unruhig im Wind. Ich schaute hinüber zu dem Fenster - kein Licht, nur Dunkelheit. Der freundliche Mann war nicht da. Ich habe ihn nie wiedergesehen.

**2) Luftangriffe auf Duisburg**

Nachdem ich ein halbes Jahr in der Kinderlandverschickung im Schwarzwald gewesen war, gab es gleich in der ersten Nacht meiner Rückkehr nach Duisburg Sirenengeheul. Such-Scheinwerfer am Himmel, und schon schoss die Flugabwehr (Flak) vom nahe gelegenen Schlackenberg ihre Salven in den Himmel - Wumm - Wumm - Wumm ...! Viel zu spät hatten die Sirenen geheult. Die schwerbeladenen Bomber waren schon zu hören. Der Versuch, noch die Unterführung zu erreichen, war riskant. Doch die Menschen rannten. Dann das unheimliche Singen einer Bombe ... auf den Boden werfen ... Detonation abwarten ... aufstehen ... weiter laufen, und wieder das Singen, und wieder hinwerfen ... Detonation abwarten und weiter laufen ... Erschütternde Schreie eines Nachbarkindes, das sich nicht auf die Erde geworfen hatte, als in der Luft der hohe singende Ton der herabsausenden Bombe zu hören war. Es hatte sich von der Hand seiner Mutter losgerissen und lief schreiend weiter, bis es von einem Bombensplitter tödlich getroffen wurde. In der Angst achtete kaum jemand darauf, jeder rannte um sein Leben, bis der schützende Stollen unter der Eisenbahnbrücke erreicht war.

Wie oft hockte ich mit meinen zwei kleinen Geschwistern weinend und mit blutenden Knien auf dem Boden des engen Stollens, alle drei die Gesichter in den Schoß unserer Mutter gedrückt. Bei jedem Pfeifen in der Luft drückte die schützende Hand der Mutter die Köpfe ihrer Kinder fester an sich. Wegen des Druckausgleichs in den Ohren sollte man bei den Detonationen den Mund geöffnet halten, Mutter sagte es immer wieder. Der Speichel von uns Kindern rann auf Mutters Rock und vermischte sich mit unseren Tränen.

*Der folgende Bericht stammt von Heinz Schulz (\*1932) aus Duisburg-Walsum, April 2011:*

**3) Bomben auf Walsum 1944**

Wir wohnten in Walsum, Teichstr. 39. Der 14. Oktober 1944 ist mein 12. Geburtstag. Gegen 8 Uhr 30 heulten die Luftschutzsirenen zum Voralarm. Ohne Vollalarm kam sofort das Signal akuter Alarm. Es ging sofort los. Die erste Welle Bomber war schon da. Über dem Schulhof der Dittfeldschule stand der Christbaum (so nannte man das Angriffszeichen, eine Leuchtbombe an einem Fallschirm). In der Luft war ein unheimliches Brummen von mehreren 100 viermotorigen Bombenflugzeugen...

Zu dem Motorengedröhne kam nun ein dumpfes Blubbern von den sich überschlagenden Bomben, das ging in Geheul über, dann ein Geräusch als würden 10 Autos eine Notbremsung machen, dann als würden 20 Eisenbahnzüge bremsen. Dann krachten die Bomben. Es war ein Inferno. Der Boden im Keller hob sich, und wir wurden hoch geschleudert. Vater wurde vom Luftdruck...in den Schutzraum geschupst. Das Licht ging aus. Mutter leuchtete mit ihrer Taschenlampe. Der ganze Raum war voll Mörtelstaub...Eine junge Frau kam rein und

schrie: "Die ganze Straße brennt, Jesus Maria hilf uns, wir müssen alle sterben." Meine Mutter sagte mit ruhiger fester Stimme: "Bitte Ruhe, machen Sie mir die Kinder nicht verrückt. Wir haben alle Angst! Setzen Sie sich bitte." Mutter leuchtete mit ihrer Taschenlampe auf einen Stuhl. Uns Kinder versicherte sie, dass für uns keine Bombe gebaut sei. /.../ Im Keller des Hauses Nr. 41 sind, soweit ich mich erinnern kann, 10 Menschen ums Leben gekommen. Das Erlebnis vom 14. Oktober 1944 hat sich in mir festgesetzt. Immer wieder erlebe ich das Schreckliche in meinen Träumen.

Das Projekt Alter und Trauma wird durchgeführt in Kooperation von:



Fördergeber:

gefördert vom:

Ministerium für Gesundheit,  
Emanzipation, Pflege und Alter  
des Landes Nordrhein-Westfalen

