



ABH e.V. – UNSER HAUS – Rundbrief-Februar

Pettenkofenstr. 32
10247 Berlin
Tel. 030 857 577 61
info@heimerfahrung.berlin

Liebe Freundinnen und Freunde von UNSER HAUS,

die seit kurzem verschärften Lockdown-Bedingungen sind auch an uns nicht spurlos vorbeigegangen. Wir arbeiten jetzt mit noch größeren Anteilen unserer Arbeitszeit als bisher im HOME-OFFICE (wobei es täglich weiterhin eine „Rumpfbesetzung“ in der Pettenkofenstr. gibt).

Dabei erleben wir am eigenen Leibe, was die damit verbundene Isolation mit einem macht und wie sehr man die einfachen Kontakte und das ungezwungene Gespräch mit anderen Menschen zu vermissen beginnt.

Es hilft uns schon ein wenig, wenn wir uns als Team (auch mit den ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen) ONLINE treffen, aber es ist auch immer wieder schön, wenn wir uns am Telefon mit Ihnen, den Besucherinnen und Besuchern der Anlaufstelle unterhalten können!

Wir freuen uns, wenn wir Ihnen mit Rat und Tat helfen können, aber melden Sie sich bei uns genauso, wenn Ihnen nur gerade mal wieder die „Decke auf den Kopf“ fällt und es Ihnen gut tun würde, einfach mal mit jemandem zu reden.

Wir wollen auch den Monatsrundbrief noch ein bisschen mehr dafür nutzen, den **gegenseitigen Austausch** zu fördern.

In der nächsten Ausgabe, die **Ende Februar** erscheint, wollen wir Sie dabei unterstützen, Erfahrungsberichte und Tipps zu zwei Themen untereinander **auszutauschen**:

- Welche Erfahrungen habe ich mit der Corona-Impfung gemacht?
- Was hilft mir dabei, mit den Risiken und Nebenwirkungen der Pandemie klarzukommen?

Wundern Sie sich also nicht, wenn Sie von jemand aus unserem Team angerufen werden, der/die Sie zu diesen Themen befragt.

Sie können uns aber sehr gerne auch über **Email oder die Briefpost** etwas dazu schreiben, was wir dann im nächsten Monatsrundbrief (mit Ihrer Zustimmung) **veröffentlichen** können!

Und nun noch ein praktischer Hinweis: Dank einer **Spende** unseres Dachverbandes (des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes) sind wir in der Lage, unseren Besuchern jeweils **ein paar** der aktuell geforderten medizinischen „**OP-Masken**“ mitzugeben. Leider sind ja die dafür anderswo geforderten Preise inzwischen so angestiegen, dass das eine zweite Belastung geworden ist, nicht nur dass man diesen Schutz beim Einkauf und in den Öffentlichen Verkehrsmitteln tragen muss, sondern zusätzlich entsteht eine finanzielle Härte.

Herzliche Grüße aus der Pettenkofenstraße und/oder aus dem Home-Office
Das Team von UNSER HAUS

UNSER HAUS - Februar 2021

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa
1	2	3	4	5	6
	11 - 13 Uhr Telefonische Information und Beratung		10 - 12 Uhr TREFFZEIT (Einzelverabredungen)	11 - 13 Uhr Telefonische Information und Beratung	
15 - 18 Uhr SPRECHZEIT von und für Menschen mit Heimerfahrung (mit vorheriger Anmeldung)	15 - 18 Uhr TREFFZEIT (Einzelverabredungen)	16.30 - 18.30 Uhr Malzeit virtuell		16 - 17 Uhr Plauderecke (Zoom 96070543990)	
8	9	10	11	12	13
	11 - 13 Uhr Telefonische Information und Beratung		10 - 12 Uhr TREFFZEIT (Einzelverabredungen)	11 - 13 Uhr Telefonische Information und Beratung	
		15 - 17 Uhr Beratung des Bürgerbüro e.V. (StrRehaG u. Ä.)		16 - 17 Uhr Plauderecke (Zoom 96070543990)	
	15 - 18 Uhr TREFFZEIT (Einzelverabredungen)	16.30 - 18.30 Uhr Malzeit virtuell		15 - 18 Uhr Abholung (M)ein Leibgericht	
15	16	17	18	19	20
	11 - 13 Uhr Telefonische Information und Beratung		10 - 12 Uhr TREFFZEIT (Einzelverabredungen)	11 - 13 Uhr Telefonische Information und Beratung	
	(M)ein Leibgericht Video online				
15 - 18 Uhr SPRECHZEIT von und für Menschen mit Heimerfahrung (mit vorheriger Anmeldung)	15 - 18 Uhr TREFFZEIT (Einzelverabredungen)	16.30 - 18.30 Uhr Malzeit virtuell		16 - 17 Uhr Plauderecke (Zoom 96070543990)	
22	23	24	25	26	27
	11 - 13 Uhr Telefonische Information und Beratung		10 - 12 Uhr TREFFZEIT (Einzelverabredungen)	11 - 13 Uhr Telefonische Information und Beratung	
	15 - 18 Uhr TREFFZEIT (Einzelverabredungen)	16.30 - 18.30 Uhr Malzeit virtuell		16 - 17 Uhr Plauderecke (Zoom 96070543990)	

(M)ein LEIBGERICHT – der etwas andere Kochkurs

traditionell & virtuell

Phantastische Pho



Was passiert, wenn eine aromatische Brühe auf Reismudeln und frische Kräuter trifft? Man befindet sich auf einer kulinarischen Reise nach Vietnam. Der vietnamesische Suppenklassiker Pho (ausgesprochen Pfo) gilt als eines der Nationalgerichte des Landes. In der kalten, grauen Jahreszeit ist Pho mit Gewürzen wie Kardamom, Nelken und Zimt ein geschmacklicher Farbtupfer, der zudem auch das Immunsystem lächeln lässt. Da das Original auf Rinderbrühe basiert, werden wir dieses zubereiten und als Alternative eine vegetarische Variante mit Tofu.

Wer möchte sich als Verkoster/Verkosterin zur Verfügung stellen und uns dann berichten wie es geschmeckt hat? Ihr seid herzlich eingeladen am **Freitag, den 12.02. zwischen 15 und 18 Uhr** mit einem geeigneten Gefäß in der Pettenkoferstraße vorbeizukommen und euch eine Portion abzuholen. Wir bitten hierzu um eine **kurze Anmeldung** über die bekannten Kanäle, damit auch ausreichend vorhanden ist.

Ab dem 16. Februar ist das Kochvideo dann auch wieder über unseren geschützten YouTube-Kanal abrufbar.

http://datenbank.spinnenwerk.de/abh/leibgericht_februar2021.html

(M)ein Leibgericht lebt von den Gedanken vieler, daher seid herzlich eingeladen mitzumachen. Bis wir das Angebot wieder im persönlichen Kontakt vor Ort fortsetzen können, wollen wir weiter einen virtuellen Ersatz anbieten. Gern auch mit Euch und Euren Vorschlägen! Meldet Euch einfach: vor Ort (bitte vorher anmelden), telefonisch 030 857 577 61 oder per Email (info@heimerfahrung.berlin).

**DORTMUNDER PROFESSORIN FORDERT MEHR BETEILIGUNG VON HEIMKINDERN
UND IHREN ELTERN SOWIE MEHR DIGITALISIERUNG IN HEIMEN**

Prof. Dr. Nicole Knuth hat vor der Kinderkommission des Deutschen Bundestages mehr Digitalisierung in den Heimen, mehr Beteiligung und mehr Bildungsgerechtigkeit gefordert.

Die Corona-Pandemie hat die Probleme von Kindern und Jugendlichen in Wohngruppen und Heimen verschärft. Vor der Kinderkommission des Deutschen Bundestages forderte Prof. Dr. Nicole Knuth, Sozialwissenschaftlerin an der FH Dortmund, mehr Digitalisierung in den Heimen, mehr Beteiligung und mehr Bildungsgerechtigkeit.

Der Zugang zum Internet gelte als zentraler Faktor für die soziale und kulturelle Teilhabe junger Menschen, betont die Expertin. Nicht alle Einrichtungen seien dafür gerüstet. „Die Jugendlichen berichteten uns von strengen Regeln, die wenig individualisiert seien. Und in der Handyzeit breche dann auch noch das WLAN weg“, so Nicole Knuth.

Kommunikation wurde beeinträchtigt

Maßnahmen wie das Einsammeln von Handys in den Wohngruppen der Erziehungshilfe hätten die Kommunikation mit Freunden und Familie zu Pandemiezeiten stark beeinträchtigt, betonte die Wissenschaftlerin. „Dieses darf im aktuellen Lockdown nicht wieder passieren.“ In jeder Kita gebe es einen Elternbeirat, doch in Heimen sei das eine Besonderheit. Die Beteiligungsrechte von Kindern wie Eltern müssten gestärkt werden.

Bildungsmöglichkeiten verbessern

Zudem solle das Recht auf Bildung der Jugendlichen in Heimen besser verankert werden: "Viele Wohngruppen waren damit überfordert den Anforderungen des Lockdowns gerecht zu werden", sagt die Sozialwissenschaftlerin.

Ärzteblatt.de

14. Januar 2021

Irlands Regierung entschuldigt sich für Tod von Heimkindern

Dublin – Die irische Regierung hat sich für den Tod Tausender Babys und Kinder in Mutter-Kind-Heimen entschuldigt. „Der Staat hat Sie, Mütter und Kinder in diesen Heimen, im Stich gelassen“, sagte Ministerpräsident Micheal Martin gestern im Parlament in Dublin.

„Ich möchte betonen, dass jede von Ihnen wegen des Unrechts Anderer in einer Einrichtung war“, sagte Martin. Es sei zutiefst beunruhigend, dass den Behörden die hohen Kindersterblichkeitsraten in den Heimen bekannt gewesen seien, es jedoch kaum Hinweise auf staatliche Eingriffe gebe.

Frauen seien systematisch wegen ihres Geschlechts diskriminiert worden, sagte Martin. Sie seien für außereheliche Schwangerschaften stigmatisiert worden, selbst wenn diese das Ergebnis einer Vergewaltigung gewesen seien.

Der vorgestern veröffentlichte Bericht über die Zustände in Heimen für unverheiratete Mütter zwischen 1922 und 1998 wirft ein Schlaglicht auf die sehr katholisch geprägte Gesellschaft Irlands im 20. Jahrhundert.

Kleine Presseschau

Demnach starben etwa 9.000 Kinder in Heimen, die von der Regierung kontrolliert und von religiösen Organisationen, oft von der katholischen Kirche, geleitet wurden. Das waren rund 15 Prozent aller Kinder in den untersuchten Heimen.

Als Haupttodesursachen wurden Atemwegserkrankungen und Magen-Darm-Entzündungen festgestellt.

In den Heimen lebten unverheiratete Frauen mit ihren Kindern, die von der Gesellschaft in dieser Zeit verachtet wurden.

Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH Verlages

Pressemitteilung

20.01.2021

Kinderheime: Ausgeliefert und verdrängt?

Studie zur Bayerischen Anlauf- und Beratungsstelle für ehemalige Heimkinder belegt bisher nicht bekanntes Ausmaß an Misshandlung und sexualisierter Gewalt in Kinderheimen im Nachkriegsdeutschland

„Die Aufarbeitung der Vergangenheit ist für die deutsche Nachkriegsgeschichte wichtig, aber es gibt Bereiche, in denen sie unzureichend erfolgt ist“, kritisieren Peter Caspari, Helga Dill, Gerhard Hackenschmied und Florian Straus. Die Belange ehemaliger Heimkinder seien erst spät in den Fokus der Öffentlichkeit gelangt. Viele berichten von traumatisierenden Lebens- und Erziehungsverhältnissen. Die von 2012 bis 2018 von Bund, Ländern und Kirchen eingerichteten Fonds boten Betroffenen erste materielle und therapeutische Hilfen an. Die gerade erschienene Studie *Ausgeliefert und verdrängt* weist jetzt am Beispiel von Bayern nach, dass die dort getroffenen Maßnahmen einen wirksamen Beitrag zur Unterstützung ehemaliger Heimkinder leisteten – vor dem Hintergrund eines bislang noch nicht bekannten Ausmaßes an Misshandlung und sexualisierter Gewalt. Und dass die Aufarbeitung noch nicht zu Ende sein darf. Die Studie ist in der Buchreihe *Sexuelle Gewalt in Kindheit und Jugend: Forschung als Beitrag zur Aufarbeitung* erschienen.

Schätzungen zufolge waren zwischen 1949 und 1975 etwa 1,3 Millionen Kinder und Jugendliche in west- und ostdeutschen Einrichtungen untergebracht. „Heimkindheiten waren nicht nur geprägt von einer systematischen Vernachlässigung des Kindeswohls, sondern auch von Gewalterfahrungen, Erniedrigung und Missbrauch“, mahnen die Autor*innen der Studie. Die bayerische Landespolitik hätte sich seit 2012 des Themas angenommen. Die jetzt erschienene Studie behandelt dieses Beispiel in zwei Kernthemen: Eine Evaluation der Arbeit der dort eingerichteten Anlauf- und Beratungsstelle sowie eine wissenschaftliche Analyse der Biografien ehemaliger Heimkinder. Die Ergebnisse vermitteln ein Schreckensszenario: Dreiviertel der Betroffenen hat physische Gewalt erlebt. Das Spektrum reicht von Schlägen über Einsperren und Essenszwang bis hin zu Knien auf Holzschichten und stundenlangem Stehen. Ein ähnlich hoher Anteil berichtet über Formen psychischer Gewalt wie Bedrohungen, Demütigungen, Isolation, Zerstören von Bindungen und religiös bemäntelte Erniedrigungen. Noch erschreckender ist für die Autor*innen der Befund, dass gut ein Drittel der Befragten sexualisierte Gewalt erlebten: „Es entstehen Bilder von einer ‚totalen Institution‘, in der manche Kinder von Geburt an und oft bis zum 18. Lebensjahr untergebracht waren, und in der Biografien gebrochen und zerstört wurden.“

Kleine Presseschau

Die Aufarbeitung in Bayern verbuchen Caspari et.al. als Teilerfolg. Sicherlich aber konnten die Folgen weder durch materielle Leistungen noch durch psychosoziale Begleitung behoben werden. Wichtig sei aber, dass die Arbeit weitergeht: „Viele Betroffene brauchen weiterhin Unterstützung – es geht auch darum, dass sie im höheren Lebensalter nicht erneut in ein Heim müssen, sondern dass nach Alternativen für ein würdiges Altwerden für sie gesucht wird.“ Die Aufarbeitungsstudie stelle zudem eine Mahnung an die gegenwärtige stationäre Kinder- und Jugendhilfe dar, indem sie alle Formen von Gewalt, Vernachlässigung und Machtmissbrauch in ihrer zerstörerischen Wirkung auf die betroffenen jungen Menschen beschreibt.

Informationen zum Buch

www.springer.com/de/book/9783658314750

Informationen zur Buchreihe Sexuelle Gewalt

in Kindheit und Jugend: Forschung als Beitrag zur Aufarbeitung

Tagesspiegel

21.01.2021

DDR-Heimkinder Seelisch und körperlich misshandelt

Was erlebten Kinder in den Heimen der DDR?

Dieser Frage geht jetzt ein Forschungsverbund nach.

SUSANNE DONNER

Mit der Erinnerung kommen auch die Schmerzen zurück. Und das Gefühl, ausgeliefert zu sein. Es sind die 1960er Jahre, Dagmar F. (Name geändert), nach der Geburt von ihrer Mutter zurückgelassen, lebt in einem Heim in der DDR und läuft mit anderen Kindern durch einen Flur. Eines reißt wohl eine Blume aus einem Trockengesteck, das als Deko an der Wand hängt.

Das Mädchen wird verdächtigt und zur Heimleiterin ins Büro geschickt, die ihr zur Strafe büschelweise die Haare ausreißt und brüllt: „Damit du mal siehst, wie es der Blume geht.“

Zeitlebens litt die heute 61-Jährige unter der Erinnerung an dieses und andere Erlebnisse in dem Heim, in dem sie vom vierten bis siebten Lebensjahr untergebracht war. Drei Jahre „seelische und körperliche Misshandlung“.

Das psychische Erleben der Betroffenen

Dagmar F. ist eine der Teilnehmerinnen im laufenden Forschungsverbund „Testimony – Erfahrungen in DDR-Kinderheimen. Bewältigung und Aufarbeitung“. Das Vorhaben widmet sich erstmalig umfassend dem psychischen Erleben der Betroffenen.

Es geht den Fragen nach, wie diese in den Heimen behandelt wurden und welche Folgen das im weiteren Lebensverlauf hatte. Das Bundesministerium für Bildung und Forschung finanziert die Arbeiten der beteiligten Psychologen, Sozialwissenschaftler und Historiker bis 2022.

„Die Bedingungen und psychosozialen Folgen der DDR-Heimerfahrung sind wissenschaftlich nicht gut untersucht“, sagt die Psychologin Birgit Wagner von der Medical School Berlin, „obwohl es knapp eine halbe Million Betroffene gibt, die sich zwischen 1949 und 1989 in solchen Heimen befanden. Gesellschaftlich ist das also ein ganz wichtiges Thema.“

In der DDR gab es rund fünfhundert Kinderheime. „Zu vielen haben wir weder Akten – diese wurden vernichtet – noch Zeitzeugen“, so der Ethikexperte Karsten Laudien von

Kleine Presseschau

Evangelischen Hochschule Berlin, der mehrere Bücher zu der Thematik verfasst hat. Der größere Anteil waren sogenannte Normalheime, in denen 80 Prozent der Heimkinder – wie Dagmar F. – lebten.

Die übrigen zwanzig Prozent kamen in sogenannte Spezialheime, wohin Kinder und Jugendliche kamen, die seitens der DDR-Jugendämter als „schwer erziehbar“ galten und zu sozialistischen Persönlichkeiten umerzogen werden sollten. Warum jemand in ein Heim kam, konnte viele Gründe haben: In manchen Fällen vernachlässigten die Eltern tatsächlich ihr Kind, in anderen waren sie regimekritisch. Oder aber das Kind fiel durch sein aufbegehrendes Verhalten gegenüber dem herrschenden Gesellschaftssystem auf.

Sinnbild der DDR-Kinderheime ist heute der Geschlossene Jugendwerkhof Torgau, der als Gedenkstätte erhalten ist. Über die Verhältnisse dort ist auch am meisten bekannt. Gleichwohl nahm er als Disziplinareinrichtung eine Sonderstellung unter den Spezialheimen ein.

Wer die Einrichtung heute besucht, fühlt sich an ein Arbeitslager erinnert, schildert Wagner: „Die Kinder mussten sich bei der Ankunft im Flur nackt ausziehen. Dann wurden ihnen die Köpfe geschoren und schließlich wurden sie oft im Keller über mehrere Tage in einem dunklen Raum eingesperrt.“

Mit diesen Foltermethoden sollte der Willen der Kinder und Jugendlichen gebrochen werden. „Vom Jugendwerkhof Torgau wissen wir auch, dass Mädchen, aber wohl auch Jungen systematisch sexuell missbraucht wurden“, ergänzt Laudien.

Folgen von DDR-Heimen nicht gut erforscht

Unklar ist bis dato aber, wie viel von Torgau in anderen Heimen Alltag war. „Wir lernen Menschen kennen, die bis heute schwer leiden und stark traumatisiert sind. Wir haben aber genauso Personen, die uns sagen, dass ihre Zeit im Heim keineswegs schrecklich war, etwa auch, weil es zu Hause schlimmer war“, berichtet die Projektleiterin Heide Glaesmer, Psychotraumatologin von der Universität Leipzig.

Und Wagner bekräftigt: „Es rufen auch Menschen an, die sagen, dass ihre Zeit im Heim toll war, und die sich in den Medienberichten nicht wiederfinden.“

Gleichwohl charakterisieren Historiker und auch Zeitzeugen den Erziehungsstil in den Heimen als soldatisch und repressiv. Wer nicht gefragt wurde, sollte nicht reden. Häufig wurde das Kollektiv bestraft, wenn ein einzelnes Kind gegen die Regeln verstieß. „Dann bekamen beispielsweise alle kein Abendessen, und der Betreffende wurde von den Gleichaltrigen verprügelt“, schildert Laudien. Diese Form der Kollektiverziehung war wohl charakteristisch für die Erziehung in DDR-Kinderheimen.

Eine insgesamt schwarze Pädagogik mit psychischer und körperlicher Bestrafung und strengen Regeln ist aber genauso auch aus Heimen der BRD in der Nachkriegszeit bekannt. „Die DDR-Heimerziehung ist in dieser Hinsicht nicht das schwarze Schaf. Man hat diese Erziehungsideologie aus dem Nationalsozialismus mitgeschleppt“, sagt Silke Gahleitner, Psychologin an der Alice-Salomon-Hochschule in Berlin.

Obwohl die Erlebnisse in den Heimen individuell sehr unterschiedlich sind, betonen die dazu forschenden Psychologen doch: Gewalt, Demütigung, Unrecht und die Hilflosigkeit in einem unterdrückenden System, das jede Selbstverwirklichung unterband, provozierten bei den Heimkindern sich wiederholende Traumatisierungen.

Flashbacks und Albträume

„Schreckenserfahrungen bahnen sich dann unwillentlich in Flashbacks und Albträumen immer wieder ihren Weg in den Alltag. Die Betroffenen haben den Eindruck, die

Kleine Presseschau

Geschehnisse ganz unmittelbar und mit allen körperlichen Empfindungen wieder und wieder zu erleben“, sagt Wagner. Sie leiden unter einer ständigen inneren Unruhe und Anspannung am Tag und Schlafproblemen in der Nacht.

Die Forscher kennen viele Betroffene mit Angststörungen und Depressionen, die teils nie ihren Platz im Leben fanden. Sie zogen sich sozial zurück, flüchteten mitunter in eine Sucht. Wer Torgau verließ, hatte keine anerkannte Ausbildung, sodass die Bewohner dieser und anderer Einrichtungen heute mitunter von Altersarmut bedroht sind.

Es ist kein Leichtes, sich an eine solche Zeit zu erinnern, die von Schrecken durchsetzt ist und über dreißig Jahre zurückliegt. F. hatte weder mit ihren Kindern noch mit ihrem Partner über die Geschehnisse gesprochen. „DDR-Heimerfahrungen sind extrem stigmatisiert. Die meisten vertrauen sich niemandem an“, sagt Wagner. „Das erhöht die psychische Belastung noch.“

Erst als F. 2015 von Arbeitskollegen gemobbt wird und schließlich anderthalb Jahre lang mit einer Depression kämpft, wird ihr in einer Psychotherapie klar: „Ich habe immer versucht, es allen recht zu machen, um nicht bestraft zu werden. Wie damals.“ Ihre Vergangenheit fiel ihr zum ersten Mal auf die Füße, urteilt F.

Inzwischen will sie sich ihr stellen und nimmt an einer Schreibtherapie im Testimony-Projekt teil. Über ein Internetportal schildert sie ihre Erinnerungen, begleitet von einem Psychologen – etwa, dass sie einmal, als sie nicht wie befohlen schlief, nachts barfuß auf dem kalten Boden stehen und für andere Kinder singen musste, da sie ja noch nicht müde sei. Manchmal holten die Erzieher alle Kinder nachts aus den Betten.

Sie mussten sich in soldatischer Manier aufstellen, um dann von den Betreuern verspottet zu werden: „Ihr seht ja aus wie Tannenbäume“. Warum? F. weiß es nicht mehr. Einmal werden ihre Füße in heißes Wasser gesteckt. Ihre Haut verbrennt nicht, aber es ist so heiß, dass sie bis heute Mühe hat, ein Fußbad zu nehmen.

„Bis zur Schreibtherapie dachte ich immer, die Sache mit dem Haareausreißen, sei das Schlimmste gewesen“, erzählt F. Aber während sie schreibt, entsinnt sie sich, dass sie vor der Entlassung tagelang in einem Zimmer eingesperrt und an einen Bettpfosten gebunden wurde. „Diese Ungewissheit und Angst, eingesperrt in diesem Zimmer, das hatte ich bis dahin nicht aufgearbeitet.“

Die Schreibtherapie soll eine Lücke in der psychotherapeutischen Versorgung schließen. Nur wenige Therapeuten kennen sich mit der DDR-Heimvergangenheit aus und können Hilfe anbieten. Die Betroffenen leben zudem über das ganze Bundesgebiet verstreut. Das spezielle Onlineangebot kann ihnen vor Ort helfen.

Eine Schreibtherapie kann helfen

Die Schreibtherapie orientiert sich an der kognitiven Verhaltenstherapie und hat sich bei Traumata nach Kriegserfahrungen und komplizierter Trauer den Studien von Birgit Wagner zufolge bewährt. Die depressiven Symptome bei geflüchteten Frauen aus Syrien und trauernden Angehörigen gingen zurück. Sie fassten wieder Lebensmut; ihr Selbstwertgefühl stieg messbar. Auch Metaanalysen bescheinigen dieser „Lebensrückblicktherapie“ eine gute Wirksamkeit.

„Die Erfahrungen werden in Erzählung eingebettet und dadurch leichter willentlich kontrollierbar. Das ist für die Verarbeitung von Traumata hilfreich“, erklärt Wagner. „Die Betroffenen machen in der Schreibtherapie außerdem die Erfahrung, dass sie die Erlebnisse aufschreiben können, ohne dass ihnen etwas Schlimmes passiert.“

Kleine Presseschau

Besonders bewegt haben F. die letzten beiden Aufgaben der Therapie. Sie soll sich an sich selbst als Mädchen in der damaligen Situation wenden. „Ich habe mich selbst getröstet“, sagt sie.

Psychologen nennen dies einen Perspektivwechsel. Die Fähigkeit, einen anderen Blickwinkel einzunehmen, hilft, Erlebnisse zu verarbeiten und mehrere Deutungen nebeneinander stehen zu lassen. Dadurch gewinnt der Betreffende Abstand zum Erlebten und kann der eingenommenen Rolle des Opfers entwachsen.

Und dann wendet sich F. in einem fiktiven Brief an jene Heimleiterin, die ihr die Haare ausgerissen hat. „Ich habe ihr geschrieben, dass sie sich nur wohlfühlt, wenn sie anderen wehtut.

Ob sie überhaupt Glück empfinden kann? Ob sie weiß, wie sich das anfühlt, wenn sie geliebt wird?“, sagt F.. „Es war eine Genugtuung, zu erfahren, dass die Täterin innerlich ein ganz schwacher Mensch war.“ Empathischer sei sie selbst durch die Therapie geworden und innerlich gewachsen. „Ich habe jetzt einen gewissen Frieden mit meiner eigenen Vergangenheit gefunden.“

Südwest-Presse

25.01.2021

Gewalt an Heimkindern

*Quälende Fragen: Wie eine neue Beratungsstelle
in Stuttgart Heimkindern hilft*

Früher waren Gewalt und Leid in kirchlichen und staatlichen Kinderheimen Alltag. Heute ist eine Anlaufstelle in Stuttgart für die Opfer da. Manche von ihnen leiden bis heute – kann man nach Jahrzehnten noch helfen?

So richtig herumgesprochen hat es sich noch nicht, dass es seit November wieder eine Beratungsstelle eigens für ehemalige Heimkinder gibt. In Stuttgart, in der Schloßstr. 57B. „Das muss noch besser bekannt werden“, sagt Stefan Brenner, „auch unsere neue Homepage ist noch nicht fertig“.

SPIEGEL

27.01.2021

Heimkinder und Verschickungskinder:

»Ich hatte Todesangst. Dann verlor ich das Bewusstsein«

*Millionen Kinder wurden ab den Fünfzigerjahren in Erholungsheime verschickt.
Viele kehrten schwer traumatisiert zurück. Ein Buch schildert nun schlimme
Misshandlungen – samt Indizien für Experimente mit Contergan.*

Von Christoph Gunkel

Von zugeklebten Mündern, drakonischen Strafen für Bettnässer und Zwangsfütterungen ahnten die Eltern nichts. Sie dachten an die heilende Winterluft aus den Werbebroschüren. Sechswöchige Kuren für Kinder in Erholungsheimen am Meer oder in den Bergen galten in den Sechzigerjahren als ideal: zur Vorbereitung auf die Schule, für Scheidungskinder,

Kleine Presseschau

Unterernährte, Asthmatiker. Werdende Mütter sollten entlastet werden, sozial Benachteiligte sich einen kinderfreien Urlaub gönnen.

Anja Röhl, Stieftochter von Ulrike Meinhof, arbeitete als Krankenpflegerin, Publizistin und freie Dozentin für Pädagogik. Seit 2009 beschäftigt sie sich als einstige Betroffene öffentlich mit dem Schicksal der Verschickungskinder, organisierte 2019 einen Fachkongress – und verfasste nun das erste Buch zum Thema.

Und konnte falsch sein, was Millionen anderer Eltern seit Jahren machten? Was anerkannte Pädagogen, Kinder-, Schul-, Hausärzte empfahlen und Krankenkassen förderten?

Es konnte sehr falsch sein, wie Anja Röhl öffentlich gemacht hat. Sie war eines der Verschickungskinder, die ab Ende der Fünfzigerjahre millionenfach per Zug durch die Bundesrepublik in Kinderheilstätten, Kurkliniken und Erholungsheime reisten: von Bayern an die Ostsee, aus Hamburg in die Alpen – immer mit stark bezuschussten Tickets.

Anja Röhl, Stieftochter der RAF-Terroristin Ulrike Meinhof, beschäftigt sich seit 2009 intensiv mit dem Schicksal der Verschickungskinder. Als eine der ersten Betroffenen hat sie ihre traumatischen Erlebnisse geschildert und über ihre Website Tausende Zeugnisse einstiger Heimkinder gesammelt, die seelische und körperliche Misshandlungen schildern. »Report Mainz« und der SPIEGEL berichteten 2019 – und erneut meldeten sich Hunderte weitere Betroffene.

Das hier beschriebene Buch ist am 22.01.2021 erschienen

Die Akte Verschickungskinder:

*Wie Kurheime für Generationen zum Albtraum wurden
Gebundene Ausgabe – 22. Januar 2021*

von Hilke Lorenz

Schätzungsweise acht Millionen Kinder wurden zwischen den 1950er- und 1980er-Jahren auf Anweisung von Ärzten in sogenannte Kindererholungsheime verschickt und kamen verstört oder traumatisiert zurück. Was viele Verschickungskinder dort erleben mussten, prägt sie bis heute: Heimweh, Einsamkeit, Zwang und Gewalt. Ihr Schicksal war lange tabu. Es ist Zeit, die Tür in die Vergangenheit weit aufzumachen: Wie war das möglich und wer war dafür verantwortlich?

Die Historikerin und Journalistin Hilke Lorenz hat mit vielen ehemaligen Verschickungskindern gesprochen. Sie erzählt ihre Geschichten und geht ihren Hinweisen nach. Manche Erinnerungen sind lückenhaft, sind manchmal mehr ein Gefühl oder eine Vermutung als Gewissheit. Viele Erwachsene sprechen zum ersten Mal über ihre Erfahrungen und fangen gerade erst an zu begreifen, welchen Einfluss die Wochen und Monate der Kinderkur auf ihr weiteres Leben hatten. Was Hilke Lorenz darüber hinaus in den Archiven findet, schockiert. Dabei geht es nicht nur um die NS-Erziehungsmethoden, die durch die Kontinuität des Personals fortgeführt wurden. Ihre Recherchen decken auch das profitable Geschäft auf, das mit dem Verschicken von Kindern gemacht wurde, und in das Ärzte, Heimbetreiber, Krankenkassen und Verbände involviert waren.

Es kostet 22 Euro