

Vorwort

Meine Erinnerungen gehen zurück bis 1943/44.

Ich bin 3 Jahre. Jede Nacht ist Fliegeralarm. Die Britten fliegen über meinen Geburtsort Rerik nach Hamburg und Berlin und laden dort Ihre Bomben ab. Suchscheinwerfer machen die Nacht zum Tag und die Flugversuche der Bomber abzuschneiden.

Verdunklung war angeordnet!

Während meine Mami mich schnell anzog machte sie kurz das Licht an. Prommt hämmerten Uniformierte an die Tür.

Ich rutschte in der Eile auf dem Ofenblech aus und brach mir das Bein.

Nach ca. 6 Wochen im Streckverband konnte ich das Lazaret wieder verlassen.

In der Zwischenzeit schickte mir meine Oma aus Berlin ein Paket mit Weißbrot und Schokolade. Es war köstlich. So etwas kannte ich bis dahin noch nicht.

Kriegskinder : "Spätes Leiden"

Die Generation der "Kinder" des Zweiten Weltkriegs hat schreckliches erlebt - vielen wird das heutzutage erst wieder bewusst.

Bombennächte, Flucht und Vertreibung, mit der Panzerfaust in der Hand und Stolz im Herzen mitmarschieren im letzten Aufgebot an der Heimatfront - gegen Ende des Zweiten Weltkriegs sah so die Erfahrungswelt für etwa 60 Prozent der Kinder und Jugendlichen in Deutschland aus.

Viele dieser Jahrgänge gehören heute zu den Führungseliten in Politik, Wirtschaft und Universitäten.

Sie alle haben in ganz unterschiedlicher Weise ihre lebensgeschichtlichen Erfahrungen und Enttäuschungen aus jener Zeit in unsere gesellschaftspolitische Landschaft eingebracht.

Die Generation der Kriegskinder verbindet - über alle unterschiedlichen psychosozialen Umstände hinweg - Erfahrungen wie Hitlers Machtergreifung, den Zweiten Weltkrieg, Nächte im Bunker, die Nachkriegszeit, Restauration und Wiederbewaffnung, eine Elterngeneration, die sich mehrheitlich ausschwig über die Vergangenheit und das Erlebte. Sowie den Mythos, der Krieg habe ihnen gar nicht geschadet. Im Gegenteil, in extremen Lebenssituationen aufzuwachsen, Gewalterfahrungen zu machen, Vater, Mutter oder Geschwister zu verlieren, schien den meisten normal.

Selbst die Psychiatrie vertrat lange Zeit die Auffassung, die schrecklichen und schmerzlichen Erlebnisse der Kriegskinder seien aufgrund der hohen Plastizität des Gehirns letztlich psychisch folgenlos geblieben. "Ein Mythos, der sich hartnäckig auch unter den Kriegskindern gehalten hat".

Neue Forschungserkenntnisse belegen jedoch: Wir sind Erinnerung und unser Handeln ist immer mitbestimmt durch Erinnerungen, selbst wenn wir an diese Erinnerungen gar nicht mehr denken.

Seit vielen Jahren verzeichnen Psychoanalytiker überdies eine Wiederkehr des verdrängten Leids der Kriegsjahrgänge. Patienten, die ihr Leben lange Zeit gut gemeistert haben, beruflich und familiär erfolgreich waren, klagen plötzlich über diffuse, psychische Beschwerden, Ängste und Depressionen - und finden keine Erklärungen dafür.

So haben diese Studien der Universitäten in Leipzig und Kassel herausgefunden, sind viele Angehörige dieser Generation von psychischen Symptomen geplagt, die recht unspezifisch klingen: Dazu gehören Panikattacken, die beständige Angst, den Anforderungen des Lebens nicht gewachsen zu sein, Bindungsschwierigkeiten, Tendenzen zur Verslossenheit, Unerreichbarkeit für Partner und Kinder, diffuse psychosomatische Beschwerden ohne Befund, Herz- und Kreislauferkrankungen. Mediziner und Psychotherapeuten sollten bei der Behandlung älterer Patienten auch immer deren mögliche Kriegsvergangenheit mit ins Auge fassen. Psychologen sprechen heute von „Burn-out“ durch „posttraumatischen Belastungsstörungen“.

Kapitel/Inhalt

Seite

I. Kapitel "Meine Kindheit"

- 5 Luftkampf über Deutschland
- 8 Die Russen kommen nach Rerik
- 10 Flucht nach Berlin
- 11 Mami, der Himmel brennt.
- 15 Die Amis kommen mit Panzer.
- 17 Spielen zwischen und mit Trümmern
- 22 Viele Invaliden ohne Arme, ohne Beine.
- 23 Mein Vater schlägt mich fast tot.
- 26 Filzige Pullover und Kleider aus Vorhängen
- 29 Unterernährt ; Konzentrationschwäche (es gibt Schulspeisung)
- 30 Not und Elend im Nachkriegsdeutschland
- 34 Blockade. Monate der Not
- 40 Als ich 7 Jahre war wurde meine Schwester geboren.
- 41 Mit 9 Jahre mit meiner Schwester von Berlin nach Töpchin gefahren.
- 42 Trauma
- 43 Ich habe verdrängt, um zu leben.
- 44 Verdrängte Leiden. Kindheitstrauma mit Folgen.
- 52 Die letzten Tage zwischen Krieg und Frieden
- 55 Die Heimkehr der Zehntausend
- 59 „Kriegskinder“ im Alter: Bei Diagnose historisch denken
- 65 Das Schicksal der Kriegskinder
- 69 Kriegskinder : "Spätes Leiden"
- 73 Unerklärliche Symptome

II. Kapitel

- 75 Karriere gemacht und mit Burn-out bezahlt.
- 91 Auf Erfindermesse teilgenommen und Gründung meiner ersten GmbH
- 97 Ein Beispiel: "Treibhauseffekt und Ozonschädigungen".

III. Kapitel

- 132 Aufgewachsen mit den Wunden des Krieges,
habe Karriere gemacht und mit Burn-out bezahlt !
- 138 Mit mir stirb auch meine Familie.
- 140 Beschreibung meiner Burn-out-Symptome
- 141 Ursachen und der medizinische Erklärungsversuch
- 143 Welche Maßnahmen helfen gegen das Burn-out-Syndrom?
- 144 Wie ich persönlich aus meiner inneren Leere wieder heraus kam.
- 147 Meine Oma und ihre Hausmittelchen
- 147 Mein Wiedereinstieg ins soziale Miteinander
- 150 Ohne meine Partnerin hätte ich das nicht geschafft.
- 156 Gestörter REM-Schlaf
- 160 Hilfe beim Burn-Out-Syndrom

I. Kapitel Meine Kindheit



Bild: Fliegeralarm in Rerik

Luftkampf über Deutschland

Ab 1942 warf mit aller Härte die Royal Air Force die Brandfackel in das Land des Aggressors zurück. Etwa eine halbe Million Menschen verloren in Deutschland bis 1945 durch Bombenangriffe ihr Leben.

Vom Festland verdrängt, blieb dem britischen Militär nur eine Waffe, um den Krieg gegen Hitlerdeutschland zu führen: Das Bomberkommando.

»Viele Leute sagen, mit Bomben-Angriffen allein kann man niemals einen Krieg gewinnen. Nun, ich sage, es hat auch noch keiner versucht! «

Luftmarschall Arthur Harris, Frühjahr 1942

Angriffe auf Wohngebiete

Im Februar 1942 übernahm Luftmarschall Arthur Harris die Leitung des British Bomber Command. Die Strategen in Großbritannien hofften, der Bombenkrieg könnte die Wende des Krieges bringen. Ihre Absicht war es, gezielt die Wohngebiete von Städten in nächtlichen Angriffen zu bombardieren, um die Moral der Zivilbevölkerung zu schwächen.



"Die Idee des Zivilbombardements, ist eine wohltätige", erläutert der Historiker Jörg Friedrich die Strategie des "moral bombing". "Man beendet den Krieg durch einen fürchterlichen Schlag auf eine Großstadt, indem die Zivilbevölkerung dort namenlosen Qualen ausgesetzt wird, die ein zweites, drittes, viertes Mal nicht hinnehmbar sind.

Die Zivilbevölkerung macht Revolution, die Regierung stürzt, der Krieg ist zu Ende. Das war die Idee: Je barbarischer die Bevölkerung in einem solchen Angriff gefoltert wird, desto schneller ist der Krieg vorbei."

Grausame Strategie

Pläne für diese Art der Kriegführung entstanden nach dem Ersten Weltkrieg. Die ehemaligen Kriegsparteien waren davon überzeugt, dass kommende Auseinandersetzungen immer weniger einen Unterschied zwischen Front und Heimat machen würden. Das war mit Bomben, den neuen Waffen, kaum möglich. Luftkriegshistoriker Friedrich: "Erst war die Waffe und dann die Absicht." Präzise Angriffe waren nahezu undurchführbar - laut Friedrich resultierte daraus eine grausame Logik: "Kann ich chirurgisch die Ölindustrie herausnehmen? Nein! Kann ich chirurgisch alle Rangierbahnhöfe herausnehmen? Nein! Aber ich kann ein Gebiet treffen in einem Radius von vier, fünf Kilometern, da treffe ich irgendetwas. Mit einer gewissen Wahrscheinlichkeit lebt da jemand. In einer Stadt leben viele, also vernichte ich viele. Und daraus mache ich eine Strategie."

Um 2.15 Uhr glich Lübeck einem Flammenmeer. 186 britische Flugzeuge warfen 160 Tonnen Spreng- und 144 Tonnen Brandbomben über der Stadt ab. "Das vergesse ich in meinem ganzen Leben nicht", erinnert sich die Lübeckerin Thea Swift. "Die Türme der Marienkirche brannten wie lodernde Fackeln." 320 Menschen verloren bei dem Angriff ihr Leben, über 800 wurden verletzt.

Angriff auf Lübeck

In der Nacht vom 28. auf den 29. März 1942 wurde die Hansestadt zum ersten Schauplatz eines Infernos, das britische Bomber fortan in zahlreichen deutschen Wohnvierteln entfachten.

Lübeck galt der Royal Air Force als ideales Ziel, um die Taktik des Flächenbombardements zu erproben. Neben Sprengbomben sollten verstärkt Brandbomben zum Einsatz kommen um festzustellen, in welchem Umfang eine Stadt durch einen konzentrierten Angriff binnen einer Nacht zerstört werden könne.

Die Bomberbesatzungen konnten die Stadt wegen ihrer Lage an der Ostseeküste und der Trave auch aus großer Höhe leicht orten.

In seiner dichten Bebauung durch Fachwerkhäuser mit hölzernen Giebeln war das historische Stadtzentrum zudem extrem brandanfällig. In der Zeit wurde ich geboren !

Die Russen kommen nach Rerik

Wir schreiben das Jahr 1945. Ich bin drei Jahre Alt und die Russen marschieren in meinen Geburtsort an der Ostseeküste ein. Meinen Eltern wurde 3 Stunden Zeit gegeben ihre Habseligkeiten zu packen und aus der Wohnung zu verschwinden.

Glücklicherweise war zu der Zeit mein Vater aus der Gefangenschaft zurück und konnte einen Leiterwagen mit Pferden organisieren, mit dem auch einige Möbel in die ca. 5 km entfernte Wohnung transportiert werden konnten.

Während meine Eltern die letzte Fuhre abholten ließen sie mich dieses mal in der neuen Wohnung zurück, weil die Pferde durch den Tumult auf der Straße scheu waren und mein Vater Schwierigkeiten hatte sie zu zügeln. Ich war in der neuen Wohnung allein und sie war mir fremd.

Ich hatte große Angst. Angst weil ich dachte sie haben mich vergessen, denn es kam mir mit meinen drei Jahren wie eine Ewigkeit vor. Eine innere Stimme sagte mir, Mami kommt hierher nicht zurück.

Ich bin zu unserer alten Wohnung zurückgelaufen, weil sie ja sagten sie fahren dort hin. Als ich ankam, hörte ich schon von draußen lautes Krakeelen in einer Sprache die mir fremd war und mir Furcht einflößte. Es waren Russen, die mir wie Ungeheuer aus dem Märchenbuch vorkamen. Ich habe mich versteckt, weil ich dachte sie haben meinen Eltern etwas angetan und werden mir auch etwas antun.

Nach einer Weile habe ich mich aus dem Versteck hervor getraut und bin weinend und nach meiner Mami rufend durch alle Zimmer gegangen.

Überall waren Russen und als ich die Tür zum Badezimmer öffnete, saß einer auf der Toilette mit einem Hintern, der doppelt so breit wie die Toilettenbrille war und mit breiten herunter hängenden Hosenträgern. Er hatte mein weinen gehört und sagte "hier nix Mama".

Bei dem Anblick kamen mir entsetzliche Gedanken und ich dachte sie werden kleine Kinder bestimmt aufessen. Ich bin davongelaufen. Es war kalt und dunkel. Die Straßen wurden nur durch nicht endende Kolonnen von Panzern und anderen Militärfahrzeugen spärlich erleuchtet. Der Krach flößte mir zusätzlich Furcht ein und ich versteckte mich weinend und frierend hinter einem Gebüsch bis mich eine Frau fand und mich mit nach Hause nahm.

Ich weiß nicht wie, aber irgend wann standen plötzlich meine Eltern vor mir, ich war übergücklich.

Flucht nach Berlin



Nachdem wir aus Rerik an der Ostsee flüchten mussten, hat uns meine Oma und mein Opa in Berlin vorübergehend in ihrem Einfamilien Haus aufgenommen. Wir wohnten in einem Zimmer von ca. 3x4 Meter. Opa hatte einen kleinen Garten wo er Gemüse und Obstbäume hatte. Ich weis noch wie er hinter jedem Pferdeapfel hinterher war und die als Dünger nahm. Damals war es auch üblich seine eigenen Fäkalien als Dünger für das Gemüse zu verwenden.

Mein Opa war ein passionierter Angler und hatte auch einen großen Angelkahn. Ein Mal durfte ich mit und wir standen noch bevor die Sonne aufging auf. Er ruderte weit zu einer bestimmten Stelle. Befestigte den Angelkahn an Steckstangen und nahm als Köder selbstgemachten Teig und Blinker. Er fütterte die Fische an und es dauerte nicht lange bis ein Karpfen anbiss.

Danach ging es schlag auf schlag bis wir gegen Mittag zurück fahren. Zuhause haben meine Oma und meine Mutter die Fische ausgenommen und von Schuppen befreit. Meine Oma hat dann die großen Fische gebraten und ich durfte die kleinen durch den Wolf drehen. Sie machte hiervon Fischbouletten. Es war köstlich. Ich habe noch nie so etwas schönes gegessen. Bis dahin bestand mein Essen im Wesentlichen aus Brennesselsuppe. Wenn hier einmal eine Kartoffelschale drinnen war, waren wir glücklich. Oder Eintopf ohne Fleischeinlage. Wenn wirklich einmal ein kleines Stück Fleisch im Topf war, bekam es mein Vater. Meine Mutter sagte „Er muss arbeiten und bei Kräften bleiben“. Ich erinnere mich noch daran, dass wir vor jedem Essen zu Gott beteten und ihm für dieses Essen dankten.

Mami, der Himmel brennt.

Im selbst gebauten provisorischen Bunker (in Berlin Tegel-Süd)



Am Nachmittag gab es wieder Fliegeralarm, und dieses Mal wurde es auch für uns ernst. Wieder hörte man, wie bei den vorausgegangenen Angriffen, die Bombeneinschläge in der Ferne, aber die Zeitabstände dazwischen waren kürzer. Meine Mutter packte mich dieses mal und wir rannten zum Nachbargrundstück. Er hatte als Einziger vorgesorgt und eine Erdhöhle als provisorischen Schutz vor Luftangriffe. Nachdem wir eine Leiter herabstiegen, setzten wir uns auf eine Bank.





Einige hatten Gasmasken mit und sahen für mich zusätzlich furchterregend aus. Ich hörte das dumpfe dröhnen der Bomber näherkommen. (starke Bomberverbände legten eine Stunde und 20 Minuten lang ihre Teppiche in und um Berlin)

Dann wurden die Detonationen lauter und alle Gespräche verstummten. Plötzlich hatten alle Leute Tücher in der Hand, die man in das Wasser tauchte und sich vor Mund und Nase band. „Lass den Mund schön zu! Der Luftdruck ist zu gefährlich!“ sagte meine Mutter noch vorher zu mir. Ich verstand zwar, was sie von mir erwartete, aber nicht, was es mit dem Luftdruck auf sich haben sollte. Dann drückte sie mich fest an sich und ich spürte wie sie zitterte.

Zwischen den einzelnen Detonationen, die jetzt näher kamen, herrschte atemlose Stille. Die nächsten Einschläge waren noch heftiger und ich duckte mich jedes Mal, bis der Kopf bald den Schoß von meiner Mutter berührte. Das Beben des Erdreichs war deutlich zu spüren. Dann folgte ein Schlag, so als ob ein gewaltiger eiserner Hammer auf die Höhlendecke gestürzt wäre. Jetzt rieselte Sand aus der provisorisch mit Holzplatten abgedeckten Decke, Steine polterten und trübte den Schein der Karbidlampen. Ich sah die Angst in den Gesichtern und spürte das hier etwas furchtbares geschah. Meine Mutter drückte mich noch fester an sich und ich glaube sie merkte gar nicht das sie mir wehtat.

Ich traute mich selbst nicht zu sprechen, aber andere sagten leise: „das hat ganz in der Nähe eingeschlagen“.

Nach einer Ewigkeit verhallten die letzten Schläge, bis die lautlose Stille im Bunker bei Groß und Klein mit der Gewissheit durchringt: "Es ist vorbei".

Als die Sicht wieder klar wurde, nahmen wir unsere Tücher ab und schauten uns um. Die Erdhöhle war ganz geblieben und niemand zu Schaden gekommen, aber oben an der Leiter war es finster. Dort konnte man vorher einen schwachen Schimmer des Tageslichts sehen, das durch den Ausstieg auf die seitliche Wand fiel. Ich weiß nicht mehr, wer hinaufging um nachzusehen, aber bald kam die erlösende Nachricht: „Wir sind nicht verschüttet, da liegen nur ein paar große Steine herum!“

Diese Hindernisse wurden ohne Schwierigkeiten weggeräumt, und wir kletterten wieder hinaus. Ich sagte ängstlich zu meiner Mutter „Mami, der Himmel brennt“. Das war nicht mehr die Welt, die ich kannte. Überall lagen Steinbrocken, gebrochene Ziegel, gesplittertes Holz und zertrümmerte Türen. Dort, wo vorher der Schuppen stand in dem ich gerne spielte, befand sich jetzt nur ein Haufen Schutt. An unserem Haus brannte der Dachstuhl. Vater meinte da muss eine Phosphorbombe eingeschlagen haben. Die Nachbarn bildeten eine Kette mit Wassereimern und Vater stand auf einer langen Leiter und versuchte das Feuer zu löschen.

Ungenügende Luftschutzvorkehrungen

Trotz zahlreicher Aufklärungskampagnen zum Luftkrieg noch vor Kriegsbeginn, wurde viel zu wenig für den Schutz der Berliner getan. Während gigantische Mengen Beton am Atlantikwall oder in der Wolfsschanze verbaut wurden, standen in Berlin nie mehr als 65.000 Bunkerplätze für die trotz der Evakuierungen immer noch knapp drei Millionen zählenden Einwohner zur Verfügung. So mussten die allermeisten in zusätzlich abgestützten Hauskellern Schutz suchen, ohne dort vor Volltreffern sicher zu sein. In den Kellern starben die meisten der Berliner Bombenopfer, allein am 3. Februar 1945 waren es 2.500. Doch auch die Bunker waren keine vollkommen sicheren Orte, da durch Brände verursachter Sauerstoffmangel auch bei starkem Bombardement eine Räumung unausweichlich machte.

Die Amis kommen mit Panzer. Es gibt Bonbons und Schokolade. - Geschenke von GIs -

Es ist Mai 1945 und ich bin vier Jahre alt.

Es ist ein sonniger Tag, ich darf Kniestrümpfe anziehen und Sandalen, die Vater mir noch einmal aus alten Autoreifen gemacht hat.



Auf einmal höre ich ein rasselndes dumpfes Geräusch. Der Lärm wird stärker, es hört sich an, als ob eine Lokomotive von den Gleisen gesprungen ist und nun auf der Straße weiterfährt. Die Erde zittert. "Die Amerikaner sind da", schreit jemand. Wir rennen zur Hauptstraße. Wir wollen die Amerikaner sehen, die uns immer als Monster mit riesigen Köpfen und großen Ohren beschrieben wurden, unsere Todfeinde, die noch vor wenigen Tagen mit Tieffliegern und Bordwaffen die Häuser in Brand geschossen haben.

Und da sind sie, die Panzer mit ihren Kettenrädern und dem großen Kanonenrohr, die langsam im Konvoi durch die Straße rasseln. Die Erde zittert, und die Scheiben klirren in den Häusern. Die Leute stehen an den Straßenrändern, stumm. Jemand hängt eine weiße Fahne aus dem Fenster.

Der Konvoi hält. Eine Luke öffnet sich, und ein Amerikaner steigt aus. Er kommt vom Panzer herunter. Er hat keinen großen Kopf und auch keine Riesenohren. Er sieht aus wie mein Vater oder mein Onkel, nur ein bisschen dicker. Er hat einen Tarnanzug an, sandfarben mit braun und grün und trägt einen Stahlhelm. Der Amerikaner kommt auf mich zu und sagt zu mir: "Willst du mein Freund sein?" Ich nicke nur. Seine Stimme klingt, als würde er gurgeln. Er greift in die Tasche seines Tarnanzuges. Ich presse meine Handkanten gegeneinander und mache aus meinen Händen eine kleine Höhle. Der Amerikaner füllt sie mit Bonbons und Kaugummi.

Der Konvoi fuhr weiter und jedes Stück Schokolade, das ein gutmütiger amerikanischer Soldat von einem Lastwagen warf, war ein Höhepunkt in meinem Leben. Und wenn ich eine olivgrüne Dose mit Pfirsichen ergattert hatte, glaubte ich, im Paradies zu sein.



Amerikaner verteilen Carepakete

Spiele zwischen und mit Trümmern

**Ich spiele in Ruinen. Bomben und Granaten liegen herum.
Ich sammle Buntmetall.**



Spiele und einfach Kind sein ging oft nur in den Trümmerbergen, die für mich wie eine Abenteuerwelt war. Gegenüber stand eine Ruine die im Wesentlichen nur noch aus der Außenmauer und dem Treppenaufgang bis zum dritten Stock bestand. In dem Häuserschutt fand ich nicht nur kostbare Schätze, sondern noch scharfe Munition wie Projektile und Handgranaten.

Auf einer im Rest vom Keller liegenden Fliegerbombe bin ich geritten und als ich meiner Mutter davon erzählte hat sie furchtbar geschimpft und mir den Zugang zur Ruine verboten. Einige Tage später wurde die Bombe entschärft und ich hörte wie sich die Erwachsenen darüber unterhielten. Hier soll ein Mann der eine Fliegerbombe entschärfen wollte dabei ums Leben gekommen sein.



Mit meinen Freunden habe ich zusammen verglichen, wer das Kostbarste gefunden hat. Zu den Kostbarkeiten zählten auch Knochen und Bombensplitter. "Man versuchte ja, mit allem zu spielen und wir haben die Splitter dann nach Größe und Zacken sortiert" und haben die Splitter dann getauscht."

„Trümmerländer“ bei Aufräumarbeiten und beim Spiel mit Munition in der unmittelbaren Nachkriegszeit



Zu meinem Alltag gehörten die Begriffe wie Luftmine oder Stabbombe so selbstverständlich wie die heutigen Kids vom Handy oder Gameboy reden.



Etwa 13 Millionen ehemalige Kriegskinder leben heute in Deutschland. Diese Kinder der Jahrgänge 1933 bis 1945 sind zwischen Trümmern groß geworden. Ihre Kindheit im Zweiten Weltkrieg bedeutete: Flucht, Bombenangriffe, Todesangst und Trennungen. Erst jetzt, am Ende eines Arbeitslebens, beginnen die Betroffenen über ihre Erfahrungen und Verwundungen zu sprechen. Die Kindheit hat sie geprägt, verarbeitet wurde dies allenfalls im privaten Umfeld.

Spiele mit nichts

Kinderspielplätze, wie sie heute in jedem Ortsbild selbstverständlich sind, gab es in der Nachkriegszeit nicht. Dafür waren die Städte mit Ruinen und Trümmern übersät, die für uns Kinder "Abenteuerspielplätze" darstellten. Da unsere Eltern vollauf damit beschäftigt waren, das kaputte Land wieder aufzubauen und das Lebensnotwendigste für die Familie herbeizuschaffen, war Nachkriegskindheit häufig eine unbeaufsichtigte Kindheit - mit allen Vor- und Nachteilen.

Seifenkisten selbst gebaut

Da es fast noch kein Spielzeug zu kaufen gab, behalf man sich mit selbst gebastelten Dingen. Eine Zeitlang waren selbstgebaute Seifenkistenwagen "in".

Vier Kugellager brauchte man für einen Wagen und gut geölt mussten sie sein, damit man aus ein paar Latten und Kistenbrettern einen fahrbaren Untersatz herstellen konnte. Gelenkt wurde mit den Füßen und das Bremsen war sehr schwierig.

Alte Spiele und Abzählreime

Spielzeug ist Mangelware

In den heißen Nachkriegssommern wurde meistens in Flüssen oder Weihern gebadet, Autoreifen dienten als Boote und Schwimmhilfen, Schwimmbecken wie heute gab es nur in größeren Städten. Die alten Kinderspiele, die schon die Großeltern kannten, kamen wieder in Mode. Abzählreime beim Versteckspiel waren sehr populär: "Ene mene subtrahene, dive dave Domino, Opter, Propter, Kaiser lobt er, Zinke, zanke - raus". Oder: "Drei Sanitäter hüpfen auf die Räder, hüpfen wieder raus und Du bist draus".

Murmeln und Märchen

Besonders beliebt war in der Nachkriegszeit das Schusser- oder Murrel-Spiel. Fast jedes Kind hatte ein Leinensäckchen voller tönerner Schusser, mit denen meist auf ein mit den Absätzen gebohrtes Erdloch gespielt wurde. Man hatte Fäden für Fadenspiele, es wurden Kartenspiele, Mensch-ärgere-Dich-nicht, Mühle und Schach gern gespielt. Puppen und Fußbälle wurden oft aus Sackrupfen und Stoffresten gebastelt. Aus Weidenruten wurden Pfeifen geschnitzt und da es noch kein Fernsehen gab und viele Familien in der unmittelbaren Nachkriegszeit auch noch kein Radio besaßen, wurde viel vorgelesen oder Geschichten und Märchen erzählt.

Kriegsmunition als Kracher

Eine besondere Versuchung für uns Buben war "Fundmunition". Überall an Bach- und Flussrändern,

in Wäldern und in abgelegenen Straßengräben konnte man Infanteriemunition und manchmal auch die gefährlichen Handgranaten und Panzerfäuste finden. Kein Wunder, dass es immer wieder zu schweren und manchmal auch tödlichen Unfällen kam.

Viele Invaliden ohne Arme, ohne Beine. Nehmen ihre Glasaugen heraus und erschrecken uns Kinder damit.



In der Zeit sah ich viele Invaliden an Krücken und in Rollstühle. Einige versuchten uns Kinder Angst einzujagen und zeigten ihre Beinstümpfe oder nahmen ihre ohne hin viel zu großen Glasaugen aus der furchtbar anzusehenden Augenhöhle heraus. Bei anderen fehlte eine Gesichtshälfte oder sie hatten eine Metallplatte als Schädeldecke. Es war für mich entsetzlich anzusehen, aber die Erwachsenen machten sich daraus einen Spaß.

Mich hat der Krieg in kurzer Zeit zu einem Profi des Schreckens erzogen, in der die Wirklichkeit auch mit den heutigen schlimmsten PC-Games mithalten kann.



Diese schrecklichen Erlebnisse machten mich, wie sich erst später in meinem Leben herausstellen wird, zum Meister von unterdrücken von Gefühlen. Das in sich nach außen emotionslos hineinfressen von Ärger aber auch Freude wird von anderen heute als Gefühlskalt ausgelegt. Richtig ist aber, dass ich es gelernt habe mit Leid umzugehen und in einem selbstlosen ausgeprägtem Helfersyndrom meine Anteilnahme zeige. Heute nach über 60 Jahren macht sich das ständige nicht zeigen von Gefühlsausbrüche negativ bemerkbar. Mein Akku ist leer und ich bin anfällig gegen Depressionen mit Burn-out-Syntomen.

Ich bin aufwachsen mit den Wunden des Krieges

Mein Vater schlägt mich fast tot. (selbstgemachte Schuhe mit Sohle aus Autoreifen)

Ich habe mit 4 Jahren die Bombardierung, die Enge im Bunker, das Schreien der Erwachsenen erlebt. Das zerstörte Berlin. Doch all das konnte ich irgend wie ertragen.

Die Angst meiner Kindheit war nicht nur die Bedrohung durch Bomben. Mein Trauma begann, als mein Vater aus dem Krieg zurückkam. Ein Kriegsvater. "Mutter sagte: „Guck mal wehr da ist“ . „Das ist dein Vater“. Ich kuckte ungläubig – der Mann vor mir hatte einen Vollbart und sah furchterregend aus. „Freu dich, Vati ist aus dem Krieg zurückgekommen“. Ich sagte: „das ist nicht mein Vater!“ Ich hatte wirklich vor diesen fremden Mann Angst. Er hatte eine Schiebermütze auf, trug einen langen ungepflegten Mantel und seine viel zu weiten Hosen wurden durch ein Koppel gehalten mit dem ich später reichlich Bekanntschaft machen sollte.

Er brachte nichts aus dem Krieg mit, außer Härte und Strenge, die ihn zu diesem Soldaten gemacht hatten. Das sollte ich bald zu spüren bekommen. Den Kasernenton hat auch meine Mutter zu spüren bekommen.



Mein Vater, ein seelisch verwundeter Kriegsheimkehrer. Bedingungsloser Gehorsam hatte er als junger Soldat gelernt und waren für ihm Gesetz. Seine Gefühle? Weggedrillt. Mit Gewalt wollte er mich erziehen und gehorsam einbläuen. Ich erinnere mich an ein Ereignis, das die Beziehung zwischen mir und meinem Vater zu einer Angstbeziehung machte:

Ich hatte lange Zeit keine Schuhe und musste barfuss laufen bis mir mein Vater Sandalen aus Autoreifen machte.

Eines Tages ging ich mit einem Wassereimer zum Tegeler See. Ich wollte meinen Eltern eine Freude machen und habe Krebse gefangen. Hier war fast unter jedem Stein ein Krebs und ich hatte sehr schnell den Eimer voll. Ich ging ganz stolz nach Hause und freute mich auf ein Lob von meiner Mutter. Das Lob blieb aus. Stattdessen fragte sie mich wo ich meine Sandalen gelassen habe. Ich hatte das Gefühl als wenn mir der Boden wegsackte. Ich hatte die Sandalen vergessen und am Tegeler See stehen gelassen. Ich bekam sofort von meiner Mutter eine kräftige Ohrfeige mit den Worten „na warte mal bis dein Vater kommt“. Ich rannte in Panik zum See aber meine Sandalen waren weg.

Vor meinem Vater hatte ich unheimliche Angst. Allein das Warten bis er nach Hause kam versetzte mich in Panik. Als er nach Hause kam versteckte ich mich unter die Betten von meinen Eltern. Das half mir aber nichts. Er schnallte wie jedes Mal seinen Koppel ab und schlug unter das Bett. Ich rutschte zur anderen Seite und er kam nach. Das ging so ein paar mal hin und her bis er mich greifen konnte. Er drückte mich über die Bettkante und prügelte hin wo er traf. Es tat furchtbar weh, aber anscheinend habe ich nicht genug geweint, denn meine Mutter sagte zu ihm, „der merkt ja gar nichts du musst ihm die Hosen herunter ziehen“. Das tat mein Vater dann auch und ich flehte meinem Vater an aufzuhören. Aber er hörte nicht auf und ich glaubte er schlägt mich tot.

Später ließen die Schläge nach. Dafür drohten sie mir mit den Worten „du kommst ins Heim“.

Filzige Pullover und Kleider aus Vorhängen

Knaben mit kurzen Strickhosen

Betrachtet man Kinderfotos aus der damaligen Zeit, dann fällt auf, wie viele Kinder vom Frühjahr bis in den Herbst hinein barfuss gingen.

Im Winter waren Holzschuhe heiß begehrt. Passende Kinderschuhe waren eine Rarität. Ich erhielt meine Ersten von einer freundlichen Dame des Schweizer Roten Kreuzes und noch heute weiß ich, wo der Lastwagen der Schweizer Helfer mit den Hilfsgütern geparkt war.

Leibchen und Betrügerchen

Unsere Strümpfe waren handgestrickt, kratzten fürchterlich und waren mit Strapsen an einem selbstgefertigten Leibchen befestigt. Die Hosen - meist selbst genäht - aus kratzigen Militärdecken und oft mit Rübensaft umgefärbt. Das Hemd, meist zu groß mit einem falschen Kragen und Stulpen, die aus dem Rückenteil herausgeschnitten worden waren. An Stelle dieses fehlenden Rückenteils waren so genannte "Betrügerchen" eingesetzt - irgendein Stück Leinen von einem alten Bettuch oder ähnliches.

Kratzende und recycelte Wollpullover

Stricken und Häkeln waren groß in Mode. Unsere Mütter trennten mühsam alte Pullover auf, wickelten die Wolle um eine Stuhllehne, danach angefeuchtet auf eine Flasche, bevor sie zu Knäueln aufgerollt wurde. Die einzelnen Fäden wurden aneinander geknotet. Auch die schicksten Wollpullover waren eine kratzige Angelegenheit.

Vorhänge und Fallschirme als Kleiderstoff

Selbstgefertigte Kleider aus alten Vorhängen, Wolldecken, Fallschirmen und was der Haushalt noch so hergab, waren an der Tagesordnung. Letztlich waren es der Einfallsreichtum und die Geschicklichkeit von Müttern, Großmüttern, Tanten oder einer hilfreichen Nachbarin, die uns halbwegs angemessen über den Winter brachten.

Aufwändiges Wäschewaschen

Ein weiteres Problem war die Heizung. Heizmaterial war knapp, Kohlenklau an der Tagesordnung. In Großstädten wurden ganze Parks abgeholzt, in Bamberg wurde das Parkett des Stadttheaters verheizt. Durch die in Deutschland herrschende Kohlenknappheit kam es immer wieder zu Stromsperren und Stromausfall. Heißes Wasser war ein Luxus. Das führte in der Regel dazu, dass wir Kinder meist nur einmal in der Woche gebadet wurden - in irgendeiner Zink- oder Holzbadewanne - und zwar alle Kinder der Familie in einer Wasserfüllung. Wäsche musste sehr sorgsam behandelt werden, weil das Wäschewaschen sehr aufwändig war.

**Unterernährt ; Konzentrationsschwäche (es gibt Schulspeisung)
Schulspeisung gegen Mangelernährung**



16 Eier und 12,2 kg Fleisch im Jahr !

Vielen hunderttausende von Kindern haben den Krieg und den Nachkrieg traumatisch miterlebt, vor allem in den großen Städten. Erst die Hitlerverehrung, die persönliche Verschickung in die Naziideologie, dann Bombenangriffe, Flucht, Hunger, Kälte und Angst.

Unmittelbar nach der Besetzung durch die Alliierten gab es fast überall Ausgehverbote und Sperrstunden. Danach wurden die Häuserreste zu gefährlichen Spielplätzen. Oft kam es zu schrecklichen Unfällen. 1946 sah die Jahresration (!) eines Erwachsenen in der US-Zone folgendermaßen aus: 98,8 kg Brot, 12,2 kg Fleisch, 35,5 Liter entrahmte Milch, 16 Eier, 2,5 kg Zucker, 154 kg Kartoffeln, 1,2 kg Sauerkraut und 1 Liter Wein. Kein Wunder, dass alles Essbare wie Löwenzahn, Brennesseln, Eicheln und Geißfußblätter, Krähen, Eichhörnchen, teilweise auch herrenlose Hunde und Katzen zu Nahrung verarbeitet wurden. Obwohl sehr schlecht versorgt, mussten auch die Kinder auf den Trümmerfeldern oder beim Aufbau von Schulen helfen.

Zu dieser Generation der Kriegs- und Trümmerkinder gehört fast unsere ganze politische und gesellschaftliche Elite an. Namhafte Politiker wie Helmut Kohl, Theo Waigel und Norbert Blüm, sowie die nächste Generation wie Gerhard Schröder und Joschka Fischer wurden durch diese Erlebnisse geprägt.

Allen gemein sind die seelischen Verwundungen. Da diese nicht quantifizierbar, nicht greifbar sind, waren sie bisher kaum ein Thema.

Not und Elend im Nachkriegsdeutschland

Nach Kriegsende nimmt die Not im viergeteilten Deutschland immer mehr zu. Auf der Potsdamer Konferenz im Juli 1945 legen die Siegermächte "das unbedingt notwendige Minimum" fest, um die "Verbreitung von Epidemien und Aufständen" zu verhindern: eine tägliche Nahrungsration mit 1.500 Kalorien. Bald zeigt sich, dass die Vorgabe nicht eingehalten werden kann. In der britischen Zone müssen sich die Menschen mit 1.050 Kalorien begnügen und amerikanische Besatzungsoffiziere melden an General Eisenhower,

dass in ihrer Zone die durchschnittliche Nahrungsmenge ein Drittel unter dem Minimum bleibt. Die französische Zone, die einen hohen Landwirtschaftsanteil aufweist und vom Krieg weitgehend verschont geblieben ist, wäre am ehesten in der Lage, den Bedarf ihrer Bewohner zu decken. Doch da in Frankreich die Menschen selbst hungern, plündern die Besatzungstruppen die französische Zone rücksichtslos aus. Die Deutschen bekommen weder Zucker noch Fett, die tägliche Brotration wird auf 120 Gramm reduziert, und die durchschnittliche Kalorienmenge sinkt auf 810 Gramm pro Tag. Zum Vergleich: In der selben Zeit verfügen die Menschen in den USA über 3.300, in den Niederlanden über 2.350 und in der Schweiz über 2.600 Kalorien.

1947, als ganz Europa unter Kohlenot leidet, werden in den Westzonen zumindest die Bergleute besser versorgt. Um die Kohleförderung anzukurbeln, erhalten sie eine Lebensmittelration von 3.000 Kalorien und besondere Förderprämien: Monatlich können sich die Kumpel ein Kilo Speck, ein Pfund Zucker, zwei Flaschen Schnaps und 100 Zigaretten hinzuverdienen.

Wertmaßstäbe, wie sie die Deutschen noch vor Kriegsende kannten, gibt es nicht mehr. Die Suche nach Nahrung wird zur Hauptbeschäftigung der Menschen: Zwei Kilogramm Butter bei einer Hamsterfahrt aufs Land aufzutreiben und sie Stückchenweise zu verkaufen, bringt 1945/46 mehr ein als eine Woche Arbeit in einem Bergwerk. Für eine Eisenbahnfahrkarte von München nach Frankfurt muss man 44 Mark bezahlen - so viel kosten 100 Gramm Butter oder fünf amerikanische Zigaretten. Zwar ist jedes Fraternisieren mit den Besatzungssoldaten verboten, doch die Bezahlung in Schokolade treibt so manche Deutsche in die Prostitution.

Ziel des von dem US-Kommunisten Harry Dexter White konzipierten Morgenthau-Plans war es gewesen,

aus Deutschland ein Agrarland zu machen. Diesen Gedanken gibt die US-Führung zwar auf, doch die Industriekapazität Deutschlands wird radikal beschränkt. Am 6. Januar 1946 wird ein Plan beschlossen, der Deutschlands Stahlproduktion auf 5.800.000 Tonnen begrenzt, also auf ein Drittel der Erzeugung des Jahres 1936.

Berlin ist so zerstört, dass alliierte Spezialisten 1945 ausrechnen, das Abtragen der Ruinen werde 16 Jahre lang dauern. Die Bombardements und die Demontagen haben das Industriepotenzial der Stadt um 85 Prozent vermindert. Die Russen haben bereits im April 1945 mit der Demontage von Fabriken begonnen. Aus Ostdeutschland rollen lange, beutebeladene Züge in Richtung Sowjetunion. Am Ende folgen ihnen die Schienen selbst. Ein Beispiel: Von den 36 Bahnlinien, die zum Hauptbahnhof Leipzig führen, bleibt eine einzige erhalten. Insgesamt werden die rund 18.000 Kilometer Schienenstränge in der sowjetischen Besatzungszone auf 6.000 reduziert. Auch Kulturgüter werden abtransportiert. So muss allein die Gemäldegalerie Dresden, denen Schätze vor dem verheerenden Bombenangriff im Februar 1945 gerettet worden waren, fast 1.700 Bilder abgeben, darunter 24 von Dycks und 17 Rembrandts.

In der Berliner Kommandantur kommt es zum Streit, als die Westmächte fordern, man müsse Berlin mit landwirtschaftlichen Erzeugnissen aus den Ostprovinzen ernähren und mit schlesischer Kohle beheizen. Russland beharrt auf der Position, die schlesischen Kohlegruben gehörten nun zu Polen und die landwirtschaftliche Produktion reiche nicht aus, Berlin zu beliefern. Vorsorglich lässt der Berliner Bürgermeister im Herbst 1945 vor dem Hartwerden des Bodens Tausende Gräber ausheben. Schließlich geben die Amerikaner nach und retten die Berliner Bevölkerung vor dem Verhungern.

Deutschland zur Jahreswende 1945/46:

- Ein Viertel des Territoriums ist verloren.
- 40 Prozent der Häuser in den Städten sind zerstört.
- Die Währung ist auf den Nullpunkt gesunken.
- Die Aussichten sind düster. Falls die Alliierten an ihren Industriep länen festhalten, bekommt jeder Deutsche künftig einen Teller jährlich, alle drei Jahre ein paar Schuhe, alle vier Jahre ein paar Strümpfe, alle fünf Jahre eine Zahnbürste, alle zehn Jahre ein Hemd, alle 40 Jahre einen Anzug und alle 150 Jahre eine Waschmaschine. Jedes zweite Kind erhielt keine Wiege, ein Toter von dreien müsste ohne Sarg beerdigt werden.
- Moralisch und gesundheitlich verfällt Deutschland zusehends. Der amerikanische Gesundheitsdienst meldet, dass 10 Prozent - in manchen Orten bis zu 30 Prozent - der Frauen zwischen 15 und 45 Jahren geschlechtskrank sind. Regelrechte Kämpfe um Lebensmittel sind an der Tagesordnung. Flucht, Vertreibung und Gefangenschaft haben die deutsche Familie in ihrer traditionellen Organisationsform oft aufgelöst. Viele Jugendliche irren als Voll- oder Halbwaisen umher und halten sich als Kleinkriminelle und Schwarzhändler über Wasser.
- Gegenüber dem Vorjahr hat die Sterblichkeitsquote um 50 Prozent zugenommen, die Kindersterblichkeit um 100 Prozent.

Doch es gibt Beobachter, die bereits einen Wiederaufstieg Deutschlands voraussagen. So schreibt der amerikanische Journalist Joseph Purtell im Herbst 1945: "Oberflächlich gesehen sind die deutschen Städte tot, aber 70 Prozent der Industriekapazität sind noch intakt, und die Energie und Entschlossenheit der Deutschen nach fünf Kriegsjahren ist bewundernswert" (zit. nach Cartier, Raymond. Nach dem Zweiten Weltkrieg. München: Piper, 1976, S.57).

Monate der Not

Trotz des schnellen Einsatzes und der steigenden Leistung der Luftbrücke herrscht in West-Berlin materielle Not: Lebensmittel bleiben streng rationiert, Betriebe werden stillgelegt. Die Arbeitslosenzahl steigt vom Juni 1948 bis Mai 1949 um 250 Prozent, fast 15 Prozent der erwerbstätigen Bevölkerung ist arbeitslos. Mit trockenem Humor setzen sich die Berliner über die Einschränkungen des Alltags hinweg. "Bei Gott, die beste Blockade taugt nichts, aber wenn schon Blockade, dann lieber von den Russen blockiert werden und von den 'Amis' ernährt. Stellt euch vor, es wäre umgekehrt."



Die meisten Lebensmittel, die über die Luftbrücke nach Berlin gelangen, sind Trockenkost. Kartoffeln gehören zu den beliebtesten Grundnahrungsmitteln der Berliner. Der tägliche Bedarf vor der Blockade lag bei 900 Tonnen, zuviel für die schmale Luftbrücke. Entwässerte Kartoffeln entlasten die Luftbrücke, da sie bis zu 40 Prozent leichter sind und weniger Frachtraum beanspruchten.

Als "ausgezeichnetes Produkt", so die etwas euphorische Beurteilung eines britischen Beamten, schätzen die Berliner das britische Kartoffelpulver "POM". Mark Arnold-Foster,

der als Journalist im blockierten Berlin arbeitet, ist anderer Ansicht: "Niemand, der diese Zeit durchlebt hat, wird beabsichtigen, je einmal wieder Trockenkartoffeln zu essen". Sarkastisch ist die Stellungnahme einer Berlinerin: "Lieber "POM" als "Frau komm!", dichtet sie in Erinnerung an die zahlreichen Vergewaltigungen durch Soldaten der sowjetischen Truppen in Berlin 1945.

Nicht nur Kartoffeln, sondern auch Milch, Gemüse und Obst werden "entwässert" als Trockenkost geliefert. Das Gewicht einer durchschnittlichen Tagesration von etwa 2.000 Kalorien kann so auf 600 Gramm vermindert werden. Die Trockenkost hat allerdings den Nachteil, dass ihr Vitamine entzogen waren. Die Berliner sind gezwungen, Vitamintabletten und Lebertran zusätzlich zu sich nehmen. Ein Sättigungsgefühl stellt sich kaum ein, da Fülle und Ballaststoffe fehlten. Fleisch gibt es fast ausschließlich in Dosen, allerdings meistens nicht ausreichend. Den Eiweißbedarf mussten die Berliner in Form von Trockenei decken, ein Lebensmittel mit hohem Kalorienwert - im Verhältnis zu Größe und Gewicht.



Strom für vier Stunden

Lebensmittel machen insgesamt nur 24 Prozent der Luftfracht aus. 65 Prozent der Lieferungen sind Kohle. Trotzdem müssen die Berliner erhebliche Einschränkungen hinnehmen. Brennstoffe für den privaten Bedarf sind besonders knapp. Statt der geplanten 220.000 Tonnen Hausbrandkohle werden im Winter 1948/49 nur etwa 30.000 Tonnen über die Luftbrücke transportiert. Die meisten West-Berliner frieren. Der Stromverbrauch wird drastisch gedrosselt. Nur zwei Stunden am Tage und zwei Stunden während der Nacht erhalten private Haushalte Strom.

Oberbürgermeister Ernst Reuter richtet dramatische Sparappelle an die Bevölkerung: "In dieser Zeit müssen wir eiserne, ruhige Entschlossenheit bewahren, und wir müssen alle mit unseren Vorräten so sparsam umgehen, wie es irgend möglich ist. Jede Kilowattstunde Strom, jeder Kubikmeter Gas und jeder Liter Wasser, der unnötig aus unseren Leitungen entnommen wird, kostet Kohle. Neue Kohle kann aber nur auf dem Luftwege kommen. Wir müssen darum in dieser Zeit der Entscheidungen sparen. Wir dürfen unter keinen Umständen den Urhebern der Blockade die Möglichkeit geben, über uns zu triumphieren. Je sparsamer wir freiwillig mit unseren Vorräten umgehen, um so eher wird es möglich sein, die Aufhebung dieser Befehle durchzusetzen."

Wiederaufbau des Kraftwerks West

Die Stromerzeugung wäre allerdings selbst dann begrenzt gewesen, wenn die Möglichkeit bestanden hätte, Kohle in beliebiger Menge nach Berlin zu bringen. Nach Krieg und Demontagen verfügt West-Berlin nur über geringe Kraftwerkskapazitäten.

Der Wiederaufbau des Kraftwerkes West, kurz vor der Blockade beschlossen, wird energisch vorangetrieben. Fast die ganze Einrichtung des Werkes muss aus Westdeutschland geliefert werden, da auch die Berliner Großindustrie durch die Kriegsfolgen stark zerstört ist.

Über die Luftbrücke werden insgesamt 1.500 Tonnen Turbinen- und Kesselteile nach Berlin geflogen. Sogenannte "Fliegenden Güterwagen" oder "Fliegende Koffer" vom Typ C-82 mit geräumigen Laderäumen setzen die Alliierten dafür ein. Große sperrige Stücke, vor allem die Kesselteile, müssen dennoch für den Lufttransport zerschnitten und auf der Baustelle wieder zusammengesweißt werden. Nach 20-monatiger Bauzeit, während der zeitweise 2.000 Mann in Tag- und Nachtschichten auf der Baustelle arbeiten, kann am 1. Dezember 1949 Oberbürgermeister Reuter die ersten Maschinen im wiederaufgebauten Kraftwerk in Betrieb setzen.

Notbehelfe vom Speicher

"Trotz Verdunkelung - Wir Berliner bleiben helle" ist die Devise, nach der die Berliner den Mangel des täglichen Lebens überwinden wollen. Die Menschen durchsuchen Keller und Speicher nach Geräten, die auch ohne elektrischen Strom funktionieren. So werden beispielsweise wieder Zahnbohrer in Zahnarztpraxen aufgestellt, die per Fuß mit einem Pedal angetrieben werden. Jahrzehnte lang hatten sie auf Speichern ihren Dornröschenschlaf gehalten. Auch Kerzenlicht und Petroleumlampen erleben während der Stromsperre ihre Renaissance. Batteriebetriebene Detektorapparate, die mit Kristallen als Gleichrichter arbeiteten und elektromagnetische in mechanische Wellen verwandeln, ermöglichen den Rundfunkempfang ohne Stromversorgung. Trotz der materiellen Not,

trotz Lebensmittelrationierung, einseitiger Ernährung, Strommangel und Kälte halten die Berliner durch. Sie widerstehen den Lockungen und Drohungen aus Ost-Berlin und betonen immer wieder in großen Kundgebungen ihren Freiheitswillen.

US-General Clay bescheinigt den Berlinern, dass "die Luftbrücke keinen Erfolg gehabt hätte, wenn die Berliner Bevölkerung unter der tüchtigen Führung ihres Magistrats nicht so standhaft gewesen wäre... Ihrer normalen wirtschaftlichen Möglichkeiten beraubt und einem langen Winter ohne Wärme in ihren Wohnungen trotzend, wurden weder sie noch ihre führenden Männer einen Augenblick in ihrem Entschluss, frei zu bleiben, schwankend... Wir dürfen damit rechnen, dass Berlin seine Freiheit nie wieder aufgibt, dass es vielmehr berufen ist, die Führung in einer neuen, der Sache der Freiheit gewidmeten Deutschland zu übernehmen."

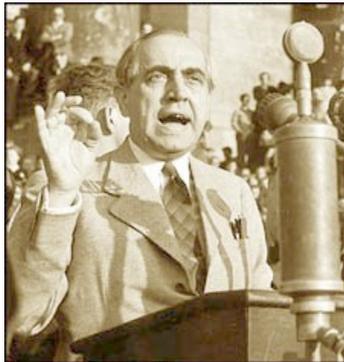
Symbol der Solidarität

Am 12. Mai 1949 hebt die Sowjetunion die Sperrung der Zufahrtswege nach Berlin auf. Die Blockade ist gescheitert: Sie verhindert nicht die Gründung eines Weststaates, sondern beschleunigt sie geradezu. Die Sowjetunion setzt ihre Ziele - Verhinderung des Weststaates und Eingliederung West-Berlins in den sowjetischen Machtbereich - nicht durch. Die Stellung der Amerikaner als westliche Führungsmacht wird gefestigt. Gleichzeitig fördert die Luftbrücke den antikommunistischen Konsens in Westdeutschland, Westeuropa und den Vereinigten Staaten.

Das Verhältnis zwischen den Deutschen und den westlichen Besatzungsmächten ändert sich grundlegend. Aus Besatzungsmächten werden Schutzmächte. Die stellvertretende Berliner Bürgermeisterin Luise Schröder: "Wenn die Männer Berlins die Luftbrücke als ein technisches Wunder angesehen haben, so war sie uns Frauen mehr.

Es war für uns ein Symbol für Krieg und Frieden, dass dieselben Flugzeuge, die uns jahrelang in Angst und Schrecken versetzten, nunmehr unsere Ernährung und notwendigste Versorgung sicherstellten".

Eindrucksvoll dokumentiert diesen Wandel vom Kriegsgegner zur Schutzmacht das Logbuch eines RAF-Piloten: Lieutenant Smith flog am 4.7.1948 mit einer York von Wunstorf nach Gatow und gehörte damit zur ersten Staffel der viermotorigen York, die während der Luftbrücke eingesetzt wurde. In demselben Logbuch stehen wenige Seiten vorher Eintragungen, die auf Luftgefechte zwischen Briten und Deutschen in den Kriegsjahren 1943 und 1944 hinweisen.



Ernst Reuter

Ihr Völker der Welt, Ihr Völker in Amerika, in England, in Frankreich, in Italien, schaut auf diese Stadt und erkennt, dass Ihr diese Stadt und dieses Volk nicht preisgeben dürft, nicht preisgeben könnt! Es gibt nur eine Möglichkeit für uns alle: gemeinsam so lange zusammen zu stehen, bis dieser Kampf gewonnen, bis dieser Kampf endlich durch den Sieg über die Feinde, durch den Sieg über die Macht der Finsternis besiegt ist.

Als ich 7 Jahre war wurde meine Schwester geboren.

Mein Leben änderte sich schlagartig. Ich war der große Bruder und hatte auf meine kleine Schwester aufzupassen. Der Wunschtraum eines Kindes mit seinen Freunden spielen zu dürfen war vorbei. Erst kam meine Pflicht als großer Bruder. Das hieß auf meine Schwester aufzupassen wenn meine Mutter unterwegs war. Oder nach der Schule mit dem Kinderwagen spazieren zu gehen war meine tägliche Pflichtübung.



Ich erinnere mich noch an Silvester 1949/50. Meine Elter waren zur Silvesterfeier und ich war mit meiner Schwester allein. Ich war 9 Jahre und meine Schwester 2 Jahre alt. Wir standen am Fenster in 4. Stock und sahen das erste Mal wie die Leute auf der Straße knallten und Raketen zum Himmel hochschossen. Zuerst hatte ich angst und verkroch mich mit meiner Schwester unter den Betten. Erlebnisse der Bombennächte wurden wach. Erst nach einer ganzen Weile wurde ich mutig und wir sahen dem Treiben auf der Straße zu.

Mit 9 Jahre alleine mit meiner Schwester von Berlin nach Töpchin gefahren.

Meine Schwester war erst 2 Jahre und ich (9) sollte mit ihr zu meiner Oma nach Töpchin fahren. Ich wollte nicht. Ich sagte zu meiner Mutter „Oma haut immer mit dem Pantoffel und ich weis gar nicht wie ich da hin kommen soll“. Meine Mutter beschwichtigte mich und sagte „ du bist doch schon ein großer Junge und du bist doch schon zwei mal zur Oma mitgekommen“. Dann versuchte sie mir die Fahrt so zu erklären. „Sieh mal, du fährst mit dem Bus bis Tegel, steigst in die S-Bahn um und fährst bis zur Wollankstr. Dort steigst du um und fährst bis Königswusterhausen. In Königswusterhausen steigst du in den Bummelzug und fährst direkt bis zur Oma nach Töpchin“. Ich verstand gar nichts, aber meine Mutter meinte es ernst. Ein par Tage später war es soweit. Sie erklärte mir noch einmal wie ich fahren muss und gab mir einen Zettel mit. Den sollte ich zeigen wenn ich nicht mehr weiterwusste. Ich weis nicht wie, aber ich bin tatsächlich richtig gefahren. Erst auf dem Bahnhof in Töpchin musste ich jemanden fragen wie ich zu meine Oma hinkomme. Wir wurden von ihr mit den Worten begrüßt „na da seid ihr ja“. Meine Oma war eine sehr hartherzige Frau. Wahrscheinlich war das auf dem Land so üblich und bei der Erziehung ihrer 5 Jungs auch nötig. Ich hatte jedenfalls Angst vor ihr und war nicht gern hier.

Ich suchte nicht ihre Nähe und wenn ich sie sah, versuchte ich mich mit meiner Schwester zu verdrücken. Wir stromerten auf dem Land herum. Hinter dem Gehöft war ein kleiner Hügel mit Birken. Für mich war die Umgebung eine reine Fundgrube.

Patronenhülsen, Granatsplitter und anderes Kriegsgerät lag herum. Hinter dem Hügel war Sperrgebiet. Übungsplatz für die russische Armee. Die Panzer und das Donnern der Kanonen erinnerte mich wieder an die Bombennächte in Berlin und die Angst stieg wieder in mir auf. Ich wollte nach Hause zu meine Mami. Aber ich habe nicht gewagt davon zu sprechen. Ich wollte für meine Mutter ein lieber Sohn sein der klaglos die Erwachsenenrolle durch steht.

Ich habe versucht meiner Mutter immer ein guter Sohn zu sein. Ich konnte mich anstrengen wie ich wollte, ich konnte es ihr nie recht machen. So habe ich immer um die Leibe meiner Mutter gekämpft, mit wenig Erfolg und im Alter hat sie mich entgültig fallen lassen.

Trauma

Ein Trauma (griechisch: Wunde) ist ein Ereignis, das den Menschen in seiner Entsetzlichkeit überwältigt und seelisch verletzt. Kriegserlebnisse können ebenso Traumata auslösen wie Naturkatastrophen, Gewalt, Folter oder Missbrauch.

Mit einer gewissen Zeitverzögerung, manchmal sogar erst Jahre später kann sich eine posttraumatische Belastungsstörung entwickeln. Sie geht mit körperlichen und seelischen Beschwerden einher. Die Traumatisierten erleben die Schrecken immer wieder, haben Alpträume und Schlafstörungen, werden depressiv, greifen zur Flasche oder zu Tabletten, sind reizbar, fühlen sich schuldig, stumpfen emotional ab und haben Schwierigkeiten, Bindungen zu anderen Menschen einzugehen.

Ein Trauma ist keine Krankheit, sondern eine normale Reaktion auf ein außergewöhnliches Erlebnis. In etwa der Hälfte der Fälle gelingt es den Betroffenen, das Erlebte ohne professionelle Hilfe zu bewältigen. Klingen die beschriebenen Symptome aber auch nach mehreren Monaten nicht ab, hat sich wahrscheinlich eine posttraumatische Belastungsstörung entwickelt. Dann kann eine psychotherapeutische Behandlung ratsam sein.

Sie soll den Betroffenen helfen, das Erlebte auszusprechen, die Erinnerungen verarbeiten und in die Lebensgeschichte einzuordnen und mit den damit verbundenen Ängsten und Gefühlen umgehen zu lernen.

Man funktionierte, wollte die Eltern, die schon genug zu tun hatten, nicht belasten. Man war brav, um ihren Kummer nicht noch zu verstärken. Die eigenen Gefühle? "Verdrängt." Später, oft Jahrzehnte später, kommen die Magenschmerzen, Migräne, unerklärliche depressive Verstimmungen, Ängste, die schon bei Flugzeug- oder Sirengeräuschen, in das Bewusstsein brechen, Panik - fast alle kennen das.

Ich habe verdrängt, um zu leben. Jetzt bin ich erschöpft vom Schweigen. "die Wunden der Seele lassen sich nicht verbinden".

Heute frage ich mich, warum ich so lange geschwiegen habe? Wollte oder durfte ich nicht darüber reden? Beides. Ich hatte Mitgefühl mit meiner Mutter. Sie erzählte immer wie furchtbar es für Sie war ohne dabei zu berücksichtigen, dass ich alles miterlebt habe.

Schicksalhafte Einzelheiten bleiben aus und Ihre Erzählungen enden meistens mit Lobeshymnen für die Zeit unter Hitler und das es kaum Kriminalität und Vergewaltigungen gab.

Die Frauen konnten ohne Angst nachts auf die Straße gehen.

Meine Mutter gönnt sich auch heute noch kein Mitgefühl mit mir. Das Grauen hatte ja seinen Ausgang von ihrer eigenen Regierung genommen, der die Eltern jahrelang zugejubelt hatten oder gegen die sie zumindest nicht protestiert haben.

Verdrängte Leiden Kindheitstrauma mit Folgen

Es ist furchtbar, Vater, Mutter oder auch Geschwister zu verlieren. Aber wie schlimm ist es, all diese traumatischen Erlebnisse verdrängen zu müssen? Kriegskinder leiden oft still und ungehört. Erst in späten Jahren wird sich so mancher über die Erlebnisse und deren Folgen bewusst. Viele Menschen brauchen hierfür professionelle Hilfe.

Menschen, die zwischen 1935 und 1945 geboren wurden, werden die Generation der Kriegskinder genannt. Bei vielen von ihnen lebt der Schrecken der Kriegserlebnisse fort. Neuere Studien gehen davon aus, dass rund 20 Prozent dieser Generation bis heute an seelischen und körperlichen Folgen leiden.

Doch erst jetzt, 60 Jahre nach Ende des Zweiten Weltkrieges, beginnen Experten verschiedener Fachrichtungen, das ganze Ausmaß der Tragödie der damals rund 13 Millionen Kriegskinder wahrzunehmen. Schätzungen zu Folge wuchsen etwa 20 bis 25 Prozent der damaligen Kinder unter dauerhaft geschädigten familiären, sozialen und materiellen Bedingungen auf.

Einfach nur funktionieren

Kriegskinder konnten meist nur überleben, indem sie ihre Gefühle und Erinnerungen unterdrückten.

Eine Möglichkeit, das Erlebte zu verarbeiten oder den Verlust von Bezugspersonen, von Heimat, Sicherheit und Geborgenheit zu betrauern, gab es nicht. Eltern, Verwandte und Freunde waren zu sehr mit dem eigenen Leid beschäftigt. Außerdem, so hoffte man, würden die Kinder schnell vergessen. Es galt nach vorne zu schauen, zu funktionieren, ein neues Leben aufzubauen.

Noch heute leiden viele Menschen unter ihrer Kriegskindheit voller Angst und Einsamkeit.

Viele Kriegskinder haben dadurch die Erlebnisse abgespalten oder verdrängt. Die Langzeitfolgen der frühen Traumatisierungen zeigen sich bei vielen Betroffenen heute oftmals in "posttraumatischen Belastungsstörungen". Unerklärliche Schwindelanfälle, Herzrasen, Angststörungen, Panikattacken und Depressionen können Symptome dafür sein. Häufig treten sie erst im Alter auf. Die Beschwerden können über Jahre andauern und bei den Betroffenen zu lebenslangen Beeinträchtigungen führen.

Auswirkungen auf Generationen

Hinzu kommt: Wer einst Hunger, Durst und Kälte erleben musste, hat häufig auch das Gespür für den eigenen Körper verloren. So nehmen Männer dieser Generation meist keine Rücksicht auf ihren Körper und suchen seltener den Arzt auf. Auch Frauen spüren die Bedürfnisse ihres Körpers oft nicht. Sie verwöhnen sich seltener und können schlecht Hilfe annehmen.

Die traumatischen Erlebnisse des Zweiten Weltkrieges haben nicht nur das Leben der Kriegskinder beeinflusst. Sie prägen häufig auch das Leben der nachfolgenden Generationen. Studien zeigten beispielsweise, dass Menschen, die lange nach dem Krieg geboren wurden, von den Kriegserlebnissen ihrer Eltern träumen. Das beschreibt auch die Autorin „Irina von Thorma“ in ihrem Buch „Nachkriegskinder von nirgendwo“. Ob die Traumatisierungen von Opferfamilien oder die Schuld von Täterfamilien, auch die Kinder tragen an der Last ihrer Vorfahren.

Hilfe und Selbsthilfe

Die Behandlungsmethoden reichen von stationärer und ambulanter Psychotherapie über spezielle Traumatherapien bis zu Trauerarbeit beim Verlust von Familienangehörigen. Auch schreiben kann den Betroffenen helfen. Manche Verfassen eine Autobiografie für die Familie oder lesen geeignete Literatur. So schaffen sie es oft, den Kriege zu verstehen und die traumatischen Erlebnisse zu verarbeiten.

Für die Betroffenen kann dies befreiend und entlastend wirken und den nötigen Raum öffnen, sich - wenn auch spät - dem eigenen Leben zuzuwenden. Wer es heute schafft, sein Trauma zu bewältigen, hat zudem die Chance, einen Teil seiner verlorenen Kindheit nachzuholen, so die Meinung der Experten.

Auf der Flucht verloren:

Das falsche Kind mitgenommen

Wie viele Kinder auf der Flucht der Deutschen vor der Roten Armee 1944 und 1945 verloren gingen, weiß niemand. Auch 60 Jahre nach Kriegsende wissen einige noch nicht, wer ihre wirklichen Eltern sind. Der Fall von Stanislaw-Hans und Jerzy-Rainer zeigt, wie inzwischen deutsch-polnische Familien entstanden sind.

"Als ich 13 war, kamen sie in meine Schule. Milizionäre in Uniform. Wie einen Verbrecher führten sie mich ab: 'Du bist Deutscher', sagten sie. 'Du musst jetzt in Deine Heimat!' Das war ein Schock. Ich war in Polen aufgewachsen und hatte keine Ahnung, dass meine Mutter mich 1945 auf der Flucht verloren hatte." Stanislaw Loskiewicz steht auf der Terrasse seines Hauses am Stadtrand von Warschau. Ein freundlicher älterer Herr, 63 Jahre alt, schlank, mit hoher Stirn und lustigen Augen hinter einer hellen Brille.

"Mein jüngerer Bruder lebte damals in Danzig. Doch wir wussten nichts voneinander." Loskiewicz geht zurück ins Haus. Auf dem Wohnzimmertisch liegt eine pergamentfarbene Papprolle, die er vorsichtig glatt streicht: "Das ist mein Stammbaum", sagt er trocken. Dann legt er den Zeigefinger auf das kleine Kästchen ganz unten in der Mitte: "Hier. Das bin ich: Hans Friedrich Paetzold, geboren 1942 in Celbowo, Polen, vor dem Ersten Weltkrieg Zelbau in Westpreußen."

Neue Heimat in Polen gefunden

Wie viele Kinder auf der Flucht der Deutschen vor der Roten Armee 1944 und 1945 verloren gingen, weiß niemand. Hunderte? Tausende? Die meisten kamen in ein Waisenhaus, erhielten einen neuen Namen und wurden irgendwann adoptiert. Sie vergaßen ihre Sprache, die Eltern und Geschwister, das alte Zuhause. Manchmal, ganz selten, gelang es den Eltern nach jahrelangem Suchen, ihre Kinder wieder zu finden. Doch oft wollten diese dann nicht mehr zurück. Sie hatten eine neue Heimat gefunden, neue Eltern, Liebe und Zuwendung. Auch Hans Paetzold wollte mit 13 von seiner tatsächlichen Familie nichts mehr wissen. Seit er denken konnte, hieß er Stanislaw Loskiewicz. Er war nicht Deutscher. Er war Pole. Nur das R konnte er nicht rollen.

Im Februar 1945, als immer mehr Flüchtlinge aus Ostpreußen auf dem Gut der Paetzolds in Celbowo bei Danzig Rast machten, packte auch die junge Elisabeth Paetzold ihren großen Rucksack. Die Rote Armee rückte immer näher. Doch ihr Vater war gegen die Flucht. Wenn das Flugzeug abstürzen würde, das sie und ihre vier Kinder rausbringen sollte, wären alle tot. Wohin sollte dann Heinrich zurückkehren, der noch Ende 1944 zur Wehrmacht einberufen worden war? Die junge Frau beugte sich, ließ den dreijährigen Hans und den Säugling Rainer in der Obhut der Eltern und floh mit Klaus (7) und Wolf (5) nach Lüneburg.

Doch ihr Plan, mit dem Schiff von Swinemünde zurück nach Danzig zu fahren, um die Kleinen zu holen, ging in einem Bombenhagel unter. Mitte März sanken die Schiffe im Hafen. Damit war der Rückweg abgeschnitten.

Von Waisenhaus-Leiterin adoptiert

„Als die Russen nach Celbowo kamen, haben sie Oma, Opa und uns Kinder auf die Straße gesetzt“, erzählt Loskiewicz. "Wir waren ja nicht nur Deutsche, sondern auch noch Gutsbesitzer, also Klassenfeinde." Die beiden alten Leute starben wenige Monate später, die Kinder kamen ins Waisenhaus nach Zoppot. Rainer, der Säugling, wurde als erstes adoptiert. "Als das Ehepaar meinen kleinen Bruder mitnahm, muss ich furchtbar gebrüllt haben", meint Loskiewicz. Jadwiga habe ihm das erzählt, seine spätere Adoptivmutter. Sie war damals Leiterin des Waisenhauses. Als der dreijährige Hans mit dem blonden Wuschelhaar sich zunehmend verschließt, aufhört zu sprechen und seinen Kopf gegen die Wand schlägt, nimmt Jadwiga Loskiewicz den Kleinen zu sich.

In Westdeutschland setzt derweil Elisabeth alle Hebel in Bewegung, um zurück nach Polen zu kommen. Sie will ihre jüngeren Söhne holen. Doch die polnische Militärmission in Berlin verweigert ihr die Einreise. "Verlorene Kinder" sind für sie keine dringender Reisegrund. Die verzweifelte Mutter fährt ohne Papiere über die Grenze - mit einem Heimbringerzug für polnische Zwangsarbeiter. Sie spricht nur gebrochen Polnisch, kann sich kaum verständigen. Als sie nach Tagen endlich vor dem Waisenhaus in Zoppot steht, sind ihre Kinder schon weg. Niemand kann ihr sagen, wer sie mitgenommen hat. Buch wird nicht geführt. Ein kleiner Junge erkennt den dreijährigen Hans auf einem Foto: "Das ist Stas", sagt er. "Tante Jadwiga hat ihn mitgenommen".

Mutter Elisabeth wird verhaftet

Die Heimleiterin hat längst ihren Dienst quittiert. Ähnlich wie die 17 Jahre jüngere Elisabeth hat sie im Osten ihre Familie und das große Gut verloren. Vater und Bruder wurden vor ihren Augen erschossen. Sie selbst kann sich gerade noch retten und will nun ein neues Leben beginnen. Als Elisabeth vor der Tür steht, sieht sie ihr Glück bedroht. Doch sie sagt nichts, gibt den Jungen sogar zurück ins Heim. Elisabeth muss Zeugen beibringen, die das Kind ohne ihr Zutun erkennen, außerdem muss sie 8000 Zloty für die Unterbringungskosten des Jungen bezahlen. Doch Deutsche, die ihr helfen könnten, sind kaum noch da. Die meisten sind längst geflohen oder mit Sammeltransporten über die Grenze gebracht worden. Elisabeth findet den früheren Kutscher und das Kindermädchen, beide Kaschuben, die in Polen bleiben wollen. Sie erkennen den Jungen. Schließlich hat ein Priester Mitleid und leiht der Mutter die 8000 Zloty. Überglücklich holt Elisabeth ihren Sohn aus dem Heim.

"Sie hat mich dann allerdings zurück zu Jadwiga gebracht", erzählt Stanislaw. "Denn es fehlte ja noch Rainer. Sie musste Geld verdienen und meinen jüngeren Bruder suchen. Und Jadwiga liebte mich doch. Meine Mutter hatte Vertrauen zu ihr." Eines Tages - Jadwiga fühlte sich krank und blieb im Bett - ging Elisabeth Milchholen und wurde vor der Haustür verhaftet. Sie konnte gerade noch die Milch abgeben und sich kurz verabschieden. Dann verschwand sie hinter den Gefängnismauern in Danzig. Als sie nach acht Monaten endlich verhört und wieder freigelassen wird, läuft sie von Danzig zurück nach Zoppot, um endlich ihren Sohn wieder in die Arme zu schließen. Doch in der Wohnung leben fremde Menschen, Jadwiga hat die Stadt verlassen und Hans mitgenommen. Niemand kann ihr sagen, wohin sie gefahren ist. In die Berge, heißt es. Der Junge sei schwer krank geworden, Lungen-Tbc.

Wieder von neuem Suchen

Stanislaw-Hans schüttelt den Kopf. Wie ein Puzzle baut er eigene Erinnerungen und fremde Erzählungen zusammen. Manchmal passt ein Teil, manchmal nicht. "Bis heute ist nicht ganz klar, welche Rolle unsere Adoptiveltern bei der Verhaftung unserer Mutter spielten. Jadwiga war ja Heimleiterin, als Rainer adoptiert wurde. Sie kannte das Ehepaar. Der Adoptivvater meines Bruders arbeitete damals bei der Miliz. Vielleicht hatte er seine Hand im Spiel? Aber ich weiß es nicht. "

Nach acht Monaten Gefängnis steht Elisabeth wieder ganz am Anfang. Wo soll sie ihre Kinder suchen? Verzweifelt nimmt sie eine Stelle als Haushälterin bei einer reichen polnischen Familie an. Da bekommt sie einen Tipp. Die Adoptiveltern lassen die Kinder aus dem Waisenhaus oft ein zweites Mal taufen. Sie geht also von Kirche zu Kirche und lässt sich die Taufregister zeigen. Endlich findet sie einen Jungen aus dem Kinderheim, der in der in Frage kommenden Zeit getauft wurde und vom Alter her passen würde. Ob es wirklich Rainer ist, weiß sie nicht. In Celbowo hatte sie ein zehn Monate altes Kind zurückgelassen. Der Junge ist jetzt zweieinhalb Jahre alt. Sie scheinen sich ähnlich zu sein. Als auch der Kutscher und das Kindermädchen den Jungen erkennen, nimmt sie ihn mit. Am 7. Juli 1947 verlässt sie Polen mit einem der letzten Deutschen-Transporte nach Westen.

Nachnamen mehrmals geändert

"Von Deutschland aus lässt sie mich weitersuchen. Erst durch das Rote Kreuz, später beauftragt sie einen Anwalt in Posen. Ich aber weiß von alledem nichts. Jadwiga und ich ziehen nach Warschau." Hier, in den Ruinen der Hauptstadt Polens, suchen sie nach dem Grab der 17-jährigen Nichte Jadwigas. Die Deutschen haben sie 1944 im Warschauer Aufstand erschossen. "Jadwiga war eine große Patriotin", erzählt Stanislaw.

"Im Krieg hat sie immer wieder Kinder gerettet, die die Deutschen als 'rassisch hochwertig' ins Reich geschickt haben. Vielleicht wollte sie nun ein deutsches Kind zu einem Polen machen? Ich weiß es nicht."

Zwei Mal ändert Jadwiga ihren Nachnamen und lässt auch die Geburtsurkunde ihres Adoptivsohnes umschreiben. Dennoch findet der Anwalt 1955 den Jungen. "Wir wurden verhaftet und verhört", erinnert sich Stanislaw. "Doch es gab ja noch keine diplomatischen Beziehungen zwischen unseren Ländern. Ich wollte auch nicht nach Deutschland. Denn was sollte ich da? Meine Mutter und meine Brüder - das waren doch fremde Leute für mich. Noch dazu Deutsche!" Es gehen Briefe hin und her, doch der Junge schreibt kühl, dass sie ihn in Ruhe lassen sollen.

Bruder steht vor der Tür

Das Eis bricht erst, als eines Tages Wolf vor der Türe steht. "Mein Bruder sah damals fast genauso aus wie ich. Ich konnte es kaum fassen. Er war mir auf Anhieb sympathisch." In Stuttgart kommt wenig später noch ein Brief aus Polen an. Aus Danzig diesmal. Die Adoptivmutter von Rainer will Kontakt aufnehmen mit den Paetzolds. In ihrer Ehe kriselt es, und sie will mit dem inzwischen 15-jährigen Jerzy nach Deutschland fahren. Für die Familie ist es ein Schock. Der Junge, den Elisabeth 1947 aus Polen mitgebracht hatte, war gar nicht ihr eigenes Kind. Sie adoptiert den Jungen. Er gehört doch zur Familie.

"Rainer weiß bis heute nicht, wer seine eigentlichen Eltern sind", erzählt Stanislaw. "Wir sind jetzt eben fünf Brüder." Er deutet wieder auf den Stammbaum auf dem Wohnzimmertisch mit den Steffens, Rodenackers, Paetzolds und den polnischen Namen.

"1972 haben wir uns das erste Mal in der Slowakischen Tatra getroffen - meine Mutter, Klaus, Wolf, Rainer, Jerzy-Rainer und ich - Stanislaw-Hans. Ab da waren wir wieder eine große deutsch-polnische Familie. So, wie wir das im Grunde schon immer waren. Nur wussten wir es nicht."

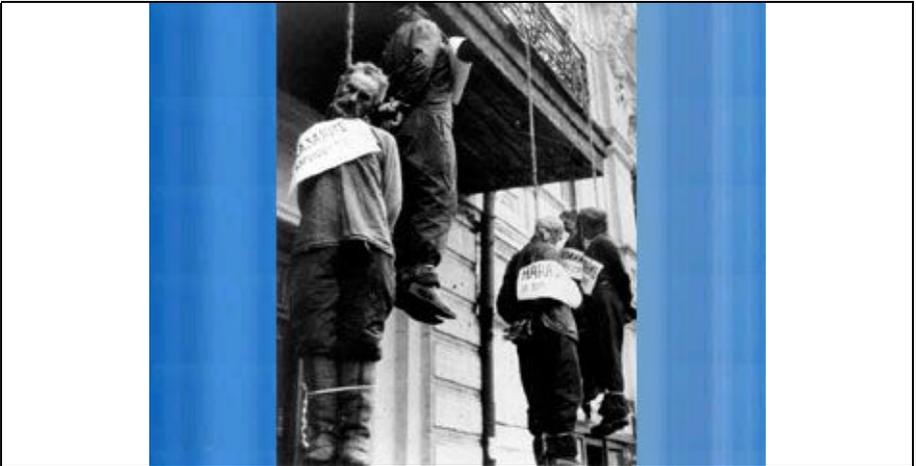
Die letzten Tage zwischen Krieg und Frieden 60 Jahre Kriegsende

Die Woche zwischen dem 1. und dem 8. Mai 1945 gehört zu den dramatischsten des Zweiten Weltkriegs.



Zu den Tausenden von sinnlosen Kriegstoten dieser letzten Tage reihten sich ungezählte Freitode - von verblendeten Nazis, die den Untergang des Hitlerreichs nicht ertragen konnten, bis zu verzweifelten Frauen und Mädchen im Osten Deutschlands, die angesichts von Gewaltexzessen der Sowjetarmee in den Tod flüchteten.

Am 30. April 1945 erreichte die Sowjetarmee das Zentrum Berlins. Mit ihr kam auf deutscher Seite die Angst. Viele Rotarmisten wollten Vergeltung üben für die Verbrechen, die SS-Einsatzgruppen und Wehrmacht in der Sowjetunion begangen hatten.



Der Massensuizid von Demmin

Am 1. Mai nahmen sowjetische Truppen die Kleinstadt Demmin in Vorpommern ein. Mindestens 900 der 17.000 Einwohner nahmen sich in den ersten Tagen der Besetzung in einer beispiellosen Selbstmordwelle das Leben. Antisowjetische Gräuelpropaganda, Massenhysterie und tatsächliche Ausschreitungen der Rotarmisten wirkten unheilvoll zusammen.

Auch Karl Schlössers Mutter wurde Opfer von Vergewaltigungen durch sowjetische Soldaten. Der damals Elfjährige hat den Massensuizid miterlebt: "Es steckte einer den anderen an. Die meisten haben sich die Pulsadern aufgeschnitten, viele haben sich erhängt."

Nur das beherzte Eingreifen seines Großvaters habe verhindert, dass seine verzweifelte Mutter sich selbst und ihren Sohn umbrachte: "Er nahm meiner Mutter kurzerhand die Rasierklinge weg."

»Es steckte einer den anderen an. Die meisten haben sich die Pulsadern aufgeschnitten, viele haben sich erhängt.«

»Einer hatte schon die weiße Fahne an den Kirchturm gehängt. Er wurde runtergeholt und dort, wo er stand, erschossen.«

Bis zum letzten Mann

Zur gleichen Zeit, am 1. Mai, nahm die deutsche Kriegsmarine das letzte U-Boot in Dienst. "Die Absicht war, mit diesem Boot auszulaufen und Krieg zu führen", erinnert sich der damalige Kommandant des U-Boots, Ludwig von Friedeburg. Auch die Arbeiter auf der U-Boot-Werft hätten sich trotz der Angriffe der Alliierten jeden Tag zur Werft durchgeschlagen, um weiter zu arbeiten. "Dabei waren 95 Prozent des Reichsgebietes schon besetzt und die englischen Truppen trafen in den folgenden Tagen in Kiel, Lübeck und Flensburg ein."

Die Schilderungen des damals 20-Jährigen spiegeln eine andere Realität der letzten Kriegstage wider: Hitler hatte sich durch Selbstmord der Verantwortung entzogen. Doch viele Deutsche kündigten ihrem "Führer" die Gefolgschaft noch immer nicht auf.

Totenhaus Breslau

Bereits im Februar hatte sich der Belagerungsring um die schlesische Hauptstadt geschlossen. Eine dreifache sowjetische Übermacht stand den Verteidigern - vielfach Kinder und Greise des "Volkssturms" - gegenüber. Doch die NS-Befehlshaber bestraften jeden, der den sinnlosen Kampf aufgeben wollte.

"Einer hatte schon die weiße Fahne an den Kirchturm gehängt", erinnert sich Käthe Breuksch, damals in Breslau. "Er wurde runtergeholt und dort, wo er stand, erschossen."

Noch am 5. Mai, fünf Tage nach Hitlers Selbstmord und zwei Tage nach der Kapitulation deutscher Truppen im Hauptquartier des britischen Oberbefehlshabers Montgomery in der Lüneburger Heide, wurde in der zur "Festung" erklärten Stadt fanatisch gekämpft. Erst nachdem NS-Gauleiter Hanke, der Mann, der den Breslauern befohlen hatte, die Oderstadt "bis zum Äußersten zu verteidigen", geflohen war, kam es am 6. Mai zur Übergabe der Stadt.

Die Heimkehr der Zehntausend

Das Schicksal der Gefangenen



Im Oktober 1955 begann die Rückkehr der letzten zehntausend deutschen Kriegsgefangenen aus sowjetischen Lagern.

Nach einem zähen Politpoker hatte Kanzler Adenauer in Moskau ihre Freilassung erwirkt. Doch nach neuesten Erkenntnissen sind in den Jahren zuvor Tausende Heimkehrer auf dem Transport nach Deutschland gestorben.

Etwa 35.000 aus der Kriegsgefangenschaft Entlassene, die in den Zug Richtung Heimat gestiegen waren, kamen nie dort an. Sie verstarben während des Transports - dies geschah vor allem in den ersten Jahren nach dem Krieg. Ihre sterblichen Überreste wurden während der Fahrt aus den Waggons herausgeholt und meist in Massengräbern entlang der Strecken verscharrt.

Joachim Schneider, Augenzeuge der Heimkehrertransporte

Massengräber in Frankfurt/Oder

Frankfurt an der Oder war für Hunderttausende Heimkehrer die erste Station im geteilten Deutschland. Doch viele, die mit großen Hoffnungen in den Zug gestiegen waren, lebten nicht mehr, als der Zug Halt machte - sie waren zu krank, geschwächt, ausgehungert, um den Weg nach Westen zu überstehen. Joachim Schneider, damals 17 Jahre alt, war ein Augenzeuge vor Ort: "Ich war erschüttert über die vielen Toten, die ich an der Wand am Gleiskörper liegen sah."

Heute bemüht sich Schneider als Mitglied des Historischen Vereins Frankfurt/Oder gemeinsam mit Rolf Hübner (Volksbund Deutsche Kriegsgräberfürsorge) und Dr. Klaus Eichler (Heimkehrer-Verband) um die Klärung von Kriegsgefangenen-Schicksalen. In Frankfurt/Oder liegen immer noch an unbekanntem Plätzen die Gebeine wohl mehrerer Tausend verstorbener Heimkehrer. Allein auf dem Areal Ecke Lichtenberger Straße/Nuhnenstraße vermuten Schneider, Hübner und Eichler die Gebeine von mindestens 1377 Heimkehrern, die damals auf dem provisorischen Friedhof beigesetzt und vergessen wurden. Erst nachdem das sowjetische Militär die Totenlisten freigegeben hat, kann die Identität der Vermissten geklärt werden.

Waltraud Nicklaus - 1945 zur Zwangsarbeit verschleppt

Verschleppte Zivilisten

Auch dass Hunderttausende deutsche Zivilisten vor und nach Kriegsende in die Sowjetunion verschleppt worden waren - darunter viele Frauen -, wurde in der Öffentlichkeit kaum wahrgenommen. In der ZDF-Dokumentation schildert erstmals eine Frau, die mit den Kriegsgefangenen 1955 heimkehrte, ihre Erlebnisse: Waltraud Nicklaus aus Königsberg. Die Zivilistin wurde bei Kriegsende zur Zwangsarbeit in die Sowjetunion verschleppt.

Als sie erfuhr, dass es in Moskau zu Verhandlungen über die Gefangenen kommen würde, schrieb sie persönlich an den Kreml. Im Oktober 1955 traf sie mit dem ersten Transport der Spätheimkehrer in Friedland ein. "Das, was uns rettete, war der Wille zu leben. Wir wollten neu anfangen", sagt sie. "Der Empfang war unbeschreiblich."

Kriegsverbrecher unter den Heimkehrern

Unter den Heimkehrern befanden sich auch Soldaten und SS-Männer, die an Kriegsverbrechen oder am Morden in den Konzentrationslagern beteiligt waren - darunter auch zwei berüchtigte Aufseher aus dem KZ Sachsenhausen, Gustav Sorge (genannt "Eiserner Gustav") und Wilhelm Schubert (genannt "Pistolen-Schubert"). 1955 wurden sie als "Nicht-Amnestierte" mit den anderen Gefangenen in die Bundesrepublik überstellt.

"Auch diese 'Heimkehrer' wurden mit Blumen empfangen", sagt Karl Stenzel, Überlebender des KZ Sachsenhausen, "das war empörend." Anfang 1959 verurteilte das Bonner Landgericht Sorge und Schubert zu lebenslangen Freiheitsstrafen. "Diese Männer konnten sie nicht so ohne Weiteres laufen lassen", sagt Stenzel. "Aber wo waren die anderen Täter? Wo sind die geblieben? Die durften nach Hause gehen."

Kriegsgefangene bei der Ankunft in Friedland

Heimkehr der Zwölftausend

Zwei Jahre vor der Heimkehr der Zehntausend gab es eine Rückkehr der Zwölftausend. Nach Stalins Tod kündigte der Kreml unter Nikita Chruschtschow eine Amnestie an. Am 17. Juni 1953 sollte Herbert Haack seine Heimreise aus der Sowjetunion antreten. Doch dann wurden im Lager plötzlich die Wachen verstärkt. "Die Abfahrt wurde abgesagt und es hieß: 'In Deutschland herrscht Krieg'", erinnert er sich.

Nach der Niederschlagung des Volksaufstandes in der DDR durch sowjetische Panzer brauchte das Ulbricht-Regime einen Prestige-Erfolg. Moskau stimmte der Freilassung von 12.000 Gefangenen zu. Herbert Haack kehrte zurück - in die DDR: "Es war nicht erwünscht, zu berichten, was da in Gefangenschaft geschehen war."

In der ergreifenden Lebensgeschichte von „Irina von Thorma“ berichtet sie in ihrem Buch mit dem Titel „Nachkriegskinder von nirgendwo“ über das Problem.

Schwieriger Neubeginn

Die Glocken des Willkommens im Durchgangslager Friedland kündeten von der Heimkehr in die Freiheit. Doch viele Mütter, Frauen, Kinder warteten vergebens auf ihre Söhne, Männer, Väter. Viele Heimkehrer wiederum sahen sich mit einer fremden Welt konfrontiert, die nicht mehr die ihre war.

Andere, wie Waltraud Nicklaus aus Ostpreußen, hatten ihre Heimat verloren. "Wir waren enturzelt. Wo war das Grab der Eltern, wo waren die Wälder der Kindheit? Ich bin hier nie wirklich angekommen", sagt sie. Selten lagen Freude und Leid so nah beieinander. Und doch zählt die Heimkehr der Zehntausend zu den Sternstunden der jungen Bundesrepublik Deutschland.

„Kriegskinder“ im Alter: Bei Diagnose historisch denken

Deutsches Ärzteblatt 101, Ausgabe 27 vom 02.07.2004, Seite

A-1960 / B-1637 / C-1571

THEMEN DER ZEIT

Die psychosozialen Folgen einer Kindheit im Zweiten Weltkrieg wurden lange Zeit nicht wahrgenommen oder tabuisiert. Ein Plädoyer, umzudenken

Die Novelle von Günter Grass „Im Krebsgang“ (2002) und das Buch von Jörg Friedrich „Der Brand“ (2002) machten auf zwei Folgen des Dritten Reiches und des Zweiten Weltkrieges aufmerksam, nämlich Flucht/Vertreibung und Bombenkrieg. Seit 2002 hat sich die Diskussion darüber in kaum vorstellbarem Maße intensiviert. Sie spiegelt sich in den Medien durch Fernsehberichte und -serien, Rundfunkbeiträge, durch Bücher- und Zeitschriftenbeiträge, ebenso in Zeitzeugenberichten wider. Viele (auto-)biografische Publikationen befassen sich mit familiären Ereignissen. Die Zeitzeugen informieren (teilweise erneut, teilweise erstmalig) über ihre damaligen schrecklichen Erlebnisse und über ihre Prägungen durch Krieg und Nachkriegszeit. Der Eindruck wird vermittelt, als ob das Dritte Reich und der Zweite Weltkrieg als Ereignisse des vorigen Jahrhunderts keine Bedeutung mehr für heutiges individuelles oder gesellschaftliches Befinden hätten, weil die Beteiligten oder von dieser Zeit Betroffenen längst verstorben seien. Dieser Eindruck ist nicht richtig. 75 Prozent der heute über 60-Jährigen erlebten die damalige Zeit als Kinder/Jugendliche und damit als passiv Betroffene. Eine weitere Teilgruppe erlebte das Dritte Reich und den Zweiten Weltkrieg als jüngere Erwachsene. Der Zweite Weltkrieg hinterließ 1,8 Millionen Witwen und 2,5 Millionen Halbwaisen in Deutschland – nach US-amerikanischer Schätzung in Europa circa 20 Millionen Halbwaisen.

Vermutlich wurden 14 Millionen Menschen vertrieben. Auf der Flucht starben circa 0,5 Millionen und weitere 0,5 Millionen aufgrund von Bombenangriffen (weitgehend Frauen, Kinder und Ältere. Als Beschädigungen, teilweise traumatisierender Art, kommen in Frage: langfristige oder dauerhafte väterliche Abwesenheit, ständige Bombenangriffe/Ausbombung, Flucht/Vertreibung mit Heimatverlust, Aufwachsen in einer teils feindselig eingestellten Umwelt mit starken sozialen und materiellen Einschränkungen.

Teils Erinnerung an abenteuerliche Zeit Circa 20 bis 25 Prozent der damaligen Kinder/Jugendlichen (geboren zwischen 1929 und 1945) wuchsen Schätzungen zufolge unter dauerhaft beschädigten familiären, sozialen und materiellen Bedingungen auf, weitere 25 bis 30 Prozent unter lange anhaltenden vergleichbaren Bedingungen. Dagegen erlebten offenbar 40 bis 45 Prozent der damaligen Kinder und Jugendlichen keinerlei Einschränkungen – entsprechend erinnern sie sich an eine abenteuerliche Zeit mit vielen Freiräumen. Keinesfalls dürfen die Erfahrungen im Krieg mit Traumatisierungen gleichgesetzt werden. Auch damals standen – wenn auch in deutlich geringerem Umfang als gewünscht – protektive Einflüsse, wie zum Beispiel eine stabile Mutter-Kind-Beziehung, eine Großfamilien-Situation und andere Männer (ältere Brüder, Großvater und neue Partner) zur Verfügung. Im späteren Erwachsenenleben stifteten oftmals stabile Partnerschaften Sicherheit. Die wenigen Forschungsergebnisse belegen jedoch als Folgen:

- Ausbombung und Vertreibung zeigen bis heute massive Auswirkungen auf die Lebenszufriedenheit und die psychosoziale Gesundheitsfunktionsfähigkeit bei Depressivität und sozialem Rückzug.
- Symptome einer partiellen posttraumatischen Belastungsstörung finden sich häufiger, einer vollständigen dagegen selten. Speziell bei Ausbombungen zeigen sich häufig fortbestehende Panikattacken und Angstzustände.

- Die langfristige (Kriegsteilnahme/ Gefangenschaft) und dauerhafte (gefallen, vermisst, Verwundungen und/oder Krankheiten erlegen) Abwesenheit des Vaters führte aufgrund einer symbiotischen Mutter-Kind-Beziehung bei fehlenden Möglichkeiten einer Triangulierung, insbesondere bei den Söhnen zu eingeschränkter bis verunsicherter psychosozialer und psychosexueller Identität sowie auch zu Beziehungs- und Bindungsstörungen. Während des Alterns fällt eine zunehmende psychische Ermüdung auf. - Interpretiert man diese Belastungen als chronischen und überfordernden Stress, so scheinen diese biografischen Erfahrungen hohe Risikofaktoren für körperliche, zum Beispiel koronare Erkrankungen, darzustellen.

- Intergenerationell wurden eine gefühlsmäßige Unerreichbarkeit der Eltern, eine Aufforderung zur Identifizierung mit den erlebten Schrecken der Eltern (sich widerspiegelnd in Träumen, Fantasien und Verhaltensweisen) sowie eine Überforderung der nächsten Generation durch die Hoffnung, dass diese ihre traumatisierten Eltern psychisch auffangen und stabilisieren sowie ihre schrecklichen Erinnerungen aufbewahren sollten, weitergegeben.
- Vernachlässigung der Körperfürsorge Die Erfahrungen von damals – unterstützt durch ein entsprechendes Ideal- und Selbstbild – führten zu zahlreichen, auffallenden und erst im Rückblick verstehbaren ich-syntonen, das heißt scheinbar selbstverständlichen, Verhaltensweisen. Dazu zählt die Vernachlässigung der Fürsorge für den eigenen Körper: Vorsorgeuntersuchungen werden nicht konsequent wahrgenommen, Krankheiten nicht dauerhaft behandelt, Nachsorge/Rehabilitation vernachlässigt, auf eigene Belastungen wird wenig Rücksicht genommen bei ausgeprägtem altruistischem Verhalten. Diese ich-syntonen Verhaltensweisen halfen besonders den Jungen, Kriegs- und Nachkriegszeit zu überleben. Sie erweisen sich jetzt jedoch für die Männer als zunehmend gefährlich.



Der Krieg ist zu Ende: Schulkinder im Mai 1945 vor den Ruinen des heutigen Ernst-Reuter-Platzes (damals: Am Knie) in Berlin-Charlottenburg. Foto: picture-alliance/akg

Viele Kinder und Jugendliche von damals wuchsen mit dem Eindruck auf, dass alle ähnliche Erfahrungen gemacht hätten. Bei dem so vermittelten Empfinden einer „normalen“ Lebenssituation handelte es sich allerdings um eine pathologische Normalität. Die Eltern und Verwandten damals waren indes mit dem eigenen Leid und ihren schrecklichen Erfahrungen beschäftigt. Auch hofften sie, dass die Kinder schnell vergessen würden. Man war offensichtlich froh, dass die Kinder „funktionierten“ und sich normal entwickelten. Gesprochen wurde in den Familien wenig und über Gefühle wie Angst, Panik, Verzweiflung, Trauer oder Verlassensein noch weniger. So kam es zur Abspaltung und Verdrängung der mit den Erfahrungen zusammenhängenden Gefühle.

Letztlich blieben nur die abenteuerlichen Geschichten übrig. Während der Schulzeit und dem jüngeren Erwachsenenalter wurde und war die Frage der deutschen Schuld identitätsbildend und sogar identitätsstiftend. Das eigene – selbst geleugnete, bagatellierte oder abgespaltene – Leid durfte anscheinend angesichts der deutschen Taten keine Rolle spielen. Später, als Erwachsene, sprachen sie auch nicht über erlebten Schrecken, Leid und Kummer – auch nicht die 68er-Generation. Suchten sie dann im mittleren Lebensalter wegen diffuser Symptome, sich wiederholender Beziehungsstörungen sowie verunsicherter psychosexueller und psychosozialer Identität psychotherapeutische Hilfe, so wurde diese Symptomatik keinesfalls mit einer entsprechenden Kriegskindheitsgeschichte in Verbindung gebracht. Oft wurde sogar ein vom Patienten vermuteter Zusammenhang vom Therapeuten geleugnet.

Trauma-Reaktivierungen durch aktuelle Kriege
Erstmals artikulieren sich derzeit die Kriegskinder selbst. Alle
Autobiografien belegen kumulierte, teilweise eindeutig
traumatisierende Erfahrungen sowie bis heute anhaltende
psychosoziale Folgen, die sich in der Alternssituation verstärken
können. Der Eintritt in das Alter bietet aber auch – im Sinne einer
„letzten Chance“ – aufgrund von mehr Zeit, dem Wegfall der
Berufstätigkeit und intergenerationeller sozialer Pflichten die
Möglichkeit, sich erstmals und angesichts der begrenzten
Lebenszeit letztmals mit der eigenen Biografie auseinander zu
setzen. Zusätzlich angestoßen durch neue Kriege zeigen sich häufig
Trauma-Reaktivierungen. Diese führen zu lang anhaltenden – ohne
Rückgriff auf eine entsprechende Biografie unverständlich
bleibenden – Folgen.

Ärzte begegnen den betroffenen über 60-Jährigen in allgemein-
medizinischen, internistischen, orthopädischen, psychiatrischen,
psychotherapeutischen Praxen, in geriatrischen und geronto-
psychiatrischen Institutionen,

Rehabilitationskliniken sowie in Altenpflegeeinrichtungen. Wegweisende Symptome/Verhaltensweisen können sein:

- erstmals im Alter auftretende depressive Symptome,
- erstmals auftretende oder zunehmende Angstzustände/Panikattacken,
- ungenügende Compliance bei Früherkennungsuntersuchungen, Dauerbehandlungen und Nachsorge,
 - angstvolle Unruhezustände mit Gefühlen von Erschrecken, Verfolgt- und Bedrohtsein, mit Nacherleben von Kriegssituationen (gerade bei Pflege und Abhängigkeit, bei leichten hirnorganischen Veränderungen und in der Sterbephase),
 - Unmöglichkeit, zu trauern bei Verlust vom Partner/Partnerin. Historisch denken heißt: mögliche Zusammenhänge erkennen und abklären. Hinweise ergeben bestimmte Jahrgänge und Geburtsorte, historische Ereignisse und anderes. Eine Nachfrage ohne Vorwürfe – es handelt sich bei den meisten nicht um die für den Krieg verantwortlichen Erwachsenen, sondern um die beschädigten Kinder und Jugendlichen – erlaubt, Ereignisse und mögliche Zusammenhänge anzusprechen. Parallel zu der Entlastung wird oft eine Beratung darüber möglich, welche therapeutischen Maßnahmen erneute Stabilität bewirken könnten. Immer wieder wird gefragt, ob man nicht die alten Geschichten ruhen lassen sollte. Dies ist eindeutig die Angst der Jüngeren, dass die Älteren psychisch dekompensieren könnten. Ein behutsames Gespräch kann denen, die schon immer und jetzt erst recht unter ihrer Geschichte leiden, helfen.

Zitierweise dieses Beitrags:

Dtsch Arztebl 2004; 101: A 1960–1962 [Heft 27]

Das Schicksal der Kriegskinder

Psychologie: Als Kinder haben sie die Bombennächte überlebt - welche Spuren hat das hinterlassen? Ein Gespräch mit Traumatherapeutin Luise Reddemann.

Von Ricarda Albers

Dr. med. Luise Reddemann (geb. 1943) ist Fachärztin für Psychotherapeutische Medizin. Foto: LAIBLE

Hamburg - Putz rieselt von der Decke. Es ist totenstill. Friederike Möller (Name von der Red. geändert) rührt sich nicht. Aber sie hört die Stimme ihrer Mutter, die ein Stoßgebet in den Himmel schickt. Und dann die Stimme der Nachbarin: "Das hilft jetzt auch nicht mehr." Friederike hört die Stimmen ganz genau. Täuschend echt. Aber sie ist kein kleines Kind mehr, so wie damals. Sie ist heute fast siebzig Jahre alt. Und ihre Mutter ist längst tot. "Es war der Einschlag. Der vernichtende Knall. Der hat die Szene von damals, von der Ausbombung, wieder hochgeholt." Diesmal war es aber nicht die Wucht einer Detonation. Diesmal war es ein Orkan, der eine alte Buche aufs Dach hatte stürzen lassen. Das Geräusch klang fast genauso wie damals, im Keller.

Und plötzlich waren alle Bilder wieder da. Es war, als könnte sie den hohen Schnee wieder spüren, durch den sie in jener Nacht, nachdem sie ausgebombt waren, mit ihrer Mutter hastete. Die nasse Kleidung, die am Körper klebte. Die zugige Notunterkunft. Die doppelseitige Lungenentzündung, die folgte. Einige Monate nach diesem "Flashback", wie Psychologen die Reaktivierung traumatischer Bilder nennen, wurde bei Friederike Krebs diagnostiziert. Zufall?

Forscher meinen, dass ungefähr die Hälfte der "Kriegskinder"-Generation noch heute an Symptomen leidet, die ihre Wurzeln in traumatischen Kriegserfahrungen haben.

"Man weiß heute", sagt die Trauma-Therapeutin Luise Reddemann (62), "dass massive Kindheitserfahrungen Mitverursacher für die verschiedensten Krankheiten sein können." Zum Beispiel Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Bluthochdruck, Diabetes . . .

Knapp ein Viertel der Menschen in Deutschland sind 60 Jahre alt oder älter. Aber viele von ihnen haben jahrzehntelang geschwiegen. "Wir hatten über den Krieg nicht das Recht zu reden. Wir waren ja nur Kinder ", sagt Friederike Möller.

Diese Generation war darauf gedrillt worden, sich selbst nicht so wichtig zu nehmen. "Andere haben's doch viel schlimmer gehabt" - diesen Satz hört Luise Reddemann oft, wenn sie mit Freunden oder Kollegen spricht, die ebenso wie sie selbst der Kriegskinder-Generation angehören. "Die Soldaten haben's schwerer gehabt, die Mütter haben's schwerer gehabt, selbstverständlich die KZ-Opfer . . . Aber wir haben's auch schwer gehabt. Und das haben wir nicht wahrgenommen."

Das Unrecht, das Millionen von Menschen angetan wurde, lag - und liegt - wie eine schwere Bürde auf dieser Generation. Dadurch entstand auch ein Tabu: Die psychischen Folgen einer Kindheit im Zweiten Weltkrieg wurden ausgeblendet. Luise Reddemann: "Diese Generation hat sich stellvertretend für die Eltern schuldig gefühlt, ebenso wie jene, die nach dem Krieg geboren wurden." Kann man für etwas schuldig sein, das man selbst gar nicht verbrochen hat? "Nein", sagt Luise Reddemann. "Die Kriegskinder hatten keine Schuld."

Viele von ihnen haben Bombennächte, Flucht, Hunger und Todesangst im Kleinkindalter erlebt. Lange Zeit herrschte landläufig die Meinung, dass diese kleinen Kinder sich daran sowieso nicht erinnern könnten. Ein Irrglaube.

Auch in den ersten Lebensjahren speichert der Mensch Eindrücke. Nur, dass Kleinkinder diese nicht in Worte fassen können. "Aber der Körper erinnert sich", sagt Luise Reddemann. "Unser Körpergedächtnis bewahrt alles auf. Der Körper erinnert sich, und der Körper wiederholt dann auch."

Sie selbst, geboren 1943, zuckt heute noch zusammen, wenn Flugzeuge die Schallgrenze durchbrechen. Andere haben Angst, sobald eine Sirene heult. Selbst wenn sie sich immer wieder sagen, dass dies nur eine Feuerwehr-Übung ist.

"Gerade bei denjenigen kann man das heute noch beobachten", erläutert die Traumatherapeutin, "die damals noch ganz klein waren. Sie hatten ja nicht die kognitiven Möglichkeiten, das Erlebte zu verarbeiten." Die Mütter waren oft ihrerseits in Panik und konnten den Kindern keinen Schutz bieten.

So lagert sich die Erinnerung ab, wird eingekapselt und kommt erst wieder hoch, wenn ein äußerer Anlass die Gefühle wieder aufsteigen lässt, denen das Kind seinerzeit hilflos ausgeliefert war. Und zwar unabhängig davon, wie viel Zeit seitdem verstrichen ist. Ein Trauma kann noch Jahrzehnte später durch äußere Anlässe reaktiviert werden.

Viele über Sechzigjährige trauen sich jetzt, die eigene Geschichte anzuschauen. Jetzt, nachdem die Aufbauarbeit der Nachkriegsjahre hinter ihnen liegt, das Großziehen der Kinder keinen Vorrang mehr hat, das Rentenalter erreicht ist.

Und kommen auf manchmal verblüffende Erkenntnisse. Eine 60jährige Frau zum Beispiel klagte ständig über kalte Füße. Eiskalt waren sie, bis zur Mitte der Wade.

Nichts half. Bis sie erkannte, dass sie als kleines Mädchen bis zur Mitte der Waden in kaltem Wasser stand - in dem Boot nämlich, mit dem sie flohen. "Die Unterschenkel", erläutert Luise Reddemann, "waren sozusagen im Eiswasser geblieben." Der Körper gibt also deutliche Hinweise - wenn man sie deuten kann. "Man muss den Schmerz des Körpers verstehen, dann kann er aufhören, weh zu tun."

Warum hat die "Kriegskinder"-Generation soviel Zeit gebraucht, um zurückzuschauen? "Ich glaube", sagt Luise Reddemann, "sie mussten sich erst mal wieder zusammensortieren. Und der äußere Wiederaufbau trug natürlich auch zur inneren Stabilisierung bei." Es würde sooft gesagt, die Deutschen seien unfähig gewesen zu trauern. Luise Reddemann aber meint: "Sie hatten einfach nicht die Kraft dazu."

Menschen müssen, bevor sie sich mit einem Trauma auseinandersetzen können, selbst erst einmal stabil werden. Reddemann: "Bei kollektiven Traumata dauert das noch sehr viel länger."

Die Kinder der Nazi-Täter und -Mitläufer, sie müssen lernen, ihr eigenes Leben zu leben, und sich von der Identifikation mit den Eltern und dem, was diese getan haben, befreien oder lösen.

Das ist der Appell der Trauma-Therapeutin, die ihr Wissen in zahlreichen Fortbildungsveranstaltungen an junge Ärzte und Psychologen weitergibt.

Wenn ein Klient zwischen 1935 und 1945 geboren wurde, führen oft schon ganz einfache Fragen des Therapeuten auf die richtige Spur:

Wo wurden Sie geboren? Wo war Ihr Vater, wo Ihre Mutter während dieser Zeit? Gab es dort, wo Sie gelebt haben, Bombenangriffe?

Die Kriegskinder haben schon früh gelernt zu funktionieren. Schmerz, Angst oder Trauer mussten unterdrückt werden, wenn es darum ging, das nackte Leben zu retten. Für Tränen war kein Platz. Schreien half auch nichts. Manche Frauen haben diese unerbittliche Disziplin als kleines Mädchen so verinnerlicht, dass sie später, wenn sie Kinder zur Welt brachten, selbst bei den größten Schmerzen keinen Ton von sich geben konnten.

"Gerade die Härte gegen sich selbst sehe ich als ein großes Problem unserer Generation an", sagt Luise Reddemann. Und sie fürchtet, dass "wir das weitergegeben haben an unsere Kinder". Entweder, indem die Nachkommen ebenso übertrieben streng erzogen wurden - oder übertrieben nachgiebig. "Damit haben wir der nächsten Generation sehr viel aufgebürdet."

Aber nicht nur durch die Erziehung ist auch die junge Generation noch sekundär vom Krieg betroffen. Es gibt auch Nachfahren, die ein Trauma der Eltern oder Großeltern übernehmen. "Es gibt sogar Fälle", sagt Luise Reddemann, "wo Kinder an Stelle ihrer Eltern Symptome ausprägen." Oder Geschichten erzählen, die sie selbst gar nicht erlebt haben. "Und wenn man dann nachfragt, dann kriegt man heraus: Das hat die Mutter erlebt!"

Kriegskinder : "Spätes Leiden"

Die Generation der "Kinder" des Zweiten Weltkriegs hat Schreckliches erlebt - vielen wird das heutzutage erst wieder bewusst.



Als der Krieg zu Ende geht, ist Ute fünf Jahre alt. Gemeinsam mit ihrer Mutter flüchtet sie mit dem letzten Schiff vor der Roten Armee aus Ostpreußen. In Dänemark steckt man die beiden zunächst, wie alle anderen Schiffsflüchtlinge, in ein Internierungslager. Ob für Monate oder Jahre, weiß Ute gar nicht so genau. Sie erinnert sich nur an den Stacheldraht, an die Kälte, an den Hunger.

Schließlich erreichen Mutter und Tochter Deutschland, Ute geht zur Schule, studiert später Sprachen, wird Übersetzerin. Doch zufrieden mit sich selbst ist sie selten. Den ersten psychotischen Zusammenbruch hat sie mit Mitte Fünfzig. Von da an wird sie immer wieder von schweren Depressionen heimgesucht. Sie glaubt, ihrem Mann und den beiden erwachsenen Kindern nur noch eine Last zu sein. Eine Erklärung für ihre psychischen Leiden hat sie lange nicht.

Bombennächte, Flucht und Vertreibung, mit der Panzerfaust in der Hand und Stolz im Herzen mitmarschieren im letzten Aufgebot an der Heimatfront - gegen Ende des Zweiten Weltkriegs sah so die Erfahrungswelt für etwa 60 Prozent der Kinder und Jugendliche in Deutschland aus. Was haben diese Erlebnisse und Erinnerungen aus diesen Leuten gemacht. Was ist aus denen geworden, die diese Zeit überlebt haben?

Viele Angehörige dieser Jahrgänge gehören heute zu den Führungseliten in Politik, Wirtschaft und Universitäten.

Es ist die Generation von Christa Wolf und Harald Juhnke (beide Jahrgang 1929), Charles Brauer (1935) und Manfred Krug (1937), von Ulrike Meinhoff (1934) und Rudi Dutschke (1940), von Michael Otto (1943), Jürgen Schrempp (1944), von Renate Schmidt (1943) und von Gerhard Schröder (1944).

Sie alle haben in ganz unterschiedlicher Weise ihre lebensgeschichtlichen Erfahrungen und Enttäuschungen aus jener Zeit in unsere gesellschaftspolitische Landschaft eingebracht, gleichsam wie eine "Blaupause", sagt der Pädagoge und Direktor des Fritz-Bauer-Instituts in Frankfurt am Main, Micha Brumlik.

Die Generation der Kriegskinder verbindet - über alle unterschiedlichen psychosozialen Umstände hinweg - Erfahrungen wie Hitlers Machtergreifung, den Zweiten Weltkrieg, Nächte im Bunker, die Nachkriegszeit, Restauration und Wiederbewaffnung, eine Elterngeneration, die sich mehrheitlich ausschwig über die Vergangenheit und das Erlebte. Sowie den Mythos, der Krieg habe ihnen gar nicht geschadet. Im Gegenteil, in extremen Lebenssituationen aufzuwachsen, Gewalterfahrungen zu machen, Vater, Mutter oder Geschwister zu verlieren, schien den meisten normal.

"Das haben doch alle durchgemacht"

Selbst die Psychiatrie vertrat lange Zeit die Auffassung, die schrecklichen und schmerzlichen Erlebnisse der Kriegskinder seien aufgrund der hohen Plastizität des Gehirns letztlich psychisch folgenlos geblieben. "Ein Mythos, der sich hartnäckig auch unter den Kriegskindern gehalten hat", sagt der Psychoanalytiker und Altersforscher Hartmut Radebold.

Neue Forschungserkenntnisse belegen jedoch: Wir sind Erinnerung und unser Handeln ist immer mitbestimmt durch Erinnerungen, selbst wenn wir an diese Erinnerungen gar nicht mehr denken.

Seit vielen Jahren verzeichnen Psychoanalytiker überdies eine Wiederkehr des verdrängten Leids der Kriegsjahrgänge. Patienten, die ihr Leben lange Zeit gut gemeistert haben, beruflich und familiär erfolgreich waren, klagen plötzlich über diffuse, psychische Beschwerden, Ängste und Depressionen - und finden keine Erklärungen dafür.

Zwei Studien aus jüngster Zeit belegen, dass die Jahrgänge von 1930 bis 1945 früh selbstständig geworden sind und niemandem zur Last fallen wollten. Sie "funktionierten" lange Zeit gut, die meisten von ihnen können hervorragend planen und organisieren. Sie sind sparsam, bescheiden bis zum Verzicht. Sie sind altruistisch und versuchen anderen Sicherheit zu vermitteln.

Gleichzeitig, so haben diese Studien der Universitäten in Leipzig und Kassel herausgefunden, sind viele Angehörige dieser Generation von psychischen Symptomen geplagt, die recht unspezifisch klingen: Dazu gehören Panikattacken, die beständige Angst, den Anforderungen des Lebens nicht gewachsen zu sein, Bindungsschwierigkeiten, Tendenzen zur Verslossenheit, Unerreichbarkeit für Partner und Kinder, diffuse psychosomatische Beschwerden ohne Befund, Herz- und Kreislauferkrankungen. Mediziner und Psychotherapeuten sollten bei der Behandlung älterer Patienten auch immer deren mögliche Kriegsvergangenheit mit ins Auge fassen.

"Im Alter wird die Kindheit wieder wach", erklärt sich der Psychoanalytiker Radebold die Symptome. Er ist selbst ein "Kriegskind".

Auch zu ihm in die Therapie kamen viele ältere Patientinnen und Patienten, die schon immer unter Versagensängsten und mangelndem Selbstwertgefühl gelitten hätten. Ihre psychischen Beschwerden oder Depressionen führten diese Patienten aber so gut wie nie auf ihre eigene Kindheitsgeschichte zurück.

Unerklärliche Symptome

"Ich merkte, diese Patienten machten mich selbst depressiv", gesteht der Analytiker im Rückblick ein. "Erst allmählich wurde mir bewusst, dass ein Kriegskind hinter der Couch lauter Kriegskinder auf der Couch behandelte. Wie meine Patienten hatte ich gelernt, man weint nicht, man darf nicht traurig sein."

Auch der Analytiker hatte seine schmerzhaften Erinnerungen aus jener Zeit in sich eingekapselt. Mit dieser Einsicht begann für ihn ein mühseliger Kampf um die vergessen geglaubten Erfahrungen. Erst nach einer langen Selbstanalyse verstand er die Biografien seiner Patienten besser und konnte ihre verdrängten, oft mit Scham und Schuld besetzten Gefühle ansprechen - und erfuhr von den schrecklichen Erlebnissen aus jener Zeit.

Über das Leid und das vergebliche Heldentum dieser Generation ist in Romanen und Filmen bereits viel und eindrückliches erzählt worden. In der wissenschaftlichen Erinnerungskultur ist sie bislang jedoch merkwürdig unterrepräsentiert. Es fehlt die Forschung darüber, welchen psychischen Preis die Kriegskinder für ihr Überleben gezahlt haben.

Ein interdisziplinärer Kongress des Sigmund-Freud-Instituts und der Goethe Universität in Frankfurt am Main, der am Donnerstag beginnt, eröffnet jenen Kriegskindern nun ein Forum unter dem Titel: "Die Generation der Kriegskinder und ihre Botschaft für Europa sechzig Jahre nach Kriegsende."

Kritiker heben bereits die Befürchtung geäußert, es könne eine neue Opferdiskussion geben. Aber darum geht es nicht, zumal sich die Kriegskinder selbst nie als Opfer gefühlt haben.

Der Wissenschaftler Elmar Braehler aus Leipzig warnt davor, die Auswirkungen der Kriegs- und Nachkriegserlebnisse auf die Kindheit zu unterschätzen. "Solche Erlebnisse wachsen sich nicht aus, wenn sie nicht durch die Eltern oder andere hilfreiche Personen in die weitere Entwicklung eines Kindes oder Jugendlichen integriert werden können." Den meisten deutschen Kriegskindern wurde dies nicht ermöglicht. Wie auch hätte dies die Elterngeneration leisten sollen? Viel zu sehr war sie mit sich selbst beschäftigt, damit, das Überleben der Familie zu organisieren. Die Eltern waren selbst zu sehr darin verfangen, die Vergangenheit, den Schock des Zusammenbruchs, die Scham über die grausamen Verbrechen im Nationalsozialismus zu verdrängen.

Kriegserlebnisse "wachsen" sich bei Kindern nicht aus, betont der Psychologe Braehler. Diese Erkenntnis hat Bedeutung bis in die heutige Zeit hinein: Nach einem Bericht des UN-Kinderhilfswerks Unicef sind allein in der Zeit zwischen 1990 und 1999 etwa 500 Millionen Kinder in der Welt in Kriegsgebieten aufgewachsen.

Für Angst und Trauer kein Platz

Erst in den vergangenen Jahren wird in der deutschen Literatur das Thema der seelischen Schäden angesprochen, die der Krieg bei vielen Kindern dieser Generation verursacht hat. An erster Stelle sind wohl die durch Bombenangriffe ausgelösten Erlebnisse und Ängste zu nennen. Angst vor Feuerwerken, Martinshörnern und Blitz und Donner sind noch die harmloseren Folgen.

Ich habe verdrängt, um zu leben. Jetzt bin ich erschöpft vom Schweigen. "die Wunden der Seele lassen sich nicht verbinden".

II. Kapitel

Was unsere Eltern in Schutt und Asche gelegt haben, haben wir wieder aufgebaut.

Kariere gemacht und mit Burn-out bezahlt. -

Ich könnte noch eine Reihe weiterer für mich einschneidende Erlebnisse schildern, die sich in meinem Gedächtnis, wie erst vor kurzem geschehen, festgesetzt haben. In den damaligen Turbulenzen der Kriegswirren sind meine Erlebnisse aber mit Sicherheit kein Einzelfall, doch glaube ich heute, dass hiermit bereits der Grundstein für eigenständiges Denken und Handeln für mein weiteres Leben gelegt wurde.

So haben mir meine Eltern z.B. mit neun Jahren meine damals erst zwei jährigen Schwester anvertraut und wir sind allein, nach dreimaligem umsteigen, zum Schluss mit dem Zug zu meiner 100km entfernt wohnenden Oma gefahren.

Während meine Eltern zum Tanzen ausgegangen sind, hatte ich als sieben Jahre älterer Bruder, die Aufgabe auf meine kleine Schwester aufzupassen. Wir wohnten ganz oben im 4. Stock und z.B. Silvester, wenn draußen um Mitternacht Feuerwerk war, bin ich mit meiner kleinen Schwester aufgestanden und wir haben zugesehen wie die Raketen den Himmel erleuchteten.

Zur Erziehung meiner Selbständigkeit gehörte sicherlich auch, dass mich meine Eltern, mit 13 Jahren allein eine Fahrradtour quer durch Deutschland machen ließen.

Bereits zu meinem 18ten Geburtstag hatte ich meinen Führerschein und unten stand mein erstes aus eigenen Mitteln erspartes Auto.

Mit 21 Jahren habe ich mich selbständig gemacht und ein Fernsehgeschäft mit Werkstatt eröffnet, in dem ich bis heute u.a. auch Lehrlinge ausgebildet und Gutachten für die IHK erstellt habe.

Erste Ambitionen als Erfinder zeigten sich in den 70er Jahren noch bevor wir in Deutschland die Ölkrise hatten und niemand von Solaranlagen sprach.

Ich hatte auf meinem Flachdach meines Einfamilienhauses ca. 200 Meter schwarzen Gartenschlauch verlegt und damit erste Erfahrungen für meine anschließend selbst gebaute Solaranlage gesammelt. Die Anlage war für Brauchwasser, für den Swimmingpool und Hausheizung bestens geeignet und wir sparten bereits im ersten Jahr ca. 1.000 Liter Heizöl und für 800,- DM Strom ein.

Eine für mich besondere Herausforderung stellte sich jedoch im Sommer 1987 als meine beiden Söhne, damals 3 und 5 Jahre unbemerkt in unserem Gartenswimmingpool gefallen sind und beinahe ertrunken wären.

Ich habe daraufhin die Umzäunung auf 2,50 Meter erhöht und sämtliche Zugänge mit zusätzlichen Riegeln in ca. 2,40 Meter Höhe versehen. Bei diesem aus meiner Sicht unmöglich zu überwindendes Hindernis, hatte ich offensichtlich den Ideenreichtum der Kinder unterschätzt. Meine Frau sah zufällig aus dem Fenster und bemerkte wie der Jüngste im Wasser strampelte und der Ältere ihn versuchte herauszuholen.

Meine Unruhe wuchs und jedes mal wenn mir bei meiner Heimfahrt die Feuerwehr entgegen kam, fuhr ich schneller als die Polizei erlaubte. Während der Fahrt schossen mir entsetzliche Gedanken durch den Kopf, die sich erst legten wenn ich zu Hause ankam und meine beiden Kinder gesund in die Arme nehmen konnte.

Meine Sorgen konnten meine Verwandten und Bekannten nicht nachvollziehen und mit ihrer Lebenseinstellung unter dem Motto " es wird schon nichts passieren", konnte ich mich nicht anfreunden. Der Zustand war für mich unmöglich und ich war drauf und dran unser liebgewonnenes Eigenheim zu verkaufen.

Andererseits war die Umgebung und das Haus, das sich harmonisch mit dem Swimmingpool in das traumhaft angelegte parkähnliche und mit dichten Koniferen umgebene Grundstück einfügte, ideal für unsere Kinder. Hier konnten sie abseits vom Straßenlärm und bei gesunder Natur, unbeschwert aufwachsen.

In der Hoffnung, dass der Schwimmbadhandel Abhilfe hat, habe ich mehrere aufgesucht und mein Problem geschildert.

Hier wurde mir von allen die Gefahren am Pool mit Kleinkindern bestätigt und von Unfällen aus ihrem eigenem Kundenkreis berichtet. Als einzige Alternative wurden mir Schwimmbadabdeckungen angeboten, die jedoch in der Praxis am Tage aufgerollt werden mussten, so dass die Sonne das Wasser erwärmen kann. Alle Händler haben meine Bedenken geteilt, dass die Kinder ein Schlupfloch finden konnten und dabei unter der Abdeckung in den Pool rutschen.

Mit einigem Unverständnis habe ich die Hilfe des Schwimmbadhandels abgehakt. Ich war entsetzt, dass jeder die Gefahren für unsere Kleinkinder am Pool kannte, aber die Pools nur unter dem Motto "Freude, Spiel, Spaß" beworben wurden. Ein Hinweis auf mögliche Gefahren fehlten völlig und war offensichtlich dem Umsatz nicht dienlich. Für mich ist unverständlich, weshalb der Gesetzgeber z.B. auf den Zigarettenpackungen die Aufschrift verlangt "Rauchen gefährdet Ihre Gesundheit" oder Autos ohne Gurte im Straßenverkehr nicht zugelassen werden. Andererseits bei unserem Kostbarsten was wir haben, unsere Kinder, keinerlei Hinweise oder wirksamen Schutz verlangt wird.

Einige Tage später brachte mir meine Mutter einen Zeitungsartikel. Hier wurde von einem tragischem Unfall mit einem zwei jährigen Mädchen berichtet, dass bei ihren Großeltern zu Besuch war. Das kleine Mädchen ist durch ein Loch im Zaun in das Nachbargrundstück gelangt und wurde erst nach Stunden, nachdem jemand die Abdeckung vom Pool entfernte, gefunden.

Diese Berichte machten mich tief betroffen und bestätigte meine Befürchtungen.

Eine Mischung zwischen Wut und Trauer verfestigte sich in mir. Wut, weil die Technik bereits so weit war, dass wir auf dem Mond fliegen können, aber nicht in der Lage sind vernünftige Sicherheit für unsere Kleinkinder bereitzustellen, und Trauer für jedes Unfallopfer und die leidgeprüften Eltern, die mit Sicherheit, alle ihnen zur Verfügung stehenden Möglichkeiten eingesetzt haben.

Mit einer inneren Leere und Hilflosigkeit saß ich am Pool und sah den Kindern zu, wie sie auf dem angrenzenden Rasen mit dem Ball spielten. Der Ball fiel in das Wasser und ich beobachtete wie sich die Wellen über die gesamte Wasseroberfläche verteilten. Hierbei kam mir der Gedanke, ob es nicht möglich sein könnte diese Wellen für ein akustisches Signal auszuwerten, mit dem, wenn Kinder unbemerkt in einen Pool fallen, lautstark Alarm gegeben wird.

Dieser Gedanke ließ mich nicht mehr los und ich befestigte auf einem Schwimmkörper einen Rüttelkontakt mit Batterie und Horn. Ich warf in etwa 12 Meter Entfernung eine Gießkanne, gefüllt mit Wasser hinein und das Horn sprang tatsächlich an. Die erste, zwar noch äußerst primitive, aber hörbare Signallvorrichtung war damit geboren. Mein technisches Verständnis sagte mir, dass ich auf dem richtigen Weg bin.

Angespornt durch die ständig lauende Gefahr mit meinen beiden Kindern am Pool, gepaart mit meiner naturellen Neugier nach allem Unbekannten, folgten eine Reihe von Tests. Diese Erkenntnisse habe ich in der Elektronik und Formgestaltung eingebunden.

Im Endergebnis schwamm ein geschlossenes, Art Ufo auf dem Wasser, dass auf Wellenbewegungen reagierte und per Funk im Haus Alarm auslöste. Ich meldete dieses Verfahren zum Patent an.

Ganz zufrieden war ich bei dieser Lösung jedoch nicht. Ich sah hier einige gravierende Schwachpunkte wie z.B.

- 1.) alles was auf dem Wasser schwimmt animiert Kleinkinder dazu es heraus zunehmen und zu untersuchen. Hierbei besteht die große Gefahr, dass sie dabei hinein fallen und ich hätte damit genau das bewirkt, was die Anlage verhindern sollte.
- 2.) durch Wind wird das Gerät am Beckenrand gedrückt und könnte Fehlalarm auslösen.
- 3.) beim hineingleiten eines Kleinkindes werden nur schwache Wellen erzeugt, so dass die sichere Alarmauslösung in einiger Entfernung nicht mehr gesichert ist.

Die Anlage war nach meinem Sicherheitsverständnis von einer zuverlässigen Schwimmbadarmanlage noch weit entfernt. Meine Überlegungen richteten sich unterhalb der Wasseroberfläche. Ich war der Meinung, dass hier weit größere Kräfte wirken müssten als die paar sichtbaren Wellen auf der Wasseroberfläche.

Nachdem ich in der Literatur nichts gefunden habe, konstruierte ich einen Auffangtrichter mit einem Messfühler und befestigte diesen ca. 20cm unterhalb der Wasseroberfläche an die Beckenwand.

Ich ließ eine Gießkanne gefüllt mit Wasser in etwa 12 Meter Entfernung in das Wasser gleiten und traute meinen Augen nicht. Die Wellen ebten nach ein paar Meter ab, so dass die Wasseroberfläche an der Stelle, wo der Auffangtrichter positioniert war, absolut ruhig war und trotzdem Kräfte auf dem Auffangtrichter einwirkten, so dass sogar die provisorische Befestigung wegbrach.

Die Erkenntnisse versetzten mich in eine gewisse Euphorie und ich begann eine stationäre Schwimmbadarmanlage zu entwickeln, die im Ergebnis folgende Kriterien erfüllte:

- einfache, problemlose Handhabung
- fest installierbar, robust
- bei Bedarf einbaufähig (für Neubauten)
- Kindersicherung
- Keine falsche Alarmgebung durch Oberflächenbewegung
- absolut, d.h. 100 % zuverlässige Alarmgebung im Fall der unerlaubten Poolbenutzung
- im Alarmfall: mehrminütiges Signal (min. 3 Minuten)
- möglichst drahtlose Signalübertragung ins Haus, bzw. zu Kontrollzentren
- Witterungsbeständig (auch sturmsicher)

Diese Anlage gab mir ein sicheres Gefühl, dass keine Kinder aber auch Haustiere, mehr unbemerkt in den Pool fallen können. Jeder Unfall würde sofort gemeldet und ein hineingefallendes Kind hatte erstmals die Chance nur mit dem Schrecken davonzukommen.

Ich meldete dieses Verfahren bei dem Deutschen Patentamt zum Patent an und gab der Schwimmbadarmanlage den Namen "POOLSOLARM".

Hürden für alles Neue !?

Wer nun glaubt, wunderbar, jetzt sind die schwierigsten Hürden genommen, der berücksichtigt nicht unsere anerzogene deutsche Gründlichkeit, die bei allem Neuen, nicht nur hinderlich, sondern für ein innovatives Produkt sogar tödlich sein kann. Oder wie heißt das Sprichwort so schön ? "was der Bauer nicht kennt frisst er nicht".

Für dieses bei den Patentprüfern als sogenanntes "Sprungpatent" eingestufte Gerät, stellte sich sehr schnell heraus, dass kein Hersteller bereit war das Produkt in der sogenannten "Stunde null" zu übernehmen. Für mich waren alle Absagen zum damaligem Zeitpunkt sehr deprimierend, insbesondere, da jährlich nur 2% "Sprungpatente" angemeldet werden, die unsere Wirtschaft so dringend benötigte.

Unsere Deutsche Industrie zieht es vor, sich dem internationalen Wettbewerb mit bekannten Produkten auszusetzen. Hierbei werden 98 % aller Patentanmeldungen nur durch Ergänzungen oder Verbesserungen verwertet.

Wäre Bill Geats von Microsoft in Deutschland geboren, so wäre auch er an unserem System gescheitert und es gebe heute keine PC-Computer oder wäre der Deutsche Erfinder des Faxgerätes nicht nach dem in Deutschland sein Gerät als uninteressant abgetan wurde, in die Vereinigten Staaten gegangen, so würde es heute kein Faxgerät geben.

Um unseren gefährdeten Kleinkinder das Sicherheitsgerät so schnell wie möglich zur Verfügung stellen zu können, blieb also nichts anderes übrig als selbst zu beginnen und die Herstellung und den Vertrieb zu übernehmen.

Ich stellte einige Handmuster in meiner Garage her und konnte die Alarmanlage einigen Vertriebsfirmen im Hausalarmbereich vorführen. Die Reaktion war sehr positiv, jedoch waren sie nach ihrer Ansicht nicht der richtige Ansprechpartner, da ihr Kundenklientel nicht im Schwimmbadbereich lag.

Als Alternative bot sich somit dem ersten Anschein nach der Schwimmbadhandel an. Hier fehlte jedoch das technische Personal mit entsprechend elektronischen Kenntnissen.

Bei meinen persönlichen Befragungen div. Schwimmbadhändler, hat jeder von Unfällen mit Kleinkindern im Pool aus seinem Kundenkreis berichtet, jedoch konnte sich keiner der Befragten den Funktionssinn der Schwimmbadalarmanlage vorstellen.

Ich erhielt Antworten wie: "soll mit den Gerät der Wasserstand gemeldet werden" oder der PH/ Chlorgehalt des Wassers oder soll gemeldet werden, wenn Einbrecher baden gehen, usw. ...

Ein weiteres großes Problem lag darin, dass die meisten Poolbauer der Meinung waren, wenn die Einlaufdüsen unterhalb der Wasseroberfläche arbeiten, wird das gesamte Schwimmbeckenwasser, auch unterhalb der Wasseroberfläche durchflutet und somit kann mein Gerät nicht fehlerfrei arbeiten. Auf diese Ansicht war bis dahin auch ihre Werbung aufgebaut.

Diese absolut falschen physikalischen Kenntnisse wurde bis dato auch international vertreten und erschienen für mich zum damaligem Zeitpunkt als unüberwindliche Hürde. Eine Aufklärung der physikalischen Grundkenntnisse in der Unterwasserbewegung war für die Anerkennung der sicheren Funktionalität meines Gerätes unverzichtbar, da sonst mein Unterwasser-Abtastsystem chancenlos geblieben wäre.

Um hier weiter zu kommen, habe ich in den jeweiligen Landessprachen über 10.000 Informationsschreiben versandt.

Mit den Aufklärungsarbeiten hatte ich zwar den Handel überzeugt und bat bei seinen anschließenden Testergebnissen, sich nicht nur auf die sichere Funktion des Gerätes zu beschränken, sondern von nicht zu unterschätzender Bedeutung war die Berücksichtigung der unterschiedlichen internationalen Anforderungen und Wünsche an der Handhabung- und Designgestaltung. Erst durch die Paarung aller drei Kriterien konnte eine erfolversprechende Vermarktung stattfinden.

Dieses bedeutete, dass selbst unter günstigsten Bedingungen ein serienfertiges Gerät mit allen Anforderungen frühestens im Jahr 1990 zur Verfügung stehen konnte.

Alle o.g. Prüfsteine hat POOLSOLARM durchlaufen und parallel hierzu habe ich begonnen, mit dem o.g. Versuchsmodell eine internationale Marktsicherung und den anschließenden Vertriebswegen aufzubauen.

Internationale Resonanz

Durch meine Rundschreiben erhielt ich insbesondere aus dem Ausland erste vielversprechende Nachfragen. Hierunter war auch eine namhafte amerikanische Marketing Gesellschaft, die beauftragt wurde sich mit mir in Verbindung zu setzen. Nach einem kurzen Schriftwechsel bat der Präsident des Unternehmens, Herr Drescher um einen kurzfristigen Termin. Bereits in seinen Schreiben war seine Entschlossenheit für das Gerät unverkennbar, die ich bei unseren deutschen Unternehmen vermisst habe.

Ich teilte ihm mit, dass er zu jeder Zeit willkommen ist und ich würde ihn vom Flughafen abholen.

Schon nach vier Tagen konnte ich ihn begrüßen. Er war Mitte vierzig, hatte ein helles Kaschmirsakko mit geschmackvoll ausgesuchter Krawatte an und wirkte sehr seriös.

Nachdem wir uns gegenseitig vorgestellt und die üblichen Höflichkeitsfloskeln ausgetauscht haben, wollte ich seinen offenbar schweren Aktenkoffer abnehmen. Hier sagte er auf akzentfreiem Hochdeutsch "Vorsicht der Aktenkoffer ist sehr schwer, dort sind alles Unterlagen für Ihr Poolsolarngerät drinnen, die ich bisher schon für ihr Projekt zusammengestellt habe." Ich ließ mir nicht anmerken, dass ich erleichtert war, mit ihm in Deutsch sprechen zu können, jedoch konnte ich mir die Frage nicht verkneifen. Er sagte: "Ich bin in Berlin geboren und vor 25 Jahren nach Amerika ausgewandert".

Bereits auf der Fahrt zu mir nach Hause gab er mir das Gefühl, als wenn wir uns schon ewig kennen. Er machte absolut keinen Eindruck eines knallharten Geschäftsmannes von einem großen Unternehmen, sondern wirkte auf mich wie ein alter Freund. Ich glaube, dass hier auch der Schlüssel zu seinem Erfolg in den USA zu suchen ist.

Für seinen dreitägigem Aufenthalt hatte ich mir zuvor ein Programm zusammen erstellt, so dass mein erster Besucher aus dem Ausland, mit dem besten Eindruck von uns wieder nach Hause fährt.

Wir hatten uns so viel zu erzählen, so dass die Zeit wie im Flug verging und für mein Programm nur wenig Zeit übrig blieb.

Er berichtete wie ernst in Amerika die Unfälle mit Kleinkindern am Pool genommen werden und Immobilien sich an Eltern kaum verkaufen lassen.

Trotz aller Vorsicht, allein in Kalifornien jedes Jahr über 100 Kinder ertrinken und ein vielfaches mehr, im Koma oder für immer behindert dahin vegetieren müssen.

Ich zeigte ihm eine Reihe von Unfallmeldungen aus dem deutschen Raum und ein Bericht der sich in Chicago ereignete.

"Genau das ist der Punkt", sagte er und zeigte mir Unterlagen welche Anstrengungen die Behörden in den USA bereits unternommen haben.

Selbst in Ländern, in denen seit Jahren Zäune als Sicherheit vorgeschrieben sind, wird nach weiteren Alternativen gesucht, denn Erfahrungswerte haben z.B. in Australien gezeigt, dass seit Bestehen der gesetzlich vorgeschriebenen Zäune, die Aufsichtspflicht am Schwimmbekken vernachlässigt wurde und die Unfälle angestiegen sind.

In der Praxis wird ein vermisstes Kind erst in dem umzäunten Schwimmbekken gesucht, nachdem die Suche an anderen Orten erfolglos war. Hierbei kommt durch die zeitaufwendige Suche, die durch ein Alarmsignal hätte vermieden werden können, leider all zu oft ist jede Hilfe zu spät. Besonders gefährdet sind Kinder bis zu einem Alter von 7 Jahren, da sie sich bevorzugt Spielplätze suchen, die von Erwachsenen verboten wurden.

Hierbei wird der Ideenreichtum der Kinder, Hilfsmittel zum überwinden eines Zaunes zu finden, von den Erwachsenen meistens unterschätzt.

Nach seiner Meinung, unterstützt auch durch das Ergebnis seiner Recherche, kann zur Vermeidung von solch tragischen Unfällen mein Gerät "POOLSOLARM" beitragen. Durch einen lautstarken Alarmton werden die Helfer sofort auf das hineingefallene Kind aufmerksam gemacht, und es hat alle Chancen mit dem Schrecken davonzukommen.

Die US Consumer Product Safety Commission arbeitet derzeit an der Vorbereitung neuer Vorschriften für die Absicherung von Schwimmbecken. Nachdem bis vor kurzem die Einzäunung und Rollabdeckungen als das wichtigste Ziel galt, musste man inzwischen feststellen, dass dies allein nicht ausreicht und die Unfälle mit Todesfolge alleine in Californien auf jährlich 100 angestiegen ist.

Man plant nun, neben dem Zaun weitere Maßnahmen zur Unfallverhinderung zu ergreifen.

Die geplante Gesetzgebung ist bereits in einigen Gebieten in der Legislative; eine USA-weite Einführung wird im Verlauf der nächsten zwei bis drei Jahre erfolgen. Hierzu trägt auch die Arbeit der "Drowning-Prevention-Foundation" bei, die zusammen mit anderen Gremien die Durchsetzung der Gesetzesänderung betreibt.

Auch das National Spa & Pool Institute verstärkt seine Bemühungen um eine bessere Aufklärung speziell des Handels bezüglich der Sicherheitsfrage, die in einer Verbraucherstudie des Instituts von 1990 als Hauptgrund für die Nichtanschaffung eines Pools oder eines Hauses mit Pool angegeben wurde.

Er teilte mir beiläufig auch mit, dass er mit seinem Team seit drei Monaten an einer Marktstudie arbeitet die in Kürze fertig wird und ich dort alle Angaben wiederfinden werde.

Als er dieses so erzählte bekam ich Gänsehaut und mir wurde heiß und kalt. Ich dachte an die Steine die mir in Deutschland bisher in den Weg gelegt wurden und wie rückständig hier das Sicherheitsbewusstsein ausgeprägt ist. Hier reicht ein einfacher Jägerzaun und jeder hat seine Sicherungspflicht erfüllt.

Ich hatte fast den Eindruck er konnte meine Gedanken lesen, denn er schwenkte plötzlich um und erzählte von sich. Warum er vor 25 Jahren nach den USA ausgewandert ist und weshalb er heute jungen Unternehmern mit innovativen Ideen verhilft in den USA Fuß zu fassen.

Er empfahl mir dringend hier in Deutschland keine Kraft zu vergeuden und mit meiner Familie nach den USA auszuwandern. Seine Firma würde gerne gemeinsam mit mir das Gerät von Amerika aus auf den Märkten lancieren.

Hierzu ist es natürlich zwingend erforderlich, dass der Erfinder, denn nur der kennt sich mit der neuen Technik aus, auch Vorort tätig ist. Nach seinen Erfahrungen, folgen meistens auch noch weitere Erfindungen die nicht zu unterschätzen sind. Dieses sicherlich sehr verlockende Angebot kam für mich völlig überraschend und sagte zu ihm, dass ich die Überlegungen in meine Pläne mit aufnehmen werde.

Der Tag ging zu Ende und ich brachte ihn, sichtlich erschöpft von dem anstrengenden Flug in sein Hotel. Wir verabredeten uns für den nächsten Tag, den er gerne nutzen wollte, um bei der IHK vorzusprechen.

Bei der IHK wurden wir schon von einem Herrn Bremm erwartet. Der Inhalt des Gespräches war, Vermittlung und Kooperation von Firmen zwischen Deutschland und den USA und umgekehrt. Aber auch Unwegsamkeiten durch Behinderungen von Deutschen Behörden wurde angesprochen.

Als Herr Drescher anfang zu erzählen was er mit meinem Gerät vorhat, unterbrach Herr Bremm und fragte welche Kosten auf mich zukommen, er wird es doch nicht umsonst machen, insbesondere da ja die Einführungskosten auf dem Markt sehr hoch sein werden.

Herr Drescher antwortete sehr überzeugend, "solch eine Erfindung wird nur alle 100 Jahre einmal gemacht. Hinzu kommt, dass es nicht nur auf dem Papier steht sondern bereits ein funktionsfähiges Testgerät vorhanden ist.

Seine Gesellschaft wird alle Kosten übernehmen, das steht außer Frage". Herrn Bremm fiel darauf nichts ein und er sah mich eine ganze Weile an und wünschte mir viel Glück.

Am nächsten Tag flog Herr Drescher wieder zurück mit der Gewissheit, dass er zu jeder Zeit willkommen ist und unser erster Kontakt auf fruchtbarem Boden aufgebaut wurde.

Erst nachdem Herr Drescher abgereist war und ich bei einer ruhigen Minute alle Gespräche gedanklich Revue passieren ließ, wurde mir eigentlich so richtig bewusst, wie interessant und wichtig meine Erfindung war.

Es vergingen keine 3 Wochen und Herr Drescher rief an und fragte ob er kurzfristig mit seinem Ingenieur, Mr. Dior kommen kann. Die Marktstudie ist fertig, sie ist sehr umfangreich geworden und Mr. Dior hätten sich einiges für die Gestaltung des Gerätes überlegt.

Freude und Erwartung bewegten meine Gedanken. Freude, weil ich anscheinend jemanden gefunden hatte, der sich tatsächlich mit dem Produkt auseinandersetzt und Erwartungen über die Idee wie das Gerät, Konsumgerecht gestaltet werden könnte. Bisher war ich in allem völlig auf mich alleine gestellt und besonders bei der konsumgerechten Gestaltung des Gerätes total überfordert.

Ich wusste, dass meine eigene Kreation als Erfinder immer zu technisch ausfallen würde, mit der Laie mit Sicherheit unnötig überfordert wird.

Es schlich sich bei mir ein Gefühl ein, dass ich nicht deuten konnte und für mich fremd war oder vergessen hatte. Ein Gefühl, dass da jemand sein könnte, der mir Entscheidungen und mögliche Verantwortung abnimmt, die ich, solange ich zurück denken kann, immer selber treffen musste. Ich fand in meinem Innersten keinen Einklang und konnte damit nicht umgehen, so dass meine Freude in Misstrauen umschlug. Misstrauen, dass ich mir nicht anmerken lassen durfte um nicht der Gefahr zu laufen, bereits im Vorfeld alles kaputt zu machen.

Ich holte die Herren einige Tage später vom Flughafen ab. Dieses mal ging von Herrn Drescher eine Euphorie aus, die ansteckend war und mein Misstrauen vorübergehend vergessen ließ. Mr. Dior war Ende sechzig und machte auf mich einen ruhigen, fast opahaften Eindruck. Er sprach kein Wort Deutsch, so dass meine Englischkenntnisse gefragt waren.

Während der Fahrt zu mir nach Hause, bat Herr Drescher ob es möglich sein könnte, dass wir heute noch das Gespräch führen können, da sie morgen schon in Frankfurt einen anderen Termin hatten. Meiner Neugierde, nach dem was sie mir neues zu erzählen hatten kam der Wunsch sehr entgegen. Meine Frau hatte in der Zwischenzeit schon den Tisch mit Kaffee und Kuchen gedeckt. Herr Drescher übergab mir eine sehr umfangreiche Marktstudie von über 50 Seiten.

Während wir die Marktstudie durchsprachen, verwies Mr. Dior besonders auf die Seiten 10 bis 12. Hier haben seine Nachforschungen ergeben, dass meine patentrechtlich geschützte Unterwasser-Abtasttechnik, sich als einzige technische Lösung anbietet und auf Jahre, möglicherweise Jahrzehnte unangefochten konkurrenzlos bleiben wird. Er ist von der wirkungsvollen Technik fasziniert, konnte aber nicht herausbekommen was ich verwendet habe, das den Alarm zuverlässig auslöst.

Ich konnte nachfühlen was in ihm vorging als ich sagte "ein kleines Geheimnis muss ich für mich behalten". "Er möge hierfür Verständnis haben, dass ich heute noch nicht darüber sprechen möchte".

Sie erzählten, dass in ihren Ergebnissen aus über 1000 Umfragen auch wichtige Hinweise zur Formgestaltung und Handhabung dabei sind.

Hier ist ein FCC zugelassener Sender mit Hausempfänger zwingend, da bei geschlossenen Fenstern die Klimaanlage Geräusche macht und der Alarm am Pool nicht gehört wird.

Das Gerät sollte weiß, mit abgerundeten Ecken und kompakt sein. Ich soll mir einen großen Chevrolet vorstellen mit einem kleinen Motor. Die Amerikaner lieben das Wichtige auch wenn nicht viel drinnen ist.

Das Gerät sollte oben einen integrierten, Art Revolvergriff haben. Hiermit wird ein psychologischer Mitnameeffekt aus den Regalen der Kaufhäuser erreicht.

Jedes Gerät sollte mit einem Sicherheitsschlüsselschalter ausgestattet sein. Damit wird erreicht, dass nur eine Person für die Bedienung verantwortlich ist und kein Unbefugter das Gerät ausschalten kann.

In den Geräten dürfen aus Umweltschutzgründen kein Quecksilberakkus eingebaut werden.

Das gesamte Gespräch dauerte bis weit in die Nacht hinein und ich glaube, dass der Gedankenaustausch für alle Beteiligten einen sehr hohen informativen Stellenwert hatte.

Beide haben zum Schluss auf meine Frau und mich eingeredet, wir mögen uns doch schnell entscheiden nach Amerika auszuwandern um von dort aus gemeinsam die Märkte mit Poolsolarm zu bearbeiten.

Wir würden in Deutschland auf Hürden stoßen, die wir uns heute noch nicht vorstellen können.

Aus heutiger Sicht kann ich nur sagen "wie Recht sie doch hatten"

Auf Erfindermesse teilgenommen und Gründung meiner ersten GmbH

In den letzten 2 Jahren hatte ich eine Reihe von weiteren Erfindungen gemacht und zum Patent angemeldet. Um die Erfindung erstmals der Öffentlichkeit am besten vorzeigen zu können, erschien mir eine Erfindermesse in Nürnberg am besten geeignet.

So habe ich z.B. ein bis dahin völlig unbekanntes Verfahren angewandt um das Poolalarm-System zu einer umfassenden Hausalarmzentrale auszubauen.

Es empfängt das Alarmsignal vom Schwimmbecken und löst im Haus eine akustische Meldung aus. Die Hausalarmzentrale konnte aber auch an jede bestehende Hausalarmanlage angeschlossen werden.

Sie war durch moderne Modultechnik erweiterungsfähig als Babywächter, der zuverlässig Alarm gibt, wenn das Baby schreit.

Bei ungebetenen Besuchern in oder am Haus wurde durch einen angeschlossenen Infrarot - Bewegungsmelder Alarm geschlagen.

Das Besondere daran war, dass normale Bewegungen und Gespräche das Gerät nicht auslösten. Erst wenn jemand z.B. an Türen und Fenster hantierte, meldete es das Gerät durch ein lautes Warnsignal.

Mit der Hausalarm-zentrale war eine Überwachung von weiteren Einsatzgebieten möglich, wie z.B. von einzelnen Räumen, Lauben, Wohnwagen, Autos ect..

Als eine besonders gelungene Innovation war zweifellos mein Leckstellenfinder, der zur punktgenauen Ortung von in einer geschlossenen Decke eingedrungenem Wasser diente.

Mit seiner Hilfe wird auf verblüffend einfacher Weise erreicht, dass ein Flüssigkeitsleck bei einem in einer Decke oder in einem Fußboden verlegtem Rohrsystem (z.B. für Fußbodenheizungen oder begrünte Dächer) der Schadenseintritt nicht nur sofort gemeldet wird, sondern die schadhafte Stelle genau lokalisiert werden konnte. Es brauchte also z.B. nicht mehr die gesamte Decke oder der Fußboden aufgestemmt werden um die Stelle zu finden, es genügte eine Öffnung an genau der festgestellten schadhafte Stelle, die auch von Laien unschwer aufgefunden werden konnte.

Die Möglichkeit zur Schadens- und Kostenbegrenzung waren damit bedeutend. Denkt man hierbei z.B. an die Wasserleckgefahr durch begrünte Dächer oder durch die als problematisch bekannten Nassdächer.

Eine weitere Erfindung bestand aus einem "Mückenabwehr-Amulett". Das kleine Gerät erreichte einen zuverlässigen Schutz vor Mückenstichen und Insektenbissen. Zu dieser Erfindung wurde ich damals erstmals angeregt, als das Thema AIDS aufkam.

Ich ging davon aus, wenn die Mücke in tropischen Gegenden den Malaria Virus übertragen kann, dann müsste unsere europäische Mücke auch den AIDS-Virus übertragen können.

Zufälligerweise stand in einer Tageszeitung, dass unter dem Thema "Sie fragen , Experten antworten" Fragen zum Thema AIDS gestellt werden konnten. Ich rief an und bat um ein Gespräch mit der Tropenärztin. Frage: "Was passiert eigentlich, wenn ich am Badestrand liege, eine Mücke sticht meinen Nachbarn der sich neben mir sonnt, er jagt sie weg und anschließend sticht sie mich. Überträgt diese Mücke den Virus wie der Malaria-Virus in den Tropen übertragen wird ?". Es folgte eine ganze Weile keine Antwort und ich dachte wir sind unterbrochen. Ich sagte "Hallo?-- Hallo?" Antwort: "Na ja, es wird zur Zeit in Dallas darüber Forschung betrieben, aber bisher ohne Ergebnis".

Für mich war klar, dass es von ihr nur eine Verlegenheitsantwort war, denn ca. 6 Monate später las ich in der Zeitung, dass erstmals in Afrika diese Möglichkeit untersucht wurde. In den folgenden Jahren spalteten sich die Lager der Wissenschaftler, in es kann sein und es kann nicht sein. Ich habe die Angelegenheit nicht weiter verfolgt, allerdings sagte mir vor kurzem eine Bekannte, die mit AIDS-Patienten beruflich zutun hat, dass ihr zwei Fälle bekannt sind, wo nachgewiesen wurde, dass die Überträger Mücken waren.

Ich habe auf der Erfindermesse meine Befürchtung für mich behalten und das Mücken-Amulett, insbesondere für Menschen angeboten, bei denen herkömmliche flüssige Mittel, die auf der Haut aufgetragen werden, Ausschläge und Allergien verursachen können.

Das Interesse an dem Mücken-Amulett war so groß, dass noch während der Messetage ein Telegramm an meinem Stand gebracht wurde, in dem der Apothekerverband in Spanien wissen wollte, wann er das Amulett erhalten kann.

Ich glaube es war der dritte Tag, als ein Reporter mit einer sehr attraktiven jungen Frau an meinem Stand kam. Er stellte sich vor und sagte das seine Reportagen über DPA weltweit veröffentlicht werden. Er findet das Mücken-Amulett als beste Erfindung auf der ganzen Messe und möchte gerne ein Foto machen. Hierfür hat er auch die junge Dame mitgebracht, die sonst als Fotomodell arbeitet.

Er hatte nicht zu viel versprochen, denn innerhalb der darauf folgenden 4 Wochen, kamen Nachfragen bis aus Australien.

Leider konnte ich keinem mein Mücken-Amulett liefern. Ich stand vor der Frage, meine finanziell begrenzten Mittel für die Sicherheit unserer Kleinkinder am Pool einzusetzen oder eines meiner anderen offensichtlich durchaus vielversprechenden Erfindungen auf dem Markt zu bringen. Für mich war es selbstverständlich, dass ich mich für den schwierigeren Weg entschieden habe, für mein Schwimmbadalarmergerät "POOLSOLARM".

Auf der Messe war auch der "Israelische Erfinderverband" vertreten. Die beiden Vertreter des Verbandes, der Vice-President Mr. A. Shusterman und der President Mr. S. Kaner waren sowohl von meinem Poolsolarm-Gerät als auch von meiner Hausalarmzentrale begeistert. Wir verblieben, dass sie mich nach der Messe aufsuchen werden um vertragliche Lieferungen nach Israel zu vereinbaren.

Insgesamt war ich mit dem Ergebnis meiner Beteiligung an der Messe sehr zufrieden. Hier konnte ich meine ersten Erfahrungen sammeln und Gespräche mit späteren Vertriebspartnern für mein Poolsolarm-Gerät führen. Besonders das Poolsolarm, aber auch meine anderen Erfindungen, die sich z.T. noch im Erprobungsstadium befanden oder nur als Patentschrift vorhanden waren, wurden von den Medien im In- und Ausland veröffentlicht.

In einem ganzseitigem Artikel , unter dem Titel "Erfinder aus Passion" wurde ich mit einigen meiner anderen Innovationen vorgestellt. Hierbei handelte es sich um:

1. Ein Abstandsanzeiger der beim Rückwärts fahren, den Abstand zum nächsten Hindernis optisch und akustisch anzeigt.
2. Eine Badekappe die ein Signal aussendet, wenn z.B. ungeübte Schwimmer, länger als verträglich mit dem Kopf unter Wasser bleiben.
3. Ein akustisches Gerät für Blinde, das Hindernisse in bestimmter Tonlage meldet.
4. Ein Gerät das mit tastbaren Erhebungen für Blinde alles durch ein Objektiv eingefangene tastbar anzeigt.

Hiermit wären die sehbehinderten nicht mehr auf die Brailleschrift angewiesen und würden sich auch in fremde Umgebung zurecht finden.

Am Schluss der Erfindermesse hat eine Jury, die Besten Erfindungen prämiert. Ich bekam zwei Silbermedaillen und zwei Urkunden für mein Poolsolarm und meinem Leckstellenfinder.

Exkurs: FASZINATION VON HIGH-TECH

Aus der Gesamtheit aller vorgestellten sinnvollen und unsinnigen Erfindungen auf der Erfindermesse musste ich feststellen, das die Vorstellung, das jedes Unternehmen High-Tech sein müssen und das die Zukunft und der Geschäftserfolg ausschließlich auf diesem Gebiet zu suchen seien, ist ein folgeschwerer Irrtum.

Hier fanden einfachste Erfindungen von Privatpersonen ihre Anerkennung und z.T. mit bereits greifbaren Marktchancen.

Zweifellos werden wir in Zukunft mehr High-Tech haben und es gibt Unternehmen, die sich intensiv damit befassen müssen. Aber es ist gänzlich falsch, diese Ansicht zu verallgemeinern und es ist darüber hinaus volkswirtschaftlich schädlich, eine allgemeine High - Tech-Ausrichtung der Wirtschaft anzustreben, denn genauso zweifellos sind auch auf den Gebieten Low-Tech und No-Tech riesige Geschäftspotentiale vorhanden.

Natürlich sind Innovationen von großer Bedeutung, aber genaugenommen betrifft nur ein kleiner Teil davon wirklich den Hochtechnologie-Bereich. High-Tech produziert Schlagzeilen, erregt öffentliches Aufsehen und fasziniert die Ingenieure. All das ist jedoch nicht wesentlich. Es wird die richtige Technik gebraucht, um Nutzen für den Kunden zu schaffen, egal ob es sich dabei um No-Tech, Low-Tech oder High-Tech handelt."

Bei aller Euphorie von gelungenem No-Tech, Low-Tech oder High-Tech kann es vorkommen, dass Experten wichtige Hinweise übersehen, die sich außerhalb ihres Spezialgebietes abzeichnen und möglicherweise z.B. mit Spätfolgen unsere Umwelt schädigen.

Hier ist die Phantasie gepaart mit Allgemeinwissen gefragt, die häufig nur von unbelasteten Außenstehenden oder sogenannten Zufallsereignissen, bzw. Spontanideen zum Nachdenken anregen. Leider kommt es hierbei all zu oft vor, dass Experten mit plakativen Titeln, die durchaus nachvollziehbaren und glaubwürdigen Ideen von "Laien" nicht nachgehen.

Mit meiner sehr frühen Vision, dass möglicherweise auch unsere europäischen Mücken den AIDS Virus übertragen könnten, habe ich bereits berichtet und offensichtlich Experten zum Nachdenken angeregt.

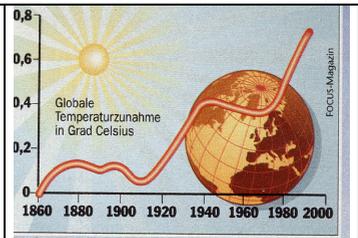
Leider musste ich aber auch die Erfahrung machen, dass in Deutschland erst nach dem Titel gesehen wird und nicht nach der Brisanz des anliegenden Themas.

Ein Beispiel: "Treibhauseffekt und Ozonschädigungen".

Bereits vor Jahren habe ich versucht zu dem Thema beizutragen und mit meiner Meinung bei Wissenschaftlern Gehör zu finden. Leider beschränken sich die Antworten auf bekannte vielfältige Annahmen, die alle bisher nicht bewiesen sind. Ich vermisste bei allen eine Bereitschaft, auch meine Ideen mit aufzunehmen, die vielleicht in einem tatsächlichen Zusammenhang des globalem Treibhauseffektes mit allen Begleiterscheinungen stehen könnte.

Globale Temperaturmessungen haben ergeben, das zeitgleich seit der Erfindung des Funkverkehrs die Klimaerwärmung bis heute um 0,7 Grad angestiegen ist.

Der erste messbare leichte Anstieg erfolgte ca. 1920 als Langwellensender in Betrieb genommen wurden. Der nächste bereits größere Temperaturanstieg wurde ca. 1940 nachgewiesen als Kurzwellensender hinzu kamen.



Ein extrem steiler Anstieg wird seit 1950 gemessen, der kontinuierlich mit der Einführung neuen Sendetechniken einher geht.

Heute wird mit Nachrichten-Satelliten die Erdoberfläche fast flächendeckend um ein vielfaches mit Sendeenergie beflutet.

Selbst wenn einige meiner Darstellungen z.Zt. noch utopisch erscheinen, so bleibt für mich doch weiterhin die Frage bestehen, inwieweit Sendeenergie Auswirkungen auf die Umwelt haben könnte.

Der seit Jahren mit Besorgnis zu beobachtende Anstieg der Temperaturen, mit allen Folgen, ist damit nach meiner Ansicht erklärbar. Denken wir in der Praxis an die Mikrowelle, die unsere Speisen erhitzt, oder an die Wärmetherapien in der Medizin. Hier werden u.a. zur Krebsbehandlung Frequenzen im UKW-Bereich verwendet und lokal Wärme von ca. 42 Grad erzeugt. Der gleiche Vorgang könnte sich in der Stratosphäre bzw. Atmosphäre durch die globalen hohen Sendefeldstärken der Nachrichtensatelliten wiederholen und damit u.a. auch die Klimaveränderungen verursachen.

Vergleicht man die seit ca. 25 Jahren rapide angestiegenen Umweltschäden mit dem zeitgleich stark angestiegenen Funkverkehr, sind Parallelen nicht zu verkennen.

Auch würde sich damit für mich erklären, wo die rund 30 Meter Tiefe Salzwasserschicht des Schwarzen Meeres, laut dem Bericht des Niederländischen Instituts für Meereskunde, in den vergangenen 30 Jahren verblieben ist.

Ähnlich wie mit meinem Chlorozon-Gerät, dass ich zur Reinhaltung des Wassers in meinem Schwimmbecken benutze, müsste sich auch der Elektro-Chemische Vorgang in unserer Atmosphäre verhalten.

In meinem Gerät wird mittels Schwachstrom, Salz in Chlorlauge und als Nebeneffekt u.a. auch Chlorgase erzeugt.

Bedenkt man, dass Glühbirnen in der Nähe eines Senders zum Leuchten gebracht werden können, so kann ich mir durchaus vorstellen, dass unser heutiges globales Sendeaufkommen ausreicht, aufsteigendes Meersalz aus den Weltmeeren chemisch umzuwandeln in Chlor und Chlorgas.

Ich stelle mir das folgendermaßen vor. Durch die aufsteigende Thermik gelangen Salze aus den Meeren in die Atmosphäre und werden als Schwebeteilchen, oder sogenannte Aerosole, mittels elektrischer Sendeleistung in der Atmosphäre, in Chlorlauge und Chlorgas umgewandelt. Diese chemischen Substanzen könnten tatsächlich für das immer größer werdende Ozonloch verantwortlich sein. Denken wir an das inzwischen verbotene FCKW-Gas, hier wurde nachgewiesen, dass dieses Gas die Ozonschicht zersetzt.

Was spricht also dagegen, das Sendeenergie und aufsteigende Meersalze, verantwortlich sein könnten, bei der globalen Klimaerwärmung und möglicherweise sogar für die Zersetzung der Ozonschicht.

Bei der Ursachenforschung haben sich die Wissenschaftler und insbesondere die Umweltschützer bisher auf Industrieabgase und Autoabgase eingeschossen. Hier sollen die Wellen von der Sonne zwar auf die Erdoberfläche auftreffen, aber durch Luftverunreinigungen wie in einer Käseglocke, auf die Erdoberfläche zurück reflektiert werden. Dieser verbleibende Restbestand wurde bisher im wesentlichen für die globale Erwärmung verantwortlich gemacht.

Für mich reichte diese Erklärung nicht aus und ist nach meiner Ansicht sogar widersprüchlich. Nach meiner Auffassung blieben bisher bei allen Überlegungen folgende Fakten unberücksichtigt

1.) Bei dem Ausbruch des Vulkans "Pinatubo" 1991, - dem bisher größten "natürlichen Experiment" zur Messung der Aerosol-Aktivitäten-, registrierten die Wissenschaftler 4,5 Watt/Quadratmeter Energieverlust - und eine deutliche Abkühlungsperiode.

Nach der bisher durch die Wissenschaftler vertretenen Theorie hätte aber eine Erwärmung eintreten müssen.

2.) Wo ist die 30 Meter Tiefe Salzwasserschicht des Schwarzen Meeres geblieben, bzw. was ist mit den fehlenden Meersalzen passiert.

3.) Wieso steigt auch die globale Temperatur gleichermaßen in Regionen wie z.B. in der südlichen Hemisphäre an. Hier sind außer flächendeckende große salzhaltige Meere keine Industrieabgase vorhanden.

Kann es nicht doch sein, dass die hohen Sendeenergien, Dynamik in das komplexe Klimageschehen auf der Erde bringen. Als anschaulicher Vergleich könnte hierbei die Mikrowelle oder die angewandte Kurzwelle in der Medizin heran gezogen werden. Fakt ist, dass die Wissenschaftler bisher keine Daten haben, die eindeutig beweisen, dass die von ihnen festgestellte Klimaerwärmung auf sogenannte Treibhausgase, <hier Industrieabgase oder Autoabgase>, zurückzuführen ist. Aber von all ihren Theorien, die diese Daten erklären können, passt ihnen anscheinend ihre Treibhaustheorie am besten.

Es scheint ein Privileg von uns Deutschen zu sein, in allen offenen Fragen, bzw. Unbekanntem, Experten zu bemühen und ausschließlich diese Ergebnisse ohne Vorbehalte anzunehmen. Quereinsteiger sind in unserem unzeitgemäßem System unbeliebt und ohne Titel finden sie kaum Gehör.

Denken wir an den Hauptmann von Köpenik, und die Auswirkung von Uniformen, dann dürfte es sicherlich für uns Deutsche von therapeutischem Wert sein, auch mit Titelträger kritischer umzugehen.

Bereits 1994 habe ich mich an Herrn Bundesminister Prof. Dr. Töpfer gewandt und vom "Bundesministerium für Umwelt" nur ein Antwortschreiben erhalten, in dem mir mitgeteilt wird, dass meine Dokumentation sehr Interessant ist und an die zuständigen Stellen weitergeleitet wird.

Leider habe ich keine weitere Antwort erhalten. Verfolgt man aber heute die Diskussionen der Fachleute, ist eine Abkehr zu der noch bis Anfang 1994 vertretenen Meinung, unverkennbar.

Je nach politischer Wetterlage, wird die alte Auffassung nur noch hervor geholt um damit Wählerstimmen zu sammeln und anstehende Steuererhöhungen dem Bürger zu erklären. Jüngstes Beispiel der "Grünen Partei", die Erhöhung der Benzinsteuer um 6 Pfennige.

Die eigentliche Ursache ist, die rund um den Erdball verteilten Satelliten mit ihren flächendeckend hohen elektrischen Sendeleistungen und, dass sich dadurch die Erdoberfläche erwärmt (wie in einer Mikrowelle). Alle anderen Theorien dem Vorzug zu geben, ist, wie die jüngsten verheerenden Stürme und Überschwemmungen zeigen, unverantwortlich.

Lieber Leser. Für vielen mag die Art meiner Überlegungen fremd sein. Anderen werden sie zu weiterführenden Gedanken anregen. Aber besonders würde ich mich freuen, wenn ich die bisher passiven Leser zu eigenem Nachdenken angeregt habe. Sie werden feststellen, dass damit ihr Leben um ein vielfaches bereichert und noch interessanter wird. Versuchen Sie es einmal. Wenn Ihnen kein Thema einfällt, nehmen sie einfach dieses:

Wir wissen, dass inzwischen unser Erdball fast flächendeckend durch elektrische Sendeleistung von Satelliten bestrahlt wird. Hinzu kommen noch alle elektrischen Geräte auf der Erde, z. B. Handy's, Fernsehgeräte, Lampen, Navigationshilfen u.s.w. die alle elektrische Energie erzeugen.

Und nun die Frage. Wird der bioelektrochemische Schaltprozess der Synapsen im Gehirn des Menschen dadurch beeinflusst oder nicht ?. Kann z.B. auch diese biochemoelektrische Beeinflussung zu weiteren Veränderungen im Organismus führen ?. Interessant ? Na dann Los ! Ein Tipp. Versuchen Sie bei Ihren Schlussfolgerungen Ihre eigene Identität zu behalten. Erlernen Sie auch zwischen den Zeilen zu lesen und kombinieren Sie dieses mit Ihren eigenen Kenntnissen, dann können Sie sich eine eigene unabhängige Meinung bilden.

Firma Kolbatz Elektronik GmbH gegründet

Nachdem ich von der Erfindermesse wieder nach Hause kam, empfing mich meine Frau ganz aufgeregt und zeigte mir einen Stapel Post. Auf Grund der Resonanz auf der Messe, war ich ein wenig vorbereitet, aber der Berg überraschte mich doch, insbesondere da das Ausland so stark vertreten war.

Noch bevor ich die Post ansehen konnte, erzählte mir meine Frau von einem Telefonat, dass sie sehr berührte. Hier hatte eine Dame aus Berlin angerufen, die von meinem Rettungsgerät "Poolsolarm" in der Zeitung gelesen hatte.

Sie hat am Telefon geweint und berichtet, dass ihr dreijähriger Junge vor 14 Tagen in ihrem Pool ertrunken ist. Sie wirkte am Telefon total verstört und meine Frau hatte den Eindruck, dass sie keinen Lebensmut mehr hatte.

Meine Frau versuchte beruhigend auf sie einzuwirken, hierbei kam ihr vielleicht ihre Ausbildung als Krankenschwester zu Gute, denn nach ca. 20 Minuten konnte sie sich einigermaßen vernünftig mit ihr unterhalten. Hierbei kam heraus, dass sie ihr Kind nur für den Moment aus den Augen gelassen hatte, als sie zur Gartentür ging um von dem Postboten die Post in Empfang zu nehmen. Sie meinte, wenn sie früher von unserem Gerät gehört hätte, hätte sie sich das Gerät auf jenen Fall angeschafft und ihr kleiner Liebling könnte heute bestimmt noch leben.

Während meine Frau so erzählte, dachte ich bei mir, oh je, da muss sie sehr stark gewesen sein, denn in der gleichen Situation war ich auf der Messe.

Hier trat ein Elternpaar an mich heran. Er war Kinderarzt und berichtete, dass sein Junge vor einem Jahr im Nachbargrundstück im Pool ertrunken ist. Während er erzählte holte seine Frau ein Taschentuch heraus und trocknete ihre Tränen. In mir regte sich etwas, was ich glaubte als Mann unter Kontrolle zu haben.

Aber ich muss gestehen, dass ich meine Gefühle nur einigermaßen unter Kontrolle halten konnte, weil ich versucht habe an etwas anderes zu denken.

Nachdem wir von dem tragischen Unfall Abstand gewonnen hatten, fragte ich, ob er weiß, wie lange ein Kleinkind unter Wasser bleiben kann ohne dass durch Sauerstoffmangel cerebrale Gehirnschäden eintreten. Er war sich sicher, dass je nach Wassertemperatur bis zu 20 Minuten keine Spätfolgen eintreten und durch den Alarm von meinem Gerät, die zeitaufwendige Suche nach einem vermissten Kind wegfällt und somit ein Kind alle Überlebenschancen hat.

Die fachliche Information des Kinderarztes waren für mich von besonderer Bedeutung und bestätigte mir noch einmal, dass tatsächlich unbeaufsichtigte Pool's und Gartenteiche mit "POOLSOLARM" sicherer gemacht werden konnten. Lediglich der Zeitfaktor bis zum Auffinden des Kindes spielt eine Rolle.

In der Praxis wird aber ein vermisstes Kind in dem umzäunten Schwimmbecken nicht vermutet, so dass die Suche an anderen Orten erfolgt. Hierbei kommt durch die zeitaufwendige Suche, die durch ein Alarmsignal hätte vermieden werden können, leider allzu oft jede Hilfe zu spät.

Besonders gefährdet sind Kinder bis zu einem Alter von 7 Jahren, da sie sich bevorzugt Spielplätze suchen, die von Erwachsenen verboten wurden. Hierbei wird der Ideenreichtum der Kinder, Hilfsmittel zum Überwinden eines Zaunes zu finden, von den Erwachsenen meistens unterschätzt.

Wie wichtig dieses Gerät war wurde mir immer deutlicher. Besonders als ich die ca. 300 Briefe die noch auf meinem Schreittisch lagen las, war für mich klar, dass es kein zurück gab, sondern dass ich handeln musste.

Die Briefe waren von leidgeprüften Eltern, dem Handel, aber besonders viele Importeure aus dem Ausland die Exklusivvertriebsrechte für mein Gerät in ihrem Land haben wollten.

Mit den gesamten Informationen bin ich zu eine Reihe von in Frage kommenden Firmen gegangen und habe versucht auf Lizenzbasis einen Hersteller zu finden. Ohne Erfolg. Den einen war die Technik zu neu. Anderen die Investitionskosten zu hoch. Dritte hatten Angst vor Schadenansprüche aus der Produkthaftung wenn das Gerät einmal versagen würde.

Mir blieb also nichts anderes übrig als selbst eine Firma zu gründen und die Geräte herzustellen. Von meinem Fernsehgeschäft, das ich schon über 25 Jahre hatte, teilte ich ca. 50 qm für die neue Firma ab und meldete diese unter dem Namen "Kolbatz Elektronik GmbH" bei der Handelskammer an.

Hier entstanden bereits die ersten Probleme mit unserem Deutschen System.

Sowohl die Handelskammer als auch die Handwerkskammer bestanden darauf, das ich einen Meister einstellte, da es sich hierbei um eine handwerkliche Tätigkeit handelte. Auf meine Frage hin, aus welcher Fachrichtung der Meister kommen muss, erhielt ich Achselzucken mit der Bemerkung, "das müssen sie doch am besten wissen".

Ich erklärte die Funktionsweise meines Gerätes und das es bisher auf Grund der Innovation noch keine Berufsbranche gibt, in der ein Meister alle erforderlichen Wissensgebiete abdeckt. Ein Meister müsste somit von mir erst angelernt werden. Die Antwort war "so etwas gibt es gar nicht, dann müssen sie sich eben so viele Meister suchen wie sie benötigen".

Nach vielem hin und her waren sich die Herren einig, dass mindestens drei erforderlich sind, die in der Gesamtheit wenigstens annähernd meine fachliche Richtung abdecken zu könnten.

Für mich war nicht nur aus finanziellen Gründen diese Forderung unannehmbar, sonder völlig irrwitzig, da ich noch niemandem hatte der die Geräte montierte, aber dafür drei Meister, ohne fachliche Qualifikation für meiner innovativen Technik.

Die Situation sah für mich aussichtslos aus, jedoch konnte und wollte ich mich nicht geschlagen geben.

Einige Tage später las ich in der Zeitung die Überschrift "zwei Brüder im Schwimmbecken ertrunken". Hier hatte ein fünfjähriger versucht seinen dreijährigen Bruder aus dem Wasser zu holen und ist dabei ebenfalls ertrunken. Mit diesem Bericht bin ich wieder zur Handelskammer gegangen und habe gefragt, ob sie hierfür künftig die Verantwortung übernehmen wollen.

Nachdem wir noch einige unterschiedliche Meinungen ausgetauscht haben, merkte ich doch, dass er nachdenklicher wurde. Er führte mich eine Etage höher in ein Zimmer und bat mich dort zu warten. Nach einer Weile wurde ich in das angrenzende Zimmer hineingerufen. Bereits während ich meine Probleme noch einmal erzählte, hatte ich den Eindruck, dass hier zugehört und ernsthaft nach Lösungen gesucht wurde. Ich sagte zum Schluss, dass hier ein Sonderfall vorliegt und entsprechend behandelt werden muss. Dieser Satz muss anscheinend die Initialzündung gewesen sein, denn er sagte, wir werden Ihre Gesellschaft als Industrie Unternehmen eintragen, damit können wir die Handwerksordnung umgehen und Sie brauchen keine Meister einzustellen.

Es dauerte nicht lange und ich bekam meine Gewerbe genehmigung mit dem Eintrag "Kolbatz Elektronik GmbH" "Herstellung und Vertrieb von Schwimmbadalarmanlagen mit elektronischem Zubehör.

Aufbau der ersten Produktion/Vertriebsstätte

Für meine ersten kommerziellen Gehversuche auf den Gebieten

1. Verbraucherfreundliche Entwicklung des Gerätes.
2. Aufbau und Produktpflege im Internationalen Markt.
3. Mobilisierung der internationalen Presse

stand mir für die Kolbatz Elektronik GmbH ein ca. 50 qm großer Raum neben meinem Fernsehgeschäft zur Verfügung.

Hinzu kam auf meinem ca. 10 km entfernten Grundstück ein Schwimmbecken für Testzwecke, ein kleiner Raum in dem ich meine Produkte weiter entwickeln konnte und eine Garage mit zusätzlich überdachtetem Unterstand für die Lagerhaltung.

Meine neue Aufgabe war für mich eine hoch interessante Herausforderung, jedoch durfte ich dabei meiner Verpflichtung gegenüber meinem Lehrmädchen und meinem Techniker, die im Fernsehgeschäft tätig waren nicht vernachlässigen. Durch den günstigen Standort neben dem Geschäft war ich zu jeder Zeit erreichbar und konnte somit auch dort meine Arbeit fortsetzen.

Für die neue Gesellschaft richtete ich zwei Arbeitsplätze mit entsprechenden Werkzeugen und Messinstrumenten ein.

Eine fachlich geeignete Montiererin und eine Studentin war schnell gefunden, so dass die ersten Mustergeräte hergestellt werden konnten. Alle Geräte habe ich anschließend in meinem Schwimmbecken auf einwandfreie Funktionstüchtigkeit getestet, bevor sie versandt wurden.

Die Herstellung der ersten Geräte waren noch sehr zeitaufwendig, so dass hier nur vier Geräte pro Tag hergestellt werden konnten. Um hier halbwegs kostendeckend arbeiten zu können, musste ich mindestens einen Verkaufspreis in Höhe von DM 1.289,- erzielen.

Meine Befürchtung, dass der hohe Preis vom Kauf abschreckt bestätigte sich nur bei einigen. Weit aus größere Probleme sah ich aber bei der Konsumenten gerechten Designgestaltung und für den Laien verständliche Handhabung des Gerätes.

Hier machte sich nicht nur die fehlende Konkurrenz bemerkbar in deren aufgebauten Markt ich hätte einsteigen können, sondern hinzu kam, dass ich keinen hatte von dem ich wenigstens Ansatzweise mir hätte eine Inspiration holen können.

Hinzu kam, dass keine Erfahrungswerte bei der Materialbeschaffenheit für derartige Geräte vorlagen, die auch unter extremen Bedingungen in Pool's eingesetzt werden konnten. Das Gerät musste große Hitze durch Sonneneinstrahlung in südlichen Ländern, so wie extreme Kälte im Norden standhalten. Selbst ätzende Chlordämpfe durften das Gerät nicht verändern. Andererseits musste ich aus Umweltschutzgründen abbaubare Materialien verwenden.

Ich stand hier besonders unter Druck, denn mein endgültiges verkaufsfertiges Gerät musste nicht nur diese Kriterien erfüllen, sondern bei dem Betreiber optisch vertrauenserweckend wirken und absolut, dass heißt zu 100% zuverlässig sein.

Ich habe beschlossen die endgültige Designgestaltung und Handhabung zu einem späteren Zeitpunkt festzulegen. Hierbei wollte ich auch Wünsche und Vorschläge von Schwimmbadhändlern mit einbinden. Mein vorrangiges Ziel war , vorerst mit den vorhandenen Mustergeräten eine Vertrauensbasis zur Technik aufzubauen. Hierfür habe ich von der Technischen Fachhochschule Berlin ein Gutachten erstellen lassen.

Die beiden Professoren, Prof. Dr. Sternberg und Prof. Dr. Fritz waren ungläubig, als sie mein Gerät im Pool sahen und meinten, dass die Gegenstromanlage grundsätzlich Fehlalarm auslösen muss und warum ich nicht ganz einfach ein Hydrophon nehme.

Nachdenklich wurden sie als ich ihnen sagte, dass ein Hydrophon eine ständige Stromquelle benötigt und mein Gerät nicht.

Hinzu kommt noch, dass in einem Schwimmbecken starke Umgebungsgeräusche vorhanden sind, (wir kennen dieses wenn wir in der Badewanne untertauchen) und dieser Geräuschpegel entschieden höher ist, als wenn ein Kleinkind in den Pool rutscht. Wie soll also ein Hydrophon unterscheiden, das gerade draußen ein LKW mit 60 Dezibel vorbei fährt, andererseits ein hinein rutschendes Kind aber höchstens 10 Dezibel auslöst.

Die beiden Professoren waren skeptisch, dass in einem Pool derart hohe Eigengeräusche vorhanden sind und vertagten den Test. Ihr Anliegen war, der Sache auf den Grund zu gehen und wollten sich hierfür Messgeräte aus einem Institut aus Hannover schicken lassen.

Nach etwa 14 Tagen bauten sie auf meine Terrasse einen Messplatz auf und hängten ein Hydrophon in mein Schwimmbecken. Bereits die ersten Messungen ergaben einen Geräuschpegel von Zeitweise über 30 Dezibel. Sie fragten mich, ob ich die Umwälzanlage anhätte oder sonst ein elektrisches Gerät. Ich verneinte und sie überzeugten sich anschließend vorsichtshalber selbst davon.

Erst zu diesem Zeitpunkt hatte ich den Eindruck, dass sie mich etwas ernster nahmen und die Barriere zwischen einem Experten und einem Laien kleiner wurde.

Ich schaltete alle elektrischen Geräte, auch die Umwälzanlage vom Pool wieder ein um zu demonstrieren, dass diese Geräte keinen Einfluss auf die Funktionstüchtigkeit meines Gerätes haben.

Das Poolsolarm- Gerät war am Beckenrand, gegenüber den Einlaufdüsen von der Umwälzanlage aufgestellt und eingeschaltet. Beide Professoren standen neben dem Gerät.

Bei meinen ersten Versuchen habe ich eine Wärmflasche in 11,5 Meter Entfernung auf den Schwimmbeckenrand gelegt und mit dem Fuß auf die ca. 15 cm tiefer befindliche Wasseroberfläche gestoßen. Nach ca. 1 Meter ebten die Wellen ab und nach 2 Meter war auf der Wasseroberfläche keine Bewegung zu sehen. Und dennoch löste das Poolsolarm-Gerät nach ein paar Sekunden einen durchdringend lauten Alarm aus, so dass die beiden Professoren sich erschraaken.

Ihren Gesichtsausdruck und die anschließende Bemerkung "ich soll sie doch nicht veralbern, ich habe doch den Alarm mit etwas anderem ausgelöst" habe ich bis heute nicht vergessen.

Ich wiederholte den Test unter gleichen Bedingungen und das Gerät meldete auch dieses mal Alarm. Daraufhin musste ich mich weit weg vom Pool stellen und während die Herren mich genau beobachteten, führten sie den Versuch selbst durch. Auch hierbei löste das Gerät zuverlässig Alarm aus. Sie wiederholten mehrmals ihre Tests, jedes Mal mit dem gleichen Ergebnis.

Nachdem ich versucht habe den Ablauf unterhalb der Wasseroberfläche die Wirkungsweise des Poolsolarm-Systems zu erklären, waren die Herren sich einig, dass sie in ihrem Institut weitere Tests durchführen müssen, um meine Behauptung bestätigen zu können. Sie werden dabei u.a. auch Fachleute aus Hamburg hinzuziehen, die im Wasserströmungskanal Versuche für den Schiffbau durchführen.

Nach ca. 4 Wochen bat mich Herr Professor Fritz zu sich in sein Institut und bestätigte meine Angaben. Das Gespräch war sehr angenehm und aus seinen Erzählungen konnte ich entnehmen, dass sie sich mit großem Interesse und Aufwand meinem Gerät angenommen haben. Er überreichte mir ein 12 seitiges Gutachten in dem auf der letzten Seite als Zusammenfassung stand:

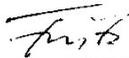
5. Zusammenfassende Stellungnahme

Es läßt sich aufgrund unserer Funktionsversuche und der durchgeführten schalltechnischen Messungen aussagen, daß das System zur Überwachung von Schwimmbecken "Poolalarm" einwandfrei und zuverlässig arbeitet.

Aufgrund unserer Beobachtungen und Untersuchungen sind wir der Meinung, daß das System "Poolalarm" aus sicherheitstechnischen Aspekten für alle offenen Schwimmbad- und Teichanlagen als **sehr empfehlenswert** eingestuft werden kann.

ILFA-INSTITUT BERLIN


Prof. Dr. J. STERNBERG


Prof. Dr. A.H. FRITZ

Wir fachsimpelten noch ein wenig und hierbei gestand er, dass er sich anfangs sehr schwer getan hat, den Ablauf unter der Wasseroberfläche nach zu vollziehen. Es gibt bisher umfangreiche Literatur im Bereich Wasserverdrängung und Strömungsabrisse bei Schiffen, aber keine Abhandlung über meine für ihn sehr interessanten Erkenntnisse der Unterwasserbewegung.

Mit dieser Aussage war mir klar, dass der Schwimmbadhandel ungläubig auf mein Gerät reagierte und ich wusste, dass mir noch viel Aufklärungsarbeit bevorstand. Es wird für mich nicht einfach sein, als Außenstehender die Schwimmbadfachleute davon zu überzeugen, dass ihr erlerntes falsch war. Die Ausbreitung der Wasserströmung, unterhalb der Wasseroberfläche, sich also anders verhält als sie in ihrer Werbung darstellen.

Meine Befürchtung, dass allein Informationsschreiben noch kein Umdenken zur Folge haben wird, sollte sich leider erst später bestätigen.

Mein vorrangiges Ziel war somit vorprogrammiert und ich musste als erstes Vertrauen zu meiner Unterwasserabstasttechnik und somit zu meinem Poolsolararmsystem schaffen.

Hierzu konnte vorerst das Gutachten, aber auch der Handwerkerpreis, den ich in der Zwischenzeit, persönlich von unserem Berliner Senator für Wirtschaft und Arbeit, Herrn Senator Elmar Pieroth verliehen bekam, beitragen.

Ich möchte hierbei nicht verschweigen, dass ich mich über die Auszeichnung und den finanziellen Betrag gefreut habe und auf Grund der Verleihung des Handwerkerpreises, einige Tage später bei der Deutschen Bank, zum Essen eingeladen wurde.

Für mich sollte die Einladung eine Ehrung sein. Ich selbst hatte aber für derartige Ehrungen nicht viel übrig und wenn meine Frau nicht so auf mich eingeredet hätte, hätte ich am liebsten abgesagt.

Viel mehr beschäftigte ich mich mit der Frage, wie kann ich am schnellsten und ohne hohe Kosten auf mein Gerät aufmerksam machen konnte. Hierbei die Zuverlässigkeit unter Beweis stellen und gleichzeitig das Sicherheitsbewusstsein bei den Eltern wecken.

Mit meinen bisherigen Rundschreiben hatte ich nur wenig Erfolg. Die Ergebnisse bei meinen besuchten Schwimmbadhändlern ließen zwar hoffen, aber der Aufwand war zu groß. Hilfreich wäre eine Internationale Schwimmbadmesse, zu der ich alle hätte einladen können und bei einem Art Seminar aufklärend wirken können.

Leider fand aber erst die nächste Messe am Ende des darauffolgenden Jahres statt, so dass ich diese Idee vorerst verschieben musste.

Was nun ?! - Auf der einen Seite kam ich nicht weiter und auf der anderen Seite ertranken aber in der Zwischenzeit Kinder. Hierbei kam mir der Gedanke, das es doch im öffentlichen Interesse sein müsste, wenn das Gerät so schnell wie möglich bekannt wird. Ich habe daraufhin, einige Zeitungen, sowie Rundfunk und Fernsehanstalten angeschrieben und für die Vorführung meines Gerätes zu mir nach Hause eingeladen.

Es kamen alle. Im Garten waren ca. 50 Reporter, z.T. mit Kameras und Beleuchtung. Mit dem Büfett das meine Frau aufgebaut hatte, war es wie bei einer Gartenpartie nur ohne Musik.

Um die Vorführung effektiv gestalten zu können, habe ich einen Jungen von einem Schwimmverein eingeladen, der sich in den Pool fallen lassen sollte.

Die Vorführung war ein voller Erfolg. Der Fernsehsender SAT 1 brachte die komplette Vorführung, mit meinem anschließendem Interview in ungekürzter Länge, in den Abendnachrichten. Andere schilderten die Vorführung auf der Titelseite und im Radio wurde die Reportage mehrmals wiederholt. Noch nach Tagen wurde ich von anderen, ins Studio gebeten.

Mir war klar, dass ich hiermit nicht nur effektiv das Sicherheitsbewusstsein der Eltern wecken konnte, sondern auch Vertrauen zum Gerät. Mir war aber auch klar, dass diese Veröffentlichungen nur überwiegend regional die Eltern erreichten und alles allzu schnell wieder in Vergessenheit geraten wird.

Obwohl das Gerät noch nicht seine endgültige Form hatte wurde es gekauft und es kamen keine Beanstandungen. Selbst der hohe Preis von DM 1.298,- störte offensichtlich nicht. Aber der richtig große Markt schien doch in Ausland zu sein. Offensichtlich war hier das Sicherheitsbewusstsein gegenüber den gefährdeten Kleinkindern am Pool ausgeprägter als in Deutschland.

Dieses zeigte sich jedenfalls an Hand der mir vorliegenden internationalen Nachfragen. Hier stand ich, um nur einige zu nennen, mit Importeuren aus Saudi-Arabien, Australien, Neuseeland, Singapur und den USA im schriftlichen Kontakt. Ihr Ziel war es, das Gerät zu einem annehmbaren Preis mit vertraglich zugesicherten Exklusivrechten für ihr Land zu erhalten.

Die Exklusivrechte mit einer vertraglich garantiert hohen Stückzahl waren für sie Bedingung, um ihre hohen Investitionskosten bei der Marktaufbereitung decken zu können. Ich konnte zu der Zeit die geforderten hohen Stückzahlen nicht liefern, so dass ich alle vorerst vertrösten musste.

Einer von Ihnen, den ich auf der Erfindermesse kennen gelernt habe ließ jedoch nicht locker und besuchte mich. Es war der Vize-Präsident Mr. A. Shusterman und der Präsident Mr. S. Kaner vom Israelischen Erfinder-Verband.

Von den Herren erhielt ich meine erste Lektion in Punkto Verhandlungen. Wir stritten uns in den darauffolgenden zwei Tagen zum Teil auch um Kleinigkeiten und als ich dachte nun sind wir uns über alles einig, fingen sie am dritten Tag von vorne an.

Fazit der Geschichte war, das sie nicht nur 100 Poolsolarm- Geräte ohne jegliche Zugeständnisse abgenommen haben,

sondern zusätzlich noch meinen Hausalarm, im Warenwert von rund DM 50.000,-- abnehmen mussten. Der Vertrag wurde von ihnen mit Stempel, Unterschrift und einem gemeinsamen Foto besiegelt.

Für mich war diese Art von Verhandlungen völlig neu, aber im Ergebnis besser als erwartet. Ich dachte bei mir "oh je", wenn alle künftigen Verhandlungen so anstrengend verlaufen, dann hast du dir aber was vorgenommen."

Ich glaube nicht, das zu dem guten Vertragsergebnis allein mein ausdauerndes Verhandlungsgeschick zu diesem Erfolg führte, sondern das Produkt selbst.

Übereinstimmend schilderten beide Herren von tragischen Unfällen mit Kleinkindern im Pool und sahen mit meinem Gerät hier eine Chance Abhilfe zu schaffen.

Trittbrettfahrer und erste Großaufträge aus dem Ausland

Wenn ich heute auf die Jahre 1989 und 1990 zurückblicke und berücksichtige, das mein Rettungsgerät ein saisonbedingter Sommerartikel ist, so wurde das Gerät doch in ungewöhnlich kurzer Zeit auf dem Markt angenommen. Dieses sehr gute Ergebnis war aber auf keinem Fall nur mein Verdienst, sondern war im wesentlichen auf die hervorragende Zusammenarbeit und Bereitschaft der Medien zurückzuführen.

Ihr Verdienst ist es, das bei Behörden und insbesondere bei den Eltern mit gefährdeten Kindern das Sicherheitsbewusstsein geweckt und zum Kauf des Gerätes angeregt wurde.

Wo Licht ist, ist aber auch Schatten und es wurden eine Reihe von sogenannten "Trittbrettfahrer" angezogen,

die auf unschöne Art ihre Vorteile suchten. Ich denke hierbei zum Beispiel an einem Spanier, der mich besuchte. Er wollte die Exklusivrechte für den Vertrieb meines Gerätes "Poolsolarm" in ganz Spanien haben und bot mir an, das Warenzeichen "POOLSOLARM" bei dem Spanischen Patentamt für mich und auf meinem Namen anzumelden.

Nachdem er mir sein Vertriebskonzept näher vorstellte, merkte ich jedoch sehr schnell, dass Seriosität nicht seine Stärke war und mein Image für mein Sicherheitsgerät darunter leiden könnte. Nachdem ich ihn höflich absagte, wurde ich beschimpft und er sagte "ich werde noch an ihm denken und auf dem spanischem Markt mit meinem Gerät kein Fuß fassen". Ich hatte den Eindruck dass er sich in seinem spanischen Stolz gekränkt fühlte und seine spanische Mentalität mit ihm durchging. Er gab mir keine Chance für ein vernünftiges Gespräch.

Alleine schon die unschöne Art bestätigte mir, dass meine Entscheidung richtig war, jedoch wie sich erst ca. ein Jahr später herausstellte, sollte sich seine Drohung bewahrheiten.

Aus Spanien lagen mir insgesamt 26 Nachfragen vom Handel und der Industrie vor, die alle den Vertrieb in ihrem Land mit meinem Poolsolarm-Gerät übernehmen wollten. Wer nun denkt, dann ist ja alles ganz einfach, der irrt gewaltig und versteht vom internationalem Marktgeschehen nichts.

Hier nur einige Beispiele die von meiner Firma und von meinem Vertragspartner erfüllt werden mussten um langfristig erfolgreich zusammen arbeiten zu können.

1. Der Vertragspartner hatte für die Einführung des Produkts alle Kosten selbst zu tragen. Hierunter sind insbesondere, Zeitschriftenwerbung, Rundfunk- und Fernsehwerbung,
2. Messebeteiligung und drucken von eigenem Prospektmaterial zu verstehen.

3. Damit sich der hohe finanzielle und persönliche Einsatz rechnet und kein anderer anschließend die Früchte erntet, wurde von allen die Bedingung gestellt, das sie einen langjährigen Exklusivvertrag mit einer vertraglich garantierten jährlichen Liefermenge erhalten.
4. Sowohl ich als Hersteller und Lieferant, als auch alle Importeure hatten mit einer hohen Vertragsstrafe zu rechnen, wenn nachgewiesen werden kann, dass einer den Gebietsschutz verletzt und sich damit Vorteile verschafft.

Diese vertraglichen Beispiele sind für alle Beteiligten von existentieller Bedeutung und der entgegen gebrachte Vertrauensvorschuss wurde von allen begrüßt.

Von den 26 Bewerbern hat sich besonders die Firma spanischen Firma Quimica Industrial Malaguena, S.A. in Malaga favorisiert. Hierbei handelte es sich um 5 Herstellerfirmen von Schwimmbad- und anderem Zubehör, die in Kooperation unter dem Firmennamen Q.I.M.S.A. tätig waren und mit ihren Produkten den Schwimmbadbereich in Spanien zu 80 % abdecken. Die 200 Verkäufer waren fest angestellt und im Land flächendeckend verteilt. Nachdem durch wechselseitige Korrespondenz die Umriss der vertraglichen Inhalte geregelt waren, wurde ich von der Firma zu den abschließenden Vertragsverhandlungen nach Malaga eingeladen. Hierfür nahm ich Frau Petzelli von Rosador mit, die ich als Innovationsassistentin eingestellt hatte und fließend Spanisch, Englisch und Französisch sprach.

Wir wurden von dem Generaldirektor, Herrn Francisco Zambrana del Pozo vom Flughafen abgeholt und zu einem first class Hotel gebracht, in dem er uns zwei Zimmer reserviert hatte. Nach ca. 2 Stunden holte er uns wieder ab und wir fuhren zu seinem Werk.

Seine Firma bestand aus einer Fabrikhalle und einem angrenzenden Bürogebäude das sehr geschmackvoll mit hellem Marmor und viel Messing ausgestattet war. In einer Etage war ein Büroraum mit ca. 60 Computerplätzen und div. angrenzenden Räumen. Hierunter befand sich auch ein Konferenzraum in dem wir schon von den anderen Direktoren erwartet wurden.

Die Atmosphäre war sehr freundlich, jedoch waren die Verhandlungen sehr schwierig um alle Wünsche von den 5 Direktoren und meine Interessen im Einklang zu bringen. Frau Petzelli von Rosador mit ihrem perfektem Spanisch war für uns alle von unschätzbarem Wert.

Sie kannte bisher meine Verhandlungsart nicht und befürchtete zeitweise, dass meine, von den Direktoren als unannehmbar bezeichneten Forderungen die Verhandlungen zum Scheitern bringen würden. Ich bat sie um mehr Vertrauen und sie soll genau das Übersetzen was ich sage. Hierbei merkte sie sehr schnell, dass meine plausible Argumentation und konsequente Haltung in den für mich wichtigsten Punkten auch zum Erfolg führten.

Nach 3 Verhandlungstagen waren wir uns einig und es wurde ein Vertrag mit folgendem wesentlichem Inhalt unterzeichnet

- 3.2 Ein Export außerhalb des Vertragsgebietes, kann nur mit schriftlicher Genehmigung von Kolbatz erfolgen. Zuwiderhandlung wird durch eine Vertragsstrafe von DM 1.000.000,- sowie einer fristlosen Kündigung geahndet. Bei Verschulden von Q.I.M.S.A. kann Kolbatz Schadensersatz fordern.
8. Mit Unterzeichnung des Vertrages besteht eine Abnahme-Verpflichtung ab Anfang April 1990 1.000 Stück, wobei Q.I.M.S.A. die Menge um 20% nach oben oder unten abweichen kann, und ab 1991 1.500 Stück pro Jahr bis 1996, wobei Q.I.M.S.A. diese Menge jährlich erhöhen kann.

- 8.1** Erfüllt Q.I.M.S.A. die unter Punkt 8. Bezüglich der Menge festgesetzte Konditionen nicht, so ist für jedes nicht abgenommene Stück eine Strafe von 20% des Kaufpreises zu zahlen.
- 10.** Von Kolbatz gelieferte Ware bleibt bis zur vollständigen Bezahlung sein Eigentum. Die Lieferungen erfolgen nach eingegangenem Bankakkreditiv bei der Bank von Kolbatz. Versand, Verpackung und Versicherung gehen zu Lasten von Q.I.M.S.A.

Sichtlich zufrieden mit dem Ergebnis, wurden wir von Herrn Zambrana del Pozo am 4. Tag vom Hotel abgeholt und zu einem Cocktailumtrunk zu sich nach Hause gefahren. Sein Anwesen befand sich, umrandet mit einer hohen weißen Mauer auf einer Bergkuppe mit freiem Blick auf das Meer. Noch bevor ich mich den zu unserem Anlass geladenen ca. 50 Gästen zuwandte, habe ich für einen Moment den traumhaften Anblick auf mich einwirken lassen und sah schemenhaft am Horizont Marokko.

Ich habe erwartet, dass von den Gästen an mich viele Fragen gestellt werden und deshalb vorsorglich ein Gerät zum Vorzeigen mitgenommen. Es handelte sich hierbei allerdings um ein handgefertigtes Muster der künftigen zweiten Generation, das erst nach seiner endgültigen Formgestaltung, voraussichtlich zu Ende 1990 in Serie gefertigt werden sollte.

Von einem Gast kam ein sehr interessanter Vorschlag mit dem das Aussehen des Gerätes noch weiter aufgewertet werden könnte. Ansonsten wurde von allen das Design als gelungen angesehen und erwarteten von mir eine Vorführung in dem Pool.

Ich befürchtete mich zu blamieren, da der Pool sehr groß war und außerdem eine nierenförmliche Form hatte.

In einem derartigen Pool hatte ich bisher keine Gelegenheit das Mustergerät zu testen. Alle standen erwartungsvoll um den Pool und mir blieb nicht anderes übrig als den Test zu wagen.

Mit viel Beifall habe ich erfolgreich mehrere Tests an unterschiedlichen Stellen des Pools durchgeführt.

Anschließend fuhrten wir in einem Autokorso, gefolgt von den Direktoren mit ihren Frauen und ihren engen Verwandten durch Malaga zu einem nahegelegenen Strandrestaurant.

Hier wurden wir schon erwartet und es gab viele Spezialitäten aus dem Meer, von denen ich bis dahin noch nie etwas gehört hatte. Ich merkte das ich beobachtet wurde als ich mir von jedem nur ein wenig auf meinem Teller tat. Um Spekulationen vorzubeugen, dass es mir evtl. nicht schmeckt, habe ich ein großes Lob ausgesprochen, das sichtlich erleichtert und dankend angenommen wurde.

Noch während des Rückflugs habe ich mit Frau Petzelli von Rosador beratschlagt, wie wir unseren ersten Großauftrag am besten nachkommen können. Hierfür hatten wir weder Lagerraum noch ausreichend Platz für die Herstellung zur Verfügung.

Durch einen Zufall wurde zu der Zeit in unmittelbarer Nähe eine Fabrikhalle frei. Dort hatte der Vermieter im Keller einen eigenen Swimmingpool in dem ich die Endkontrolle für alle Geräte durchführen konnte. Ich habe nicht lange überlegt und einen Mietvertrag unterzeichnet.

Eigenes Werk

Anfang 1990 konnten wir in die neuen Räume einziehen. Die ca. 350qm große Fabrikhalle mit den Büroräumen und dem Testschwimmbecken waren ideal und der Mietpreis von DM 5.000,- - sehr human.

Die Ersten notwendigen Einrichtungen konnte ich überwiegend auf dem Gebrauchtmarkt preiswert erwerben. In der Fabrikhalle richtete ich vier Montageplätze ein und einen Messplatz auf dem ich u.a. auch meine anderen Erfindungen weiter entwickeln konnte.

Es entstand ein Team, das sowohl in der Marketingabteilung als auch in der Fabrikation mit unerwartet großer Begeisterung sich mit dem Produkt identifizierte und erwartungsvoll auch für alles Neue offen war.

Zu der Zeit stand noch immer, dass mit sehr hohem Arbeitsaufwand und äußerst technisch/ Filigran wirkend Poolsolarmgerät der ersten Generation zur Verfügung.

Dieses Gerät wurde zwar bisher ohne Beanstandungen gekauft, jedoch war es für ein Serienbetrieb völlig ungeeignet.

Ich habe an einer neuen Generation gearbeitet, die im Ergebnis alle Kriterien enthalten sollte, die ich aus den vielen informativen Gesprächen aus dem In- und Ausland erhalten habe. Einen Vorläufer dieses Gerätes hatte ich als handgefertigtes Mustergerät bereits bei meinem spanischen Vertragspartner mit und wurde als sehr ansprechend und verkaufsfördernd bezeichnet.

Der Vorteil lag hierbei nicht nur in dem ansprechenden Design und der einfachen Handhabung, sondern insbesondere ermöglichte die Modultechnik den Montagekostenaufwand um ca. 70% und den Materialaufwand um 40% zu senken. Hinzu kam, dass mit dieser Technik problemlos mein patentierter Hausalarm integriert werden konnte. Leider standen hier die hohen Vorlaufkosten in Höhe von DM 180.000,- für ein Spritzgusswerkzeug nicht zur Verfügung, so dass ich hiervon vorläufig Abstand nehmen musste.

Die Investition wäre kein Problem gewesen, wenn mir anfangs aus dem gesamt veranschlagtem Finanzbedarf,

der mir von den Gremien des Senats, zugesichert wurde, auch die darin enthaltenen ERP- und VC Mittel in Höhe von DM 500.000,- zur Verfügung gestanden hätten.

In den Folgemonaten stellte sich immer mehr heraus, dass unsere Verkäufe fast ausschließlich nur in das Ausland gingen und in Deutschland durch eine offensichtliche lobbyistische Zurückhaltung des Schwimmbadhandels, unser Sicherheitsgerät blockiert wurde.

Bei einem Gespräch mit einem Verbandsmitglied des Schwimmbad-Verbandes erklärte er mir, ich möge dafür Verständnis haben, wenn sie neben ihrem auf der werblichen Aussage mit "Freude, Spiel und Spaß am Pool" nicht auf die möglichen Gefahren durch mein Sicherheitsgerät hinweisen wollen. Nach ein paar Tagen erhielt ich von einem Verbraucherschutzverein eine Abmahnung wegen Verbreitung von Angstmacherei und musste DM 5.000,- bezahlen.

Ich habe hier neben den Pressemeldungen in den folgenden Jahren in Deutschland viel Werbekosten investiert. Durch meine Öffentlichkeitsarbeit wurde das Sicherheitsbewusstsein geweckt und mit dem Urteil vom Oberlandesgericht Köln, A.Z.: 13 U 18/93 findet meine Aufklärungsarbeit Unterstützung. Hierbei reicht der bisher einfache Jägerzaun nicht mehr aus und der Spieltrieb und die Neugier der Kleinkinder wird erstmals in dem Urteil berücksichtigt.

Der Schwimmbadeigentümer haftet somit grundsätzlich wenn ein Kind unbemerkt über den Zaun steigt und es zum Schadensfall kommt. In der Praxis sah es so aus, dass ein Kind zwar noch unbemerkt über den Zaun steigen konnte, aber auf keinem Fall unbemerkt in den Pool fallen, denn hier gab mein Gerät sofort einen lautstarken Alarm.

Zurück zur Gegenwart 1990/91. - Wir konzentrierten unsere Arbeit verstärkt auf das Ausland, insbesondere die südlichen Länder Europas, aber auch erste Schritte in Richtung Amerika.

Hierfür gründete ich die Kolbatz K.P.EX. innovative electronic GmbH. Deren Aufgabe war es, als reine eigenständige Export-Vertriebsfirma die von der Kolbatz Elektronik GmbH produzierten Geräte abzukaufen. Aber auch gleichzeitig zum Schutz vor möglichen hohen Produkt-Haftungsansprüchen, die in den USA an der Tagesordnung sind, von der Kolbatz Elektronik GmbH fernzuhalten.

Verhandlungen mit der Deutschen Bank führten dazu, dass die neue Kolbatz K.P.EX. innovative electronic GmbH für den Aufbau des amerikanischen Marktes DM 500.000,00 ab Januar 1991 zur Verfügung gestellt wurden. Hier musste die Kolbatz Elektronik GmbH vorab alle Unterlagen offen legen, die folglich bei der Bank zu dieser positiven Bewertung für die neue GmbH führten. Das dieses Engagement der Deutschen Bank, von der Sparkasse als Kriegserklärung behandelt werden wird, konnte ich zu dem Zeitpunkt noch nicht ahnen.

Als Aussteller auf den Internationalen Schwimmbad-Messen in Genf, Utrecht, Düsseldorf, Atlanta, Dallas, Tampa, Annaheim, usw. konnte ich Erfahrungen sammeln, die für mich auch für den Aufbau des amerikanischen Marktes von besonderem Wert war. Jeder Markt hat seine Eigenheiten und ist geprägt von der Mentalität der Bevölkerung. Wer sich nur auf sein gutes Produkt verlässt und dabei die landesspezifischen Gepflogenheiten außer acht lässt, wird keinen Erfolg haben.

Grundsätzlich steht natürlich überall an erster Stelle, das Vertrauen zum Partner und dem Produkt. Allein in einem Crashkurs,

"Verkaufstaktik" zu erlernen, führt zwar mit einigen Produkten zu einem kurzen Erfolg, der aber meistens mit hohen finanziellem Einsatz oder Zugaben erkaufte werden muss.

Aufrichtigkeit gepaart mit Sympathie und mit seinem Innerem überzeugt sein zum Produkt, führt nach meinen Erfahrungen zu einer langfristigen und beständigen kooperativen Zusammenarbeit beider Geschäftspartner, die durch nichts zu übertreffen sind.

Mit dieser Einstellung konnte ich nicht nur langfristige Lieferverträge, mit weltweit tätigen Konzernen abschließen, sondern wurde nach Vertragsabschluss, meistens von der Geschäftsleitung zu einem gemütlichem Essen im engen Familienkreis eingeladen.

Ich habe besonders die Amerikaner als sehr engagiert, mit einer aufrichtigen herzlichen Ausstrahlung kennen gelernt, die unter dem Motto "packen wir es an" für alles Neue offen waren. Probleme wurden mit der Devise gelöst, "kann ich nicht, liegt auf dem Friedhof und geht nicht, liegt daneben". Neid zum Erfolg anderer ist offenbar fremd und wird durch Ehrgeiz des Tüchtigen belohnt. Hat jemand mit einem Produkt Erfolg, so lässt er andere daran teilhaben.

Ein Beispiel:

Die USA zählt mit 9 Mill. Schwimmbecken zu dem größten Absatzmarkt für Schwimmbadartikel. Wer nun denkt, eine Vertretergruppe z.B. mit Sitz in Florida will den lukrativen Markt alleine abschöpfen, der irrt.

Mein Poolalarmgerät führte zu internen Weiterempfehlungen und ich konnte innerhalb von vier Monaten für folgende Gebiete Exklusiv-Vertriebsverträge abschließen:

Quebec, Ontario, New Jersey, Pennsylvania, Delaware, Maryland, Washington D.C., Virginia, North Carolina, South Carolina, Georgia, Florida, Alabama, Tennessee, Mississippi, Louisiana, Arkansas, Oklahoma, Texas, New Mexiko, El Paso, Arizona, Kalifornien, Nevada, Oregon, Washington, Idaho, Montana, Hawaii.

Weitere langfristige Exklusiv-Lieferverträge im Auftragswert von über DM 124 Mill. zuzüglich Nachfolgeaufträge folgten.

Nach meiner Auffassung wirkt sich hier die neidlose Marktpolitik besonders fördernd auf unsere heutigen kurzlebigen Produkte aus. Ich glaube, das Sprichwort "Konkurrenz belebt das Geschäft" ist in Amerika zu Hause.

In Spartanburg USA, wurde ein Werk von 800qm angemietet und die Firma mit dem patentrechtlich geschütztem Markennamen "POOLSOLARM Inc." gegründet. Hier sollten die von der Kolbatz Elektronik GmbH hergestellten Geräte auf die US-Sendenorm nachgerüstet, gelagert und ausgeliefert werden. Entsprechendes Personal wurde ausgebildet.

Zwischen Oktober 1990 und Anfang 1991 konnte nun auch auf Grund der sehr guten Auftragslage, das Rettungsgerät aus eigenen Mitteln im Design und technischen Aufbau neu gestaltet werden. Als Erweiterung zum Rettungsgerät habe ich mein patentrechtlich geschützten Hausalarm weiterentwickelt. Mit diesen Komponenten konnte der Betreiber erstmals Pool und Haus komplett absichern und Unfälle im Pool oder Einbrüche im Haus melden lassen.

Die GmbH hätte sich diese hohen Kosten nicht leisten können, wenn ihr nicht durch Verkaufserlöse ausreichende Mittel zur Verfügung gestanden hätten.

Bisher hatten wir bei unseren Abnehmern im Ausland mit ihrer Bezahlung für unsere gelieferten Geräte keine Probleme, aber nach meiner Ansicht war das Risiko doch sehr hoch und ich setzte mich mit einer Factoring-finanzierungsbank in Verbindung.

Sinn und Zweck der Factoringfinanzierung

Voraussetzung für eine Geschäftsverbindung mit der "PROCEDO Gesellschaft für Exportfactoring D. Klindwoth mbH" war ein Jahresumsatz von mindestens DM 10 Mill. An Hand der Marktdaten hatte die Kolbatz Elektronik GmbH die Vorgaben erfüllt und konnte mit dem Factoringinstitut eine vertragliche Bindung eingehen .

Grundprinzip des Factoring ist ein Dreiecksverhältnis zwischen einem Unternehmen, das Waren oder Dienstleistungen gegen Zahlungsziel an seine Kunden im In- und Ausland liefert, und dem Factoringinstitut, das aufgrund einer Vertragsbeziehung zum Lieferunternehmen dessen Forderungen an seine Abnehmer regresslos ankauft.

Das Factoring-Dienstleistungsangebot besteht ebenfalls aus drei wesentlichen Bausteinen: Der Übernahme der Forderungsverwaltung (Debitorenbuchhaltung) und des Ausfallrisikos der Forderungen sowie eine Finanzierungsfunktion.

Das hieß für die Kolbatz Elektronik GmbH: PROCEDO kauft den Lieferauftrag von meiner GmbH ab und überweist sofort nach Vorlage der Auslieferungspapiere, Zug um Zug den Gesamtrechnungsbetrag auf das Firmenkonto der GmbH bei der Sparkasse. PROCEDO holt sich ihr Geld im In- und Ausland auf eigenes Risiko, mit einem Zahlungsziel von bis zu 120 Tagen bei den Abnehmern. Mit dem Finanzierungskonzept konnte die Kolbatz Elektronik GmbH nicht nur risikolos ihr Rettungsgerät "POOLSOLARM" in das Ausland liefern, sondern das von der Badesaison abhängige produkt-spezifische Gerät konnte ganzjährig vermarktet werden.

Hinzu kommt, dass das Produkt auf Grund des erhöhten Sicherheitsbewusstseins und Poolaufkommens in einzelnen Regionen fast ausschließlich als Exportartikel eingestuft werden musste. Zahlungsausfälle wären für die junge GmbH tödlich gewesen, so dass die 100%ige Ausfallübernahme durch PROCEDO unverzichtbar war. Dieses Finanzierungskonzept konnte die Sparkasse nicht bieten und war für die GmbH bestens geeignet um alle ihre Bankverpflichtungen vorzeitig abzulösen

Unter dem Motto "zahlbar in 120 Tagen" hatte die Kolbatz Elektronik GmbH als Aussteller der internationalen Schwimmbadmesse "INTERBAD" in Düsseldorf im November 1990 alle bis dahin vorgelegenen Adressen im In- und Ausland angeschrieben und auf ihren Messestand eingeladen.

Die Resonanz war sehr groß, so dass auch hier mit ausländischen Importeuren eine vielversprechende Vertrauensbasis aufgebaut werden konnte. Bereits noch während der Messetage konnten Lieferverträge mit Importeuren mit einem Auftragswert von ca. DM 450,000,- und Nachfolgeaufträge abgeschlossen werden.

Gewinnstreben behindern Grundrechte unserer Kinder

Anmerkung und veränderte Marktbedingungen des Schwimmbadhandels

Durch meine internationale Aufklärungsarbeit "Sicherheit für Kleinkinder am Pool" haben sich die bisher ausschließlich auf "Freude und Spaß am Pool" ausgerichteten Marktbedingungen des Schwimmbadhandels verändert.

Da die klassische Werbung für mein Sicherheitsgerät dieser Anforderung nicht gerecht wurde, waren neue dialogorientierte Formen gefragt, die die Einbahnstraßenkommunikation der alten Schule durchbrechen musste.

Dazu gehörten neben anderen Maßnahmen, u.a. International das Sicherheitsbewusstsein zu wecken, Direktwerbung, Messebeteiligungen, PR-Arbeiten und insbesondere intensive persönliche individuelle Beratungsleistungen mit Know-how-Vorführung gehörte zu meinen Pflichtübungen. Erst dies ermöglichte den Beginn jeder Zusammenarbeit mit Sicherheitsbehörden, der Industrie, dem Großhandel und dem Schwimmbadeinzelhandel bis hin zu dem geweckten Sicherheitsbewusstsein der Eltern mit Kleinkindern.

Erst die gemeinsamen Diskussionen aller Beteiligten im In- und Ausland führten zu einer Optimierung und Händeling des Schwimmbadalarmergärtes mit anschließenden langfristigen internationalen Vertragsabschlüssen in Höhe von DM 124Mill. zzgl. Nachfolgeaufträge und weit über 5.000 weitere Anfragen.

Somit hatte ich zwei erfolgreiche Fundamente aufgebaut die ein Unternehmen haben muss: Markt und Technologie, und zwar in der Reihenfolge. Die Fundamente auf eine andere Grundlage zu stellen, wie etwa Finanzen, führt praktisch niemals dauerhaft zum Erfolg.

Kurzfristige Gewinnerwartungen der Finanzierungsgesellschaften mögen derzeit noch in Mode sein, jedoch haben sie sich für mein Produkt als falsch und gefährlich herausgestellt. Der Markt war für mich beherrschbar, - ***aber die Banken nicht.***

Als Unternehmer habe ich für meine Sache mit Erfolg gekämpft, jedoch griffen die Banken ein, sobald ich die lukrativen Märkte aufgebaut hatte - und somit noch weit bevor Schwierigkeiten auftraten. Lässt man die unvorstellbaren Praktiken der Banken, an den Gewinn durch ein derartiges sogenanntes "instant marketability" Produkt heran zu kommen einmal weg.

So würden ganz offensichtlich den Entscheidungsträgern der Banken die entscheidenden wichtigen Parameter wie Kreativität, unternehmerischer Weitblick, Risikofreude für innovative "Sprungpatente" die unsere Wirtschaft so dringend benötigt, fehlen.

Egal aus welcher Sicht man es betrachtet, die Folgen sind fatal und die Visionsapostel der Banken sind am Ende auch noch stolz darauf, nichts von der umfangreichen internationalen Marketingarbeit und meine Controller-Reporte zu verstehen.

Besonders negativ zu bewerten ist auch die Einstellung zu Erfindern, denen grundsätzlich sachgerechte Marketingarbeit nicht zugetraut wird. Das sich aber gerade ein Erfinder besonders für sein Produkt einsetzt, wird dabei verkannt und er muss somit nicht nur den Kampf auf dem Markt, sondern auch mit den voreingenommenen Finanzierungsbanken in Deutschland bestehen.

Die ruinösen Handlungen der Banken stehen im krassen Widerspruch zu den von der Politik und Wirtschaft gewollt geförderten innovativen Produkte und es werden somit Steuergelder verschwendet. Die Banken wären gut beraten, bereits bei Darlehensantrag ihre Position klar darzulegen und anschließend auch einzuhalten, bzw. sich ihrer Verantwortung bei Fehlverhalten zu stellen um volkswirtschaftliche Schäden künftig zu vermeiden. (Meine Vision ist, eine unabhängige überregionale Prüfungseinrichtung zu schaffen, die gemeinsam von Banken durch Umlagen unterhalten werden muss.)

Bei einer seriösen Finanzpolitik könnten meine beiden Gesellschaften und die amerikanische Inc. heute mit über 1000 Angestellten in einer neuen Berufsbranche weltweit tätig sein. Jedoch fiel durch das Gewinnstreben der Banken, begleitet mit Vertragsuntreue und folgeschwerer Eigendynamik, auch die moralische Wertigkeit meines Rettungsgerätes zum Opfer.

Ich habe vergeblich um meine Grundrechte und der unserer aller Kleinkinder gekämpft. Mit einem Ergebnis,..... *"als wenn Kinderleben beliebig ersetzbar wären"*.

Als Vater von zwei Kinder konnte ich den schmerzlichen Verlust der leidgeprüften Eltern nachvollziehen und mein ganzer Einsatz galt für unser wertvollstes was wir haben, unsere Kleinkinder, mein Rettungsgerät zu erhalten. Damit die Verhütung von besonders schweren Unglücksfällen an Leben und Gesundheit zu wahren und nicht den niedrigen Beweggründen der Banken preiszugeben.

Bei allen Beteiligten ist aktenkundig, dass jährlich über 4.000 Kinder in Pools ertrinken und eine weitaus höhere Zahl mit dauernder Behinderung oder Siechtum dahin vegetieren.



Wissentlich dieser Tatsache und auch dass es auf dem Markt keine andere Schutzvorrichtung zur Verhütung derartiger Unglücksfälle gibt und somit keine ausreichende Lebensgrundlage für unsere gefährdeten Kleinkinder vorhanden ist, haben sich alle Beteiligten der Kollektivschuld durch ihre jeweiligen Handlungen, bzw. unterlassenen Handlungen, der vorsätzlich fahrlässigen Tötung und Totschlags mit Körperverletzung in Verbindung mit vorsätzlich unterlassener Hilfeleistung an unseren schutzbefohlenen Kleinkinder, seit 1990 in mindestens 28.000 Fällen zu verantworten.

Das Rettungsgerät steht auf Grund von niedrigen Beweggründen durch die Handlungen aller Beteiligten,

nicht mehr zur Verfügung und somit haben sie sich insbesondere gegenüber unseren im Grundgesetz verankerten Schutzbefohlenen Kleinkinder, auch der Menschenrechtsverletzung schuldig gemacht.

Ich habe mich besonders selbstlos für alle gefährdeten Kinder eingesetzt, aber

ich glaube das "der Artikel 20 Absatz 2 des Grundgesetzes: 'Alle Staatsgewalt geht vom Volk aus' sollte ehrlicherweise um den Nebensatz ergänzt werden Soweit sie nicht von Wirtschaftsführern ausgeübt wird."

SCHLUBSATZ: Viele Bankgeschädigte konnten den Konkurs mit den damit verbunden wirtschaftlichen Ruin nicht verkraften und mussten auf städtische Friedhöfe beerdigt werden.

Wenn die Banken hierfür selbst aufkommen müssten, hätte jede Filiale ihren eigenen Friedhof.

.....lässt grüßen.

III. Kapitel

Ich bin aufgewachsen mit den Wunden des Krieges, habe Karriere gemacht und mit Burn-out bezahlt !

Der Psychoterror der Sparkasse und damit auch meine ersten Burn-out-Symptome begannen als ich mich gewehrt habe.

Eines Tages standen 12 Kriminalbeamte vor unserer Gartentür. Sie legten mir nicht gerade unauffällig, einen Beschluss für eine Hausdurchsuchung vor. Den Beschluss hatte die Sparkasse veranlasst und hat gegen mich Anzeige wegen Erpressung gestellt. Mir wurde vorgeworfen, dass ich Drohbriefe verschickt haben soll in denen ich gefordert habe, dass alle Konten in den Stadtteilen Charlottenburg und Tiergarten von Soll auf Guthaben gesetzt werden.

Während die Beamten die Schränke nach verwertbarem Beweismaterial durchsuchten, saß ich im Morgenmantel mit Grippe einem Beamten gegenüber. Er verhörte mich, ich konnte ihn aber nur schwer folgen. Ich kann nicht sagen, ob ich wegen der Aufregung zitterte oder ob es Schüttelfrost war. Wahrscheinlich beides. Ich hatte das erste mal in meinem Leben mit der Kriminalpolizei zu tun und konnte meine Gedanken vor Aufregung nicht ordnen. Irgendwie befand ich mich in einer Scheinwelt die doch so real und gefährlich für mich sein sollte.

Mir war kalt und ich wollte mir eine Decke holen. Als ich aufstand um zum Schlafzimmer zugehen, sprang der Beamte hoch und griff dabei zu seiner Pistole.

Sie bleiben hier sitzen bis die Durchsuchung zu Ende ist.! Ich fühlte mich viel zu schwach um hier gegen etwas zu erwidern und setzte mich.

Um überhaupt begreifen zu können was da geschah, habe ich den Beamten gefragt wie sie auf mich kommen. Hier stelle ich die Fragen und nicht Sie, antwortete er sehr barsch.

In dem Verhör herrschte ein beängstigender Ton den ich nicht gewohnt war und der Beamte hatte offensichtlich Freude daran, mich wie einen Schwerverbrecher zu behandeln.

Ich war Fassungslos und richtig begriffen was hier geschah habe ich jedenfalls nicht. Entsprechend unwirklich empfand ich auch seine Fragen und antwortete als wenn ich persönlich gar nicht gemeint war. Das hätte zwar für mich gefährlich werden können, aber ich konnte in meinem Zustand gar nicht anders. Ich weis nicht wie lange das so ging bis ich auf eine Frage hin bewusst reagierte und mich verteidigte. Hier wollte er wissen, wann ich einen Kredit bei der KfW gestellt habe. Ich fragte wer das ist und sagte, das ich keinen Kreditantrag gestellt habe.

Etwas ungläubig sah er mich an und gab mir zu verstehen, dass der Erpresser aber einen Antrag für einen Kredit bei der KfW gestellt haben muss und ich soll noch einmal genau überlegen.

Nachdem ich ihm die Freude nicht machen konnte meinte er, dass ich dann auch nicht als der gesuchte Erpresser infrage kommen könnte.

Entsprechend lautete auch 14 Tage später ein Schreiben von der Staatsanwaltschaft und das Verfahren wurde gegen mich eingestellt.

Auch wenn ich hier freigesprochen wurde so besteht doch eine Akte in der Verbrecherkartei über mich und ich kann hiermit nur schwer umgehen.

Für mich ist es nicht nachvollziehbar, dass die Sparkasse in ihrer Eigenschaft als immerhin staatliche Institution ohne Folgen Psychoterror betreiben kann. Diese Anzeige war gegen mich gezielt mit völlig haltlosen Anschuldigungen und passt in ihre Bankenwillkür aus der Vergangenheit.

Der ganze Vorgang blieb natürlich den Nachbarn nicht verborgen und um peinlichen Fragen zu entgehen, sind wir nur noch abends auf die Strasse gegangen. Damit konnten wir aber nicht verhindern das sie unsere Kinder ausfragten. Ich bin mit der Situation nicht klar gekommen und auch meine Frau hat daran schwer getragen, so dass wir uns entschlossen haben aus unserem Eigenheim auszuziehen und nur noch die Produktionsstätte zu nutzen.

Im Gleichklang zu den immer leerer werdenden Räumen, viel mir der Umzug von Fuhre zu Fuhre schwerer. Erinnerungen wurden wach.

Hier konnte ich meine Neugier in die Praxis umsetzen und habe z.B. weltweit die Erste Solaranlage gebaut mit der ich erfolgreich das Haus, das Brauchwasser und den Swimmingpool ganzjährig beheizen konnte. Durch die Anlage sparten wir bereits im ersten Jahr ca. DM 1.000,- Heizkosten und DM 800,- Strom. Die Anlage läuft heute noch und steht den heute Industriell gefertigten um nichts nach.

Diverse Erfindungen bis zur Paten, bzw. sogar Serienreife erfolgten hier.

Hier wurde von mir das Weltweit erste Rettungsgerät (Produkt aus persönlichen Gründen nicht benannt) erfunden und bis zur Serienreife hergestellt und weltweit vertrieben.

Repräsentanten von Firmen und Medien aus allen Kontinenten gaben sich die Klinke und unterzeichneten langfristige Lieferverträge oder brachten Beiträge in ihren Zeitschriften.

Der Fernsehsender SAT 1 drehte bei uns zu Hause eine Reportage und berichtete in den Nachrichten über meine Erfindung. Andere folgten.

Hier wurden unsere Kinder geboren und wie ein Film läuft vor mir ihr bisheriges Leben ab.

Aber was wird nun ?..... Ist unsere Entscheidung richtig ?..... Wie machen wir es den Kindern klar ?... Werden sie es verstehen ?.. Was ist mit ihren Freunden ?..... Finden sie in der neuen Wohnung schnell wieder Anschluss ?... Fragen über Fragen.

Es bedurfte tatsächlich in den darauffolgenden Wochen sehr viel Einfühlungsvermögen und Überredungskunst bis sie wenigstens die Umgebung akzeptierten. Meine Frau kam mit der neuen Situation überhaupt nicht klar. Sie zog sich immer mehr von mir zurück.

Missachtung und Schuldzuweisungen wurden bei ihr die Regel. Meine Kindererziehung wurde von ihr in Frage gestellt und wo sie nur konnte unterlaufen. Sie versuchte die Kinder mir gegenüber zu entfremden.

Gemeinsame Gespräche wurden immer seltener. Wir gingen zur Kinder- und Eheberatung. Der Therapeut sagte, ich kann im Augenblick meiner Frau einen goldenen Schlüssel auf dem Tablett bringen und sie würde es noch nicht einmal merken.

Eines Abends kam meine Frau in mein Schlafzimmer und teilte mir mit, dass Sie ausziehen werde. Sie habe bereits eine Wohnung und nimmt den Philip mit, während der David bei mir bleiben soll.

Für mich brach in diesem Moment die Welt zusammen und ich dachte an die beiden Brüder die nun auseinander-gerissen werden.

Der Gedanke lies mich nicht los und dachte, wenn ich nicht da wäre müsste sie auch den David mitnehmen.

Mit ihrer Entscheidung waren für mich endgültig alle Lebenswerte zerstört. Ich war der Meinung, dass beide Kinder ihre Mutter dringender brauchen und mit meinem Ableben konnte ich wenigstes meiner Familie noch einmal etwas Gutes tun.

Desto mehr ich überlegte, stellte sich bei mir eine Depression ein, die mir bisher in dieser Intensität fremd war. Ich empfand beispiellose Trauer mit auswegloser Leere und dachte an meine Schlaftabletten im Nachttisch.

Ich wollte nicht einfach so weggehen und habe für jedes Kind auf meinem Nachttisch einen Abschiedsbrief gelegt, in dem ich darum bat zusammenzuhalten und ihre Mutter auch in schlechten Zeiten zur Seite zu stehen. Ich teilte mein restliches Geld von jeweils DM 1.000,- auf und verschloss die Umschläge.

Nachdem alle schliefen saß ich auf der Bettkante mit ca. 70 Vallium in der Hand. Mir war zum heulen.....

Angst überkam mich. Angst dass ich vielleicht die Tabletten nicht drinnen behalte und wieder ausbreche. Angst davor, das vielleicht doch noch jemand hereinkommt und mich zu früh findet. Ich wartete vorsichtshalber bis Mitternacht und habe alle Tabletten mit viel Wasser heruntergeschluckt.

Am nächsten Tag als mein Sohn David von der Schule kam, fand er mich und rief einen Krankenwagen.

Nach 14 Tagen kam ich aus dem Krankenhaus und das ganze Schlamassel hatte mich wieder.

Die Sparkasse lies immer noch keine Ruhe und die weitere Folge meiner Anzeige war, dass sie auf Antrag beim Amtsgericht, mein Eigenheim unter Zwangsverwaltung stellen lies und ich somit keinen Zugang zu meiner Arbeitsstätte in meinem Eigenheim mehr hatte.

Damit konnte ich meine Lieferaufträge nicht mehr erfüllen und musste zwangsläufig auch vorerst meinen Traum begraben, mit meinem Gerät Kinderleben retten zu können.

Eines Tages rief mich unsere Nachbarin an. Sie teilte mir mit, dass sich auf dem Grundstück nachts fremde Leute herumtreiben und ich soll doch einmal nachsehen.

Es bot sich für mich ein Bild des Grauens. Das Haus und der Garten waren total heruntergekommen. Die hintere Eingangstür stand offen und die für die Sparkasse eingelagerte "Raumsicherung Ware" war bis auf einzelne Geräte weg.

Ich rief daraufhin die 110 an und die Polizeibeamten haben den Diebstahl aufgenommen.

Nachdem ich die Anzeige wegen Diebstahls gestellt habe, erhalte ich von der Sparkasse ein Schreiben, in dem sie meine Anzeige bestätigt und die Ware (Warenwert DM 430.000,--) erstmals frei gibt.

Im Ergebnis, konnte oder sollte nicht geklärt werden wo die Ware geblieben ist, denn die Kripo hat die Fahndung nach und gewöhnlich kurzer Zeit eingestellt. Für mich besteht auch heute noch kein Zweifel daran, dass die Bank das Haus selbst frei räumen ließ.

Mit mir stirb auch meine Familie.

Ich resignierte und hatte keine Kraft mehr.... Erinnerungen wurden wach.

Ich erinnere mich daran, dass meine Frau liebevoll unser Gerät als unser "Baby" bezeichnete und alle Banken vor und nach Vergabe der Kredite uns zu Hause besuchten und prüften, ob meine Ehepartnerin auch hinter dem Vorhaben stand. Dieses hat meine Frau immer sehr überzeugend herübergebracht und die Wichtigkeit mit den Unfällen unserer beiden Kinder verknüpft. Ohne ihre 100%ige Einstellung zu dem Vorhaben hätte sich keine Bank darauf eingelassen und somit grundsätzlich auch keinen Kredit bewilligt.

Nachdem nun aber ihre Erwartungen nicht eintraten, und die Banken anklopfen, zog sich meine Frau mehr und mehr unter div. Vorwänden von mir zurück. Hier hätte ich sie am dringendsten gebraucht und ihre erstmals offengelegte "geht mich nichts an Einstellung" dürfte auch mit dem Gebot ".....zusammenhalten in guten und schlechten Zeiten..." nichts gemein haben, so dass ich zufrieden bin, dass wir nicht kirchlich getraut sind.

Nur blöd, dass ich noch einer von der Alten Schule bin und in mir ein Beschützertrieb steckt dem ich nicht entgehen konnte. So bin ich z.B. zum Schutz meiner Familie als Alleinschuldner für unser gemeinsames Vorhaben, den Banken gegenüber aufgetreten und war trotz der schwierigen Lage immer darauf bedacht, dass wenigstens meine Frau mit unseren Kindern in den Urlaub fahren konnten. Hierbei hat es unsere finanzielle Lage leider nicht erlaubt dass ich mitfahren konnte. Ich habe nie an mich gedacht und glaube, dass ich zu jeder Zeit ein fürsorglicher Ehemann und Vater war. Ich habe meiner Familie ein schönes Zuhause gegeben und unsere Kinder konnten fern ab vom Straßenlärm mitten in der Natur aufwachsen.

Doch was war geschehen: Meine Frau hat sich von mir scheiden lassen und hat heute jemand anderen. Die Kinder wurden auseinandergerissen und sehen sich nur noch selten.

Medien berichten weiter über Unfälle mit kleinen Kindern und ich kann nicht helfen.

Es schmerzt. Es schmerzt sehr, aber ich kann nichts dagegen tun. Ich fühle mich selbst ausgelaugt und hohl und habe mich völlig von anderen zurückgezogen. Kopfschmerzen sind die Regel geworden. 6 bis 10 Schmerztabletten am Tag sind keine Seltenheit. Ich habe Angst. Angst zum Briefkasten zu gehen und Angst wenn es an der Wohnungstür klingelt.

Wie soll das weitergehen. David ist noch in der Ausbildung und kann nicht für sich selbst sorgen. Von seiner Mutter kann er nichts erwarten, sie hat noch nie gefragt ob er auch genug zu essen hat. Meine Mutter tut ihr möglichstes aber wie lange noch.

Was ist mir geblieben ? Nichts ! Ich sehe auch kein Licht am Horizont. Der Kühlschrank ist leer und ich weis nicht wie ich meinen Sohn etwas zu essen geben soll. Der Lebensmut hat mich schon lange verlassen und ich halte mich nur noch mit hohen Dosen von Kopfschmerztabletten über Wasser . Mein Leben ist mir nichts mehr Wert und ich komme auf die Idee, meine Organe zu verkaufen. Mit dem folgenden Schreiben habe ich mich an Kliniken gewandt:

> *“Verkauf meiner Niere*

Sehr geehrter Herr Professor,

eine meiner Nieren beabsichtige ich zu verkaufen und bitte Sie, mir mitzuteilen ob hier Interesse besteht.

Ich bin 57 Jahre alt und hatte bisher keine organische Erkrankung durch die eine Nierenschädigung hätte eingetreten sein könnte.

Mein Alkoholkonsum beschränkt sich auf ein Glas pro Jahr und Drogen habe ich bisher nie probiert.

Sollte Ihr Haus keine Verwendung haben, bitte ich um eine entsprechende Nachricht und ggf. weitere Empfehlungen.

Mit freundlichen Grüßen“<

Ich bekam keine Antwort, stattdessen häuften sich die Anfragen in meiner E-Mailbox nach meinem Gerät.

Es vergehen Tage, Monate.... und immer diese Unfallmeldungen. – Kriegserinnerungen werden wach. Ich möchte schreien. Schreien hier ist ein Gerät das helfen kann. Aber ich kann ja gar nicht. Selbst wenn ich wieder anfangen könnte, würden die Banken sofort alles wegpfänden. Aussichtslos. Wenn ich eines Tages vor Gott treten muss und er mich fragt „was hast du aus deinem Leben gemacht ? was soll ich ihm antworten ?

Beschreibung meiner Burn-out-Symptome

· Typisch ist folgende Beschreibung meines inneren Zustandes:
"Ich kann nicht mehr. Ich bin schon beim Aufstehen erschöpft. Die Arbeit nimmt kein Ende - so sehr ich mich anstrengte alles zu schaffen - ich werde nie fertig.

Was mir früher einmal Spaß gemacht hat, ist mir heute nur noch zu viel. Selbst, wenn ich einmal Zeit habe, fühle ich mich gehetzt. Was hat das alles überhaupt noch für einen Sinn?

- Von außen betrachtet, wirke ich reizbar, deprimiert, unzufrieden.
- Auf der körperlichen Ebene treten Schlafstörungen, Kopfschmerzen, Schwindel, schmerzhafte Muskelverspannungen im Nacken und Rücken, Verdauungsstörungen, gehäufte Infekte, Atembeschwerden, Kreislauf-Störungen und plötzliche Gewichtsschwankungen auf.

Ursachen und der medizinische Erklärungsversuch

Ein Burn-out-Syndrom lässt sich nicht auf eine einzige Ursache zurückführen und entsteht immer über einen längeren Zeitraum. Ausschlaggebend ist besonders das Persönlichkeitsprofil des betroffenen Menschen und eine Vielzahl von Aufgaben.

Dabei spielt es keine Rolle, ob diese real an den Erkrankten herangetragen wurden (z.B. bei Unternehmern, den täglichen Kampf zum Überleben und besser zu sein als die Konkurrenz) oder es sich um zwanghaft selbst übernommene Verantwortlichkeiten handelt - etwa in der Vorstellung "das kann ich sowieso am besten". "Lass nur, ich mach das besser eben selber." Besonders betroffen sind Menschen nicht aus sich herausgehen können und alles in sich hinein fressen. Perfekt sein reicht ihnen nicht und der Satz von Götz von Berlichingen ist ihnen fremd.

Verlauf verschiedener Phasen

- Anfangs bestimmen Enthusiasmus und Ideenreichtum, hohe Erwartungen und Selbstbestätigung durch Leistung das Bild. Man "brennt" für seine Sache.
- Nach dem Abklingen der ersten Begeisterungswoge wächst die Erkenntnis, nicht alles so bewirken zu können, wie man es wollte.

Der persönliche Einsatz wird noch verstärkt und die eigenen Bedürfnisse vernachlässigt. Eine überhörte Stagnation tritt ein.

- Frustration kommt auf. Der Betroffene erlebt Machtlosigkeit, sein anvisiertes Aufgabengebiet für seine Wahrnehmung selbst mit vermehrtem Einsatz bewältigen zu können.

- Es wird ein Tunnelblick eingeschaltet: nichts scheint den Gefährdeten mehr wirklich zu interessieren als die Aufgabenstellung. Er nimmt an geselligen Treffen oder anderen Ereignissen des Lebens nur noch durch rein physische Anwesenheit teil, beteiligt sich aber innerlich nicht mehr wirklich daran. "Ich komme mir vor wie eine Maschine, die nur noch funktioniert."

- Rückzug: der Burn-out-Patient vernachlässigt seine Familie und Freunde, geht seinen Hobbys nicht mehr nach.

Er kapselt sich in sich ab. "Alles geht mir nur noch auf die Nerven". Als kurzfristige Hilfe werden Ersatzbefriedigungen gewählt wie viel zu Rauchen, Kaffeezutrinken, Süßes zu essen, Sex oder Drogen zu konsumieren, damit "man doch noch etwas vom Leben hat".

- Hoffnungslosigkeit und Apathie. Das Gefühl der inneren Leere wird schmerzhaft und unerträglich. Vereinsamung und "wie abgestorben zu sein" sind vorherrschende Gefühle.

- Depression macht sich breit. Man möchte am liebsten fliehen und nichts mehr spüren. Der Wunsch nach Dauerschlaf ist typisch. Nächtelanges grübeln verhindert den gesunden REM-Schlaf. Verzweiflung und Selbsthass werden extrem. Es kann zu Selbstmordgedanken kommen oder körperlicher Verwahrlosung.

All diese Stadien werden nicht zwangsläufig bis zum bitteren Ende und auch nicht immer in genau dieser Reihenfolge durchlaufen.

Körperliche Beschwerden bestehen jeweils parallel zu den geschilderten psychischen Beeinträchtigungen. Eigentlich von keinem organischen Befund gestützt, obgleich meist schon viele Spezialisten konsultiert worden sind, lauten die Diagnosen dann etwa "nervöser Erschöpfungszustand", "depressive Verstimmung", "unklares Müdigkeitssyndrom" usw.

Welche Maßnahmen helfen gegen das Burn-out-Syndrom?

- Erst einmal den Körperbedürfnissen Rechnung tragen, ausreichend schlafen, gesund essen und sich Zeit fürs Essen nehmen, sich Zeit für Körperpflege gönnen, vielleicht auch mal wieder mehr Zeit für Bewegung nehmen.
- Regelmäßig am Tag kleinere Pausen einlegen, jede Woche größere Pausen ohne Anstrengung fest einplanen, Urlaub machen ohne erneuten Freizeitstress.
- "Nein"-Sagen lernen ohne Schuldgefühle.
- Anderen Arbeit und Aufgaben delegieren, auch wenn diese "das nur halb so gut machen" wie man selbst.
- Nicht alles perfekt machen müssen, nur "einfach eben so erledigt", auch mit Fehlern, reicht öfter aus, als man denkt.
- Seiner eigenen Person selbst Wertschätzung entgegenbringen, nicht nur Anerkennung durch andere suchen.
- Gezielte Entspannungstechniken lernen, z.B. Yoga oder Autogenes Training.

· Mit einem Arzt gezielt über dieses Problem sprechen, sich in fachliche psychotherapeutische Behandlung trauen.

Burn-out kann jeden betreffen und ein bisschen Burn-out steckt wohl in fast allen tätigen Menschen.

Manchmal hilft es schon, sich vorzustellen, was eine gute Mutter einem in solchen oder ähnlichen Krisen wohl raten würden. Erfolge sind für die Betroffenen lebenswichtig und tragen zur Gesundheit bei.

Wie ich persönlich aus meiner inneren Leere wieder heraus kam.

In mir ist nur noch Frust und Wut gegenüber den Verantwortlichen meiner Situation übrig geblieben. Diese verbleibende Energie versuchte ich zu kompensieren und vernünftig einzusetzen. Nicht jammern sondern Prioritäten setzen, etwas produktives mit dieser verbliebenen Energie tun und somit wieder ein Erfolgserlebnis zu verspüren sah ich als sinnvoll an. Aber wie- und was ? Nicht einfach, - „Wut“ in „Energie“ für etwas Neues “ umzuwandeln. Es durfte auch kein unliebsamer Zwang sein und sollte doch meine belastete Seele befreien.

Ich begann in einer Art Tagebuch meine Lebensgeschichte aufzuschreiben. Hieraus wurde ein Buch mit dem Titel „Entmündigt und geplündert“ und hat 284 Seiten. Parallel hierzu schöpfte ich mit einigem Erfolg den Rechtsweg gegen die Verantwortlichen aus. Beides zusammen, war für mich eine psychische Aufarbeitung die im Ergebnis aber noch nicht ausreichte und mich nur noch wütender machte.

Ich begann meine Fähigkeit als Querdenker auszuleben und habe mich insbesondere mit dem Thema Klimaerwärmung sehr intensiv befasst. Meine umfangreichen Forschungsergebnisse haben ergeben, dass nicht vorrangig wie von den Wissenschaftlern angenommen, die Industrieabgase und Autoabgase an der Klimaerwärmung Schuld ist, - sondern der seit über 50 Jahren stetig ansteigende Funkverkehr. Hierbei werden die Luftmoleküle in Schwingungen versetzt und erwärmen sich im Prinzip wie in einer Mikrowelle.

Das Thema war so spannend, so dass ich keine Zeit mehr für Depressionen hatte. Ich forschte weiter und fand in diesem Zusammenhang Erklärungen für das Ozonloch, Walsterben und vieles andere heraus.

Die positive Resonanz blieb nicht aus und die Erfolgserlebnisse bestärkten mich zum weitermachen.

Die Ergebnisse habe ich auf meiner Homepage in Internet und in meinem Buch mit dem Titel „Kapitalverbrechen an unseren Kindern“ auf 329 Seiten veröffentlicht.

Diese Erfolgserlebnisse waren für mich sehr wichtig und stabilisierten meine Seele. Der Nachteil hierbei war aber, dass ich noch mehr zum Einsiedler wurde und dringend etwas für das abhanden gekommene Sozialverhalten zum Mitmenschen machen musste.

Ich war scheu geworden Mitmenschen anzusprechen und lebte nur noch wie ein Eremit, ohne geregelten Tagesablauf hinter meinem Computer.

Was konnte ich tun ? Für einen Kontakt zu einem Mitmenschen war ich nicht reif und dachte an die vielen Haustiere die ich in meinem Leben hatte.

Meine letzte Schäferhündin wurde 13 Jahre und war eine ganz liebe Weggefährtin. Ich dachte so manches mal an sie zurück und entschloss mich, einen Hund anzuschaffen.

Es kehrte zwangsläufig wieder ein geregelter Tagesablauf für mich ein und der Hund forderte all das ein was ich inzwischen verdrängt hatte. Er war eine große Hilfe bei dem Wiedereinstieg ins soziale Miteinander mit anderen Menschen und ohne sie glaube ich nicht das ich die Kurve gekriegt hätte.

Zu all meinen Problemen die ich ohnehin schon hatte kam mein Sohn, der alle Phasen eines Pubertären Jugendlichen durchlief.

Manchmal hatte ich das Gefühl er kommt von einem anderen Stern und wir sprechen nicht die gleiche Sprache. Derselben Meinung war auch mein Sohn. Er wollte sogar den Duden umschreiben, da er der Meinung war, die Wörter die drin stehen sind sowieso nicht zeitgemäß.Dann kam der Tag an dem er auszog.

Panik und Depressionen kamen wieder auf. Allein sein ist nicht mein Ding, ich brauche ein menschliches Wesen um mich rum.

Wenn ich mich in meiner Wohnung umsehe herrsch hier genau so ein Chaos wie in meinem Inneren. Hier müsste dringend aufgeräumt werden aber mir fehlt die Kraft. Ich habe das Gefühl in mir ist alles tot.

Auf der einen Seite ist mein Körper – eine leere Hülle.

Auf der anderen Seite ist mein Geist – ohne Körper.

Das alles war mal ein Mensch der lebenslustig und mutig sich engagierte und all seine Probleme des Lebens selbst bewältigen konnte.

Ich fühle mich ausgebrannt und leer – ohne einen Sinn im Leben – aber ich will nicht noch einmal aufgeben.

Meine Oma und ihre Hausmittelchen

Da viel mir meine Oma mit ihren Ratschlägen ein. Sie sagte immer „kann ich nicht liegt auf dem Friedhof und geht nicht liegt daneben“ oder „wenn du denkst es geht nicht mehr, kommt von irgendwo ein Lichtlein her“.

Meine Oma war eine kluge Frau und hatte so manche Hausmittelchen.



So auch eine eigene Teemischung gegen Depressionen und Erschöpfung. Ich erinnerte mich noch an die Zusammensetzung und habe täglich 3 Tassen davon getrunken. Ich habe auch noch im Nachhinein das Gefühl, dass dieser Tee mir gut getan hat und tatsächlich langfristig gegen Depressionen und Erschöpfungszustände wirkt.

Mein Wiedereinstieg ins soziale Miteinander

Über eine neue Partnerin hatte ich schon nachgedacht und auch schon mal einen Versuch gestartet. Habe es damals schnell aufgegeben auch aus Rücksicht auf meinen Sohn.

Ich habe das Gefühl ich lebe nicht - ich existiere – aber wofür ?

Aller Skepsis zum Trotz, setze ich, wie ein Art Automatismus, ohne bewusste Selbstbeteiligung, eine Annonce ins Internet. Ohne große Erwartungen und als ob ich für jemandem anderen handle, lasse alles auf mich zukommen.

Es meldet sich eine Frau die ihren Mann plötzlich und unerwartet durch einen Todesfall verloren hat. Ich fühle mich von den Worten berührt und möchte sie kennen lernen. Ich versuche mich rauszureden aber sie bleibt am Ball obwohl sie genau so skeptisch ist wie ich.

Wir stellten beide fest das wir viele Gemeinsamkeiten haben. Auch ihr Leben war nicht spurlos an ihr vorbeigegangen und sie hatte nach dem Tod ihres Mannes so manche Hölle durchlaufen.

Die Angst des Versagens kommt auf und auch, was kann ich ihr schon bieten ?

Nach einigen E-Mails lade ich sie zu mir nach Hause ein. Jetzt kommt es darauf an.

Wird sie das Chaos in meiner Wohnung verstehen?

Ich habe angefangen etliche Sachen in das leere Zimmer von meinem Sohn zu verfrachten. Es war eine riesige Anstrengung für mich und jeder Handgriff war als wenn ich einen Zentner schweren Stein anhebe.

Die Entscheidungen, was wo hin sollte wurde fast unlösbar und artete zum wissenschaftlicher Akt aus.

Sie kommt und ich stelle fest, sie reist mich für Augenblicke aus meiner innerlichen Starre heraus. Ich merke das es mir gut tut. Für Augenblicke habe ich wieder das Gefühl das ich noch lebe.

Unsere Wochenenden sind wie Urlaub vom eigenen Ich.

Ich war von Anfang an ehrlich und habe ihr die ganze traurige Geschichte meines Lebens und meines Kampfes erzählt. Das ist für mich eine wichtige Voraussetzung für eine Beziehung.

Mir hätte es auch nichts genutzt die Unwahrheit zu sagen. Es hätte nur noch mehr Probleme bedeutet.

Wir unternehmen viel, lachen viel und sind ganz glücklich miteinander. Ich bemerke das sich auch ihre innerliche Starrheit langsam löst.

Es kommt mir vor als kennen wir uns schon hundert Jahre. Alles ist vertraut – ohne viel Worte.

Irgend wann ist es soweit und sie beginnt meine Wohnung aufzuräumen, denn ich bin dazu nicht in der Lage. Allein die Entscheidung ob irgend etwas nicht mehr gebraucht wird ist für mich ein unüberwindbares Problem. - Ich bin wie gelähmt. –

Sie beginnt mit dem Wohnzimmer. Alles wird rausgeräumt, abgewischt, sortiert und aussortiert. Ich sehe dieses Durcheinander das langsam doch andere Formen annimmt.

Dieses Gefühl kann ich kaum beschreiben. Ich habe das Gefühl das nicht nur meine Wohnung sondern meine ganzes Leben aufgeräumt wird. Ich bin froh das sie das macht, ich habe dafür keine Kraft aber ich lasse es gern zu das sie „Licht“ in das Dunkel bringt.

So nach und nach kommen alle Räume dran und freue mich jeden Tag über den ordentlichen Anblick.

Diese Ordnung hüte ich, denn ich habe immer noch Angst nicht genügend Kraft für derartige Arbeiten aufzubringen.

Unsere Beziehung ist eine Symbiose zwischen Liebe und gemeinsamer Problembewältigung. Wir haben das Teetrinken zu einem Ritual gemacht und glauben dass die Teemischung von meiner Oma uns beiden hilft.

Ich bemerke das ich wieder Freude am Leben empfinde und wir schon Zukunftspläne machen. Ich beginne meinen Körper wahrzunehmen und mache leichte Fortschritte meine Wünsche zu akzeptieren.

Langsam, ganz langsam löst sich meine innere Leere und das Gefühl eines leblosen Körpers.

Ich nehme wieder am Leben teil und kann es manchmal nicht fassen das ich wieder Freude empfinden kann.

Ohne meine Partnerin hätte ich das nicht geschafft. Mein innerer Seelenzustand

Menschen die für das Burn-out-Syndrom in Frage kommen findet man in erster Linie unter den ruhigen und in sich gekehrten Menschen.

Menschen die schon von ihrer Erziehung heraus zur Selbständigkeit und zum Kämpfer erzogen wurden.

Diese Menschen legen niemandem ihr Seelenleben vor die Füße. Sie sind immer beherrscht und versuchen Ausnahmesituationen mit Logik und Verstand in den Griff zu bekommen.

Zu diesen Menschen gehöre auch ich. Ich war immer bemüht bloß nichts an die große Glocke zu hängen. Niemand sollte wissen wie es in mir aussah.

Ich bekomme das schon alles in den Griff.

Meine Familie habe ich versucht aus allem herauszuhalten.

Aber wie sah es wirklich in meinem Innersten aus.

Wie schon bekannt habe ich mich bereits mit 21 Jahren selbständig gemacht.

Alle Höhen und Tiefen eines selbständigen Unternehmers habe ich mit viel Geschick und Einfallsreichtum gemeistert. Dazu brauchte ich niemanden. Das habe ich aus eigener Kraft geschafft und war richtig stolz auf mich. Dieser Stolz war Balsam für meine Seele und war die Treibkraft um meine Batterien wieder aufzutanken.

Ich nahm alle mit dem Geschäftsleben und Privatleben in Zusammenhang stehenden Verpflichtungen allein wahr, mein Vater hatte es mir ja so vorgelebt. Ich wollte dem allem noch die Krone aufsetzen und meinen Eltern und aller Welt beweisen, was für ein toller Geschäftsmann und Ehemann ich war.

Solange das alles auch funktionierte war die Welt auch in Ordnung.

Das Drama meines Lebens begann mit meiner Erfindung und den damit verbundenen geschäftlichen Verbindungen mit der Bank auf die ich keinen Einfluss nehmen konnte.

Als die Schwierigkeiten begannen habe ich wie ein Besessener nur noch mehr gearbeitet. Habe ununterbrochen meinen Kopf angestrengt und nach Möglichkeiten gesucht, um aus dieser Misere herauszukommen. Meine Energie und all mein Tun und Denken war nur noch darauf gerichtet wie ich diese Situation bewältige. An mich und meine Wünsche habe ich nie Rücksicht genommen. Ich kenne auch keine Situation in der **ich** wichtig war.

Ich habe keinen einzigen Gedanken darauf verschwendet mich irgend jemanden anzuvertrauen. – Du hast es immer allein geschafft und du wirst von deiner Familie alles fernhalten. –

Das ich mich immer mehr veränderte und nur noch Tag und Nacht gearbeitet habe, habe ich gar nicht gemerkt.

Der Leistungsdruck der hinter mir stand hat mir keine Ruhepause gegönnt.

Du kannst dich immer noch ausruhen wenn du diese Herausforderung geschafft hast.dann werde ich erst mal richtig in den Urlaub fahren und alles ist wieder so wie es vorher war...

Ich dachte alle Welt erwartet auch von mir das ich alles allein in den Griff bekomme.

Probleme sind dazu da um gelöst zu werden.

Alles was mich nicht kaputt macht, macht mich stark.

Ich bewegte mich in einer Scheinwelt und habe es gar nicht gemerkt. Für mich gab es nur noch die Arbeit und es galt das Problem zu lösen.

Das es mir gesundheitlich schlecht ging habe ich gar nicht empfunden. Mir war nicht bewusst das mein Schlafrhythmus völlig durcheinander war – und nicht nur durch meine Auslandsflüge.

Ich habe meine Kraftreserven aufgebraucht ohne nachtanken zu können. Ich hatte mich völlig verausgabt und merkte es noch nicht einmal. Kopfschmerztabletten gehörten zu meinem Alltag, das fand ich ganz normal.

Ich war wie in Trance.....

Das ich mich von meiner Familie und meiner Frau völlig entfernt hatte und nicht wirklich mehr auf dieser Welt war, war mir nicht bewusst.

Mein richtiger Zusammenbruch kam erst als meine Frau mir mitteilte das sie mich verlassen würde.

Was war geschehen?...

Ich habe doch immer alles für meine Familie gemacht?....

Ich hatte nur noch innerliche Leere eben ausgebrannt meine Gedanken liefen in einer nicht endenden Schleife in meinem Kopf...

ohne eine Erklärung dafür zu erhalten was eigentlich geschehen war.....ich war wie gelähmt..... nicht fähig klar zu denken..... so hatte das Leben für mich keinen Sinn..... ich habe alles verloren..... mein Haus..... meine Firma mein Traum Kinderleben zu retten....

meine Familie..... mein Lebenswerk war zerstört.....

..... ich stand vor einem Scherbenhaufen und verstand die Welt nicht mehr..... ich hätte schreien können....immer wieder schreien....aber so bin ich nicht erzogen..... solche Gefühlsausbrüche hat man ja nicht.....der brodelnde Vulkan den ich bis dahin unbewusst hinter meiner Fassade versteckt gehalten hatte, brach plötzlich aus.....

.....was fange ich an mit mir??????... ich sehe mich um und niemand ist für mich da.....ich habe ja nie jemanden gebraucht und alles mit mir selbst geregelt.....Probleme mit jemandem zu besprechen kam für mich nicht in Frage....

...nach langen hin und her entschloss ich noch zu meinem letzten Liebesbeweis.....Liebesbeweis an meine Familie....wenn ich tot bin falle ich keinem zur Last.....die Kinder bleiben zusammen bei der Mutter.....und dann ist alles wieder gut.....meine Probleme nehme ich mit ins Grab.....sie waren damit ja nicht belastet....ich nehme 70 Valium....

Nach meinem Krankenhausaufenthalt hatte mich die ganze traurige Wirklichkeit wieder.

Mein Sohn war mir „übrig“ geblieben und zwang mich dazu mein Leben neu zu ordnen.

Von einem Burn-out-Syndrom hatte ich immer noch keine Ahnung und war aber gezwungen mein Leben wieder in den Griff zu bekommen.

Über meinen inneren Seelenzustand etwas preiszugeben ist nicht mein Ding und so bin ich auch nicht erzogen.

Aus aktuellem Anlass habe ich mich nach vielen Für und Wieder und auf Anraten meiner Partnerin dazu entschlossen darüber zu schreiben. Es ist mir nicht leicht gefallen, aber ich bin froh, dass ich das getan habe und etwas Last dadurch von meiner Seele genommen wurde. Die Gewissheit darüber, dass ich damit Betroffenen Mut machen kann, sich nicht aufzugeben und nach **eigenen** Möglichkeiten für sich zu suchen, gab mir Mut diese Zeilen zu schreiben.

Wichtig ist, dass man seine eigenen Bedürfnisse nicht vergisst und öfter mal auf seinen Bauch hört.

Das klingt hier so einfach – ist es aber nicht.

Der Weg daraus war für mich knall harte Arbeit – und meine Erfahrungen wie ich mein Problem mehr unbewusst bewältigt habe, soll jedem Betroffenen Mut machen, sich nicht aufzugeben.

Den Angehörigen soll dieses Buch eine Hilfe sein, die Betroffenen zu verstehen, das sie immer im guten Glauben handeln.

Zürcher 1937

Körper und Seele sind nicht zwei verschiedene Dinge
sondern nur zwei verschiedene Seiten, desselben Ding
wahrgenommen (Physik und Psychologie sind nur
zwei verschiedene Kräfte) ^{aus verschiedenen}
auf dem Wege systematischen Denkens zu verknüpfen.

Politik ist ein durch beständige verjüngte Illusionen
belebtes ^{Handeln} ~~Leben~~ zwischen Anarchie und Tyrannei.

Wenn einer F. D. R. fragen würde, warum
er gegen Major Haug nicht interveniert,
sahde er wohl antworten: „In unserer
freien Amerika heist jedes gemäß der Verfassung
das Recht, in meinem eigenen Zimmer zu trinken.“

Einstein Archive
28-389

© The Hebrew University of Jerusalem האוניברסיטה העברית בירושלים

Datum: 01/01/1937 und 31/12/1937
Autor: Einstein, Albert
Inhalt: Körper und Seele sind nicht zwei verschiedene Dinge

Die Seele hat den Körper wie eine Maschine nur geleast.

Träume kommen von der Seele und steuern die Maschine.

Die Symbiose ergibt das Tun und Handeln des Individuums.

Stirbt eines von Beiden, dann stirbt auch das Andere.

von K.-P. Kolbatz

Gestörter REM-Schlaf durch Elektrosmog, verantwortlich für „Bour-out“ und aggressives Verhalten ?

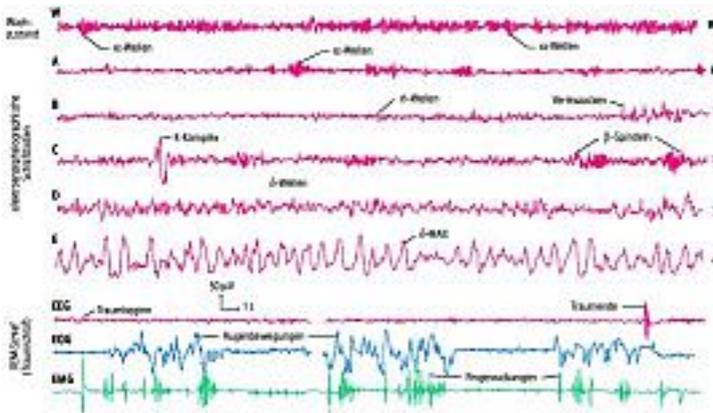
Mit 60 Jahren empfinde ich, dass die Zeit schneller verrennt als früher. Umfragen bei Gleichaltrigen haben dieses uneingeschränkt bestätigt und als Begründung „das liegt eben am Alter, da vergeht die Zeit schneller“ beantwortet. (Jugendliche können nicht befragt werden, da sie auf Grund ihres Alters keine Vergleichserfahrungen haben können.)

Eigentlich müsste es aber genau umgekehrt sein, denn früher haben wir noch in der Woche bis zu 56 Stunden gearbeitet und hatten nur 14 Urlaubstage im Jahr. Heute werden nur noch 38 Stunden in der Woche gearbeitet und wir haben teilweise bis zu 36 Tage Urlaub.

Früher hatten wir kein Auto mit dem wir mal schnell etwas erledigen konnten. Lange Fußwege oder Bahnfahrten waren die Regel. Im Haushalt war eine Waschmaschine oder ein Geschirrspüler fremd und mit viel Zeitaufwand musste alles mit der Hand erledigt werden. Wir hatten somit früher viel weniger Freizeit und trotzdem empfinden wir, dass wir heute weniger Zeit haben.

Also woher kommt dieses widersprüchliche Zeitempfinden?

Unser Gehirn scheint niemals zu ruhen. Auch während der Schlafphasen bleibt die elektrische Hirnaktivität aktiv, allerdings auf andere Weise als im Wachzustand. Und hier ist möglicherweise die Erklärung zu finden.



Elektrosmog oder sogenannte elektromagnetischen Strahlungen, fördert offensichtlich den Stoffwechsel im Gehirn und das physische Geschehen lässt nicht mehr die notwendigen Ruhephasen wie früher als es noch überschaubare Sender gab, zu.

Ein kritischer Haupteffekt besteht darin, dass elektromagnetischen Strahlungen die Zeitspanne bis zum Eintritt der ersten, von Träumen begleiteten REM-Phase verringert und den Anteil der REM-Phasen an der gesamten Schlafdauer von 17 auf unter 14 Prozent herabsetzt. Speziell im REM-Schlaf erhöht sich auch die Ausschlagsweite (Amplitude) der Hirnstromkurven, was anzeigt, dass mehr Nervenzellen im gleichen Takt Impulse abfeuern und daher nicht für die Verarbeitung komplexer Daten zur Verfügung stehen.

Es gibt zwar noch keine allgemein anerkannte Theorie über die Funktion der REM-Phasen, doch sprechen viele Befunde dafür, dass im Traum neue Informationen sortiert, mit alten verglichen und im Langzeitgedächtnis abgespeichert werden. Man muss also durchaus die Möglichkeit erwägen, dass elektromagnetischen Strahlungen „Traumkiller“ sind und u. a. auch Störungen beim Lernen und Erinnern verursachen.

Das heißt aber auch, nicht nur in der Nacht sondern auch am Tag wirken die elektromagnetischen Strahlungen auf unsere elektrischen Hirnaktivitäten ein und unsere Psyche empfinden es als Stress oder wie die Älteren sagen „die Zeit verrennt so schnell“.



Der erholsame Schlaf, in dem sich das Nervensystem und unsere Psyche erholen soll, wird durch die elektromagnetische Strahlung ständig zusätzlich in Aktion versetzt und der von der naturgegebene wichtige Regenerationsschlaf ist beeinträchtigt oder bleibt sogar ganz aus. **Burn-out-Syntome sind die Folgen.**

Unausgeglichenheit und Aggressivität sind die Folge. Der sogenannte „Stressschlaf“ entsteht somit nicht nur durch akustischen Lärm während der Nachtruhezeiten, sondern die Wirkung von elektromagnetische Strahlungen haben den gleichen Effekt.

Ein besonders kritischer Effekt besteht bei Kinder. „Die Schädeldecke von Kindern ist noch zu dünn, ihr Nervensystem noch nicht voll ausgebildet und sie sind der elektromagnetischen Strahlung, auch von Handys besonders ausgesetzt“.

Dieses würde ein signifikanter Hinweis auf die heute unter Stress mit ungewöhnlich hoher Aggressivität stehenden Jugendlichen sein und müsste bei Verletzungen des Strafrechts neu bewertet werden.

Wissenschaftler haben entdeckt, dass ein Anruf von nur gerade zwei Minuten die natürliche elektrische Aktivität in einem Kindergehirn bis zwei Stunden nachher beeinflusst.

Und sie fanden das erste Mal, wie Radiowellen von Mobiltelefonen tief ins Gehirn eindringen und nicht nur rund ums Ohr.

Dr. Gerald Hyland - ein Regierungsberater in Sachen Mobiltelefone - sagt, er finde die Ergebnisse "extrem alarmierend".

Die Resultate zeigen, dass die Gehirne von Kindern sogar nach einem sehr kurzen Telefonat für lange Perioden angegriffen sind. Die Muster ihrer Gehirnwellen sind abnormal und bleiben es für eine lange Periode. Dies könnte ihre Stimmung und ihre Lernfähigkeit im Klassenzimmer angreifen, wenn sie z.B. vorher während der Pause ein Mobiltelefon benutzt haben.

Wir kennen noch nicht alle Antworten, aber die Veränderung der Gehirnwellen könnten zu Folgen führen, wie Konzentrationslücken, Vergesslichkeit, Lernunfähigkeit und aggressives Verhalten.

Dr. Michael Klieeisen, der die Studie leitete, sagte: "Wir konnten minutengenau sehen, was im Gehirn vorgeht. Wir haben niemals erwartet, so fortlaufende Vorgänge im Gehirn zu sehen. Wir sind bestürzt, dass heikle Balancen, die existieren, wie der Immunschutz gegen Infektionen und Krankheiten, durch das Zusammenspiel mit der chemischen Balance im Gehirn verändert werden können."

Die Folgen sind auch ein "Burn-out", wörtlich übersetzt, ist ein Zustand der inneren Leere. Hier sind es oft hochbegabte und engagierte Menschen, die sich in ihrem Beruf mit hoher Intensität engagierten.

Hilfe beim Burn-Out-Syndrom

Lustlos? - Gefrustet?

Vielleicht haben Sie ein Burn-out-Syndrom

Seit einiger Zeit haben Sie keinen Spaß mehr zur Arbeit zu gehen und zu Hause fühlen Sie sich auch nicht mehr wohl. Lustlos und gefrustet über die tägliche Eintönigkeit Ihrer Arbeit haben Sie längst innerlich gekündigt. Zu Hause macht Ihnen auch nichts mehr Freude. - Das sind klassische Merkmale des „Burn-out-Syndroms“. Nach einer repräsentativen Befragung von 2000 Arbeitnehmern/innen im Jahr 1996 leidet bereits jeder Vierte Deutsche unter dem Burn-out-Syndrom. Die Folge: Sie fühlen sich erschöpft und sind deprimiert, die Arbeitsqualität lässt nach (man macht Fehler) und der Ärger an ihrer Arbeitsstelle ist vorprogrammiert. Auch auf die Freizeit überträgt sich diese innerliche Unzufriedenheit - Sie haben keine Energie. Wenn Sie nichts unternehmen, verschlimmert sich diese Situation bis hin zur Verzweiflung. Entspannungsmethoden, Sport und intakte soziale Beziehungen können dem Burn-out-Syndrom entgegenwirken. Überlegen Sie sich, wie Sie wieder Spaß am Berufsleben finden und somit auch erfolgreich sein können. Im günstigsten Fall sind es belanglose Kleinigkeiten, die verändert werden müssen, damit Sie wieder Freude an der Arbeit und zu Hause haben (z. B.: mit Kollegen oder Partner bestimmte Tätigkeiten tauschen). Manchmal muss aber auch der unbequeme Weg gegangen werden, der etwa zu einem Wechsel der Arbeitsstelle oder der Branche führen kann.

Effizientes Arbeiten

Im Zeitalter von Multimedia und Konsum wird die Informationsflut immer höher und somit auch unübersichtlicher. Zugleich steigen die Anforderungen an Sie in Beruf, Familie und Freizeit. Die Folge: Stress, aber auch Depressionen sind an der Tagesordnung. Umso wichtiger ist es, Wege zu finden, mit dieser Situation umzugehen, ohne gleich die Gesundheit aufs Spiel zu setzen. Entscheidend hierbei ist es, Ihr Leistungspotential auszuschöpfen, Verantwortung und auch Aufgaben zu delegieren, sowie Arbeitsprozesse effektiver zu gestalten.

Wo sind Ihre Talente ?

Ihr Gehirn ist eigentlich für das Überleben in der freien Wildbahn und nicht für den Büroalltag geschaffen. Neben der intellektuellen Begabung, die sich bereits bei Säuglingen im Alter von drei bis vier Monaten andeutet, können individuelle Talente mit Hilfe verschiedener Denkmethode und Tricks besser genutzt werden. Außerdem beeinflusst auch das soziale Umfeld die Entwicklung von Stärken und Schwächen des Einzelnen. Und so ist es auch zu erklären, dass so mancher Klassenbester im späteren Berufsleben seine Schwierigkeiten hat, während ein Durchschnittsschüler Karriere macht. Überdurchschnittliche Begabungen sind aufgrund der Komplexität von Problemstellungen und deren Lösungen eher bei Erwachsenen festzustellen, als bei Kindern, die in der Regel im Schulalltag kaum außergewöhnliche Aufgaben gestellt bekommen. Dennoch können folgende Eigenschaften bereits bei Kindern auf eine überdurchschnittliche Begabung hinweisen:

- * Außergewöhnliche Gedächtnisleistung
- * Talent für Sprachen
- * Gute Beobachtungsgabe
- * Außergewöhnliche Beharrlichkeit und hohes Konzentrationsvermögen, Vielfalt von Interessen.

Wie werden Sie kreativer?

Nachfolgend erhalten Sie einige Tipps, wie Sie mit einfachen Mitteln Ihre Kreativität verbessern können:

- * Versuchen Sie sich an Ihre Träume zu erinnern.
- * Lassen Sie sich genügend Zeit um anstehende Probleme zu lösen. Zeitdruck hemmt die Kreativität.
- * Sprechen Sie mit Mitarbeitern, aber auch mit Freunden über verschiedene Aufgabenstellungen. So lernen Sie möglicher Weise neue Sichtweisen kennen, die zu Lösungsmodellen führen, an die Sie bisher noch nicht dachten.
- * Stellen Sie auch übliche Vorgehensweisen in Frage. Vielleicht gibt es mittlerweile einfachere oder schnellere Arbeitsmethoden.
- * In Ihrer Freizeit sollten Sie außerdem verstärkt gesunden Sport betreiben. Ärzte haben herausgefunden, dass bereits 30 Minuten Sport Ihren Denkfluss fördern.

Wie werden Sie aktiver?

Um ausgeschlafen zu sein, sollte man zwischen sieben und neun Stunden schlafen. Fühlen Sie sich schlapp, obwohl Sie diese Vorgabe eingehalten haben, dann stellen Sie Ihren Wecker etwas früher oder später ein. Es gilt herauszufinden, zu welchen Zeiten Sie sich außerhalb der Tiefschlafphase befinden. Versuchen Sie - außerhalb Ihrer Tiefschlafphase - in weniger als fünf Minuten aufzustehen, um anschließend Bewegungsübungen, Yi Jin Jing, Qi Gong, Tai Chi Chuan oder Energieübungen zu trainieren oder zumindest um abwechselnd kalt und warm zu Duschen, damit der Kreislauf in Schwung kommt.

Welcher Arbeitstyp sind Sie?

Ihr Schreibtisch sagt bereits einiges darüber aus, wie Sie arbeiten und welche Charaktereigenschaften Sie besitzen: Der Perfektionist hat tagsüber nur die notwendigsten Dinge auf seinem Schreibtisch, die er unmittelbar benötigt. Wenn er abends das Büro verlässt, ist sein Tisch leergefegt. Findet man dagegen auf Ihrem Schreibtisch Photos von Freunden oder der Familie - außerdem vielleicht noch ein Faxesdruck mit einem netten Witz, so lässt sich daraus schließen, dass Sie dazu neigen, gerne im Team zu arbeiten. Wenn Sie angerufen werden und Sie zunächst unter den Bergen von Zeitungen oder anderen Papieren das Telefon suchen müssen, sind Sie dem Typ "Chaot" zuzuordnen. Ein klares Arbeitssystem ist hier in der Regel nicht erkennbar. Entscheidungen werden häufig aus dem Bauch heraus getroffen.

Fit im Team

Der große Unterschied zwischen Teamarbeit und der individuellen Arbeitmethodik liegt in der Kommunikation zwischen den Gruppenmitgliedern. Wichtig ist neben der Gruppenstärke auch die richtige Zusammensetzung der einzelnen Teilnehmer. Gruppenarbeit ist jedoch nicht bei allen Tätigkeiten sinnvoll.

Generell gilt: Teambildungen machen immer dann Sinn, wenn das Ergebnis der Arbeitsgruppe besser ist, als die Summe der Einzelleistung der Teammitglieder. Dazu bedarf es, dass alle Mitarbeiter gemeinsam die gleichen Ziele verfolgen. Und gerade dieses "Wir-Gefühl", die Leistungsfreude, die Flexibilität sowie das sich ergänzen nach dem Diversity-Prinzip (In US-Firmen hat man die Vorteile eines ausgewogenen Verhältnisses zwischen den Geschlechtern, verschiedenen Kulturen, Denkansätzen usw. entdeckt und mit dem Begriff diversity auf einen Nenner gebracht. So hat man anhand einer Studie nachgewiesen,

dass gemischt-geschlechtliche Arbeitsgruppen zu größerer Produktivität und zu Höchstleistungen fähig sind als sogenannte Monokulturen) und Harmonie im Wechsel mit konstruktiver Auseinandersetzung sorgen dann auch bei einem erfolgreichen Team für das innere Wohlbefinden und die Leistungsfähigkeit der einzelnen Teammitglieder.

Ein Beispiel für erfolgreiche Teamarbeit liefert die Automobilindustrie, die sich vom früher praktizierten sogenannten Taylorismus

(Beim Taylorismus führt jeder Arbeiter spezielle, oftmals monotone Arbeitsgänge durch, ohne Kenntnisse über das Endprodukt kennen zu müssen) langsam entfernt und den Mitarbeitern größere Handlungsspielräume zugesteht

Krank durch Mobbing

Im Gegensatz zur Teamarbeit findet beim Mobbing (über Jemanden herfallen) eine bewusste Ausgrenzung oder Erniedrigung eines Menschen an seinem Arbeitsplatz statt. In Deutschland werden tagtäglich rund 1,5 Millionen Menschen beruflich schikaniert. Erhöhte Krankenstände, häufige Wechsel und geringere Arbeitsleistungen sind die Folge. Nach einer Studie verursacht Mobbing jährliche Kosten zwischen 30 und 100 Milliarden DM. Der Psychoterror, der auf Mobbingopfer ausgeübt wird, führt nicht selten zu chronische Krankheiten oder psychischen Schäden. Leider steigt auch die Suizidgefahr der Betroffenen stark an. "Täter" sind oftmals Kollegen oder Vorgesetzte, die ihre eigene Position oder ihr Ansehen gefährdet sehen.

Ein besonders hohes Branchenrisiko gemobbt zu werden, liegt nach Untersuchungen bei Angestellten und Beamten, deren Leistungsbeurteilungen keinen klaren Richtlinien unterliegen.

Ebenfalls überproportional gefährdet sind Personengruppen, die sich aufgrund einer Behinderung, sprachlicher Probleme, weltanschaulichen Ansichten oder Äußerlichkeiten von den anderen Beschäftigten unterscheiden.

Motivation

Die effizienteste Form der Motivation ist der Erfolg. Dabei kann es sich sowohl um Eigenmotivation handeln ("ich habe etwas geschafft"), als auch Fremdmotivation durch die Anerkennung von außen. Motivation ist ein wichtiger Faktor für die Effizienz und Qualität der Arbeit und sollte von Arbeitgebern auch durch entsprechende Maßnahmen gefördert werden:

- Anerkennung für gute Arbeitsleistung zeigen
- Vertrauen vermitteln
- So viel Eigenerantwortung wie möglich übertragen
- Bereitstellung ergonomischer Arbeitsplätze

Stressmanagement

Ihr Chef behandelt Sie ungerecht, ein Kollege versucht Sie zu mobben oder Ihr Schreibtisch quillt über. Über-, aber auch Unterforderung, Lärm oder Hektik - Stress am Arbeitsplatz kann zahlreiche Ursachen haben. Wann und wie jemand Stress empfindet, hängt von mehreren Faktoren wie Alter, Konstitution und dem individuellen Potential ab. In der heutigen Zeit kommt es durch komplexere Zusammenhänge vermehrt zu Überbelastungen, denen wir nicht sofort entgegenwirken.

Die Folge: Stress, der nicht selten mit einem Herzinfarkt oder Hörsturz endet. Etwa zwei Drittel aller Krankheiten sind direkt oder indirekt auf Stress zurückzuführen. Was aber können Sie tun, damit die Gesundheit nicht auf der Strecke bleibt?

Nachfolgend finden Sie interessante Informationen rund um das Thema "Stress" und verschiedene Methoden wie Sie Stress entgegenwirken bzw. vorbeugen können:

Stress macht Sie dumm

Ein gewisses Maß an Stress gehört zum Leben und kann auch zu erhöhten Leistungen führen. Ist die körperliche oder psychische Belastung jedoch zu hoch, kann das Gegenteil geschehen.

In einem Versuch mit Laborratten wurde beispielsweise festgestellt, dass als Antwort auf Stress vermehrt Glukokortikoid-Hormone produziert wurden, die wiederum die Nervenzellen (Neuronen) der Laborratten schrumpfen ließen.

Die Folge: Stress macht dumm. Auch beim Menschen gehört versteinertes Denken sowie Vergesslichkeit zu den typischen Stresssymptomen. Viele Stresssituationen können wir nicht beeinflussen. Umso wichtiger ist es, die richtigen Entspannungsmethoden kennen zu lernen und für eine niedrige oder mittlere Stressdosis zu sorgen.

Stress macht Sie krank !

Langfristig schwächt Stress das Immunsystem und die Psyche. Vor allem Kopf- und Rückenschmerzen sind typisch. Aber auch Konzentrationsverlust, Schläfrigkeit und Nervosität können die Folge von Stress sein.

Überflüssig zu erwähnen, dass die allgemeine Leistungsfähigkeit eines stressgeplagten Mitarbeiters stark eingeschränkt ist. Auch Unfallgefährdung und ungesunde Lebensführung nehmen zu (z.B. Alkohol, Nikotin, Drogen, Kaffeekonsum).

Der Stress-Typ

Die Stressforschung hat eine Stress-Persönlichkeitstypologie geschaffen. Der Stress-Typ A ist gekennzeichnet durch eine Kombination von hohem Leistungsstreben, Konkurrenzdenken, Ungeduld, Perfektionismus, Hektik, Aggressionsbereitschaft und Ärger. Die besonderen Gesundheitsrisiken des Typ A liegen in einer Anfälligkeit gegenüber Herzattacken und Schlaganfall. Für Typ-A-Menschen ist das Risiko, einen Herzinfarkt zu bekommen, doppelt so hoch wie für andere Menschen. Besonders kritisch ist die Kombination von hohem Erfolgsstreben und intensivem Stress, wenn Situationen sich häufen, in denen einerseits ein hohes Ausmaß an Anstrengung erforderlich und gleichzeitig Misserfolg sehr wahrscheinlich ist. Erfolgsorientierung an sich ist gesund.

Zeitmanagement

Eine der häufigsten Ursachen von Stress ist Zeitmangel bzw. Zeitdruck. Der optimale Gebrauch von Zeit ist subjektiv und sieht demzufolge bei jedem anders aus. Mögliche Stressquellen können von vornherein unterbunden werden, indem man seine Zeit effizient nutzt. Hierzu einige praktische Beispiele:

Setzen Sie sich konkrete Termine, die sich einteilen lassen (z.B.: innerhalb 24 Stunden)

* Erledigen Sie die wichtigsten Arbeiten während Ihrer individuellen Hochleistungsphase

* In Eile können auch Stichpunkte oder Schmierzettel beim Meeting ausreichend sein

* Vermeiden Sie Telefonieren - Sie verlieren sehr viel Zeit mit "Small Talk"

* Durch Mailen oder Faxen können Sie Dinge auf den Punkt bringen und schneller erledigen

* Setzen Sie bei Teamarbeit öffentliche Terminkalender ein, in der jedes Gruppenmitglied seine externen Termine notiert. So wissen Sie ohne große Recherche, wann Ihre Arbeitskollegen außer Haus sind und umgekehrt.

Erholungspause

Nach ca. zwei Stunden Arbeit zeigt die Leistungskurve nach unten. Idealerweise sollte man dann eine viertelstündige Pause einlegen. Die wenigsten Arbeitgeber werden von dieser Pausenregelung begeistert sein. Dennoch sollten Sie versuchen, sich zumindest eine kleine Pause zum Entspannen zu genehmigen (siehe auch Entspannungsmethoden weiter unten), um anschließend wieder voll konzentriert arbeiten zu können.

Nach der Bildschirmarbeitsverordnung sollte man nach zwei Stunden eine Pause von ca. fünf bis sechs Minuten einlegen.

Stressvermeidung

Stress ist ansteckend und so sollte man sich möglichst von Hektikern oder stressgeplagten Mitarbeitern fern halten !!!

Versuchen Sie Ihr Verhalten so zu ändern, dass Sie selbst unangenehmen Situationen noch etwas Positives abgewinnen können. Dies gilt für Aufgabenstellungen genauso, wie für den Umgang mit unbeliebten Mitarbeitern.

Sprechen Sie sich aus, wenn Sie sich ungerecht behandelt fühlen - damit verschaffen Sie sich Erleichterung und steigern zugleich Ihr Selbstwertgefühl.

Versuchen Sie Ihre Misserfolge konstruktiv zu analysieren (wie werde ich es besser machen) und stellen Sie Ihre Erfolge in den Vordergrund.

Abwechslung

Steigern Sie Ihre Leistungsfähigkeit, indem Sie Abwechslung in Ihre Arbeit bringen. Zum Einen beugen Sie Ermüdungserscheinungen vor und zum Anderen kann es von Vorteil sein, ein Problem mit etwas Abstand zu lösen. Letztendlich sollte es auch Ihrem Vorgesetzten in den meisten Fällen gleichgültig sein, in welcher Abfolge Sie Ihre Tätigkeiten verrichten. Entscheidend ist das Ergebnis Ihrer Arbeit.

Stressabbau durch Musik

In einer Berliner Studie wurde der Anteil der Stresshormone gemessen. Diese Messung fand vor, während und nach dem Hören von Musik bei den Probanden statt.

Das Ergebnis der Studie: Speziell meditative Klänge senken den Kortisol- und Adrenalinpiegel und bauen somit Stress ab.

Die beruhigende Wirkung von Musik macht man sich ebenfalls im Flugverkehr zu nutze, wo Musikzuspielungen eine entspannte Atmosphäre erzeugen sollen.

Und auch in Krankenhäusern wird Musik immer häufiger eingesetzt, um ängstliche Patienten beispielsweise vor einer Operation zu beruhigen.

Vermeiden Sie textlastige Musik, die Ihre linke Gehirnhälfte unnötig aktiviert - und damit das Entspannen erschwert, wählen Sie Musik mit Naturgeräuschen oder Konzerte von Mozart.

Stressabbau durch Lachen

Lachen ist nicht angeboren. Erst nach etwa drei Monaten fangen Säuglinge an zu lachen - bewusst geschieht dies sogar erst ab dem zweiten Lebensjahr.

Lachforscher gehen davon aus, dass Stress unter anderem auch durch Lachen abgebaut wird. Sprechen Sie also in Zukunft ruhig vom "Sich Gesundlachen". Außerdem werden beim Lachen Endorphine freigesetzt, die sich ebenfalls positiv auf das Wohlbefinden auswirken.

Stressabbau durch Atemübungen

Wenn das Gehirn zu wenig Sauerstoff erhält, kann es zu schädigenden Stressreaktionen und vorzeitigen Zellalterungen kommen. Dem kann man entgegenwirken, indem man immer wieder ruhig und tief einatmet oder verschiedene Atemübungen, wie etwa beim Reiki, Qi Gong oder Yi Jin Jing durchführt.

Der 24 Stunden Tag

Gesundheit ist eines der höchsten Güter, die es zu schützen gilt. Im Zeitalter von Wellness und Fitness machen sich zunehmend mehr Menschen Gedanken, wie ein gesunder Tagesablauf aussehen könnte

Fit durch gesundes Schlafen

Bevor das elektrische Licht erfunden wurde, war es üblich, 10 Stunden und länger zu schlafen. Schlafforscher sehen 10 Stunden auch heute noch als optimal an. Dagegen schläft der Durchschnittsbürger im Schnitt lediglich 6,7 Stunden pro Nacht. Etwa 3,5 Mio. Bundesbürger leiden an Schlafstörungen, die oftmals durch Stress oder seelische Belastungen verursacht werden.

Die Folge: Tagsüber fühlt man sich erledigt und hat Probleme sich zu konzentrieren.

Nachfolgend erhalten Sie einige Tipps, um diesen Schlafstörungen entgegenzuwirken:

- * Praktizieren Sie Einschlafrituale wie beispielsweise regelmäßiges Lesen vor dem Schlafengehen (bitte keine Horror-, Krimi- oder Psychodramen)
- * Gesunder Sport (kein Hochleistungssport) kann den Schlaf fördern, sofern er mindesten 3 Stunden vor der Schlafphase praktiziert wird
- * Vermeiden Sie abends schwere und fette Speisen zu sich zu nehmen
- * Ihr Schlafzimmer sollte ruhig sein (Lärm kann gesundheitliche Schäden verursachen) und eine Temperatur von ca.18° Celsius haben
- *Fernseher sowie Radiowecker mit digitalen Leuchtdioden sollten sich nicht im Schlafzimmer befinden
- *Wählen Sie naturbelassene Stoffe und Materialien für Ihr Schlafzimmer aus

Fit durch richtiges Erwachen

Nicht nur gesundes Schlafen, sondern auch die Art und Weise, wie und wann jemand aus dem Schlaf geholt wird, ist entscheidend für das allgemeine Wohlbefinden. So hat eine Studie ergeben, daß Frühaufsteher weniger depressiv sind.

Von Vorteil ist es auch, wenn man sich z. B. durch klassische Musik sanft wecken lässt. Vermeiden Sie es, daß Sie die Nachrichten als Erstes hören. Stehen Sie möglichst innerhalb von fünf Minuten auf und beginnen Sie den Morgen mit Dehn- und Streckübungen (Yi Jin Jing, Brain-Gym, Energieübungen). Auch bei Hunden oder Katzen kann man dies beobachten, bevor sie aktiv werden.

Somit bringen Sie nicht nur Ihren Kreislauf in Schwung, sondern steigern zudem Ihre seelische Widerstandskraft.

Fit zur Arbeit

Wer kennt das nicht? - Ausgerechnet zu einem wichtigen Termin steckt man im morgendlichem Verkehrsstau. Hier setzt man sich gleich am frühen Morgen einer Stresssituation aus. Versuchen Sie rechtzeitig zu Hause loszufahren - oder noch besser - mit öffentlichen Verkehrsmitteln entspannt zur Arbeit zu fahren. Sollten Sie sich dennoch im Verkehrsstau vorfinden, dann lassen Sie Dampf ab, indem Sie ihren Unmut herausschreien (wenn Sie alleine im Auto sitzen) oder lenken Sie Ihre Wahrnehmung auf andere Dinge, wie zum Beispiel den Baum am Wegesrand, die Natur und nehmen Sie Energie aus der Umgebung auf..

Essen und Trinken

Unser Körper entspannt sich, sobald er die richtige, gesunde, energispendende Nahrung aufnimmt (Dazu gehören nicht Fast Food und Weißmehlprodukte). Dabei sollte man auf anregendes Koffein und Zucker verzichten. Probieren Sie beispielsweise sich zu entspannen, indem Sie ein Glas Wasser in Ruhe trinken sobald Sie sich angespannt oder getrieben fühlen.

Fit durch eine kurze Siesta

Um vom täglichen Stress abzuschalten, bieten immer häufiger fernöstliche, aber auch amerikanische Firmen Ihren Mitarbeitern Ruheräume an. Innerhalb einer kurzen Schlafphase sollen die Mitarbeiter die Gelegenheit haben, auf andere Gedanken zu kommen und neue Energie zu tanken. In Deutschland hat sich diese Firmenkultur noch nicht durchgesetzt. Sofern Sie den Weg zur Arbeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln bestreiten, können Sie ja die Wirkungsweise des 10 Minuten Schlaf am eigenen Leib testen.

Schließen Sie die Augen und stellen Sie sich beispielsweise vor, Sie seien in einer einsamen Bucht und lauschen nur dem Rauschen des Meeres. Nach Meinung von Schlafforschern erhöht sich durch das Nickerchen die Konzentrations-, Leistungs-, und Reaktionsfähigkeit.

Geistige Fitness

Körperliches Training als Ausgleich kann sich positiv auf berufliche Leistung und Wohlbefinden auswirken. Wer nur träge seine Freizeit vor dem Fernseher verbringt, wird im Berufs- und Privatleben kaum seine Höchstleistungen bringen.

Wer gesund bleiben möchte, sollte sich so oft wie möglich im Freien bewegen und bei schlechtem Wetter mit der entsprechenden Kleidung zumindest spazieren Gehen.

Aber wissen Sie auch, welche körperlichen Aktivitäten sich auf die jeweiligen geistigen Komponenten auswirken? Nachfolgend erhalten Sie hierzu einen kurzen Überblick:

Probleme lösen

Wie der Ausdruck „Probleme lösen“ bereits beschreibt, ist es oftmals von Vorteil, sich von einer bestehenden Problematik loszulösen, bevor man bestimmte Entscheidungen trifft. Hier bieten sich Sportarten wie Wandern oder Segeln an, die den Gedanken freien Lauf gewähren.

Gelassenheit

Wer im Beruf dazu neigt, hektisch zu agieren, läuft große Gefahr, Fehler zu machen. Um dem entgegenzusteuern, bieten sich beispielsweise Aikido, Tai Chi Chuan, Yi Jin Jing, Qi Gong oder Bogenschießen an. Hier lernt man, Geist und Körper in Einklang miteinander zu bringen und eine bessere Selbstkontrolle zu erlangen.

Teamfähigkeit

Wer beruflich seine Schwierigkeiten mit Teamarbeit hat, der sollte versuchen, auf spielerische Art und Weise an diesem Problem zu arbeiten und sich selbst kennenzulernen. Hier bieten sich in erster Linie Mannschaftssportarten wie Volleyball oder Völkerball an, die Kommunikation voraussetzen.

Konzentrationsübungen

Ihre Konzentrationsfähigkeit können Sie steigern, indem Sie ausdauernd Sport treiben und somit Ihrem Körper vermehrt Sauerstoff zuführen. Dabei bleibt es Ihnen überlassen, ob Sie eher Bergsteigen, Radfahren, Joggen oder Schwimmen bevorzugen. Aber auch während der Arbeit können Sie durch gezielte Dehnübungen nicht nur Ihre Durchblutung fördern und somit Ihre Konzentrationsfähigkeit steigern, sondern auch die Struktur Ihres Bindegewebes verbessern.

Leistungsfähigkeit/Aufmerksamkeit

Wer am Schreibtisch arbeitet und in der Mittagspause mal so eben einen gefüllten Saumagen isst, der kann sich den Nachmittag im Büro nahezu sparen. Ihr Körper benötigt dann nämlich einen Großteil seiner Energie, um das fetthaltige Essen zu verdauen. Aber auch Flüssigkeitsverluste können sich leistungsmindernd auswirken, da durch die Eindickung des Blutes die Muskelzellen schlechter mit Nährstoffen und Sauerstoff versorgt werden.

Steigern Sie statt dessen Ihre Aufmerksamkeit und Leistungsfähigkeit, indem Sie 15 Minuten der Mittagspause für Dehn- und Streckübungen opfern und den Saumagen durch Reis mit Gemüse oder durch gesunde Pausensnacks wie Obst,

Getreide- oder Milchprodukte ersetzen.

Bananen sind beispielsweise schnelle Energielieferanten und wirken sich zudem positiv auf Nerven- und Muskelfunktionen aus.

Um den Flüssigkeitshaushalt auszugleichen, sollte man in erster Linie nur frisches Wasser zu sich nehmen.

Entspannungsmethoden

Die Bewältigung von Stresssituationen ist sowohl von der Persönlichkeitsstruktur, als auch von der Qualifikation und dem Entscheidungsspielraum des jeweiligen Mitarbeiters abhängig. Es gibt jedoch Entspannungsmethoden, die unabhängig von der Unternehmensstruktur von jedermann praktiziert werden können.

Das heiße Handtuch

Viele Airlines bieten zum Entspannen das „heiße Handtuch“ an. Auch zu Hause oder im Job können Sie dies praktizieren, indem Sie ein in heißem Wasser getränktes Tuch auf Ihr Gesicht legen

Gähnen

So banal es sich anhört - in der Tat ist kräftiges Gähnen eine wirkungsvolle Methode, sich zu entspannen. Beim Gähnen wird die Sauerstoffzufuhr erhöht und die Konzentration verbessert. Sie sollten dabei den Unterkiefer einfach fallen lassen und durch den Mund einatmen.

Bauch-Atmung

Atemübungen sorgen dafür, dass der menschliche Organismus mehr Sauerstoff erhält. Zu den Atem- und Bewegungslehre, die ihren Ursprung in der chinesischen Medizin finden gehört auch Yi Jin Jing.

Wer tief in seinen Bauch hineinatmet, produziert unter Anspannung weniger Stresshormone, als derjenige, der flach in die Brust atmet. Am Einfachsten gelingt Ihnen die Bauch-Atmung, indem Sie sich hinlegen und sich vorstellen, beim Einatmen Ihren Bauch wie einen Ballon aufblasen zu wollen. Im Extremfall entspannen Sie sich so gut, dass Sie einschlafen. Vorsicht: Wenn Sie Atemübungen falsch ausführen oder übertreiben, könnte Ihnen schwindelig werden. In diesem Fall bitte sofort die Übungen beenden.

Entspannung durch Anspannung

Die meisten Muskelgruppen sind in Stresssituationen stärker angespannt. Um nun diese Muskelanspannung abzubauen, sollte man die verschiedenen Muskelpartien, Sehnen, Bänder und das Bindegewebe, wie in den Bewegungsabläufen des Yi Jin Jing, einige Sekunden bewusst anspannen und sich anschließend wieder entspannen. Durch mehrmaliges Wiederholen dieser Übungen entspannen sich in der Regel die Muskelgruppen, das Energieniveau steigt und das Erregungsniveau sinkt.

Freizeitentspannung

Hobbys, die bildhaftes und räumliches Denken erfordern und gleichzeitig den Einsatz beider Hände abverlangen, eignen sich besonders gut zum Entspannen (z.B.: Töpfern, Basteln, Modelieren).

Reiki

Dr. Mikao Usai, ein japanischer Mönch und Gelehrter gilt als Entdecker der Heilkünste des Reiki. Danach wird eine Harmonisierung und tiefe Entspannung durch Auflegen der Hände erreicht. Reiki hilft auch vor organischen und psychischen Krankheiten schützen.

Tai Chi Chuan

Tai Chi ist eine alte chinesische Bewegungskunst. Sie folgt dem Prinzip des Yin und Yang, wonach jeder Bewegung eine Gegenbewegung folgt. Die traditionelle Langform des Tai Chi soll bereits im ersten Jahrtausend praktiziert worden sein, wurde aber aufgrund der unsicheren politischen Verhältnisse nur an wenige vertrauenswürdige Schüler weiter vermittelt. Ab dem 19ten Jahrhundert wurde Tai Chi in China flächendeckend ausgeübt. Auf viele Europäer wirken die weichen, fließenden und ruhigen Bewegungen sehr befremdlich. Dennoch glauben immer mehr Menschen an die Aktivierung der Selbstheilungskräfte durch Tai Chi.

Meditation

Immer mehr Menschen entdecken immer häufiger diese ca. 5000 Jahre alte Entspannungstechnik. Ziel der Meditation ist es, den Körper völlig zur Ruhe kommen zu lassen. Dies geschieht, indem man einen Bewusstseinszustand erlangt, bei dem die Umwelt vernachlässigt und die Gedanken auf ein bestimmtes Objekt/Atem reduziert werden. Wer regelmäßig in sich kehrt, fühlt sich ausgeglichener und hat mehr Energie für die täglichen Belange. Eine Reikimeditation.

Die Fußreflexzonen-Massage

Diese therapeutische Massagetechnik wird bereits seit Jahrtausenden in Asien praktiziert. Dabei geht man davon aus, dass jede Stelle des Körpers eine entsprechende Reflexzone im Fußbereich hat. Diese Zonen machen sich qualifizierte Masseur zu nutze, um bestimmte Störungen, wie etwa Kopfschmerzen, durch eine gezielte Fußreflexzonen-Massage zu beseitigen.

Shiatsu

Shiatsu verfolgt das Ziel, den Energiefluss in den Meridianen - den Energiebahnen des Körpers - zu stärken. Dies geschieht durch eine Massageform, bei der entgegen der klassischen Massagetechnik nicht geknetet oder gerieben wird, sondern durch Abgabe des Körpergewichtes des Behandelnden gedehnt und gedrückt wird. Dieser Druck wird mittels Fingerkuppen, Daumen, Handflächen oder Ellbogen ausgeübt. Gegenüber der üblichen Massagetechnik wird also keine Kraft angewendet, sondern abgegeben. Die korrekte Anwendung setzt eine bestimmte Geisteshaltung voraus, die der Meditation nahe kommt. Akupressur findet seine Ursprünge in China während Shiatsu die japanische Variante dieser Behandlungsmethode ist.

SCHLUSSWORT:

Der Krieg hinterließ auch emotionale Kriegswaisen. "Es war vor allem eine emotionale Kälte, die in den Familien herrschte. Wir verhielten uns, aber wir hielten nicht zusammen", beklage ich heute und entschuldigt zugleich meine Eltern: "Sie haben wohl ihr Bestes getan, auch sie haben unter dem Krieg gelitten."

Wann meine Kindheit zu Ende war? "Welche Kindheit?", fragt ich mich, so sahen meine Kinderjahre aus. Jahre voll Trauer, Leid, Hunger und Entbehrungen aber mein Leiden wurde nicht als Leid wahrgenommen. Es ging bis weit in mein 15. Lebensjahr hinein, ums nackte Überleben. Gefühle waren dabei hinderlich. Alle Kraft wurde für das Wegräumen der äußeren Ruinen gebraucht. Ein Dach über dem Kopf und etwas zu essen, das musste reichen.

Was unsere Eltern in Schutt und Asche gelegt haben, haben wir wieder aufgebaut. – Ich habe Karriere gemacht und mit Burn-out bezahlt. - Nach meinem „Burn-out“ habe ich ein neues Leben begonnen und bin nun als Wissenschaftler und Schriftsteller tätig.

Eigenwerbung: Beschreibung und Inhalt meines Buches „Kapitalverbrechen an unseren Kindern“

Beschreibung: In "Kapitalverbrechen an unseren Kindern" verzichte ich auf manche bisher gehegte Erkenntnis und fordere die Wissenschaft heraus. Ich belege Thesen mit Dokumentationen und einzigartigem Bildmaterial.

Inhalt:

1952 erlebte London die schlimmste Smog-Katastrophe der Industriegeschichte. Etwa 12 000 Menschen überlebten den Smog nicht. Ruß und Schwefeldioxid aus Kaminen und Fabrikschlotten sammelte sich am Boden, vermischte sich mit Gasen und Nebel, wurde schließlich so dicht, dass Fußgänger ihre Füße nicht sahen.

Klimaerwärmung und Baumsterben waren trotz dieses hohen Kohleverbrauchs unbekannt! Der Kohleverbrauch sank laut Schweizerische Gesamtenergiestatistik, in den Jahren 1960-2001 von TJ 77.990 auf unter TJ 6.170.

Der Himmel über Deutschland hatte noch nie so saubere Luft zu bieten wie gegenwärtig.

Die Luftmess-Stationen des Bundesumweltamtes haben die niedrigsten Werte seit Beginn ihrer Aufzeichnungen gemessen. Die Feinstaub-Konzentration ist in den letzten 30 Jahren um 60% zurückgegangen und auch der Schwefeldioxid-Anteil der Luft hat stark abgenommen. Der saure Regen ist erheblich weniger sauer als noch vor 20 Jahren.

**Ein großer Gewinn für die Menschen.
Aber die Klimaerwärmung steigt weiter !**

**Ist die Klimaerwärmung durch Industrieabgase eine Ente !?
Müssen wir alle eines Tages teuer bezahlen weil wir blindlings vertraut
haben?**

Quelle: „Kapitalverbrechen an unseren Kindern“.

Book on Demand, Seiten 329, ISBN 3-8334-0624-0, Preis 35,- EURO

