

HEINZ-PETER RÖHR

ICH TRAUE MEINER WAHRNEHMUNG

Heilung nach sexuellem
und emotionalem Missbrauch

VERLAGSGRUPPE PATMOS

**PATMOS
ESCHBACH
GRÜNEWALD
THORBECKE
SCHWABEN**

Die Verlagsgruppe
mit Sinn für das Leben

Für die Schwabenverlag AG ist Nachhaltigkeit ein wichtiger Maßstab ihres Handelns. Wir achten daher auf den Einsatz umweltschonender Ressourcen und Materialien.

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

Alle Rechte vorbehalten

© 2015 Patmos Verlag der Schwabenverlag AG, Ostfildern
www.patmos.de

Dieses Buch erschien erstmals 1998 im Walter Verlag unter dem Titel
Ich traue meiner Wahrnehmung. Sexueller und emotionaler Mißbrauch oder
Das Allerleirauh-Schicksal, danach 2010 in überarbeiteter Neuausgabe im
Patmos Verlag, Mannheim, unter dem Titel *Missbrauch überleben.
Heilung nach sexueller und emotionaler Gewalt.*

Umschlaggestaltung: Finken & Bumiller, Stuttgart

Umschlagabbildung: jala./Quelle PHOTOCASE

Druck: CPI – Ebner & Spiegel, Ulm

Hergestellt in Deutschland

ISBN 978-3-8436-0590-8

Inhalt

Dank 7
Vorwort 9

TEIL I

Das Allerleirauh-Schicksal:

- Sexueller Missbrauch in der Familie 11**
Das Märchen Allerleirauh 13
Einleitung 18
Der Tod der Königin mit den goldenen Haaren 23
 Das Drama des sexuellen Missbrauchs 24
 Im Anfang liegt das Ende 30
Die Flucht in den hohlen Baum 32
 Das Abspalten von Gefühlen 37
Der Mantel aus tausenderlei Tierfellen und das rußgeschwärzte Gesicht 41
 Gestörtes Körpergefühl – zerrissene Persönlichkeit 42
 Schuldgefühle 44
 Das Kind nimmt alles auf sich 46
 Selbsthass 49
 Selbstschädigendes Verhalten 51
 Sucht 54
Ein Kind, das Vater und Mutter verloren hat 56
 Das mutterlose Kind 57
 Der suchtkranke Vater 61
 Gestörte Sexualität 65
 Der latente Inzest 66
 Die Opferidentität 70
Der Tanz im Ballsaal 76
Der goldene Ring, das goldene Spinnrad und das goldene Haspelchen oder: Die Heilung 82
 Die Bedeutung der Missbrauchserfahrung erkennen 84
 Das männliche Prinzip entwickeln 87
 Die (indirekte) Konfrontation 92
 Die therapeutische Gemeinschaft 96

<i>Die Sehnsucht nach Beziehung</i>	100
<i>Exkurs: Die verlorene weibliche Seite des Täters</i>	102
<i>Die Sinnfrage</i>	104
<i>Verzeihen?</i>	107

TEIL 2

Weitere Formen von Missbrauch in der Familie	113
Emotionaler Missbrauch	115
<i>Der Terror des Leids</i>	115
<i>Das Kind als Partnerersatz</i>	122
<i>Das Kind als Bedürfnisbefriediger unerfüllter Träume</i>	128
Die Kindesmisshandlung	134
Emotionaler Missbrauch in der Familie – abschließende Bewertung	136
Exkurs: Sektenterror – eine andere Form von Seelenmord	137

TEIL 3

Sexueller Missbrauch und Sucht	141
Ein Fall von Sexsucht	143
<i>Merkmale der Sexsucht</i>	151
Beziehungs- oder Liebessucht	153
Selbsthilfe bei sexuellem Missbrauch	155
<i>Informationen über Selbsthilfegruppen</i>	156
Zum Abschluss	158

ANHANG

161	
Was ist ein Trauma?	163
Literatur	164
Adressenverzeichnis	166

Danken möchte ich besonders den Patientinnen und Patienten, die den Mut hatten, in einer Indikationsgruppe für sexuellen Missbrauch offen über ihre Gefühle und Erfahrungen zu berichten, und bereit waren, persönliche Aufzeichnungen zur Verfügung zu stellen. Mit ihrer Hilfe konnte ich die Dynamik des sexuellen Missbrauchs tiefer verstehen.

Herzlich danken möchte ich auch meiner Frau Annemie für die Überarbeitung des Manuskripts. Ihre Anregungen und ihre konstruktive Kritik trugen wesentlich zum Gelingen bei.

Märchen haben einen unschätzbaran Wert – sie sind Antworten der Seele auf die Probleme der Menschen. Mit Hilfe der Bildersprache, die die Sprache des Unbewussten ist, findet eine dramatische Inszenierung statt, die menschliche Probleme beschreibt. Die Helden der Märchen müssen immer viele Prüfungen bestehen, Hindernisse überwinden und mitunter hartes Leid ertragen, bis sie zum Ende hin so etwas wie Erlösung erleben. Aus all dem darf geschlossen werden, dass diese Umwege und Rückschläge mit zu einer Entwicklung zum Guten dazugehören; denn jedes Märchen findet für das geschilderte Problem ein Happy-End, also eine Lösung, die die Seele für geeignet hält.

Märchen sind daher keineswegs nur eine Lektüre für Kinder. Sie sind wie Projektionsflächen und führen in eine fremde und doch vertraute Welt. In meiner Arbeit mit Suchtkranken haben sie einen festen Platz. Wenn ein Märchen genau die Problematik einer Patientin oder eines Patienten widerspiegelt, erweist es sich für den psychotherapeutischen Prozess als besonders wertvoll. Ich empfehle in diesen Fällen Betroffenen, das entsprechende Märchen immer wieder zu lesen. Das Unbewusste wird durch die Lektüre tief berührt und angesprochen, da Märchen wie Träume und Imaginationen ihren Ursprung in der Seele haben und dieselbe bildhafte Sprache sprechen.

Veränderung wird im Alltag nur wirksam, wenn auch unbewusste Prozesse verändert werden, dies ist Ziel jeder Psychotherapie. Seelische Störungen und Krankheiten lassen sich nie mit dem Verstand allein beseitigen, mit den Mitteln der Logik einfach abstellen. Märchen können Wegweiser in scheinbar ausweglosen Situationen sein. Sie fördern konstruktive Prozesse und Neuorientierungen und weisen einen eigenen Weg zur Lösung von Problemen. Diesen Weg gilt es zu entschlüsseln, damit sich die höchst wichtige Frage beantwortet, welche Mittel und Wege das Märchen zur Heilung vorschlägt, mit anderen Worten, welche Lösung die Seele, die Weisheit des Unbewussten, findet.

Die außerordentlich positive Resonanz auf dieses Buch hat mich sehr gefreut. Seit seiner Erstveröffentlichung 1998 bekomme

* Vorwort zur überarbeiteten Neuausgabe 2010

10 ich immer wieder Rückmeldungen darüber, dass Betroffene und Angehörige sich mit Hilfe der Lektüre selbst besser verstehen lernten und viele ermutigt wurden, Selbsthilfe und professionelle Hilfe zu suchen. Manchen war das Buch Begleiter während einer stationären oder ambulanten Therapie.

Dem Patmos Verlag danke ich für die vorliegende überarbeitete Neuausgabe. Die Veränderungen umfassen eine Beschreibung neuerer therapeutischer Strategien zur Bewältigung sexueller Traumatisierungen, eine Ergänzung der Literaturhinweise sowie ein aktualisiertes Adressenverzeichnis.

Bad Fredeburg, im Dezember 2009

Heinz-Peter Röhr

TEIL I

Das Allerleirauh-Schicksal

Sexueller Missbrauch in der Familie

Es war einmal ein König, der hatte eine Frau mit goldenen Haaren, und sie war so schön, dass sich ihresgleichen nicht mehr auf Erden fand. Es geschah, dass sie krank lag, und als sie fühlte, dass sie bald sterben würde, rief sie den König und sprach: »Wenn du nach meinem Tode dich wieder vermählen willst, so nimm keine, die nicht ebenso schön ist, als ich bin, und die nicht solche goldene Haare hat, wie ich habe; das musst du mir versprechen.« Nachdem es ihr der König versprochen hatte, tat sie die Augen zu und starb.

Der König war lange Zeit nicht zu trösten und dachte nicht daran, eine zweite Frau zu nehmen. Endlich sprachen seine Räte: »Es geht nicht anders, der König muss sich wieder vermählen, damit wir wieder eine Königin haben.« Nun wurden Boten weit und breit umhergeschickt, eine Braut zu suchen, die an Schönheit der verstorbenen Königin ganz gleichkäme. Es war aber keine in der ganzen Welt zu finden, und wenn man sie auch gefunden hätte, so war doch keine da, die solch goldene Haare gehabt hätte. Also kamen die Boten unverrichteter Sache wieder heim.

Nun hatte der König eine Tochter, die war gerade so schön wie ihre verstorbene Mutter und hatte auch solch goldene Haare. Als sie herangewachsen war, sah sie der König einmal an und sah, dass sie in allem seiner verstorbenen Gemahlin ähnlich war, und fühlte plötzlich eine heftige Liebe zu ihr. Da sprach er zu seinen Räten: »Ich will meine Tochter heiraten, denn sie ist das Ebenbild meiner verstorbenen Frau, und sonst kann ich doch keine Braut finden, die ihr gleicht.« Als die Räte das hörten, erschraken sie und sprachen: »Gott hat verboten, dass der Vater seine Tochter heirate, aus der Sünde kann nichts Gutes entspringen, und das Reich wird ins Verderben gezogen.« Die Tochter erschrak noch mehr, als sie den Entschluss ihres Vaters vernahm, hoffte aber, ihn von seinem Vorhaben noch abzubringen. Da sagte sie zu ihm: »Eh' ich Euren Wunsch erfülle, muss ich erst drei Kleider haben, eins so golden wie die Sonne, eins so silbern wie der Mond und eins so glänzend wie die Sterne; ferner verlange ich einen Mantel von tausenderlei Pelz und Rauhwerk zusammengesetzt, und ein jedes Tier in Eurem Reich muss ein Stück von seiner Haut dazugeben.« Sie dachte aber: »Das anzuschaffen ist ganz unmöglich, und ich bringe damit meinen Vater von seinen bösen Gedanken ab.« Der König ließ aber nicht ab, und die geschicktesten Jungfrauen in seinem Reiche mussten die drei Kleider weben, eins so golden wie die Sonne, eins so silbern wie der Mond und eins so glänzend wie die Sterne; und seine Jäger mussten alle Tiere

im ganzen Reiche auffangen und ihnen ein Stück von ihrer Haut abziehen; daraus ward ein Mantel von tausenderlei Rauhwerk gemacht. Endlich, als alles fertig war, ließ der König den Mantel herbeiholen, breitete ihn vor ihr aus und sprach: »Morgen soll die Hochzeit sein.«

Als nun die Königstochter sah, dass keine Hoffnung mehr war, ihres Vaters Herz umzuwenden, so fasste sie den Entschluss zu entfliehen. In der Nacht, während alles schlief, stand sie auf und nahm von ihren Kostbarkeiten dreierlei, einen goldenen Ring, ein goldenes Spinnrädchen und ein goldenes Haspelchen; die drei Kleider von Sonne, Mond und Sternen tat sie in eine Nusschale, zog den Mantel von allerlei Rauhwerk an und machte sich Gesicht und Hände mit Ruß schwarz. Dann befahl sie sich Gott und ging fort und ging die ganze Nacht, bis sie in einen großen Wald kam. Und weil sie müde war, setzte sie sich in einen hohlen Baum und schlief ein.

Die Sonne ging auf, und sie schlief fort und schlief noch immer, als es schon hoher Tag war. Da trug es sich zu, dass der König¹, dem dieser Wald gehörte, darin jagte. Als seine Hunde zu dem Baum kamen, schnupperten sie, liefen rings herum und bellten. Sprach der König zu den Jägern: »Seht doch, was dort für ein Wild sich versteckt hat.« Die Jäger folgten dem Befehl, und als sie wiederkamen, sprachen sie: »In dem hohlen Baum liegt ein wunderliches Tier, wie wir noch niemals eins gesehen haben: an seiner Haut ist tausenderlei Pelz; es liegt aber und schläft.« Sprach der König: »Seht zu, ob ihr's lebendig fangen könnt, dann bindet's auf den Wagen und nehmt's mit.« Als die Jäger das Mädchen anfassten, erwachte es voll Schrecken und rief ihnen zu: »Ich bin ein armes Kind, von Vater und Mutter verlassen, erbarmt euch mein und nehmt mich mit.« Da sprachen sie: »Allerleirauh, du bist gut für die Küche, komm nur mit, da kannst du die Asche zusammenkehren.« Also setzten sie es auf den Wagen und fuhren heim in das königliche Schloss. Dort wiesen sie ihm ein Ställchen an unter der Treppe, wo kein Tageslicht hinkam, und sagten: »Rauhtierchen, da kannst du wohnen und schlafen.« Dann ward es in die Küche geschickt, da trug es Holz und Wasser, schürte das Feuer, rupfte das Federvieh, belas das Gemüse, kehrte die Asche und tat alle schlechte Arbeit.

Da lebte Allerleirauh lange Zeit recht armselig. Ach, du schöne Königstochter, wie soll's mit dir noch werden! Es geschah aber einmal, dass ein Fest im Schloss gefeiert ward, da sprach sie zum Koch: »Darf ich ein wenig

¹ Hier wird oft nicht verstanden, dass es sich um einen anderen König handelt, also nicht um den Vater von Allerleirauh.

hinaufgehen und zusehen? Ich will mich außen vor die Türe stellen.« Antwortete der Koch: »Ja, geh nur hin, aber in einer halben Stunde musst du wieder hier sein und die Asche zusammentragen.« Da nahm sie ihr Öl-lämpchen, ging in ihr Ställchen, zog den Pelzrock aus und wusch sich den Ruß von dem Gesicht und den Händen ab, so dass ihre volle Schönheit wieder an den Tag kam. Dann machte sie die Nuss auf und holte ihr Kleid hervor, das wie die Sonne glänzte. Und wie das geschehen war, ging sie hinauf zum Fest, und alle traten ihr aus dem Weg, denn niemand kannte sie, und meinten nicht anders, als dass es eine Königstochter wäre. Der König aber kam ihr entgegen, reichte ihr die Hand und tanzte mit ihr und dachte in seinem Herzen: »So schön haben meine Augen noch keine gesehen.« Als der Tanz zu Ende war, verneigte sie sich, und wie der König sich umsah, war sie verschwunden, und niemand wusste, wohin. Die Wächter, die vor dem Schlosse standen, wurden gerufen und ausgefragt, aber niemand hatte sie erblickt.

Sie aber war in ihr Ställchen gelaufen, hatte geschwind ihr Kleid ausgezogen, Gesicht und Hände schwarz gemacht und den Pelzmantel umgetan und war wieder Allerleirauh. Als sie nun in die Küche kam und an die Arbeit gehen und die Asche zusammenkehren wollte, sprach der Koch: »Lass das gut sein bis morgen und kuche mir da die Suppe für den König, ich will auch einmal ein bisschen oben zugucken; aber lass mir kein Haar hineinfallen, sonst kriegst du in Zukunft nichts mehr zu essen.« Da ging der Koch fort, und Allerleirauh kochte die Suppe für den König und kochte eine Brotsuppe, so gut es konnte, und wie sie fertig war, holte es in dem Ställchen seinen goldenen Ring und legte ihn in die Schüssel, in welche die Suppe angerichtet ward. Als der Tanz zu Ende war, ließ sich der König die Suppe bringen und aß sie, und sie schmeckte ihm so gut, dass er meinte, niemals eine bessere Suppe gegessen zu haben. Wie er aber auf den Grund kam, sah er da einen goldenen Ring liegen und konnte nicht begreifen, wie er dahingeraten war. Da befahl er, der Koch sollte vor ihn kommen. Der Koch erschrak, wie er den Befehl hörte, und sprach zu Allerleirauh: »Gewiss hast du ein Haar in die Suppe fallen lassen; wenn's wahr ist, so kriegst du Schläge.« Als er vor den König kam, fragte dieser, wer die Suppe gekocht hätte. Antwortete der Koch: »Ich habe sie gekocht.« Der König aber sprach: »Das ist nicht wahr; denn sie war auf eine andere Art und viel besser gekocht als sonst.« Antwortete er: »Ich muss es gestehen, dass ich sie nicht gekocht habe, sondern das Rauhtierchen.« Sprach der König: »Geh und lass es heraufkommen.«

Als Allerleirauh kam, fragte der König: »Wer bist du?« »Ich bin ein

armes Kind, das keinen Vater und Mutter mehr hat.« Fragt er weiter: »Wozu bist du in meinem Schloss?« Antwortete es: »Ich bin zu nichts gut, als dass mir die Stiefeln um den Kopf geworfen werden.« Frage er weiter: »Wo hast du den Ring her, der in der Suppe war?« Antwortete es: »Von dem Ring weiß ich nichts.« Also konnte der König nichts erfahren und musste es wieder forschicken.

Über eine Zeit war wieder ein Fest, da bat Allerleirauh den Koch wie voriges Mal um Erlaubnis, zusehen zu dürfen. Antwortete er: »Ja, aber komm in einer halben Stunde wieder und koch dem König die Brotsuppe, die er so gerne isst.« Da lief es in sein Ställchen, wusch sich geschwind und nahm aus der Nuss das Kleid, das so silbern war wie der Mond, und tat es an. Da ging sie hinauf und glich einer Königstochter; und der König trat ihr entgegen und freute sich, dass er sie wiedersah, und weil eben der Tanz anhub, so tanzten sie zusammen. Als aber der Tanz zu Ende war, verschwand sie wieder so schnell, dass der König nicht bemerken konnte, wo sie hinging. Sie sprang aber in ihr Ställchen und machte sich wieder zum Rauhtierchen und ging in die Küche, die Brotsuppe zu kochen. Als der Koch oben war, holte es das goldene Spinnrad und tat es in die Schüssel, so dass die Suppe darüber angerichtet wurde. Danach ward sie dem König gebracht, der aß sie, und sie schmeckte ihm so gut wie das vorige Mal, und ließ den Koch kommen, der musste auch diesmal gestehen, dass Allerleirauh die Suppe gekocht hätte. Allerleirauh kam da wieder vor den König, aber sie antwortete, dass sie nur dazu da wäre, dass ihr die Stiefeln an den Kopf geworfen würden und dass sie von dem goldenen Spinnrädchen gar nichts wüsste.

Als der König zum dritten Mal ein Fest anstellte, da ging es nicht anders als die vorigen Male. Der Koch sprach zwar: »Du bist eine Hexe, Rauhtierchen, und du tust immer etwas in die Suppe, davon sie so gut wird und dem König besser schmeckt, als was ich koche«; doch weil es so bat, so ließ er es auf die bestimmte Zeit hingehen. Nun zog es ein Kleid an, das wie die Sterne glänzte, und trat damit in den Saal. Der König tanzte wieder mit der schönen Jungfrau und meinte, dass sie noch niemals so schön gewesen wäre. Und während er tanzte, steckte er ihr, ohne dass sie es merkte, einen goldenen Ring an den Finger und hatte befohlen, dass der Tanz recht lange währen sollte. Wie er zu Ende war, wollte er sie an den Händen festhalten, aber sie riss sich los und sprang so geschwind unter die Leute, dass sie vor seinen Augen verschwand. Sie lief, was sie konnte, in ihr Ställchen unter der Treppe, weil sie aber zu lange und über eine halbe Stunde geblieben war, so konnte sie das schöne Kleid nicht ausziehen,

sondern warf nur den Mantel von Pelz darüber, und in der Eile machte sie sich auch nicht ganz rußig, sondern ein Finger blieb weiß. Allerleirauh lief nun in die Küche, kochte dem König die Brotsuppe und legte, wie der Koch fort war, den goldenen Haspel hinein. Der König, als er den Haspel auf dem Grund fand, ließ Allerleirauh rufen; da erblickte er den weißen Finger und sah den Ring, den er ihr angesteckt hatte. Da ergriff er sie an der Hand und hielt sie fest, und als sie sich losmachen und fortspringen wollte, tat sich der Pelzmantel ein wenig auf, und das Sternenkleid schimmerte hervor. Der König fasste den Mantel und riss ihn ab. Da kamen die goldenen Haare hervor, und sie stand da in voller Pracht und konnte sich nicht länger verbergen. Und als sie Ruß und Asche aus ihrem Gesicht gewischt hatte, da war sie schöner, als man noch jemand auf Erden gesehen hat. Der König aber sprach: »Du bist meine liebe Braut, und wir scheiden nimmermehr voneinander.« Darauf ward die Hochzeit gefeiert, und sie lebten vergnügt bis an ihren Tod.²

² Brüder Grimm: Kinder- und Hausmärchen. 15. Aufl. Artemis & Winkler, Düsseldorf/Zürich 1997, S. 371–376 (Interpunktions- und Rechtschreibung behutsam modernisiert).

Sexueller Missbrauch ist ein weltweites Problem. Durch die Medien sind wir über die Kinderprostitution in den Ländern der dritten Welt – eine Folge extremer sozialer Ungerechtigkeit – gut informiert. Hauptsächlich sind die Kinder in diesen Ländern Opfer des Sextourismus, der viele »normale« Europäer nach Asien und Lateinamerika zieht. Da die Dritte-Welt-Länder weit entfernt sind, scheint auch das Problem des sexuellen Missbrauchs weit entfernt zu sein. Dabei ist sexuelle Ausbeutung in der europäischen Familie so häufig, dass man geneigt ist, die veröffentlichten Zahlen als falsch und völlig übertrieben abzutun. Im Sommer 1996 publizierte das österreichische Frauenministerium eine Studie, wonach jedes vierte Mädchen bis sechzehn Jahre während seiner Entwicklung Opfer sexuellen Missbrauchs wird. Gemäß dieser Studie beginnt der Missbrauch in mehr als sechzig Prozent der Fälle im Vorschulalter oder während der Grundschulzeit. In vierundneunzig Prozent der Fälle kannten die sexuell ausgebeuteten Kinder ihre Peiniger. Auch wenn diese Zahlen unglaublich hoch erscheinen, muss davon ausgegangen werden, dass sie richtig sind und wohl auch für alle anderen westlichen Industrieländer gelten.

Aufgeschreckt durch die abscheulichen Taten ganzer Kinderschänderbanden sowie diverser Mordfälle hat besonders die Sensationspresse dazu beigetragen, dass die Öffentlichkeit aufgerüttelt und für die Problematik des sexuellen Missbrauchs und der Kinderprostitution sensibilisiert wurde. Der Ruf nach härteren Strafen wird immer lauter, Forderungen nach einer Behandlung der Täter gehen dabei unter. Eine schwerere Bestrafung löst das Problem aber nicht. Eine Verschärfung des Strafrahmens für diese Delikte würdigt zwar die Schwere dieser Verbrechen, ist jedoch kein wirksamer Schutz gegen Wiederholung.

Insgesamt führt die durch spektakuläre Fälle ausgelöste Diskussion an der Tatsache vorbei, dass sexueller Missbrauch an Kindern in vielen Familien zum Tagesgeschehen gehört. Das Problem wird immer noch in völlig unzureichender Weise gesehen, und immer noch unterliegt millionenfacher sexueller Missbrauch einer kollektiven Verdrängung. Dadurch bleiben die Opfer in den meisten Fällen sich selbst überlassen. Das hierdurch verursachte see-

lische Leid ist unermesslich groß. Viele Mädchen (und Jungen) leiden lebenslänglich unter den Folgen.

19

Wenn auch in erster Linie Mädchen betroffen sind, ist davon auszugehen, dass auch viele Jungen Opfer sexuellen Missbrauchs werden. Die weitaus größere Zahl Betroffener wird niemals über das Verbrechen reden, welches an ihrem Körper, ihrem Geist und ihrer Seele begangen wurde. Männliche Opfer geben die Missbrauchserfahrung auf Grund einer noch höheren Schamsschwelle noch seltener preis.

Viele suchtartige Störungen (zum Beispiel Arbeits- oder Fernsehsucht) und nicht selten Suchtkrankheiten sind Folge sexueller Ausbeutung. Sexueller Missbrauch und Sucht weisen viele Parallelen auf. So gehört zur Sucht der Missbrauch des Suchtmittels. Es wird sich auch zeigen, dass der Täter durch den sexuellen Missbrauch ein Problem zu lösen versucht.

Bei meiner Arbeit mit Suchtkranken wurde das Problem der sexuellen Ausbeutung immer wieder zu einem zentralen Thema in der Therapie. Es ist davon auszugehen, dass die Suchtkrankheit nach einer scheinbar erfolgreichen Behandlung mit großer Wahrscheinlichkeit in Form von Rückfällen wieder ausbrechen wird, wenn dieses Thema nicht oder nur unzureichend bearbeitet wurde. Doch selbst in der Therapiesituation ist die Scham bei manchen Betroffenen so stark, dass sie ihre Missbrauchserfahrungen nicht preisgeben. Ihnen ist zu wünschen, dass sie eine Therapeutin oder einen Therapeuten suchen und finden, der kompetent und bereit ist, mit ihnen an diesem Problem zu arbeiten.

Sexueller Missbrauch bedeutet immer einen massiven Eingriff in die Persönlichkeit eines Menschen und führt fast unvermeidlich zu seelischen, körperlichen und manchmal geistigen Störungen. Menschen, die solche kriminellen Handlungen an sich selbst erdulden und erleiden mussten, sind wie gezeichnet in wesentlichen Bereichen ihrer Existenz. Sie haben mit sich selbst und ihrem Dasein große Schwierigkeiten, und immer wieder geraten sie in tragische Beziehungen.

Die Folgen des sexuellen Missbrauchs sind äußerst unterschiedlich. Die Betroffenen kommen wegen Identitätsproblemen, Sexualproblemen, psychosomatischen Beschwerden, Waschzwängen, Depressionen, selbstverletzendem Verhalten (Schnippeln) sowie wegen Suchtkrankheiten wie Alkohol-, Drogen- und Medi-

kamentenabhängigkeit, gestörtem Essverhalten, Ess-Brechsucht (Bulimie) oder Magersucht in Therapie. Sie führen zunächst verschiedene, meist vielfältige Beschwerden und Probleme an, selten kommen sie sofort auf die sexuelle Missbrauchserfahrung zu sprechen. Die Schamswelle ist hoch, und es liegt nicht selten ein Tabu, ein Familiengeheimnis, über diesem Thema. Der harte Befehl, Stillschweigen zu bewahren, der in der Kindheit oder Jugendzeit große Angst verursachte und der zudem unmittelbar mit einer Tat in Zusammenhang stand, die selbst große Angst erzeugte, hat nachhaltige Wirkung. Er bringt die Betroffenen dazu, auch als Erwachsene zu schweigen.

Wie gehen Missbrauchsopfer mit einem Erlebnis um, das es eigentlich nicht geben darf? Der sicherlich mit Abstand häufigste Versuch, das Problem zu bewältigen, ist, es einfach zu vergessen. Es wird aus dem Bewusstsein verdrängt. Der Verdrängungsprozess ist nicht selten so perfekt, dass der Missbrauch nicht mehr erinnert werden kann; das heißt, die Frage, ob ein Missbrauch stattgefunden hat, wird mit einem aufrichtigen Nein beantwortet – die Erinnerung daran ist verschwunden. Doch häufig ist das Trauma auf merkwürdige Weise im Bewusstsein präsent. Viele Opfer fragen sich, ob das Drama tatsächlich stattgefunden hat: Ist es wirklich wahr, dass mein Vater all die abscheulichen Dinge mit mir gemacht hat? Habe ich sie mir nur eingebildet? Sind sie Produkte meiner (kranken) Phantasie? Kann ich meiner Wahrnehmung trauen? – Therapie hat immer dafür Sorge zu tragen, dass Menschen sicher werden in ihrer Wahrnehmung.

Trotz der unterschiedlichen Symptome, die die Betroffenen aufweisen, sind auch immer wieder viele Gemeinsamkeiten zu beobachten. Im Grimm'schen Märchen »Allerleirauh« spiegelt sich das Drama des Inzests, des sexuellen Missbrauchs durch den Vater. Alle wesentlichen Symptome, Besonderheiten und Prozesse bilden sich darin ab. Es ist mein Anliegen, anhand dieses Märchens eine möglichst breite Übersicht über das Problem des sexuellen Missbrauchs zu geben. Kein Betroffener wird daher alle beschriebenen Symptome und Störungen bei sich beobachten, auch die Ausprägung kann stark variieren.

Die Handlung des Märchens beschreibt die Folgen des Inzests zwischen Vater und Tochter in bildhafter Sprache. Da diese Form des sexuellen Missbrauchs die insgesamt häufigste ist, wird er in

der Interpretation in erster Linie berücksichtigt. Stiefvater, andere Verwandte, ältere Geschwister, Nachbarn usw. können durch ihre sexuellen Übergriffe in ähnlicher Weise Schädigungen hervorrufen. Entscheidend scheint zu sein, in welcher gefühlsmäßigen Beziehung ein Mensch zu demjenigen steht, der sich zum Täter macht. Der Vertrauensbruch, der Herzensbruch, den ein Mensch begeht, der vom Kind geliebt wird, sowie der scharfe Befehl absoluten Stillschweigens unter Androhung von schlimmen Strafen scheinen die wesentlichen Ursachen für die verheerenden Folgen der sexuellen Ausbeutung zu sein.

Der Zwang zur Wiederholung – ein psychisches Gesetz – bringt die Menschen dazu, ihr Drama immer wieder neu zu inszenieren, solange es nicht verarbeitet ist. Es ist bedrückend, dass missbrauchte Menschen diesem inneren Zwang immer wieder ausgeliefert sind. Schon Freud wies darauf hin, dass sexuell ausgebeutete Kinder den Missbrauch in ihrem späteren Leben wahrscheinlich noch mehrmals erleben müssen und selbst unbewusst dazu beitragen, dass sich die Tragödie wiederholt. Vielfach werden Missbrauchsopfer selbst Täter – auch dies wird Thema werden.

Märchen halten mit unerschütterlichem Optimismus daran fest, dass es Heilung, Erlösung gibt; denn sie enden immer glücklich. Wir wollen versuchen, mit Hilfe des Märchens »Allerleirauh« die Problematik des sexuellen Missbrauchs tiefer zu begreifen und herauszufinden, wie Heilung möglich wird. Insbesondere Betroffene soll das Buch helfen, sich selbst besser zu verstehen.

Das Buch will ein Beitrag zur Bibliotherapie sein. Diese Therapieform vermittelt über das Lesen von Texten eine vertiefte Kenntnis von psychischen Störungen. Das kann erleichtern und auch ermutigen, Hilfe zu suchen. Es ist wichtig zu verstehen, dass man nicht der/die Einzige mit diesem Schicksal ist, sondern dass viele andere Menschen ebenso leiden. Natürlich will die Bibliotherapie immer auch Wege aus dem Dilemma zeigen; damit kann sie ein Leitfaden für die Therapie sein.

Im zweiten Teil werden weitere Formen des Missbrauchs an Kindern beschrieben, die mir besonders häufig in der Arbeit mit Suchtkranken begegneten. Die Folgen sind denen des sexuellen Missbrauchs oft ähnlich, zum Beispiel, wenn Kinder
 → offen oder unterschwellig für das Leid ihres Vaters beziehungsweise ihrer Mutter verantwortlich gemacht werden;

- Partnerersatz sein müssen und eine viel zu enge Beziehung zu einem Elternteil entsteht;
- die unerfüllten Träume der Eltern befriedigen sollen;
- körperlich misshandelt werden.

Schließlich finden Sie die authentische Schilderung eines sex-süchtigen Patienten. Diese wurde wiedergegeben, da hier der Zusammenhang zwischen sexuellem Missbrauch und Suchtverhalten besonders deutlich wird.

Es mag irritieren, dass ich als männlicher Therapeut zum Thema »Sexueller Missbrauch« schreibe, wo doch vorwiegend Frauen betroffen sind. Bei meiner Arbeit mit Suchtkranken ist es selbstverständlich geworden, dieses Thema möglichst offensiv anzusprechen, denn wie erwähnt, scheitert die Therapie (nicht selten mehrere), wenn dieser zentrale Problembereich ausgegrenzt wird. Den sexuellen Missbrauch zu verschweigen, ist ein Charakteristikum der Störung. Generell gilt, dass Menschen ihre emotionalen Probleme und Nöte eher preisgeben, wenn sie spüren, dass der Therapeut sie versteht und einem Problem nicht hilflos gegenübersteht; das Geschlecht des Therapeuten spielt dann eine weniger wichtige Rolle. Immer wieder kommt es während der Therapie vor, dass Frauen mit einem männlichen Therapeuten Probleme haben (beziehungsweise Männer mit Therapeutinnen). Die sensible Bearbeitung dieser Vorbehalte ist wichtig für den Therapieprozess. Meist muss der Therapeut bereit sein, Kränkungen zu ertragen – Abwertungen, die in Wirklichkeit nicht ihm persönlich gelten, sondern quasi stellvertretend an ihn gerichtet werden.