

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	9
I. Zu Beginn: Wenn doch Kirche immer dieser gute Raum wäre	13
2. Einblick in die Innenwelt traumatisierter Menschen	18
„Den“ Missbrauch gibt es nicht	18
Die verdeckte Würde	22
Einkapseln in Erstarrung und Sprachlosigkeit	26
Die unerlaubte Wut	28
Schuld- und Schamgefühle	29
Segen und Fluch von Beziehungen	31
3. Die Eigenart traumatischer Erinnerungen	36
Ein kleiner Einblick in unser Gehirn	36
Gefangen in der Vergangenheit	40
Der lange Weg zurück zur eigenen Wirkmächtigkeit	43
4. Die Schwierigkeit Nichtbetroffener, sich auf das Thema Missbrauch einzulassen	45
Tabu Missbrauch im kirchlichen Raum	45
Keine Angst vor Fehlern!	48
Die Sorge, Betroffenen nicht gerecht zu werden	49
5. Was wir von Betroffenen lernen können	52
Schweigebruch als beste Prävention weiterer Taten	52
Verständnis für Menschen mit traumatischen Erinnerungen	54
Lernen von den Fähigkeiten traumatisierter Menschen	56

6. Voraussetzungen, damit das Schweigen gebrochen werden kann	59
Eine Sprache, in der das Leiden einen Ort hat	60
„Was ich geben kann, genügt“	62
„Es kann sein, was nicht sein darf!“	63
7. Der Moment, in dem sich jemand öffnet	66
Lieber „falsche“ Worte als keine	66
Jede Person ist anders	68
Achtsamkeit für die Begriffe, die verwendet werden	70
Wertschätzung für die Öffnung	71
... ohne in Panik zu verfallen	72
Braucht es weitere Hilfe oder Schritte zur Offenlegung?	73
„Erzähl einmal, wenn du magst!“	76
8. Wie von der Tat und vom Täter sprechen?	78
Ambivalenz des Erschreckens	78
Eine klare, nicht beschönigende und parteiische Sprache	80
Das Unrecht immer wieder herausstellen	83
Wenn der Täter einem besonders nahesteht	84
9. Was ist hilfreich, um Betroffenen einen möglichst sicheren Raum zu bieten?	86
Die Frage nach safe spaces	86
Immer mitzudenken: die betroffene Dunkelziffer	91
So wenig Machtgefälle wie möglich	92
Von eigenen Gebrochenheiten erzählen	96
Geschichten des Gelingens erzählen lassen	98
Wertschätzen der Lebensleistung	99
Interesse am Blick der Betroffenen auf die Welt zeigen	101
Ermutigung zur Selbstermächtigung	103
Ehrlichkeit und Authentizität	105
Grenzen achten	106
10. Glaube und Missbrauch	108
Wenn Missbrauch innerhalb der Kirche stattfand	108
(Wie) kann Glaube eine Ressource sein?	111

Noch von Gott reden, angesichts des Missbrauchs?	113
Ein persönliches Bekenntnis	114
Welche Gottesbilder sind hilfreich, welche hinderlich?	116
II. Chancen und Gefahren einiger religiöser Themen	129
Gottvertrauen	129
Nächstenliebe	131
Schuld und Vergebung	134
Wut und die Sehnsucht nach Gerechtigkeit	139
Leiblichkeit	144
Hoffnung auf Heilung	147
12. Praktische Hinweise für eine heilsame Spiritualität	150
Umgang mit Bibeltexten	150
Rituale, die den eigenen Gefühlen Raum geben	157
Eine Gebetssprache (neu) entwickeln	167
13. Was ist mit den Tätern in den Gemeinden? Und mit den Leugnerinnen?	168
14. There is a crack, a crack in everything: Ein Slamtext	173
15. Auf den Punkt gebracht: Die zehn wichtigsten Tipps für den Umgang mit Betroffenen	176
Hilfestellen für Betroffene und weiterführende Literatur für Helfende	180
Hilfestellen	180
Informationen und weiterführende Literatur	181
Über die Autorin	182