

WO RUINEN SIND,

GIBT ES HOFFNUNG AUF SCHÄTZE!

RUMÍ

# Die vergessenen Mütter

Die Hoffnung auf Heilung wieder finden –  
kunsttherapeutische Begleitung von Müttern sexuell ausgebeuteter Kin-  
der

A thesis submitted by

**Hjørdis Mair**

June 2010

**Master of Arts in Expressive Arts Therapy with a Minor in Psychology**

Thesis zur Erlangung des akademischen Grades Magister Artium in künstlerischen The-  
rapien mit Psychologie im ersten Nebenfach

**European Graduate School, EGS**

Thesis advisor: Brigitte Wanzenried, lic.phil.I, CAGS

“Hereby I give EGS the authorization to send the Thesis file on CD-ROM or on diskette to people  
who are interested in my thesis”

## Inhaltsverzeichnis

<b>Inhaltsverzeichnis</b> .....	<b>1</b>
<b>Vorwort</b> .....	<b>6</b>
<b>1. Einleitung</b> .....	<b>8</b>
1.1. Die vergessenen Mütter .....	8
1.2. Veränderungen in der gesellschaftlichen und professionellen Haltung beim Thema sexueller Missbrauch .....	9
1.3. Kunst- und Ausdruckstherapie – eine Methode, den Müttern eine Stimme zu geben .....	11
1.4. Die Hoffnung auf Heilung wieder finden – Begleitung für Mütter sexuell ausgebeuteter Kinder .....	12
1.5. Anmerkungen zum Sprachgebrauch .....	12
<b>2. Verschiedene Erklärungsmodelle zum Thema sexueller Missbrauch in     der Fachliteratur</b> .....	<b>13</b>
2.1. Theoretische Erkenntnisansätze zur Rolle der Mütter bei intrafamilialem, sexuellem Missbrauch .....	14
2.1.1. Der systemisch-familiendynamische Ansatz.....	14
2.1.2. Der feministische Ansatz.....	17
2.1.3. Fazit.....	20
<b>3. Mütter sexuell ausgebeuteter Kinder</b> .....	<b>24</b>
3.1. Schlüsselfaktor Mutter .....	25
3.2. Schlechte Mütter – ausgebeutete Kinder ? .....	28
3.3. Das Leben reisst entzwei – eine biographische Krise der Mutter.....	30
3.4. Aufdeckung und Verarbeitung .....	31
3.5. Mutter und Kind .....	33
<b>4. Resilienz</b> .....	<b>35</b>
4.1. Resilienz – ein Paradigmawechsel .....	36
4.2. Resilienz – Forschung .....	37
4.3. Resilienz – Studien.....	38
4.4. Resilienz – Interaktion zwischen Risiko- und Schutzfaktoren .....	39

4.4.1. Risikofaktoren .....	39
4.4.2. Schutzfaktoren .....	41
4.4.3. Resilienzfaktoren .....	42
4.5. Resilienz – Baustein in der Arbeit mit Müttern sexuell ausgebeuteter Kinder.....	46
4.6. Abschliessende Gedanken.....	54
<b>5. Über das Böse, das Gute und das Vergeben .....</b>	<b>55</b>
5.1. Über das Böse .....	55
5.2. ...und das Gute .....	66
5.3. Vergeben, Verzeihen und Versöhnung.....	68
<b>6. Das Projekt Müttergruppe .....</b>	<b>73</b>
6.1. Zielgruppe .....	74
6.2. Projektbeschreibung.....	74
6.3. Die kunsttherapeutische Arbeit in der Gruppe .....	76
6.3.1. Die Gruppe – ein sicherer Ort .....	76
6.3.2. Gruppenbildung – Gruppenphasen .....	76
6.3.3. Der kunsttherapeutische Ansatz.....	79
6.4. Wo Ruinen sind, ist Hoffnung auf Schätze .....	83
6.4.1. Safe place im Aussen und im Innen .....	83
6.4.2. Geschichten aus den Ruinen .....	84
6.4.3. Ausgrabungen.....	88
6.4.4. Die verborgenen Schätze.....	91
6.4.5. Wege aus der Dunkelheit.....	92
6.4.6. Schlussgedanken.....	92
<b>7. Rückblick und Dank.....</b>	<b>92</b>
<b>Quellenliste .....</b>	<b>96</b>
<b>8. Anhang .....</b>	<b>99</b>
8.1. Interviews mit Fachpersonen.....	99
8.1.1. Rochelle Allebes, Beraterin beim Elternnotruf Zürich und Leiterin einer Gruppe für Mütter sexuell ausgebeuteter Kinder .....	99

8.1.2. Marie-Louise Pfister, Beraterin bei Castagna, Beratungsstelle für sexuell ausgebeutete Kinder, Jugendliche und in der Kindheit ausgebeutete Frauen.....	104
8.1.3. Verena Bartels, dipl. Psychologin, Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, Mannheim/ Co-Autorin in „Zart war ich, bitter war's“.....	110
8.2. Interviews mit Mütter sexuell missbrauchter Kinder .....	119
8.2.1. Die Geschichte von Paula W.....	119
8.2.2. Die Geschichte von Marianne B. ....	122
8.3. Die Gruppe.....	127
8.3.1. Gruppenausschreibung.....	127
8.3.2. Übungen zur Arbeit in der Gruppe.....	128

## *Mütter*

*Mütter missbrauchter Kinder sind schuldig  
und schauen weg  
sie decken den Täter  
und hätten es wissen müssen  
sie missbrauchen den Missbrauch  
und lügen*

*Mütter missbrauchter Kinder haben keine Stimme  
und sind allein gelassen  
sie werden verurteilt  
und stehen im Schatten  
sie fühlen sich schuldig  
und werden vergessen*

*Mütter missbrauchter Kinder schützen  
und unterstützen  
sie hören zu  
und trösten  
sie sitzen nachts am Bett  
und wachen*

*Mütter missbrauchter Kinder brauchen Raum  
um ihre Geschichte zu erzählen  
sie brauchen Farben  
um die Welt zu gestalten  
sie brauchen Klänge  
um Lieder zu singen*

*Mütter missbrauchter Kinder brauchen Hände  
die sie halten.  
Für ihre Kinder  
Für ihr eigenes Leben.*

*Hjørdis Mair*

## Vorwort

Als Kind erfüllte mich der Anblick von Ruinen mit einem leisen Schrecken und mit einer Trauer über die Zerstörung von etwas, das früher einmal Leben beherbergte. Nur mit einem Gruseln und ungern stieg ich zur Besichtigung in die modrigen Burgkeller hinunter. Bis ich einmal in einem dunklen Kellergewölbe die Schönheit entdeckte, die ein schmaler Lichtstreifen durchs Kellerfenster zauberte. Meine Augen gewöhnten sich nur langsam ans Dunkel. Aber nach einer gewissen Zeit ertasteten sie die Umrisse der Steinbögen und Treppenstufen. Auf dem Boden tanzten Lichtflecken, die sich im zerbrochenen Fensterglas spiegelten. Die Dunkelheit war nicht so dunkel, wie ich das befürchtet hatte. Ich erkannte bald einen alten Wäschezuber. Ganz hinten in der Ecke lehnten Fackeln an der Wand. Sogar Streichhölzer lagen daneben. Ich zündete die Fackeln an und ein rötliches Licht färbte Wände und Decken. Ich öffnete das schwere Holztür, das der Ausgang über ein paar Stufen in den Garten war. Das helle Licht blendete mich und ich stand etwas zögernd auf der Schwelle zu einer kleinen Wiese. Der Blick zurück in den dunklen Keller hatte seinen Schrecken verloren und das Licht von draussen erschien mir heller denn je. Das Gefühl aus der Dunkelheit ins Licht zu treten und im Wissen, später aus der Hitze zurück in die Kühle des Kellers zurückkehren zu können, gefiel mir.

Dieses Bild von der Schwelle als eine Grenze zwischen hell und dunkel, als ein Ort der Entscheidungsmöglichkeit, wo ich mich aufhalten möchte, hat mich während dieser Arbeit begleitet. In der Begegnung mit Menschen, die Opfer sexuellen Missbrauchs waren, sei es als Kinder oder als Mütter, war ich immer wieder berührt, diesen Schritt über die Schwelle mitzuerleben. Das Hinwenden zum Dunklen, Verborgenen und Nichtverstehbaren, das aber so oft unerwartete Lichtblicke in sich barg. Ein langsames Gewöhnen der Augen an die Dunkelheit, so dass schemenhafte Umrisse vorsichtig Gestalt annahmen, aber auch ein ebenso langsames Gewöhnen ans Licht, das manchmal ganz unverhofft aufblitzte und an die andere Seite der Schwelle erinnerte. Und dann, irgendwann den Schritt über die Schwelle ins Helle wahrzunehmen, der, so glaube ich, fast ebenso viel Mut braucht nach einer langen Zeit in der Dunkelheit. Dieser Schritt über die Schwelle, der das Leben meint, die Schönheiten der Gegenwart wieder erlaubt und die Zukunft öffnet. Die Schwelle als ein Ort, der Hell und Dunkel eine gemeinsame Existenz zugesteht und die Identität des Menschen erst vollständig macht. Das Bild der Schwelle als einer Brücke zwischen den Lebensfragmenten, wo Licht und Schatten miteinander spielen, im Wissen, dass das Eine ohne das Andere nicht sein kann. So kann Hoffnung wachsen, selbst in Zeiten der Verzweiflung und Not, wenn die Ahnung, dass da irgendwo Schätze in den Ruinen ruhen und nur der Weg ins Licht sie sichtbar macht, geweckt wird.

Die Begegnung mit Menschen, die trotz dieser Lebenserfahrung wieder Zuversicht und Lebensfreude ausstrahlen und aus dem erlittenen Schmerz so viele Ressourcen und Wissen mit sich bringen, gibt mir als Kunsttherapeutin Hoffnung auf Heilung und Gesundwerdung und den Mut gemeinsam mit den Künsten Weggefährtin auf diesem Weg zu sein.

# 1. Einleitung

## 1.1. Die vergessenen Mütter

Die Aufdeckung des Missbrauchs des eigenen Kindes ist für jede Mutter eine tiefe Zäsur in ihrer Biographie. Anzuerkennen, dass der Vater oder Stiefvater das eigene Kind missbraucht hat, ist eine so unglaubliche Tatsache, dass sie fast nicht anzunehmen ist. Das Unvorstellbare hinterlässt nicht nur beim Kind sondern auch bei der Mutter ein tiefes Trauma. Die Vorstellung des sexuellen Missbrauchs des Kindes durch den Vater oder Lebenspartner kann so unvorstellbar sein und fern des eigenen Lebenskonzeptes, dass Mütter manchmal die Zeichen nicht wahrnehmen können oder sie verdrängen.

Das Thema der sexuellen Ausbeutung wurde in den letzten Jahren in der Öffentlichkeit breit diskutiert und erforscht. Zahlreiche Bücher über die Opfer des Missbrauchs wurden geschrieben. Die Väter erscheinen in den meisten Texten als Täter, die Mütter werden meistens als Mittäterinnen beschrieben oder als Mütter, die wegschauen, schweigen oder keine Verantwortung übernehmen.

Über die Bedeutung der Mutter im Heilungsprozess des Kindes wird wenig geschrieben. Ebenso ist wenig Literatur zu finden, die sich mit der Frage auseinandersetzt, was der Missbrauch des eigenen Kindes für die Biographie der Mütter bedeutet.

Einig ist man sich in der Fachliteratur, dass eine beschützende, für das Kind parteiliche Mutter für die Entwicklung des ausgebeuteten Kindes von grosser Bedeutung ist. Darum ist es so wichtig, den Müttern Mut zu machen und ihre Ressourcen zu stärken, damit sie einen Weg finden, ein weiterhin wertvolles Leben leben zu können - gemeinsam mit ihrem Kind. Es ist wichtig, in den Müttern die Hoffnung zu wecken, dass ihre Kinder – trotzdem – zu gesunden, starken Menschen heranwachsen können, wenn man das Kind beschützt und verantwortlich handelt.

Leider gibt es viele schreckliche und erschreckende Biographien über das unermessliche Leid missbrauchter Kinder. Viele erwachsene Menschen können ihr Trauma nicht verarbeiten und trauen sich aus Scham nicht, über den Missbrauch zu reden. Und wie oft wird aus einem Opfer später ein Täter, so dass sich der unglückselige Kreislauf immer weiter dreht.

In vielen Biographien zeigt sich, dass das Leben, der in ihrer Kindheit missbrauchten Frauen und Männer, später sehr belastet ist. Für viele Opfer ist es schwierig, sich im Beruf und in Beziehungen zurecht zu finden. Das Trauma hat sie dazu gezwungen, sich von einem Teil ihrer selbst abzuspalten, um mit den schmerzlichen



Erfahrungen leben zu können. Ebenfalls liest und hört man viel über Mütter, die ihren Kindern nicht glauben und sie alleine lassen in ihrer Not. Selten erfährt man von Opfern, die sich trotz der Traumatisierung zu einem gesunden und selbstbewussten, erwachsenen Menschen entwickelt haben, die an ihrer Geschichte gewachsen sind und ein erfülltes Leben leben. Selten liest und hört man von Müttern, die von Anfang an hinter ihrem Kind stehen und es unter oft schwierigen Umständen unterstützen. Diese Mütter werden vergessen.

In meinem beruflichen und privaten Umfeld lernte ich Frauen kennen, Opfer und Mütter, die mit ihren traumatischen Erfahrungen leben können und starke Persönlichkeiten geworden sind. Diese Begegnungen haben mich tief berührt und beeindruckt. Ich fragte mich, welche Faktoren und Bedingungen für eine solch positive Entwicklung nötig sind und stellte fest, dass die Beziehung zwischen Mutter und Kind eine enorme Wichtigkeit in diesem Prozess hat.

Häufig fühlten sich die Mütter alleingelassen und wenig unterstützt in ihrer Unterstützung für das Kind. Für betroffene Kinder gibt es einige begleitende Angebote, für deren Mütter relativ wenige. Die Beratung steht verständlicherweise vor allem im Dienst des Kindes. Das alleine aber genügt nicht. Damit eine Mutter die Kraft dazu hat, ihr Kind zu unterstützen, braucht sie die Gelegenheit, ihre eigene Geschichte zu verarbeiten. Denn einer informierten und gestärkten Mutter, wird es leichter fallen, ihr Kind zu stärken. Die Mütter auf diesem schwierigen Weg zu begleiten und zu stärken, bedeutet das Kind zu stärken und dem Trauma einen Raum zur Heilung zu öffnen. Mütter brauchen einen Ort losgelöst von ihrem Kind, wo sie ihre eigene Geschichte wahrnehmen und erzählen können. Sie ist verschieden von der des Kindes und doch so sehr verknüpft. Diese Verknüpfungen zu lösen, den Lebensfaden zurück zu verfolgen und jetzt wieder aufnehmen zu können, um damit vielleicht ein neues Kleid zu weben, ermöglicht es auch der Mutter, ihr Trauma zu integrieren und ihre Identität als Mutter und Frau wieder zu finden.

## **1.2. Veränderungen in der gesellschaftlichen und professionellen Haltung beim Thema sexueller Missbrauch**

Seit Anfang der achtziger Jahre wurde der sexuelle Missbrauch an Kindern sowohl in den Medien wie auch in der Fachliteratur immer häufiger thematisiert. In der Literatur erschienen Berichte von Opfern und über Opfer sexuellen Missbrauchs. Das Schweigen über dieses familiäre Tabu wurde immer mehr aufgebrochen. Den in der Kindheit missbrauchten Frauen und Männern wurde eine Stimme gegeben. Bera-

tungsstellen wurden geschaffen und die geltenden Gesetze überarbeitet. Traumatherapien mit verschiedenen Ansätzen entwickelten sich.

Anfänglich gab es in der Fachliteratur zwei verschiedene Positionen. Der *feministische* Ansatz stellte sich parteilich hinter die meist weiblichen Opfer. Zum Schutz des Kindes entfernte man das Opfer oft aus der Familie, ohne mit dieser aber zu arbeiten. Das Kind war zwar jetzt geschützt, verlor aber sein Umfeld und seine Familie. Der *systemisch-familiendynamische* Ansatz bezog die ganze Familie mit ein, machte gemeinsame Therapien mit Opfer und Täter, was für die Kinder und Mütter oft retraumatisierend war. An einem Vortrag der Pro Familia in Mannheim 1989 erlebte ich, dass Mütter als mitschuldig dargestellt wurden, wenn sie z.B. ihren ehelichen Pflichten nicht nach gekommen waren; der Partner habe sich deshalb dem Kind sexuell zugewandt. Den Müttern wurde eine grosse Verantwortung im „System Missbrauch-Familie“ zugeschrieben, die Tat des Vaters mit der Abwesenheit der Mutter begründet.

Inzwischen haben sich die verschiedenen psychologischen Richtungen angenähert und zu einem differenzierteren Umgang mit allen Beteiligten gefunden. Man ist sich einig darüber, dass der Opferschutz an erster Stelle stehen muss, in der Beratung aber der Einbezug der Familie von grosser Wichtigkeit ist. Therapien mit Opfer und Täter gemeinsam sind eher selten geworden. Trotzdem werden in der Öffentlichkeit auch jetzt noch Mütter immer wieder als Mitschuldige stigmatisiert. Mütter aber schuldig zu sprechen auf Grund der Wahl des Partners, des Scheiterns der Beziehung oder der Tatsache, dass sie den Missbrauch nicht verhindern und vielleicht lange Zeit nicht merken konnten, erachte ich als problematisch und kontraproduktiv. Denn gerade wenn das Kind innerhalb der Familie vom Vater, Partner oder einem nahen Verwandten ausgebeutet wurde, ist die Bedeutung der Mutter-Kind-Beziehung von grosser Wichtigkeit in Bezug auf die Weiterentwicklung und den Heilungsprozess des Kindes. An erster Stelle steht die Verantwortung der Mutter, ihr Kind bei der Offenlegung eines sexuellen Missbrauchs zu schützen und ihm zu glauben. Grundlegend für eine stärkende und tragfähige Mutter-Kind-Beziehung ist die Stärkung der Mutter. Neben der Beratung, wie sie ihr Kind am besten unterstützen kann, braucht sie selbst einen Ort, in dem ihr persönliches Trauma einen sicheren Raum findet, so dass sie ihre eigene Geschichte aufarbeiten kann.

### **1.3. Kunst- und Ausdruckstherapie – eine Methode, den Müttern eine Stimme zu geben**

Die Kunst- und Ausdruckstherapie bietet mit ihren gestalterischen Möglichkeiten eine reiche Palette, der eigenen Geschichte eine Stimme zugeben, sie in einen neuen Rahmen zu setzen und noch anderes zu erzählen als die oft alles dominierende Geschichte des Missbrauchs. Mit der Gestaltung von Bildern oder Objekten ist es möglich, den Gefühlen in Farbe und Form Ausdruck zu geben, das Erlebte in der Musik erklingen zu lassen und vielleicht in einem Gedicht auf tiefere Weisheiten zu stossen.

Die gestalterische Arbeit weckt die Sinne und stärkt so das Vertrauen in die eigene Wahrnehmung, das bei vielen Müttern durch den Missbrauch ihres Vertrauens verloren gegangen ist. Der schöpferische Prozess befähigt zum Handeln und Vorwärtsschreiten und stärkt dadurch das Selbstvertrauen. In einer Gruppe mit betroffenen Müttern können ausserdem die gegenseitigen Feedbacks zu den erschaffenen Werken viel zur Stärkung des Selbstwertgefühls beitragen. Die Widerstandskraft (*Resilienz*), die wichtig ist, um eine schwere Lebenskrise zu verarbeiten, wird durch die kunsttherapeutische Arbeit gestärkt.

Mein Anliegen ist es, Wege aufzuzeigen, die Schätze, die in den Ruinen verborgen sind, mit den Möglichkeiten der Kunst- und Ausdruckstherapie, zu entdecken und zu polieren. Die Erfahrungen, die in der kunsttherapeutischen Arbeit gemacht werden können, sollen den Müttern stärkende und zukunftsweisende Ressourcen eröffnen. Im geschützten Raum ihrer eigenen Kreativität zu begegnen, den Spielraum im gestalterischen Tun zu erweitern, soll ihnen ein Stück Leben zurückgeben. Die Erfahrung, selbst ein Werk zu erschaffen, es zu verändern und zu vollenden, gibt Mut zum Handeln und Gestalten in der schwierigen Lebenssituation, in der „Not-Enge“ (Knill 2009, S. 40), in der man keinen Ausweg mehr weiss und überwältigt ist von den Geschehnissen. Die Erfahrungen im künstlerischen Prozess befähigen die Mütter, auch im Alltag das Leben wieder in die Hand zu nehmen und neue Wege zu gehen. So kann aus der für Mutter und Kind traumatischen Erfahrung eine Geschichte der erstarkten Resilienz werden und der Familie ermöglichen, vertrauensvoll in die Zukunft zu blicken.

## **1.4. Die Hoffnung auf Heilung wieder finden – Begleitung für Mütter sexuell ausgebeuteter Kinder**

*Mit Farben Neues gestalten  
Dem Erlebten eine Stimme geben  
Die eigenen Wünsche formen  
Die Hoffnung auf Heilung wieder finden  
Im geschützten Raum neue Schritte wagen*

Mein Projekt besteht darin, eine kunsttherapeutische Gruppe für Mütter von missbrauchten Kindern aufzubauen. Die Gruppe soll einerseits ein Ort sein, wo die Mütter gestärkt werden und ihnen Mut gemacht wird daran zu glauben, dass sich ihr Kind trotz des Traumas zu einem starken und glücklichen Erwachsenen entwickeln kann. Andererseits soll es aber auch ein Ort sein, wo die Mütter mit ihrem Leben als Frau, mit ihren Gefühlen und ihrem Lebensentwurf im Zentrum stehen dürfen.

Hören betroffene Mütter vor allem die tragischen Geschichten und müssen zudem gegen die Vorurteile und Verurteilungen in ihrer Umgebung ankämpfen, wird es ihnen schwerer fallen, den nötigen Mut und die Hoffnung auf ein Leben in der Normalität zu finden. Das Wissen, dass sich ein Kind trotz einem sexuellen Trauma zu einem gesunden, wenn auch gezeichneten jungen Menschen entwickeln kann, soll auch in der Öffentlichkeit seinen Platz bekommen.

Ich hoffe, dass es durch diese Arbeit mehr Müttern und Kindern möglich sein wird, gestärkt im Leben weiterzugehen.

## **1.5. Anmerkungen zum Sprachgebrauch**

In der Fachliteratur werden verschiedene Begriffe zum Thema verwendet. Man spricht von *sexueller Gewalt*, *sexuellem Missbrauch*, *sexueller Ausbeutung* und *Inzest*. Heute wird meist von sexuellem Missbrauch gesprochen, während in der feministisch geprägten Literatur der Begriff „sexuelle Ausbeutung“ vorgezogen wird, da das Wort Missbrauch die Möglichkeit eines „guten“ Gebrauchs impliziert. Etwas gebrauchen hat aber immer einen objekthaften Charakter. Der Ausdruck „sexuelle Gewalt“ betont, dass es nicht um sexuelle Bedürfnisse geht, sondern der Aspekt der Macht mit beteiligt ist. Ich werde in meiner Arbeit alle Ausdrücke verwenden und berücksichtige damit sowohl die gebräuchliche Umgangssprache als auch die Haltungen aus der Fachliteratur.

Sexueller Missbrauch handelt von Opfern und Tätern. Meistens sind die Täter männlich und oft die Opfer weiblich. Die Situation missbrauchter Knaben aber ist dieselbe, wie die der Mädchen und, wie die aktuellen Aufdeckungen von Übergriffen

im kirchlichen und schulischen Umfeld zeigen, ebenso aktuell. Deshalb habe ich mich bei den nicht erwachsenen Opfern weitgehend für die Bezeichnung „Kind“ entschieden, ausser wenn das Geschlecht eine besondere Problematik oder Situation darstellt.

Da ich mich in dieser Arbeit vor allem mit Müttern beschäftige, wo der Vater oder Partner ihr Kind sexuell ausgebeutet hat, benutze ich die männliche Form von „Täter“. Bei den Eltern spreche ich meistens von den Müttern, da es in dieser Arbeit explizit um deren Situation geht. Ich bin mir bewusst, dass Väter missbrauchter Kinder genau so leiden und genau so wichtig sind für die Entwicklung ihrer Kinder wie die Mütter. Es wäre spannend, eine Auseinandersetzung zu diesem Thema zu führen.

In der moralisch-ethischen Auseinandersetzung „über die Entstehung des Bösen“ verwende ich die weibliche und männliche Form von „Täter“ und „Täterin“, im Wissen darum, dass „das Böse“ in jedem, auch im weiblichen Menschen existiert. Zu untersuchen, warum es dennoch mehr männliche Täter gibt, würde den Rahmen dieser Arbeit sprengen.

In Bezug auf Fachpersonen- und andere Personen verwende ich das grosse „I“ als Schreibweise, die die weibliche und männliche Person in einem Wort zusammenfasst.

## **2. Verschiedene Erklärungsmodelle zum Thema sexueller Missbrauch in der Fachliteratur**

Der sexuelle Missbrauch an Kindern wird erst seit den 80er Jahren vermehrt diskutiert. In dieser Zeit entstanden die ersten Kinderschutzgruppen, Beratungsstellen wurden geschaffen und die ersten Fachbücher nahmen das Thema auf. Es erschienen auch vermehrt autobiographische Bücher zum Thema Inzest. Die Medien griffen das Thema zum Teil in einer skandalisierenden Weise auf. In der Fachliteratur entwickelten sich verschiedene Erklärungsmodelle für die Entstehung von sexuellem Missbrauch. Der Begriff vom „Missbrauch mit dem Missbrauch“ bewirkte in den 90er Jahren nach einer eben erst eingesetzten Enttabuisierung des Themas, eine Schuldzuweisung an die Mütter, die es den Müttern, deren Töchter tatsächlich missbraucht wurden, erneut erschwerte, den Missbrauch aufzudecken (Breitenbach, 1991, S. 3-4).

In Veröffentlichungen verschiedener psychologischer Richtungen findet man widersprüchliche Aussagen über die Rolle und den Charakter von Müttern missbrauchter

Kinder. Ihre Rolle rückte mehr ins Zentrum der Diskussion, weil sie als meistens nächste Bezugsperson des Kindes eine zentrale Rolle für dessen Entwicklung hat. Mütter werden oft für das System Familie verantwortlich gemacht und somit auch für die sexuellen Übergriffe. Damit wird ein Teil der Schuld an den Übergriffen ihnen zugeschrieben. Die Tatsache, dass der Missbrauch des eigenen Kindes auch für die Mütter eine traumatische und einschneidende Erfahrung ist, wird aber nur selten thematisiert. Die meisten Aussagen über das Verhalten und Befinden der Mütter stammen von Therapeutinnen oder Beratungszentren. Es gibt nur wenige Studien über die Rolle, das Erleben und den Verarbeitungsprozess der Mütter, in denen die Mütter direkt befragt wurden. Eine Studie wurde 1992 von Carol-Ann Hooper an der Universität von New York durch geführt (Hooper, 1992), eine andere 1995 an der Universität Berlin (Ute Gerwert 1995).

Bis jetzt existieren auch nur wenig Hilfsangebote für Mütter zur Bewältigung ihrer persönlichen Krise. Die meisten Beratungsstellen beraten zwar die Mütter im Hinblick auf die Begleitung ihrer Kinder. Einen Ort aber, an dem die Mütter sich mit *sich selbst* beschäftigen können, gibt es selten. Er wäre aber gerade deshalb so wichtig, weil nur gestärkte und selbstbewusste Mütter ihre Kinder in eine gesunde Zukunft begleiten können.

## **2.1. Theoretische Erkenntnisansätze zur Rolle der Mütter bei intrafamilialem, sexuellem Missbrauch**

Im folgenden Kapitel über den familiendynamischen und den feministischen Ansatz orientiere ich mich vor allem am Buch „Sexueller Missbrauch an Mädchen aus der Sicht der Mütter“ von Ute Gerwert und „Mothers surviving child sexual abuse“ von Carol-Ann Hooper.

### **2.1.1. Der systemisch-familiendynamische Ansatz**

Erste Beiträge zum Thema „Mütter“ erschienen in den USA von Kaufmann (1954) und Lustig (1966 in Gerwert 1995, S.9). Das familiendynamische Erklärungsmodell versteht die Familie als ein System, in dem Verhaltensweisen nicht auf individuelle Faktoren zurückgeführt werden, sondern Ausdruck einer Störung im System darstellen. Die Vorstellung von Ursache und Wirkung wird „zu Gunsten der Vorstellung von zirkulärer Kausalität“ verlassen (Gerwert, S.96/9). Das missbrauchte Kind wird als Symptomträger verstanden, alle Familienmitglieder sind an der Entstehung und Weiterführung des Missbrauchs mitbeteiligt. Die Frage nach Opfer und Schuld verliert damit ihre Bedeutung. Gibt es keine Schuldfrage mehr, werden allerdings die

bestehenden gesellschaftlichen Machtverhältnisse zwischen Erwachsenen und Kindern, Männern und Frauen ausser Acht gelassen. Gerade in traditionellen Familien bestimmen oft die Eltern über die Kinder und die Männer über die Frauen, was laut einer Untersuchung von Dirk Bange (1992) die Gefahr eines sexuellen Missbrauchs gegenüber demokratisch strukturierten Familien erhöht. Familiendynamisch orientierte AutorInnen sehen die Mütter meistens als Schlüsselfiguren. Sie werden verantwortlich gemacht für die pathologischen Familienstrukturen und sollen Anstoss für den Missbrauch gegeben haben, indem sie Vater und Tochter ungestörte Situationen ermöglichten, in denen der Missbrauch erst möglich wurde. Sie werden verantwortlich gemacht, weil sie die Familie emotional vernachlässigten oder sich dem Ehemann gegenüber sexuell verweigerten. Gestörte Interaktionsmuster zwischen den Ehepartnern werden als Grund angegeben. Es gibt aber auch AutorInnen, die ausschliesslich den Täter für den Missbrauch verantwortlich machen.

### **Charakteristika inzestuöser Familien**

Die familiensystemische Literatur beschreibt eine inzestuöse Familie einheitlich mit folgenden Charakteristika: „ [ ] starre Grenzen nach aussen (rigide Abgrenzung gegenüber der Umwelt), unscharfe Grenzen zwischen den Generationen, unklare Grenzen zwischen den einzelnen Familienmitgliedern (interpersonelle Grenzen) und diffuse Grenzen innerhalb der Individuen (intrapsychische Grenzen)“ (Gerwert 1995, S.11). Die Abgrenzung der Familie gegenüber der Umwelt ermöglicht in dieser Suchtweise erst die Aufrechterhaltung des Missbrauchs und behält ihn geheim. Dies führt zu einer sozialen Isolation, die die Familienmitglieder in eine gegenseitige fatale Abhängigkeit bringt, da die Familie so zur zentralen Quelle für die Befriedigung ihrer Bedürfnisse wird. Durch die Befriedigung von Bedürfnissen auch zwischen Eltern und Kindern kommt es zu einer Verwischung der Generationengrenzen. Wenn die Rollen in einer Familie unklar sind, entstehen auch unklare und unangemessene Erwartungen an die Kinder. Sie übernehmen die Erwachsenenrolle, z.B. Verantwortung im Haushalt bis hin zur Befriedigung sexueller Bedürfnisse. In einer solch symbiotischen Familie wäre das Auseinanderbrechen eine existentielle Bedrohung, die es zu verhindern gilt. Das missbrauchte Kind erfüllt also weiterhin die sexuelle Befriedigung des Vaters und schweigt. Auch die Mutter schweigt, da auch sie von ihrem Ehemann abhängig ist. Durch Abwehrmechanismen wie Verleugnung und Rationalisierung wird die Fähigkeit, die Realität einzuschätzen, stark beeinträchtigt.

## **Gesellschaftliche Aspekte**

Andere systemisch orientierte AutorInnen beleuchten auch den gesellschaftlichen Aspekt und sehen im sexuellen Missbrauch eine Form sexueller Gewalt, die sich in unserer Kultur vor allem gegen Frauen und Mädchen richtet. In einer Gesellschaft mit asymmetrischen Machtverhältnissen zwischen den Geschlechtern entsteht schnell Abhängigkeit. Sie bringt die Frauen in eine widersprüchliche Situation. Denn einerseits sind sie aufgefordert, ihr Kind vor dem Vater zu schützen und andererseits sollten sie dem Mann zur Seite stehen und eigene Bedürfnisse und Vorstellungen zurückstellen. Dies zeigt, dass auch im systemischen Modell der Einfluss der gesellschaftlichen und kulturellen Bedingungen an Bedeutung gewonnen hat. Wie Gerwert aber anmerkt, ist es problematisch, dass auch die Männer als Opfer des Systems gesehen werden und die Frauen wiederum als Opfer dieser Opfer. Dadurch verschleiert sich leicht die Verantwortlichkeit und Machtposition in der direkten Gewaltsituation. Sie hält auch die Auffassung, dass Mütter den Missbrauch verleugnen und „in jedem Fall bewusst oder unbewusst davon wissen“ für problematisch (Gerwert, 1995, 14). Auch die von mir interviewten Fachfrauen kommen zur Einschätzung, dass ein sexueller Missbrauch oft nicht oder erst spät zu erkennen ist. Darauf werde ich noch zurück kommen.

## **Symbiotische Mutter-Tochter-Beziehung**

Die Mutter–Tochter–Beziehung (von Jungen wird wenig gesprochen) wird in der systemischen Literatur als symbiotisch beschrieben. Da die Mutter ihre Bedürfnisse nach Abhängigkeit in der Beziehung zur Tochter zu befriedigen versucht, drängt sie die Tochter in die Mutterrolle und wird selbst zum Kind. Das Kind übernimmt die Verantwortung der Mutter, einschliesslich im sexuellen Bereich. Auch nach Aufdeckung des Missbrauchs wechselt die Beziehung zur Tochter zwischen Symbiose, Verschmelzung, Distanz und Trennung. Da die Mutter das symbiotische Verhältnis aufrechterhalten will, werden die Autonomie-Bedürfnisse der Tochter nicht akzeptiert. Die Töchter müssen sich unter grösster Anstrengung von ihren Müttern lösen.

## **Familientypen**

Über die Familienstrukturen von Inzestfamilien wurden verschiedene systemische Theorien entwickelt. Ein Familientyp zeichnet sich aus durch patriarchalische Strukturen mit einem dominanten, häufig gewalttätigen Vater als Herrscher in der Familie, während die Mutter emotional zurückgezogen und oft psychisch oder physisch beeinträchtigt ist. Sie gehört eher zum Subsystem der Kinder. Ein anderer Familientyp



zeichnet sich durch eine dominante, bemutternde Mutter aus, während der Vater abhängig und passiv erscheint. Andere Autoren beschreiben kalte, aggressive Mütter als häufig, während wieder andere abhängige Mütter typisch für Inzestfamilien halten. Wieder andere halten beide Elternteile für bedürftig und schwach, die Väter für unreif und emotional abhängig von ihren Frauen, auch wenn sie nach aussen gewalttätig erscheinen. Wie Gerwert (1995, S. 16) sagt, scheint es die typische Inzestfamilie nicht zu geben. Die verschiedenen Ansichten können mit der Weltanschauung der Untersuchenden zu tun haben und auch damit, welche Ebene der Persönlichkeit untersucht wird. Bei den verschiedenen Erklärungsmodellen im familiendynamischen Ansatz fragt es sich, ob es denn die sogenannte „gesunde Familie“ gibt, an der die Inzestfamilie gemessen werden kann. Dazu bräuchte es Vergleichsstudien mit Kontrollgruppen von „Nicht-Missbrauchsfamilien“.

### **2.1.2. Der feministische Ansatz**

Die feministische Theorie sieht die Familie nicht als eigenständiges System sondern als Teil des komplexen Gesellschaftssystems. Sexuelle Ausbeutung ist eine Form der sexuellen Gewalt an Frauen und Mädchen und hat einen Zusammenhang mit der gegenwärtigen Situation der Frau in der Gesellschaft. Es besteht ein Zusammenhang von struktureller und individueller Gewalt gegen Frauen. Individuelle Gewalttätigkeit ist Ausdruck eines patriarchalen Machtgefälles und „dient in erster Linie der Befriedigung männlicher Dominanz- und Herrschaftsbedürfnisse“ (Gerwert 1995, S.18). Die Ursache der sexuellen Ausbeutung sehen die Vertreterinnen der feministischen Theorie vor allem in den patriarchalischen Strukturen der Gesellschaft, so wie in der Sozialisation von Männern und Frauen und nicht nur in den dysfunktionalen Familienstrukturen, die von den Müttern erschaffen und erhalten würden. Diese Strukturen erlauben es Männern Schwächere auszubeuten. „Der Blick richtet sich somit auf soziale Normalität, die allerdings durchaus ‘pathologische Züge’ aufweisen kann“ (Gerwert 1995, S.19).

### **Sexuelle Ausbeutung – ein Gewaltdelikt**

Beim sexuellen Missbrauch handelt es sich zudem in erster Linie um ein Gewaltdelikt und nicht um ein Sexualdelikt. Es geht also den Vätern nicht um sexuelle Befriedigung, sondern um die Ausübung von Macht. Diese Annahme korreliert mit vielen Aussagen von betroffenen Frauen und Mädchen, die oft von einer Demütigung und Entwertung ihrer ganzen Persönlichkeit sprechen (Steinhage 1986).

Sexuelle Ausbeutung als Gewaltdelikt zu definieren, wird aber wieder von einigen AutorInnen wie Russel und Rijnaarts hinterfragt. Eine solche Haltung gehe doch da-

von aus, dass Sexualität als solche für sich existiere. Sexualität sei aber immer verbunden mit anderen, nichtsexuellen Gefühlen und Bedürfnissen. Deshalb sei es problematisch, den sexuellen Aspekt aus den Augen zu verlieren, denn die Macht ausübung finde ja schlussendlich in Form sexueller Handlungen statt. Macht und Intimität würden in unserer Gesellschaft sexualisiert, manchmal auch Hass und Verachtung. Weiter sagen sie, dass das gängige Männlichkeitsideal, in dem die sexuelle Befriedigung an oberster Stelle steht, als ein männliches Recht sozusagen, das man von der Frau einfordern könne, sexuelle Gewalt wie Inzest und Vergewaltigung begünstige und es schwierig mache, gegen sie vorzugehen. Macht und Sexualität lassen sich deshalb nicht voneinander trennen.

### **Die Verantwortung hat immer der Täter**

Im feministischen Ansatz wird bewusst von Tätern und Opfern gesprochen, damit die Verantwortlichkeit der Tat eindeutig beim Erwachsenen bleibt. Es wird Parteilichkeit sowohl für die Kinder als auch für die Mütter gefordert. Parteilichkeit meint aber nicht bedingungslos hinter den Frauen zu stehen, denn auch sie missbrauchen Macht und befriedigen ihre Bedürfnisse an ihren Kindern. Vielmehr wird darunter verstanden, dass alles unternommen werden soll, um die Gewalt von Männern gegenüber Frauen und Mädchen sowie von Erwachsenen gegenüber Kindern zu verhindern. Dabei bleibt die Verantwortung für die Tat immer klar beim Täter. Denn auch wenn der Täter Opfer seiner eigenen Geschichte ist und man Verständnis für sein individuelles Schicksal haben kann, so bleibt es schliesslich doch seine Verantwortung, ob er seine Macht missbrauchen und die sexuelle Selbstbestimmung von Frauen und Mädchen verletzen will. Denn Macht haben und Macht missbrauchen ist nicht dasselbe (Bartels 2009). Eine parteiliche Haltung den Kindern und Müttern gegenüber bedeutet, das Opfer von Schuld und der daraus entstehenden Scham zu befreien.

### **Opfer oder Überlebende?**

In letzter Zeit hat der feministische Ansatz den Begriff „Opfer“ immer mehr durch den Begriff „Überlebende“ ersetzt. Bei der Victimisierung ist der Handelnde der Täter, beim Überleben sind das von der Gewalt betroffene Kind oder die Frau die Agierenden. Die Gefahr bei diesem Begriffswechsel ist, dass die Sicht auf die Realität der Gewalt vernebelt wird, denn wie bei aller Gewalt ist die Gefahr des Todes, sei es durch Mord oder Suizid, immer vorhanden. Es überleben nicht alle (Carol-Ann Hooper, 1992).

## **Was wissen die Mütter?**

„Finkelhorn geht davon aus, dass KlinikerInnen und WissenschaftlerInnen das Bild der ‚allmächtigen‘ und ‚allwissenden‘ Mutter von den Betroffenen übernommen hätten“ (Gerwert 1995, S.21). Feministische Autorinnen sind überzeugt, dass Mütter nicht immer wissen, dass ein Übergriff stattgefunden hat, auch wenn die Töchter sich das wünschen. Die Aussagen und Signale der Kinder sind oft sehr versteckt und vage, denn häufig werden sie von den Vätern extrem unter einen Geheimhaltungsdruck gesetzt. Von Russel wurde festgestellt, dass die Drohung des Mädchens gegenüber dem Vater, die Übergriffe der Mutter mitzuteilen, die wirksamste Möglichkeit ist, den Missbrauch des Vaters zu beenden.

Beim Thema „Verhalten der Mütter“ kritisieren feministische Autorinnen die systemischen Erklärungsmuster, nach denen die Mütter gleich zweimal versagt haben, in dem sie erst den Vater sexuell frustrieren und danach die Tochter verraten.

Auch feministisch orientierte Autorinnen stellen sich die Frage, ob die Mutter es nicht hätte wissen können oder ob sie einfach nicht hingeschaut hat. Klar ist für sie, dass der Täter für den sexuellen Missbrauch eines Kindes verantwortlich ist. Wird aber ein Missbrauch aufgedeckt, liegt es in der Verantwortung der Mutter, sich bedingungslos hinter ihr Kind zu stellen und es zu schützen.

## **Das heutige Bild der Weiblichkeit**

Der feministische Ansatz weist noch auf einen anderen Aspekt hin, nämlich auf den Einfluss, den das heutige Bild von Weiblichkeit auf das Verhalten der Mütter hat. Weiblichkeit bedeutet eine „gefühlbetonte Existenz mit und durch Ehemann und Kinder, sowie die Unvereinbarkeit von Familie und Beruf“ (Gerwert 1995, S.22). Obwohl dieses Bild auf den ersten Blick in Vielem nicht mehr dem allgemeinen Selbstverständnis entspricht, ist es im Unbewussten immer noch wirksam. Diese gesellschaftlichen Mutterbilder implizieren eine alleinige Verantwortung, was das Wohl der Kinder anbelangt. Geht es nun einem Kind nicht gut oder zeigen sich Probleme, fühlen sich Mütter schnell als Versagerinnen und schuldig. Monika Quibaid sagt in ihrem Buch „Das Mutter-Dilemma“(1987): „Die Mutter wird immer als ganzer Mensch verurteilt, denn sie hat als Frau versagt, denn Mutter-Sein ist - so wird unterstellt - eine biologische Qualität und nicht Arbeit.“ Identifiziert sich eine Frau besonders mit diesem Bild von Mütterlichkeit, so bedeutet der sexuelle Missbrauch ihres Kindes eine besondere Kränkung ihres Selbstbildes. Sie wird sich schuldig und als schlechte Mutter fühlen – und vielleicht deshalb den sexuellen Missbrauch verdrängen oder nicht wahrnehmen. Es hätte zu grosse Konsequenzen für ihr Leben, denn ihr Lebensentwurf wäre zerstört.

Weitere Gründe, warum eine Mutter den Missbrauch leugnet, könnten die Angst vor finanziellem Verlust und ökonomischer Abhängigkeit sein, die Angst, in der Gesellschaft als versagende Mutter diskriminiert und sozial isoliert zu werden oder den gesellschaftlichen Status zu verlieren. Eigene sexuelle Gewalterfahrungen, wenig Selbstvertrauen und starke Ohnmachtsgefühle dem Täter gegenüber, können das Verhalten der Mütter dem Kind gegenüber beeinflussen. Zudem kommt erschwerend hinzu, dass viele Frauen unter einem gesellschaftlichen Aggressions-Tabu stehen, das ihnen nicht erlaubt, ihre Enttäuschung mit Aggression und Konfrontation auszudrücken. Viel eher reagieren sie mit Gekränktheit, Selbstzweifeln und Selbstvorwürfen, sowie Depressionen. Schon kleine Mädchen lernen in ihrer Sozialisation aggressive Gefühle zu unterdrücken.

### **Gesellschaftlicher Kontext**

Der feministische Ansatz erweitert das Verständnis der sexuellen Ausbeutung um den Aspekt eines gesellschaftlichen und sozialen Kontexts. Wie Gerwert sagt, wird das Verhalten der Mütter „auf der Grundlage ihrer realen Handlungsmöglichkeiten und Ressourcen analysiert.“ Die vielschichtigen Verstrickungen innerhalb einer Familie können aber mit dem Täter/Opfer-Schema auch nicht genügend erklärt werden. So haben sich in letzter Zeit familiendynamische und feministische Ansätze im allgemein familientherapeutischen Bereich angenähert und aufeinander Einfluss genommen. In neuen feministisch-familientherapeutischen Modellen wird „die Geschlechterrolle als zentrale Dimension zwischenmenschlichen Verhaltens in den systemischen Ansatz“ (Gerwert 1995, S.24) integriert. So werden die sozialen Zusammenhänge, wie die gesellschaftliche Benachteiligung der Frauen und die Machtstrukturen zwischen den Geschlechtern anerkannt und berücksichtigt. Es ist notwendig, das Modell Familie neu zu betrachten und sich zu fragen, was heute eine lebensfähige Familie ist. Solche Konzepte können das Verständnis der komplexen Problematik des sexuellen Missbrauchs vergrößern und verbessern.

### **2.1.3. Fazit**

Die meisten systemisch-familiendynamisch orientierten AutorInnen orientieren sich offenbar auch an einem traditionellen Familienbild, das der heutigen Realität zu wenig Rechnung trägt. Die Anforderungen an Mütter als berufstätige oder alleinerziehende Frauen haben sich in den letzten Jahren verändert. Immer noch aber scheinen sie die alleinigen Verantwortlichen zu sein, wenn im System Familie etwas nicht gut läuft. Immer noch sind die Mütter einseitig für das Wohlergehen und die emotionale Versorgung der Familie zuständig. Damit Mütter ihre Kinder schützen können,

braucht es gesellschaftliche Bedingungen, die es den Frauen ermöglicht, konsequent zu handeln und sich einen eigenen, autonomen Lebensweg zu gestalten. Das Aufdecken eines sexuellen Missbrauchs führt bei einer Trennung aber allzu oft zu einer schwierigen finanziellen Situation, bei deren Bewältigung die Frauen häufig alleine gelassen sind. Systemische AutorInnen stellen nicht ihr Familienmodell in Frage, sondern führen die familiären Probleme auf gestörte Interaktionen zwischen den Familienmitgliedern zurück. Ebenso orientieren sie sich mehrheitlich an traditionellen Rollenbildern und tragen der Tatsache, dass Mütter und Väter heutzutage durch Familie und Beruf anderen Belastungen ausgesetzt sind als noch vor 50 Jahren, zu wenig Rechnung.

Sicher können die beschriebenen Verhaltensweisen und Charaktermerkmale auf einzelne Mütter in Inzestfamilien zutreffen. Auch die Beschreibung der Familienstrukturen und innerfamiliären Interaktionen sind nicht grundsätzlich falsch und können einen sexuellen Missbrauch begünstigen. Die Verantwortung der Tat im System Familie auf die Mütter zu übertragen ist problematisch. Es scheint, dass, egal wie sich die Mütter verhalten, sie an der Entstehung des Inzests schuld sind. Sie werden auch dann für schuldig gehalten, wenn sie den Missbrauch aufdecken und ihr Kind schützen. Dann werden sie beschuldigt, dem Vater das Kind weggenommen und den Missbrauch erfunden zu haben, also „Missbrauch mit dem Missbrauch“ zu betreiben. Mir scheint hinter dieser Haltung ein aggressives, übermächtiges Frauenbild zu stehen, das den Machtverhältnissen zwischen Mann und Frau zu wenig Rechnung trägt.

Die systemische Betrachtungsweise geht aus meiner Sicht vor allem auf die Familienstrukturen nach einem schon stattgefundenen Missbrauch ein. Die beschriebenen Merkmale können gerade durch einen Missbrauch entstehen, und wenn sie tatsächlich schon vorher bestanden, erschweren sie natürlich das Aufdecken und verantwortliche Handeln durch die Eltern. Sie können aber nicht als Erklärungsmodell dafür dienen, wie Inzest entsteht. Den Müttern, die nach dem Aufdecken eines Missbrauchs ihres Kindes verantwortlich handeln und es beschützen, eine verdeckte oder implizierte Mitschuld und Mitverantwortung an der sexuellen Gewalt selbst zuzuschreiben, halte ich für verfehlt und es widerspricht auch den Aussagen der Fachpersonen, die ich interviewt habe (Verena Bartels, Psychologin, Zart war ich – bitter war's / Beratungsstelle Mannheim für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, 2010 Mannheim; Marie-Louise Pfister, Sozialpädagogin und Beraterin, Beratungsstelle Castagna, 2009 Zürich; Rochelle Allebes, Beraterin und Systemtherapeutin, Müttergruppe/Elternotruf, 2009 Zürich/ Interviews im Anhang). Laut ihren Aussagen kann man sagen, dass es für Mütter einfacher ist, einen Missbrauch zu erkennen

und verantwortlich zu handeln, je autonomer und selbstbewusster sie dem Mann gegenüber sind.

Die Erwartungen der Gesellschaft an die Mütter halte ich für sehr hoch. Mütter sollten einen sexuellen Übergriff sofort, oder noch besser bevor er stattfand, spüren und erkennen. Das aber würde eine Haltung dem eigenen Ehemann gegenüber verlangen, die man als paranoid einstufen würde. Sie sollten den Ehemann sexuell und emotional befriedigen, damit er nicht zum Täter werden „muss“ und alles wissen, was in der Familie vor sich geht. Auch diese hohen Erwartungen an die Mütter implizieren das Bild einer idealisierten, allmächtigen Mutter, das aber nichts mit der realen Situation einer Mutter zu tun hat. Denn auch sie kann den Missbrauch nur dann wahrnehmen, wenn das Kind sich klar formuliert oder wenn sie es gesehen hat. Viele Verhaltensauffälligkeiten, die ein Kind zeigt, können auch andere psychische Ursachen haben. Durch die Unvorstellbarkeit eines sexuellen Missbrauchs durch den eigenen Partner, kommt dieser Verdacht sowohl bei Müttern wie auch bei anderen nahestehenden Personen oft nur zögernd und spät auf.

In Bezug auf die Mutter-Kind-Beziehung stellt sich die Frage, ob Mütter missbrauchter Kinder grundsätzlich zu symbiotischem Verhalten neigen. Wenn ja, würde das bedeuten, dass sie den Missbrauch durch diese Charaktereigenschaft mit verursacht haben, vermutlich schon in der Auswahl des Partners. Ich vermisse hier eine Charakterisierung des Vaters und dessen Einfluss auf die Bildung des Systems Familie. Für mich stellt sich die Frage, ob die beschriebenen Verhaltensweisen der Mütter nicht viel eher Folge der Missbrauchsgeschichte sind und als Versuch zu werten, mit den entstandenen Schwierigkeiten umzugehen.

Ausser Acht gelassen wird bei der Darstellungsweise der Mutter-Tochter-Beziehung meiner Meinung nach die schwierige Aufgabe der Mutter, das Kind nach dem Aufdecken des sexuellen Missbrauchs einerseits zu beschützen und zu behüten, und andererseits ihm das Vertrauen ins Leben zurückzugeben. Diese Aufgabe beinhaltet, dass die Mutter das Kind loslassen kann und ihm Gelegenheiten zum Wachsen und zur Autonomie ermöglicht. Denn ein Kind braucht für eine gesunde Entwicklung Sicherheit und Wachstumsmöglichkeiten. Dies kann aber die Mutter erst dann ermöglichen, wenn sie selbst das Vertrauen ins Leben zurück gewonnen hat und sich ihrer eigener Gefühle und Verletzungen bewusst ist. Sie muss lernen, mit der permanenten Angst vor erneuten Übergriffen umzugehen. Zudem braucht sie unter Umständen eine unterstützende Begleitung, die ihr dabei hilft, Verhaltensweisen und Krisen des Kindes, die mit dem Missbrauch zu tun haben, von normalen Entwicklungsschritten und normalen, altersentsprechenden Krisen zu unterscheiden. Die Angst, dass der Missbrauch das Kind lebenslang geschädigt hat, fördert eine

ungesunde Überfürsorge. Dem Kind mangelt es dann am nötigen Vertrauen und Zutrauen, die es für eine gesunde Entwicklung braucht.

Die Rolle der Mütter muss in einem gesellschaftlichen und historischen Zusammenhang gesehen werden. Ihre Interpretation ist je nach therapeutischem Ansatz verschieden. Die Entstehung von Schuldgefühlen hat meiner Meinung nach einen direkten Bezug zu den Interpretationsmodellen des systemischen Ansatzes. Bei der Arbeit mit betroffenen Müttern ist dies zu berücksichtigen und zu reflektieren.

Ich orientiere mich an der feministischen Theorie, die auch mit systemischen Modellen arbeitet, so wie sie heute verstanden wird. Die Verantwortung der Tat sehe ich beim Täter und ich verstehe mich als parteilich für Kind und Mutter. Das heisst aber nicht, dass man die Familienstrukturen und -systeme nicht kritisch betrachtet. Sehr wohl kann es sein, dass die Beziehung der Eltern zerrüttet ist und einen Einfluss auf das übergreifende Verhalten der Erwachsenen auf das Kind hat. Die Verantwortung sowohl der Zerrüttung wie auch des Übergriffes vor allem der Mutter zuzuschreiben, halte ich für verfehlt und stark von einem konservativen Frauenbild geprägt, das der Mutter die alleinige Verantwortung für die Befindlichkeit der Familie überträgt und die Verantwortung des Täters für die Familiensituation und die Tat selbst vermindert. Die klare Verantwortung der Mutter dagegen ist es, dem Kind zu glauben und es zu schützen, wenn ein sexueller Missbrauch aufgedeckt wurde.

Auch die Interventionen in der Arbeit mit Müttern sind stark vom theoretischen Hintergrund der TherapeutInnen geprägt. Ich denke, dass die einseitige Zuweisung von Schuld und Verantwortung eine Mutter weiter schwächt und verunsichert. Um aber das eigene Kind schützen zu können, braucht es gestärkte und autonome Mütter.

Mütter auf ihrem persönlichen Weg in der eigenen Selbstbestimmung und in der Verantwortung für ihre Kinder zu unterstützen, heisst, ihnen das Recht auf Selbstbestimmung und eigene Identität zuzugestehen und ihnen nicht noch mehr Schuldgefühle und Verantwortung für die Verletzungen ihres Kindes aufzubürden. Es heisst, ihnen auch die notwendige Aggression zuzugestehen, die es braucht, um für sich und das Kind einzustehen und zu handeln und nicht gelähmt in der Depression stecken zu bleiben. Es heisst auch, die gesellschaftlichen Vorurteile und Rollenbilder aufzuzeigen und ihnen Mut zu machen, sich dagegen zu stellen und den eingeschlagenen Weg trotzdem weiterzugehen.

Erst dann, wenn die herrschenden Strukturen anerkannt wurden, wenn der Schritt in eine eigenständige und schützende Zukunft gemacht ist, kann in der Auseinandersetzung mit der eigenen Biographie der Blick auf die persönlichen Verstrickungen und biographischen Aspekte in der Geschichte der Mutter gerichtet werden. Anstatt Schuldzuweisungen und Verurteilungen braucht die Mutter zuallererst einen siche-

ren Ort für ihr eigenes Trauma, damit sie dieses Schritt für Schritt aufarbeiten kann. Nur so kann sie all den schwierigen Aufgaben, die nach der Aufdeckung einer sexuellen Ausbeutung auf sie zu kommen, gerecht werden.

### **3. Mütter sexuell ausgebeuteter Kinder**

*Dein kleines Rückgrat  
hält dich nicht mehr*

*Gestern noch ranntest du  
unbeschwert  
zwischen Farn  
im blühenden Garten*

*Dein kleines Rückgrat  
hält dich nicht mehr*

*Dein gebeugter Leib  
will deine zarte Seele  
vor seinen Händen  
schützen*

*Dein kleines Rückgrat  
hält dich nicht mehr*

*Seit die Schreie  
der Nacht  
deine Wirklichkeit  
wurden*

*Dein kleines Rückgrat  
hält dich nicht mehr*

*Ich will es  
gerade beugen  
und kann doch nur  
die Hand dir reichen*

*Hjørdis Mair*



### **3.1. Schlüsselfaktor Mutter**

#### **Untersuchungen zur Rolle der Mütter**

Neben der kontroversen Diskussion um die Rolle der Mütter beim Thema „Inzest“, gibt es wie schon erwähnt nur wenige Studien, die die Mütter direkt zu ihrer Befindlichkeit und ihren Bewältigungsstrategien befragten. Ausserdem ist nur selten klar ersichtlich, wie die Ergebnisse zustande kamen (u.a. Breitenbach 1992, Gerwert 1996, Hooper 1992, direkte Befragung von Müttern). Entweder wurden die Kinder oder die Therapeutinnen der Mütter befragt oder die Informationen wurden im Rahmen einer Familientherapie gewonnen. Gerwert (1996) hält diese Vorgehensweise für unpräzise und vermutet einen starken Einfluss von Vorurteilen der AutorInnen auf die Studienergebnisse.

In den Studien von Breitenbach und Gerwert war es für die Autorinnen schwierig Mütter zu finden, die sich für ein Interview zur Verfügung stellten. Bei den befragten Frauen handelte es sich vor allem um Mütter, die selbst eine Beratungsstelle aufgesucht hatten und an einer Reflexion des Geschehenen interessiert waren. Die meisten Mütter glaubten ihrem Kind und schützten es vor weiteren Übergriffen. Es war den AutorInnen nicht möglich, Mütter für ein Gespräch zu finden, die ihr Kind nicht unterstützten.

Laut neuester Untersuchungsergebnisse der Beratungsstelle Wildwasser Berlin in Deutschland suchten in 45% der Beratungsfälle die Mütter selbst die Beratungsstelle auf. Amerikanische AutorInnen stellten fest, dass Mütter von Kindern im Vorschulalter eher bereit sind dem Kind zu glauben und adäquat zu handeln. Everson (1989) schreibt, dass sich 44% der Mütter unterstützend verhielten, 32% verhielten sich ambivalent und nur 24% glaubten dem Kind nicht und unterstützen es nicht. Auch die von mir befragten Beratungsstellen Castagna und Elternnotruf Zürich kamen entgegen gängiger Meinung zu der Einschätzung, dass eine Mehrheit der Mütter grundsätzlich ihr Kind beschützt (Pfister 2009 /Allebes 2009).

#### **Schweigen – oder Verantwortung übernehmen**

Ohne die Fälle zu bagatellisieren, in denen Mütter nicht handeln, sich an den Übergriffen mitbeteiligen oder selbst Gewalt ausüben, wollen die meisten Mütter ihr Kind beschützen. Dafür müssen sie aber von der Not ihres Kindes Kenntnis haben. Sie sind darauf angewiesen, dass ihr Kind spricht oder deutliche Zeichen setzt. Haben sie die Signale des Kindes wahrgenommen, dürfen sie an ihnen nicht zweifeln. Genauso wie das betroffene Kind müssen die Mütter aber ihren eigenen Wahrneh-

mungen trauen können, um sich das Geschehene als Realität anzueignen. Auch dann, wenn das soziale Umfeld, das Gericht und seine Gutachter den Tatbestand und damit die Glaubwürdigkeit der Mütter und /oder des Kindes anzweifeln und die Mutter der Lüge bezichtigen, auch dann, wenn der Täter die Tat negiert, Mutter und Kind manipuliert, beschimpft und bedroht. Die Reaktion der Mütter auf den Missbrauch ist ein Schlüsselfaktor in Bezug auf die Entwicklung des Kindes. Ihre Unterstützung ist ein signifikanter Faktor, den Missbrauch sowohl „von Kurzzeit- wie auch Langzeiteffekten zu entkoppeln“ (Hooper 1992, S.4).

Von der Mutter wird ein bedingungsloser Schutz des Kindes erwartet. Dieser ist unbestritten überlebenswichtig für das Kind. Auch Hooper (1992) bestätigt, dass die meisten Mütter, die den Missbrauch ihres Kindes als Realität annehmen können, verantwortlich handeln. Es ist nicht genug zu betonen: die Anzahl verantwortlich handelnder Mütter wächst, je mehr das Thema der sexuellen Gewalt öffentlich wahrgenommen wird und die Verantwortlichkeit des Täters unbestritten ist.

Keine Mutter kann aber ein Kind beschützen, bevor es missbraucht wurde. Sie kann nichts bemerkt haben, bevor es geschieht. Vielleicht war da eine Ahnung. Aber auf Grund eines Verdachtes von etwas, das noch nicht passiert ist, das vielleicht in der Zukunft geschehen könnte, kann eine Mutter ihr Kind nicht vom Vater fernhalten. Sie würde zu Recht der Kindesentziehung angeklagt. Die Vorstellung, dass eine Mutter einen Missbrauch verhindern kann, impliziert „ein Misstrauen dem eigenen Lebenspartner gegenüber, was als paranoid diagnostiziert würde“ (Pfister 2009).

Während die Verantwortung für die Tat eindeutig beim Täter zu suchen ist, besteht die Verantwortung der Mutter darin, ihr Kind zu beschützen, sobald der Missbrauch offen gelegt ist, und es in seiner Entwicklung zu begleiten und zu unterstützen. Meist unvorbereitet wird sie dann mit verschiedenen Hindernissen, Anschuldigungen, Bedrohungen, Verurteilungen, Beziehungsabbrüchen und Schuldzuweisungen konfrontiert sein, die sie in ihrer Selbstwahrnehmung und in ihrem Selbstbild zutiefst verunsichern und erschüttern.

### **Schweigen – trotz Wissen**

Unbestritten gibt es aber auch Mütter, die Ahnungen oder sogar konkrete Kenntnisse haben und trotzdem nicht handeln. Da stellt sich die Frage, was die Ursachen für dieses Verhalten sind und was es Müttern (und auch anderen Bezugspersonen) verunmöglicht, die Signale ihrer Kinder wahrzunehmen, richtig zu interpretieren und Verantwortung zu übernehmen. Sei es, weil die Tat zu unglaublich und unvorstellbar ist, weil die Täter oft über ein hohes manipulatorisches Potential verfügen oder weil die Mutter auf Grund eigener (Gewalt-)Erfahrungen gelernt hat, ihre eigenen Emoti-

onen abzuspalten und deshalb eine solche Tat verdrängt, verdrängen muss. Häufig werden die Mütter selbst vom Vater/Partner bedroht und sind seiner Gewalt ausgesetzt, so dass sie auch aus Angst nicht fähig sind zu handeln.

Ein Artikel im Magazin des Tagesanzeigers (26.2.2010) zeigt auf eindrückliche Weise, wie es dazu kommen kann, dass die Mutter den Missbrauch ihrer Kinder nicht nur verschweigt, sondern sogar zur Gehilfin ihres Mannes, des Täters wird. In unvorstellbarer Weise schlittert die Mutter trotz mehrerer Warnungen aus dem Umfeld des Täters in eine Ehe, die vom Zeitpunkt der Hochzeitsnacht an von Drohungen, psychischen Manipulationen und von physischer und sexueller Gewalt geprägt ist. Kombiniert mit der wiederholten Androhung des Mannes, sich umzubringen, hat er seine Frau unter Kontrolle. Sie befindet sich in einer extremen Abhängigkeit zu ihrem Mann. Angst und Mitleid für den Vater sind grösser als die Empathie für die Kinder. Immer wieder entschuldigt sie seine Ausbrüche und erfindet Unfälle, wenn sie auf ihre von ihm zugefügten Verletzungen angesprochen wird. Von Angst dominiert, war sie unfähig sich und ihre Kinder zu schützen. Umso erleichterter war sie, als der Missbrauch endlich aufgedeckt wurde und die Polizei ihren Mann verhaftete. Selbst ist die Frau in einem streng gläubigen Elternhaus aufgewachsen, das vielleicht den unvorstellbaren Gehorsam und die Autoritätsgläubigkeit erklären kann.

Ohne die Verantwortlichkeit der Mutter in Frage zu stellen, zeigt diese Geschichte, wie patriarchale Familienstrukturen Gewalt und sexuelle Ausbeutung begünstigen können. Typisch „mütterliche“ Eigenschaften wie Selbstlosigkeit und Sorge für die anderen, sowie ein Frauenbild, das die Frau für die (sexuelle) Bedürfnisbefriedigung des Mannes verantwortlich macht, erschweren es den Müttern, ihre eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen, sich autonom zu verhalten und damit auch ihre Kinder gegen den Willen des Vaters zu schützen. Ich vermisse aber in diesem Artikel Hinweise darauf, wie eine positive Entwicklung für Mutter und Kind möglich gewesen wäre, anstatt die Leserschaft im Schrecken zu belassen, der sie nichts angeht.

Sowohl die erwähnten Untersuchungen wie auch verschiedene Fallgeschichten zeigen die Notwendigkeit einer professionellen, Ressourcen stärkenden Unterstützung der Mütter. Die Psychologin Eva Breitenbach schreibt: „Unterstützung bedeutet alles, was die Wahrnehmung, die Autonomie, das Selbstbewusstsein, das Selbstgefühl von Frauen stärkt, ihre Würde und ihre Wut. Unterstützung bedeutet, die öffentliche Wahrnehmung und Verurteilung sexueller Ausbeutung (...) mit dem Ziel der Veränderung eines Geschlechterverhältnisses, das die (sexuelle) Ausbeutung von Frauen zur Grundlage hat“ (Breitenbach 1992).

Mütter brauchen die Hoffnung und das Wissen, dass sich der bedingungslose Einsatz für ihr Kind trotz aller Widrigkeiten lohnt, weil es möglich ist, dass es sich von

diesem Trauma erholt und zu einem gesunden, starken Menschen heranwachsen kann.

Ich beziehe mich in diesem Kapitel vor allem auf die Bücher von Carol-Ann Hooper, Eva Breitenbach (1992 USA und 1992 D, Sozialwissenschaftlerinnen) und von Ute Gerwert (Erziehungswissenschaftlerin und Psychologin, 1996 D), sowie auf die Interviews mit der Psychologin Verena Bartels, der Sozialpädagogin und Beraterin Marie-Louise Pfister, sowie auf die Beraterin und Systemtherapeutin Rochelle Alles.

Die Gespräche mit den betroffenen Müttern Paula W. und Marianne B. fließen ebenfalls in dieses Kapitel mit ein (alle Interviews siehe Anhang).

### **3.2. Schlechte Mütter – ausgebeutete Kinder ?**

Verschiedene Studien haben sich mit der Frage beschäftigt, inwieweit Mütter sexuell ausgebeuteter Kinder besondere Persönlichkeitsstrukturen aufweisen. Die meisten AutorInnen zeichnen ein sehr negatives Bild der Mütter. Sie werden als hart, infantil, extrem abhängig, nachlässig in ihrem Erscheinungsbild, frigide, kühl, sexuell desinteressiert, masochistisch und promiskuitiv beschrieben. Sie besitzen ein geringes Selbstvertrauen, haben ein negatives Selbstbild und neigen vermehrt zu Depressionen und dies alles schon vor der Aufdeckung des Missbrauchs. Zwei weitere Studien von Groff (1987) und Wagner (1991, in Gerwert 1992) kamen allerdings zu der Erkenntnis, dass in Bezug auf Depression, soziale Isolation, Abhängigkeit und Ich-Stärke Mütter ausgebeuteter Kinder nur durchschnittliche Werte zeigten. Von vielen AutorInnen werden Mütter als Versagerinnen hingestellt, was in folgender Aussage zum Ausdruck kommt: „Sie hat versagt aufgrund ihrer „abnormen“ Persönlichkeit und ihrer Unfähigkeit, ihre Rolle als Mutter und Ehefrau pflichtgemäss zu erfüllen (z.B. indem sie ihrem Mann jederzeit sexuell zur Verfügung steht)“ (in Gerwert 1995, S.29). Mit dieser Negativbewertung der Mütter wird ihnen ein grosser Teil der Verantwortung am sexuellen Missbrauch zugeschrieben. Der Fokus wird durch diese Sichtweise vom Täter weggenommen, wobei vergessen wird, dass die Verantwortung für die Tat als solche immer beim Täter zu suchen ist.

Denn sexueller Missbrauch ist immer auch sexuelle Gewalt, „die der Erwachsene gegenüber dem Kind ausübt, um seine Bedürfnisse zu befriedigen. Dazu benutzt er seine Sexualität. Nicht, weil er sexuell nicht befriedigt wird von seiner Frau, sondern weil er die Macht hat, das Kind nach seinen Vorstellungen, Regeln und Bedürfnissen sexuell auszubeuten. Es geht ausschließlich um Bedürfnisbefriedigung des Mächtigeren mit Hilfe schwächerer Objekte“ (Bartels 2010).

Macht ist oft verbunden mit Narzissmus und einer männlichen Überzeugung, dass die eigenen, männlichen Vorstellungen die einzig richtigen und gültigen sind. Sowohl der Hass wie auch die Liebe des Mannes sind von dieser Haltung bestimmt. Was für ihn gilt – Werte, Gefühle, Wünsche, Sexualität – gilt auch für andere. So wie er selbst glücklich wird, soll auch „sein Objekt der Begierde“ glücklich werden. Und dies lässt sich als Herrscher mit Gewalt auch durchsetzen. Diese Persönlichkeit nimmt ausser sich selbst wenig wahr und beharrt auf ihrer Perspektive. Sie fühlt sich durch Angriffe auf ihre Person als Wertsetzer irritiert und in ihrer Identität in Frage gestellt. Diese Persönlichkeit wird nicht nur von Inzesttätern repräsentiert, sondern auch von anderen Männern, die die weiblichen Verletzungen durch männliche Gewalttaten leugnen oder verharmlosen, weil deren Anerkennung die Identität des Machthabers gefährden würde. Über Inzest zu sprechen, beinhaltet immer auch, die patriarchalen, gesellschaftlichen Verhältnisse, die ihn entstehen lassen, zu thematisieren (Breitenbach 1992).

Die Frage nach den schlechten Müttern, den Müttern, die schweigen und nicht schützen oder nach dem „Missbrauch mit dem Missbrauch“ lenkt den Fokus von der Verantwortlichkeit des Täters auf die Schuld der Mütter, anstatt sie in dieser für sie bedrohlichen Lebenskrise zu unterstützen, sie in ihrer Wahrnehmung zu stärken, so dass es ihnen möglich wird auch ihr Kind zu unterstützen. Die Studien, die die Mütter direkt befragten, konnten keine typische „Missbrauchs-Mutter“ mit spezifischen Merkmalen definieren. Die Mehrgenerationentheorie, in der der Missbrauch von der Grossmutter zur Mutter, von Generation zu Generation weitergegeben wird, verschiebt wiederum die Verantwortung vom Täter auf die Frauen. Auch Merkmale wie soziale Isolation, Abhängigkeit, Ich-Schwäche und Depression traten in der Gruppe Mütter missbrauchter Kinder nicht häufiger auf als bei Müttern, die durch andere Probleme ihrer Kinder belastet sind (Gerwert 1992).

Es stellen sich für mich in diesem Zusammenhang folgende Fragen:

- Welche Faktoren ermöglichen es einer Mutter, die Signale des Kindes wahrzunehmen?
- Welche eigenen Erfahrungen in der Biographie der Mutter verunmöglichen diese Wahrnehmung?
- Wie schaffen sie es, die richtigen Entscheide zu fällen und ihr Kind zu beschützen?
- Wie überleben die Mütter diese tiefe Zäsur in ihrer Biographie?
- Wie gehen sie mit ihren eigenen Emotionen um?
- Welche Art von Unterstützung ist hilfreich?

### **3.3. Das Leben reisst entzwei – eine biographische Krise der Mutter**

Es kann nur immer wieder betont werden, wie unfassbar und unglaublich die Vorstellung ist, dass der einst geliebte Mann oder Partner das eigene Kind sexuell ausbeutet. Eine Ahnung verdeutlicht sich, ein Verdacht konkretisiert sich zur unausweichlichen Gewissheit. Das Kind hat selbst von den Handlungen des Vaters erzählt oder eine Person aus dem Umfeld wurde durch Verhaltensänderungen des Kindes hellhörig. In dieser Lebenssituation bricht meistens das ganze Lebens- und Selbstkonzept der Mutter zusammen. Die Vorstellung, dass Eltern grundsätzlich ihrem Kind Liebe und Zuwendung geben und es nach bestem Wissen und Gewissen in seiner Entwicklung und Persönlichkeit unterstützen, fällt jäh zusammen.

Das Grundvertrauen dem Partner gegenüber, den man einmal ausgesucht und geliebt hat, ist zerstört. Das Konzept Familie kann nicht weiter geführt werden. Die Frage nach den psychischen und sozialen Konsequenzen kann panische Reaktionen auslösen. Eventuell ist die ökonomische Existenzgrundlage nicht mehr gewährleistet. Aufgrund der schlechten psychischen Verfassung bedarf das Kind vielleicht einer intensiven Betreuung durch die Mutter und bringt sie in Schwierigkeiten an ihrem Arbeitsplatz oder in ihrer Ausbildung. Freunde oder Familienmitglieder wenden sich eventuell von der Mutter ab, da sie ihr nicht glauben. Nicht zu vergessen sind die Belastungen durch Sorgerechtsverfahren, Glaubwürdigkeitsgutachten der Gerichte, aber auch Belästigungen durch den Täter wie Telefonterror, Morddrohungen und der Drohung, das Kind zu entführen.

Neben der grossen Sorge um die seelische Gesundheit ihres Kindes ist die Mutter mit ihren eigenen Emotionen als Frau und Mutter konfrontiert. Wird sie je wieder Vertrauen in einen Mann haben können? Wie wird sich ihr Verhältnis zur Sexualität verändern? Ist sie noch eine gute Mutter und/oder kann sie es jemals wieder sein? Wie konnte das gerade ihr passieren und welche Schuld trifft sie? Und immer wieder die Frage, ob sie es nicht hätte verhindern können.

Da gerade in der ersten Phase der Offenlegung das Handeln der Mutter von grösster Wichtigkeit für das Kind ist, bleibt für die Beachtung ihres eigenen Traumas oft kaum Raum und Zeit. Auch auf der Beratungsstelle geht es in erster Linie darum, das Kind zu schützen und eine professionelle Begleitung zu organisieren. Die Mutter wird über die Folgen eines Traumas informiert und dahingehend unterstützt, ihrem Kind zu glauben und es so gut wie möglich in seiner Entwicklung zu begleiten. Sie muss in erster Linie überleben, um weiterhin als Mutter funktionieren zu können und das in dieser Situation Notwendige zu tun. Darum muss es den Müttern möglich sein, immer wieder auf eine Erziehungsberatung zurückgreifen zu können, denn die

Folgen des Missbrauchs können in verschiedenen Entwicklungsphasen des Kindes (Schule, Pubertät, erste Beziehungen) immer wieder von neuem aktualisiert werden. Nun ist es aber, wie schon vorher erwähnt, äusserst wichtig, dass die Mutter in dieser Situation eine eigene Begleitung (Beratung/ Müttergruppe/Therapie) beanspruchen kann, damit sie das, was der Missbrauch in ihrem Lebenskonzept, in ihrem Selbstbild und in ihrem Partnerbild zerstört hat, verarbeiten kann.

Gerwert (1996, S.65) spricht davon, dass die Mütter eine fünffache Lebenskrise erfahren:

- „als Krise des Zusammenbruchs des gesamten oder von Teilen des bisherigen Partnerschaftskonzepts: Zweifel an der eigenen Wahrnehmungsfähigkeit im Hinblick auf die Partnerwahl, Ablehnung, Unsicherheit und Misstrauen gegenüber Männern.
- als Krise der Verunsicherung als Mutter: Schuldgefühle, Probleme der Identifikation und Abgrenzung gegenüber der Tochter, Unsicherheit im Umgang mit den Verhaltensauffälligkeiten der Tochter, Infragestellung der bisherigen Erziehungskonzepte und Zweifel an der Kompetenz als Mutter,
- als Krise des Zusammenbruchs des gesamten oder von Teilen des bisherigen Lebensplans und des Selbstbildes als Frau: Orientierungsverlust und Zukunftsangst, negative Selbstwertschätzung und Auseinandersetzung mit der eigenen Lebensgeschichte,
- als soziale Krise des Verlustes und/oder der Veränderungen der sozialen Beziehungen (Eltern, Verwandte, Freunde, Bekannte): Stabilitätsverlust, Isolation und Einsamkeit,
- als materielle Krise der Verschlechterung der ökonomischen Situation.“

### **3.4. Aufdeckung und Verarbeitung**

*Nicht müde werden  
Und dem Wunder immer wieder  
Wie einem Vogel die Hand hinhalten.*

*Hilde Domin*

Der schwere Schock beim Aufdecken des Missbrauchs ist begleitet von Gefühlen wie Ohnmacht, Angst, Verzweiflung, Zweifel und Wut bis hin zu Suizidgedanken. Die Mütter fühlen sich einerseits von dem Mann verraten, mit dem sie leben oder gelebt haben und empfinden eine tiefe Verzweiflung, weil ihrem Kind von diesem Mann so viel Leid zugefügt wurde. Sie leiden nach der Aufdeckung häufig an Depressionen, Ängsten, Zwängen, Phobien, Überempfindlichkeiten, Ekel, Feindselig-

keit, psychosomatischen oder sogar psychotischen Störungen. Dazu kommt, dass sich die meisten Mütter schwere Selbstvorwürfe machen, sei es, weil sie den Missbrauch nicht verhindern konnten, sei es, weil sie diesen Mann als Partner gewählt hatten. Die manipulative Anklage des Vaters oder negative Reaktionen durch die Umwelt können dazu führen, dass Mütter die Aussagen des Kindes anzweifeln oder ihm die Schuld dafür geben. Für Frauen, die schon vor der Aufdeckung des Missbrauchs von ihren Männern getrennt lebten, scheint es leichter zu sein, ihre Kinder zu schützen. Gefühle wie Liebe und Verbundenheit, sowie emotionale und ökologische Abhängigkeiten spielten keine grosse Rolle mehr.

Die psychische Belastung der Mütter scheint laut Untersuchungen auch einen Einfluss darauf zu haben, wie die Mütter die Verfassung der Kinder einschätzen können. Sind sie zu sehr von ihren eigenen, unverarbeiteten Gefühlen absorbiert, fällt es ihnen schwer zwischen ihren Gefühlen und denen der Kinder zu differenzieren (verstrickte Mutter-Kind-Beziehung), wobei es nicht eindeutig ist, ob diese Art von Beziehung schon vor dem Missbrauch bestand.

Einen Einfluss auf das Ergreifen schützender Massnahmen (Hooper 1989) und die psychische Befindlichkeit der Mütter (Gerwert 1996) hat auch die Tatsache, ob sie sich selbst einen Teil der Schuld geben oder ob sie die Verantwortung der Tat klar beim Täter sehen.

Gerwert (1996, S.230) benennt drei weitere Aspekte, die für die Bewältigung des Missbrauchs wesentlich sind: „Erstens, die den Frauen zur Verfügung stehenden Ressourcen oder aber ihre Fähigkeit, neue Ressourcen zu mobilisieren (...), zweitens, die Einschätzung der erfahrenen sozialen und emotionalen Unterstützung (...) und drittens die Einordnung und Bewertung des Geschehenen im Rahmen der Gesamtbiographie.“

Die oft ebenfalls schwer traumatisierten Mütter benötigen dringend Unterstützung, damit sie ihr Trauma verarbeiten können und ihre eigene psychische Belastung die Heilung der Kinder nicht erschwert. Finden sie relativ schnell nach der Aufdeckung des Missbrauchs zu ihrer emotionalen Stabilität zurück, können sie wahrscheinlich ihre Kinder langfristig eher in ihrer Entwicklung unterstützen. Ein wichtiger Teil dieser Verarbeitung ist es, die Ressourcen der Mütter (und somit ihre Resilienz) zu stärken und zu mobilisieren. Neben der Stärkung der Ressourcen ist es auch wesentlich, dass die Mütter lernen, ihre Gefühle von denen des Kindes zu unterscheiden. So können sie die eigene Geschichte und die des Kindes differenziert wahrnehmen und trotz Gemeinsamkeiten als verschieden und individuell begreifen lernen.



Ebenfalls wichtig ist, dass die Verantwortung der Tat eindeutig dem Täter zugeschrieben wird, sowohl durch Beratungsstellen, TherapeutInnen und soziales Umfeld, aber auch durch die Gesellschaft und die Medien (Gerwert 1996/ Bartels, 2010).

Müttern, denen es gelingt, die durch die Krise entstandene Herausforderung anzunehmen, ihr Lebenskonzept zu überdenken und ihre Ressourcen zu aktivieren, können ihr Leben neu und selbständig gestalten und zusammen mit ihren Kindern zu einem zufriedenen, selbstbestimmten Leben finden. Müttern, die sich neben ihrer Rolle als Mutter und Ehefrau auch noch über andere Lebensbereiche identifizieren (z.B. Beruf, Freundeskreis, Hobbies) fällt es leichter, ein neues Lebenskonzept aufzubauen als Frauen, deren Selbstbild sich vor allem von der Beziehung zum Partner ableitet und die sich in erster Linie für die emotionale Versorgung der Familie zuständig fühlen (Siehe auch Interviews mit betroffenen Müttern im Anhang). Feministinnen reden von der „Ideologie der Mutterschaft“, die ein Mutterbild der Selbstaufgabe, Aufopferung, Selbstlosigkeit und Aufgabe in der Sorge für andere zeichnet. Die Verantwortung für die Entwicklung der Kinder liegt bei diesem Rollenbild ganz bei der Mutter. Diese verinnerlichte Frauenrolle fördert „frauenspezifische Bewältigungsstrategien wie gekränkt sein, Schuldgefühle, Vorwürfe, Selbstzweifel, Depression, psychosomatische Beschwerden und sozialer Rückzug“ (Burgard 1991). Um ihre Enttäuschung und Verletzung in Wut auf den Partner umzuwandeln, brauchen die Frauen einen emotionalen Abstand. Erst dann kann die Wut in eine positive Kraft „für die Neugestaltung ihres eigenen Lebens“ (Gerwert 1996, S. 225) umgewandelt werden.

„Ob die Frauen zukünftig ein selbstbewusstes Leben anstreben oder in Resignation verfallen, ist eher von anderen Faktoren abhängig (als die negativen Erfahrungen mit dem damaligen Partner) und zwar von ihren Ressourcen, von ihrer Reflexionsbereitschaft, von ihrem Selbstwertgefühl und nicht zuletzt von der sozialen und emotionalen Unterstützung durch andere Personen“ (Gerwert 1996, S. 222).

### **3.5. Mutter und Kind**

Durch den sexuellen Missbrauch ist die Beziehung der Mutter zum Kind zuallererst von grosser Sorge geprägt. Das Selbstbild als Mutter wird in Frage gestellt. Die Mutter fragt sich, wie das passieren konnte, warum sie es nicht früher gemerkt hat und warum sie es nicht verhindern konnte. Neben der Angst um das Wohl des Kindes empfinden die meisten Mütter Schuld und Scham. Das natürliche Verhalten dem Kind gegenüber ist plötzlich in Frage gestellt. Wie rede ich mit meinem Kind über

das Vorgefallene? Rede ich überhaupt darüber? Vertraut es mir und kann ich glauben, was es erzählt hat?

Die komplexe Situation kann zu einer Überfürsorge oder im Gegenteil zu einer Distanzierung vom Kind führen. Der Alltag wird durch den Missbrauch sehr belastet. Einerseits muss sich die Mutter um viele Entscheide kümmern in Bezug auf Partnerschaft, Beruf, Wohnung und gerichtliche Angelegenheiten. Andererseits ist sie konfrontiert mit einem Kind, das durch den Missbrauch schwer traumatisiert ist und nun viel Nähe und Zuwendung braucht. Viele Kinder haben gerade in der Anfangszeit Alpträume und Angstzustände. Sie trauen sich nicht mehr alleine nach draußen, in den Kindergarten oder in die Schule. Andere Kinder entwickeln weitere Symptome wie Einnässen, Bauchschmerzen, Ekzeme, Waschzwang, Aggressionen, Apathie oder Stottern. Es gibt auch Kinder, die zeitweise ein distanzloses Verhalten zeigen auch Männern gegenüber, was die Mutter auffordert, klare Grenzen aufzuzeigen. Die Mutter verbringt Nächte am Bett des Kindes und versucht ihm im Alltag ein Gefühl der Sicherheit zu vermitteln. Dabei ist sie immer wieder mit ihrem eigenen Schmerz konfrontiert, ihrem Schock und Vertrauensverlust in Bezug auf den (Ex-) Partner. Trotz eigenem Trauma muss sie dem Kind gegenüber Stabilität und Sicherheit signalisieren und möglichst bald zu einem normalen Alltag zurückfinden. Ihre eigenen Bedürfnisse kommen dabei oft zu kurz. Die Situation erfordert es gerade, dass sie ihre eigenen Bedürfnisse zu Gunsten des Kindes zurück stellen kann. Trotzdem wird es ihr in der Verarbeitung helfen, wenn sie bald auch wieder ihren eigenen Interessen nachgehen kann und ihre Identität nicht nur von ihrer zurzeit verstärkten Rolle als Mutter und Frau abhängt (siehe auch Interview mit Marianne B.). So ist auch die Gefahr kleiner, dass sich die Beziehung zum Kind zu einer verstrickten Mutter–Kind–Beziehung entwickelt. Kann die Mutter zudem die Schuld an der Tat klar dem Täter zu weisen, wird sie das selbst von ihren Schuldgefühlen dem Kind gegenüber entlasten. Gerade bei älteren Töchtern, wo offenbar Mütter sich eher eine Mitbeteiligung des Kindes vorstellen können, wird dies auch die Beziehung zum Kind entlasten.

Viele Mütter entwickeln eine hohe Anspruchshaltung an sich selbst alles richtig zu machen. Sie nehmen Rücksicht auf die Tochter und versuchen alle Belastungen von ihr fern zu halten. Auch hier ist es wichtig zu einem normalen fördernden und fordernden Erziehungsalltag zurückzukehren. Schafft es die Mutter möglichst bald zu einem lebensbejahenden Alltagsleben zurückzufinden, wird dies auch den Stellenwert des Missbrauchsthemas im Erziehungsalltag beeinflussen. Im besten Fall schafft es die Mutter, die Tat in ihre Biographie zu integrieren. So kann das Kind lernen, dass selbst wenn etwas so Schreckliches geschieht, es möglich ist, dies zu

verarbeiten und im Leben weiterzugehen. Die Haltung, Schwierigkeiten im Leben als eine Herausforderung anzunehmen, wird hilfreich sein solche zu meistern, wenn im weiteren Lebensverlauf das Missbrauchsthema wieder aufbricht. Auch das ist eine Tatsache: Sexuelle Ausbeutung ist ein lebenslängliches Thema, das z.B. in der Pubertät, in Beziehungen des Kindes oder bei einer späteren Mutterschaft der Tochter, aber auch im Leben der Mutter z.B. bei späteren Partnerschaften immer wieder aktuell werden kann.

#### **4. Resilienz**

Was ist nach den schrecklichen Ereignissen noch möglich, werden sich viele Mütter fragen, deren Kinder traumatisiert sind. Welche Möglichkeiten habe ich noch, meinem Kind eine positive Kindheit zu ermöglichen? Oder ist der Schaden zu gross, um jemals überwunden werden zu können? In der Begleitung traumatisierter Menschen, zu denen ich die Mütter ausgebeuteter Kinder zähle, ist es von zentraler Wichtigkeit, den Blick auf die Möglichkeiten zu richten, die vorhanden sind, damit sowohl Kind wie auch Mutter das Erlebte in ihr Leben integrieren können, um ein sinnvolles und erfülltes Leben zu leben. Dabei ist es wichtig, dass die Mütter ihre eigenen Ressourcen wahrnehmen und wertschätzen, dass sie sachlich über die Ressourcen fördernden Möglichkeiten, die die Resilienzforschung aufzeigt, informiert sind und somit Werkzeuge in der Hand haben, um ihr Kind unterstützend zu begleiten. Ein Werkzeug in der Hand gibt die Fähigkeit zu handeln und befreit vom Gefühl der Ohnmacht. Zu verstehen, was Resilienz bedeutet und welchen Einfluss sie auf den weiteren biographischen Verlauf der betroffenen Kinder und Mütter hat, ist für die Mütter selbst, aber auch für die begleitenden Fachpersonen von grosser Wichtigkeit. Der Paradigmenwechsel, der Ende der Siebzigerjahre stattfand und den Blick von der Pathologie in der Entwicklung eines Kindes auf die entwicklungsstärkenden Aspekte lenkte, erachte ich als wegweisend und hilfreich. Gerade in der Arbeit mit traumatisierten Menschen hilft diese Haltung, ihnen unterstützend und Hoffnung schöpfend zu begegnen. Das Wissen, mit welchen Faktoren Kinder traumatische Ereignisse erfolgreich bewältigen können, gibt ihnen Mut, das weitere Leben aktiv zu gestalten und in den Ruinen nach vergrabenen Schätzen zu forschen.

Im Zusammenhang mit den Möglichkeiten, die einer Mutter eines sexuell ausgebeuteten Kindes für dessen Unterstützung zur Verfügung stehen, erachte ich es als wichtig, das Thema der Resilienz sowohl bei den Kindern wie auch bei den Müttern genauer zu betrachten.

Ich beziehe mich im folgenden Kapitel vor allem auf das Buch „Resilienz“ von Klaus Fröhlich-Gildhoff und Maike Rönnau-Böse (2009) und „Resilienz. Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern“ von Corinna Wustmann (2004)

#### **4.1. Resilienz – ein Paradigmawechsel**

„Resilience“ bedeutet im Englischen Spannkraft, Widerstandsfähigkeit und Elastizität und meint die Fähigkeit, „erfolgreich mit belastenden Lebensumständen und negativen Stressfolgen“ (Wustmann 2004, 18) umgehen zu können. Wie Resilienz definiert wird, hängt davon ab, welche Kriterien man betrachtet. Einige Autoren, verstehen darunter eher die Anpassungsleistung an die soziale Umwelt, andere berücksichtigen mehr die innere Befindlichkeit. Im deutschen Sprachraum wird vor allem die Definition von Corinna Wustmann anerkannt, die externale und internale Kriterien berücksichtigt. Sie fasst Resilienz zusammen als „die psychische Widerstandsfähigkeit gegenüber biologischen, psychologischen und psychosozialen Entwicklungsrisiken“ (Wustmann 2004, S.18).

Resilienzforscher sehen ein resilientes Verhalten heute dann, wenn eine risikoe erhöhende Gefährdung für die Entwicklung des Kindes erfolgreich bewältigt werden kann. Resilienz ist damit keine Persönlichkeitseigenschaft sondern ist daran geknüpft, dass eine Risikosituation besteht, die das Individuum positiv bewältigen kann. Ging man am Anfang der Resilienzforschung noch davon aus, dass die Fähigkeit zur Resilienz angeboren ist, wird heute die Meinung vertreten, dass diese Fähigkeit sich in einem Interaktionsprozess zwischen Individuum und Umwelt entwickelt. Versteht man Resilienz als „dynamischen Anpassungs- und Entwicklungsprozess“ (Wustmann 2004, S.28), heisst das auch, dass ein Mensch selbst aktiv und regulierend auf seine Umwelt einwirken kann. Die Erfahrung, die in bewältigten Ereignissen gemacht wird, wirkt sich auf die Fähigkeit zur Resilienz aus und macht diese zu einer variablen Grösse. Das bedeutet aber auch, dass Resilienz in verschiedenen Lebensphasen und verschiedenen Risikolagen verschieden stark ausgebildet sein kann. Rosmarie Welter-Enderlin berücksichtigt in ihrer Definition die entwicklungspsychologische Perspektive:

*„Unter Resilienz wird die Fähigkeit von Menschen verstanden, Krisen im Lebenszyklus unter Rückgriff auf persönliche und sozial vermittelte Ressourcen zu meistern und als Anlass für Entwicklung zu nutzen“ (Welter-Enderlin 2006, S.13).*

Einfluss auf die Resilienz eines Menschen haben also immer auch soziale Schutzfaktoren wie z.B. die Bindung an eine emotional stabile Bezugsperson. Erziehung, Bildung, Familie und soziale Netzwerke sind relevant für die Entwicklung eines Kindes. Keinesfalls ist mangelnde Resilienz als individuelles Charakterdefizit zu verstehen. Sie ist auch nicht über einen ganzen Lebenslauf stabil und kann sich in verschiedenen Lebensbereichen verschieden zeigen. So können Kinder z.B. im schulischen Bereich resilient sein, während sie sozial wenig kompetent sind und Schwierigkeiten haben Kontakte zu knüpfen. Resilienz wird heute nicht mehr als eine allgemeingültige Eigenschaft gesehen, sondern eher im Sinne einer situationsspezifischen Fähigkeit.

## 4.2. Resilienz – Forschung

Resilienzforschung beschäftigt sich mit dem Erwerb und Erhalt von Ressourcen eines Menschen, die es ihm ermöglichen, altersspezifische Entwicklungsstationen erfolgreich zu bewältigen. Menschen werden als „aktive Bewältiger und Mitgestalter ihres Lebens“ gesehen, die mit der notwendigen Unterstützung die Chance haben, mit Lebenssituationen aktiv umzugehen und ihnen nicht hilflos ausgeliefert zu sein.

*„Im Mittelpunkt der Resilienzforschung steht:*

- *Die positive, gesunde Entwicklung trotz andauerndem, hohem Risikostatus (...)*
- *Die beständige Kompetenz unter akuten Stressbedingungen (...)*
- *Die positive, bzw. schnelle Erholung von traumatischen Ereignissen (z.B. Trennung/Tod naher Bezugspersonen, sexueller Missbrauch)“*

*(Wustmann 2004. S.19).*

Der Paradigmawechsel in der Resilienzliteratur wurde vom Medizinsoziologen Aaron Antonovsky beeinflusst, der den Begriff der *Salutogenese* prägte. Auch er geht davon aus, dass Menschen über Ressourcen verfügen, die es ihnen möglich machen, schwierige Bedingungen erfolgreich zu bewältigen. Anstatt Risiken und krankmachende Einflüsse zu bekämpfen, sollen diese Ressourcen gestärkt werden. Er benannte das Gefühl der *Kohärenz* (Antonovsky 1997) als eine persönliche Ressource und als Schutzfaktor zur Erhaltung der Gesundheit. Kohärenz setzt sich aus den folgenden Faktoren zusammen:

*„Dem Gefühl der Verstehbarkeit von Situationen und Ereignissen (sense of comprehensibility), dem Gefühl der Handhabbarkeit (sense of managability), also dem Gefühl, schwierige Situationen meistern zu können und ihnen nicht ausgeliefert zu sein und dem Gefühl der Sinnhaftigkeit (sense of meaningfulness) von erlebten Situationen“ (zusammengefasst von Fröhlich/Rönnau 2009, S.14).*

Während Resilienzforschung sich auf den Prozess der positiven Anpassung und Bewältigung konzentriert, legt die Salutogenese den Schwerpunkt auf Schutzfaktoren zur Erhaltung der Gesundheit.

### **4.3. Resilienz – Studien**

Seit Beginn der Resilienzforschung wurden in verschiedenen Ländern mehrere Studien durchgeführt. Am bekanntesten und ältesten ist die Kauai-Studie (Werner/Schmitt 1982, 2001), die 1955 begann und über 40 Jahre hinweg auf der Hawaii-Insel 689 Menschen beobachtete und interviewte. Während ein Drittel dieser Gruppe mit einer hohen Risikobelastung (Armut, psychische Erkrankung eines Elternteils etc.) lebte, wuchsen die anderen unter normalen Umständen auf. Zwei Drittel der belasteten Gruppe zeigten Verhaltensauffälligkeiten, ein Drittel aber entwickelte sich trotz der Belastung gut. Diese Menschen waren fähig, Beziehungen einzugehen, waren optimistisch, fanden eine befriedigende Arbeit, hatten weniger Gesundheitsprobleme und Scheidungen und lebten länger. Trotz der schwierigen Bedingungen entwickelten sie protektive Schutzfaktoren sowie eine Beziehung zu einer „emotionalen Bezugsperson, einen stabilen Familienzusammenhalt, hohe Sozialkompetenz und positive Selbstwirksamkeitserwartungen“ (Fröhlich/Rönnau 2009, S.16).

In der Mannheimer-Risikokinder-Studie wurden 362 Kinder der Jahrgänge 1986 und 1988 im Alter von drei Monaten bis 11 Jahren regelmässig untersucht. Diese Studie bestätigte die Ergebnisse der Kauai-Studie und zeigte vor allem auf, welche Risiken und welche Prozesse die Entwicklung von Kindern beeinträchtigen oder fördern. Es zeigte sich, dass biologische und psychologische Merkmale (Vulnerabilitätsfaktoren) sich „wenig gravierend auf die Entwicklung eines Kindes auswirkten, während psychosoziale Risikofaktoren häufiger zu ungünstigen Entwicklungsverläufen führen und besonders die kognitive und sozi-emotionale Entwicklung beeinträchtigen“ (Scheithauer/Petermann 1999). Zudem wird der Einfluss biologischer Risikofaktoren kleiner, je älter ein Kind ist.

Die Bielefelder Invulnerabilitätsstudie untersuchte bei 146 Jugendlichen die ausserfamiliären Schutzfaktoren, die Resilienz fördern können. Die Jugendlichen wurde auf Grund von Berichten, Fallbesprechungen und Selbsteinschätzungen in zwei Gruppen mit ähnlichen Risikofaktoren wie z.B. schlechte Wohnverhältnisse, Armut, Trennung/Scheidung der Eltern etc. eingeteilt. Während die eine Gruppe als resilient eingestuft wurde, zeigte die andere Gruppe aus denselben Heimen ein auffälliges Verhalten. Alle Jugendlichen wurden nach folgenden Merkmalen interviewt und be-

fragt: biographische Belastungen, Störungen des Verhaltens und Erlebens, sowie personale und soziale Ressourcen (Lösel/Bender 2008, S.58).

Diese Studie kam zu ähnliche Ergebnissen wie die aus einem anderen Kulturkreis stammende Kauai-Studie. Die resilienten Jugendlichen zeigten einige protektive Faktoren wie „z.B. eine realistische Zukunftsperspektive, ein positives Selbstwertgefühl oder eine hohe Leistungsmotivation (...), öfter eine feste Bezugsperson ausserhalb ihrer Familie, bessere Beziehungen in der Schule“ und mehr Zufriedenheit „mit der erhaltenen sozialen Unterstützung“(Fröhlich/Rönnau 2009, S.17). Aber auch äussere Bedingungen, wie das Erziehungsklima der Heime hatten einen wichtigen Einfluss auf die Zufriedenheit der Jugendlichen. Empathie und Grenzsetzung (autoritative Erziehungshaltung) wirkte sich positiver aus als ein autoritärer, restriktiver Erziehungsstil.

In diesen Studien wird deutlich gemacht, dass es für die gesunde seelische Entwicklung von Kindern und Jugendlichen grundlegende Faktoren gibt, die in verschiedenen Kulturen allgemeingültig und wichtig sind.

#### **4.4. Resilienz – Interaktion zwischen Risiko- und Schutzfaktoren**

##### **4.4.1. Risikofaktoren**

*„Risikofaktoren werden als krankheitsbegünstigende, risikoe erhöhende und entwicklungs-hemmende Merkmale definiert, von denen potentiell eine Gefährdung der gesunden Entwicklung des Kindes ausgeht“ (Holtmann/Schmitt 2004).*

Zusammen mit den erwähnten Studien unterstützten nach 1970 weitere Forschungsergebnisse der Entwicklungspsychopathologie, der empirischen Säuglingsforschung, der Bindungsforschung und der neurobiologischen Lernforschung den Paradigmawechsel, der die Aufmerksamkeit von den Defiziten und Schwierigkeiten von Kindern und Jugendlichen auf deren Ressourcen richtete. Lebenssituation, Lern- und Beziehungserfahrung scheinen in den ersten Lebensjahren eine hohe Bedeutung zu haben. Sie haben einen grossen Einfluss auf die Entwicklung der Persönlichkeit und auf die kognitiven, sozialen und emotionalen Kompetenzen der Kinder. Gleichzeitig liegt ein Fokus der Forschung auch auf der Bewältigung von Risiken.

Wustmann (2004, S.38-39) unterscheidet primäre und sekundäre Vulnerabilitätsfaktoren, Risikofaktoren und Stressoren.

*Primäre Vulnerabilitätsfaktoren sind biologische und psychologische Merkmale.*

Sie beinhalten:

- prä-, peri- und postnatale Faktoren
- neuropsychologische Defizite
- genetische Faktoren
- chronische Erkrankungen (Asthma, Neurodermitis etc.)
- Temperamentsmerkmale wie z.B. Impulsivität
- geringe kognitive Fähigkeiten

Unter *sekundären Vulnerabilitätsfaktoren* führt Wustmann folgende Merkmale auf:

- unsichere Bindungsorganisation
  - eine geringe Fähigkeit der Selbstregulation von Anspannung und Entspannung
- Risikofaktoren und Stressoren* dagegen entstehen in der psychosozialen Umwelt eines Kindes. Dazu gehören unter anderem:

- der sozioökonomische Status
- Armut
- das Wohnumfeld
- familiäre Disharmonie
- Trennung und Scheidung
- Alkohol und Drogenmissbrauch der Eltern
- psychische Störungen und Erkrankungen eines Elternteils
- Kriminalität
- das Bildungsniveau
- die Abwesenheit eines Elternteils
- ungünstige Erziehungspraktiken wie z.B. Inkonsequenz, Desinteresse oder mangelnde Feinfühligkeit
- ein Migrationshintergrund verbunden mit einem niedrigen sozioökonomischen Status
- Mobbing durch Gleichaltrige etc.

Risikofaktoren werden auch nach ihrer Veränderbarkeit in strukturelle und variable Faktoren unterschieden, da Interventionen und Präventionen vor allem bei variablen Faktoren Sinn machen.

*Traumatische Erlebnisse* wie Gewalttaten, sexueller Missbrauch, Krieg, Terror und Naturkatastrophen gelten als besonders schwerwiegende Risikofaktoren.

Zu berücksichtigen ist, dass Kinder je nach Entwicklungsphase anfälliger für risikohörende Faktoren sind. Dies ist vor allem in Phasen von Übergängen der Fall, z.B. beim Kindergarten- und Schuleintritt oder in der Pubertät, d.h. in sogenannten Phasen erhöhter Vulnerabilität, in denen das Kind verschiedene Anforderungen



gleichzeitig bewältigen muss. Das Risiko einer unangepassten Entwicklung steigt, wenn in einer solchen Phase auch noch eine belastende Situation dazu kommt, aber nicht jede Belastung führt unweigerlich zu einer psychischen Störung. Kumulieren mehrere Risikofaktoren oder dauert die Belastung über längere Zeit an, steigt auch die Wahrscheinlichkeit, eine psychische Störung zu entwickeln. Frühe Belastungen werden häufig durch weitere belastende Risikofaktoren zu einem späteren Zeitpunkt verstärkt. Dabei sind Jungen in der Kindheit häufiger von Entwicklungsstörungen betroffen, während Mädchen in der Pubertät anfälliger sind, da sie durch die hormonellen Veränderungen sensibler reagieren.

Risikofaktoren müssen immer auch aus der Perspektive des Kindes betrachtet werden, denn nicht jedes Risiko bedeutet für jedes Kind dasselbe. Eine Trennung z.B. kann für das eine Kind eine Erleichterung sein, während es für ein anderes ein traumatisches Erlebnis ist.

#### **4.4.2. Schutzfaktoren**

*"Schutzfaktoren werden als Merkmale beschrieben, die das Auftreten einer psychischen Störung oder einer unangepassten Entwicklung verhindern oder abmildern sowie die Wahrscheinlichkeit einer positiven Entwicklung erhöhen" (Rutgers 1990).*

In der Fachliteratur wird der Begriff „Schutzfaktor“ unterschiedlich verwendet und verstanden. Fröhlich/Rönnau (2009, S.29) beziehen sich in ihrem Buch auf eine Zusammenfassung der Literatur von Wustmann. Sie teilt Schutzfaktoren in personale und soziale Ressourcen auf.

Zu den *personalen Ressourcen* gehören kindbezogene Faktoren wie

- Temperament
- Intellekt und Geschlecht
- Resilienzfaktoren wie Selbstwahrnehmung, Selbstwirksamkeit, Selbststeuerung, Sozialkompetenz, Umgang mit Stress

*Soziale Ressourcen* entstehen innerhalb der Familie, aber auch in den Bildungsinstituten und im weiteren sozialen Umfeld.

Wichtige Aspekte sind:

- Der Zusammenhalt in der Familie und in der Peergroup
- Eine sichere emotionale Bindung
- Ein autoritativer Erziehungsstil (hohe Wertschätzung mit klaren Regeln und Grenzen)
- das familiäre Umfeld
- das Bildungsniveau und der Status der Eltern
- ein wertschätzendes Klima

- ein angemessener Leistungsstand
- die Förderung von Basiskompetenzen
- die Zusammenarbeit zwischen Eltern und Institutionen
- fürsorgliche und kompetente Erwachsene ausserhalb der Familie

Nun ist es aber so, dass die Schutz- und Risikofaktoren nicht alle gleich wirken, sondern verschieden auf die Entwicklung eines Kindes Einfluss nehmen. Eine ganz entscheidende Schutzfunktion hat der Faktor einer sicheren Bindung. Man hat festgestellt, dass resiliente Kinder mindestens *eine* warme, emotionale und verlässliche Beziehung entweder zu einem Elternteil oder einer nahen Bezugsperson haben.

Um die Situation eines Menschen zu erfassen, müssen die Lebensumstände mit einbezogen werden, damit die Wirksamkeit eines Faktors beurteilt werden kann. Zudem spielt auch das subjektive Bewertungs- und Bewältigungsverhalten eines Menschen, wie eine Lebenssituation erlebt und interpretiert wird, eine grosse Rolle.

Das Zusammenspiel von Schutz- und Risikofaktoren ist komplex. Das Vorhandensein von vielen Schutzfaktoren heisst noch nicht, dass ein Kind resilient ist und ein Kind ist nicht erst dann resilient, wenn es alle Schutzfaktoren aufweist. Resilienz und Belastbarkeit entstehen durch das Zusammenwirken von Risiko- und Schutzfaktoren. Hat ein Kind (oder Erwachsener) Unterstützung im Bewältigen von herausfordernden Lebenssituationen und macht es dabei die Erfahrung, dass es Aufgaben erfolgreich meistern und selbst Einfluss auf sein Leben nehmen kann, wird sich seine Resilienz verstärken. Das Kind wird so zum aktiven Gestalter seines Lebens.

Das Wissen allein um Risiko- und Schutzfaktoren kann aber noch keine klaren Aussagen über Resilienz machen. Deshalb hat sich der Forschungsschwerpunkt in letzter Zeit mehr auf differentielle Entwicklungsprozesse verlagert. Die persönlichen Ressourcen kommen erst im Zusammenwirken von Person und Umwelt zum Tragen. Dann erst zeigt sich, ob eine Situation bewältigt werden kann oder nicht und ob es damit zu einem positiven oder negativen Entwicklungsergebnis kommt. Kombination, Abfolge, Interaktion und Kumulation der Faktoren müssen also mitberücksichtigt werden, ebenso wie Alter, Geschlecht und Phasen erhöhter Vulnerabilität.

#### **4.4.3. Resilienzfaktoren**

*„Resilienzfaktoren sind Eigenschaften, die das Kind in der Interaktion mit der Umwelt sowie durch die erfolgreiche Bewältigung von altersspezifischen Entwicklungsaufgaben im Verlauf erwirbt; diese Faktoren haben bei der Bewältigung von schwierigen Lebensumständen eine besondere Rolle“ (in Fröhlich/Rönnau 2009, S.40, nach Wustmann).*

Die protektiven Faktoren, die die Widerstandskraft von Kindern stärken, korrelieren mit den zehn „life skills“, die die WHO 1994 als Lebenskompetenzen definiert hat:

- Selbstwahrnehmung
- Empathie
- kreatives Denken
- kritisches Denken
- Fähigkeit, Entscheidungen zu treffen
- Problemlösefähigkeiten
- effektive Kommunikationsfähigkeit
- Gefühlsbewältigung
- Stressbewältigung

(WHO 1994, übersetzt von Bühler/Heppekhausen 2005)

Natürlich sind diese Kompetenzen nicht getrennt zu verstehen, sondern stehen immer in engem Zusammenspiel zueinander. Nur so lässt sich ein Mensch in seiner ganzen seelischen Komplexität erfassen. Die Förderung dieser Lebenskompetenzen ist grundlegend wichtig für die Entwicklung von Resilienz.

#### a) *Selbstwahrnehmung*

Im Zentrum steht die Stärkung der *Selbstwahrnehmung*. Damit ein Kind lernt, seine eigenen Gefühle wahrzunehmen und zu differenzieren, ist es wichtig, dass es in der frühen Kindheit in seinen Gefühlen gespiegelt wird. Qualität von Interaktionen und Rückmeldungen der Bezugspersonen hat einen grossen Einfluss auf die Körper- und Sinneserfahrungen, die wiederum die Selbstwahrnehmung eines Kleinkindes prägen. Nur wenn es seine Gefühle differenzieren kann, ist es auch fähig, sie im Verhältnis zu anderen Menschen zu sehen.

Kinder brauchen Unterstützung, um ihren eigenen Körper und ihre verschiedenen Gefühlsqualitäten unterscheiden zu lernen und sprachlich ausdrücken zu können. Voraussetzung dafür ist ein „positives Selbstwertgefühl und Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten“ sowie ein „Gefühl der Einzigartigkeit der eigenen Person“ (Asshauer et al. 199, S.13).

*„Resiliente Kinder kennen die verschiedenen Gefühle und können sie adäquat ausdrücken (mimisch und sprachlich); sie können Stimmungen bei sich und anderen erkennen und einordnen; sie können sich, ihre Gefühle und Gedanken reflektieren und in Bezug zu anderen setzen“ (Merksatz in Fröhlich/Rönnau 2009, S.45).*

#### b) *Selbststeuerung/ Selbstregulation*

Die Fähigkeit zur *Selbststeuerung* entwickelt ein Kind ebenfalls in der frühen Kindheit. Sie wird mit Hilfe von nahen Bezugspersonen gelernt. Bis ca. zum fünften Lebensjahr wird mit ihrer Hilfe die Regulation vom Schlaf-/Wachrhythmus, die motorische Aktivität und die affektive, emotionale Erregung reguliert. Auch hier ist „die

richtige Affektabstimmung der Bezugsperson“ (affect attunement nach Stern in Fröhlich/Rönnau 2009, 45) also äusserst wichtig. Wenn sie sich in das Baby mit seinen Emotionen und Spannungszuständen einfühlt und sein Erleben verstehen kann, fühlt sich das Kind in seinem Sein akzeptiert. Wenn das Kind aber die Erfahrung macht, dass seine inneren Spannungszustände durch die Bezugspersonen nicht reduziert werden können, bleibt es in diesen Spannungszuständen fixiert und reagiert sie zum Beispiel durch Schreien oder Aggressionen ab.

Zum Erlernen dieser wesentlichen Kompetenzen braucht es ein positives, emotionales Klima in der Familie, in der ein offener Umgang mit Emotionen gepflegt wird. Dazu ist es erforderlich, dass über Gefühle gesprochen wird, so dass das Kind eine Hilfestellung erhält, wie es die eigenen Gefühle wahrnehmen und verstehen kann und welche Alternativen es gibt mit spannungsvollen Emotionen umzugehen. Hat es gelernt, seine Spannungen selbst zu regulieren, kann es sich leichter konzentrieren und entwickelt bessere kognitive Fähigkeiten.

Das Erlernen der Selbststeuerung ist Voraussetzung für das Erlernen von Empathiefähigkeit und des Verstehens einer anderen emotionalen Perspektive. Denn nur wenn das Kind diese Eigenschaften an sich selbst erlebt hat, kann es sie für sich selbst entwickeln.

### c) *Selbstwirksamkeit*

Resiliente Kinder sind davon überzeugt, mit ihren Handlungen und Kompetenzen etwas zu bewirken und schwierige Situationen bewältigen zu können. *Selbstwirksamkeit* erlebt ein Kind dann, wenn es, wie der Entwicklungspsychologe Stern (1992) sagt, schon im Alter von 6-9 Monaten sogenannte „Urheberschaftserlebnisse“ machen kann, das heisst, es braucht die Erfahrung, dass es mit seinem Handeln etwas bewirken kann. Dadurch wachsen Selbständigkeit, Selbstbewusstsein, Motivation und Vertrauen in die eigene Handlungsfähigkeit, weil das Kind weiss, dass seine eigenen Handlungen Resultate erzielen. Das gibt ihm das Gefühl, Situationen kontrollieren zu können und schwierige Situation zu meistern. Zweifelt ein Kind aber daran, mit seinem Handeln etwas bewirken zu können, wird es sich nicht trauen etwas zu verändern, sondern viel eher der Situation ausweichen. So beginnt ein Kreislauf der Entmutigung und Resignation. Erfolgserlebnisse werden eher dem Zufall anstatt der Selbstwirksamkeit zugeordnet.

*„Resiliente Kinder kennen ihre eigenen Stärken und Fähigkeiten und sind stolz darauf; sie können ihre Erfolge auf ihr Handeln beziehen und wissen, welche Strategien und Wege sie zu diesem Ziel gebracht haben; sie können diese Strategien auf andere Situationen übertragen und wissen, welche Auswirkungen ihr Handeln hat und vor allem, dass ihr Handeln auch etwas bewirkt“ (Merksatz in Fröhlich/Rönnau 2009, S.48).*

#### d) *Soziale Kompetenz*

Resiliente Jugendliche zeigen, wie auch in der Kauai-Studie sichtbar wurde, allgemein eine höhere *Sozialkompetenz*, das heisst, sie sind sich ihrer eigenen Gefühle bewusst, sind verantwortungsbewusst, zeigen Empathie, können ihre eigenen Wünsche wahrnehmen und vertreten und auch einmal „nein“ sagen.

Die soziale Gruppe und geltenden Normen, das Alter und die Erfahrungen, die ein Kind gemacht hat, wie auch die Komplexität der Situation wirken sich auf das soziale Verhalten eines Kindes aus. Wichtig für das Erlernen sozialer Kompetenz sind die Wahrnehmung einer Situation und deren Interpretation. Dafür sind die Resilienzfaktoren der Selbstwahrnehmung und Selbstwirksamkeit von Bedeutung. Wichtige Aspekte der sozialen Kompetenz sind Empathie, die Fähigkeit Konflikte zu lösen und die Selbstbehauptung.

*„Resiliente Kinder können auf andere Menschen zugehen und Kontakt aufnehmen; sie können sich in andere einfühlen und soziale Situationen einschätzen; sie können sich aber auch selbst behaupten und Konflikte adäquat lösen“ (Fröhlich/Rönnau 2009, S.51).*

#### e) *Umgang mit Stress*

Stress entsteht, wenn sich ein Individuum von den äusseren oder inneren Anforderungen überfordert fühlt. Kommt es zu einer Häufung von verschiedenen Stressfaktoren, kann es sein, dass Probleme, die früher zu lösen waren, nicht mehr bewältigt werden können. Ob eine Situation als Stress empfunden wird, hat auch damit zu tun, wie die Situation interpretiert wird und welche Möglichkeiten zu ihrer Bewältigung die Person zur Verfügung hat. Die Bewertung einer Situation hängt offensichtlich von den schon erwähnten Resilienzfaktoren wie Selbstwahrnehmung, Verarbeitung von Informationen, der Selbstregulation und der Lebenserfahrung ab.

Resiliente Kinder finden einen besseren *Umgang mit Stress* und haben gelernt, Strategien anzuwenden, um diese Situationen zu bewältigen.

#### f) *Probleme lösen*

*„Resiliente Kinder haben gelernt, sich realistische Ziele zu setzen; sie trauen sich, Probleme direkt anzugehen und kennen dafür Problemlösestrategien; sie sind in der Lage, verschiedene Lösungsstrategien zu entwickeln (Fröhlich/Rönnau 2009)“*

Um Probleme zu lösen, muss man sie analysieren können. Man muss Alternativen und Möglichkeiten benennen, Vor- und Nachteile auflisten können und fähig sein, eine Entscheidung zu treffen und diese zu überprüfen. Kinder brauchen dazu Probleme, die sie aktuell interessieren und die sie weder über- noch unterfordern. Kann ein Kind Probleme erfolgreich lösen, werden sich seine allgemeinen kognitiven Fähigkeiten weiter entwickeln. Dabei gibt es verschiedene Strategien:

Im Versuchs- und Irrtumsverhalten versucht man durch Ausprobieren zu einer Lösung zu kommen. Bei einem systematischen Vorgehen wird das Problem in Teilbereiche aufgeteilt. Benutzt man die schon gemachten erfolgreichen Erfahrungen, entspricht das einer Strategie der Analogie bekannter Lösungsstrukturen. Analysiert man Situation und Ziel, fragt man sich eher, was man will und was nicht.

Die Problemlösungsstrategien resilienter Kinder sind besser ausgebildet und ermöglichen ihnen, einen aktiven und entscheidungsfreudigen Umgang beim Problemlösen, das heisst, sie warten nicht auf Hilfe von aussen, sondern lösen das Problem aktiv und übernehmen Verantwortung.

Abschliessend kann gesagt werden, dass die beschriebenen Resilienzfaktoren einen wesentlichen Einfluss haben auf die Entwicklung eines Kindes und seine Fähigkeiten, mit schwierigen Lebenssituationen umzugehen.

#### **4.5. Resilienz – Baustein in der Arbeit mit Müttern sexuell ausgebeuteter Kinder**

Die Resilienzforschung zeigt deutlich, wie wichtig die Stärkung der Schutz- und Resilienzfaktoren sind, um eine traumatische Erfahrung möglichst gut verarbeiten zu können. Die Förderung von Resilienz verstehe ich als eine Lebenshaltung, die dem Menschen zu gesteht, aus seinen Lebenserfahrungen zu lernen und gestärkt aus ihnen hervor zu gehen. Um auf den Satz von Rumi zurückzukommen, „Wo Ruinen sind, ist Hoffnung auf Schätze“: das Wissen um die Bedeutung von Resilienz gibt den Müttern Werkzeuge in die Hand, die schon sichtbaren und die noch verborgenen Schätze zu erkennen, zu bergen und damit ihre schwierige Lebenssituation leichter zu meistern.

In der Arbeit mit Müttern in dieser belastenden Lebenssituation ist es meiner Meinung nach wichtig, den Fokus zuerst auf deren eigene Resilienz zu richten und gemeinsam mit ihnen ihre eigenen Stärken zu erforschen und anzuerkennen, welche Faktoren bei ihnen stark ausgebildet sind und wo sie Unterstützung brauchen. Das hilft ihnen zuallererst wahrzunehmen, wie und wo sie sich selbst und ihre Kinder schon unterstützen und welche Resilienz- und Schutzfaktoren ihre Kinder zur Verfügung haben, die ihnen helfen, das Trauma möglichst gut zu verarbeiten. So lernen sie anzuerkennen, was sie jetzt schon für ihr Kind gemacht haben, wo sie es unterstützt und beschützt haben. Sie lernen diese Handlungen als wichtig und selbstwirksam einzustufen. Das Wissen um die Stärkungsmöglichkeit der Kinder zeigt einen Weg auf, wie man Mütter in diesem Prozess unterstützen und begleiten kann.

Im Folgenden möchte ich nochmals auf die erwähnten Resilienzfaktoren eingehen und sie in den Kontext einer kunsttherapeutisch orientierten Begleitung von Müttern sexuell ausgebeuteter Kinder setzen.

a) Selbstwahrnehmung

*„Im Vordergrund einer guten Selbstwahrnehmung steht die ganzheitliche und adäquate Wahrnehmung der eigenen Emotionen und Gedanken, also von sich selbst. Gleichzeitig ist es wichtig, sich selbst dabei zu reflektieren, d.h. sich zu sich selbst in Beziehung setzen zu können und andere Personen ebenfalls angemessen wahrzunehmen und sich ins Verhältnis zu ihrer Wahrnehmung zu setzen (Fremdwahrnehmung).“ (Merksatz in Fröhlich/Rönnau 2009, S.43)*

Das Aufdecken eines sexuellen Missbrauchs beim eigenen Kind ist für die betroffene Mutter ein Schock und in seiner Unglaublichkeit schwer einzuordnen. Auf der einen Seite stehen die Aussagen des Kindes oder einer anderen aufdeckenden Person, auf der anderen Seite ist die Mutter vielleicht mit einer kritischen und in Frage stellenden Reaktion ihres Umfeldes und einer verleugnenden Haltung des Täters konfrontiert. Sie steht im Spannungsfeld verschiedener, sich widersprechender Aussagen. Je nachdem, welcher dieser Aussagen sie Glauben schenkt, hat das weitreichende Konsequenzen für die betreffenden Personen. Glaubt sie dem mutmasslichen Täter, wird sie ihr Kind nicht beschützen können. Glaubt sie dem Kind, besteht das Risiko, dass sie den mutmasslichen Täter zu Unrecht beschuldigt. Lässt sie sich von einer zweifelnden Umgebung beeinflussen, verrät sie ihr Kind. Schafft sie es nicht, sich den Behörden gegenüber als glaubwürdig darzustellen und weiss aber um die Richtigkeit des Missbrauchsvorwurfs, steht sie vor dem grossen Dilemma, entweder mit dem Gesetz in Konflikt zu geraten, wenn sie ihr Kind trotzdem schützt oder aber es doch nicht schützen zu können und das vor ihm vertreten zu müssen. Wird die Mutter von einer konservativ-systemischen Person beraten und es wird ihr z.B. die alleinige Verantwortung für die Zerrüttung der Familie gegeben, wird sie sich schuldig fühlen, die Verantwortung der Tat nicht klar dem Vater zuordnen und vielleicht immer wieder an der Realität zweifeln. Das wird es ihr schwer machen, ihr Kind konsequent zu schützen und sich klar auf seine Seite zu stellen. Wie man weiss, haben Täter oft eine manipulative Persönlichkeit, die häufig schon vor dem Missbrauch Bestandteil der Beziehung zur Mutter war.

All diese Aspekte erschweren es erheblich, dass Mütter ihrer Selbstwahrnehmung noch trauen können. Ihr Kind so tief in seiner Seele verletzt zu sehen und die Tatsache, dass sie es nicht vor dem Missbrauch beschützen konnte, löst oft Gefühle von Panik, Ohnmacht, Schuld und tiefem Selbstzweifel aus. Eine andere mögliche Reaktion ist, sich dem Geschehenen zu verschliessen, sich tot zu stellen und jede Emotion zu betäuben. Dies ist eine typische Reaktion für Menschen, die ein Trauma

erlitten haben. Beide Reaktionsweisen sind Ausdruck einer Konfusion der Selbstwahrnehmung. Der eigene Partner, der einmal geliebt wurde, war zu einer Tat fähig, die sich keine Frau vorstellen kann. Das Vertrauen in die Fähigkeit, einen Partner zu wählen und ihm zu vertrauen, ist zutiefst erschüttert worden. Hat der Missbrauch über längere Zeit angedauert, ohne dass die Mutter etwas davon bemerkte, wird ihre Wahrnehmungsfähigkeit radikal in Frage gestellt. Sie wird sich immer wieder fragen, warum sie die Zeichen nicht oder erst jetzt zu deuten wusste.

Ein erster und wichtiger Schritt in der Begleitung von Müttern ist deshalb die Stärkung der Selbstwahrnehmung. So wie in der Kindheit vor allem Körper- und Sinneserfahrungen die Selbstwahrnehmung fördern, ist auch in der Arbeit mit Erwachsenen eine Sensibilisierung der Sinne und des Körpers von Bedeutung. Die Kunst- und Ausdruckstherapie bietet verschiedene sinnbetonte Zugänge an, auf die ich später noch detaillierter eingehen werde. An dieser Stelle möchte ich einige mögliche Ansätze erwähnen.

Achtsamkeitsübungen (z.B. Atem- und Körperübungen), die die Wahrnehmung des eigenen Körpers aber auch der aktuellen Gefühle stärken, sind gerade auch in Zeiten von grossem Stress und innerer Unruhe sinnvoll. Im Tanz kann der Körper in seiner Befindlichkeit (Spannung -Entspannung/ Schmerz /Atem etc.) wahrgenommen und Gefühle können ausgedrückt und aktiv dargestellt werden. Arbeiten mit Ton ermöglichen eine intensive sinnliche Erfahrung über die Haut. Werden diese sinnlichen Erfahrungen anschliessend in einem Bild, einem Text oder einem Gedicht festgehalten, kann die Selbstwahrnehmung reflektiert und gefestigt werden.

Im Austausch mit der Therapeutin und den anderen Gruppenmitgliedern über die verschiedenen Werke wird einerseits Fremdwahrnehmung geübt und dadurch die Selbstwahrnehmung verstärkt. Feedbacks zu den entstandenen Werken durch die anderen Mütter und die Therapeutin unterstützen diesen Prozess. Gleichzeitig bauen die Mütter im geschützten Rahmen der Gruppe langsam das verlorengegangene Vertrauen in sich selbst und in andere Menschen wieder auf. Hilfreich für die Selbstwahrnehmung kann das Führen eines Tagebuches sein, das vergangene und aktuelle Ereignisse festhält. Bei Selbstzweifeln können sie anhand der Aufzeichnungen in der Gruppe besprochen oder auch selbst wieder nachgelesen werden.

Genauso wie Kinder in ihrer Entwicklung Unterstützung brauchen ihre Gefühle in Worten zu fassen, unterstützt es einen traumatisierten Menschen seine Erlebnisse zu verarbeiten, wenn er seine Geschichte erzählen kann. Erzählen, ist ein innerer Prozess, Worte für das Unfassbare zu finden, sich ausdrücken und mitteilen zu können und in den Zuhörerinnen der Gruppe Resonanz auf das eigene Erleben zu



finden. Dadurch wird es möglich die Konfusion der Gefühle zu klären und sie als Wut, Trauer oder Angst zu differenzieren und zu benennen.

Durch die Wertschätzung der entstandenen Werke wird das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten gestärkt, und die eigene Person kann wieder als einzigartig wahrgenommen werden.

*Die Selbstwahrnehmung zu stärken heisst, sich selbst als wahr anzunehmen.*

## b) Selbststeuerung

*„Resiliente Kinder können sich und ihre Gefühlszustände selbständig regulieren bzw. kontrollieren; sie wissen, was ihnen hilft, um sich selbst zu regulieren und wo sie sich ggf. Hilfe holen können; sie kennen Handlungsalternativen und Strategien zur Selbstberuhigung. Resiliente Kinder haben gelernt, innere Anforderungen zu bewältigen und ihnen zu begegnen“ (Merksatz in Fröhlich/Rönnau 2009, S.46).*

Auch für das Erlernen der Selbststeuerung ist, wie oben erwähnt, der Einfluss der Bezugsperson(en) äusserst wichtig. Nur wenn diese selbst über die Kompetenz der Selbststeuerung verfügt, kann auch das Kind sie erlernen. Resilienzfaktoren sind nicht in jeder Lebensphase gleich vorhanden und gerade in einer Krisensituation kann es sein, dass sie verloren gegangen oder verschüttet sind. Besonders dann aber wären sie von grosser Wichtigkeit und Hilfe, um die Situation bewältigen zu können. Die Gefühle der Mutter wie auch die des Kindes sind konfus und wechselhaft, das Vertrauen in die sozialen Beziehungen ist erschüttert und die bisher bewährten Handlungsstrategien funktionieren in dieser Ausnahmesituation vielleicht nicht mehr. Die für die Selbststeuerung wichtigen Fähigkeiten wie sich selbst beobachten zu können, seine Gefühle differenziert wahrzunehmen und sie regulieren zu können, sind notwendig, um neue Handlungs- und Regulationsstrategien zu entwickeln.

Im kunsttherapeutischen Setting bieten sich dafür verschiedene Ansätze an:

- **Sich selbst beobachten:**  
Diese Fähigkeit wird geübt im *deskriptiven Feedback* eines eigenen oder fremden künstlerischen Werkes, indem Aufmerksamkeit und Beschreibung ganz an der Oberfläche bleiben, z.B. nur Formen, Farben oder Strichführung des Pinsels beschreiben und so voreilige Interpretationen verhindern (phänomenologischer Ansatz). Durch den „Schritt zurück“ entsteht genug Distanz zum Entstehungsprozess und dem Bild selbst, so dass eine für die Beobachtung hilfreiche *Dezentrierung* entsteht.
- Eine weitere Form, die Selbst- und Fremdbeobachtung zu üben, ist *das Ritual der Befindlichkeitsrunde* in der Gruppenarbeit. Dabei ist es wichtig, den Teilnehmerinnen einen inhaltlichen Fokus zu geben, so dass sie ihre Emotionen,

die zur Zeit wichtig sind, unter einem bestimmten Aspekt beobachten und sich entscheiden, was sie in der Gruppe mitteilen und teilen möchten.

- Gefühle differenziert wahrnehmen:

In der Besprechung eines Werkes wird auch der Entstehungsprozess beleuchtet. Fragen zur *Befindlichkeit während des gestalterischen Prozesses* sind dabei wichtig. Dabei bleibt der Fokus auf der künstlerischen Arbeit.

Wo war es für dich besonders intensiv? Was hat dich überrascht? Wo gab es technische oder emotionale Schwierigkeiten und wie bist du dann weiter gekommen? Welche Gefühle hast du wahrgenommen? Welche Strategien waren hilfreich? Was hat geholfen, dass dein Werk so werden konnte, wie es jetzt ist?

- Soziales Vertrauen aufbauen und stärken:

Durch die verschiedenen Feedbackformen, die in der Gruppe eingeführt und gepflegt werden, erleben die Teilnehmerinnen *Wertschätzung* für ihre Werke und für sich selbst.

- In Gesprächsrunden und Zeiträumen, wo die eigene Geschichte erzählt werden kann, wird die Erfahrung gemacht, dass andere Mütter Ähnliches erlebt haben und Verständnis da ist. Genau so aber wie die Werke der Mütter verschieden sind, wird auch die Erfahrung gemacht, dass die erlebten Geschichten und jede Person selbst einzigartig sind und in ihrer Einzigartigkeit sein dürfen.

Durch diese Erfahrungen des Vertrauens und der Wertschätzung in der geschützten Gruppe kann langsam wieder ein Vertrauen zuerst in der Gruppe und später in anderen sozialen Kontakten im Alltag aufgebaut werden.

- Handlungsstrategien zur Emotionsregulation und Lösungsfindung:

Verzweiflung, Wut, Hoffnungslosigkeit, Angst, Schuldgefühle - der Sturm der Gefühle kann in dieser Situation überwältigend und sehr bedrohlich sein.

Im Gestalten eines Werkes, sei das nun im Tanzen, Malen, in der Musik oder im Schreiben, können diese Gefühle ihren Ausdruck und ihre Form finden. Dabei ist allerdings immer zu berücksichtigen, dass ein traumatisierter Mensch zuerst stabilisiert sein muss, bevor man direkt mit seinem Trauma arbeiten kann (siehe Kapitel Trauma und seine Folgen).

Da es im Gestaltungsprozess auch zu Blockaden oder Unzufriedenheit mit dem Werk kommen kann, ist Gestalten immer auch ein Ort, wo Strategien entwickelt werden müssen. Wie gehe ich mit meinen Gefühlen um, die im Gestaltungsprozess entstehen? Und welche Handlungsstrategien habe ich gewählt, um das Bild in seiner Form und Ästhetik vollenden zu können?

In der Bildbetrachtung und in der Reflexion des Gestaltungsprozesses ist es wichtig, dass die Klientin ihre eigenen Worte findet und diese von der Therapeutin gespie-

gelt werden, z.B. in dem sie das, was die Klientin erzählt, aufschreibt und dann noch einmal laut vorliest. Die eigenen Aussagen erscheinen dann oft in einem anderen, allgemeingültigeren Kontext, der eigene Verhaltensmuster aufzeigen kann. Die Fähigkeit, eigene Lösungswege finden zu können, wird mit Hilfe der Resonanz der Therapeutin wahrgenommen und wertgeschätzt.

Wird die Erfahrung gemacht, dass man fähig ist, selbst Lösungen zu finden und zu reflektieren, was im Prozess hilfreich war, lässt sich diese Erfahrung und Erkenntnis immer öfters aus dieser sogenannten „alternativen Welterfahrung“ (Knill) in den normalen Alltag transferieren.

*Die Selbststeuerung zu stärken heisst, das Steuer selbst in die Hand zu nehmen.*

### c) Selbstwirksamkeit

*„Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und verfügbaren Mittel und die Überzeugung, ein bestimmtes Ziel auch durch Überwindung von Hindernissen erreichen zu können, bedeutet selbstwirksam zu sein“ (Merksatz in Fröhlich/Rönnau 2009, S.47).*

Gerade in der akuten Situation, wenn ein Missbrauch aufgedeckt wird, aber auch später in der Bewältigung des Alltags, türmen sich vor vielen Müttern unlösbare Probleme wie riesige Berge auf. Die Vorstellung, eine für das Kind gute Familie erschaffen zu haben, ist vielleicht gescheitert und damit vermutlich auch das Vertrauen, eine gute Mutter zu sein. Vielleicht stellt sich auch die Frage, was in dieser Situation überhaupt noch nützt, um den Schaden zu begrenzen. Die Probleme erscheinen unlösbar oder die Angst, dass das Kind für immer geschädigt und sein Leben zerstört ist, überwältigt die Mutter. Das eigene Handeln wird als machtlos und unfektiv erlebt. Die Selbstwirksamkeit kann somit tief in Frage gestellt sein und dadurch sinkt auch die Erwartung, dass man durch sein Handeln noch etwas bewirken kann. Wie schon vorher erwähnt, hat aber gerade die eigene Erwartung in die Selbstwirksamkeit einen grossen Einfluss darauf, wie Lebenssituationen bewältigt werden können. Die Erwartung, dass das eigene Handeln zu Effekten führt, gilt es zu stärken.

Gerade in den bildenden Künsten wie Malen, Schreiben/Poesie, dreidimensionales Gestalten und Installationen ist der Effekt des eigenen Handelns im entstandenen Werk sofort sichtbar. Zur Stärkung der Selbstwirksamkeit sind diese Kunstformen eventuell den flüchtigen Künsten wie Tanz und Musik vorzuziehen, da sie ein konkretes Be-Greifen des Resultats ermöglichen. Das Ringen um die Form im schöpferischen Prozess und das Überwinden von Hindernissen und Schwierigkeiten verstärkt die Erfahrung, dass es möglich ist, durch sein Handeln etwas zu verändern und zu bewirken. Dadurch kann die Erwartung in die eigene Selbstwirksamkeit ge-

stärkt werden und es macht Mut, die aktuellen Probleme anzugehen und erfolgreich zu bewältigen.

*Die Selbstwirksamkeit zu stärken heisst, im Leben zu wirken und etwas zu bewirken.*

#### d) Soziale Kompetenz

Im Zusammenhang mit der Thematik des sexuellen Missbrauchs schreibe ich der Kompetenz der *Selbstbehauptung* als Teilaspekt der sozialen Kompetenzen sowohl bei den Müttern, wie auch bei ihren Kindern eine zentrale Bedeutung zu. Für die Mutter ist der Vertrauensbruch durch den Täter eine tiefgehende Grenzverletzung. Sie muss sich klar werden über ihre Forderungen, Bedürfnisse und Wünsche und diese angemessen und klar vertreten können. Zudem ist es von grosser Bedeutung, dass sie ihr Kind in der Kompetenz der Selbstbehauptung stärken kann. Die sexuelle Ausbeutung ist für das Kind eine massive seelische Verletzung und eine Verwischung der Grenzen zwischen Erwachsenem und Kind. In der Abhängigkeitssituation zum Täter, in der sich das Kind befindet, ist es ihm vermutlich nicht möglich, „nein“ zu sagen und seine Grenzen zu wahren. Es kann auch sein, dass das Kind in seiner Entwicklung immer wieder selbst grenzüberschreitendes Verhalten verschiedenen Personen und auch der Mutter gegenüber zeigt. Hier ist es besonders wichtig, dass die Mutter dieses Verhalten erkennt und dessen Ursache als Reaktion auf das traumatische Erlebnis verstehen kann. Mit diesem Wissenshintergrund kann die Mutter das Kind in der Wahrnehmung seiner eigenen Gefühle unterstützen. Kennt das Kind seine Gefühle und kann es sie als angenehm oder unangenehm wahrnehmen, kann es lernen, sich abzugrenzen und bei unangenehmen Situationen „nein“ zu sagen. Ein erster Schritt in diesem Prozess ist zu lernen, dass der eigene Körper ihm selbst gehört und es immer das Recht hat, „nein“ zu sagen. Die Mutter hat neben einer eventuellen therapeutischen Begleitung des Kindes auf diesem Lernweg eine zentrale Bedeutung und Vorbildfunktion, indem auch sie ihren Mitmenschen, ihrem Kind und sich selbst gegenüber klare Grenzen setzt.

Im Austausch in einer Mütter-Gruppe können übergreifende Situationen, die die Mutter selbst oder das Kind erlebt haben, thematisiert und reflektiert werden.

Im Rollenspiel können verschiedene Verhaltensoptionen ausprobiert werden. Das Medium Tanz bietet speziell in der Paarsituation vielfältige Möglichkeiten mit Themen wie Distanz und Nähe, Fügsamkeit und Widerstand zu arbeiten. Dabei kann das eigene Verhalten wahrgenommen und bei einem nächsten Tanz auch verändert werden. Rollen können getauscht werden, so dass neue Erfahrungen erlebt werden. Es können auch hier Beobachtungsschwerpunkte gegeben werden. Zum Beispiel:

Bin ich in der tanzenden Gruppe eher an den Anderen oder an mir orientiert? Wer führt in der Paararbeit? Wie empfinde ich es, geführt zu werden oder selbst zu führen? Wie gehe ich mit körperlichem Widerstand um?

Die gemachten Erfahrungen können immer auch in einer anderen Kunstform vertieft werden. So wird der Tanz in einem Bild in Farben umgesetzt oder die gemachte Erfahrung findet ihre Essenz in der Poesie.

*Die Selbstbehauptung zu stärken heisst, mein Haupt selbst zu tragen.*

#### e) Umgang mit Stress

Die aktuelle Situation ist natürlich für alle Beteiligten eine extreme Stresssituation. Die Mutter muss sich über die Tatsachen Klarheit verschaffen, mit Institutionen Kontakt aufnehmen, das Kind schützen und begleiten, mit den eigenen Emotionen zurechtkommen, eventuell sich vom Partner trennen, mit Anschuldigungen oder Vorwürfen umgehen, finanzielle Krisen meistern – unzählige Anforderungen wirken auf die Mutter ein und führen vermutlich bei den meisten zu einer zeitweisen Überforderung. In dieser Situation ist es wichtig, den Betroffenen Techniken der Entspannung wie z.B. Achtsamkeitsübungen, Meditation oder autogenes Training anzubieten. In der Gruppenarbeit können immer wieder Atem-, Entspannungs- und Wahrnehmungsübungen gemacht werden, die helfen, sich auch im Alltag eine kleine Auszeit zu nehmen und ruhiger zu werden, Zeit, in der man für sich sorgt und sich selbst etwas Gutes tut (Selbstmanagement).

#### f) Probleme lösen

Wie schon erwähnt, sind die betroffenen Mütter in einer Situation, in der sich Probleme anhäufen, so dass es für sie schwierig werden kann, sich zu entscheiden, was zu tun ist. Vielleicht bleiben sie gelähmt stehen und verlieren sich in einem reaktiven Verhalten. Sie befindet sich in einer „Not-Enge“ (Eberhart/Knill 2009). Sie müssen die Situation analysieren und sich entscheiden, welches Problem Priorität hat.

In jedem künstlerischen Prozess kommt man immer wieder in die Situation, dass eine Entscheidung getroffen werden muss. Welche Farbe, welche Form, welches Material wähle ich? Wie gehe ich mit einem Bild um, das nicht meinen Vorstellungen entspricht? In der alternativen Erfahrung des künstlerischen Tuns können neue Strategien entwickelt werden, um diese Fragen zu beantworten und Wege zu finden. Die Erfahrung, dass das Ringen um den gestalterischen Ausdruck mit Hilfe der eigenen Strategie das Werk so verändert, dass ich damit zufrieden bin, stärkt das Vertrauen in die eigene aktive Handlungskompetenz. In der Reflexion dieses Prozesses kann diese Erfahrung immer mehr in den Alltag integriert werden und dabei

helfen, die anstehenden Probleme mit mehr Selbstvertrauen anzugehen und zu lösen.

Erlebt das Kind am Beispiel der Mutter oder anderer Bezugspersonen, dass schwierige Situationen im Leben zwar geschehen aber gelöst werden können, wird sich seine Zuversicht ins Leben stärken und es wird ihm Mut machen, auch seine eigenen Probleme aktiv lösen zu können.

#### **4.6. Abschliessende Gedanken**

Ein resilientes Kind ist vor einem sexuellen Missbrauch nicht geschützt. Eine resiliente Mutter kann einen sexuellen Missbrauch nicht verhindern.

Täter verüben die Tat trotzdem. Sie fragen nicht. Sie lassen sich von der Resilienz des Gegenübers vermutlich nicht beeinflussen. Täter verüben ihre Taten ungefragt und aus den verschiedensten Gründen. Sie haben Macht. Vielleicht waren sie selbst ein Opfer oder sie kompensieren ihre Ohnmachtsgefühle am schwächsten Glied in der Familie. Sie manipulieren, drohen, vertuschen, wenden Gewalt an.

Die Opfer sind ohnmächtig, abhängig und lieben vielleicht ihren Vater. Trotzdem.

Ein resilientes Kind kann vielleicht „stopp“ sagen. Vielleicht kann es erkennen, dass das, was der Täter tut, nicht in Ordnung ist. Vielleicht kann es sich mitteilen und einer Vertrauensperson erzählen, was passiert ist. Wenn es seine verschiedenen Gefühle kennt, kann es die unguuten Gefühle, die, die Bauchweh machen, wahrnehmen. Wenn es weiss, dass sein Tun eine Wirkung hat, wird es vielleicht versuchen, etwas an der schwierigen Situation zu ändern.

Vielleicht. Vielleicht aber schafft es das nicht, weil zu Schlimmes mit ihm passiert ist. Es wäre verheerend, es einem Opfer vorzuwerfen, dass es sich nicht wehren konnte. Denn es ist nicht seine Aufgabe, die Verantwortung zu übernehmen. Das ist die Aufgabe der Erwachsenen. Der Täter für seine Tat. Die Mutter (und andere erwachsene Bezugspersonen), wenn sie vom Missbrauch Kenntnis hat, für den Schutz und die Begleitung des Kindes.

Einer resilienten Mutter wird es leichter fallen, sich gegen den Mann, aber hinter ihr Kind zu stellen und es zu beschützen. Wird eine Mutter in den Schutz- und Resilienzfaktoren gestärkt, wird sie eher autonom und selbst-bewusst handeln können und ihr Leben in die eigene Hand nehmen. Eine Mutter, die die Bedeutung der stärkenden Faktoren für sich selbst und für ihr Kind versteht, wird es bewusst in denjenigen Kompetenzen fördern können, die notwendig sind, um die traumatische Situation zu bewältigen. Hat sie ihr Kind schon vor dem Missbrauch in dieser Art erzogen

und das Kind bringt schon resiliente Kompetenzen mit, ist die Chance, dass es den Missbrauch erzählt und vom Opfer zu einem Überlebenden wird, grösser.

Die Missbrauchs-Geschichte kann so zu einer Resilienz-Geschichte werden, in der Heilung möglich ist und sogar neue Stärken mit ins Leben genommen werden. Sowohl beim Kind wie auch bei der Mutter. So ist Resilienz Grundlage von Prävention und Heilung.

## 5. Über das Böse, das Gute und das Vergeben

*Damit kein Licht uns liebe  
Sie kamen  
mit scharfen Fahnen und Pistolen  
schossen alle Sterne und den Mond ab  
damit kein Licht uns bliebe  
damit kein Licht uns liebe*

*Da begruben wir die Sonne  
Es war eine unendliche Sonnenfinsternis*

*Rose Ausländer (Wir pflanzen Zedern 1993, S. 112)*

### 5.1. Über das Böse

Beim Thema Inzest ist es unumgänglich, sich mit *dem Bösen* als solchem zu beschäftigen. Mit *dem Bösen* meine ich hier die Schattenseiten eines Menschen, die eine Handlungsweise zulassen, welche anderen Menschen Schaden zufügt. Der Versuch, sich dem Verständnis einer solchen Tat anzunähern, ist schwierig und fordert den Blick auf Widersprüche, Zwiespalt und das Ertragen letztendlich nicht beantwortbaren Fragen. Es ist ein Kreisen um die Tiefen der menschlichen Seele, ein Ringen mit dem Dunkeln, ein Bewegen mit den Schatten – den fremden und den eigenen. Das Thema ist gross und würde selbst ein ganzes Buch füllen. Dieses Kapitel ist der respektvolle Versuch einer Auseinandersetzung und einer Annäherung an den Ursprung von Gut und Böse.

Im Wissen um die Herausforderung Antworten zu diesem Thema zu finden, habe ich mich in diesem Kapitel für eine besondere strukturelle Form des Schreibens entschieden. Ich begeben mich in ein Zwiegespräch mit meinen eigenen Gedanken und mit den Erkenntnissen von Hannah Arendt in ihrem Buch *Über das Böse*, mit Gedanken von Matthieu Ricard, dem buddhistischen Mönch und Wissenschaftler, in

seinem Buch *Glück* und mit Aussagen des Dalai Lama in verschiedenen Büchern. Im Abschnitt über Vergeben und Versöhnung zitiere ich den algerisch-jüdischen Philosophen Jacques Derrida aus dem Filmportrait „Derrida“ von Kirby Dick und Amy Ziering Kofman. Derrida sprach 1998 an mehreren südafrikanischen Universitäten zum Thema „Vergebung“. Ebenfalls beziehe ich mich auf die südafrikanische Psychologin, Trauma- und Versöhnungsspezialistin und Mitglied der Wahrheitskommission Pumla Gobodo-Madikizela. Die Gedanken der AutorInnen sind kursiv gehalten.

In einer Vorlesung in Philosophie an der New School for Social Research in New York 1965 fragte Hannah Arendt *nach den Bedingungen, die bis anhin das Verhalten und Betragen des Individuums regelten*. In ihren Überlegungen nimmt sie Bezug auf die Taten während des Holocaust und entwickelt daraus Erklärungsmodelle, die sich auf das sogenannte Böse im Menschen auch in anderen Zusammenhängen übertragen lassen. Es geht mir keinesfalls darum, den sexuellen Missbrauch eines Individuums mit dem Genozid einer ganzen Menschengruppe gleich zu setzen. Viel mehr suche ich anhand von Arendts Überlegungen nach Antworten oder zumindest nach einem Verständnis dafür, warum sich das Böse immer wieder im Menschen zeigt und solch unvorstellbare Greuelthaten möglich macht.

Wie die Psychologin Ursula Wirz in ihrem Buch *Seelenmord* ausführt, kann man „ausschliesslich im seelischen Erleben der Betroffenen, in den traumatischen Auswirkungen auf ihre psychische Integrität und in den gesellschaftlichen Reaktionen auf das Geschehen“ (Wirz 1989, S.111). Parallelen zum Holocaust sehen. Sie hat festgestellt, dass Inzestopfer und Überlebende des Holocaust ihr Erleben und Befinden mit ähnlichen Worten beschreiben. Auch in der Literatur findet sie Ähnlichkeiten in der Terminologie, wenn man von Seelenmord, Inzest-Überlebenden und dem Überlebenden-Syndrom spricht (William G. Niederland, 1980: Folgen der Verfolgung: Das Überlebenden – Syndrom, Seelenmord).

Wenn ich mir die Frage nach dem Bösen im Menschen stelle, geht es gleichzeitig um die Frage nach dem Guten im Menschen. Ist es die Selbstreflexion, der freie Wille oder das Erkennen der eigenen momentanen Emotionen, die es ermöglichen, sich für die gute Tat zu entscheiden? Was lässt den Menschen Recht von Unrecht unterscheiden und ihn seinem ethischen Wissen gemäss handeln? Und was hält ihn davon ab, seinem Gewissen zu folgen, so dass er immer wieder in Hass, Streit, Krieg und Vernichtung verwickelt ist?

In Bezug auf das Thema dieser Arbeit ist es nicht damit getan, das geschehene Unrecht zu erkennen und zu verurteilen. Für den betroffenen Menschen stellt sich die



Frage, wie er mit dem erlittenen Unrecht überleben und dann zu einem erfüllten Leben zurück finden kann. Wie geht er mit Gefühlen wie Hass, Rache, Wut und Trauer um? Kann es ein Verzeihen geben oder eine Versöhnung mit der Tatsache, dass ihm Böses angetan wurde? Oder hiesse verzeihen nicht vergessen und verdrängen?

Ich habe in der Literatur verschiedene Fragestellungen und Ansichten gefunden, die mich dazu angeregt haben, meine eigenen Antworten zu finden. Ich denke, es geht in der Arbeit mit Opfern darum, ihnen einen Raum zu öffnen, um ihre ganz persönliche Antwort auf diese Fragen zu finden, eine Antwort, die es ihnen ermöglicht, trotz des Erlebten ein sinnerfülltes und selbstbestimmtes Leben zu leben. Diese Antworten können bei jedem Menschen und sogar in verschiedenen Lebensphasen anders lauten und richtig sein. Es sind Fragen, die mit grosser Sorgfalt bedacht werden müssen. Gerade bei traumatisierten Menschen wäre ein aufkotroyiertes Therapieziel, wie das des Verzeihens, eine erneute Gewaltanwendung.

### **Das Böse ist mir fern**

Die verhaltene Stellungnahme der Gesellschaft in Bezug auf die Verantwortlichkeit eines Inzesttäters scheint mir ein ähnliches Phänomen zu sein, wie das Verleugnen oder Verharmlosen der Verantwortlichkeit während des Holocaust oder bei Genoziden von anderen Völkergruppen, wie z.B. den Armeniern oder den Tutsis in Afrika. Da ist einerseits das allgemeine Entsetzen des Betrachters, welcher aber andererseits nichts mit dem Schrecken zu tun haben will – weil das Schreckliche ausserhalb des eigenen Lebens stattfindet, weil es vielleicht doch nicht so schlimm war oder alles nur erfunden sein könnte. Das kollektive gesellschaftliche Wegsehen ist eine Bagatellisierung der Tatsache, dass Menschen zu Objekten gemacht werden, indem sie entmachtet, entwürdigt, gedemütigt und getötet werden. Das Ausmass des Schreckens wird gesellschaftlich verleugnet, auch wenn dabei Tausende von Menschen leiden und sterben.

### **Das Bewusstsein über das Unrecht**

Ich frage mich, was einen Menschen dazu bringt, „Böses“ zu tun und einem anderen Wesen zu schaden, im Wissen um die Schmerzen und das Leid, das diesem Anderen, dem Mitmenschen, dadurch zugefügt wird. Ich frage mich, ob es ein Unrechtsbewusstsein im Moment der Tat gibt oder ob es nicht viel eher so ist, dass ein Täter in diesem Moment davon überzeugt ist, im Recht zu sein. Ich frage mich, wo das Unrechtsbewusstsein beginnt und wo das Ego sich über das gesellschaftlich ver-

wurzelte Empfinden von Moral und Ethik hinweg setzt, weil es meint im Recht zu sein.

Ich frage mich aber auch, welche Bedingungen Reue über das Unrechte und ein Schuldbewusstsein auszulösen vermögen, was ein ethisch verantwortliches Handeln ermöglichen würde.

Hannah Arendt stellt in ihrem Buch Fragen über „*die wenigen Regeln und Normen, aufgrund derer Menschen gewöhnlich Recht und Unrecht unterschieden, die zu Hilfe gerufen wurden, um Andere und sich selbst zu beurteilen oder zu rechtfertigen und die für jede natürliche Person entweder als Teil göttlichen oder natürlichen Gesetzes selbstverständlich gültig war*“ (Arendt, 2007, S. 10).

*Die Begriffe der Moral und der Ethik können, wie z.B. im 2. Weltkrieg, plötzlich in Frage gestellt werden. Es stellt sich die Frage nach der Existenz eines Gewissens, das zu den Menschen spricht. Auch die allgemeingültige Vorstellung, dass nicht das Leben als solches das Wichtigste für einen Mensch sei, sondern ein höherer Lebenssinn, war plötzlich in Frage gestellt, geht es doch im Krieg nur noch ums nackte Überleben. Hannah Arendt sagt, dass das Aufgeben eines höheren Lebenssinns bedeuten würde, dass auch Moral und Ethik aufhörten zu existieren und sie fragt, ob es die Existenz eines Gewissens überhaupt gibt.*

In Anbetracht des unvorstellbaren Unheils und Leids, das immer wieder angerichtet wurde und wird, auf privater Ebene sowie im geschichtlichen Kontext von Genoziden und Kriegen überall auf der Welt, scheint es, dass dieses kollektive Gewissen nicht besteht oder dass es erstaunlich schnell in sich zusammenbricht und geopfert wird zu Gunsten persönlicher Interessen und Bedürfnisse.

Die Vorstellungskraft über das, was geschehen ist, versagt am unerträglichen Leid der Opfer. Und gleichzeitig spielt da eine sadistische Neugier mit, ein Voyeurismus des eben nochmals Davongekommenen, des Nichtbetroffenen, weder Täter noch Opfer. Dem Teufel vom Karren gesprungen... noch einmal, dieses eine Mal. Nicht hinsehen wollen und von sich wegschieben verhindert aber eine Auseinandersetzung mit moralischen und ethischen Werten, so dass sich der Mensch immer wieder Abweichungen von diesen erlaubt.

### **Über die Ausnahme und das Lügen**

*Arendt bezieht sich auf Kant, wenn sie sagt, dass der Mensch, der seinen Neigungen folgt, bereit ist, Böses zu tun. Dies tut er nicht um seiner selbst Willen, sondern er versucht eine Ausnahme des Gesetzes zu konstruieren, eines Gesetzes, das er sehr wohl anerkennt. Er gestattet sich bloss eine Ausnahme zu seinen Gunsten. Der Mensch ist zwar vernünftig und verfügt über ein Wissen, was recht und unrecht ist.*

*Gleichzeitig aber ist er ein Sinneswesen, das Versuchungen ausgesetzt ist und seinen Neigungen folgt. Moralisches Betragen ist dann nicht mehr zwingend (Arendt 2007). Gobodo-Madikizela sagt, dass „in Gewaltherrschaften die Feinde meist als "die anderen", als "nicht wie wir" definiert werden“. Es sei „viel leichter, anderen Schmerz zuzufügen, wenn sie sich außerhalb des moralischen Codes befinden“.*

Das würde meinen Gedanken bestätigen, dass sich der Täter im Moment der Tat keines Unrechts bewusst ist, weil er sich eine Legalität konstruiert, die seine momentanen Bedürfnisse rechtfertigen. Und obwohl der Mensch sich dann in einem Widerspruch zu seiner eigenen Moral befindet, reichen Selbstzweifel und Selbstverachtung nicht, Gesetzmäßigkeit zu garantieren. *Denn, so sagt Kant weiter, das grösste Problem, das allem anderen zu Grunde liegt, ist, dass der Mensch sich selbst belügt, seine Verlogenheit.*

Heisst sich selbst belügen, sich die Rechtfertigung zu geben, Unrecht zu tun? Oder heisst es, die innere Gewissheit und Wahrheit zu verleugnen, zu Gunsten einer anderen (Schein-) Wahrheit? Einer für das Ego konstruierten und auf die eigenen Bedürfnisse zugeschnittenen Realität, die den Täter im Glauben lässt, recht zu tun? Wenn in diesem Moment der Entscheidung zum Unrecht alle bis anhin gültigen Glaubenssätze unwichtig, ja sogar ungültig werden, bedeutet dies, dass sinnliche Bedürfnisse - und zu denen zähle ich auch die Lust an der Macht, den Sadismus, die Erregung des Quälens und Tötens, die Lust am Überschreiten der moralischen Grenzen - stärker sind als eine allgemeingültige Moral, die das menschliche Verhalten in Grenzen zu halten pflegt.

### **Gott – die moralische Instanz?**

*Nietzsche sagt, dass der Glaube an Moral nur durch die Vorstellung des Jenseits mit einem sanktionierenden Gott aufrecht zu erhalten ist (in Arendt 2006). Ansonsten bleibt keine Moral übrig. Wenn diese religiöse Instanz fehlt, sind dann der egozentrischen Bedürfnisbefriedigung keine Grenzen mehr gesetzt und bricht das zerstörerische Tun ungehindert über alle angenommenen Regeln der Moral hinweg?*

Wo aber bleibt diese Instanz der Religionen bei den Verantwortlichen von Krieg und Gewalt? Wo bleibt sie bei den Inzesttätern, Mördern und Vergewaltigern? Wie kommt es dazu, dass sie ihre Gültigkeit verliert? Und was ist Moral und Ethik wert, wenn sie nur dann aufrechterhalten werden kann, wenn eine übergeordnete Instanz sie kontrolliert, wenn sie nicht grundsätzlich in der Seele des Menschen verwurzelt ist?

Die Auseinandersetzung mit dem Bösen im Andern ist ein Ringen mit meinem eigenen Schatten.

Ich weiss nicht, wie ich in der Nazi- Zeit reagiert hätte, ob ich den Mut und die Konsequenz einer weissen Rose gehabt hätte, im Bewusstsein, das eigene Leben für die Wahrheit und die Moral zu opfern. Wie hätte ich es vor meinem Gewissen verantwortet, wenn ich keinen Widerstand geleistet hätte? Wäre ich geflüchtet? Hätte ich mich den moralisch illegalen, aber gültigen Gesetzen gebeugt und sie auch irgendwann zur Normalität erklärt?

Und, um im kleinen Leben zu bleiben, wie oft habe ich meine Kinder, Schülerinnen und Mitmenschen mit Worten und Taten verletzt, sie beschämt und in der Ohnmacht meiner verletzten Gefühle meine Macht als Erwachsene ausgespielt. Ich habe jeweils, für Minuten mindestens, mein Mitgefühl und meine Achtsamkeit verloren, bin selbst verletzend geworden und habe im Moment der Aggression kein Unrecht verspürt, habe Sinn und Logik in meiner Handlungsweise gesehen. Erst im Nachhinein, in der Distanz zu meinem eigenen Verhalten, war es möglich, das Geschehene zu reflektieren und als Unrecht einzustufen. Immer wieder gab es da aber auch die Versuchung zu bagatellisieren, mit der Feststellung, dass dies ja anderen auch passiert und dadurch entschuldbar sei.

### **Das Böse in mir anerkennen**

*Mit dem Anerkennen der Möglichkeit eines Täters in jedem von uns, stellt man sich auf die Seite der Beschuldigten, meint Hannah Arendt.* Das Böse wird also durch das Anerkennen seiner möglichen Existenz in jedem Menschen „normal“, und wenn ein Verhalten mehr und mehr einer Normalität entspricht, entsteht eine neue Norm, eine neue Regel, eine neue Gewohnheit und damit eine moralische Verschiebung des Tolerierbaren und des Erlaubten. Ich dürfte also die Nähe zum Mit-Tun oder Verstehen der Tat in mir selbst nie als Möglichkeit dulden. Trotzdem denke ich, dass ich die Täterin in mir kennen muss, wenn ich die Verantwortung für ihre Taten übernehmen will. Ich bin als denkender Mensch verpflichtet, die moralischen Grundsätze in mir selbst und aus mir selbst heraus aufrecht und wach zu erhalten. Die kleinen und grösseren Momente im Leben, wo ich dem Bösen in mir erliege, müssten mir schon in ihrer Entstehung bewusst werden, bevor sie je gelebt werden können. Ich müsste mir meiner Ohnmacht, Wut oder Angst gewahr sein, die diesen Momenten vorausgehen. Ich müsste fähig sein, erlebte legitimierte Gewalt als Unrecht abzuspeichern und mein ethisch-moralisches Bewusstsein den unbewussten Reaktionen voranzustellen.

### **....und um dessen Auswirkungen wissen**

Der Wissenschaftler und tibetische Mönch Matthieu Ricard beschäftigt sich in seinem Buch „Glück“ mit dem „*Strom der Emotionen*“. *Positive oder konstruktive Emotionen erkennt man daran, dass sie den inneren Frieden stärken und das Wohl der Anderen erstreben. Negative oder destruktive Emotionen bringen einem aus dem inneren Gleichgewicht, verstören uns oder zielen darauf ab, anderen zu schaden. Dabei kann z.B. Empörung sehr wohl eine konstruktive Emotion sein, wenn sie dazu führt, Menschen aus Ungerechtigkeit oder Unterdrückung zu befreien. Er zitiert den tibetischen Dichter Shabkar, der sagt:*

*„Ein mitfühlender Mensch ist gütig, selbst wenn er wütend ist; ein Mensch ohne Mitgefühl kann töten, während er lächelt“ (in: Ricard 2007, S.156).*

*Ricard bezieht sich auf die Kognitionswissenschaftler Paul Ekman und Richard Davidson, die der Ansicht sind, dass Emotionen nicht per se konstruktiv oder destruktiv sind. Es gehe auch nicht darum, sich von diesen Emotionen zu lösen oder sie zu überwinden, sondern das Erleben und Handeln steuern zu können, sobald man eine Emotion wahrnimmt.*

*Diese Sichtweise entfernt sich von einer dogmatischen Unterscheidung von Gut und Böse. Sie setzt ihr Augenmerk viel mehr auf die Auswirkungen der erlebten Emotionen auf uns selbst und auf die Mitmenschen. Nur durch die „Einsicht in die schädlichen Auswirkungen der verstörenden Emotionen können wir diese indes überwinden“ (Ricard 2007, S.175).*

*Der Buddhismus kennt in seiner Übungspraxis der Meditation Gegenmittel gegen die verschiedenen negativen Emotionen, mit denen man sich vertraut machen muss – mit Herzengüte als Gegenmittel zum Hass. Indem wir diese Emotionen im Moment ihres Entstehens anschauen, können sie in einem zweiten Schritt entwirrt oder befreit werden.*

Um eine unrechte Tat zu verhindern muss demnach die entsprechende Emotion im Moment erkannt werden. Indem man die Aufmerksamkeit auf etwas diametral Entgegengesetztes richtet wie hier auf Mitgefühl, kann das Destruktive nach und nach aufgelöst werden. Eine positive Folge davon ist, dass es dadurch auch dem potentiellen Täter zu mehr Glück und Zufriedenheit verhilft und die Bereitschaft stärkt, sich zum Wohl der Mitmenschen zu verhalten.

### **Den Schmerz des Anderen erkennen**

Diese buddhistische Sichtweise kann eine Antwort auf meine Frage geben, welche menschlichen Eigenschaften stärker sind als das vermeintliche Recht auf persönli-

che Bedürfnisbefriedigung und welche Kompetenz es zu stärken gilt, so dass der Mensch es sich leisten kann, auf diese Art von Ausbeutung anderer zu verzichten. Ich bin überzeugt davon, dass die Kompetenz der Empathie eine Schlüsselrolle einnimmt. Wenn ein Mensch die Schmerzen seiner Mitmenschen nachempfinden kann, wird es ihm schwer fallen, ihm Schmerzen zuzufügen. *Gobodo-Madikizela sagt, dass „unsere Empathiefähigkeit ein grosses Vermächtnis in dieser grausamen Welt ist, die wir als Menschen unterschiedlicher Hautfarbe, Glaubensrichtungen und politischen Überzeugungen für einander geschaffen haben (Gobodo-Madikizela 2006).* Um sich den Gefühlen des Gegenübers bewusst zu sein, muss schon das Kind die Gelegenheit haben, über seine eigenen Empfindungen reden zu können. Es muss Worte für sie haben, um sie zu benennen. Dafür braucht es ein verlässliches Gegenüber als Resonanz. Es muss das Chaos von Wut und Trauer ordnen lernen, um ihnen nicht hilflos ausgeliefert zu sein. Es muss in einer Umgebung aufwachsen, in der Moral und Ethik gelebt werden und ihren Stellenwert einnehmen. Und es muss geliebt sein und diese Werte am eigenen Leib erleben. So kann es lernen über „ungute“ Handlungen nachzudenken, zu reflektieren und Unrecht zu erkennen. Wenn das Unrecht erkannt ist, wird es auch möglich, zu bereuen und wieder gut zu machen.

### **Das stumme Zwiegespräch und die Wurzeln der Ethik**

*Hannah Arendt spricht vom stummen Zwiegespräch zwischen mir und mir selbst, als denkender Tätigkeit, aus der moralische Vorschrift entsteht. Es ist die Tätigkeit, „das, was geschah, zu betrachten, es mir selbst als eine Art Geschichte zu erzählen, und es auf diese Weise für die anschliessende Kommunikation mit anderen aufzubereiten. [...] Böses tun, heisst, diese Fähigkeit zu beeinträchtigen“. Vergisst ein Täter seine Tat und spricht er nicht darüber, ist das „der sicherste Weg, einer Bestrafung zu entkommen.“ Reue dagegen kann nur entstehen, wenn man nicht vergisst, „was man getan hat, indem man dahin zurückkehrt. Niemand kann sich an das erinnern, was er nicht durchdachte, indem er darüber mit sich selbst gesprochen hat“ (Arendt 2007, S.75/76).*

Neben dem Wahrnehmen der eigenen Empfindungen braucht es auch den intellektuellen Akt des Denkens und den Mut, sich seinen Schattenseiten zu stellen und sich ins Dunkle vorzutasten. *Es ist eine Reise in die Tiefe, die es ermöglicht, Wurzeln zu schlagen, die notwendig sind für eine stabile Persönlichkeit, die in sich selbst ruht, „ so dass man nicht bei allem Möglichen – dem Zeitgeist, der Geschichte oder einfach der Versuchung – hinweggeschwemmt wird. Das grosse Böse ist nicht radikal, es hat keine Wurzeln, und weil es keine Wurzeln hat, hat es keine Grenzen,*

*kann sich ins unvorstellbar Extreme entwickeln und über die ganze Welt ausbreiten“ (Arendt 2007).*

Voraussetzung für die Verarbeitung von Bösem heisst, zu den Wurzeln hinab zu tauchen. Nur so ist es möglich, die ursprüngliche Moral und Ethik in sich zu verwurzeln und ihr unabhängig von äusseren Einflüssen treu zu bleiben. Unter diesem Aspekt halte ich es für wichtig, die Erinnerung an die Wahrheit einer Tat als Realität (damit meine ich auch die eindeutige Verantwortlichkeit des Täters für die Tat), auch bei den Opfern, wach zu halten. So kann sich das erfahrene Leid nicht in den tiefsten Ebenen der Seele vergraben, um als Spätfolgen des Traumas wieder auf zu brechen, sei es als zerstörerische Handlungen gegen sich selbst oder gegen andere.

### **Integrität als Voraussetzung schöpferischen Tun**

Das Erlebte muss benannt und erzählt werden. Es müssen Worte für das Unfassbare gefunden werden. Die Geschichte muss bezeugt und wertgeschätzt werden.

Auch der Täter muss Worte finden für das, was er getan hat, damit er Reue empfinden und Unrecht erkennen kann. Arendt sagt, dass *die Fähigkeit des Menschen zur sprachlichen Differenzierung im Denkprozess es möglich macht, sich als Person zu konstituieren und zu einer Persönlichkeit zu werden, die „Einer“ ist und auch „Einer“ bleibt.*

Dabei kann man sich fragen, warum auch gebildete Menschen trotz ihren intellektuellen Fähigkeiten zu Gewalttätern und Verbrechern werden. *Hannah Arendt unterscheidet ein Denken, welches nur passiver Genuss von etwas ist (z.B. Musik von Bach, Gedichte etc. konsumieren), von demjenigen Denken, das eine aktive Tätigkeit ist. Ohne die Fähigkeit zur Reflektion und zum Bezug zu den eigenen Wurzeln kann kein gutes Gedicht geschrieben, kein Bild gemalt werden und kein Musikstück komponiert werden, welches die Welt sehen will. „[ ] kein Talent wird dem Verlust der Integrität standhalten – der Integrität, die Sie verlieren, wenn Sie diese ganz allgemeine Denk- und Erinnerungsfähigkeit verloren haben“ (Arendt 2007, S.80).*

Die Integrität eines Menschen ist Voraussetzung, um schöpferisch zu sein und die Welt zu gestalten. Integrität bedingt den Dialog über das Erlebte mit sich selbst, damit Moral und Ethik in der immer wieder neu definierten Persönlichkeit wurzeln und nicht ein fahles Konstrukt bleiben, das eine äussere Instanz verordnet hat. Denn dann wird sie nur aus Gehorsam, Anpassung und Schwäche heraus gelebt und sie ist nicht als Gewissheit des Selbst, das mit sich „Eins“ ist, gefestigt. Ethisches Empfinden, Handeln und schöpferisches Tun müssen aus der Seele sprechen, damit sie den Mit-Menschen erreichen und auf ihn wirken können. So entsteht

ein Dialog zwischen Erkennen und Respektieren, von sich selbst und den andern. *Das aber heisst unter Umständen „mit der ganzen Welt uneins zu sein“ (Arendt 2007, S.85) und sich gegen Mehrheiten oder gesellschaftlich akzeptierte Strukturen zu stellen.* Es heisst, sich selbst treu zu sein, durch den inneren Dialog immer wieder in der Einsamkeit mit sich „Eins“ zu werden, so, dass man mit sich selbst zusammen leben kann, ohne sich zu belügen.

### **Der wurzellose Niemand**

*„Das grenzenlose, extreme Böse ist nur dort möglich, wo diese selbstgeschlagenen und gewachsenen Wurzeln, die automatisch Möglichkeiten einschränken, ganz und gar fehlen“. Wenn Menschen ein Leben an der Oberflächlichkeit leben, ohne in die für sie möglichen Tiefen vorzudringen und somit keine Wurzeln schlagen, lassen sie sich von Äusserlichkeiten davon tragen und verlieren sich selbst. „Der Verlust dieser Fähigkeit (mit sich im Zwiegespräch zu sein), der Verlust der Einsamkeit und [...] damit auch der Verlust der Kreativität“ ist der Preis, den das Selbst an das Verbrechen bezahlt. Dieser Verlust macht, dass Menschen keine Personen mehr sind, sie weigern sich Personen zu sein, da sie nicht reflektieren, was sie tun. So kann man sagen, dass das grösste begangene Böse dasjenige ist, das von Niemandem getan wurde. (Arendt 2007, S.86/87)*

Ich begegne in einem Verbrecher einem Niemand, einer Unperson, die nicht zu fassen ist, einer entwurzelten Person, die nicht über ihr Tun nachdenken will. Oder kann sie nicht? Hat dieser Mensch die Freiheit zu wählen und damit ihren freien Willen verloren? Oder ist es so, dass dieser wurzellose Niemand Böses tun *will*, dass es gerade seine freie Entscheidung ist, die zum Verbrechen führt? Wenn diese Unperson das Gute nicht mehr wollen kann und statt dessen das Böse wählen muss, ist sie dann krank? Was ist mit dem früheren Opfer, dessen Wunden nicht heilen konnten und das nun in einem nicht endendwollenden Kreislauf selbst zum Täter wird? Den Täter zu pathologisieren oder ihm die Fähigkeit des freien Willens abzuspochen, würde aber bedeuten, ihn der Verantwortung zu entheben. Wo aber bleibt sie dann, die Verantwortung? Ist die Gesellschaft oder das Familien-System verantwortlich, dass ein Mensch zum Täter wird?

Wenn dem so ist, woher nehmen dann all diejenigen Persönlichkeiten, die selbst Opfer von Gewalt oder Missbrauch waren, die Kraft zur Reflexion über ihr eigenes Tun und die Fähigkeit, in ihrem freien Willen auf ethische Grundgesetze Bezug zu nehmen? Wann in der Entwicklung eines Menschen kommt der Moment, wo die Weichen gestellt werden, ob sich aus ihm eine verantwortungsbewusste Person konstituiert oder ob er sich Ausnahmen von seinem moralischen Bewusstsein



zurechtleget, die für ihn ein Verbrechen erlauben und legalisieren? Und lässt sich die Frage beantworten, was die Ursachen für die eine oder andere Entwicklung sind? Offenbar scheint die Entwicklung zum Bösen also auch keine Frage des Willens zu sein.

### **Ich will, was ich nicht will**

*Arendt spricht in dem Zusammenhang vom 7.Römerbrief: „Das Gute, das ich will, das tue ich nicht, sondern das Böse, das ich nicht will, das tue ich“ (in Arendt 2007, S.111). Dies zeigt die Ohnmacht des Willens. Der Wille ist gespalten in ein ich-will-und-kann-nicht. Er führt kein Zwiegespräch zwischen mir und mir selbst, sondern kämpft einen gnadenlosen Kampf. Sie zitiert Augustin mit dem Satz: „ Wenn es keinen Willen gäbe, könnte das Gesetz keine Befehle geben; wenn der Wille genügen würde, würde die Gnade nicht helfen“ (Arendt 2007, S.113). Gleichzeitig aber ist der Wille zwei- oder mehrfachgespalten, in einen guten und einen schlechten Willen aber auch in mehrere schlechte Willen, die mit sich im Streit liegen und sich gegenseitig lähmen. Im Gegensatz zum Geist, der mit sich selbst im Dialog ist, ist der Wille mit sich im Streit. Und es fragt sich, was er, so wie er ist, Gutes tun kann. „Und doch, wie könnte ich je ohne Wollen zum Handeln bewegt werden?“ (Arendt 2007, S.118)*

Das Handeln und damit auch eine unrechte Tat brauchen den Willen als Impuls. Genauso aber braucht es ihn auch, um das Böse nicht zu tun und sich dagegen zu entscheiden. Das kann ich nur, wenn ich mir im Moment meines Tuns Rechenschaft ablege über meine moralische und ethische Verantwortung, über meine Emotionen und über meine Motivation. Ich muss wollen und können. Ich muss wissen, was ich tue und was ich bewirke! *Und ich muss ertragen, was ich getan habe. Laut Sokrates, ist Unrecht all das, was ich nicht ertragen kann, getan zu haben. Und der Übeltäter sei jemand, der nicht „mit sich und sich selbst“ im Zwiegespräch sein könne, unfähig sich zu erinnern( In Arendt 2007).*

Arendt wirft den Blick nach der Tat zurück in die Vergangenheit, während Ricard vor und während der Tat den Blick in die Zukunft verlangt. Nicht zu ertragen, was ich getan habe setzt Mitgefühl und Empathie voraus. Durch das Erkennen, welche Auswirkungen destruktive Gefühle haben, wird Mitgefühl gefördert. Das Schulen von Erinnern, Wahrnehmen und Einfühlen kann ein positives Verhalten ermöglichen und weitere Destruktivität verhindern. So ergänzen sich für mich die beiden Erklärungsmodelle aus Ost und West, dem Willen zur „guten Tat“ zu verhelfen.

## **Zeig mir deine Freunde...**

*Die üblichen Kriterien, die der Moral zu Grunde liegen, können sich in verschiedenen Kulturen und Epochen ändern. "Was ich ertragen kann, getan zu haben, kann sich ändern – von Individuum zu Individuum, von Land zu Land, von Jahrhundert zu Jahrhundert" (Arendt 2007, S.120). Was moralisch erlaubt ist, hängt nicht von objektiven Normen und Regeln ab, sondern ist vor allem „von der Wahl unserer Gesellschaft, von der Wahl derjenigen, mit denen wir unser Leben zu verbringen wünschen“, abhängig. Würde also jemand kommen und mit Ritter Blaubart zusammen sein wollen, bliebe uns nur, „dafür zu sorgen, dass er niemals in unsere Nähe gelangt“ (Arendt, S.149). Vermutlich aber ist es viel wahrscheinlicher, dass es den Leuten egal ist, mit wem sie zusammen sind, weil ihnen jede Gesellschaft gut genug sei.*

Neben der Verantwortung des ethischen Handelns hat der Mensch auch eine Verantwortung sich selbst gegenüber, in welche Gesellschaft er sich begibt und an welchen Normen er sich orientiert. Schwierig kann das werden, wenn die einmal gewählte Umgebung sich in eine Richtung verändert, die man nicht gewollt hat. Wenn Werte plötzlich anders ausgelegt werden und bis anhin gültige Regeln nicht mehr gelten. Oder wenn bis anhin untolerierbares Verhalten plötzlich toleriert oder legalisiert wird, weil es in einen anderen Kontext gestellt wird. Dann braucht es eine grosse Eigenständigkeit im Denken und Fühlen und, um mit Hannah Arendts Worten zu sprechen, ein tiefes Verwurzelte sein in der eigenen Persönlichkeit, um nicht ein Mitschwimmer oder eine Mitschwimmerin in dieser Umgebung zu werden.

## **5.2. ...und das Gute**

*„Solange wir nicht aufhören, an der Vorstellung von Gut und Böse festzuhalten, wird die Welt sich weiterhin in Form von milden und rasenden Gottheiten manifestieren“ (Pema Chödrön, Die Weisheit des Buddhismus).*

Nach der Ergründung der Frage, wie das Böse im Menschen entsteht, stellt sich natürlich die Gegenfrage, wie der Mensch dazu kommt, das Gute zu leben. Während Sokrates sich vor allem mit der Frage beschäftigt hat, wie man böses Tun vermeiden kann, war Jesus' Schwerpunkt, Gutes zu tun. Ein zentrales Anliegen des Buddhismus ist – wie erwähnt - das Entwickeln von Mitgefühl und Güte, die als grundlegende Eigenschaften des Menschen gesehen werden und die destruktives Handeln vermeiden helfen.

Als Voraussetzung für die Entwicklung dieser Eigenschaften beim Kind sieht auch der Dalai Lama vor allem eine gute Umgebung für die Erziehung des Kindes, ge-

prägt von Liebe und Zärtlichkeit, die in Übereinstimmung mit dem Wesen des Kindes ist.

Hass und Zorn begegnet er mit der Ausbildung von Geduld und Toleranz. Sie ermöglicht es uns, selbst in einer schwierigen Situation oder in Hektik und Unruhe standhaft und bei sich zu bleiben. Laut einem Experiment an der University of Alabama wurde nachgewiesen, „dass zornige Gedanken einen physiologischen Zustand der Aufregung erzeugen, der unsere Neigung zum Zorn verstärkt“ (Dalai Lama/Howard C. Cutler 1990, S. 256). Sind wir erst einmal zornig, steigt unser Erregungsniveau und dies wiederum führt dazu, dass der Mensch schneller zornig auf äussere Einflüsse reagiert. Nach dieser Theorie hat es also keinen Nutzen, Hass, Wut und Zorn auszuagieren, um diese durch eine Art Katharsis los zu werden.

*Um Gutes zu tun oder damit der Mensch in einer Geisteshaltung ist, in der er Gutes tun kann, sagt der Dalai Lama, muss man die innere Zufriedenheit und ruhigen Geisteszustände kultivieren. Man muss den Zorn aktiv angehen, indem man die auslösenden Gedanken analysiert oder auch die Perspektive wechselt und die Situation aus verschiedenen Blickwinkeln betrachtet. Die so erworbene Geduld macht es möglich, dass man sich, obwohl man in einem Konflikt über die Fähigkeit des Zurückschlagens verfügen würde, sich zurückhalten kann, was aber nicht mit Passivität und Hilflosigkeit zu verwechseln ist. Der Buddhismus hält es für möglich, dass man aus Mitgefühl einen festen Standpunkt einer Person gegenüber, die einem Böses will, vertreten kann, da sich diese Person durch ihr Handeln selbst Schaden zufügen würde. Auch der schlimmste Übeltäter ist schliesslich ein Mensch, der geliebt sein möchte und verdient unser Mitgefühl für sein Unglück. Für seine Taten aber ist er verantwortlich und sein Unglücklichsein hat er diesen Taten zu verdanken.*

*Matthieu Ricard sagt: „Wir sind das Ergebnis einer sehr grossen Zahl von aus freiem Willen begangenen Taten, für die wir allein verantwortlich sind“ (Matthieu Ricard/Trinh Xuan Thuan, Die Weisheit des Buddhismus).*

Die Erkenntnisse aus der Forschung an der University of Alabama geben Hinweise auf den Umgang mit Aggressionen bei den Tätern, bestätigen aber auch die therapeutischen Ansätze in der Traumatherapie. Im Zentrum der Aufarbeitung wird immer wieder der Umgang mit Emotionen wie Wut, Hass und Verzweiflung sein. Wenn es möglich ist, diese Erregungszustände zu beeinflussen, wird das eine positive Auswirkung auf erneute traumatisierende oder erinnernde Erlebnisse haben. Die Trauma-Spezialistin Luise Reddemann arbeitet vor allem mit Imaginationsübungen, in denen z.B. ein sichere Ort (Safe Place) kreiert wird, an den sich die betroffene Person immer wieder zurück ziehen kann. In der Kunst- und Ausdruckstherapie werden im konkreten Gestalten eines sicheren Ortes, durch die sinnliche Erfahrung die

Selbstwahrnehmung gefördert und gleichzeitig neue Handlungskompetenzen gestärkt. Das Ausagieren von Wut und Hass dagegen kann gefährlich sein und zur erneuten Traumatisierung führen.

### **5.3. Vergeben, Verzeihen und Versöhnung**

*Versöhnlich*

*Versöhnlich  
mein Ghettoherz  
will sich verwandeln in eine hellere Kraft*

*Rose Ausländer*

Die beiden Gedichte von Rose Ausländer (geb. 1901), die zusammen mit ihrer Mutter in einem Keller im Ghetto von Czernowitz den Holocaust überlebte und nach der Emigration in die USA, seit 1970 doch wieder in Deutschland lebte, lassen mich ihren schmerzlichen Weg erahnen. Ein langer Prozess vom lichtlosen, von Angst und Schrecken geprägten Dasein im Keller, bis hin zu den versöhnlichen Gedanken, die ihr schlussendlich ermöglichten, das Dunkel der Vergangenheit in eine helle Herzenskraft zu transformieren. Worte finden für das Unglaubliche war Teil dieses Prozesses. „Schreiben ist Leben“, sagte sie, „Gedichte helfen, Leben zu bestehen. Sie berichten, klagen, seufzen. Sie beschwören Glaube, Liebe, Hoffnung. Sie fordern Versöhnung und Frieden“ (Rose Ausländer 1993, S.190).

Vergeben und Versöhnung erleben wir im alltäglichen Leben, denn jeder Mensch wird in seinem Leben schuldig, weil er irgendein Unrecht getan hat. Eine Herausforderung sowohl im Denken wie auch im Tun wird das Thema der Vergebung, wenn das Ausmass des Verbrechens zu gross wird, wenn keine Reue des Täters da ist oder wenn die Opfer tot sind. Wie ist dann mit den Begriffen Vergeben und Versöhnung umzugehen?

Was Vergeben, Verzeihen und Versöhnung bedeuten und erst möglich macht und ob und wann Vergeben sinnvoll ist, möchte ich im folgenden Abschnitt erörtern.

#### **Klärung der Begriffe**

Über die drei Begriffe wurde in der Philosophie und Theologie viel diskutiert und geschrieben. Sie liegen nahe beieinander und werden auch als Synonyme verwendet (vergeben und verzeihen). Trotzdem haben sie für mich verschiedene Bedeutungen, die ich klären und auseinander halten möchte.

Im etymologischen Wörterbuch finden sich folgende Beschreibungen:

*Vergebung*, auf Griechisch a-mnestia, das Nicht-Gedenken. Man gedenkt weder der Tat, noch der Schuld oder der Rache. Jemandem etwas verschenken, was man von ihm zu beanspruchen hat. Vergebung gilt als Schlüsselwort in den Religionen und als Tugend der Könige.

*Verzeihen* kommt von *zeihen*, ursprünglich zeigen, anzeigen, später (mhd.) jemanden bezichtigen, beschuldigen, etwas vorwerfen. Verzeihen bedeutet verschuldetes nicht anrechnen, versagen, sich lossagen, die Schuld oder den Vorwurf von der anderen Person wieder wegnehmen.

*Versöhnung* stammt vom Wort Sühne ab (von ahd. *suona* = Gericht, Urteil, Gerichtsverhandlung, Friedensschluss). Niederl. auch *zoenen* für küssen. Als Sühne wird der Akt bezeichnet, durch den ein Mensch, der schuldig geworden ist, diese Schuld durch eine Ausgleichsleistung aufhebt oder mindert.

*„Vergebung“, sagt Ricard, „bedeutet so gesehen nicht, dass man das begangene Unrecht entschuldigt, sondern dass man den Gedanken an Rache aufgibt. Da Rache nicht dazu beiträgt, dass es uns gut geht oder uns Trost spendet, ist sie keine Lösung“ (Ricard, S.215).*

Im christlichen Gebet „Vater Unser“ heisst es: „Und vergib uns unsere Schuld, wie auch wir vergeben unsern Schuldigern...“ Denn ich bin kein besserer Mensch wie der Schuldige selbst, sondern immer auch ein möglicher Täter, Teil von Gut und Böse, Schatten und Licht, Teil des Ganzen. Jesus spricht am Kreuz zu Gott: „Vergib ihnen, denn sie wissen nicht, was sie tun“. In der katholischen Kirche wird durch die Beichte und Busse vergeben. Die durch die Sünde entstandene Kluft zwischen Gott und Mensch ist zu „ver-sühnen“.

Im Judentum ist der Feiertag Jom Kippur das grosse Versöhnungsfest. „Der Versöhnungstag befreit von Sünden gegen Gott, jedoch von Sünden gegen den Nächsten erst, nachdem die geschädigte Person um Verzeihung gebeten worden ist“ (Talmud Joma VIII, 9 /Cohn-Sherbok, S.129). Das heisst, es wird dann vergeben und der Tat nicht mehr gedacht, wenn das Opfer die Schuld vom Täter weggenommen hat und verzeiht, weil dieser darum gebeten hat und damit sein Unrecht eingesteht und Reue zeigt. Dann ist eine Versöhnung möglich.

Betrachte ich die Grammatik der drei Verben, fällt mir folgendes auf:

Beim *Vergeben* gebe ich etwas, eine Gabe, von mir weg, hin zur anderen Person. In dem ich weder an Schuld noch an Rache denke, kann ich sie weggeben. Ich vergebe dir, was du getan hast. Beim *Verzeihen* nehme ich die Schuld oder das getane Unrecht von der anderen Person wieder weg. *Sich Versöhnen* dagegen ist eine Handlung, die ich zwischen mir selbst und etwas Zweitem vornehme: ich versöhne *mich* mit dem Täter, dem Leben oder dem Schicksal. Beim Versöhnen spreche ich zu mir selbst. Als einziger der drei Begriffe ist er eine Aktivität mit sich selbst. Er steht für mich für einen bewussten Akt des Akzeptierens der Vergangenheit, den ich mit mir selbst oder einer höheren Instanz/Gott ausmache.

## **Das Verzeihliche und das Unverzeihbare**

*Hannah Arendt sagt, man kann einem Menschen verzeihen, nicht aber die Tat. Auch Jacques Derrida stellt die Frage, ob man der Person vergibt, die etwas Falsches gemacht hat oder ob man das vergibt, was sie falsch gemacht hat. „Vergeben wir einer Person? Oder vergeben wir einer Person eine Sache?“ (Derrida 2010) Er trennt den Begriff der Vergebung vom Gedanken der Versöhnung und der Entschuldigung. „Reine“ Vergebung ist für ihn an keinen Zweck, kein Ziel, keinen Wunsch gebunden. Vergebung soll weder das Ziel der Versöhnung haben, noch den Wunsch nach Heilung oder nach Gesundheit der Gesellschaft, auch wenn das oft notwendig und gerechtfertigt ist, als ein „Prozess der Trauerarbeit, der Aussöhnung, [...] eine Art notwendige therapeutische Massnahme [...].“ Vergeben hat bei Derrida auch mit „der Gabe“ zu tun, die in einem Akt der Gnade an den gegeben wird, der um Vergebung gebeten hat. Er sagt, „man dürfte nur das verzeihen, was unverzeihlich ist. Denn Verzeihliches ist schnell verziehen. Man muss das Unverzeihliche verzeihen und somit das Unmögliche tun“ (Derrida 2010). Aussöhnungsprozesse sind für ihn zwar wichtig, haben aber nicht mit „reinem“ Vergeben zu tun. Zu erwähnen ist, dass Derrida zwischen politischem Vergeben durch eine Institution, das er für unmöglich hält, und dem Vergeben zweier Menschen von Angesicht zu Angesicht unterscheidet. Er sieht Vergeben als einen individuellen Prozess, den nur das Opfer selbst tun kann.*

Im Aushalten des Schmerzes, den diese Konfrontation auslöst, ist vielleicht Verzeihen von Angesicht zu Angesicht möglich. Dann, wenn um Vergebung gebeten wurde, was aber ein Eingeständnis des Unrechts in der Vergangenheit voraussetzt. Ist dieses Sich -Gegenüber-Sein von Opfer und Täter nicht möglich, bleibt als möglicher Weg, das erlittene Unrecht in sein Leben zu integrieren, die Versöhnung mit der Tat, dem Leben, dem Schicksal oder Gott.

Das Unverzeihliche verzeihen ist für mich Ausdruck einer enormen geistigen und emotionalen Leistung, die das Opfer erbringen würde. Es darf aber gerade in der therapeutischen Arbeit kein Ziel und keine Forderung sein, diese anzustreben. Höchstens kann es sich nach einem langen Verarbeitungsprozess als etwas einstellen, das nicht erwartet wurde und doch plötzlich in der Gegenwart seine Richtigkeit hat. In der Gnade vergeben zu können, zeigt sich mir wieder die Verbindung zur Gabe, die ich dem Täter anbiete, die aber auch mir in Form des Vergebenkönnens gewährt wird. Zu betonen ist, dass es für den Täter kein Recht gibt, dass ihm verziehen oder vergeben wird.

## Vergebung

Der Buddhismus hat dazu eine andere Haltung. Sein Ziel ist das Erreichen von Mitgefühl und Glück für jedes Lebewesen. Durch das Erreichen von innerem Frieden und Gelassenheit ist dies aber nicht nur ein persönlicher Selbstzweck, sondern ein Schritt auf dem Weg in eine gewaltfreie Gesellschaft. *Geduld und Toleranz führen letztendlich zur Vergebung, sagt der Buddhismus. Denn wenn man eine Situation analysiert, stellt man fest, dass sie der Vergangenheit angehört und vorbei ist. Zorn und Hass dagegen können nichts an der Vergangenheit ändern. Sie bewirken nur, dass der Geist in Aufruhr ist und man unglücklich bleibt. So [...] „ist es möglich, die mit den Ereignissen verknüpften negativen Gefühle zu überwinden“ (Dalai Lama, Howard Cutler 1990, S.261).*

Im Bewusstsein um die Verantwortlichkeit einer unrechten Tat, um die Fragen des Vergebens und Verzeihens, ist die Versöhnung mit der eigenen Biographie vielleicht die einzige Möglichkeit, sich aus der Opferrolle zu befreien und sich dem Wirkungskreis des Täters zu entziehen. Die Übungsmethoden des Buddhismus helfen, die Tat von sich als Person wegzunehmen und sie nicht als persönlichen Angriff zu verstehen, sondern als Ausdruck des Bösen, das sich an der eigenen Person ausagiert hat. Vielleicht ist dieses Böse sogar von der Person des Täters loszulösen, weil dieser vermutlich nicht in bewusster Absicht oder im Bewusstsein aller Konsequenzen handelte. „Vergib ihnen, denn sie wissen nicht, was sie tun“, sprach Jesus. Und wenn sie es nicht wissen, kann ich mich vielleicht von der Vorstellung befreien, dass die Tat und die Grausamkeit mit Absicht gegen die eigene Person gerichtet waren. Vergeben heisst aber nicht vergessen. Ich empfinde das Vergeben in Form einer staatlichen Amnestie von Kriegsverbrechern als eine erlaubte gesellschaftliche Form des Vergessens. Auch die Tabuisierung von sexueller Gewalt im privaten wie auch im kriegerischen Kontext beinhaltet eine Form des Vergessens. Vergeben kann das Opfer dem Täter. Es setzt aber voraus, dass die Tat anerkannt und gewürdigt wurde. Und wenn dann vergeben werden kann oder wenn eine Versöhnung möglich wird, soll trotzdem das Unrecht der Tat erinnert werden und dies nicht nur vom Opfer, sondern von der Gesellschaft, damit sich Gleiches nicht wiederholen muss.

## Versöhnung

*Pumla Gobodo-Madikizela hält treffend fest, dass Erklären nicht dasselbe wie Entschuldigen ist und Verstehen nicht dasselbe wie Vergeben. In ihrem Buch erzählt die Psychologin von ihrer beeindruckenden Begegnung mit Eugene de Kock, einem der grössten Verbrecher während der Apartheid in Südafrika. Opfern und Tätern eine Plattform zu geben, wo Erklären und Verstehen möglich ist, sagt sie, hilft den Prozess des Vergebens zu unterstützen. Damit die physischen und psychischen Wunden der Opfer heilen können, müssen ihre Leiden anerkannt werden. Die Täter gewinnen dadurch zwar keine „reale Freiheit“ zurück, so doch zumindest eine „emotionale Freiheit“. Die Vergangenheit muss ungeschönt geklärt werden. Dieser mühsame Weg einer konstruktiven Kommunikation kann dem kollektiven Trauma Heilung bringen. Gerichte allerdings eignen sich nicht als eine solche Plattform, da sie Menschen ermutigen, ihre Schuld zu bestreiten. Die Wahrheitskommission in Südafrika dagegen lädt sie ein, die Wahrheit zu sagen. „Vor Gericht werden Schuldige bestraft, in der Wahrheitskommission werden Reuige belohnt“ (DER SPIEGEL 1/2006), sagt Gobodo-Madikizela.*

An dieser Stelle möchte ich die Gedanken zum Thema Vergeben und Versöhnung aus einem Briefwechsel mit einer betroffenen jungen Frau anfügen, die als Kind von ihrem Vater sexuell missbraucht wurde:

Vergeben heisst für mich, einen bewussten Entscheid zu fällen, mich vom Stachel des Bösen zu befreien. An Wut und Rache festzuhalten, kann die Psyche zerstören und im schlimmsten Fall aus dem Opfer einen Täter machen. Die eine Frage ist: Verneine ich das Geschehene und mich selbst, wenn ich die Geschichte wegstelle und als Vergangenheit akzeptiere? Die andere Frage, die bleibt, ist: Wenn einem etwas Unverzeihbares geschieht, ob Hass und Rache dem Vergeben den Platz rauben oder nicht. Ich glaube, dass man sich mit Hass und Rache ins eigene Fleisch schneidet und so dem Täter oder der Tat den Gewinn ermöglicht.

Es ist mir wichtig zu sagen, dass emotionale Reaktionen anerkannt werden müssen. In meiner Erfahrung ist Vergeben ein Prozess. Auch wenn man den Ort erreicht, wo Vergeben möglich wird, ist es nie absolut. Die Vergangenheit kann nicht ungeschehen gemacht werden, die Wunden können heilen, aber die Narben werden bleiben.

Darum denke ich, dass es wichtig ist, zwischen Heilung und Vergebung zu unterscheiden. Auch wenn wir vergeben können und uns von der Last des Hasses befreien können, der Riss in unserem Herzen kann trotzdem bestehen bleiben. Wir können uns zwar durch die schmerzhaft Erfahrung zu stärkeren Menschen transformieren, aber die Narben werden uns von Zeit zu Zeit an die Sorgen erinnern und wir werden vielleicht weiterhin Trauer über das Verlorene empfinden. Das kann geschehen, auch wenn man das Leid des Täters versteht und auch wenn man die Vergangenheit akzeptieren kann.

Auch wenn der Täter sein Vergehen nicht anerkennt, kann es möglich sein zu vergeben. Es ist gut sich zu erinnern, dass der Täter mit seinem Gewissen leben muss und dies alleine wahrscheinlich schon ein viel größerer Schmerz ist.

Die Herausforderung in all dem ist, eine Grenze zu ziehen zwischen dem Akzeptieren des Unakzeptablen, so dass man weiter gehen kann, und dabei aber die Tat nicht zu legitimieren. Ich glaube nicht, dass man dem Täter unbedingt persönlich vergeben muss, um in Frieden zu leben. Ich mag die Formulierung „dem Leben vergeben“, oder vielleicht einfach „das Geschehene akzeptieren“. Das Wichtigste finde ich, ist, dass man mit sich selbst auf eine gesunde Art ins Reine kommt.



Beenden möchte ich dieses Kapitel mit einem dritten Gedicht von Rose Ausländer. Trotz dem versöhnten Herz ist das Vergangene in unseren Zellen gespeichert. Es wächst aber weiter in der Gestalt eines Baumes, der, so hoffe ich, im Sommer dann Früchte tragen wird.

*Was vorüber ist  
ist nicht vorüber  
Es wächst weiter  
in deinen Zellen  
ein Baum aus Tränen  
oder  
aus vergangenem Glück*

*Rose Ausländer*

## **6. Das Projekt Müttergruppe**

Im folgenden Kapitel beschreibe ich Inhalt und Aufbau einer kunsttherapeutischen Arbeit mit Müttern sexuell ausgebeuteter Kinder. In einer kurzen Übersicht werde ich die Dynamik der Gruppenarbeit sowie die Grundlagen der kunsttherapeutischen Arbeit erläutern. Dabei betone ich die Stärkung der Resilienzfaktoren, Selbstwahrnehmung, Ich-Stärke, Selbstbehauptung und Handlungskompetenz, da ich sie für die Bewältigung dieser spezifischen Lebenskrise für besonders relevant erachte.

In einem weiteren Abschnitt entwerfe ich den Aufbau der Gruppen- und Vertrauensbildung, sowie weitere mögliche Vorgehensweisen, um die aktuellen Themen der Mütter zu begleiten. Dabei ist mir der Spruch von Rumi Leitfaden und Wegweiser. Um die erhofften Schätze in den Ruinen zu finden, müssen zuerst die Geschichten erzählt und gehört werden, die die Ruinen erschufen. Erst dann kann man auf Schätze hoffen und sie suchen. Schlussendlich wird das Erkennen und Finden dieser Ressourcen Wege weisen, die aus dem Chaos und dem Dunkeln in die Zukunft führen und neue Lebenskonzepte entwerfen lassen. Und all dies kann nur an einem Ort stattfinden, der für die Mütter sicher und geschützt ist.

Natürlich ist in der konkreten Arbeit mit der Gruppe der Lebendigkeit und Unvorhersehbarkeit grosse Aufmerksamkeit zu schenken. Jederzeit können andere Themen wichtig werden oder aktuelle Ereignisse Vorrang haben. Trotzdem sind grundsätzliche Überlegungen zu den relevanten Themen und zu einer Struktur der Gruppenarbeit wichtig. Das erhöht auch die Aufmerksamkeit der Therapeutin, den ressourcen-

orientierten Ansatz in all den schwierigen und erschreckenden Geschichten nicht aus den Augen zu verlieren.

## **6.1. Zielgruppe**

Die Gruppe ist für Mütter konzipiert, deren Kinder vom Vater des Kindes, dem Partner oder einem nahen Verwandten sexuell ausgebeutet wurden. Im Kontakt mit verschiedenen Fachstellen wie der Beratungsstelle Castagna, Elternnotruf, Sozialzentren, Frauenhaus und der Kinderschutzgruppe des Kinderspitals Zürich werde ich das Angebot „kunsttherapeutische Begleitung für Mütter missbrauchter Kinder“ anbieten (Ausschreibung siehe Anhang).

Angesprochen sind Frauen, die sich eine Unterstützung und Begleitung in der Verarbeitung ihrer Erfahrungen wünschen. Künstlerische Fähigkeiten werden nicht erwartet, dafür Offenheit und Freude sich auf eine Gruppe und gestaltende Aufgaben einzulassen.

Die Gruppengrösse wird zwischen drei und sieben Personen sein. Die Gruppe trifft sich 10 x, jede zweite Woche für zwei Stunden.

Gruppengrösse max. 6 Personen.

Aufnahmen in die laufende Gruppe müssen jeweils sorgfältig abgeklärt werden.

## **6.2. Projektbeschreibung**

### **Bedürfnisse der Mütter**

Die Situation von Müttern missbrauchter Kinder wird immer noch wenig beachtet. Ebenso gibt es nur wenige Angebote, die die Mütter nach der Aufdeckung des Missbrauchs begleiten und unterstützen. Die meisten Angebote beziehen sich auf die Unterstützung und Begleitung des Kindes oder beraten die Mütter im Hinblick auf die Entwicklung ihres Kindes.

Dieses Projekt versteht sich als ergänzendes Angebot zu den schon bestehenden Beratungsmöglichkeiten. Mütter brauchen die Möglichkeit, ihr eigenes Trauma zu verarbeiten, ihre Ressourcen aufzudecken und zu stärken. Sie brauchen einen sicheren Ort, wo sie ihre Geschichte erzählen können, aktuelle Probleme besprechen und Lösungen finden können. Der Stärkung der Selbstwahrnehmung, der Selbstbehauptung, der Handlungskompetenz und des sozialen Vertrauens ist in dieser Lebenskrise besondere Aufmerksamkeit zu schenken. Eine starke Resilienz hilft, wie oben erwähnt, bei der Verarbeitung eines Traumas und bei der aktiven Gestaltung des weiteren Lebensweges.

## Die unterstützende Kraft der Gruppe

Der sexuelle Missbrauch eines Kindes ist ein Thema, das in den verschiedenen Lebensphasen sowohl der Mütter wie auch der Kinder immer wieder aufbricht. Durch die ähnlichen Lebenserfahrungen können sich die Mütter der Gruppe in diesem Prozess längerfristig gegenseitig unterstützen. Die Begleitung in einer Gruppe ist sinnvoll und generiert durch die Erfahrungen der Mütter vielfältige Ressourcen.

Im Gegensatz zu einer reinen Selbsthilfegruppe verhindert eine professionelle Begleitung der persönlichen Prozesse und des Gruppenprozesses, dass die Teilnehmenden im Trauma verharren oder in eine Negativspirale geraten. Der Fokus der Gruppenarbeit sollte vor allem auf die Ressourcen der Mütter und auf die gesundmachenden Aspekte gerichtet sein.

In einer Untersuchung der *University of Toronto and the Hospital for Sick Children of Toronto* wurden Teilnehmende einer Elterngruppe nach den helfenden und hindernenden Erfahrungen befragt, die sie in der Gruppentherapie gemacht hatten. Die Autoren orientierten sich an Irvin Yaloms elf wirksamen Faktoren, die er in seinem Buch „Theorie und Praxis der Gruppentherapie“ beschrieben hat und fanden viele seiner Aussagen bestätigt. Die *Leitung der Gruppe*, die *Gruppenzusammengehörigkeit*, und die *Universalität* zeigten sich als die am häufigsten genannten hilfreichen Faktoren. Einen persönlichen Gewinn beschrieben die Teilnehmenden in Bezug auf *Selbstverständnis* und *Katharsis*. Vor allem die *Interaktion* zwischen den Gruppenmitgliedern ermöglichte Identifikation mit den anderen Mitgliedern, aber auch ein tieferes Verständnis der gemeinsamen und individuellen Problematik. Zu erleben, dass es anderen genauso oder noch schlimmer geht und dass man in der Gruppe helfen kann und Hilfe bekommt, ermöglichte die Bildung von *Altruismus* und die *Installation von Hoffnung*, wie Yalom einen weiteren Faktor benennt. Der soziale Support in der Gruppe wurde als wichtigste, therapeutische Erfahrung genannt.

Das Erfahren und Ausdrücken von Gefühlen wurde dann als erfolgreich erlebt, wenn es mit kognitivem Wissen verbunden werden konnte. Für den Prozess hinderlich wurden andere Teilnehmende erlebt, die zu viel Raum einnahmen oder sich nicht auf den angebotenen Prozess einlassen konnten. Das grosse Leid und die vielen schwierigen Geschichten wirkten für einige Teilnehmende überflutend. Hier zeigte sich, dass eine strukturierende Leitung wichtig ist und Sicherheit vermitteln kann. Die Leiterin der Müttergruppe des Elternnotrufs Zürich, Rochelle Allebes, hat ihre Gruppe nach denselben Faktoren überprüft und eine grosse Übereinstimmung der Ergebnisse mit der Studie von Toronto festgestellt. Das positive Potential einer Gruppenbegleitung lässt sich also auf die Klientengruppe „Mütter sexuell missbrauchter Kinder“ übertragen.

## **Kunsttherapie**

Die Methoden der Kunsttherapie bieten sich an, um die erwähnten Resilienzfaktoren zu stärken. Neben dem Gespräch in der Gruppe erleben die Mütter die stärkende Kraft des künstlerischen Gestaltens. Im Verweilen im künstlerischen Prozess wird in einem begrenzten Zeitraum eine neue, andere Lebenserfahrung möglich, als sie während einer Krise im Alltagsleben gemacht wird. Diese Erfahrung kann Lebensfreude wieder keimen lassen. Die Lebensfreude der Mutter wird sich auf das Lebensgefühl des Kindes übertragen und den Weg zu einem möglichst normalen Alltag erleichtern. In dieser Weise gestärkt, können Mütter selbst in dieser schwierigen Lebenssituation, für die Heilung ihres Kindes, aber auch für die eigene Heilung wieder Hoffnung schöpfen.

### **6.3. Die kunsttherapeutische Arbeit in der Gruppe**

*Eine Linie ist ein Ausweg aus dem Chaos.*

*Ingrid Riedel (2009)*

#### **6.3.1. Die Gruppe – ein sicherer Ort**

Für die Aufarbeitung und Begleitung eines traumatischen Lebensthemas muss die Gruppe ein absolut sicherer Ort für alle Teilnehmerinnen sein. Das bedarf vor allem der Transparenz bezüglich der Ziele der Gruppe, der Methode, die angewandt wird und dem Zeitrahmen. Ebenfalls wichtig sind Abmachungen über Anwesenheit, Pünktlichkeit und Verbindlichkeit der Teilnehmenden. Sicherheit bedeutet auch die Gewissheit, dass in der Gruppe Besprochenes in der Gruppe bleibt und nicht nach draussen getragen wird.

Kenntnisse über die klassischen Phasen der Gruppenbildung helfen, mögliche Reaktionen und Prozesse der Gruppe zu deuten und von der Kunsttherapeutin dementsprechend in die Arbeit zu integrieren.

Sicherheit und Vertrauen schaffen eine wertschätzende Haltung der Therapeutin, die die vorhandenen Ressourcen anerkennt und Mut macht, diese selbst wertzuschätzen.

#### **6.3.2. Gruppenbildung – Gruppenphasen**

Die Gruppenphasen „forming, storming, norming und performing“ wurden als ein Gruppen-Entwicklungsmodell erstmals 1965 vom amerikanischen Psychologe

Bruce Tuckmann vorgestellt. Später führte er die Phasen „adjourning und transforming“ hinzu. Die Phasen werden in der Literatur verschieden benannt (siehe die Begriffe in den Klammern).

### **Forming (Orientierungsphase, Ankommen, Kontakt aufnehmen)**

Die Gruppenbildung in der Phase des Kennenlernens (Forming) ist von der Kunsttherapeutin mit grosser Aufmerksamkeit und Sorgfalt zu begleiten. Der Prozess des Ankommens ist immer auch eine Auseinandersetzung mit Nähe und Distanz. Der Einfindungsprozess geht vom ICH aus über die Begegnung zum DU und führt schlussendlich mit dem Bilden eines WIR, eines Zusammengehörigkeitsgefühls, zur Gruppe, wie das in der themenzentrierten Interaktion im Dreieck ICH-DU-WIR dargestellt wird (Langmaack/Braune-Krickau 2000).

Es stellen sich Fragen wie „Woher komme ich?“ und „Wohin gehe ich?“ „Welche Wünsche habe ich?“ und „Was ist möglich in dieser Gruppe?“ Gerade weil die Frauen ein gemeinsames Thema als Mütter haben, gilt es besonders, die Einzigartigkeit und Andersartigkeit jeder Person anzuerkennen und den notwendigen Raum dafür zur Verfügung zu stellen. Denn jede Mutter hat trotz ähnlicher Erfahrungen ihre eigene Geschichte. Dies erfordert von der Gruppenleitung klare Strukturen des Raums und der Zeit.

Im Unterschied zu einer Gruppe die sich z.B. für ein Wochenende trifft, finden die nachfolgend beschriebenen Gruppenphasen (storming – norming – performing - adjourning) sowohl während jedem Treffen als auch über die längere Zeitspanne der abgemachten Termine statt. Die Therapeutin muss sich bewusst sein, dass in der Gruppe Erlebtem aber auch unausgesprochene Konflikte mit nach Hause getragen werden und dass bei jedem Treffen Erfahrungen aus der sogenannten Alltagswelt in die Gruppe hineingetragen werden. Das hat den Vorteil, dass neue Erkenntnisse, die in der Gruppe gemacht wurden, im Alltag umgesetzt werden können und akut auftretende Konflikte und Themen aus den Zwischenzeiten wiederum in der Gruppe aufgenommen werden können. Es ist jeweils sorgfältig abzuwägen, wie viel Raum die neuen Themen benötigen, oder ob an den vorgesehenen Themen weiter gearbeitet werden kann. Manchmal reicht eine Bestandsaufnahme und Anerkennung der Situation in einer Begrüssungsrunde. Es kann aber auch „notwendig“ sein, einem Thema mehr Beachtung zu schenken.

### **Storming (Konfliktphase, Gärung)**

Konflikte, die mit nach Hause getragene werden, erhöhen die Gefahr, dass jemand relativ schnell wieder aus der Gruppe aussteigt. Das kann besonders in der An-

fangsphase geschehen, wenn das Vertrauen in die Gruppe und in die Leitung noch nicht genügend aufgebaut ist oder auch in der nachfolgenden „Konfliktphase“ (Storming). In dieser Phase ist es wichtig, dass eigene Interessen und Verschiedenheiten in die Gruppe getragen werden können und Konflikte auch ausgetragen werden. Oft wird von der Gruppenleitung eine Lösung des Konflikts gewünscht oder gefordert. Die Kunst besteht aber darin, der Gruppe und jeder einzelnen Frau „den Ball der Verantwortung für ihr eigenes Leben zurückzuspielen“ (Langmaack/ Braune-Krickau 2000). Zudem schaffen ausgetragene Konflikte Beziehung und fördern auch das Vertrauen. *Ich muss als Mutter nicht die Harmonie aufrecht erhalten, sondern darf für mich eintreten und erfahre meine Möglichkeiten, etwas zu verändern.*

### **Norming (Konsolidierungsphase, Klärung, Regeln bilden)**

Durch diese Auseinandersetzungen finden die Teilnehmenden zu ihren eigenen Normen und Regeln, die sie sich für „ihre“ Gruppe wünschen. Das Erschaffen der für sie wichtigen und geltenden Gruppenkultur ermöglicht eine Befreiung aus dem Gefühl der Abhängigkeit und die Erfahrung, selbst etwas erreicht zu haben. Das wiederum bedeutet eine Stärkung des Resilienzfaktors *Selbstwirksamkeit*. Je häufiger Selbstwirksamkeit erlebt wird, desto fähiger ist ein Mensch, in einer anderen Konflikt- oder Notsituation die Fäden in die Hand zu nehmen und aktiv zu handeln.

### **Performing (Durchführungsphase, Arbeitslust) – Reforming (Neu-Orientierungsphase, Bilanz, Ernte,)**

Eine so gestärkte Gruppe kann nun zusammen arbeiten, kommunizieren und voneinander lernen. Konflikte können auch hier auftreten, sind aber meistens einfacher zu lösen. In dieser Phase sind auch immer wieder alle anderen Phasen enthalten, die mitberücksichtigt werden müssen, damit eine Gruppe nicht erneut in grössere Konflikte gerät. Dieser Prozess von Erschaffen und Reflektieren ermöglicht neue Einsichten und neue Orientierung.

Gemeinsame aber auch individuelle gestalterische Projekte unterstützen die oben beschriebenen Prozesse. Denn in jedem künstlerischen Tun muss man einen ersten Schritt wagen. Der Pinsel berührt das weisse Blatt, ein Musikklang fällt in den stillen Raum oder ein Tanzschritt tritt auf die leere Bühne. Und plötzlich weiss man nicht mehr weiter, stösst gegen Widerstände und ringt mit dem Material, bis sich neue Wege eröffnen. Durch gegenseitige Feedbacks über die entstandenen Werke wird die Einzigartigkeit jedes Werkes und somit auch jeder Frau wahrgenommen und kommuniziert. Auch im künstlerischen Kontext wird Selbstwirksamkeit erlebt.

### **Adjourning (Auflösungsphase, Transfer, Abschluss, Abschied)**

Da es sich um eine Intervallgruppe handelt, die sich alle zwei Wochen trifft, ist es wichtig, jedes Treffen mit einem Ausstieg zu gestalten, der den Teilnehmenden einen geglückten Transfer in die Alltagswelt ermöglicht und z.B. mit einer Hausaufgabe die Zwischenzeit überbrückt und schon auf das nächste Treffen hinweist. Der nächste Einstieg beruft sich dann auf etwas Gemeinsames, was wiederum das Vertrauen und das Gemeinschaftsgefühl fördert.

Ein Abschied erfordert genauso wie der Einstieg in eine Gruppe eine klare Strukturierung, die einen Rahmen für einen individuellen Umgang mit Abschied und Distanzierung ermöglicht, so dass jede Person ihren eigenen Weg weitergehen kann. Das Dreieck ICH-DU-WIR wird nun in umgekehrter Richtung begangen: der Weg führt aus der Gruppe, dem WIR-Gefühl zum DU und dann zurück zum ICH. Dieser Prozess kann für die einen Teilnehmenden ein Stück Freiheit bedeuten, bei anderen aber auch ein Gefühl der Einsamkeit und des Alleinseins auslösen. Darum ist es besonders wichtig, dass eine „Ernte“ der vorangegangenen gestalterischen Arbeit in der Gruppe stattgefunden hat und die Teilnehmenden die Früchte ihrer Arbeit/ihrer Werkes bewusst mit nach Hause tragen können.

### **6.3.3. Der kunsttherapeutische Ansatz**

*Eine Ressource ist eine Quelle, die man findet,  
wenn man das Gefühl hat, es gibt nichts mehr.  
Ressourcen muss man nicht schaffen, man muss sie finden.*

*Verena Kast (2009)*

#### **Werkorientiert - Lösungsorientiert**

In der Kunst- und Ausdruckstherapie steht die Arbeit am gestalteten Werk im Mittelpunkt. Es ist für den Klienten wie auch für die Therapeutin sichtbar und beschreibbar und ist als sogenannt „Drittes“ in der Beziehung Klient – Therapeut – Werk anwesend. Es entsteht etwas, ein Ding, das gegenständlich präsent ist. Auch Menschen mit wenig künstlerischen Kenntnissen erleben die Freude am Erschaffen eines Werkes, wenn sie durch die Therapeutin entsprechend sorgfältig an die Aufgabe herangeführt werden.

Rückblickend lässt sich ein Werkprozess beschreiben, der zu diesem Werk geführt hat. Der werkorientierte Ansatz ist immer ein Arbeiten mit vorhandenen Fähigkeiten und ein Arbeiten an einer Lösung und somit ressourcen- und lösungsorientiert. „Denn jedes Werk ist in sich eine einmalige Lösung“ (Eberhart/Knill 2009, S.25).

### **Low - skill – high - sensitivity**

Der Begriff „*low-skill – high-sensitivity*“ (Knill) bringt die Haltung zum Ausdruck, die für ein Gelingen des künstlerischen Prozesses hilfreich ist. Technisch einfache Aufgabenstellungen (*low-skill*) erleichtern den Einstieg und nehmen die Angst, nicht fähig oder gut genug zu sein, um sich künstlerisch auszudrücken. Das Einstimmen auf das Material, auf den Zeit- und Spielraum oder auf ein mögliches Thema bedarf dagegen einer umso intensiveren Sensibilisierung (*high-sensitivity*) durch die Therapeutin. Dazu werden einfache, sinnbetonte Einstimmungen gewählt, die zum Weiterspielen und Weiterentwickeln des angebotenen Materials anregen. Dem Klienten wird ein Zeitraum angeboten, in dem er das Material ausprobieren und erkunden kann. So sucht er z.B. nach möglichen Klängen, die er einem Instrument entlocken kann oder er probiert bestimmte Bewegungen aus, die einem Körperteil möglich sind. Ein anderes Beispiel sind offen geführte Imaginationen, die innere Bilder wecken und ihren Ausdruck dann im Malen finden.

Nach dieser Phase der Exploration und des Aufwärmens fällt der Einstieg in ein künstlerisches Gestalten erfahrungsgemäss einfach. Der Raum ist geöffnet für eine intensive Beschäftigung mit dem Werk, für ein sich Einlassen und Verweilen im künstlerischen Prozess, für ein Offen-Sein dem Unerwarteten und Überraschenden gegenüber, sowohl für die Klientin wie auch für die Therapeutin.

### **Überraschungen in der Werkbetrachtung**

Der Fokus auf Veränderungen, auf Aussergewöhnliches, Einmaliges oder auf Überraschungen, die *das Werk* und *der Werkprozess* durch die Werkbetrachtung (*Ästhetische Analyse*) zeigen, bereichert die Selbstwahrnehmung der Klientin. Ein sorgfältiges Fragen der Therapeutin nach eben diesen Veränderungen und ein vertiefendes Nachfragen ermöglichen es die Wirkung zu erkennen, die eine manchmal kleine Veränderung auf ein Bild, ein Gedicht oder einen Tanz haben kann. Durch die *phänomenologische Betrachtungsweise*, dem Beschreiben an der Oberfläche, wird nicht nur die Wahrnehmung differenzierter, sondern auch die Sprache wird im Beschreiben des Werkes und

des Prozesses reicher. Dadurch werden persönliche Ressourcen offenbart, die bis anhin nicht oder nicht mehr zur Verfügung standen.

### **Vertiefung durch Intermodalität**

Eine weitere Verdichtung der Arbeit entsteht durch den Wechsel des Mediums, wenn z.B. ein Bild durch einen Titel eine Richtung erhält, die Bedeutung eines Tan-



zes durch ein Gedicht ausgedrückt wird oder eine gerade verklungene Melodie in Form von Farben oder Linien auf einem Papier sichtbar gemacht wird. Der *intermodale Ansatz* der Kunst- und Ausdruckstherapie führt oft zu einer Vertiefung des Prozesses und zu Essenzen, die wie zugefallene Lebensweisheiten berühren.

### **Die Kunst des Dezentrierens**

Man könnte die Klienten dazu auffordern ihre Probleme, ihre Ängste oder ihre Beziehungskonflikte konkret darzustellen. Es könnte dazu führen, dass jemand sein Trauma visualisiert und es buchstäblich malt, spielt oder aufschreibt. Oder jemand würde nach passenden Symbolen suchen, die dem Thema gerecht werden. Ein solcher Prozess wäre aber vom Verstand geleitet und würde die Aufmerksamkeit noch mehr auf die aktuelle Problematik lenken. Die Gefahr bestände, dass das Kreisen der Gedanken und die eintönige Repetition der Sprache sich weiter drehen würden und keine alternativen Erfahrungen gemacht werden könnten. „Es wäre immer noch mehr des Selben“ (Eberhart/Knill, S.45). Gerade bei traumatisierten Menschen bestände die Gefahr einer Re-Traumatisierung, insbesondere wenn noch nicht genügend Stabilität aufgebaut werden konnte.

In der Kunst- und Ausdruckstherapie wird die Klientin durch eine künstlerische oder spielerische Aufgabe herausgefordert und distanziert sich dadurch von ihrer ursprünglichen Fragestellung, die sie zu Beginn der Beratung formuliert hat. Die Aufmerksamkeit der Klientin und der Therapeutin wendet sich weg von der persönlichen Enge, in der sich die Klientin in ihrem Alltagsleben befindet. Die Struktur der Aufgabenstellung, das Material, der ästhetische Anspruch an das Werk beschäftigen nun die Klientin. Sie ist konfrontiert mit den Grenzen des Materials oder ihrer Ausdrucksmöglichkeiten und wird versuchen, diese Hindernisse zu überwinden. In dieser *Dezentrierung* hat sich ein Spiel-, Zeit- und Gestaltungsraum geöffnet, indem Unerwartetes und Überraschendes geschehen kann. Die Klientin erlebt sich aktiv, handelnd und gestaltend. „*Dezentrieren bedeutet herauszutreten aus der Konfliktzone und neue Spielräume zu eröffnen*“ (Eberhart/Knill, S. 46). Überraschend ist immer wieder zu erleben, wie im künstlerischen Tun Lösungen gefunden werden, sie einem sozusagen zufallen oder aus einem inneren Wissen, das als Potential schon vorhanden war, auftauchen und sich manifestieren. Befreit vom gedanklichen Kreisen um das Problem wird es möglich, zu neuen und unerwarteten Erkenntnissen zu kommen, die nach der Dezentrierung wieder in den Alltag eingebunden und als *Ernte* mit nach Hause genommen werden können.

## **Ressourcenorientiert – Stärkung der Resilienz**

*Selbstwahrnehmung zu stärken, heisst, sich selbst als wahr anzunehmen.  
Selbststeuerung zu stärken heisst, das Steuer selbst in die Hand zu nehmen.  
Selbstwirksamkeit zu stärken heisst, im Leben zu wirken und etwas zu be-wirken.  
Selbstbehauptung zu stärken heisst, mein Haupt selbst zu tragen.*

Das Anknüpfen an und Finden von Ressourcen in Verbindung mit dem lösungsorientierten Ansatz fördert die verschiedenen Resilienzfaktoren und stärkt somit die Resilienz, die Widerstandskraft, die für das Bewältigen von Lebenskrisen überaus wichtig ist.

Durch das Einbeziehen der Sinne im Werkprozess, der Arbeit mit dem Körper und dem eigenen Körperbild wird die *Selbstwahrnehmung* gestärkt. Im handelnden Aspekt der Werkgestaltung wird *Selbstwirksamkeit* erfahren. *Selbstbehauptung* erlebt die Klientin, wenn sie z.B. ihr Werk auf „die Bühne bringt“, ein Bild in einer kleinen Ausstellung zeigt oder ein Gedicht vorliest. *Selbstbehauptung* wird insbesondere auch im Rollenspiel oder Tanz gestärkt, wo es immer auch um Nähe und Distanz, um führen und geführt werden oder um Einsamkeit und Gemeinsamkeit geht.

In der ästhetischen Analyse des Werkprozesses werden Reaktionen, Emotionen und Strategien beschrieben und dadurch differenziert wahrgenommen. Auch durch die verschiedenen Feedbackformen wird Wertschätzung für das entstandene Werk erlebt und das Selbstvertrauen gestärkt. Diese Kompetenzen sind Voraussetzung für eine funktionierende *Selbststeuerung* und die Fähigkeit, *Probleme lösen* zu können.

Die Begleitung von Menschen in einer Gruppe bietet die Möglichkeit, *soziale Kompetenzen wie Vertrauensbildung und Selbstbehauptung* zu stärken, so z.B. im Rollenspiel, in der Partnerarbeit und im Erleben der gegenseitigen Wertschätzung in Gesprächsrunden und durch die verschiedenen Feedbackformen.

## **Kunstanaloge Haltung der Therapeutin**

Wie in jeder Therapie ist die Beziehung zwischen Therapeutin und Klientin für das Gelingen der oben beschriebenen Arbeit von grosser Bedeutung. „Sie gestaltet sich analog zu einem künstlerischen Prozess“ (Eberhart/Knill), d.h. sie ist nicht vorhersehbar und ist offen für Unerwartetes. Zwischen der Therapeutin und der Klientin wird gemeinsam ein „Beziehungswerk“ gestaltet. Die Therapeutin lässt sich durch den Prozess und das Werk leiten. Sie begleitet die Klientin im Wissen, dass diese „die Fachperson von sich selbst“ ist und verzichtet auf Interpretationen. Sie kann vorgefasste Ziele zugunsten von aktuellen Wendungen fallen lassen. Voraussetzung für diese *kunstanaloge Haltung* ist Präsenz und Sensitivität der Therapeutin,

die dem Prozessgeschehen hohe Aufmerksamkeit schenkt. Die Werkbeschreibung verpflichtet sich einem *phänomenologischen Ansatz* im Bemühen, die Phänomene, die sich zeigen, ganz an der Oberfläche zu beschreiben. Wobei natürlich auch bei dieser Methode die Therapeutin nur das wahrnimmt, was für sie interessant ist und was sie selbst erkennen kann. Die kunstanaloge Haltung ist von Offenheit, Aufmerksamkeit und Wertschätzung geprägt.

#### **6.4. Wo Ruinen sind, ist Hoffnung auf Schätze**

In der Arbeit mit Müttern sexuell missbrauchter Kinder sind für mich folgende Schwerpunkte wichtig:

- Die Stärkung der Ressourcen und damit die Förderung der Resilienz, insbesondere die Förderung von Selbstwahrnehmung, Körperwahrnehmung, Selbstwertgefühl, Selbstbehauptung, Autonomie und Selbstvertrauens
- Dem Schrecken eine Sprache geben
- Das Erkennen der verschiedenen Geschichten von Mutter und Kind
- Das Aufarbeiten des Traumas der Mutter
- Informationen über sexuellen Missbrauch und Traumatisierung als Hilfe bei der Verarbeitung des Traumas der Mutter und des Kindes
- Die Integration des Erlebten in die eigene Biographie
- Erkennen der schon vorhandenen und wieder gewonnenen Ressourcen
- Eine positive Gestaltung des Alltags
- Den Lebensfaden weiter spinnen und Zukunftsvisionen entwickeln

Beispiele für mögliche Übungen finden sich im Anhang.

##### **6.4.1. Safe place im Aussen und im Innen**

###### **Ein sicherer Ort – im Aussen**

Im Bewusstsein der Traumatisierung der Mütter muss, wie schon erwähnt, die Gruppe für die Teilnehmenden von Anfang an ein Ort des Vertrauens sein. Gemeinschaftsbildende Übungen, die sowohl die Gemeinsamkeiten wie aber auch die Verschiedenheit der Teilnehmenden erlaubt, sind wichtig.

Dieser Ort soll ein Raum zum Ausatmen und zum Ankommen sein. Ein Raum, in dem Vergangenes aufgearbeitet und Neues entstehen kann. Neben Momenten der Trauer und der Sorgen, sollen auch Freude und Lachen (wieder) ihren Platz haben. Von Anfang an soll ein Prozess des Wandels möglich sein. Dabei kann ich als The-

rapeutin Zeichen setzen, in dem ich an den positiven, kraftvollen und glücklichen Momenten der Mütter genauso interessiert bin, wie am Leid und am Unglück, das sie mit sich tragen. Luise Reddemann beschreibt „einen therapeutischen Weg [ ], der von Anfang an die innere Fähigkeit zum froh sein und glücklich sein ebenso berücksichtigt wie den Schmerz“. Reddemann plädiert dafür, für „eine Balance zwischen Schreckens- und ´guten´ Bildern“ zu sorgen (2003). Mit der Zeit wird es vielleicht möglich, die Vergangenheit in der Vergangenheit ruhen zu lassen und einen Weg auszuwählen, der auch Glück und Zufriedenheit bedeutet.

Vertrauen in der Gruppe bildet sich auch durch eine sorgfältige Feedback-Kultur. Einzel- und Gruppenarbeiten erhalten von den Teilnehmenden ein Feedback, das wertschätzt und nicht interpretiert. Sie können eine beschreibende oder eine künstlerische Form haben, z.B. in Form eines Gedichtes, eines Wörterteppichs der Gruppe zu einem Bild oder eines Tanzes. Diese Feedbacks zeigen die Einzigartigkeit jedes Werkes und jeder Frau. Sie zeigen, wo etwas berührt und stärken so Selbstbild und Selbstvertrauen.

### **Ein sicherer Ort – im Innen**

Wie schon erwähnt, ist die Stabilisierung, d.h. die Stärkung des ICH von grosser Bedeutung in der Aufarbeitung eines Traumas. Neben dem sicheren Ort der Gruppe ist es wichtig, dass die Klientinnen sich ihre eigenen, „sicheren inneren Orte“ (*safe place*) kreieren. Reddemann beschreibt verschiedene Übungen dazu in ihrem Buch „Imagination als heilsame Kraft“. In der Kunsttherapie kann aus einer Imagination eine Gestaltung aus verschiedenem Material entstehen. Vielleicht erhält dieser Ort einen Namen oder passende Adjektive, die zu einem Gedicht oder einem Lied werden, das vielleicht jeden Tag wie ein Gebet oder ein Mantra gelesen oder gesungen wird.

Verstärkend kann das Finden eines inneren Helfers sein, z.B. in Gestalt eines Krafttiers, einer Pflanze oder einer Farbe.

Dieser innere, sichere Ort kann in der Vorstellungskraft immer wieder aufgesucht werden und in belastenden Situationen Sicherheit und Kraft spenden.

### **6.4.2. Geschichten aus den Ruinen**

*Der Mensch ist heil, wenn er sich dem Schöpferischen anschliessen kann.*

*C.G. Jung*

## **Über das Geschichten erzählen...**

Geschichten gehören zum Leben. Geschichten erzählen ist eine alte Tradition. Wir erfinden Geschichten, erzählen Erinnerungen und phantasieren über unsere Zukunftsvisionen. Geschichten haben Macht. Die Erinnerungen, die wir immer wieder erzählen, bekommen Gewicht. Meistens merkt man die kleinen Veränderungen nicht, die sich in die Erzählung einschleichen. Aber sie werden im Verlaufe der Zeit immer wahrer und so haben Geschichten ihre eigene Dynamik. Sie beeinflussen unsere Vorstellung über unsere Identität. Wir konstruieren uns sozusagen unsere Wirklichkeit und unsere Vorstellung über uns selbst. Oder wie Max Frisch es ausdrückte, „[ ] erfindet (jeder) früher oder später eine Geschichte, die er für sein Leben hält“.

Diese Macht der Narration kann aber auch positiv genutzt werden. Denn wenn wir uns immer wieder die leidvollen und schrecklichen Geschichten aus unserem Leben erzählen, werden wir unser Leben als ein unglückliches einordnen. Unser Blick wird auf das Negative gerichtet bleiben und vermutlich auch unsere Erwartungen. Die Aufforderung an uns selbst und an unsere Klienten auch die Glücks- und Freuden-geschichten zu erzählen, kann befreiend und öffnend für Neues sein. Und selbst wenn wir dem Grauen einen Namen geben und uns den Schmerz von der Seele schreiben – und das ist ein wichtiger Prozess auf dem Weg zur Heilung – können wir irgendwann das Augenmerk darauf richten, was uns an dieser Erfahrung gestärkt hat und welche Ressourcen schon vorhanden waren, um den Schrecken zu überleben.

## **...und die Poesie**

Eine andere Form Worte zu finden, ist die Poesie. Im Gedicht findet sich die Sprache ein. Poesie kann nicht gewollt werden, sie geschieht. „Poesie verstört unser alltägliches Sprachbewusstsein und unser Denken“, sagt die Poetin und Dozentin für Kunst- und Ausdruckstherapie Margo Fuchs (in „Kunst wirkt“ 2007). Poesie fällt uns zu und verwundert durch die ungewohnten Zusammenhänge der Worte, die zu ganz neuen Interpretationen und Sinngebungen führen. Sie zeigt uns oft unerwartete Essenzen, verdichtet Antworten zu Weisheiten. Poesie erklärt nicht, sie ist. Sie ist eine unmittelbare Form des Schreibens. Ein Gedicht kann Verstocktes zerlegen und neu konstruieren. Ein Gedicht zu einem Bild geschrieben, kann sich zu einer Aussage verdichten und in eine unerwartete Antwort hineinwachsen. Poesie ist die Wortzauberin des Herzens. Sie ist nicht gedacht und kann nicht durch angestregtes Denken hervorgebracht werden. Poesie kommt auf Flügeln, wenn sie kommt und beschenkt die Schreiberin und die Zuhörer ebenso.

In der werkorientierten Begleitung eines Textes und dessen Schreibprozesses werden die Vielfalt der Sprache und die Sicht auf die Dinge kontinuierlich erweitert und vertieft. So können die Dinge anders dargestellt werden. Sprache kreiert Neues. In den Geschichten kann den Dingen eine neue, andere Bedeutung gegeben werden. Worte finden für das Unausprechliche und Unvorstellbare ist ein Prozess, der gerade in einer Gruppe mit demselben thematischen Erfahrungshintergrund, Anerkennung und Wertschätzung der erfahrenen Verletzungen ermöglicht. Dieser Prozess erlaubt es auch, das Erlebte ein Stück weit von sich zu distanzieren. Die Geschichte, der Schrecken, liegen irgendwann auf Papier gebannt auf dem Tisch und können dann in die Hand genommen werden, wenn die Autorin dazu bereit ist und wieder weggelegt werden, wenn es gut tut.

Auf diese Weise erzählt und gedichtet, kann die Vergangenheit in der Vergangenheit gelassen werden und dort ruhen, wo sie hin gehört. Die Erzählerin weiss dann, dass ihre Identität nicht nur der Missbrauch ist, dass sie nicht nur die Mutter des missbrauchten Kindes ist und nicht nur eine Überlebende. Da gibt es noch viel mehr Geschichten aus dem Leben zu erzählen, noch viel mehr Facetten der eigenen Persönlichkeit zu entdecken und zu zeigen.

Diese Aspekte sind von der Therapeutin zu berücksichtigen, wenn in der Gruppe Lebensgeschichten erzählt werden, damit das Erzählen nicht zu einem Verharren im Leid wird, sondern einen Lebensfaden entwirrt und ihn weiter spinnt in die aufbrechende Zukunft. Das Bild des Lebensfadens kann z.B. in einer „Faden-Installation“ konkretisiert werden.

### **Ressourcengeschichte**

Wenn die Gruppe sich zusammengefunden hat und das Vertrauen untereinander gefestigt ist, ist es Zeit, die Geschichten aus dem Leben zu erzählen. Das Bedürfnis, diejenigen Geschichten zu erzählen, die die Ruinen erst ermöglichten, ist vermutlich gross. Die Gefahr besteht, dass so viel Leid und Schmerz einzelne Teilnehmende überschwemmt und sich die Gruppe über das Leid zu definieren beginnt. Dies kann sehr leicht zu einer Re-Traumatisierung führen. Es ist wichtig, dem Schrecken eine Stimme zu geben, die Geschichten aber so zu erzählen, dass selbst in diesem Grauen Ressourcen sichtbar werden.

Eine Möglichkeit ist es, eine „Ressourcengeschichte“ in zwei parallelen Bögen zu erzählen: auf der einen Seite werden die Stationen sichtbar, die schwierig und leidvoll waren. Auf der anderen Seite werden zu jeder dieser Situationen die Ressourcen benannt, die gerade aus der Schwierigkeit herausgewachsen sind. Die eigenen

Stärken können so erkannt werden, was zukunftsweisend für die Bewältigung weiterer schwieriger Situationen sein kann. Zusätzlich wird zu jeder Lebensstation auf beiden Bögen eine Körperhaltung in Form eines Strichmännchens gezeichnet. Diese Haltungen können in Statuen ausprobiert und so im Körper nachempfunden werden. Danach werden sie in einem Tanz umgesetzt.

Eine weitere Übung einer Ressourcengeschichte ist das Schreiben eines Liebesbriefes: im Namen irgendeines Dings - das kann eine Pflanze sein oder ein Gegenstand zudem man eine positive Beziehung hat – schreibt die Autorin einen Liebesbrief an sich selbst und trägt ihn später der Gruppe in einer Lesung vor.

Natürlich werden auch andere Geschichten und Gedichte geschrieben, z.B. Wut-, Scham-, Schuld- oder verrückte Geschichten. Denn Geschichten kommen manchmal ungefragt und überraschen. Sie sind nicht immer zu verstehen und einzuordnen und haben ihr eigenes Leben.

### **Meine Geschichte – deine Geschichte – unsere Geschichte**

Wie schon erwähnt, vermischen sich die Geschichten der Mütter und Kinder häufig oder das Leid des Kindes ist so gross, dass die Mutter weder Kraft noch Raum findet, ihre eigene Geschichte zu reflektieren und zu verarbeiten. Das kann zu einer Überidentifikation mit dem Kind und zu einer sogenannten „verstrickten“ Mutter-Kind-Beziehung führen. Um ihr Kind auch in einer gewissen Normalität weiter zu erziehen, muss sich die Mutter ihrer eigenen Gefühle bewusst sein, um auch die Befindlichkeit des Kindes adäquat wahrnehmen zu können. Es kann für die Mutter schwierig werden, dem Kind Grenzen zu setzen und altersgemässe Anforderungen zu stellen. Die Sorge um das Kind oder ein schlechtes Gewissen können zu einer „Schonhaltung“ oder einer Überbehütung dem Kind gegenüber führen. Dies aber stärkt das Kind nicht. Es wird es eher schwächen, weil durch die Befürchtung der Mutter, dass es dem Kind schlecht gehen könnte oder dass ihm eine Anforderung nicht zugemutet werden kann, es in seinem Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl geschwächt wird.

Für die Heilung der Mutter ist es wichtig, dass sie anerkennen kann, welche Auswirkungen der Missbrauch ihres Kindes durch den eigenen Partner auf sie als Frau hat. Die Verletzungen und Demütigung durch diesen unvorstellbaren Vertrauensbruch beeinflussen ihr Selbstverständnis als Frau, ihre Integrität, ihr Verhältnis zur Sexualität und zu einer neuen Partnerschaft. Die hohen Anforderungen in der Erziehung ihres Kindes oder ihrer Kinder verlangen einen grossen Einsatz, der oft auf Kosten der eigenen Befindlichkeit, der eigenen Bedürfnisse oder der Gesundheit geht.

Darum ist es ein wichtiger Schritt im Verarbeitungsprozess der Mutter, die Geschichte ihres Kindes von der eigenen getrennt erzählen zu können.

Ich würde deshalb in der Müttergruppe zwei getrennte Ressourcengeschichten schreiben.

In einem intermodalen Transfer können die Geschichten auch getanzt, gemalt oder durch ein Instrument zum Klingen gebracht werden.

### **Zukunftsgeschichten – den Lebensfaden weiter spinnen**

Wenn die Geschichten in der Vergangenheit ruhen können, führt über die Gegenwart eine Brücke in die Zukunft. Welche Zukunft denke ich mir für mich und meine Familie? Welche Geschichte erfinde ich für mein weiteres Leben?

Eine Zukunftsgeschichte könnte mit einem sogenannten Triptychon eingeführt werden. Ein Blatt Papier wird in drei gleiche Teile gefaltet. Der erste Teil steht für das Vergangene, der zweite Teil für die Gegenwart und der dritte für die Zukunft. Die Teilnehmenden werden aufgefordert zuerst den ersten, dann den dritten Teil zu gestalten. Der zweite Teil als letzter steht für die Brücke von Vergangenem zu Zukünftigem, für die Gegenwart, in der der erste Schritt in die nächste Zukunft gemacht wird. Oder es wird eine Zukunftsvision gemalt und später dazu ein Gedicht geschrieben.

### **6.4.3. Ausgrabungen**

Ausgrabungen können ganz Verschiedenes zu Tage fördern. Da gibt es vielleicht längst vergessene Grundmauern, die einst das Fundament des Hauses bildeten. Oder altes Werkzeug, das zwar verschmutzt und verrostet ist, aber nach einer gründlichen Reinigung noch einwandfrei funktioniert. Es können auch Skelette zum Vorschein kommen oder alter, wertvoller Schmuck. Man weiss nicht so genau, was einen da unten in den modrigen Mauern erwarten wird. Um in diese dunklen Orte hinabzusteigen, braucht es Licht und gutes Werkzeug, vor allem aber eine Vision, Neugierde und eine Portion Mut.

Ähnlich sehe ich die Begleitung der Mütter auf ihrem Weg zu ihren Ressourcen. Es ist eine gemeinsame Reise von Therapeutin und Teilnehmenden, offen dafür, was in den Ruinen der Biographie der Mütter gefunden werden wird. Auch da braucht es gutes Werkzeug, das es ihnen ermöglicht mit ihrem Trauma und den verletzten Gefühlen umzugehen. Es braucht ein helles Licht, das den Blick auf die Schätze eröffnet und Möglichkeiten zu lässt, Erschreckendem zu begegnen, ohne im Schrecken erneut zu erstarren. Ausgrabungen bringen beides zu Tage, Vermodertes und Schätze. In der Begleitung der Mütter ist dafür Sorge zu tragen, dass beides im



Gleichgewicht bleibt und immer wieder eine beruhigende, hoffnungsvolle Atmosphäre geschaffen wird.

### **Das Trauma der Mutter**

Ein sexueller Missbrauch ist für das Kind ein tiefes Trauma. Die Mutter ist durch die Aufdeckung des Missbrauchs mit dem Grauen dieses Traumas konfrontiert. Sie wird sich vermutlich bildlich vorstellen, was da genau passiert ist. Diese Bilder werden sie verfolgen, können sich aber auch immer wieder durch die Unvorstellbarkeit des Geschehenen verschleiern und auflösen. Gerade diese Unvorstellbarkeit macht es, dass Mütter manchmal daran zweifeln, ob der Missbrauch tatsächlich passiert ist oder ob sie sich doch alles nur eingebildet haben. Dieser innere Zwiespalt und die Zweifel an der eigenen Wahrnehmung können dazu führen, dass eine Mutter sich den Missbrauch immer wieder, fast zwanghaft vor Augen führen muss. Gleichzeitig erlebt sie die seelische Not ihres Kindes und ist mit seinem Trauma vor allem in der Zeit nach der Aufdeckung tagtäglich konfrontiert. Dies kann zu einer Sekundärtraumatisierung führen, die viele Mütter durch die Belastungen im Alltag und die Sorge um ihr Kind erst gar nicht wahrnehmen.

Neben diesem indirekten Trauma leiden viele Mütter an ihrem eigenen, persönlichen Trauma. Der Vertrauensbruch durch den Vater des Kindes oder den Partner hinterlässt tiefe Wunden. Ein ganzes Lebenskonzept ist eben zusammengebrochen, vermutlich sogar ein Teil des eigenen Weltbildes. Die Vorstellung von Familie, Liebe, Sexualität und Elternschaft ist ungültig geworden. Es stellen sich Fragen nach dem eigenen Versagen, nach der eigenen Schuld und nach der Ohnmacht, das eigene Kind nicht beschützt zu haben. Oft ist eine Mutter so sehr mit der Befindlichkeit des Kindes beschäftigt, dass sie ihr eigenes Trauma nicht wahrnehmen kann. Das eigene Trauma anzuerkennen und ein Stück weit von dem des Kindes loszulösen, ist wichtig für eine gelöste Beziehung zum Kind und für die Verarbeitung dieser Lebenskrise.

Die Auswirkungen eines Traumas können sowohl beim Kind wie auch bei der Mutter unterschiedlich sein. Neben posttraumatischen Belastungsstörungen treten oft Depressionen, Schlafstörungen oder andere somatoforme Symptome auf. Manchmal sind auch keine Symptome festzustellen. Diese verschiedenen Reaktionen sind von verschiedenen Faktoren abhängig. Beim Kind haben Dauer und Alter des Missbrauchs, sowie die Reaktionen des Umfelds und der Mutter einen grossen Einfluss. Auch bei den Müttern hat die individuelle schwere der Geschichte einen prägenden Einfluss, aber auch die Autonomie dem Mann gegenüber, sowie die Unterstützung

durch die nähere Umgebung. Für Mutter und Kind ist erwiesenermassen eine starke Resilienz ein wichtiger Faktor, um diese Erfahrung zu verarbeiten (Hülsmann 2010). Die Information über Symptome und Auswirkungen eines Traumas durch die Therapeutin ist für die Betroffenen äusserst wichtig, da es ihnen hilft, ihre Befindlichkeit einzuordnen und zu verarbeiten. Die Traumatisierung kann als traumatischer Prozess unkontrolliert weiter gehen und, durch eine bestimmte Situation ausgelöst, tiefe Verunsicherungen und emotionale Verstörungen bewirken (Reddemann 2003). Steven K. Levine, Dozent und Autor mehrerer Publikationen über *Expressiv Arts*, sagt, dass Gefühle und Erinnerungen, die immer wieder auftauchen können, sich gegen unseren Willen wiederholen. Diese traumatischen Ereignisse werden zum Zentrum, um das herum sich Identität konstruiert, so dass sie in einer „negativen Weise“ sinnstiftend werden können. Was nach einem Trauma mit der Psyche passiert, ist die Konsequenz aus einer Tat, die uns geschehen ist und für die wir keine Verantwortung tragen. Die Erinnerungen daran formen und verändern sich, nach dem das Trauma geschehen ist und manchmal kann es gefährlich sein, die Erinnerungen zu sehr mit dem Ereignis zu identifizieren (Levine in Knill et. al. 2005). Man weiss z.B., dass mehrere Menschen, die alle Zeugen desselben Unfalls waren, verschiedene Erinnerungen daran haben und keine davon falsch sind. Viel mehr sagt es etwas über unsere selektive Wahrnehmung aus, mit der wir uns unsere Welt konstruieren. Auf keinen Fall soll dieser Umgang mit Erinnerung aber die Glaubwürdigkeit eines Opfers in Frage stellen.

In der Kunst- und Ausdruckstherapie kann sich ein traumatisches Ereignis durch eine Imagination zeigen. Das ist eine kreative Aufarbeitung der Vergangenheit, die die Wahrheit der Vergangenheit vielleicht mehr berührt, als deren reine Wiederholung (Levine 2005). Für die Klientinnen ist es wichtig zu wissen, dass ihre Reaktionen als Folge eines Traumas „normal“ sind. Wichtig ist sich bewusst zu werden, dass das Elend und der Schmerz nicht immer da sind, sondern dass neben diesen posttraumatischen Störungen immer wieder Momente der Normalität, der Zufriedenheit und vielleicht sogar des Glücks erlebt werden.

### **Drei Phasen der Verarbeitung**

Die Folgen eines Traumas können nach Reddemann am besten in drei Phasen verarbeitet werden: in einer *Stabilisierungsphase*, in einer *Begegnungsphase* und in einer *Integrationsphase*. Dabei ist auf die Stabilisierung grossen Wert zu legen und die Stabilität der Klientinnen immer wieder zu beachten. Nur für einen stabilen Menschen, der sein ICH wieder stärken konnte, „ist es überhaupt möglich, dem Grauen einen Namen zu geben, und dann ist es fruchtbar und befreiend, es auszuspre-

chen“, sagt Luise Reddemann (2001, S.13). Zur Behandlung eines Traumas gehört für sie die Fähigkeit des Opfers, froh und glücklich zu sein und sich selbst trösten zu können. Damit vertraut sie auf die Ressourcen der Klientinnen und traut ihnen viel Selbstverantwortung zu.

Levine betont, dass die Therapeutin fähig sein muss, den Geschichten ihrer Klientinnen zuzuhören. Mit Zuhören ist hier eine aktive Erfahrung gemeint, bei der das Erzählte im Zusammenhang mit den eigenen Erfahrungen einen Eindruck auf mich macht (Levine 2005).

In der Müttergruppe missbrauchter Kinder werde ich den Schwerpunkt der Arbeit auf die Stabilisierung der Teilnehmenden legen. Menschen, die ein Trauma nicht verarbeiten konnten und an einer posttraumatischen Belastungsstörung leiden, fehlt oft die Fähigkeit sich zu beruhigen. Als Therapeutin „beruhigend zu wirken und Selbstberuhigung anzuregen“ (Reddemann 2003) und eine beruhigende Umgebung zu schaffen, ist besonders wichtig im Verarbeitungsprozess. Diese Erkenntnis stimmt auch überein mit der oben erwähnten Untersuchung an der University of Alabama über die Auswirkungen von zornigen Gedanken auf das Erregungsniveau. Achtsamkeits- und Körperübungen, aber auch das Beachten von Ressourcen und Freude helfen, diese Atmosphäre immer wieder zu erschaffen.

#### **6.4.4. Die verborgenen Schätze**

Verborgene Schätze werden in den künstlerischen Werken und in der Analyse des Werkprozesses immer wieder ans Licht kommen und die Künstlerin berühren. Das heisst nicht, dass diese Schätze, die da ausgegraben werden „schön“ sind oder schön sein müssen. Es werden sich auch düstere, verzerrte und erschreckende Bilder oder Worte zeigen, die vielleicht die Klientin verstören oder verwirren. Gerade das Unerwartete und die Überraschungen werden oft als wertvoll erlebt, sei es im sogenannten „Hässlichen“ oder „Schönen“. In der ästhetischen Analyse kann aber eine Bedeutung sichtbar werden, die vorher nicht bewusst war und sinnstiftend wird. Diese Imaginationen können sich in einer Ressourcen- oder Freudenbiographie zeigen oder in einem Gedicht, das zu einem Bild geschrieben wurde, um nur einige Möglichkeiten zu nennen.

Die gefundenen Schätze sollen auch gebührend gefeiert werden. Durch die Feedbackkultur in der kunsttherapeutischen Arbeit erfahren die Klientinnen eine grosse Wertschätzung. In der Gruppe profitieren die Mütter gegenseitig von ihren gefundenen Ressourcen und Erkenntnissen. Jede Einzelne kann in einem Ressourcenheft über ihre Schätze Inventar führen. Zum Abschluss der Gruppe kann ein Fest der Schätze gestaltet werden, eine Ausstellung, in der alle gefundenen Schätze noch

einmal ins Licht gesetzt werden. Ein Fest gibt Anlass zum Feiern, Tanzen und Lachen – trotz allem und vielleicht erst recht.

#### **6.4.5. Wege aus der Dunkelheit**

Zum Schluss ist der Blick zurück auf den Weg von den Ruinen zu den Schätzen und wieder hinauf ans Licht und ins Leben eine wichtige abschliessende Etappe. Es ist von grosser Bedeutung festzuhalten, was den Müttern geholfen hat, wieder Zuversicht und Vertrauen zu gewinnen.

Wie hat sich dieser Prozess auf das Befinden ihres Kindes ausgewirkt und auf die Beziehung zwischen Mutter und Kind? Was hat sich im Leben der Mutter verändert und welche Wünsche stehen noch offen? Wie steht sie zu einer neuen Partnerschaft?

Anhand aller Werke, die in den Treffen entstanden sind, kann der Prozess noch einmal angeschaut und gewürdigt werden. Oft werden die Veränderungen und Entwicklungen erst in dieser Werkbetrachtung sichtbar und erlebbar.

Als letztes Werk wird ein Zukunftsbild gemalt oder eine Zukunftsgeschichte geschrieben, so dass die Hoffnung auf ein wertvolles und gesundes Leben für Mutter und Kind mit in den Alltag getragen werden kann.

#### **6.4.6. Schlussgedanken**

Bei allem Wissen um Gruppen- und Verarbeitungsprozesse möchte ich noch einmal betonen, dass diese Beschreibung einer Arbeit mit Müttern missbrauchter Kinder ein Projekt ist. So könnte diese Arbeit aussehen und auf diese Weise könnte sich ein Prozess entwickeln. Vielleicht wird es aber auch ganz anders sein. Unvorhergesehenes geschieht, Unerwartetes wird wichtig, die Alltagssituation einer Teilnehmerin verlangt mehr Beachtung, so dass Geplantes fallengelassen werden muss. Die Haltung der Kunsttherapeutin ist von Offenheit dem Gruppenprozess gegenüber geprägt. Nicht nur die einzelnen Kunstwerke, die entstehen werden, sind ungewiss, auch die Gruppe selbst wird sich analog einem Kunstwerk zu einem Gruppenwerk formen und bilden. Die Therapeutin hält den Raum dafür offen und sicher. Sie begleitet die Teilnehmenden in ihrem Sein in der Gruppe und die Gruppe auf dem Weg zu ihrer Identität. Dieser Weg wird – hoffentlich - immer wieder voller Überraschungen sein.

## **7. Rückblick und Dank**

**Mutter und Kind – zwei verschiedene Biographien und doch nicht trennbar**

Meine Motivation zu dieser Arbeit war meine Überzeugung, dass Mütter sexuell missbrauchter Kinder einen Ort brauchen, wo es in erster Linie um sie selbst geht, um ihre Gefühle, ihr Leben, ihr Trauma, ihre Ängste, ihre Stärken und um ihre Zukunft. Ein Ort auch, wo die Mütter Raum für ihre Biographie und Geschichte finden und sich bewusst werden, dass ihre Geschichte eine andere ist als die des Kindes.

Im Kapitel „Resilienz“ versuchte ich, die Stärkung der Resilienzfaktoren der Mutter von denjenigen des Kindes zu trennen. Ich wollte der Gefahr entgehen, dass die Begleitung der Mütter vor allem im Dienst des Kindes steht und fragte mich, was sind die Bedürfnisse der Mütter unabhängig vom Kind und was dient der Begleitung des Kindes durch die Mutter? Jetzt im Rückblick merke ich, wie schwierig das ist.

Lässt sich das Leben der Eltern grundsätzlich von dem ihrer Kinder trennen? Kann in dieser Thematik eine Mutter ihr Leben getrennt von dem ihrer Kinder ansehen? Sind Entscheide möglich, die unabhängig vom Muttersein gefällt werden? Ist das wünschenswert oder drängt sich eine ganz andere Sichtweise auf? Ist es nicht viel eher so, dass eine Mutter von der Geburt an, durch ihr Kind mit Themen und Aufgaben konfrontiert wird, die sie herausfordern und an denen sie wachsen kann?

Der Missbrauch eines Kindes ist ein schwerer Schicksalsschlag, an dem man zerbrechen könnte, sowohl das Kind wie auch die Mutter. Vielleicht würde man als Frau und Mensch an diesem Ereignis verzweifeln, aufgeben oder sogar untergehen, aber gerade weil da ein Kind ist, entsteht die Kraft neuen Lebensmut zu schöpfen. Gerade weil die Mutterrolle Liebe und Verantwortung für das Kind bedeutet, kann das Schicksal angenommen werden. Die Mutter kann über sich selbst hinaus wachsen, indem sie die Fäden in die Hand nimmt und alles tut, um ihr Kind zu beschützen, was für mich auch in den Interviews mit betroffenen Müttern spürbar wurde. Gerade weil ihr das Leben und Befinden ihres Kindes so wichtig ist, kann sie Mut und Stärke entwickeln, deren sie sich davor vielleicht nicht bewusst war. Weil sie ihr Kind stärken will, stärkt sie sich selbst. Weil sie ihr Kind lachen sehen will, will sie selbst zum Lachen zurück finden. Weil ihr Kind lernen muss, „Nein“ zu sagen, um sich selbst zu behaupten, ist die Mutter auch mit ihren eigenen Grenzen und ihrem eigenen „Nein“ konfrontiert. So wird der gemeinsame Schicksalsschlag zur Lebensherausforderung, zur Fragestellung, die sich ins Leben gestellt hat und die sie annehmen kann. Gerade die Verbindung zum Kind, das Verpflichtende des Elternseins fordern dazu auf, nach den Schätzen in den Tiefen der Ruinen zu forschen und gestärkt aus ihnen wieder aufzusteigen.

Es wurde mir klar, dass die Arbeit mit Müttern sexuell missbrauchter Kinder doch sehr stark mit der Unterstützung der Entwicklung des Kindes verbunden ist. In diesem Prozess sollte aber der Fokus immer wieder auf die Biographie der Frau ge-

richtet werden mit ihren spezifischen Bedürfnissen, Träumen und Wünschen ans Leben, sodass sich ihre Identität nicht als „Mutter eines missbrauchten Kindes“ festigt. Denn sie ist mehr als dieses Schicksal. Sie ist in erster Linie eine Frau mit dem Wunsch nach Selbstverwirklichung, Anerkennung, Zufriedenheit und Liebe, so wie jeder andere Mensch auch.

### **Schreibprozess, gefundene Antworten und immer wieder neue Fragen**

Zwölf Monate Schreiben liegen nun hinter mir! Eine Reise auf hoher See schien es mir manchmal. Sturmböen wechselten sich ab mit Flauten und dem angstvollen Warten auf eine kleine Brise. Manchmal flossen meine Gedanken auf das Papier und dann wieder schien nur Leere in meinem Kopf zu sein. Geduld und Aushalten wurden zu Tugenden und immer wieder damit belohnt, dass die Worte ins Fließen kamen, sich formten und meine Gedanken zum Ausdruck brachten. Aber diese Worte entführten mich auch in unbekannte Gebiete und Landschaften und brachten mich in Themenbereiche, an die ich am Anfang nicht gedacht hatte und die plötzlich wichtig wurden.

Es ist kein einfaches Thema, in das ich eintauchte. Es ist voller Leid und Schrecken und könnte Trostlosigkeit ob so viel Schmerz auslösen. Der Leitsatz von Rumi bewahrte auch mich davor, mich nicht im Drama zu verfangen. Er forderte mich immer wieder auf und erinnerte mich daran, meine Grundidee weiterzuverfolgen, den Samen der Hoffnung zu sähen und mein Augenmerk auf die Heilung und Gesundheit zu richten.

Trotzdem musste ich mich zuallererst mit den Missbrauchsgeschichten befassen, mir einen Überblick über die aktuelle Forschung in der Fachliteratur verschaffen, um meine eigene Position zwischen den verschiedenen Fachmeinungen zu finden.

Die immer wieder auftauchende Frage nach dem „Warum“ einer solchen Tat und nach dem unvorstellbaren Handeln der Täter brachte mich in eine vertiefte Auseinandersetzung mit dem „Bösen“, die ich so nicht erwartet hatte. Es wurde für mich unumgänglich, mich mit den Fragen der Moral, der Ethik und des freien Willens auseinander zu setzen, wenn ich später in meiner therapeutischen Arbeit mit diesen Fragen konfrontiert sein würde. Auch hier konnte das Eintauchen nicht im „Bösen“ begrenzt bleiben. Die andere Seite des Dunkeln tauchte auch auf meiner inneren Bühne auf und verlangte nach Beachtung. Aus einem wochenlangen Ringen mit den Fragen über das „Böse“ entwickelte sich eine Gedankenreise zwischen „Gut und Böse“ und der Frage nach „Vergebung und Versöhnung“. In diesem Zwiegespräch mit den verschiedenen Positionen der Philosophie fand ich zu Ansätzen von

Antworten. Gleichzeitig drängten immer wieder neue Fragen an die Oberfläche, für die ich die Antwort nicht kenne und die ich als offene Fragen weiter trage.

Auch ich erlebte ein Eintauchen ins Dunkel, um mich dann mit einem neuen Blick dem Hellen zuwenden zu können. Auf dieser Basis der geklärten oder zumindest angenäherten Fragen war es mir möglich, mich der konkreten Umsetzung des Projekts der Müttergruppe zu widmen. Die Klärung meiner inneren Fragen war Voraussetzung für einen professionellen Umgang mit Müttern missbrauchter Kinder geworden. Ich muss die Antworten auf die schwierigen Fragen nicht wissen, aber ich muss eine Haltung zu ihnen gefunden haben, um den Fragen der betroffenen Mütter mit Ruhe und Zuversicht begegnen zu können.

Die Reise der letzten Monate hat mich in meinem Projekt bestärkt, den „vergessenen Müttern“ eine Stimme zu geben, damit ihr Leben und das ihrer Kinder wieder gesund und lebenswert sein kann.

## **Dank**

Mein Dank gilt all meinen Mitlesern und -leserinnen, die die fehlenden n's und zu vielen e's aufspürten und mich mit ihren Fragen zur Klarheit aufforderten. Ganz besonders danke ich Jaqueline Schärli für ihr genaues Mitlesen, Lektorieren und mitdenken, Marc Hotz für sein engagiertes Feedback zum Kapitel 5, Jelena Mair für ihr kritisches Auge während der letzten zwölf Monate und die bereichernden Hinweise vor allem zum Thema der „Versöhnung“, Hjørdis Mair-Jäger und Karin Gassmann-Mair, die ihre Ferien im Piemont mit der Lektüre und Korrektur meiner Arbeit verbrachten und Yannick Steitz für seine handwerkliche Unterstützung ausserhalb der Masterarbeit beim Einrichten meiner Praxis.

Ein besonderer Dank geht an meine Thesigruppe mit Laure Perrenoud und Caroline Fischer-Cobet. Das gegenseitige Anteilnehmen am gemeinsamen Prozess und unsere Freundschaft haben mich durch Krisen und Höhenflüge hindurch getragen. Brigitte Wanzenried danke ich für ihre fachkundige und einfühlsame Begleitung der Master-Thesis.

Mein grösster Dank gilt den Begegnungen mit den Menschen, die mich mit ihrem Schicksal und ihrer Lebenskraft zu dieser Arbeit inspirierten.

## Quellenliste

- Allebes, Rochelle** (2009) : Interview mit Hjørdis Mair, Elternotruf Zürich
- Antonovsky, Aaron** (1997): Salutogenese. DGVT-Verlag, Tübingen
- Arendt, Hannah** (2007): Über das Böse, Piper München Zürich
- Armstrong, Harvey; Wilks, Corinne; Melville Catherine** (2002): Evaluation of the parent group experience. What helps and what hinders, Parents for youth, University of Toronto and Hospital for Sick Children, Toronto
- Ausländer, Rose** (1993): Wir pflanzen Zedern, Fischer, Frankfurt a. Main
- Ausländer, Rose** ( 1982): Mutterland Einverständnis, Fischer, Frankfurt a. Main
- Bartels, Verena**, Psychologische Beratungsstelle Mannheim, Zart war ich bitter war's
- Bartels, Verena** (2010): Interview mit Hjørdis Mair, Ludwigshafen
- Bartels, Verena** (6/2005): Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie, Krisenintervention/ V. Bartels: Krisenintervention bei sexualisierter Gewalt gegen Mädchen und Jungen, Vandenhoeck & Ruprecht
- Breitenbach, Eva** (1992): Mütter missbrauchter Mädchen, Forschungsberichte des BIS, Osnabrück, Universität, Dissertation,
- Bange, Dirk** (1992): Sexueller Missbrauch an Mädchen und Jungen, Köln
- Burgard, Roswitha** (1991): Mut zur Wut, Befreiung aus Gewaltbeziehungen, Berlin
- Derrida, Jacques** („Derrida“, Filmportrait von Kirby Dick und Amy Ziering Kofman
- Dunand, Annelie** ( 1993): Der sexuelle Missbrauch von Kindern im Kontext von Familie und Gesellschaft, in Kontext, Vol 23, Nr. 1,6-19
- Eberhart, Herbert/ Knill, Paolo** (2009): Lösungskunst, Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen
- Enders, Ursula** (Hrsg. 1990): Zart war ich, bitter war's, Kölner Volksblatt Verlag
- Fachgruppe Kinderschutz der schweizerischen Kinderkliniken** (2005): Empfehlungen für die schweizerische Kinderschutzarbeit, Gesellschaft für Pädiatrie
- Fröhlich-Gildhoff/Rönnau-Böse** (2009): Resilienz, Ernst Reinhardt Verlag München Basel
- Gerwert, Ute** (1996): Sexueller Missbrauch an Mädchen aus der Sicht der Mütter, Frankfurt am Main, Peter Lang GmbH, Europäischer Verlag der Wissenschaften



- Gobodo-Madikizela, Pumla** (2006): DER SPIEGEL, Interview, <http://www.spiegel.de/spiegel/print/d-46847803.html>, 5.4.2010
- Gobodo-Madikizela, Pumla** (2007): Narrating our Healing Trauma, Cambridge Scholars Publishing
- Grossmann, Konrad** (2003): Der Fluss des Erzählens, Karl-Auer-Systeme- Verlag, Heidelberg
- Häfeli, Christoph** (2009): Entwicklung - Stand - Perspektiven, 40 Jahre Kinderschutz am Kinderspital Zürich, Symposium 2009
- Herman Judith** (2003): Die Narben der Gewalt. Traumatische Erfahrungen verstehen und überwinden. Jungfermann, Paderborn
- Hooper, Carol-Ann** (1992): Alternatives to collusion: The response of mothers to child sexual abuse in the family, in: Educational and Child Psychology, Vol. 6, No. 1, 22-30
- Hooper, Carol-Ann** (1992): Mothers surviving child sexual abuse, Routledge
- Hülsmann, Ingrid** (2010): „Sexuelle Ausbeutung“, Vortrag am Institut für Sexualpädagogik und Sexualtherapie ISP Uster, Sexualtherapeutin ZISS, Fachpsychologin FSP,
- Jäckel, Karin** (1988): Du bist doch mein Vater, Wilhelm-Heyne-Verlag München
- Josephine** (1988): über den Vater –Tochter – Inzest, Düsseldorf
- Kast, Verena** (1991): Freude Inspiration Hoffnung, Walter-Verlag Olten
- Kavemann Barbara/Lohstöter Ingrid** (1984): Väter als Täter, Rowohlt Hamburg
- Kinderschutzgruppe und Opferberatungstelle des Kindesspitals Zürich** (2005): Jahresbericht 2005
- Knill, Paolo** (1979): Ausdruckstherapie, Eres Edition Bremen
- Knill, Paolo** (2005): Kunstorientiertes Handeln in der Begleitung von Veränderungsprozessen, Egis Verlag, Zürich
- Knill, Paolo, Levine Ellen G., Levine Stephen K.** (2005): Principles and Practice of Expressive Arts Therapy
- Larson, Noel R.** (1986): Familientherapie mit Inzestfamilien in: Backe et al. S. 104-117
- Langmaack / Braune-Krickau** (2000): wie die Gruppe laufen lernte, Beltz-Verlag, Weinheim
- Müller, Andreas**, Oberstaatsanwalt (2009): Meilenstein, 40 Jahre Kinderschutz am Kinderspital Zürich, Symposium 2009
- Pfister, Marie-Louise** (2008): Castagna Themenheft 2008/, Beratung und Trauma ,
- Pfister, Marie-Louise**, Interview 2009, Castagna, Beratungsstelle

**Sexuelle Ausbeutung von Kindern und Jugendlichen** ( 1988), Zeitschrift für Jugend, Familie und Gesellschaft, Pro Juventute Verlag, Zürich

**Qubaid, Monika** (1987): Das Mutter – Dilemma

**Reddemann Luise** (2001): Imagination als heilsame Kraft. Zur Behandlung von Traumafolgen mit ressourcenorientierten Verfahren. Pfeiffer bei Klett Cotta, Stuttgart

**Schneider, Verena** (26.2.2010): Die Gehilfin, in DAS MAGAZIN N°7, Tamedia AG Zürich

**Steinhage, Rosmarie** (1986): Sexueller Missbrauch an Mädchen, Ein Handbuch für Beratung und Therapie, Reinbeck, Hamburg

**Uni Düsseldorf**, Posttraumatische Belastungsstörung, ICD-10: F 43.1, ©: Dt. Ges. f. Psychotherapeutische Medizin (DGPM), Dt. Ges. f. Psychoanalyse, Psychotherapie, Psychosomatik und Tiefenpsychologie (DGPT), Dt. Kollegium f. Psychosomatische Medizin (DKPM), <http://www.uni-duesseldorf.de/AWMF/II/051-010.htm>

**Wustmann, Corinna** (2004): Resilienz. Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern. Beltz, Weinheim

**Welter-Enderlin, Rosmarie** (2006): Resilienz aus der Sicht von Beratung und Therapie. In: Welter-Enderlin, R., Hildenbrand, B.,(Hrsg.): Resilienz – Gedeihen trotz widriger Umstände. Carl-Auer, Heidelberg, 7-19

**Werner, E.E., Smith, R.S.** (1982): Vulnerable but invincible. A longitudinal study of resilient children and youth. Mc Graw-Hill, Ney York

**Yalom, Irving** (1970, 2005): Theorie und Praxis der Gruppentherapie. Ein Lehrbuch (Theory and Practice of Group Psychotherapy), Clett Cotta

## **8. Anhang**

### **8.1. Interviews mit Fachpersonen**

#### **8.1.1. Rochelle Allebes, Beraterin beim Elternnotruf Zürich und Leiterin einer Gruppe für Mütter sexuell ausgebeuteter Kinder**

##### **Welche Mütter finden den Weg in Ihre Müttergruppe?**

##### **Wie entsteht der Kontakt?**

Die Mütter, die in die Gruppe des Elternnotrufs kommen, werden entweder überwiesen oder sie lesen einen Artikel über die Beratungsstelle und kommen dann selbst. Es sind vor allem Mütter, deren Kinder vom eigenen Vater oder einem nahen Verwandten (Grossvater, Onkel, Götti, älterer Cousin) ausgebeutet wurden. Die Gruppe besteht seit zwanzig Jahren und einige Frauen kommen seit Beginn. Es wurde erforscht, dass es bei diesem gemeinsamen Thema sinnvoller ist in einer Gruppe als Einzelnen zu arbeiten. In der Gruppe ist man nicht alleine und kann sich gegenseitig unterstützen, weil die Mehrheit der Leute dieselbe Erfahrung gemacht hat. Nur die Leiterin kann diese Erfahrung nicht teilen, sie kann zwar darüber reden, aber es ist nicht dasselbe.

Eine Gruppe ist als Gesprächsort wichtig, weil man im Bekanntenkreis meistens nicht länger als ein Jahr über ein tragisches Ereignis reden kann. Wie bei einem Todesfall wird man oft als gestört abgestempelt, wenn man immer wieder das Bedürfnis zum Reden hat. Bei diesem Thema ist es aber nicht möglich, nach einem Jahr zum Alltag über zu gehen, da es in der Biographie einer Frau immer wieder aktuell werden kann.

##### **Wie arbeiten Sie mit den Frauen?**

Da die Gruppe schon sehr lange kommt und sich gut kennt, lasse ich sie vor allem reden und steure, wenn das Thema in eine Richtung geht, die niemandem gut tut. Ich hinterfrage dann kritisch und gebe Gegensteuer.

Am Anfang traf sich die Gruppe jede zweite Woche, jetzt einmal im Monat.

### **Welche Verhaltensweisen und Fähigkeiten der Mütter wirken stärkend und Mut machend auf das Kind?**

Das Erste und Wichtigste ist, dass die Mütter etwas unternehmen und dem Kind glauben, auch wenn es nur Andeutungen gemacht hat. Das Kind spürt, wenn sich die Mutter kümmert. Der Missbrauch des Kindes ist im Leben von Mutter und Kindern ein bleibendes Thema, das immer wieder aufbricht. Deshalb ist es wichtig, dass die Mutter ihren Kindern in den verschiedenen Lebenssituationen beisteht, sie begleitet und mit ihnen spricht, z.B. in rechtlichen Auseinandersetzungen oder in der Schule, wenn das Kind Lernprobleme bekommt, was sehr häufig ist. Wird das Kind erwachsen, sind Sexualität, Beziehungen, Heirat und Enkelkinder Ereignisse, die vom Missbrauch geprägt sein können.

### **Welchen Einfluss hat die Verarbeitung der eigenen Geschichte auf die Entwicklung des Kindes?**

Ebenfalls einen grossen Einfluss auf die Entwicklung des Kindes hat die Stärkung der Mütter in ihrer Selbstwahrnehmung und in ihrem Selbstvertrauen. Dadurch, dass die Mütter handeln, unterbrechen sie oft eine Familiengeschichte, die sich schon über Generationen hinzieht. Das könnte den Kindern helfen, dass ihnen nicht wieder dasselbe passiert.

Die Reaktionen der betroffenen Kinder und auch der Geschwister ist oft sehr komplex. Mädchen werden später oft sehr kritisch ihren Partnern gegenüber, während es für Knaben, ob selbst betroffen oder nicht, sehr schwierig ist, in einer solchen Familie ein Mann zu werden. Sie sind verunsichert und gekränkt. Schafft es die Mutter nicht, ein anderes positives Männerbild zu schaffen, fragen sich Knaben oft, ob sie selbst auch so werden und ob alle Männer „Schweine“ sind. Die Verarbeitung der eigenen Geschichte hilft, dass die Mütter ihr eigenes Männerbild nicht auf die Söhne übertragen. Das kann z.B. passieren, wenn der Sohn dem Vater gleicht.

Auch kann es zwischen den Geschwistern zu Konflikten wie Neid und Rivalität kommen, da das missbrauchte Kind viel Aufmerksamkeit erhält oder die jüngeren Kinder beschützt werden müssen. Die Geschwister machen unterschiedliche Erfahrungen und haben es nicht immer einfach sich zu solidarisieren. Auch da muss sich die Mutter über ihre eigenen Gefühle im Klaren sein, um die Kinder sinnvoll begleiten zu können.

## **Was bedeutet der Missbrauch in der Biographie der Mütter?**

Das Thema ist riesig und scheint im Leben der Mütter sehr beherrschend und zentral zu sein. Sie sind sehr auf das Thema sensibilisiert, lesen Artikel und Bücher, schauen Filme zum Thema und sind auch bereit, andere Frauen zu informieren. Sie nehmen Übergriffe und Machtgeschichten in ihrer Umgebung schnell wahr.

Zum Glück wird heute mehr über das Thema gesprochen, als vor zwanzig Jahren. Heute wird einer Mutter schneller geglaubt. Doch wenn ein Übergriff in der eigenen Umgebung passiert, ist es für viele Menschen immer noch unvorstellbar und schwierig, wie man vorgehen soll. Für die Mutter selbst aber ist es ein langer Prozess zu verstehen, was da genau passiert ist. Frauen werden in einer Missbrauchsgeschichte immer auch von den Männern missbraucht und manipuliert, da sie die Kinder so weit bringen, nichts zu sagen. Zudem ist es für die Mutter immer ein absoluter Vertrauensmissbrauch. Oft sind es Männer, die in irgendeiner Form Macht haben oder Macht ausüben. Oft tun sie das so, dass die Umgebung nichts davon mitkriegt.

Die gerichtlichen Prozesse dauern meistens sehr lang, was eine grosse Belastung für Mutter und Kind ist. Die Kinder werden immer wieder befragt und für die Mütter ist es nie fertig. Sie kümmern sich um die Probleme des Kindes und auch der erwachsenen Tochter. Es gibt oft Probleme in den Paar-Beziehungen der Töchter und die Mutter denkt, dass es mit dem Missbrauch zu tun hat. Oder eine Tochter ist in einer Therapie, wo die Therapeutin die Mutter sehr beschuldigt, weil sie sagt, es kann nicht sein, dass die Mutter nichts gemerkt hat und es kommt plötzlich zu einem Kontaktabbruch zur Mutter.

Ein Missbrauch des Kindes wirkt sich meistens auch auf die Beziehungen der Mütter zu Männern aus. Der Missbrauch ist eine extreme Kränkung. Sie fragen sich, wie es sein kann, dass sie einen Mann ausgesucht haben, der die eigenen Kinder missbraucht und wie sie sicher sein können, dass sie sich bei einer neuen Partnerwahl nicht wieder auf irgend eine Art täuschen. Die eigene Möglichkeit einen Mann auszusuchen, ist tief erschüttert, was für eine neue Partnerschaft schwierig ist. Viele Mütter bleiben alleine, weil sie keinen Mann mehr in ihrer Wohnung ertragen. Auch sind das Selbstvertrauen und die Wahrnehmung sehr in Frage gestellt und müssen langsam in anderen, alltäglichen Bereichen wie in der Arbeit oder in Freundschaften wieder aufgebaut werden. Zudem haben die Mütter starke Schuldgefühle.

Oft sind Frauen einem gesellschaftlichen und persönlichen Misstrauen in ihrer Umgebung ausgesetzt, was die Glaubwürdigkeit des Übergriffes betrifft, da es doch viele Leute für unmöglich halten, dass so etwas in ihrer Umgebung passiert. Man muss also immer abwägen, mit wem man darüber spricht. Sagt man es dem Lehrer des

Kindes oder ist es besser zu schweigen? Was will das Kind? Das ist ein ständiger Balanceakt.

Aber auch aus einer solch schwierigen Geschichte können Frauen besondere Fähigkeiten und viele Stärken entwickeln. So nehmen sie in ihrer Umgebung Übergriffe verschiedenster Art besonders schnell wahr. Glaubt man ihnen ihre Geschichten, kann es sowohl für die Mütter wie auch für deren Kinder zu einer Resilienzgeschichte werden.

### **Begleitete Besuche beim Vater?**

Das Besuchsrecht ist immer eine schwierige Frage, ebenso, ob allfällige Besuche begleitet stattfinden sollen oder nicht.

Es gibt Kinder, die klar sagen, dass sie keinen Kontakt wollen. Andere wollen Kontakt, was gut sein kann, wenn sie sich wehren können.

Wenn der Missbrauch sehr früh passiert ist, gibt es oft keine konkrete Erinnerung. Es bleiben diffuse Gefühle. Die Kinder müssen dann lernen, nein zu sagen, wenn sie etwas nicht wollen, z.B. auf den Schoß sitzen. Grössere Kinder können sich eher selbst wehren und sagen, was sie wollen. Treffen können auf einem öffentlichen Platz stattfinden oder in Begleitung. So können Erfahrungen gemacht werden, wer dieser Vater ist. Die Väter sind ja keine Monster, sondern können auch liebevoll sein.

Jede Geschichte ist auch anders: es gibt einmalige Übergriffe oder langjährige, wo der Vater eine Strategie hatte. Manchmal sagen Väter, das hat die Mutter nur erfunden. Das hat Auswirkungen auf die Beziehung des Kindes zum Vater.

### **Können Mütter nichts merken?**

Es ist sehr wohl möglich, dass Mütter nichts merken. Wenn man von Frauen erwartet, dass sie einen Missbrauch immer merken müssten oder schon Anzeichen davor erkennen müssten, würde man von ihnen ein ständiges Misstrauen ihren Männern gegenüber erwarten. Das würde aber jede Fachperson als paranoid beurteilen. Es gibt eine Tätergruppe, die sehr gute Strategien hat. Die machen das sehr schlau. Sie haben eine Ahnung von kindlicher Entwicklung. Sie erfinden Geschichten, damit die Kinder nicht reden oder drohen ihnen. Wenn du sprichst, stirbt dein Hund oder ich komme ins Gefängnis. Kinder wollen das nicht. Sie wollen, dass es aufhört und sie wollen nicht schuld daran sein, wenn die Eltern sich trennen.

Oft sind auch die Andeutungen des Kindes so versteckt, dass es schwer ist, sie wahrzunehmen oder zu glauben.

Später kann es zu Vorwürfen zwischen Kind und Mutter kommen, wenn das Kind sagt, ich habe es doch gesagt, aber du hast nichts gehört. Oft waren es aber ganz verschlüsselte Andeutungen.

### **Wo schöpfen Mütter Hoffnung?**

Wichtig sind eine Gruppe Gleichgesinnter und ein guter Freundeskreis.

Oft sind es die Kinder selbst, die die notwendige Kraft geben. Die Mütter sind fest entschlossen, dass die Kinder und ihre Zukunft wichtig sind. Oft steigen Frauen erst dann aus schlimmen, familiären Situationen aus, wenn sie realisieren, dass es ihrem Kind schlecht geht. Wenn sie für sich selbst nicht die Kraft hatten, haben sie sie oft für ihr Kind. Das Verantwortungsgefühl für das Kind hilft ihnen weiter zu gehen – für ihr Kind.

### **Ist es möglich zu verzeihen?**

Das wird selten erlebt, ist sehr schwierig und abhängig vom Verhalten des Mannes, sowohl in der Vergangenheit, wie auch in der Gegenwart. Es hängt z.B. davon ab, wie lange die Übergriffe dauerten und ob sie in irgendeiner Form auch noch jetzt weiter gehen, z.B. wenn die Männer immer wieder Drittweltfrauen hohlen oder mit der Schwiegertochter oder den Enkeln übergriffig werden. Oder wenn sie erneut Sorgerechtsverfahren anstreben, was bedeutet, dass alles wieder aufgerollt wird, das Kind befragt wird und alles durcheinander kommt.

### **Erinnern oder Vergessen?**

Man muss das Geschehene nicht absichtlich immer wieder wachrufen, da es auch einen Alltag geben soll. Aber wenn die Mutter merkt, dass beim Kind etwas passiert in diesem Zusammenhang, dann kann man es thematisieren.

### **Wie geht es den Kindern?**

Die Kinder aus der Müttergruppe kämpfen oft im Leben mit Ausbildung und Beziehungen. Da die Meisten als Kinder in Therapie waren, holen sie sich schneller wieder Hilfe, wenn sie es brauchen. Für die Knaben ist das schwieriger.

### **Welche Erfahrungen haben Sie mit Behörden**

Das ist sehr Personen abhängig. Wenn eine Missbrauchsgeschichte während einer Trennung passiert, werden Behörden oft misstrauisch. Der Vorwurf des „Missbrauchs mit dem Missbrauch“ steht im Raum. Das sind sehr heikle Geschichten.

Mütter haben eine gewisse Macht im Umgang mit dem Besuchsrecht. Sie können auch ein begleitetes Besuchsrecht verlangen, was allerdings für das Kind auch schwierig sein kann. Der Missbrauch kann sowohl unter den Augen der Fachperson, wie auch der Mütter weiter gehen.

In letzter Zeit wird das Thema in der Öffentlichkeit selten thematisiert, da entstehen auch wieder mehr Vorurteile.

### **8.1.2. Marie-Louise Pfister, Beraterin bei Castagna, Beratungsstelle für sexuell ausgebeutete Kinder, Jugendliche und in der Kindheit ausgebeutete Frauen**

#### **Erstkontakt der Mütter mit der Beratungsstelle**

In die Beratungsstelle Castagna kommen vor allem Mütter, die den Verdacht haben, dass ihr Kind sexuellen Übergriffen ausgesetzt war und bereit sind, alles zu machen, was es dem Kind ermöglicht, das Trauma zu verarbeiten. Von den Müttern, die ihre Kinder nicht unterstützen, entweder weil sie vom Missbrauch nichts wissen oder trotz Wissen nicht handeln, ihr Kind nicht beschützen oder bei ihrem Partner bleiben, hören wir vor allem von in der Kindheit ausgebeuteten Jugendlichen und Erwachsenen, die zu uns in die Beratungsstelle kommen.

#### **Welche Ratschläge geben Sie den Müttern?**

Wenn sich ein Verdacht erhärtet, können wir den Müttern klare Tipps und Regeln geben.

- An erster Stelle steht der Schutz des Kindes, d.h. es muss vor dem Täter geschützt werden.
- Dem Kind glauben und sich auf seine Seite stellen!
- Nachfragen aber nicht ausfragen! Genauso, wie man nachfragt, wenn ein Kind geschlagen wurde, sollte man das auch bei sexuellen Übergriffen tun. Dabei ist es wichtig, die Fragen so offen zu stellen, dass das Kind einerseits frei erzählen kann und man es andererseits nicht bedrängt oder ihm Worte in den Mund legt.
- In der ersten Zeit ist es sinnvoll, viel Schönes zusammen zu unternehmen.
- Dem Kind Sicherheit und Nähe geben, wenn es z.B. in der Nacht Angst hat oder sich nicht mehr alleine in die Schule traut.
- Eine therapeutische Begleitung für das Kind suchen, wenn durch die Beschreibung der Mutter ersichtlich wird, dass sich das Kind auffällig verhält.



- Längerfristige, regelmässige Beratung der Mutter, auch wenn das Kind (noch) keine Symptome zeigt. So können später auftauchende Auffälligkeiten frühzeitig wahrgenommen werden und eine Therapie eingeleitet werden. Der Fall ist für uns nicht abgeschlossen, wenn nichts auffällig ist!
- Die Mütter darauf aufmerksam machen, dass die Thematik mit ca. 15 Jahren oder bei ersten sexuellen Kontakten wieder aufbrechen kann und sie für die eventuelle Notwendigkeit einer therapeutischen Begleitung sensibilisieren. Gleichzeitig ist die Mutter immer eine wichtige Person in der Entwicklung der Tochter zur jungen Frau.
- Der Mutter eine eigene Therapie empfehlen, damit sie ihre eigene Geschichte aufarbeiten kann.

Viel schwieriger ist es sowohl für die Mütter wie auch für die Beraterinnen, wenn es sich um einen vagen Missbrauchsverdacht handelt.

Einerseits wollen die Mütter ihr Kind schützen, andererseits wollen sie niemanden zu Unrecht anklagen oder einen Übergriff unterstellen, der nicht geschehen ist. In solchen Fällen dauert eine Beratung oft bis zu einem Jahr oder länger. In der Beratung werden die Mütter in ihrer Wahrnehmung und Achtsamkeit gestärkt und geschult und in ihren Gefühlen und Entscheidungen gestützt. Haben Mütter ein sehr schlechtes Gefühl, ist es nicht verantwortbar, dass der Kontakt zwischen Kind und Partner bestehen bleibt. Es gibt aber auch Verdachtsmomente, wo ein Kontakt unter genauer Beobachtung vertretbar ist. Diese unklaren Geschichten sind besonders heikel, wenn die Vormundschaftsbehörde involviert ist und genau das Gegenteil von den Müttern will, nämlich, dass sie einen Kontakt zum Täter aufbauen.

Ratschläge in dieser Situation:

- Die Beziehung zum Kind stärken.
- Es ist sinnvoll, alle Äusserungen des Kindes in einem Büchlein fest zu halten.
- Die Aussagen und Beobachtungen mit der Beraterin besprechen und einordnen lernen, ob es sich um eine normale Aussage handelt oder nicht.
- Wenn gerade kleine Kinder ein sexualisiertes Verhalten oft auch der Mutter gegenüber zeigen, klare Grenzen setzen!
- Nachfragen in der oben beschriebenen Weise, wenn ein Kind eine Botschaft gibt.
- Das eigene Gefühl dem Vater/Partner gegenüber wahrnehmen. Die Mutter sollte über 50% Vertrauen haben, damit eine Partnerschaft weiterhin möglich ist und der Kontakt des Kindes zum Partner weiterhin vertretbar.

- Ist das Vertrauen zu tief erschüttert, alles tun, um den Kontakt zu unterbinden.

### **Welche Fragen und Gefühle stehen bei einem Erstkontakt im Vordergrund?**

Erfährt eine Mutter von sexuellen Übergriffen auf ihr Kind, sei es vom Kind selbst, aus eigenen Beobachtungen oder von Drittpersonen, bricht eine Welt zusammen. Meistens haben sie ihrem Partner zu 100% vertraut und ihn geliebt. Glaubt eine Mutter ihrem Kind und stellt sich auf seine Seite, bedeutet das in den meisten Fällen eine Trennung vom Partner. Für viele Frauen in der Beratungsstelle sind diese Konsequenzen sonnenklar und sie werden gerade auch in ihrer Hilflosigkeit als sehr stark erlebt.

Die Tatsache, dass rückblickend Anzeichen da gewesen wären und man sie hätte anders deuten können, ist für Mütter schwer zu ertragen. Es stellen sich Fragen wie: welche Verantwortung und welche Schuld trage ich als Mutter? Hätte ich es früher merken können oder warum hat mir mein Kind nichts erzählt? Was bedeuten körperliche Zeichen, wie z.B. eine gerötete Vagina nach Besuchen beim Vater?

In vielen Fällen haben Mütter glaubwürdig nicht gemerkt, dass ihr Kind ausgebeutet wurde, was eine tiefe Verunsicherung ihrer Wahrnehmung bedeutet und grosse Schuldgefühle auslöst.

### **Stärkung der Mütter:**

#### **Was ermöglicht Müttern dem Kind zu glauben und Verantwortung zu übernehmen?**

Ob Frauen sich für ihre Tochter einsetzen können und sich auf ihre Seite stellen, hat vermutlich etwas mit ihrer eigenen Geschichte zu tun. Es sind selbstbewusste, starke Frauen mit einem guten Selbstvertrauen, die emotional nicht so stark von ihrem Partner abhängig sind, die ihr Kind schützen. Auch sie haben einen Schock und ihre Welt bricht zusammen, aber sie können sich ein Leben auch ohne Mann vorstellen. Es muss mit der Geschichte der Frau zu tun haben, ob es ihr gelingt, Zeichen wahrzunehmen oder nicht. Die Geschichte eines jungen Mädchens, das vom Lehrer ausgebeutet wurde, zeigt, dass Eltern oft nicht aus bösem Willen nicht glauben, obwohl das Kind sich mitgeteilt hat. Viele eher sind es bestimmte Muster und Verhaltensweisen, die es Eltern nicht zu denken erlauben, dass so etwas passieren kann. Es kann auch ein Schutz vor der eigenen Erinnerung sein.

## **Warum schweigen Kinder?**

Es gibt viele Fälle, in denen Mädchen tatsächlich nichts sagen. Für viele Kinder ist es ein extremer Einschnitt in ihr Leben, wenn es durch die Offenlegung des sexuellen Übergriffs zu einer Trennung der Eltern kommt. Kinder sagen oft nichts, weil sie diese Trennung nicht wollen oder weil sie es der Mutter nicht antun wollen. Sie wollen nicht schuld sein, wenn die Eltern nachher geschieden sind. Zum Teil, aber nicht nur, spielt die schon bestehende Beziehung zur Mutter eine Rolle, ob ein Kind spricht oder nicht, z.B. wie viel Verantwortung ein Kind in der Beziehung zur Mutter übernimmt.

Es gibt tatsächlich viele Mütter, die lange nichts merken und sehr glaubwürdig sind. Ein wichtiger Aspekt in der Frage, warum es so schwierig sein kann, die Übergriffe zu erkennen, ist die Tatsache, dass die Täter sehr raffiniert und manipulativ vorgehen. Nur zu oft werden Mütter an den Pranger gestellt, aber es ist nicht vorstellbar, wie perfid die Manipulationen und Drohungen der Täter sind. Es gehört zur Taktik des Verwirrens dazu, dass das Kind selbst wie auch die Mütter nicht mehr wissen, was sie wahrgenommen haben. Deshalb ist es problematisch, Müttern die Schuld zu zuweisen oder ihnen absichtliches Wegschauen zu unterstellen.

## **Einfluss der Mutter-Kind-Beziehung auf die Heilung des Kindes:**

### **Wie kann die Mutter ihr Kind in seiner Entwicklung unterstützen?**

Eltern, deren Kinder sexuelle Übergriffe erlebt haben, sei das innerhalb oder ausserhalb der Familie, spielen für die Verarbeitung des Traumas ihres Kindes eine äusserst wichtige Rolle. Vor allem dann, wenn der Vater oder Partner der Täter war, ist die Rolle der Mutter zentral.

Wie schon erwähnt ist die erste Reaktion des kindlichen Umfeldes nach dem Aufdecken eines sexuellen Übergriffes von grosser Bedeutung für den Heilungs- und Verarbeitungsprozess. Oft decken ja die Mütter den Übergriff auf. Nur schon die Tatsache, dass die Mutter Zeichen wahrnimmt und einen Verdacht hat, spürt das Kind. Das hat einen positiven Einfluss auf die Verarbeitung. Reagiert das Umfeld mit Misstrauen, Nicht-Glauben oder Vorwürfen, wird das Kind ein zweites Mal traumatisiert.

Wenn ein Kind spürt, dass die Mutter Zeichen und Aussagen ernst nimmt, auch wenn nichts verbal geäussert wurde, so ist das ein protektiver Faktor für dieses Kind. Es erfordert viel Aufmerksamkeit, Veränderungen beim Kind wahrzunehmen und nötigenfalls eine Therapie für das Kind zu organisieren. Gerade in der Pubertät bedarf es besonderer Achtsamkeit. Hier ist die Mutter in ihrer Rolle als Frau ein wichtiges Vorbild.

Die Mutter sollte möglichst bald einen normalen Alltag mit vielen schönen und besonderen Ereignissen gestalten, so dass das Leben auch in einer natürlichen Normalität weiter gehen kann. Das Kind soll sich geschützt, geborgen und sicher fühlen. Frauen werden auch darin unterstützt, ihre eigene Geschichte wahr zu nehmen und auf zu arbeiten, damit sie nicht später von den Ereignissen eingeholt werden. Ein so massiver Vertrauensbruch, der zwischen dem Paar passiert, der grosse Schmerz und die Verletzungen, brauchen unbedingt eine Auseinandersetzung. Ansonsten besteht die Gefahr, dass die Mutter unbewusste Gefühle und Reaktionen an das Kind weiter gibt. In der Beratung kann ansatzweise auf die Biographie der Mutter fokussiert werden. Oft ist aber auch eine Therapie sinnvoll. Gerade Eltern, die selbst traumatisiert sind, reagieren stark, wenn ihr Kind das Alter ihres eigenen Traumas erreicht hat. Oft entsteht eine grosse Verunsicherung. Diese Mütter kommen dann eine Zeitlang in die Beratung, um die Sicherheit zu haben, dass dem Kind jetzt nichts passiert. Sie möchten nichts übersehen. Das ist natürlich die bessere Variante als die jener Eltern, die selbst so stark traumatisiert sind, dass sie die Anzeichen beim Kind nicht sehen können.

### **Erinnern oder Vergessen?**

Für Betroffene, die eine fragmentierte Erinnerung haben, aber keine klaren Erinnerungen oder Bilder, ist es viel schwieriger mit dem Missbrauch umzugehen, als für Frauen, die klar wissen: das ist mir passiert. Grundsätzlich hat ein Kind oder eine Frau das Recht zu wissen, was passiert ist. Einem kleinen Kind, das sich nicht erinnern kann, würde ich nicht genau sagen, was passiert ist, sondern ihm altersadäquat erklären, z.B. der Papa konnte nicht so gut auf dich schauen, darum ist jetzt immer jemand dabei. Später hat es ein Recht, es zu erfahren.

Eine Frau in der Beratungsstelle beschäftigte das Thema sehr. Sie hatte zwei Mädchen und beide haben als kleine Kinder vom Vater Übergriffe erlebt. Sie konnten sich nicht erinnern und waren schon älter. Sie hatten beide Probleme mit dem Bereich Partnerschaft, Intimität und Sexualität. Ich denke, es ist wichtig, dass man die Mutter darin begleitet, wie so ein Gespräch stattfinden kann.

### **Täterkontakt**

Wurde ein Kind regelmässig und über längere Zeit ausgebeutet, ist es absolut schädlich für das Kind, den Täter weiterhin zu sehen. Es wird jedes Mal an die Situation erinnert, die es damals erlebt hat, wo es so hilflos, ausgeliefert, verwirrt und ohnmächtig war, wo es in seiner Integrität verletzt wurde. Für die Entwicklung des Kindes ist das absolut kontraproduktiv. Kinder verlieren sowieso, auch wenn es klar

ist und sie geschützt werden. Sie verlieren den Vater, die keine Monster sind, sondern oft sehr zuwendungsvolle Väter, die die Kinder gern haben und ihnen auch viel geben.

Möchte ein Kind seinen Vater auf eigenen Wunsch hin sehen, ist das zu respektieren und ernst zu nehmen, wobei bei kleineren Kindern, ein begleitetes Treffen empfehlenswert ist. Parallel dazu sollte eine therapeutische Begleitung stattfinden.

Auch diese Geschichten gibt es, wo Frauen einen Weg gefunden haben, das Geschehene aufzuarbeiten und einen relativ normalen Kontakt zum Vater aufbauen konnten. Dafür brauchte es zu einem bestimmten Zeitpunkt eine klare Abgrenzung vom Vater.

### **Einfluss auf die Biographie der Mütter**

Sexuelle Übergriffe durch den Lebenspartner haben meistens schwerwiegende Konsequenzen für die Biographie der Mütter. Das zeigt die folgende Geschichte einer Mutter dreier jetzt schon ältere Kinder, zwei Mädchen und ein Junge. Vor zehn Jahren wurde der massive Missbrauch des einen Mädchens aufgedeckt, wovon die Mutter lange Zeit nichts bemerkt hatte. Der Vater kam für längere Zeit ins Gefängnis, die Mutter musste allein ihr Leben bestreiten. Sie wurde zwar vom Sozialamt unterstützt, trotzdem werden Mütter finanziell alleine gelassen in diesen Scheidungssituationen, die ja nicht selbst gewählt wurden. Oft hat dies eine massive Einschränkung des Lebensstandards zur Folge, nimmt Einfluss auf die berufliche Laufbahn der Mütter und ihr soziales Umfeld. Die gesellschaftlichen Faktoren sind nicht zu unterschätzen. Man darf die Schuld nicht den Frauen geben.

### **Zusammenarbeit mit Behörden**

Die Zusammenarbeit mit den Sozialzentren und den Familien- und Jugendberatungen hat sich dadurch, dass immer mehr Fachwissen vorhanden ist, positiv verändert.

Die Entscheide der Vormundschaftsbehörde und der Gerichte sind oft unverständlich, z.B. wenn Übergriffe eindeutig sind und eine Mutter die Auflage erhält, innerhalb der nächsten drei Monate Vertrauen zum Vater aufzubauen, um ein Besuchsrecht zu ermöglichen.

Wie soll man in dieser Situation Vertrauen aufbauen, den Forderungen des Amtes nach kommen und gleichzeitig das Kind nicht verraten und es weiterhin beschützen?

Es lässt sich aber nicht generalisieren. Die Zusammenarbeit hängt sehr von den einzelnen Personen ab. Immer wieder lassen sich Leute auch bei Castagna beraten und weiterbilden.

Die VB hat auch eine schwierige Aufgabe: sie muss das Wohl des Kindes vertreten und entscheiden, was angemessen ist.

### **Diskussion im professionellen Umfeld**

Früher wurden in der Fachwelt zwei unterschiedliche Positionen diskutiert:

Die systemische Psychologie vertrat die Auffassung, dass das ganze Familiensystem gemeinsam therapiert wird und gab auch den Müttern eine gewisse Mitschuld, während die feministische Psychologie eine streng parteiliche Haltung einnahm. So hat man auf der einen Seite gemeinsame Therapien mit Täter und Opfer gemacht und auf der anderen Seite ein 14-jähriges Mädchen aus der Familie entfernt und sich nicht um die Familie gekümmert. Zwischen den beiden Polen gab es in den letzten Jahren eine Annäherung und auf beiden Seiten differenziertere Ansätze. Die Familie muss unbedingt mit einbezogen werden, da sie eine wichtige Rolle spielt, aber gleichzeitig braucht das Opfer parteiliche Unterstützung.

#### **8.1.3. Verena Bartels, dipl. Psychologin, Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, Mannheim/ Co-Autorin in „zart war ich, bitter war's“**

##### **Schweigen Mütter, obwohl sie vom Missbrauch wissen?**

Eine häufig gestellte Frage ist, ob Mütter schweigen, weil sie nicht wissen, dass ein sexueller Missbrauch stattgefunden hat oder weil sie es nicht sehen?

Ich denke, dass die meisten Mütter es nicht wahrnehmen, denn zwischen Sehen und Wahrnehmen liegt etwas ganz Entscheidendes. Wahrnehmung ist ja schon die konkrete Verarbeitung von etwas, das man gesehen hat. Natürlich gibt es Unterschiede zwischen den Müttern, auch sie erleben meist eine Form von Traumatisierung, die sich von der des Kindes unterscheidet. Diese Traumatisierung macht es ihnen fast unmöglich oder sehr schwer, wahrzunehmen, was wirklich passiert ist. Es ist auch deshalb so schwierig für Mütter, weil sie sich diesen Mann ausgewählt haben, und sie Vertrauen zu diesem Menschen haben wollen mit der Absicht, eine Beziehung zusammen zu entwickeln, von der sie denkt, dass diese lebenslang halten wird.

Eine Frau hat Erwartungen und Hoffnungen an einen Partner, dass er ein guter Vater für ihr Kind ist. Es kann doch nicht sein, dass dieser Mann, den sie als Vater ihres Kindes und als ihren Lebenspartner gewählt hat, so etwas Schlimmes mit ihrem

Kind macht. Das ist für die Mütter sehr schwer zu fassen und macht es ihnen unmöglich, zu glauben, was passiert ist. Das Kind denkt, wenn der Papa das mit ihm macht, dann tue er es aus Liebe, und die Mama wisse davon.

### **Wer kommt in die Beratungsstelle?**

Unsere Klientel in der Beratungsstelle ist eher repräsentativ für Mütter, die den Missbrauch entweder selbst wahrnehmen und mit den Kindern in die Beratungsstelle kommen, oder im Laufe eines Beratungsprozesses akzeptieren müssen, dass sie mit der Hypothese konfrontiert werden, dass ihr Kind missbraucht wurde.

Wir haben auch Anmeldungen von Erzieherinnen im Kindergarten, die von einem Kind berichten, das in seinem Verhalten auffällt. Dann müssen wir sehr behutsam abklären, was für und was gegen den Verdacht spricht. Das ist nicht immer möglich. Manchmal bleibt das ungute Gefühl, aber sexuelle Gewalt kann dennoch nicht nachgewiesen werden, z. B. wenn das Kind nicht spricht.

### **Glaubwürdigkeit der Mutter**

Wenn ein Kind selbst keine konkrete Aussage zum Missbrauch macht, bleibt der Verdacht im Vagen. Ein Verdacht auch darf erst dann öffentlich gemacht werden, wenn eine Aussage vom Kind vorliegt, und damit validiert wird, was an Vermutungen und Verdacht anfänglich da war. Die Glaubhaftigkeit der Aussagen der Mutter, und auch der Therapeutin, werden danach beurteilt, wie glaubwürdig sie scheinen.

Wenn eine Mutter kommt und sagt: „ich habe den Verdacht, dass mein sexuell missbraucht wird“, muss die Therapeutin sich im Laufe der Zeit ein Bild davon machen, für wie glaubhaft sie die Schilderungen dieser Mutter hält. Und sie muss vom Kind selbst erfahren, wer etwas mit ihm gemacht hat, und was er gemacht hat. Es müssen die Äusserungen vom Kind selbst diagnostisch überprüft werden. Die Aussagen der Mütter tragen zur Abklärung bei.

### **Selbst-Zweifel der Mütter**

Mütter selbst haben immer wieder Angst, dass sie den Täter zu Unrecht beschuldigen. Sie haben Zweifel an der Tat und an ihrer Wahrnehmung. Vielleicht ist es ihre Hoffnung, dass das Grauenhafte doch nicht passiert sei.

Derjenige, der die Absicht hat, sich an einem Kind zu vergehen, verwirrt ganz geplant die Wahrnehmung des Kindes, aber auch die der Mütter. Es gibt wirkungsvolle Täter-Strategien, z.B. in dem alle Dinge, die der Täter tut, anders bezeichnet und konnotiert werden. („Du spinnst ja! Wie kannst du so was von mir glauben?“) Das ist

ein kognitiver Prozess, den der Täter nutzt, um die Wahrnehmung von Mutter und Kind zu verwirren.

Die Täter sind manipulierende Menschen. Manipulieren heisst, mit einer bestimmten Absicht etwas zu planen, ohne diese Absicht preis zu geben. Wenn man eine bestimmte Absicht hat, dann muss man natürlich alles Mögliche tun, um diese Absicht zu erreichen. Dazu gehören auch, die Wahrnehmung der Opfer verzerren und die Wirklichkeiten um zu definieren. Manipulation heisst, einem Menschen seine Wahrnehmung weg zu nehmen. Das ist für die Opfer und für die Mütter fatal.

Auch als Therapeutin zweifelt man manchmal, ob es wirklich so sein kann. Man sucht nach anderen Erklärungen, die man letztendlich nicht findet. Auch Therapeutinnen müssen aufpassen, dass sie nicht manipuliert werden. Sonst kann es passieren dass sie das Thema der Mütter abwehren und ihnen nicht glauben.

### **Die Verantwortung liegt beim Täter**

Die Verantwortung für die Tat liegt beim Täter, auch wenn es immer noch Leute zu geben scheint, die die Verantwortung für die Tat bei der Mutter sehen, in dem sie zum Beispiel dem Täter sexuell nicht zur Verfügung stehe, und er deshalb seine sexuellen Bedürfnisse beim Kind befriedige.

Das ist ein völlig falsches Verständnis von Sexualität. Es geht vielmehr um Gewalt, die der Erwachsene gegenüber dem Kind ausübt, um seine Bedürfnisse zu befriedigen. Dazu benutzt er seine Sexualität. Nicht, weil er sexuell nicht befriedigt wird von seiner Frau, sondern weil er die Macht hat, das Kind nach seinen Vorstellungen, Regeln und Bedürfnissen sexuell auszubeuten. Es geht ausschließlich um Bedürfnisbefriedigung des Mächtigeren mit Hilfe schwächerer Objekte.

### **Gibt es Täterprofile?**

Gefährlich am Versuch einer Typologisierung der Täter ist, dass man Gefahr läuft, ihn zu pathologisieren. Das kann dazu führen, dass sein Verhalten scheinbar damit gerechtfertigt wird, dass er krank sei. Keiner der Täter, von denen wir hier sprechen, ist krank oder hat eine psychische Störung. Über den Begriff der Normalität müssen wir uns ohnehin nicht streiten, denn die Normvarianten sind riesig. Natürlich empfinden wir es auf Grund der gesellschaftlichen Bewertung oder unserer eigenen Normen nicht als normal, wenn einer ein Kind missbraucht. Es ist vielmehr so, dass sexuelle Ausbeutung sich in patriarchalen Systemen abspielt, in denen erwachsene Menschen (vor allem die Männer) Macht haben über andere (nämlich ihre Kinder), die von ihnen abhängig sind, und die sie als ihr Eigentum betrachten. „ Das ist mein



Kind, mit dem kann ich tun, was ich will, und wenn ich Bedürfnisse habe, dann befriedige ich sie“.

Opfer müssen auch nicht zwangsläufig zu Tätern werden. Es gibt Untersuchungen darüber, dass das nicht der Fall sein muss, auch wenn es einen häufigen Zusammenhang zu geben scheint. Aber es ist nicht so, dass jemand, der Opfer sexueller Gewalt war, zwangsläufig auch zum Täter wird, denn er hat andere Möglichkeiten, mit seiner Traumatisierung umzugehen.

### **Begünstigende Situationen**

Eine Trennungs- bzw. Scheidungssituation der Eltern kann es dem Täter erleichtern sein Kind zu missbrauchen, da er das Objekt unkontrolliert zur freien Verfügung hat. Alkoholabusus wird oft als Erklärung für sexuelle Übergriffe angeführt. Alkohol enthemmt zwar, aber es führt nicht dazu, dass der Täter über die Tat nichts mehr weiss. Eine solche Schutzbehauptung des Täters ist für das Opfer noch verletzender. Denn wenn es das Gefühl hat, der Täter/Vater hat ohne Besinnung etwas mit ihm gemacht und hat ihm etwas von Liebe und Zuneigung vorgespielt, ist das eine zusätzliche Verletzung. Alkohol wird oft genutzt, um sich zu enthemmen und eine scheinbare Rechtfertigung für die Tat zu haben.

### **Sind beschützte Besuche sinnvoll?**

In den Anfangszeiten haben wir geschützte Besuche im Einverständnis mit der Mutter durchgeführt. Das war ein Kompromiss an die damals herrschende Meinung der Beratungsstelle, dass man den Kontakt zum Vater nicht unterbinden darf, wenn man noch nicht die absolute Sicherheit über den Missbrauch hatte. Es musste abgewogen werden, ob durch die forcierte Trennung zwischen Kind und Vater dem Kind Schaden zugefügt würde, oder ob die Gefahr erhöht werde, dass der Täter die Kontakte dazu nutzt, um sich erneut zu befriedigen. Mit zunehmender Erfahrung würde mir immer klarer, dass auch bei begleiteten Besuchen sehr viel auf einer nonverbalen Ebene abläuft. Es sind meist schon so viele nonverbale Rituale zwischen Vater und Kind etabliert, dass sie sich unserer Beobachtung entziehen. Dazu gibt es folgendes Beispiel:

Ein Kind war schon im Kinderheim untergebracht, nachdem der Missbrauch aufgedeckt worden war. Es ging in dem Fall um eine ganze Klicke, die in den Missbrauch involviert war. Ein Onkel, der nicht unmittelbar zu den Missbrauchern gehörte, durfte mit Erlaubnis des Kinderheims das Kind besuchen. Dieser Onkel hat zu den Besuchen immer eine Puppe des Kindes mitgebracht, und er hat sie immer wieder mitgenommen. Als das Kind später Vertrauen zu einer Erzieherin gefasst hatte, erzähl-

te es ihr, was es mit der Puppe auf sich hat. Sie war nämlich die Verkörperung der Drohung: „wenn du jemandem etwas erzählst, dann nehme ich dir die Puppe weg.“ Die Puppe stand symbolisch für diese Drohung. Der Onkel konnte das Kind dadurch zum Schweigen bringen und den Geheimhaltungsdruck damit ständig weiter aufrecht erhalten. Dazu brauchte er bloss die Puppe zu zeigen.

Das sind Dinge, deren Bedeutungsgehalt sich auch einer Fachperson trotz sorgfältiger Beobachtung entzieht, so dass sie sich einer Kontrolle entziehen. Die Gefahr besteht, dass ein Kind in einer solchen Situation beginnt, seine Gefühle abzuspalten um sich zu schützen, bzw. seine Angst abzuwehren.

### **Dissoziieren - Abspalten**

Dissoziieren ist eine Überlebensstrategie, um Bedrohliches auszublenden. Insofern ist es zunächst etwas Konstruktives. Andererseits findet ein genereller Prozess des Abspaltens statt. Das heisst, dass auch positive Gefühle abgespalten werden, weil unterschiedliche Gefühle in der Dissoziation nicht differenziert werden können. Das ist insofern dramatisch für das Kind, denn dann kann es positive, angenehme Gefühle auch nicht mehr wahrnehmen.

Am Beispiel eines vierjährigen Mädchens, das von seinem Vater missbraucht worden war, zeigten sich folgende deutliche Dissoziationsmerkmale. Das Bestehen einer gefühlsmässigen Bindung machte es dem Vater möglich, den Übergang zwischen Zärtlichkeit und Missbrauch fließend zu gestalten und damit dem Kind die Wahrnehmung der Wahrheit zu erschweren. Denn immer wieder entgleitet dem Kind das Unfassbare des Erlebnisses, da der Vater ihm das Gefühl vermittelt, dass alles, was er mit ihm macht, aus Liebe geschähe.

Diese Form der sexuellen Gewalt ist jedoch besonders traumatisch, da die liebevolle Zuwendung mit Überwältigung vermischt ist. Um trotz dieser widersprüchlichen Erfahrung überleben zu können, muss das Kind versuchen, es zu vergessen bzw. nicht wahrzunehmen, was passiert ist. Wenn es selbst so tut, als ob alles nur ein Traum sei, dann wird vielleicht gar nichts geschehen sein. Durch das Leugnen der Tat wurde die Realitätsverzerrung der Tat noch verstärkt. Damit vermittelte er dem Kind, dass nichts passiert sei, obwohl es tatsächlich geschehen war. In der Folge entwickelte das Mädchen eine verzerrte Wahrnehmung ihrer Umwelt und eine verzerrte Wahrnehmung der bestehenden Macht- und Vertrauensverhältnisse. Dies zu bewältigen war ihr nur möglich, indem sie ihre Gefühle abspaltete und sich mit Hilfe der Dissoziation eine andere Identität gab. Sie fand für sich folgende Lösung: ab jetzt nannte sie sich mit ihrem zweiten Vornamen. Wie die Mutter erzählte, kehrte sie zu ihrem ersten Namen zurück, als sie in die Schule kam. Ihre Begründung war,

dass der Vater jetzt genug weit weg sei (durch einen Umzug) und sie wieder ... heißen könne. Dieses Kind hat auf beeindruckende Weise für sich gesorgt. Sie konnte enorme Stärken entwickeln auch in dieser bedrohlichen Situation und trotz der Ambivalenz, in der sie war.

### **Vergessen oder erinnern?**

Ich habe mir oft die Frage gestellt, ob es richtig ist den Müttern zu raten, einen frühen Missbrauch in der Erinnerung des Kindes wach zu halten, oder ob es besser wäre, ihn zu tabuisieren.

Eine Mutter erzählte mir, der Kinderarzt hätte zu ihr gesagt, kleine Kinder hätten ja die göttliche Gabe des Vergessens. Wir wissen heute aus der Neuropsychologie, dass das nicht stimmt. Kinder vergessen frühe Traumata nicht - sexuelle Gewalt führt meist zu einer Traumatisierung - es nicht etwas ist, das an einem Kind vorüber geht. Auch das wurde schon behauptet, wenn der Täter liebevoll und nicht gewalttätig gewesen sei.

Das Kind weiß, dass es etwas erlebt hat, und es erlebt jetzt, dass es darüber nicht sprechen darf, weil es ein Thema ist, das tabuisiert ist. Daran merkt es, dass es etwas Schlechtes oder Falsches war, was da passiert mit ihm passiert ist. Dafür fühlt es sich schuldig und beschmutzt.

Was macht das mit dem Kind? Es wird verrückt. Irgendwann wird das Erlebte in der Erinnerung aufbrechen, und das Kind oder die Jugendliche völlig verwirren. Es wird ver-rückt werden im Sinne des Wortes. Um das zu verhindern muss es in einer bestimmten Form eine Wertschätzung, eine Würdigung dessen geben, dass es stimmt, dass da einmal etwas mit ihm gemacht worden ist, was es zwar nicht verstanden hat, aber was dennoch wahr ist.

Es ist sicher schwierig, das ohne Schuldzuweisung zu tun.

Das kann man von Müttern kaum erwarten. Sie muss dem Kind ja auch sagen, wer etwas Unrechtes mit ihm gemacht hat. In irgendeiner Form muss dies einen Platz haben, damit das Kind es in sein Leben integrieren kann. Das ist Aufgabe der Therapie.

Dazu bedarf es natürlich die Unterstützung der Mutter, wenn sie bereit dazu ist, eine Sprachregelung zu finden, wie dem Kind das Gefühl vermittelt werden kann, dass das real passiert ist, was passiert ist.

Es geht vor allem um die Korrektur der Wahrnehmungsverzerrung. Neuropsychologisch betrachtet ist Hilfe zum Erinnern die fachlich richtige Entscheidung. Wir wissen, dass trotz Verleugnung und Verdrängung Erinnerungsstücke, sogenannte Fragmente abgespeichert werden. Auch wenn noch so viel psychische Energie auf-

gewendet wird, etwas vollständig zu verleugnen oder zu verdrängen, verlaufen diese Prozesse so ab, dass die Erinnerungen fragmentiert und unterschiedlich abgespeichert werden. In bestimmten Situationen oder bestimmten Erlebnissen werden sie dann wieder angetriggert. Es kommen Teile der Erinnerung hoch, im Sinne von Flashbacks oder Albträumen. Der ganze Selbstschutz, der aufgebaut worden ist, kann dann zusammenbrechen.

### **Die Wut auf die Mutter**

Ich habe die Wut der Töchter auf die Mutter erlebt, die manchmal sogar stärker war als die Wut auf den Vater. Das ist etwas, was mich sehr betroffen gemacht hat, da ich ja der Meinung bin, dass die ausschliessliche Verantwortung für die Tat beim Vater liegt. Die Mutter hat ja vielleicht das eine oder andere auch nicht richtig gemacht in der Erziehung des Kindes, aber derjenige, der die Verantwortung für den Missbrauch hat, ist er. Die Töchter fühlen sich jedoch von den Müttern im Stich gelassen. Sie glauben, dass Mütter allwissend und allmächtig sind und daher den Missbrauch hätten verhindern und sie schützen können.

### **Falsche Partnerwahl**

Oft wählen missbrauchte Frauen den falschen Partner auf der verzweifelten Suche nach Geborgenheit. Die betroffenen Frauen konnten oft wenig Selbstbewusstsein entwickeln und lieferten sich infolgedessen bestimmten Männern aus. Das klingt j, als ob das auf Seiten der Frauen ein aktiver Prozess wäre, aber es ist ein passiver: sie lassen mehr oder weniger mit sich machen. Sie liefern sich auf Grund ihres mangelnden Selbstwertgefühls den Männern aus, die einen hohen Machtanspruch haben, und bei denen ihre eigene Bedürfnisbefriedigung im Vordergrund steht. Das hat zur Folge, dass missbrauchte Frauen häufig zu frühe und schwierige Bindungen eingehen. Häufig kommt es zu ungewollten Schwangerschaften unter Bedingungen, die kaum Ähnlichkeiten mit erfüllter Sexualität haben.

### **Mütter**

Wenn es um die Entwicklung der eigenen Identität der Töchter geht, sind die Mütter als Orientierung wichtig. Eine Mutter, die für sie verfügbar war, die Verständnis für sie hatte, die für sie da war und sie beschützte, verschafft ihrem Kind Identitäts- oder Identifikationsmöglichkeiten im Gegensatz zu einer abwesenden Mutter, sei es, dass sie krank oder depressiv war.

Interessant ist die Hypothese, dass manche Mütter insofern schlechte Mütter für ihre missbrauchten Töchter seien, weil bei ihnen oft eigene Missbrauchsgeschichten angetriggert würden durch das Verhalten der Tochter. Das verhindere manchmal, dass sie etwas sehen oder wahrnehmen könnten. Es sei möglich, dass diese Mütter zwar etwas sehen, aber dadurch, dass sie mit ihren eigenen Erinnerungen konfrontiert würden, das Kind ablehnten. Das Verhalten des Kindes werde zum Anlass dafür, dass die Mutter sich mit ihren eigenen schrecklichen Erinnerungen auseinandersetzen müsse. Eine Mutter, die selbst massive sexuelle Gewalt erlebt hat und versucht hat, irgendwie in ihrem Leben damit fertig zu werden, wird mit ihrem Kind, das missbraucht worden ist, anders umgehen, als wenn sie es nicht erlebt hätte. Wenn sie den eigenen Missbrauch in ihr Leben integrieren konnte, wird sie den Missbrauch an ihrem Kind eher wahrnehmen können, als wenn sie dies nicht geschafft hat. Wenn sie ein Leben lang die Energie aufwenden musste, Erinnerungen an unbewältigte Erlebnisse abzuwehren, dann kann es eher passieren, dass sie den Missbrauch an ihrer Tochter auch abwehrt und nicht wahrnimmt.

Die plakativen Beschuldigungen von Müttern, sie hätten nur ihre eigenen Interessen im Blick, oder sie würden nicht wahrnehmen oder sie wären gar Mittäterinnen, finde ich undifferenziert, denn sie werden den meisten Müttern nicht gerecht. Es ist daher wichtig, die Biographie der Mutter differenziert anzuschauen und zu fragen, was sie für Stärken entwickeln konnte, die es ihr möglich machen, sich auf die Seite des Kindes zu stellen mit allen Konsequenzen. Oder was macht es ihr unmöglich zu sehen und wahrzunehmen.

Wir müssen uns vielmehr die Frage stellen, was dazu führen kann, dass eine Mutter ihre Wahrnehmung verzerrt oder dass ihre Wahrnehmung verzerrt worden ist. Was hat sie erlebt, was ist in ihrer Geschichte passiert, dass auch sie dissoziieren muss. Die Wahl des Partners kann nicht unter dem Aspekt der Schuld gesehen werden. Denn es ist die Frage, wie weit die Wahl des Partners frei und dem eigenen Willen unterworfen ist, oder ob das nicht eine Illusion ist.

### **Auswirkungen auf das Leben der Mütter**

Ein Missbrauch am Kind ist eine Form von psychischer Gewalt gegenüber der Mutter und hat damit auch Folgen für spätere Beziehungen zu anderen Männern, wenn sie sich von dem missbrauchenden Mann trennt getrennt hat.

Der wesentliche Knackpunkt des Missbrauchs ist der Bruch des Vertrauens und damit einhergehend dem enormen Misstrauen, das entsteht, nicht nur in dieser Beziehung, sondern Misstrauen gegenüber vielen Menschen, sowie die Angst vor Verlust und die Angst davor ausgebeutet zu werden.

Wenn wir davon ausgehen müssen, dass der Missbrauch das Leben einer Mutter verändert in der Form, dass das Auswirkungen hat auf ihre Art, Beziehungen zu Männern einzugehen, wird das auch zu Störungen der Sexualität führen. Das ist sicherlich etwas, womit viele Männer schlecht umgehen können, weil sie es nicht verstehen können, in manchen Situationen mit einem Verhalten konfrontiert zu werden, das sie sich überhaupt nicht erklären können, oder durch das sie sich zurück gewiesen fühlen oder der Frau unterstellen, dass sie denkt, er wäre nun auch so ein Missbraucher. Ihr Verhalten in Bezug auf Männer verändert sich als eine Folge des Missbrauchs der Tochter. Der Vertrauensbruch, bis hin zu Störung des Urvertrauens, denn da wird Urvertrauen zerstört, ist bei den Müttern auch tief und bestimmt damit die Qualität der Beziehungen, die sie eingeht.

Schutzreaktionen der Frau können vom Partner oft nicht als solche gesehen werden. Es ist vielleicht vergleichbar, mit dem, was wir bei den Borderleinstörungen sehen, nämlich dieses Ungleichverhältnis zwischen Nähe und Distanz. Der Wunsch nach intensiver Nähe auf der einen Seite, aber dann auch gleichzeitig wahnsinnige Angst vor der Nähe. Das führt zu einer Art von Distanz, die ein Partner nur als Zurückweisung interpretieren kann. Das Gleichgewicht von Wünschen und Bedürfnissen nach Nähe ist nicht so ausgeprägt, wie es vielleicht früher war, denn jetzt lauert die Angst immer irgendwo mit. „Pass auf, dass der mir nicht zu nahe kommt, denn zu viel Nähe könnte mir gefährlich sein“.

Wenn wir wissen, dass gerade die Bedürfnisse nach Nähe ausgebeutet werden können, indem sie sozusagen sexualisiert werden, dann ist verständlich, warum Betroffene solche Schwierigkeiten entwickeln. Es ist gar nicht so abwegig, dass Mütter das in einer gewissen Weise übernehmen, weil sie ähnliches empfinden, nämlich, dass das Bedürfnis nach Nähe ausgebeutet werden kann. Bei ihrem Kind hat die Mutter ja erlebt, dass es passiert ist. Es ist ein Teufelskreis, weil das Herstellen von Distanz natürlich wieder zu Lasten der eigenen Bedürfnisse geht.

### **Langzeitauswirkungen**

Langanhaltender Missbrauch durch nahe Bezugspersonen wie z.B. Väter, und die Abwesenheit einer schützenden Mutter, haben einen grossen Einfluss auf die Entwicklung der Kinder, die oft schwerst traumatisiert sind. Das ganze Leben ist beeinträchtigt, schwerste psychische Störungen mit Suizidversuchen und Selbstverletzungen können die Folge sein mit immer wiederkehrenden Psychiatricaufenthalten.

Für TherapeutInnen ist es ein guter Schutzfaktor, sich die schrecklichen Erlebnisse ihrer KlientInnen nicht bildlich vorzustellen. Ob die Schilderungen alle so stimmen, ist in der Therapie irrelevant, denn es ist Realität für die Klientin. Auf jeden Fall darf

man sie nicht der Lüge bezichtigen, nur weil wir uns nicht vorstellen können, was alles mit einem Kind gemacht wird.

## **8.2. Interviews mit Mütter sexuell missbrauchter Kinder**

### **8.2.1. Die Geschichte von Paula W.**

Frau W. lebt in einer Landgemeinde in der Nähe von Bern. Neben ihrem eigenen Kind adoptierte die Familie ein Geschwisterpaar im Alter von drei und vier Jahren. Die beiden Söhne sind nun erwachsen und leben ein zufriedenes Leben. Der eine Sohn hatte mit etwa 20 Jahren eine schwere, psychische Krise. Jetzt hat er eine Familie und arbeitet im sozialen Bereich. Der zweite Sohn hat einen handwerklichen Beruf erlernt und hatte eine feste Beziehung.

### **Das Aufdecken des Missbrauchs ihrer Kinder**

Etwa zwei Jahre nach der Adoption erzählte das jüngere Kind der Mutter einen Traum, der sie hellhörig machte. Die Tatsache, dass das Kind den Traum als Geheimnis erzählen wollte, machte ihr klar, dass da etwas nicht stimmte. Im Traum stand das Kind vor einer nackten Frau, von der er anfänglich den Namen verschwieg. Einige Tage später aber offenbarte es der Mutter, dass diese Frau eine Tante der leiblichen Familie war. Der Bruder erzählte vom Missbrauch durch den Onkel, nachdem er bei einem Nachbarskind mit Pornoheften in Kontakt gekommen war.

### **Reaktionen der Mutter, ihres familiären Umfelds und des Gerichts**

Während ihr Mann anfänglich noch an dieser Tatsache zweifelte, glaubte die Mutter den Kindern sofort. Sie merkte an ihrer Körpersprache, dass sie die Wahrheit sagten. Auch die Mutter von Frau W. hatte zuerst Schwierigkeiten, den sexuellen Missbrauch zu verstehen. Ihrer Schwester tat es sehr leid und ihr Bruder wollte eigentlich nichts davon wissen. Eine solche Tat schien ihnen nicht vorstellbar zu sein. Später fühlte sich die Mutter aber doch von ihrer Familie unterstützt.

Frau W. suchte sich das Wissen in Büchern zusammen, das ihr half, mit der Situation umzugehen und für ihre Kinder das Richtige zu tun. Sie lernte, was ein Missbrauch für Kinder bedeutet. Ratschläge für die Mutter fand sie aber keine. So meldete sie sich nach einem Jahr bei einer Elternberatung, wo sie Unterstützung in einer Gruppe für Mütter missbrauchter Kinder fand.

Die Aussagen der Kinder hielt Frau W. in einem Tagebuch fest, das für die Söhne jeder Zeit zugänglich ist. Bis jetzt wollten sie die Aufzeichnungen nicht lesen. Sie wissen aber, dass das, was geschehen war, festgehalten ist.

Bei dem späteren Gerichtsverfahren hielt der Gutachter die Kinder für unglaubwürdig, weil sie in einem anderem Zusammenhang Situationen beschrieben, die nicht der Realität entsprachen. Auch die Mutter fühlte sich von diesem Psychologen nicht ernst genommen und für unglaubwürdig abgestempelt.

### **Die eigene Geschichte erwacht**

Durch den Missbrauch an ihren Söhnen, kam Frau W. auf ihre eigene Geschichte. Sie träumte in dieser Zeit von sich selbst als kleines Mädchen. Dieser Traum bracht Erinnerungen an ihren Grossvater zurück, der sie als kleines Mädchen sexuell missbraucht hatte. Es gab weitere Übergriffe durch zwei Tanten und eine Cousine.

Frau W. wuchs in einer frommen Familie auf, die klare Rezepte dafür hatte, was richtig und falsch ist und strenge Vorstellungen über Sexualität äusserte. Besonders der Grossvater betonte immer wieder, dass Sex nur in der Ehe erlaubt sei. Darum hielten ihn alle für glaubwürdig und seriös und niemand glaubte Frau W., als sie später darüber sprach. Sie denkt aber, dass ihre Eltern zum Zeitpunkt des Missbrauchs nichts davon wussten, auch weil sie es ihnen erst als Erwachsene mitteilte. Als Kind hatte sie die Erinnerung daran verloren, weil sei zur Zeit des Missbrauchs noch sehr klein war. Zudem wäre sie vom Vater und vom Grossvater geschlagen worden, wenn sie darüber gesprochen hätte. Der Mutter tat es sehr weh, als sie später davon erfuhr. Dann versuchte sie sich für ihre Tochter einzusetzen, während der Vater seiner Familie hörig schien und sich nicht für sie wehren konnte.

Ihre eigenen Söhne erzählten zuerst nichts von den Übergriffen, weil die Täter ihnen damit drohten, dass die Adoptiveltern dasselbe tun würden.

### **Bedeutung und Umgang mit aktuellen Diskussionen in der Öffentlichkeit**

Frau W. ist froh darüber, dass das Thema zurzeit durch die weltweiten Missbräuche in der katholischen Kirche wieder diskutiert wird. So kommt die Meldung, dass ein Missbrauch für die Opfer nicht gut ist und weh tut, weltweit zurück. Auch ihre Söhne regen sich über dies Meldungen sehr auf. An Diskussionen beteiligt sich Frau W. aber nicht, weil immer wieder ihre Glaubwürdigkeit in Frage gestellt wird, wenn sie von ihrer eigenen Betroffenheit erzählt. Das ist für sie schlimm und löst immer wieder Ängste aus. Auch wenn viele Leute finden, dass sie diese alten Geschichten nun doch vergessen könnte, ist das nicht möglich. Sie vergleicht es mit einem Knochenbruch, der ja bei Wetterwechsel auch immer wieder schmerzt. Durch die Dro-



hungen von früher kann in bestimmten Situationen immer wieder Todesangst auftreten. Auch Situationen, wo ihr Menschen zu nahe kommen wie zum Beispiel im Bus, können alte Gefühle wieder aufleben lassen.

### **Veränderungen in ihrem Leben durch den Missbrauch ihrer Kinder**

Durch den sexuellen Missbrauch ihrer Kinder ist Frau W. auf ihren eigenen Missbrauch gestossen. Das empfindet sie als positiv. Sonst hätte sie sich vielleicht erst viel später daran erinnern können oder wäre krank geworden. Durch die Therapien, die sie dadurch gemacht hatte, ist sie aufmerksamer für Menschen geworden. Sie empfindet, dass sie heute intensiver lebt als früher und neue Fähigkeiten entwickelte. Sie weiss besser, wer sie selbst ist und dass es Menschen gibt, die so handeln. Sie hatte ihre Gefühle wieder gefunden. Das ist für sie das Wichtigste. Wenn man Gefühle wieder hat, ist das Leben voll.

### **Verzeihen**

Irgendwann konnte Frau Weber nach einem langen Weg verzeihen. Sie formuliert es so:

Verzeihen ist ganz weit weg vom Anfang. Verzeihen heisst nicht vergessen oder gut heissen. Es heisst, jemanden in Frieden zu entlassen. Zum Verzeihen muss jeder seinen eigenen Zeitpunkt finden. Man kann das nicht von aussen fordern.

Verzeihen ist, den inneren Frieden finden.

In einer Rückführungstherapie erkannte sie, dass sie sich an allem schuldig fühlte und konnte vieles loslassen. Sie konnte dem Grossvater und den Tanten verzeihen, auch wenn sie tot waren. Sie verzieh den Tätern die Tat. Sie verzieh auch der Cousine, die noch lebt. Reden darüber würde sie aber nicht mit ihr, da diese sagen würde: du lügst. Davor schützt sich Frau W. und spricht mit ihr auf einem geistigen Weg.

Die Tatsache, dass Frau W. in ihrer Ursprungsfamilie Inzest erlebte und später Kinder adoptierte, die dieses Thema mit in die Familie brachten, ist verblüffend. Sie empfindet das als Glück für alle, da sie viel von einander lernten. Sie sagt: „Das Leben ist auch gut verlaufen. Auch wenn ich die Verwandten gerne „ungespitzt“ in den Boden gestampft hätte!“

Durch diese Auseinandersetzung hat sich für Frau W. ein Zugang zur Spiritualität geöffnet, der ihr Kraft und Hoffnung gibt.

## **Die Kraft zu Überleben**

Das wichtigste für Frau W. ist das Vertrauen und der Glaube daran, dass es so war. Das gab nicht nur den Kindern Kraft sondern auch ihr selbst. Für die Kinder ist es wichtig, dass sie von Menschen manchmal etwas bekommen, ohne eine Leistung dafür erbringen zu müssen.

Immer wieder betont sie, wie wichtig es ist den Kindern zu glauben, aber auch sich selbst. Man muss den eigenen Gefühlen trauen, auch wenn Partner manipulieren. Man muss den Kindern zuhören und auf die eigene Kraft vertrauen. Die Kinder sollen als Persönlichkeiten respektiert werden und lernen „Nein“ zu sagen. Wenn aber rohe Gewalt herrscht, nützt das nichts. Dann kann sich ein Kind nicht wehren. Man kann Kinder nicht total schützen. Aber man kann ihnen glauben und sie dann schützen.

Die Tat wegmachen kann man nicht, aber lernen, damit umzugehen. Die Hoffnung und liebevolle Menschen rundherum geben Kraft. Frau W. hat das in ihrem Mann, ihrer Mutter und den Geschwistern letztendlich gefunden.

## **Ein offener Wunsch**

Frau W. wünscht sich, dass ihren Enkelkindern nicht dasselbe passiert, dass kein Kind mehr sexuell missbraucht wird. Neben der riesigen Wut auf den Täter vergisst man oft den lebenslänglichen Schmerz der Opfer.

Ich danke Frau W. für dieses Gespräch.

## **8.2.2. Die Geschichte von Marianne B.**

Marianne B. lebt in einer Kleinstadt in der Zentralschweiz. Sie hat drei erwachsene Kinder. Eines der Kinder ist inzwischen selbst Vater geworden. Die Tochter ist noch in Ausbildung und lebt alleine.

Marianne B. ist geschieden, übt eine interessante Tätigkeit im sozialen Bereich aus und lebt alleine.

## **Das Aufdecken des Missbrauchs**

Frau B. überraschte den Vater bei Übergriffen an der noch kleinen Tochter. Sie fand keine passende Beratung und versuchte, die Situation selbst in den Griff zu bekommen. Sie informierte die nähere Umgebung über den Vorfall und setzte den Vater damit unter Druck, dass er mit dem sexuellen Missbrauch aufhören solle. Sie glaubte seinen Versprechungen und vertraute ihm.

Als die Tochter 12 Jahre alt war, „erwischte“ sie ihn wieder bei sexuellen Handlungen.

Dadurch, dass sie selbst nachts arbeitete, hatte er viele Gelegenheiten, wo er mit der Tochter allein war. Nach diesem zweiten Vorfall schützte Marianne B. ihr Kind sofort und gab ihr einen Schlüssel für ihr Zimmer. Da der Mann schon vorher alle Schlüssel entfernt hatte, kam es zur Konfrontation und zum Streit.

### **Unterstützung**

Eine Nachbarin und ihre Chefin unterstützen Frau B sehr. Die Familie des Mannes gab die Schuld allerdings Frau B.

Frau B. fand dann Beratung in einer Gruppe für Mütter sexuell missbrauchter Kinder.

Um sich endgültig von ihrem Mann zu trennen, musste sie aber zuerst ihre ökonomische Unabhängigkeit organisieren. Unterstützung fand sie auch bei einem Psychiater. Eine Familientherapie erwies sich als wenig hilfreich, da die Therapeuten über zu wenig Erfahrung mit diesem Thema verfügten. Immerhin wurde es ihr möglich sich zu trennen und sie liess sich schliesslich scheiden. Der Missbrauch kam am Gericht nicht zur Sprache, so dass der Vater ein Besuchsrecht erhielt. Die Tochter verweigerte aber die Besuche und begann sich dadurch vom Vater abzulösen.

### **Enkelkinder**

Durch die Enkelkinder eines Sohnes ist Frau B. auf eine neue Weise mit dem sexuellen Missbrauch konfrontiert. Sie befürchtet, dass der Vater ihrer Kinder auch die Enkelin missbrauchen könnte. Dadurch kommt es aber auch zu Gesprächen mit dem Sohn, in denen sie ihn immer wieder auf seine Verantwortung für seine Kinder aufmerksam macht. Ihr Sohn hat aber Angst seiner Frau vom Missbrauch seines Vaters zu erzählen, weil er befürchtet, von ihr gleich eingeschätzt zu werden, wie sein Vater. Dadurch fühlt sich Frau B. umso mehr mitverantwortlich für ihre Enkelkinder. Schlussendlich kann sie aber nichts tun, ausser mit ihrem Sohn immer wieder darüber zu reden.

### **Die Gruppe**

Inzwischen ist Marianne B. seit 17 Jahren in der Müttergruppe. Einen Ort zu haben, wo man reden kann und verstanden wird, empfindet Frau B. als sehr hilfreich. Im privaten Umfeld muss sie immer erklären, was passiert ist und sich auch rechtferti-

gen. In der Gruppe dagegen wird man verstanden und kann sich gegenseitig mit seinen Erfahrungen helfen.

Dadurch dass jede Frau aber auch eine unterschiedliche Geschichte hat und verschieden mit der Situation umgeht, ist man immer wieder mit anderen Sichtweisen konfrontiert, was sehr positiv ist. Ansonsten würde man nur noch die eigene Geschichte vor Augen haben.

Eine Begleitung der Gruppe durch eine Leiterin ist bei einem so schwierigen Thema für Frau B. wichtig. Man verrennt sich sehr schnell und zieht die anderen sofort mit ins Negative.

### **Was half Marianne B. zu überleben?**

Vor allem die Kinder halfen Frau B. zu überleben. Sie hatte ja die Verantwortung für sie. Wichtig war aber auch der Beruf, einerseits ökonomisch, aber auch, weil im Beruf ein anderes Thema als das des Missbrauchs wichtig ist und sie sich als Frau respektiert fühlte.

Die wenigen Menschen, die sie in ihre Geschichte eingeweiht hatte, trugen sie durch die schwierige Zeit. Auch die Wohnsituation war ideal mit viel Unterstützung in der Nachbarschaft.

Die jahrelange Therapie bei einem verständnisvollen Therapeuten war sehr hilfreich. Marianne B. realisierte, dass die Kinder ja nichts dafür können. In der Therapie lernte sie auch, was sie falsch gemacht hatte. Sie denkt, dass sie immer zu viel Verantwortung übernahm und dass das Gefüge dann zusammenbrach, als sie diese Verantwortung abgab. Sie meint, sie hätte das früher tun sollen. Dieses Verhalten hatte sie schon in der Kindheit gelernt. Sie fühlte sich in einer Art von Co-Abhängigkeit. Hoffnung fand sie vor allem an diesen Orten.

### **Beziehung zur Tochter**

Die Beziehung zur Tochter war schwierig. Sie lebte noch eine Weile zuhause, zog aber bald mit dem Freund zusammen. Frau B. sah das eher kritisch als einen Schritt von einer finanziellen Abhängigkeit in die nächste.

Einige Jahre war der Kontakt ganz unterbrochen. Das war eine harte Zeit, denn die Mutter wusste nicht warum. Viel später erklärte die Tochter in einem Brief, dass sie in eine grosse persönliche Krise gekommen war und schwere Depressionen hatte. In dieser Zeit war keine Kontaktaufnahme möglich gewesen.

Jetzt entsteht langsam ein vorsichtiger Kontakt zwischen Mutter und Tochter. Nach wie vor, will die Tochter nicht über den Missbrauch reden. Früher warf sie ihr vor, dass die Mutter nichts getan hatte.

Ihr Problem sei es gewesen, dass sie dem Täter vertraute, meint Marianne B., dass er es nicht mehr tun würde. Beim ersten Missbrauch war die Beziehung zu ihrem Mann intakt. Danach wurde sie immer schwieriger und Marianne B. versuchte aufzupassen, dass der Mann nicht mehr mit der Tochter allein war.

Geholfen hat der Tochter, dass Frau B. sie nach dem zweiten Vorfall schützte und handelte. Heute macht die Tochter der Mutter keine Vorwürfe mehr.

### **Die Beziehung zwischen Frau B. und ihrem Ex-Mann**

Frau B. sagt, dass der Mann nicht nur die Tochter missbrauchte sondern auch sie. Er habe ihr Vertrauen zutiefst missbraucht und gäbe ihr auch noch die Schuld am Missbrauch der Tochter. Er müsse zum Kind, weil sie keine richtige Frau sein. Dadurch fühlte sich Marianne B. als Frau sehr abgewertet.

Nach der zweiten Konfrontation kam es zu Morddrohungen gegen Frau B. und ihre Kinder. Die Polizei war damals nicht hilfreich und konnte nicht eingreifen, weil ja nichts passiert sei. Immer wieder droht ihr Ex-Mann mit Selbstmord und setzt dadurch die Kinder unter Druck.

### **Täterkontakt**

Die Tochter will keinen Kontakt zum Vater. Dieser hat ihr aber jahrelang abgepasst und sie bedroht. Dadurch hatte sie grosse Panik. Genauso wie er früher der ganzen Familie drohte sie alle zu töten. Immer wieder, auch noch nach zwanzig Jahren, taucht er vor dem Haus der Mutter auf. Der ältere Sohn schützt die Mutter aber so gut es geht vor Konfrontationen mit dem Vater.

Immer noch sucht der Ex-Mann nach schuldigen und übernimmt keine Verantwortung. Sie empfindet ihn als sehr manipulative Persönlichkeit, die immer einen Schuldigen haben muss. Als Partnerin muss man sehr aufpassen, dass man die Verantwortung nicht übernimmt, was ihr heute durch die therapeutische Arbeit sehr gut gelingt.

### **Warum schwieg ihre Tochter?**

Frau B. erzählt, dass der Vater ihrer Tochter drohte, dass sie Schuld sei, wenn die Eltern sich scheiden liessen. Dadurch fühlte sie sich so unter Druck gesetzt, dass sie nicht reden konnte. Sie wollte eine intakte Familie, sie wollte zwar einen Vater, aber einen anderen. Marianne B. hofft, dass ihre Tochter in der Psychiatrie über den Missbrauch sprechen konnte.

### **Befinden der Tochter heute**

Nach schwierigen Jahren mit Depressionen und Aufenthalten in der Psychiatrie hat sich die Tochter entschlossen, nochmals einen neuen Beruf zu lernen. Es sieht so aus, als hätte sie nun wieder mehr Boden unter den Füßen. In ihrem Hobby mit Pferden findet sie viel Bestätigung und Zufriedenheit. Über die Tiere ist auch ein Kontakt mit der Tochter wieder möglich.

### **Ein Wunsch**

Frau B, sieht ihre Aufgabe darin zu schauen, dass der Missbrauch nicht auf die nächste Generation weitergeht.

Sie wünscht sich, dass betroffene Frauen sich zusammen tun und sich beraten lassen und so stärker nach aussen auftreten können. Durch die aktuelle Thematik der Missbräuche wird das Thema zum Glück wieder vermehrt diskutiert. Wichtig ist, dass Beiträge in den Medien seriös gemacht werden, so dass die Mütter nicht wieder die Schuldigen sind. Sonst ist es gefährlich. Man muss unbedingt das Angebot bestehender Müttergruppen bekannt machen.

### **Veränderung für ihr Leben**

Marianne B. denkt, dass sie selbstbewusster geworden ist dadurch, dass sie gezwungen war, auf ihr eigenes Leben zu schauen. Sie kann jetzt ein eigenständiges Leben führen und habe auch im Beruf Erfolg gehabt. Sie sieht auch viele positive Entwicklungen in ihrem Leben und hat Fähigkeiten entwickelt, sie sie vorher nicht kannte. Eine Partnerschaft kann sie sich aber nicht mehr vorstellen, das Vertrauen würde ihr fehlen. Zudem will sie ihre Selbständigkeit nicht mehr aufgeben, auf die sie auch sehr stolz ist.

Ich bedanke mich bei Marianne B. für das Interview.

## 8.3. Die Gruppe

### 8.3.1. Gruppenausschreibung

#### **Kunsttherapeutische Begleitung für Mütter sexuell missbrauchter Kinder**

Ihr Kind wurde sexuell missbraucht und Sie als Mutter stehen vor einem riesigen Berg voller Fragen und Ängste.

Ihr Kind wird vielleicht in einer Therapie unterstützt, aber auch Sie als Mutter brauchen Informationen, Unterstützung und Begleitung.

Sie treffen sich in der Gruppe mit Müttern, die das Selbe erlebt haben.

Im geschützten Rahmen können Sie ihre Geschichte und ihre Gefühle ausdrücken und teilen.

Sie geben Ihrer Geschichte eine Stimme und finden Worte für das Unausgesprochene.

Im gestalterischen Schaffen finden Sie wieder Kraft und entdecken neue Wege.

So gewinnen Sie das Vertrauen, Ihr Kind zu begleiten, gemeinsam die Schätze in den Ruinen zu entdecken und voller Zuversicht zusammen in die Zukunft zu schreiten.

Im Gespräch und mit kreativen Mitteln begleite ich Sie auf diesem schweren, aber möglichen und lohnenden Weg.

Für diese Arbeit brauche sie keine künstlerischen Kenntnisse!

Wann: jeden zweiten Donnerstags, 14.00-16.00

Dauer: 10x, auf Wunsch wird die Gruppe fortgesetzt.

Ort: Praxis-Atelier Ottikerstrasse 55, 8006 Zürich

Leitung: Hjørdis Mair, Kunst- und Ausdruckstherapeutin, MA

### **8.3.2. Übungen zur Arbeit in der Gruppe**

Die folgende Liste ist eine Auswahl von möglichen Übungen zur Stärkung der oben beschriebenen Kompetenzen, zur Gruppenbildung und zur Stabilisierung während dem Prozess der Aufarbeitung. Sie erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit und wird sich natürlich während der konkreten Arbeit verändern und ergänzen.

#### **Ankommen:**

- Auswählen einer Karte mit verschiedenen Wegen und Strassen.
- Woher komme ich? Wohin möchte? Was erwarte ich von der Gruppe? Welche Wünsche habe ich? → Im Herumgehen sich darüber Gedanken machen.
- Was war, was ist geschehen und nicht mehr zu verändern?
- Was kommen wird, kann ich gestalten. → Die Karten in der Kreismitte zu einem Bild arrangieren, so entsteht ein erstes gemeinsames Bild der Gruppe.
- Kennenlern-Soziometrie: die Frauen stellen sich nach verschiedenen Eigenschaften und Vorlieben in Gruppen → Gemeinsames wird sichtbar, aber auch Verschiedenes und Einzigartiges. Das Benennen von Hobbies und Vorlieben lenkt die Aufmerksamkeit auch auf positiv erlebte Lebensbereiche.
- Informationen über die Gruppe, die Arbeitsweise, den Raum- und Zeitrahmen, Wertschätzung und Verschwiegenheit. Eingehen auf die genannten Wünsche.
- Informationen über ein Trauma und seine Folgen → hilft, eigenen Reaktionen und die des Kindes besser verstehen zu können.

#### **Ressourcen erkennen und würdigen**

- Schreiben sie alles auf, was Sie denken, dass sie es können. Wirklich alles und dann benennen Sie, was Sie mühelos können. → Überlegen Sie, was Ihnen in der aktuellen Situation helfen könnte?
- Schreiben Sie alles auf, was Ihnen je geholfen hat, als es Ihnen schlecht ging.
- Schreiben Sie alles auf, was in Bezug auf den Missbrauch des Kindes und Ihre eigene Situation funktioniert hat.
- Wo haben sie sich stark gefühlt? Was hat ihrem Kind geholfen? Was hat ihnen geholfen?



- Schreiben Sie alles, was je geholfen hat auf einen Notfallzettel. Dieser kann immer wieder ergänzt werden.
- Machen Sie einen Notfallkoffer mit allem, was Ihnen in einer Notsituation helfen könnte: Notfallzettel, Telefonnummern, Wohlfühl-Ideen etc.
- Was in den letzten 24 Stunden, in der letzten Woche war anders als schwierig? Wann haben Sie sich besser oder verschieden gefühlt? → Wie fühlt sich das in Ihrem Körper an? → Welche Farben sehen Sie. Ev. entsteht daraus ein Bild.
- Eine mögliche Hausaufgabe: man achte eine Woche lang auf alles, von dem man möchte, dass es sich wiederholt und notiere es (nach de Shazer, in Reddemann 2003, S.29). Danach kann man beschliessen, dasjenige was Freude macht, vermehrt zu tun. Somit konzentriert man sich auf das schon Vorhandene und auf das Wünschenswerte.
- Geschichten über den Schmerz, die Wut, die Verzweiflung → Ressourcen-Geschichte:
  - Freudenbiographie
  - Ein Liebesbrief eines „Dings“ an sich selbst“
  - Eine Ode an das Leben
  - Gedichte zu den Bildern, zu einem Tanz
  - Gedichte aus Wörtern, die von anderen Teilnehmenden zu einem Bild als Feedback gegeben wurden

### **Stabilisierung und Selbstwahrnehmung**

Nachfolgend werden einige möglichen Übungen zur Stabilisierung der Klientinnen aufgezeichnet. In den Büchern von Luise Reddemann und Jon Kabat Zin finden sich viele weitere sehr hilfreiche Übungen.

- Gedanken verscheuchen: wenn belastende Bilder auftauchen, bewusst nach einem anderen, positiv besetzten Bild suchen. Hilfreich ist auch das Bild der Wolken, die zwar da sind, aber vorüber ziehen. Sobald das Gegenbild imaginiert werden kann, besteht die Möglichkeit zwischen den Bildern zu wählen. So können Gegenbilder zu den Schreckensbildern gefunden werden.
- In einem weiteren Schritt können diese Bilder gemalt oder auch dreidimensional gestaltet werden. Sie können als Erinnerung, sozusagen als Medizin zu Hause aufgehängt werden.
- Einen sicheren Ort gestalten:

Durch eine offen angeleitete Imagination findet die Klientin einen Ort, an dem sie sich sicher und geschützt fühlt. Dieser Ort wird danach mit verschiedenen Materialien gestaltet.

- Ein bestimmtes Material steht zur Verfügung, z.B. Ton oder eine Schachtel, daraus wird ein sicherer Ort gestaltet.
- Einen inneren Helfer finden und gestalten. Dazu eignet sich das Arbeiten mit Ton sehr gut.
- Den inneren Beobachter stärken: um wahrzunehmen, muss man zuerst beobachten können. → Wir sind mehr als das, was wir beobachten. → Distanz zum erlebten Schrecken finden.
- Übungen zur Körperwahrnehmung und zum eigenen Körperbild: immer wieder die Befindlichkeit auch im Körper wahrnehmen
- Auf einer Leinwand werden in einer Partnerarbeit die Umrisse verschiedenen Körperhaltungen als Schattenriss nachgezeichnet. Danach wird eine Haltung ausgewählt und ein Körperbild gestaltet.
- Achtsamkeitsübungen: Den Atem, Körperspannungen und Körperwohlbefinden bewusst wahrnehmen
- Partnerübungen im Tanz:
  - Führen – geführt werden
  - Widerstand und Loslassen
  - Tankstelle: eine Person tanzt, kann aber bei der Partnerin immer wieder auftanken und wird dazu im Kreuz massiert
  - mit einer Hülle aus Stoff tanzen → sich eine Schutzhülle schaffen