

Gwen Purdie  
Jetzt tut es nicht mehr weh



**Gwen Purdie**

# **Jetzt tut es nicht mehr weh**

Leben nach sexuellem Missbrauch



Unter dem Originaltitel „No More Hurting“ herausgegeben von *Christian Focus Publication Ltd.*, Geanies House, Fearn, Tain, Ross-shire, IV20 1TW, Schottland

Copyright © 2004 by Gwen Purdie

Aus dem Englischen übersetzt von Dorothea Appel

Bibelzitate wurden der Übersetzung „Neues Leben. Die Bibel“, Verlag Hänssler, Holzgerlingen, entnommen.

1. Auflage 2008

Copyright © der deutschen Ausgabe 2008 Asaph-Verlag, D-Lüdenscheid

Umschlaggestaltung: Alister MacInnes  
Satz/DTP: Jens Wirth/ASAPH  
Druck: Schönbach-Druck, D-Erzhausen

Printed in the EC

ISBN: 978-3-940188-02-1  
Best.-Nr.: 147402

Für kostenlose Informationen über unser umfangreiches Lieferprogramm an Büchern, Musik usw. schreiben Sie bitte an:

ASAPH, D-58478 Lüdenscheid  
E-Mail: [asaph@asaph.net](mailto:asaph@asaph.net) – [www.asaph.net](http://www.asaph.net)

# Inhalt

VORWORT VON LEANNE PAYNE.....	7
ÜBER DIE AUTORIN.....	9
EINLEITUNG .....	11
1. GEDECKELTE WAHRHEIT .....	13
<i>Zahlen und Fakten. Wer sind die sexuell Missbrauchten? Was tun? Wer missbraucht? Was ist sexueller Missbrauch? Auswirkungen von Missbrauch. Die Spielchen der Täter. Wer hat Schuld? Wo ist Gott in all dem? Wahrheit bringt Freiheit.</i>	
2. ÜBERLEBENS-TECHNIKEN .....	33
Ein emotionales Spinnennetz. Bewältigungsstrategien: <i>Die Kunst der Unterdrückung. Die Kunst der Regression. Die Kunst des Vergessens. Fehl-Erinnerungen. Im Irrealen leben. Die Kunst des Leugnens.</i>	
Zeit für Realität.	
3. EIN SCHMERZREGISTER.....	49
<i>Ablehnung. Angst. Apathie. Bitterkeit. Depression. Einsamkeit. Essstörungen. Hoffnungslosigkeit und Verzweiflung. Identitätskrise. Leugnen. Ohnmacht. Quälendes Sorgen. Scham. Schmutz. Schuld. Schuldgefühl. Selbsthass. Selbstmordgedanken. Selbstverletzung. Sucht. Trauer und Verlust. Unvergebenheit. Verlassenheit. Verlust. Vertrauensmangel. Verwirrung. Verzweiflung. Wertlosigkeit. Wut. Ziellosigkeit. Zweifel an Gott.</i>	

<b>4. WEITERLEBEN .....</b>	<b>83</b>
<i>Hoffnung auf Heilung. Zeitplan. Einem Berater vertrauen. Menschenwürde. Selbstbild. Ein gesundes Selbstbild.</i>	
<b>5. VERTRAUEN WIEDERAUFBAUEN – VERTIKAL.....</b>	<b>99</b>
<i>Was ist Vertrauen? Hindernisse für Vertrauen. Gott vertrauen lernen. Vaterschaft. Gottes Liebe. Gottes Gegenwart. Gebet. Erste Schritte auf Gott zu.</i>	
<b>6. VERTRAUEN WIEDERAUFBAUEN – HORIZONTAL.....</b>	<b>113</b>
<i>Vertrauen zu Menschen wiederaufbauen. Was sind Beziehungen? Grenzen in Beziehungen. Schlechte Grenzen. Gesunde Grenzen. Entscheidungen. Die Entscheidung zu vergeben. Schwierigkeiten mit Vergebung. Missbrauch in der Familie. Familienleben. Familienspiele. Was Leben in Beziehungen wert ist. Jesus und Beziehungen.</i>	
<b>7. KAPUTTE SEXUALITÄT .....</b>	<b>141</b>
<i>Männlichkeit und Weiblichkeit. Verwirrte Sexualität. Gründe für Missbrauch. Es geht eher um Macht als um Sex. Missbraucher brauchen Hilfe. Gesunde Sexualität.</i>	
<b>EPILOG: ERNEUERTES LEBEN. BEISPIELE .....</b>	<b>155</b>
<b>ANHANG.....</b>	<b>160</b>

# Vorwort

In den vielen Jahren ihrer Tätigkeit als Beraterin und Beterin für schlimmstmissbrauchte Menschen hat Gwen McDowell Purdie Gottes Liebe für gebrochene Menschen tief mitempfunden gelernt. Sie weiß sehr gut, dass unser Herr nicht nur die Macht hat, sie zu heilen, sondern sich danach sehnt, ihnen „Kopfschmuck anstelle von Asche, Freudenöl anstelle von Trauerkleidern und Lobgesang anstelle eines betrübten Geistes“ zu geben (s. Jesaja 61,1–4). Anders gesagt: Sie weiß, dass unser Herr große Freude daran hat, die Gefängnistüren des sexuellen Missbrauchs zu öffnen und seine Kinder in die Freiheit zu rufen.

Wer mit Gwen zusammenarbeitet, versteht, warum sie als Beraterin und Pionierin in der Seelsorgeausbildung so außerordentlich erfolgreich ist. Einzigartig ist ihre Fähigkeit, erst aufmerksam zuzuhören, wenn jemand sich in seinem Kummer öffnet und seine Geschichte erzählt, und den Verletzten dann voller Vertrauen in die heilende Gegenwart Gottes zu führen. Sie versteht es, die richtigen Fragen zu stellen – die Fragen, um die es eigentlich geht, so schmerzhaft sie auch sein mögen. Sie hat den gesunden Menschenverstand der Schotten und lässt sich nichts vormachen; nie wird sie sich mit weniger als der ganzen Wahrheit zufriedengeben. Ihr außergewöhnlicher Mutterwitz hilft den Belasteten ferner mit der Arznei Freude und Hoffnung.

Wir danken Gott, dass das vorliegende Buch jetzt den Menschen in Schottland zur Verfügung steht, denen sie und ihr Mann Sandy so gut dienen. Wir sind überzeugt, dass jemand, der die angebotene Leitung und Ermutigung dringend braucht, den Weg findet.

Leanne Payne

*Pastoral Care Ministries, Inc.*, Präsidentin

DU ELENDE,  
VON STÜRMEIN GEBEUTELTE, DU UNGETRÖSTETE!  
ICH WERDE DEINE MAUERN AUF EDELSTEINE STELLEN  
UND DICH AUF EINEM FUNDAMENT AUS SAPHIREN WIEDER AUFBAUEN.  
DIE TÜRME DEINER MAUERN BAUE ICH AUS FUNKELNDEN RUBINEN,  
DEINE TORE AUS LEUCHTEND ROT SCHIMMERNDEN STEINEN  
UND DEIN GANZES STADTGEBIET AUS KOSTBAREN STEINEN. ...

Jesaja 54,11–12

## Über die Autorin

Gwen Purdie ist in Schottland geboren und aufgewachsen. Ihr Leben änderte sich drastisch, als sie Christ wurde. Sie wollte erleben, wie Menschen heil wurden, und schlug deshalb eine Laufbahn als Sozialarbeiterin ein. Nachdem sie zehn Jahre auf Jugendliche und Alkoholiker spezialisiert gearbeitet hatte, unternahm Gwen einen neuen Schritt und leistete Pionierarbeit für eine christliche Beratungstätigkeit in ihrer Heimat. Sie gründete und leitete die heute immer noch aktive Organisation „Dove Christian Counselling“. Zwanzig Jahre lang wirkte Gwen als christliche Beraterin. Seit ihrer Heirat 1996 arbeiten Gwen und Sandy Purdie gemeinsam als christliche Seelsorger. Gwen ist es besonders wichtig, Missbrauchte mit Hoffnung zu erreichen. Gwen und Sandy sind zwar nicht mehr aktiv als Therapeuten tätig, aber sie engagieren sich in Beratung, Ausbildung, Unterricht und Vortragsarbeit. Auf Seminaren und Konferenzen beten sie mit Menschen, auch das macht einen großen Teil ihres Dienstes aus. Beide wirken im weltweiten Gebetsteam von Pastoral Care Ministries mit, das von Leanne Payne gegründet wurde.

Gwen und Sandy gehören zur Baptistengemeinde Selkirk im schottischen Grenzgebiet.

Vorbemerkung des Übersetzers: Den in diesem Buch häufig verwendeten Begriff „counsellor“ habe ich meistens mit „Berater“ wiedergegeben, er kann aber im Deutschen u. a. auch „Seelsorger“ oder „Therapeut“ bedeuten.

# Einleitung

Im Laufe der Jahre sind mir viele verletzte Menschen begegnet, die wahrscheinlich nie den Weg zur Beratung finden und ihren Schmerz nie jemandem erzählen werden, der ihnen helfen könnte. Solche Menschen habe ich beim Schreiben dieses Buchs im Blick. Ich hoffe, dass sie die ermutigende Wahrheit begreifen: Es gibt ein Leben nach dem sexuellen Missbrauch und nach all den Auswirkungen und Symptomen, die eine solche Erfahrung häufig begleiten. Ich hoffe auch, dass das Buch Menschen hilft, die versuchen, den durch sexuellen Missbrauch und seine Folgen bewirkten Schmerz zu verstehen.

Für einen Betroffenen ist die Lektüre dieses Buches möglicherweise enorm aufwühlend. Missbrauch und den damit in Zusammenhang stehenden Emotionen ins Auge zu sehen kann zunächst unerträglich sein. Die Genesung geschieht aber normalerweise in kleinen, stetigen Schritten. Es könnte sehr hilfreich sein, dieses Buch zu lesen. Doch vielleicht eröffnet die Lektüre Themen, denen sich der Leser noch nicht gewachsen fühlt. Dingen ins Auge zu sehen hat seine Zeit, und wann der richtige Zeitpunkt dafür jeweils gekommen ist, unterscheidet sich von Mensch zu Mensch. Passen Sie auf, dass Sie sich nicht zu viel zumuten. Es ist weise, auf eventuell intuitiv auftauchende Empfindungen zu achten. Sie können das Buch weglegen und es später einmal wieder zur Hand nehmen; das ist vielleicht eine kluge Entscheidung, wenn Sie spüren, dass Sie noch nicht bereit sind, sich den Themen zu stellen, die es in Ihrem Leben anspricht.

Dieses Buch wurde aus einer unverhohlenen christlichen Perspektive geschrieben, aber das soll nicht heißen, dass es nicht jedem helfen kann, der von den Auswirkungen sexuellen Missbrauchs genesen will. Wer Hilfe sucht, findet im Anhang Adressen und Quellenangaben, die hoffentlich manchem Leser auf seinem Weg zur Heilung voranhelfen.

Viele Menschen haben mir beim Schreiben dieses Buches geholfen. Sehr dankbar bin ich denen, die mir gestatten, über ihre Erfahrungen zu schreiben. Zum Schutz ihrer Identität habe ich ihnen allen hier erfundene Namen gegeben.

Ferner danke ich von Herzen:

- zahlreichen Menschen, die im Hintergrund zu diesem Buch beigetragen haben, indem sie mir im Lauf der Jahre Einblick in ihre Geschichte und ihr Innerstes gewährten. Es liegt auf der Hand, dass ich missbrauchten Menschen vieles verdanke – ich danke Gott für jeden von euch. Ihr seid meine besten Lehrer.
- der Freundin, die das erste Manuskript aus handschriftlichen Notizen abtippte.
- Jane Ferris für die außergewöhnliche Hilfe bei der Veröffentlichung im Verlag Christian Focus Publications. Alle Fehler, die jetzt noch übrig sind, fallen in meine Verantwortung.
- der Bruntsfield Evangelical Church in Edinburgh, die sechszwanzig Jahre lang meine Gemeinde war, für die Weitsicht, mich als eine christliche Beraterin zu unterstützen. So wurde über die Jahre Hunderten von Missbrauchsopfern geholfen.
- dem Heer von Menschen, die für die Entstehung dieses Buches gebetet haben.
- meinen Kollegen von Dove Christian Counselling. Gemeinsam gingen wir unseren Weg, redeten, weinten und lachten miteinander, und das vorliegende Buch ist ein Ergebnis dieser wertvollen Jahre.
- meinem wunderbaren Ehemann Sandy, der mich mit nie versiegenderem Enthusiasmus unterstützt hat.

Folgenden Personen bin ich für ihre Unterstützung, Ermutigung und Hilfe auf vielerlei Weise vor und während des Schreibens an diesem Buch zu besonderem Dank verpflichtet: Houston und Jenny A., Vikki B., Kathy D., Pamela E., Findlay H., Jane F., David G., Allister J., Ruth J., Anne L., Ruth M., Douglas and Liz Mc., George McK., Leanne P., Elizabeth R., Grace R., Cathie W., Fiona W. und vielen anderen.

## Kapitel 1

# Gedeckelte Wahrheit

Niemandem wagte ich zu sagen, wovon ich glaubte, dass es in meiner Kindheit wohl geschehen war. Zu Hause wäre ich dafür geprügelt worden. Man hätte mir auf keinen Fall geglaubt, und sowieso wäre alles meine Schuld gewesen. Ich nehme an, ich glaubte es selbst nicht oder wollte es zumindest nicht glauben. Nun aber ist es offensichtlich, dass ich all die emotionalen Narben habe, die zu jemandem passen, der sexuell missbraucht wurde. Es bereitet mir größte Schwierigkeiten, mit Menschen in Beziehung zu treten, und ich lebe ständig in der Erwartung, dass in meinem Leben wieder etwas schiefgeht.

Heute gibt es so viele Menschen, die durch sexuellen Missbrauch verletzt sind. Zwei, die ich Heather und Henry nennen will, erzählen über dieses ganze Buch verteilt von ihrem Weg der Heilung von den Auswirkungen des sexuellen Missbrauchs. Henry ist hochgebildet und erfolgreich im Beruf. Bei Heather handelt es sich um eine interessante Dame, die sich erst in fortgeschrittenem Alter überhaupt erinnern konnte, dass sie missbraucht worden war. Henry und Heather erzählen, wie sie auf unterschiedliche Weise missbraucht wurden, und stellen einige der Schritte auf ihrem Weg zur Heilung vor. Auch andere Menschen haben sich einverstanden erklärt, Begebenheiten aus ihrer Erfahrung beizusteuern, und erscheinen anonymisiert. So ist es möglich, Fakten über ihren Missbrauch und die Heilung zu erzählen, ohne Dritte hineinzuziehen. Vielleicht können sich Leser mit der einen oder anderen dieser Erfahrungen identifizieren. In dem Fall bin ich sicher, dass diese Geschichten ermutigen und Hoffnung auf wirkliche Heilung bieten.

## Zahlen und Fakten

Vielen fällt es schwer zu akzeptieren, dass sexueller Missbrauch mehr ist als ein relativ ungewöhnliches Phänomen in unserer Gesellschaft. Wenn also ein besonders schwerer Fall von sexuellem Missbrauch in die Schlagzeilen gerät, besonders, wenn Kinder betroffen sind, gibt es einen öffentlichen Aufschrei, und das Außergewöhnliche und Außerordentliche an dem Verbrechen wird besonders betont. Die meisten Menschen, glaube ich, würden lieber nicht wahr haben, wie verbreitet sexueller Missbrauch ist, besonders in Familien. Es ist viel bequemer, solches Wissen unter dem entsetzten Aufschrei bei seltenen, außergewöhnlichen Vorkommnissen zu verbergen. Tragischerweise ist sexueller Missbrauch in unserer Gesellschaft aber nur zu verbreitet, wenn auch üblicherweise unter dem Deckmantel des nach außen hin Normalen verborgen und geheim gehalten hinter den verschlossenen Türen der Wohlanständigkeit. Tatsache ist, dass sexueller Missbrauch heute geschieht und dass viele Menschen gegen den daraus resultierenden Schmerz und emotionalen Schaden kämpfen.

Es ist schwer, sexuellen Missbrauch in Großbritannien in Zahlen zu messen. Man geht davon aus, dass bis zu achtzig Prozent der sexuellen Übergriffe auf Kinder nie bekannt werden; offizielle Statistiken können die wirkliche Größenordnung also gar nicht wiedergeben.<sup>1</sup> Das heißt, die vorliegenden Zahlen sind nur die Spitze des Eisbergs, dennoch vermittelt die folgende Statistik eine gewisse Vorstellung davon, wie verbreitet das Problem ist. Im Jahr 2002 wurden 2800 Kinder aus England, 231 aus Nordirland, 253 aus Wales und 249 Kinder aus Schottland als „sexuell missbraucht“ in den *Child Protection Registers* erfasst. Die für diese Register geltende Definition von sexuellem Kindesmissbrauch ist das Ausnutzen eines unter sechzehn Jahre alten Kindes für die sexuelle Befriedigung eines Erwachsenen.<sup>2</sup> In einem Bericht des Innenministeriums aus dem Jahr 1998 zu den erfassten Fällen von sexuellem Missbrauch an Kindern heißt es:

Nach offiziellen Erhebungen sind Sittlichkeitsvergehen gegen unter sechzehnjährige Mädchen mit Abstand das häufigste Verbrechen an Kindern. In solchen Fällen wird der Täter gerichtlich belangt: 1995 kam es zu 2116 Verwarnungen oder Verurteilungen aufgrund dieser Straftat, das betrifft etwa 50 Prozent aller erfassten sexuellen Übergriffe gegen Kinder.<sup>3</sup>

Dies waren natürlich nur die vor Gericht behandelten Fälle. Ein Bericht der *Rape Crisis Federation* stellt 2001 fest:

... Sexueller Kindesmissbrauch kommt in allen Teilen der Gesellschaft und überall auf der Welt vor. Kinder aller Altersgruppen, Religionen und Klassen werden missbraucht. Kinder mit einer Behinderung sind besonders gefährdet – bei ihnen ist ein Missbrauch fast fünfmal so wahrscheinlich wie bei Kindern ohne Behinderung. Neunzig Prozent aller behinderten Frauen werden irgendwann in ihrem Leben Opfer von Vergewaltigung, Missbrauch oder Übergriffen ..., wobei sie neunzig Prozent ihrer Missbraucher kennen.<sup>4</sup> Insgesamt gilt, dass der Vergewaltigte in den meisten Fällen den Täter kennt.

Obwohl die Zahlen unterschiedlich geschätzt werden, zeigen die meisten Studien, dass 10 bis 40 Prozent aller Kinder sexuellen Missbrauch erlebt haben werden, bevor sie erwachsen sind. Es kommt zwar manchmal vor, dass Frauen Kinder missbrauchen, aber die überwältigende Mehrheit der Missbraucher (einige Gutachten gehen von bis zu 95% aus) sind männlich und heterosexuell.<sup>5</sup> Diese Statistiken stützen meine Einschätzung, die sich auf langjährige Beratungserfahrung gründet, dass sexueller Missbrauch in furchtbarem Ausmaß verbreitet ist, in vielen Fällen nie bekannt wird oder dem Opfer nicht geglaubt wird, und dass die Gesellschaft insgesamt erst ganz am Anfang der notwendigen Auseinandersetzung mit dem Thema steht.

Seit ihrer Gründung vor zwanzig Jahren ist unsere christliche Beratungsstelle nicht auf bestimmte Problembereiche festgelegt, und wir haben nie Werbung für unseren Dienst gemacht. In all diesen Jahren der Beratungsarbeit fehlte es uns nie an Klienten, und fast immer hatten wir eine lange Warteliste. Von Anfang an brauchten einige unserer Klienten Hilfe, weil sie Missbrauch erlitten hatten. Jedes Jahr gab es eine bedeutende Zahl von Klienten, die aufgrund von sexuellem Missbrauch und den daraus folgenden Symptomen Hilfe suchten, und bei 50 Prozent aller unserer Klienten, Männern wie Frauen, ging es um Missbrauch. Im Lauf der Jahre kamen immer mehr, besonders immer mehr Männer, spezifisch aufgrund der Erfahrung von Missbrauch. Ich denke, das liegt daran, dass es gesellschaftlich akzeptabler geworden ist, über in der Vergangenheit erlittenen Missbrauch zu sprechen, und Männern ist wahrscheinlich mehr bewusst als früher, dass nicht nur

Frauen missbraucht werden. Außerdem wird sexueller Missbrauch in den Medien heutzutage viel öfter thematisiert. In den vergangenen Jahren ist auch das Bewusstsein gewachsen, dass therapeutische Hilfe verfügbar ist. Insgesamt kommen mehr Männer zur Beratung als früher, seien sie nun missbraucht worden oder nicht. In den vergangenen vier Jahren berichteten 51% der Frauen und 10% der Männer aller unserer ratsuchenden Klienten, dass sie sexuell missbraucht worden waren, und zwar 30% der Frauen und 29% der Männer vor dem sechzehnten Lebensjahr. In derselben Zeitspanne waren 4% derer, die von uns beraten wurden, sexuell Missbrauchende, von denen zwei sich an Kindern vergangen hatten.

Die widerwärtige Wahrheit ist, dass sexueller Missbrauch stattfindet und Schaden und Zerstörung bewirkt. Jeder Missbrauchsvorfall, so unbedeutend er erscheinen mag, ist tief besorgniserregend. Jeder sexuelle Missbrauch kann die betroffene Person zugrunde richten. Pornografische Bilder gezeigt zu bekommen muss nicht unbedingt weniger schädlich sein als vergewaltigt zu werden. Beides ist nicht gut, denn es kann im Inneren eines Menschen Schaden anrichten. Sexueller Missbrauch beeinflusst Denken, Entscheidungen und Gefühle eines Menschen nachteilig. Er beeinflusst auch seine Wahrnehmung des eigenen Körpers und hat Auswirkungen auf Beziehungen und den Umgang mit anderen Menschen. Mögliche Folgen von sexuellem Missbrauch sind: fehlende Freude an Sex in der Ehe, Trostsuchen in Drogenmissbrauch oder wahllosen sexuellen Kontakten, Beziehungsschwierigkeiten, besonders im Hinblick auf Vertrauen und den Aufbau neuer Freundschaften. Verletzungen aus der Vergangenheit stehen oft einer guten Entwicklung im Weg, und Wut, Depression, ein Mangel an Selbstvertrauen und Wohlergehen, Schuldgefühle, Selbstbeschuldigung und Selbsthass können entstehen.

Ich erinnere mich an eine Klientin, die vor langer Zeit einmal kam. Sie dachte, sie würde verrückt, weil sie sich nach einigen Jahren glücklicher Ehe plötzlich und unerwartet an ein Erlebnis in ihrer Kindheit erinnerte, bei dem sie sexuell missbraucht worden war. Das machte sie ungeheuer wütend auf ihren Mann, der diese Wut mit nichts verdient hatte. Sie versuchte, ihren Zorn unter Kontrolle zu bekommen, was zur Krise führte. In der Beratung begann sie zu erkennen, dass sie in

Wirklichkeit auf ihren Missbraucher wütend war und dass sie an der Wurzel ihrer Emotionen arbeiten musste. Diese Frau konnte wieder eine normale Beziehung mit ihrem Mann führen, als ihre Probleme aus der Kindheit bearbeitet worden waren.

Jedem, der Missbrauchserfahrungen hat, besonders, wenn er als Kind missbraucht wurde, muss deutlich gemacht werden, dass er nicht auf Dauer emotional beeinträchtigt ist oder sein muss und dass es ihn zu einer starken und leistungsfähigen Person machen kann, wenn er sich um eine Auseinandersetzung mit dieser Erfahrung und um einen Schlussstrich unter die Vergangenheit bemüht (mehr dazu in Kapitel 2).

### **Wer sind die sexuell Missbrauchten?**

Ich habe hauptsächlich in Schottland als Beraterin gearbeitet, aber viele meiner Klienten wohnten ursprünglich anderswo in Großbritannien oder im Ausland. Sexueller Missbrauch kann überall und an jedem geschehen, unabhängig von Geschlecht oder Alter: an Jungen und Mädchen, Männern und Frauen, Arm und Reich, vor jedem weltanschaulichen Hintergrund. Nach meiner Erfahrung suchen viel mehr Frauen als Männer Hilfe in der Beratung, und es scheint so zu sein, dass mehr Frauen als Männer missbraucht werden. Männer leiden sehr unter den Konsequenzen, die sich aus erlebtem Missbrauch ergeben, nicht weniger als Frauen. Als Kind oder Erwachsener sexuell missbraucht zu werden ist eine äußerst traumatische Erfahrung. Es muss jedoch deutlich gemacht werden, dass es nie der Fehler des Missbrauchten ist, dass er missbraucht wurde. Ganz allein der Täter ist für den Missbrauch verantwortlich.

Im Alltag sind sexuell Missbrauchte nicht zu erkennen. Sie sind verborgen hinter allen möglichen Umständen, Situationen und Erscheinungsformen. Die schöne junge Frau an Ihrer Arbeitsstelle könnte ebenso missbraucht worden sein wie die Hausfrau oder der junge Mann, der in Ihrer Bankfiliale hinter dem Schalter steht. Ich habe Menschen aus allen möglichen Lebensumständen beraten, die sexuell missbraucht worden waren. Ich denke an die körperbehinderte Dame, die kaum glauben konnte, dass ein männlicher Verwandter sie eines Nachts vergewaltigte. Sie hatte nicht genügend Kraft, ihn daran zu hindern.

Dann gab es die Universitätsstudentin, die sich nach und nach daran erinnerte, dass ihr Nachbar sie als Kind mit Süßigkeiten verführt und missbraucht hatte. Ihre Eltern wussten absolut nichts davon. Da war die Hausfrau, die große Angst vor ihrem Mann und seiner sexuellen Gewalttätigkeit bekam. Ein Mann aus einem anderen Kulturkreis erzählte, dass seine Kindheit sehr von Missbrauch geprägt gewesen war, er konnte sich dem eben erst stellen. Missbrauchte sind nicht leicht zu erkennen, aber sie sitzen in unseren Cafés, unseren Zügen, unseren Kirchengemeinden und sind unsere Nachbarn.

## Was tun?

Jeder Leser, der noch in einer Missbrauchssituation gefangen ist, sollte versuchen, irgendwie Hilfe zu bekommen, um sich aus dieser Situation zu befreien. Vielleicht kann er sich das nur schwer vorstellen, und vielleicht geht es auch nicht ohne Schwierigkeiten, aber völlig frei und wiederhergestellt zu werden ist möglich. Fortgesetzter Missbrauch hemmt das Wachstum einer Person und nährt beständige Angst und Trauma. Es ist nicht gesund, in einer Missbrauchssituation zu verbleiben, doch scheint es manchmal keinen Ausweg zu geben. Über viele Jahre habe ich eine Menge Erwachsene unterstützt, die alleine nicht die Kraft hatten auszustei-gen. Nur Gott weiß um den tiefen Herzensschmerz dieser Menschen. Aufgrund meiner Beobachtung vieler leidender Menschen glaube ich aber, dass ein unbeeinträchtigt Leben „danach“ erst möglich ist, wenn Missbrauch beendet wurde.

Der erste Schritt ist, sich vor einem vertrauenswürdigen Gegenüber zu öffnen: einem Arzt, Pastor, Sozialarbeiter, Spezialisten, Berater oder guten Freund. Intervention, Hilfe, Unterstützung, Freundschaft und Information – all das ist nötig, um von aktuellem Missbrauch frei zu werden (mehr dazu in Kapitel 4).

Handelt es sich um ein Kind, darf ein entdeckter Missbrauch nicht länger geduldet werden. Zum Schutz des Kindes und um für sein bestmögliches Wohlergehen zu sorgen, müssen die zuständigen Behörden unmittelbar einbezogen werden. In Schottland kennt man eine speziell für Kinder eingerichtete Kommission, das *Children's Panel*. So finden Verhandlungen in einem weniger Befangenheit auslösenden Raum als einem Gerichtssaal statt. Das *Children's Panel* hat genug Erfahrung zu

entscheiden, was für ein Kind und seine Familie das Beste ist. Wenn irgend der Verdacht besteht, dass ein Kind sexuell missbraucht wird, kann ein erster Kontakt zu der Schule, dem Arzt vor Ort, der Polizei, Sozialdiensten, Beratungsstellen oder Einrichtungen wie dem Sorgen-telefon für Kinder hergestellt werden.

Jede Zweigstelle des *Panels* hat Erfahrung und weiß, wie in Zusammenarbeit mit anderen Stellen sinnvoll vorgegangen werden muss. Kinderschutzbestimmungen gibt es in vielen Organisationen, auch in den meisten Kirchen.

Liest du dieses Buch als ein Kind, das zur Zeit unter Missbrauch leidet, dann wende dich an deine Schule, deinen Arzt oder deine Eltern und bitte um Hilfe. Du solltest auf jeden Fall mit einem Erwachsenen sprechen, dem du vertrauen kannst. Es ist völlig in Ordnung, jemandem zu sagen, dass es dir schlecht geht. Du kannst das Kindersorgen-telefon anrufen (siehe Anhang). Das ist ein kostenloser, rund um die Uhr besetzter Telefondienst, der dazu da ist, jedem Kind und jedem Jugendlichen in Schwierigkeiten oder in Gefahr zu helfen. Beim Sorgen-telefon wird nicht nach deinem Namen gefragt; du kannst deine Probleme ganz anonym schildern und selbst entscheiden, ob du weitere Hilfe in Anspruch nehmen möchtest.

## **Wer missbraucht?**

Es ist erwiesen, dass Missbraucher aus allen gesellschaftlichen Hintergründen, Berufen, Nationalitäten und Altersgruppen kommen. Meine eigene Arbeit mit Menschen, die innerhalb der eigenen Familie missbraucht wurden, hat mir gezeigt, dass diese Familien alle möglichen wirtschaftlichen, kulturellen, religiösen und ethnischen Hintergründe und unterschiedlichste Bildungsstände haben. Forscher sind sich so gut wie sicher, dass Missbraucher oft verheiratete Männer mit eigenen Kindern sind, die einem angesehenen Beruf nachgehen und vielleicht regelmäßig zur Kirche gehen. Manche Menschen meinen, Missbrauch käme bei Christen nicht vor, Christen würden so etwas nie tun. Leider trifft das überhaupt nicht zu. Inzestuöse Väter finden sich in sozialen Berufen und sogar in Gemeinden; sie können sich laut gegen Missbrauch aussprechen und doch selber Missbraucher sein. Es ist verbreitetes Phänomen, dass Täter ihr missbräuchliches Verhalten

heftig abstreiten und sich weigern, ihr Verbrechen als problematisch anzusehen, dass sie es rationalisieren oder die Schuld auf andere Menschen oder auf Umstände schieben.

## **Was ist sexueller Missbrauch?**

Sexueller Missbrauch, definiert als sexueller Übergriff irgendeiner Art auf ein Kind oder einen Erwachsenen, kann einmalig oder wiederholt stattfinden. Als sexueller Kindesmissbrauch gilt in unserem Land das sexuelle Ausnutzen eines Kindes von unter sechzehn Jahren. Traurigerweise können sowohl Mädchen als auch Jungen schon in sehr zartem Alter sexuellen Missbrauch erleiden. Es ist die Erfahrung, von der Stärke und dem Willen eines Missbrauchers überwältigt zu werden, die so verheerende Wirkung auf das Leben des Opfers hat. (Mehr dazu in Kapitel 7.) Sexueller Missbrauch kann eine Bandbreite von Verhaltensweisen umfassen, aber meistens handelt es sich um Folgendes:

- Übergriff auf den Körper des Missbrauchten, besonders auf Geschlechtsteile;
- Aufzwingen des eigenen Willens, was das Opfer seiner Entscheidungsfreiheit beraubt;
- Verletzen der Privatsphäre eines Menschen und Nichteinhalten der angemessenen Distanz zu ihm, was diesem das Gefühl der Ohnmacht vermittelt.

Manchmal ist jemand, der sich seiner Vergangenheit stellen möchte, unsicher, ob das Erlebte überhaupt Missbrauch war. Auch die, die Missbrauchsopfern helfen wollen, könnten ähnliche Bedenken haben. Deshalb ist es sehr wichtig, genau zu verstehen, was einen Missbrauch darstellt und was nicht. Folgende Liste verwende ich häufig, und sie hat sich als recht hilfreich bewährt.

Es sollte gefragt werden, ob irgendeiner der folgenden Punkte geschehen ist:

- Bekamen Sie pornografisches Material gezeigt, Zeitschriften, Videos?
- Wurden Sie gezwungen, sexistisches Reden anzuhören?
- Wurden Sie gezwungen, Ihre Geschlechtsteile zu zeigen?

- Wurden Sie auf eine Art gebadet, die ein unbehagliches Gefühl in Ihnen hervorrief?
- Wurden Sie genötigt, für sexuelle Fotos zu posieren?
- Wurden Sie zu Oralsex genötigt?
- Wurden Sie genötigt, die Genitalien eines anderen Menschen anzusehen?
- Wurden Sie auf belastende oder verstörende Weise geherzt oder geküsst?
- Ist jemand mit dem Finger, Penis oder einem Gegenstand in Ihre Vagina oder Ihren Anus eingedrungen?
- Ist jemand unter Anwendung von Kraft oder Gewalt in Sie eingedrungen?
- Wurden Sie vergewaltigt?

Diese Liste macht deutlich, dass eine ganze Bandbreite von Aktivitäten unter die Bezeichnung „sexueller Missbrauch“ fallen. Auch weniger offensichtliche Dinge können missbräuchlich sein. Sie sehen, dass Vergewaltigung auf der Liste steht, aber es muss gesagt werden, dass auch ohne eine Vergewaltigung sexuelle Belästigung oder Missbrauch vorliegen können.

Ebenso wichtig ist es zu wissen, was nicht unter Missbrauch fällt, besonders bei einem mangelhaften Verständnis für normale Ausdrucksformen von Zärtlichkeit in der Familie. Zum Beispiel ist es normal und natürlich, dass Kinder ihren eigenen Körper und den anderer Kinder auf eine Weise berühren, die ihnen ein gutes Gefühl gibt. Das gehört zum Lernen und Entdecken, und man sollte Kindern deswegen kein Schuldgefühl vermitteln. Sexspiele unter Kindern sind normalerweise nicht missbräuchlich, ebenso wenig wie die üblichen Ausdrücke von Zärtlichkeit innerhalb der Familie; Küsse, Schmusen und die guten Berührungen, die Erwachsene und Kinder einander geben, fallen nicht unter die Bezeichnung Missbrauch. Das sind gesunde Formen, mit denen wir Zuneigung, Bestärkung und Fürsorge ausdrücken. Es ist sehr traurig, dass Berührungen wie Umarmen und Küssen in unserer Gesellschaft so problematisch geworden sind und dass das, was einst als normales, gesundes Verhalten verstanden wurde, aus Angst vor dem Vorwurf des Missbrauchs auch innerhalb von Familien heute nicht mehr so viel Raum hat. Das gilt auch für Schulen, in denen Lehrer nicht

wagen, die Schüler zu berühren. Ich weiß von einer Lehrerin, die ein fünfjähriges Kind in ihrer Klasse nicht trösten konnte, weil das gegen die festgelegten Grundsätze der Schule verstoßen hätte.

Henrys und Heathers Geschichten illustrieren das zerstörerische Potenzial von sexuellem Missbrauch, und wie das, was an ihnen geschieht, besonders Kinder verwirren kann.

Heather wurde nicht vergewaltigt, aber sie hat viel über die Symptome von sexuellem Missbrauch zu sagen, unter denen sie in jedem Bereich ihres Lebens gelitten hat.

Ich kann mir nicht vorstellen, wie es sich anfühlen muss, vergewaltigt zu werden, aber was mein Erleben in mir zerstört hat, war schlimm genug. Mein Papa hatte mich auf nötige Weise an den Genitalien berührt. Meine Reaktion darauf erfolgte sehr viel später, weil die Erinnerung an das Ereignis tief in mir verborgen war. Jahrelang hatte ich eine Gedächtnislücke an dem Punkt. Ich wusste immer, dass ich meinen Vater fürchtete, aber nicht, warum. Mein Inneres kam mir wie ein Dampfdrucktopf vor. Als mir erst einmal bewusst wurde, was mir geschehen war, fühlte ich mich verletzt und wurde sehr wütend. Mir schien, mir sei das Schlimmste widerfahren. Das wirkte sich so aus, dass ich im Umgang mit anderen wenig Selbstvertrauen hatte und ein schlechtes Selbstbewusstsein entwickelte. Es war ein Kampf zu glauben, dass ich je über den ganzen angesammelten Schmerz in mir hinwegkommen könnte. Bis zum heutigen Tag wissen die meisten Menschen, mit denen ich zu tun habe, nicht, dass ich missbraucht wurde. Man hält mich für eine erfolgreiche Person mit stabilem Familienleben. Ich gehe zur Gemeinde und habe viele Interessensbereiche im Leben.

Henrys Missbrauchserfahrung steht in einem völlig anderen Kontext, aber sie hatte nicht minder tiefgreifende Auswirkungen:

Von keinem meiner Missbraucher wurde ich je vergewaltigt. Ich würde es so beschreiben, dass ich an meinen Geschlechtsorganen belästigt wurde. Ich spürte unmittelbar, dass das nicht gut war, und es gab mir ein unbehagliches und peinliches Gefühl. Im Rückblick erkannte ich später eine ganze Reihe von Symptomen, die ihren Ursprung im Missbrauchtwerden hatten, die ich aber alle für von mir selbst verursacht gehalten hatte. Auf der einen Seite war ich schockiert zu entdecken, dass mein Missbraucher alle diese Dinge

in mir ausgelöst hat. Auf der anderen Seite erleichterte mich der Gedanke, dass ich diese Symptome, wenn sie mir von außen auferlegt worden waren, im Lauf der Zeit auch wieder loswerden könnte. Es gab Hoffnung, dass ich von den Auswirkungen des Missbrauchs befreit würde leben können.

## **Auswirkungen von Missbrauch**

In meiner Arbeit mit Missbrauchten habe ich herausgefunden, dass man sexuellen Missbrauch am besten versteht, wenn man seine Auswirkungen auf einen Menschen betrachtet, nicht, was tatsächlich geschehen ist, wie es ja auch in Heathers und Henrys Berichten deutlich wird. Menschen gehen von Natur aus unterschiedlich mit Traumatisierungen um. Natürlich soll das Furchtbare am Missbrauch nicht unterschätzt werden; Ausgangspunkt für jede Hilfe muss aber sein, wie der jeweilige Hilfesuchende darauf reagiert. Ich habe Menschen in der Beratungsstelle kennengelernt, die nach sexuellem Missbrauch nur wenige Symptome zeigten, obwohl sich ihre Geschichte entsetzlich anhörte. Wie ein Mensch auf den Schmerz des Missbrauchs reagiert, ist bis zu einem gewissen Grad abhängig von Einflüssen aus der Vergangenheit, z. B. in welcher Familie und wie er aufgewachsen ist, seiner bisherigen Lebenserfahrung, der Persönlichkeitsreife vor und seit dem Missbrauch und wie gut er insgesamt mit dem Leben klarkommt. Wer in einer Familie aufwuchs, in der Liebe nur wenig zum Ausdruck gebracht wurde, reagiert z. B. wahrscheinlich anders als jemand, der in liebevollerer Umgebung aufgewachsen ist.

Im Fall von kleinen Kindern darf man nicht vergessen, dass ein Kind alles, was ihm geschieht, als „normal“ annimmt – es hat keinen größeren Rahmen, an dem es die Normalität seiner Erfahrung messen könnte. Flora, eine Frau, deren aus ihrer Missbrauchserfahrung in der Kindheit resultierenden Schwierigkeiten erst auftraten, als sie über dreißig war, stellt fest: „Ich bin immer wieder überrascht, wie andere Menschen auf meine Geschichte reagieren, und erst nach und nach realisiere ich – teilweise durch die Reaktion anderer –, wie furchtbar es war, was an mir geschehen ist.“ Genau diese Verzerrung dessen, was gesund und normal ist, macht sexuellen Missbrauch von kleinen Kindern so besonders scheußlich. Er raubt dem Kind das Recht auf eine normale Kindheit und zeigt keinen Respekt vor seiner Integrität als Individuum.

Jeder sexuelle Missbrauch ist schlecht, denn er verletzt das Opfer:

- körperlich,
- seelisch,
- emotionell,
- sexuell,
- im Hinblick auf Beziehungen,
- durch das Auslösen von Verwirrung, Angst, Wut, Scham und Selbstvorwürfen,
- indem er dem Opfer das Recht nimmt, selbst zu entscheiden, was mit seinem Körper geschieht.

## **Die Spielchen der Täter**

Häufig erpressen Missbraucher ihr Opfer gezielt zu einer angsterfüllten Komplizenschaft und zum Schweigen. Im Lauf der Jahre berichteten mir missbrauchte Klienten u. a. von folgenden Taktiken:

- Dies ist unser kleines Geheimnis. Kein anderer würde es verstehen.
- Niemand wird dir glauben.
- Sage deiner Mutter nichts, sonst macht es sie krank/geht sie weg/wird sie sehr wütend auf dich/bringt sie dich um/bringt sie mich um ...
- Sage nichts, sonst steckt man dich ins Heim/komme ich ins Gefängnis ...
- Wenn du etwas sagst, dann nehme ich einfach einen anderen kleinen Jungen/Mädchen/dann liebe ich dich nicht mehr/haue ich dir eine runter/verprügele ich dich/bringe ich dich um/bringe ich deinen Hund um ...
- Alles wird gut, wenn du nur nichts sagst.

Manchmal verwenden die Täter Ausdrücke, die an sich ganz harmlos klingen und die jeder zu einem Kind sagen könnte, die aber aus dem Mund eines Missbrauchers zu einer Art emotionaler Erpressung werden. Einige der folgenden Bemerkungen könnten einem Missbrauchsoffer bekannt vorkommen:

- Dies ist unser kleines Spiel ...
- Ich lasse dich spät fernsehen, wenn ...
- Komm, ich zeige dir das Kitzelspiel.
- Du bist mein ganz besonderes Mädchen/mein ganz besonderer Junge.
- Das ist in Ordnung, alle machen das.
- Das, was wir tun, ist etwas ganz Besonderes, denn wir lieben uns.
- Ich gebe dir Süßigkeiten/Geld, wenn ...
- Ich kaufe dir ein Fahrrad/ein Hundebaby, wenn ...
- Was ist denn los? Magst du mich nicht?

Im Zusammenhang mit Kindern ist ein Missbraucher normalerweise klug genug, so etwas nur zu sagen, wenn niemand anderer dabei ist. Er oder sie beginnt die Beziehung zu dem Kind auf scheinbar normale Weise, das heißt, mit Freundlichkeit und Interesse, was dazu führt, dass sein Verhalten das Kind verwirrt, wenn die Beziehung missbräuchlich wird. Ein recht häufiges Beispiel ist, dass der Täter anbietet, dem Kind eine Sportart oder das Spielen eines Musikinstruments beizubringen – solche Aktivitäten erfordern Zeit allein mit dem Kind, und die Erlaubnis der Eltern ist gesichert.

Oft traf ich auf das Phänomen, dass ein Missbrauchsoffer mit einem bestimmten Begriff eine bestimmte Bedeutung verbindet, also z. B. gelernt hat, unter „lieben“ „hassen“ zu verstehen. Wenn nun eine nicht-missbrauchende Person sagt: „Ich liebe dich“, versteht das Kind: „Ich hasse dich“. Es wird dann ständig auf der Hut sein und ängstlich warten, was ihm jetzt Scheußliches passieren wird, weil der Missbraucher dieses eigentlich unschuldige Wort für das Kind verschmutzt hat. Es überrascht nicht, dass ein sexuell missbrauchtes Kind auch in anderen Beziehungen durchaus verwirrt und misstrauisch sein kann; ähnliche Bemerkungen aus dem Mund einer nicht-missbrauchenden Person klingen eventuell bedrohlich, weil der Missbraucher die Worte verdreht hat, um seine Tat zu ermöglichen. Bestimmte Worte oder Sätze können Angst auslösen.

## Wer hat Schuld?

Es ist ausgesprochen üblich, dass ein Missbraucher die Schuld auf sich nehmen will, aber als Beraterin muss ich von Anfang an meine Position klarstellen: Einem sexuell missbrauchten Menschen ist Unrecht zugefügt worden, und nicht er sollte sich schuldig fühlen. Die Verantwortung für Missbrauch liegt immer beim Täter. Das ist ein echter Stolperstein für viele Opfer, die meinen, selbst in irgendeiner Weise die Verantwortung dafür zu tragen, dass der Missbrauch überhaupt stattgefunden hat oder dass er fortgesetzt wird. Das entspricht im Allgemeinen genau der Absicht des Täters; er will, dass sich das Opfer für das Unrecht verantwortlich fühlt, denn kein Missbraucher möchte erwischt werden. Das Opfer wird dann aus Schuldgefühl oder Angst heraus schweigen. Ein Missbraucher will weiter missbrauchen können, und dafür wird er jede Art von Hinterlist und Lüge anwenden.

Vor dem Gesetz gilt im Zusammenhang mit Kindern immer der Erwachsene als der mit mehr Macht, Autorität und Wissen, deshalb trägt der Erwachsene die Verantwortung für Missbrauch und ist schuldig. Bei Missbrauch geht es um Macht und nicht nur um Sex (siehe Kapitel 7). Ein Kind erwartet nicht, dass ein Erwachsener ihm Schaden zufügt, und es hat jedes Recht davon auszugehen, dass es in Gesellschaft Erwachsener in Sicherheit ist. Einer ehemaligen Klientin von mir wurde das Gefühl vermittelt, sie sei schuld am Missbrauch ihrer Geschwister, weil sie sich den Wünschen des Täters widersetze. Sie fühlte sich extrem unter Druck, selber auf den Täter einzugehen, damit anderen Familienmitgliedern dieser Horror erspart bliebe. Im Rückblick konnte sie erkennen, dass ihre scheinbare Bereitwilligkeit tragischerweise keinen anderen verschont hatte.

Es ist ganz leicht für einen Missbraucher, ein Kind davon zu überzeugen, dass nichts Böses dabei sei und dass es niemandem davon erzählen dürfe. Tatsächlich erkennen Kinder nicht unbedingt sofort, dass etwas nicht in Ordnung ist. Kinder sind von ihrem Wesen her vertrauensvoll, und in einer nicht-missbräuchlichen Situation ist dieses Vertrauen normal und angebracht. Außerdem ist ein sehr kleines Kind sexuell noch nicht entwickelt und hat noch eine kindliche Unschuld im Blick darauf, was angemessenes Verhalten ist und was nicht. Das Gefühl, für das Geschehene verantwortlich zu sein oder es in gewissem Maß genossen zu haben, kann im späteren Leben zu einer furchtbaren Last werden.

## Wo ist Gott in all dem?

Nachdem sie den Missbrauch als Tatsache anerkannt haben, fragen Missbrauchsoffer oft, warum er geschehen ist, und spekulieren, was hätte sein können: „Wenn der Missbrauch nur nie stattgefunden hätte ... wenn ich nur damals nicht dort gewesen wäre ... wenn ich es nur hätte kommen sehen ... wenn ich es nur unterbunden hätte!“ Oft geben sie sich selbst die Schuld und sind niedergeschlagen, weil sie meinen, die Verantwortung übernehmen zu müssen. Ferner bezweifeln missbrauchte Menschen manchmal, dass es überhaupt einen Gott gibt, besonders, wenn sie gebetet haben, dass sie vom Missbrauch erlöst würden, und sich scheinbar nichts geändert hat. Es könnte sehr gut sein, dass sie dann fragen: „Wo war Gott in all dem? War es ihm egal?“ Genau diese Frage stellte Flora.

Einmal erlebte ich etwas sehr Bewegendes, als ich zu Gott schrie: „Wo warst du, als mir das angetan wurde?“, und dann eine Vision von Jesus bekam, der am Kreuz hing, direkt neben mir in der Garage, wo der Übergriff stattgefunden hatte – wie er starb, um mich von den Auswirkungen der Sünde eines anderen Menschen freizusetzen. Ich muss allerdings sagen, dass es Zeiten gibt, wo mir das als Antwort auf meine Frage nicht reicht.

Als Christ würde ich auf diese Fragen erwidern, dass der Gott der ganzen Welt jeden Einzelnen von uns liebt und dass er bekümmert ist über den Schmerz, den so viele Menschen leiden müssen. Es war nie sein Plan oder seine Absicht, dass irgendjemand sexuell missbraucht würde (siehe Kapitel 5). Christen glauben, dass die Bibel Gottes maßgebliches Wort ist, das für ihr Leben Bedeutung hat. Gottes Verheißung ist, dass er uns nie verlässt, sondern in allem, was wir erleben, bei uns sein wird und alles mit uns durchlebt. „Seid stark und mutig! Habt keine Angst und erschreckt nicht vor ihnen! Der Herr, euer Gott, wird selbst mit euch gehen. Er wird euch nicht verlassen und euch nicht im Stich lassen“ (5. Mose 31,6). Das bedeutet nicht unbedingt, dass uns in diesem Leben alles Böse erspart bliebe.

In unserer Gesellschaft heute gilt sexueller Kindesmissbrauch als besonders schlimm, und das zu Recht. Neu ist er allerdings nicht. Missbrauch geht sicher bis in biblische Zeiten zurück.<sup>6</sup> Wie die Bibel sagt: „Es gibt nichts Neues unter der Sonne“ (Prediger 1,9b). Die gute

Nachricht des christlichen Evangeliums ist, dass es wirklich einen Gott gibt, der alles sieht, was in dieser Welt passiert, und dem das nicht egal ist. Wie auch immer der einzelne Mensch das aufnimmt: Ganz gewiss gibt es einen Gott, der sich so sehr um uns kümmert, dass er sich darauf einließ, selber Mensch zu werden. Geburt, Leben, Tod und Auferstehung Jesu Christi, des einzigen Sohnes Gottes, zeigen eindeutig Gottes Hingabe an die Welt und an Einzelne. Jesus ist vor über zweitausend Jahren für jeden von uns gestorben und auferstanden. Welch größeren Beweis für seine Sorge um jeden einzelnen Menschen auf dieser Welt könnte es geben?

Gott wirkt Wunder, und er kann, und wird mitunter, augenblickliche Heilung schenken. Häufiger aber geschieht das Heilwerden von sexuellem Missbrauch in einem Prozess, und manchmal in einem sehr langwierigen. Über die Jahre habe ich Gottes stilles, aber bedeutungsvolles Eingreifen in die Heilung von allen möglichen emotionalen Schäden beobachtet, unter denen Missbrauchsoffer leiden. Nach meiner Erfahrung ist jeder Zentimeter auf dem Weg zur Heilung ein Wunder. Gott weiß, wie viel der Einzelne im jeweiligen Moment ertragen kann, und ich halte sehr viel davon, Gott genau dann genau die Themen ansprechen zu lassen, denen sich der Betroffene in dem Moment stellen kann, und nicht eine Minute früher (siehe Kapitel 4). Natürlich wünscht sich jeder sofortige Erlösung vom Schmerz, aber das könnte mehr sein, als er (und vielleicht auch seine Familie) erträgt, bedenkt man, welch eine radikale Änderung von Einstellungen und Überzeugungen über sich selbst und Gott häufig erforderlich sind. Normalerweise heilt Gott, indem er nach und nach die verschiedenen Problemkomplexe bearbeitet, und als der, der uns geschaffen hat, weiß er, was das Beste ist.

Verständlicherweise beschmutzt und verzerrt das Erleiden von sexuellem Missbrauch das Gottesbild des Opfers. Der Betroffene hat vielleicht das Gefühl, Gott könne man nicht trauen. Jemand, der von seinem Vater missbraucht wurde, findet es z. B. schwierig, in Gott den liebevollen himmlischen Vater zu erkennen, meint aufgrund dessen, was ihm angetan wurde, Gott sei zu fürchten, und weiß nicht, wie er Gottes Liebe empfängt oder auf gesunde Art mit Gott in Beziehung tritt (siehe Kapitel 5). Ein Mann, mit dem ich gearbeitet habe, wurde lange nach einer Missbrauchserfahrung Christ. Als er erkannte, dass

Gott dabei gewesen sein musste, als er missbraucht wurde, überkam ihn die Wut, weil Gott nicht offensiv eingeschritten war. Dann fiel ihm auf, dass der erlittene Missbrauch noch viel schlimmer hätte sein können. Er dachte daran, dass Gott ja jedem von uns Entscheidungsfreiheit gegeben hat und dass der Täter sich entschieden hatte, ihn sexuell zu missbrauchen; es war nicht das, was Gott wollte oder für ihn ausgesucht hatte. Jetzt war ihm auch klar, dass Gott ihn nicht für den Missbrauch verantwortlich machte. Er begann zu erkennen, dass er selbst im Leben ja auch schon Entscheidungen getroffen hatte, die andere verletzten, obwohl er nie jemanden missbraucht hatte und das nie wollen würde. Unser Klient bat Gott um Vergebung für alles, was er selbst falsch gemacht hatte, und er fand Heilung darin, dass er sich immer wieder der Wahrheit stellte: der Wahrheit bezüglich Gottes Liebe zu ihm als Individuum und bezüglich Gottes Kummer über das, was er durch die Hand eines Missbrauchers erlitten hat.

Sowohl Heather als auch Henry haben entdeckt, dass Gott mächtig ist zu helfen und ihre Verletzungen aus der Vergangenheit zu heilen. Ihre Geschichten werden später in diesem Buch weitererzählt, wenn wir auf die Themen näher eingehen, die in diesem Kapitel nur angerissen werden.

Wie jemand Gott sieht – oder das Christsein allgemein oder die Gemeinde –, ist besonders schwer beeinträchtigt, wenn er von einem Christen missbraucht wurde. Christliche Berater müssen bei diesem Thema besonders sensibel sein. Leider ist die Kirche manchmal ein Ort von Verwundung und Verletzung statt von Heilung und Frieden. Auch Christen können missbrauchen und tun es. Das bedeutet natürlich auf keinen Fall, dass Gott den Menschen nicht richtig helfen könnte oder dass er sie verlassen hätte; es zeigt das Versagen von Christen, jeden Tag im Gehorsam an Gottes Wort und nach seinem Willen zu leben. (Die umfassenden Gründe für Missbrauch werden in Kapitel 7 behandelt.) Einem Missbraucher fällt es allzu leicht, Vertrauen zu gewinnen und Kindern problemlos nahezukommen, wenn Gemeinden versäumen, geeignete Richtlinien für Mitarbeiter aufzustellen, um Kinder zu schützen. Ohne angemessene Sicherheitsmaßnahmen haben Menschen, die eine unangemessene, eventuell sexuelle Beziehung mit Kindern suchen, tatsächlich eine gute Chance, in einer Gemeinde Vertrauen zu gewinnen und engen Kontakt zu jungen Menschen zu pflegen. Dieses

besondere Problem kommentiert eine christliche Journalistin, Rebecca Newman, folgendermaßen:

Wenn ich der Kirche in diesem Land, der ich angehöre, eine Sache sagen könnte, würde ich sie bitten, dem Thema Missbrauch weniger naiv zu begegnen. ... Es wird Zeit aufzuwachen und sich der Tatsache zu stellen, dass in unseren Gemeinden Menschen sind, die derzeit missbraucht werden. Männer und Frauen feiern mit uns Gottesdienst, die ihre eigenen oder andere Kinder in ihrer Obhut missbrauchen.<sup>7</sup>

Es ist absolut möglich, dass die nette, sympathische Person, die Sonntag für Sonntag in der Kirchenbank sitzt, ein Doppelleben führt.

In den großen Kirchen gibt es heutzutage Schutz-Richtlinien für die Auswahl von Mitarbeitern im Kinder- und Jugendbereich. Diese verhindern allerdings nur, dass jemand in diesem Bereich tätig wird, dessen missbräuchliches Verhalten bereits zur Anzeige gebracht wurde, und sind deshalb bei Weitem nicht ausreichend. In den Gemeinden muss außerdem darauf geachtet werden, dass Mitarbeiter nicht mit Kindern allein sind. Es ist zu hoffen, dass gute Richtlinien und Praktiken einen großen Teil von potenziellen Tätern im kirchlichen Kontext entmutigen. Gemeinden müssen sich offen mit Missbrauch auseinandersetzen und einen Ort schaffen, wo missbrauchte Menschen das Gefühl haben, über ihren inneren Schmerz sprechen zu können. Gemeinden müssen zunehmend lernen, wie sie sexuell oder auch in irgendeiner anderen Form missbrauchten Menschen helfen, auf sie eingehen und sie unterstützen können.

## **Wahrheit bringt Freiheit**

Jemand, der sexuell missbraucht wurde, verbirgt, bewusst oder unbewusst, tief empfundene Verletzung und Verwundung unter einer gewissen Art von normaler Erscheinung. Wenn ihre Zeit gekommen ist und diese Gefühle wieder an die Oberfläche steigen, sollte er sie nicht fürchten. Man kann sie Schritt für Schritt angehen, mit liebevoller Unterstützung, mit Hilfe eines Spezialisten, falls erforderlich, und mit wachsendem Glauben und Vertrauen, dass Gott mächtig ist zu helfen.

Sich der Wahrheit zu stellen, dass Missbrauch stattgefunden hat, ist der erste Schritt (allerdings nicht unbedingt ein leichter) auf dem Weg zu Gesundheit und Freiheit. Freiheit ist gewiss das Ziel für jedes

Missbrauchsopfer – Freiheit von den zerstörerischen Auswirkungen des Erlebten. Wenn sich der Betroffene den Auswirkungen von sexuellem Missbrauch stellt, kann er sich selbst besser verstehen und in die Freiheit kommen, die aus der Wahrheit erwächst. Langsam, aber sicher wird er auch wieder normal fühlen und eine gut integrierte Person werden.

Ich hoffe, dass in meinen Lesern die Hoffnung auf ein Leben jenseits von sexuellem Missbrauch wächst. Im nächsten Kapitel werden wir die Auswirkungen von Missbrauch auf das Gefühlsleben und Verteidigungsstrategien zur Vermeidung weiterer Verletzungen betrachten. Kapitel 3 behandelt die Liste von Symptomen, die Missbrauch hervorrufen kann, und schlägt Möglichkeiten vor, mit diesen Symptomen umzugehen. In Kapitel 4 betrachten wir dann Entwicklungsmöglichkeiten, wir sprechen über Vertrauen, über Menschenwürde und die Notwendigkeit eines gesunden Selbstbildes. Die Beziehung zu Gott wird in Kapitel 5 diskutiert. Kapitel 6 hat die Beziehung zu anderen Menschen zum Thema, einschließlich der Familie, ebenso den Wert gesunder Beziehungen. Das letzte Kapitel behandelt das Thema „Kaputte Sexualität“ und die Beweggründe, die Menschen dazu treiben, andere zu missbrauchen. Das Buch endet mit einer Botschaft der Hoffnung.

## Anmerkungen Kapitel 1

---

1 *Myths and facts about child sexual abuse*. Rape Crisis Federation Wales and England, Unit 7, Provident Works, Newdigate Street, Nottingham, NG7 4FD. [www.rapecrisis.co.uk](http://www.rapecrisis.co.uk).

2 Quelle: NSPCC Library and Information Service

3 Police Research Series Paper 99, Sex offending against children: Understanding the risk, Don Grubin

4 Margaret Kennedy, Grundsatzreferat, Violence, Abuse and Women's Citizenship Conference, 10.11.1996

5 Milton Keynes Rape Crisis, Rape Crisis Federation Wales and England, siehe Fußnote 1.

6 Richter 19,22–30. Dies ist eine schmutzige Geschichte, in der es unter anderem um Missbrauch, Vergewaltigung, Entführung und Mord geht. 2. Samuel 13, besonders Verse 7 bis 14, berichtet von Inzest.

7 Rebecca Newman, *Releasing the Scream* (Hodder and Stoughton, London, 1994, S. 169)



## Kapitel 2

# Überlebenstechniken

### Ein emotionales Spinnennetz

Die Auswirkungen von Missbrauch und der Schaden, den sexueller Missbrauch in einem Menschen anrichtet, lassen sich nicht angemessen mit Worten beschreiben. Sexueller Missbrauch wirkt sich auf verschiedenen Ebenen zerstörerisch aus, und unterschiedliche Menschen reagieren auf unterschiedliche Weise, doch es ist eindeutig, dass all der Druck und die vielen Probleme, die sexueller Missbrauch mit sich bringt, sowohl die Persönlichkeit als auch die Beziehungen eines Menschen beeinträchtigen können. Manchmal sind Schmerz und Gefühle sehr tief im Herzen eines Menschen verborgen und kommen erst durch Flashbacks oder Alpträume an die Oberfläche, in denen der Missbrauch wieder durchlebt wird. Solche Gefühle zehren innerlich an dem Betroffenen, und er empfindet immer stärker den Drang zu schreien, um sich von dem starken Schmerz dieser Gefühle zu befreien. Dieser Schrei muss häufig innerlich und stumm bleiben. Es ist nämlich zu befürchten, dass der Schmerz außer Kontrolle geraten könnte, wenn er erst einmal laut geäußert wird, und dass niemand da ist, der bei einem lauten Schrei hilft. Was geschieht also? Es baut sich ein starker innerer Schmerz auf. Der Betroffene meint explodieren zu müssen, denn er konnte sich gar nicht von dem Druck befreien und hat Angst vor dem, was geschehen könnte, und vor einem Kontrollverlust. Die „stummen Schreie“ müssen jedoch gehört und behandelt werden, sonst besteht die Gefahr, dass sie den Betroffenen mit der Zeit krank machen. Durch eine solche Krankheit wird das Leben manchmal unerträglich.