

Gedanken über/für Angehörige und ihre Unfähigkeiten zu helfen und zu Erkennen

Immer wieder lese oder höre ich von Überlebenden, das Mütter, Väter oder andere Angehörige nicht verstehen, was wir Schlimmes erleben mussten und was das alles in uns auslöste und immer noch auslöst. Sprüche wie:

Das wird alles wieder gut,
Das war doch halb so schlimm,
Mir ist doch ähnliches passiert und und und.....

Ganz schlimm ist es natürlich, wenn sie es wissen, es ignorieren usw. und zu feige sind, sich darum zu kümmern und entsprechend zu handeln aus allen möglichen, fadenscheinigen Gründen. Wenn ich dann Sprüche höre wie: Du bringst die Familie auseinander, du beschmutzt die Familie oder du bist es selber Schuld könnte ich platzen. Was denkt eine Mutter, die so eine unverschämte unmenschliche und in meinen Augen kriminelle Bemerkung von sich gibt.

Warum kriminell? Kinder sind auf den Schutz durch die Familie, besonders durch die Eltern, angewiesen, um gefahrlos ins Leben zu gehen. Bis zum Alter von 18 Jahren untersteht ein Kind nicht umsonst der Obhut der Eltern im normalen Fall. Kinder sind der Gewalt von Älteren schutzlos ausgeliefert. Wenn zum Beispiel ein 14 jähriger Junge seine 10 jährige Schwester vergewaltigt hat sie dem im Regelfall nichts entgegen zu setzen.

Wenn dies mit Wissen der Eltern geschieht und weiterhin geschieht, weil sie ihre Schutzpflicht, die sehr wohl in den Gesetzen festgelegt ist aber auch rein vom gesunden Menschenverstand gegeben ist, nicht nach kommen, dann ist das kriminell. Das hat nur mit dem eigenen Versagen zu tun, dass der Erwachsene dem Kind gegenüber nicht zugeben möchte und es deswegen ignoriert.

Dies ist unterlassene Hilfeleistung und kommt es zu weiteren Vergewaltigungen und/oder Missbräuchen, dann kommt der Straftatbestand der Beteiligung am SMB und der Vergewaltigung hinzu. Dies kann bei Anzeige durchaus reichen für eine mehrjährige Haftstrafe.

Eine Mutter, die ihr Kind im Stich lässt und weiteren Missbrauch nicht sofort unterbindet, es zu mindestens nach besten Kräften versucht, macht sich in meinen Augen strafbar. Dies gilt natürlich auch für Väter und andere erwachsene Angehörige. Es gibt ja auch Missbräuche durch Mütter. Hier gelten auch keinerlei Ausflüchte. Wenn ein Missbrauch erkannt wurde müssen die Verantwortlichen sofort handeln und jeglichen weiteren Missbrauch unterbinden. Alles andere kann man nur als schweren Fehler bezeichnen der entsprechende Konsequenzen haben muss. Das wird leider noch zu selten verfolgt von der Justiz (ist es aber schon).

Wie soll ich jemanden erklären, was in uns passiert, wenn der-/diejenige nie selber diese Erfahrungen gemacht hatte? SMB hat einfach nichts mit Doktorspielen oder natürliche Neugierde zu tun. Wenn ein geschlechtsreifer Mensch, also auch schon am Anfang der Pubertät, sich an Jüngeren mit klaren Absichten vergreift, ist es schon schwerster Missbrauch mit entsprechenden schweren Folgen. Dabei langt ein einmaliger Vorfall. Ob sich ein 12 jähriger Täter darüber klar ist, dass er hier etwas kriminelles macht, möchte ich noch bezweifeln, aber der Erwachsene muss sich darüber klar sein, dass er jede weitere Möglichkeit unterbunden werden muss.

Ich rede von SMB, also nicht von "Zeig mal, wie siehst du da unten aus?". Aber wenn der Jüngere klar nein sagt versteht das der normal entwickelte Jugendliche das sehr wohl. Kommt es gar zu vaginalem, analen oder oralem Eindringen liegt ein klarer SMB vor. Dabei ist es egal, ob das Kind sich wehrt oder ob es das ganze aus Unverstehen über sich ergehen lässt.

Besonders bei fortgesetztem MB kommt es immer mal wieder vor, dass das Kind wirklich freiwillig zum Täter geht, um sich missbrauchen zu lassen. Der Gedankengang des Kindes ist aber klar. Danach hat es Ruhe vor den Täter.

Klar ist es inzwischen, dass jedes Kind weiß, egal wie alt es ist, dass der MB etwas schlimmes ist. Nur

weiß ein Kind es kaum, was da mit ihm gemacht wird. Selbst ein Baby weiß dass es absolut verkehrt ist, was da mit ihm passiert. Aber erst wenn ein Kind in die Pubertät kommt, kann es überhaupt mit dem Begriff Sexualität etwas anfangen. D.h. aber noch lange nicht, dass es sich effektiv gegen einen MB auflehnen kann. Es ist immer noch auf die Hilfe der Verantwortlichen angewiesen. Besonders bei langjährigem MB ist das Opfer kaum in der Lage sich effektiv zu wehren, auch wenn es selber inzwischen alt genug wäre.

Mir sind Opfer bekannt die sich selbst in höherem Alter nicht gegen die Übergriffe zu wehren wussten, weil die alten, in der Kindheit entwickelten Schutzmechanismen zu verinnerlicht waren. Man steht dann wie gebannt da und kann sich gegen den Übergriff nicht wehren. Mir selber ist das mit 14 Jahren passiert. Andere sind mit weit über 20 vom Täter vergewaltigt worden und konnten sich trotz körperlicher Überlegenheit nicht wehren.

Wird ein Kind missbraucht kommt es zu massiven Änderungen in seiner Psyche und seiner weiteren Entwicklung. Bereits ein einziger Vorfall reicht, um diese Veränderungen auszulösen. Diese Veränderungen sind vielfältig und oft auch klar zu erkennen.

Ein unbeschwertes Kind lacht, spielt, ist vielen Dingen gegenüber offen, ist neugierig. Jedes Kind hat sicherlich einen eigenen Charakter und auch in unterschiedlichen Altersstufen unterschiedlich. Auffällig sind abrupte Änderungen in seinem Verhalten. Ängste, Wutanfälle, Verstocktheit usw. können besonders bei plötzlichem Auftreten auf einen MB hinweisen. Bei Schulkindern kann es zu Veränderung der Leistung kommen (in beiden Richtungen, meist aber negativ).

Mir geht es aber hier nicht um die Anzeichen, sondern um die Folgen. Missbrauchte Kinder verlieren das natürliche Vertrauen in Erwachsene, müssen organische Schmerzen ertragen, bilden Ängste aus usw. Wenn z.B. ein Mann in ein Kind eindringt, kommt es zu vaginalen oder analen Verletzungen. Bei besonders jungen Menschen kann es bei oralem Missbrauch auch zu Veränderungen im Mundraum kommen.

Beim Eindringen kommt es zu rein organischen Verletzungen und Schmerzen, die extrem sind. Nur sind das rein organischen Folgen die im Regelfall temporär sind und ausheilen. Kommt es allerdings zu stärkeren Verletzungen kann es langfristige Folgen haben. Ich selber habe solche Folgen durch das anale Eindringen und kämpfe bis heute damit.

Schlimmer sind die Schäden an der kindlichen Psyche. Hier kommt es zu massiven Veränderungen die oft erst richtig im Erwachsenenalter zum Tragen kommen.

Im ersten Moment wird das Kind überhaupt nicht verstehen können, was da mit ihm passiert. Es weiß, dass es verkehrt ist, dass es Schmerzen hat. Wehren kann es sich nicht. Die einzigsten die helfen könnten, wären die verantwortlichen Erwachsenen. Nur was soll ein Kind erzählen, was da passiert ist? Täter verstehen es zu oft, dem Kind Schuld und Scham einzupflanzen. Es deutet fast nur an, was los ist. Mehr kann es nicht. Auch entsteht vom normalen Denken ein tiefes Schamgefühl in dem Kind. Es schämt sich dessen und kann kaum darüber reden. Hinzu kommen die Schutzmechanismen der Unterbewusstseins.

Oft setzt ein sofortiges Verdrängen der Vorfälle ein, weil der kindliche Verstand nicht damit klar kommt. Neben dem Verdrängen greifen weitere Schutzmechanismen. Das fängt damit an, dass das Kind niemanden traut, sich versucht gegen weitere Grenzüberschreitungen durch Wutanfälle zu wehren oder sich einfach zurückzieht und den Kontakt zur Außenwelt einschränkt. Oft kommt es zu massiven Änderungen in der Psyche wie das Ausbilden von ausgeprägten inneren Kindern bis hin zu Zersplitterung der Persönlichkeit in mehrere (MPS - Multiple Persönlichkeits- Störung, oft fälschlicherweise als Schizophrenie bezeichnet).

Auch kommt es zu sogenannte Psychosen. Das sind Veränderungen in der Wahrnehmung der Realität. Am bekanntesten sind hier Angstzustände. Bei mir entwickelte sich so z.B. eine massive Höhenangst. Die Palette der Ängste ist vielfältig. Diese Ängste können sich bei Nichtbehandlung beim erwachsenen Menschen extrem verhärten bis hin zur Erwerbsunfähigkeit, besonders wenn andere Folgen hinzukommen. Kinder ziehen sich auch oft zum Schutz in eine Traumwelt zurück und verlieren so den

normalen Kontakt teilweise zur Außenwelt.

Missbrauchte Kinder entwickeln logischerweise auch ein gestörtes Verhältnis zum eigenen Körper. Dies kann sich auf vielfältige Art und Weise äußern. Dazu gehört zum Beispiel ein Waschzwang. Ein ständiges Gefühl, dass der Körper beschmutzt ist löst dies zu meist aus. Auch das Gegenteil kann der Fall sein. Dem missbrauchten Kind kann jeder Sinn für Körperpflege abhanden kommen. Hier ist es so, dass das Kind sich durch Unansehnlichkeit, Schmutz und Geruch evtl. Täter abschrecken will. Ich selber habe so reagiert. Mein Gedanke war, dass wenn sich einer die Finger an mir schmutzig machen will, dann soll er sie sich im wahrsten Sinne des Wortes schmutzig machen.

Auch auf die Kleidung wird kein besonderer Wert gelegt bzw. absichtlich extrem ausgewählt. Daneben kommt es in dem Zusammenhang auch oft zu Essattacken. Hier kann der Gedanke, wer will schon einen fetten Menschen, die Ursache des Verhaltens sein?

Der umgekehrte Fall, also Magersucht und Bulimie, hat sicherlich andere Beweggründe. Hier will der missbrauchte Mensch einfach nicht essen, der Appetit geht förmlich verloren oder er kann nichts im Magen behalten, weil die gesamten Gedanken zu angespannt sind. Fettsucht kann aber auch neben der gewünschten Unansehnlichkeit Kompensationsverhalten sein. Zum einen sollen damit Geschmacksreize verstärkt werden, das Bedürfnisse nach Schokolade kann das seelische Empfinden verbessern und lenkt von anderem ab.

Es ist fast schon als SVV (Selbstverletzendes Verhalten) zu bezeichnen. Denn SVV wie cutten (schneiden) und kratzen ist fast immer das Bedürfnis, seinen Körper zu fühlen, da das Empfinden schwer gestört ist. Ein anderer Grund für SVV ist eine Selbstbestrafung. Hier bestraft sich das missbrauchte Kind/der Erwachsene sich selber dafür, dass er unfähig war, sich zu wehren und auch seine eigene empfundene Unzulänglichkeit. Dabei richtet sich die oft extrem vorhandene innere Wut gegen das Opfer selber, weil es kein anderes Ventil findet.

Dem voraus geht oft ein Aufschaukeln dieser Wut bis der/die Überblende nicht mehr anders kann. Die Wut explodiert dann oft aus geringstem Anlass und Außenstehende, die diesen Ausbruch dann miterleben, können sich nicht erklären, woher das kommt. Es kann natürlich auch dazu führen, dass sich diese Wut gegen andere richtet. Schnell ist dann das eigentliche Opfer als Schläger oder zumindest als aggressiver Mensch abgestempelt.

Oft verlieren die Opfer den Bezug zu seiner weiteren Entwicklung, zu seiner Zukunft. Planung in dem Sinne findet nicht mehr statt, das erklärt dann auch die nachlassenden schulischen Leistungen. Auch fehlt oft später jeglicher Ehrgeiz im Beruf. Das Leben ist ja sowieso zerstört, warum also sich groß anstrengen? Hier spielen viele nicht steuerbare Vorgänge im Unterbewusstsein eine Rolle.

Kurzfristig kann der Ehrgeiz schon geweckt werden, da ein Opfer auch ungern noch weiterhin verliert, also immer der/die Beste sein will, auf der anderen Seite ist das Opfer auch froh, nicht große Beachtung zu finden. Dazu gehört auch das gestörte Selbstwertgefühl. Es ist oft genug fast gar nicht mehr vorhanden und das Opfer traut sich nichts zu. Besonders bei Opfern die verdrängt haben kommt eine gewisse Genügsamkeit hinzu und es ist mit dem zufrieden, was andere übrig lassen und sind total empfänglich für die kleinsten Zusprüche und Belobigungen, die oft nicht normal angenommen werden können.

Mir war es immer peinlich, wenn man mich lobte. Ich tat es dann immer als total gewöhnlich ab bis hin zu komischen Bemerkungen, die das ganze wieder Zerstörten, bloß um nicht aufzufallen. Dass gerade so ein Verhalten einen "normalen" Menschen irritiert, erkennt das Opfer dann nicht. Immer wieder ist auch zu beobachten, das Opfer um jeden Preis ihre direkte Umgebung in allem kontrollieren und beherrschen wollen. Dies wiederum kann zu enorme Leistungsdruck führen, weil das Opfer darum immer der/die Beste sein will in allem.

Dazu gehört auch das "Nicht-Verlieren-Können" bei Spielen. Dies ist bei mir so extrem ausgeprägt, dass ich kaum spielen kann. Gesellschaftsspiele aller Art waren mir immer eine Gräuel. Auch Mannschaftssport mag ich nicht. Nur selten konnte ich mich dazu durchringen, bei Spielen mitzumachen. Und das schon als kleiner Junge von 5 Jahren. Am liebsten spielte ich für mich alleine.

Nur selten hatte ich in jungen Jahren richtige Freunde. Wenige Fälle fallen mir ein und es waren immer Außenseiter, die ich mir wählte und die mir grundsätzlich vom Intellekt unterlegen waren. Mein beruflicher Werdegang kann man als typisch bezeichnen. Nach einer kaufmännischen Ausbildung kam der Grundwehrdienst. Danach erst mal Arbeitslosigkeit. Ich hatte auch kein großes Interesse, diese zu beenden.

Bei einer Maßnahme des AA kam ich mit PCs in Berührung. Dies war für mich ein Glücksfall, weil mein Interesse geweckt wurde. Danach lernte ich bei einer weiteren Maßnahme meine 1. Freundin kennen. Hier lernte ich aber auch Programmieren. Etwas später konnte ich das nutzen. Denn 1983 begann ich bei einer Firma, dessen Anlage sehr ähnliche Programme nutzte wie die, die ich erlernt hatte. Bis 1990 war ich in dieser Firma beschäftigt.

Ich war zu einem Workaholic geworden. Bis zu 18 Stunden dauerte mein Arbeitstag, auch Samstags, da aber "nur" bis 16 Uhr. Und das ohne groß nach Lohnerhöhungen zu fragen für meine Mehrarbeit. Dies hatte sich einfach so ergeben und ich sagte nie was. Das gehört ebenfalls zu den Folgen: Die Unfähigkeit, "Nein" sagen zu können. Dies fällt Opfern oft sehr schwer. Danach war ich soweit, dass ich nie wieder so arbeiten wollte.

Mein Interesse galt ab sofort der EDV. 1994 begann ich aktiv mit der Programmierung im Datenbankbereich. Bis heute blieb ich diesem beruflichen Weg treu. 1998 bis 2003 war ich dann in einer jenen kleinen EDV-Firmen, die praktisch in einer Garage angingen. Leider ging sie 2004 endgültig Bankrott. Im gleichen Jahr fing ich dann bei meiner ersten Stelle an, die ich mir selber aktiv gesucht hatte. Branche: EDV.

Opfer von SMB entwickeln auch vielfältige Probleme innerhalb von Beziehungen. Hier spielen viele Ängste und erlernte Verhaltensmuster eine Rolle. Verlustängste zum Beispiel gepaart mit der Unfähigkeit offen seine Bedürfnisse und Wünsche zu reden sind eine schlechte Kombination, um eine Beziehung zu führen und zu entwickeln. Dazu dann die oft vorhandenen Probleme mit körperlichem Kontakt, der von Unwohlsein bis hin zu absolutem Schmerz oder Ekel gehen kann.

Hier spielen natürlich fast immer Probleme mit der eigenen Sexualität und der des Partners/der Partnerin mit hinein. Tiefe Ängste, Ekel können damit geweckt werden. Zu einer normalen Sexualität gehört auch die Fähigkeit sich fallen zu lassen und der Partnerin/dem Partner voll vertrauen zu können. Aber gerade dies fällt Opfern von SMB sehr schwer, denn zu oft wurde ihr Vertrauen missbraucht. Darum trauen SMB-Opfer oft ihrer Umwelt in keinster Weise.

Sie müssen in ihrem Leben immer die Kontrolle über ihr Umfeld haben. Niemanden können sie vertrauen und vermuten dann oft in Zuneigung und Hilfsbereitschaft andere Beweggründe als die, die tatsächlich dahinter stecken. Opfer bauen um sich eine Art geistige Mauer auf, die fast niemand zu durchdringen vermag. Um so älter die Opfer werden um so geschickter können sie diese Mauer tarnen. Kaum einer bemerkt sie, selbst die Lebenspartner/-partnerinnen erkennen sie nicht, das sie die Opfer ja so kennen gelernt haben und die direkte Änderung nicht miterlebten.

Angehörige hätten nur die Chance gehabt diese Veränderung direkt zu beobachten. Mütter sollten ihre eigenen Kinder so gut kennen dass sie besonders plötzliche Veränderungen sofort erkennen sollten. Missbrauchte Kinder verändern sich immer sofort. Sie müssen auf das Unverständliche reagieren. Verstörtheit, Konzentrationsprobleme, Ängste, Weinen, Wut, Verslossenheit und vieles mehr sind Anzeichen dieser Veränderung.

Es kommt zu einem massiven Einschnitt in die Psyche des Kindes. Es kommt regelrecht zum Absterben vieler normalerweise vorhandenen Eigenschaften, die ein Kind ausmachen. Das Lachen des Kindes stirbt mit als erstes. Das heißt nicht, dass es nicht mehr lacht. Es lacht anders. Es lacht, damit es nicht auffällt und nicht weil es sich freut. Denn Freude empfindet ein missbrauchtes Kind kaum noch. Es kann es einfach nicht mehr. Je nachdem wie früh der MB stattfand lernte es überhaupt nicht mehr, was es heißt, unbeschwert und gefahrlos zu leben oder das eigentlich bereits vorhandene Gefühl des Vertrauens besonders gegenüber den Eltern und älteren Geschwister wird sehr stark erschüttert und ist irreparabel

gestört, wenn der MB aus diesem Kreis her erfolgt.

Im Laufe meines Erinnerungsprozesses war es ein extremer Schock für mich, als ich erkannte, dass mein eigener Bruder mich missbraucht hatte. Schlimm genug war es zu erkennen, dass ein absolut Fremder sich an mir vergriffen hat. Aber die Tatsache, dass die Gefahr aus dem innersten Kreis kam, hat mich tief geschockt und mich an den Rand des Wahnsinns gebracht. Mit einem Mal bekam ich Erklärungen für viele meiner Verhaltensmuster, die ich schon als kleines Kind entwickelt hatte. Ich hatte einen starken Fluchtkomplex entwickelt und versteckte mich sehr oft. Ich war auch sehr oft am liebsten alleine.

Früher hatte ich das auf die Tatsache zurückgeführt, dass ich mit doch erheblich älteren Brüdern aufwuchs. Nur das war es nicht alleine. Ich denke mal, hier kamen viel unglückliche Umstände zusammen. Mein früher Missbrauch, die Unfähigkeit meiner Eltern zu helfen und die älteren Geschwister (min. 5 Jahre älter).

Ein Kind kann nicht erzählen, was passiert ist und was es empfindet. Das kann ein erwachsener Mensch kaum, ein Kind kann das absolut nicht. Nicht umsonst wird die Reaktion des Kindes mit der Bezeichnung "Stumme Schreie" betitelt.

Bezeichnet man das Denken (auch das unbewusste Denken) und Handeln eines Menschen mit seiner Seele so kann man ohne zu übertreiben sagen, dass ein Missbrauch ein Seelenmord ist. Der Körper wird "nur" bedingt geschädigt, die Seele wird dermaßen erschüttert, dass sie als "ermordet" bezeichnet werden kann. Das erklärt, warum viele Opfer später lebensmüde sind. Sie erkennen einfach keinen Sinn mehr und wollen einfach nur noch die seelischen Schmerzen los werden.

Gegen einen organischen Schmerz gibt es Mittel. Selbst starke Schmerzen lassen sich heute bekämpfen. Ein seelischer Schmerz jedoch nicht. Es gibt zwar Psychopharmaka, die beruhigend wirken, aber der Kopf kann so in Aufruhr geraten sein, dass sie nur noch bedingt helfen. Selbst im Tiefschlaf arbeitet nachweislich der Kopf noch sehr intensiv.

Viele Folgen treten erst später im Leben auf. Meist wird dem Opfer erst mit der eintretenden Pubertät und der Entwicklung der eigenen Sexualität bewusst, was da wirklich passiert war. Ein Kind hat kaum einen Bezug zu dem Begriff "Sexualität". Ich wusste absolut nicht, was dieser Verbrecher da von mir wollte. Das hinderte mich aber nicht daran zu wissen, dass es absolut nicht richtig war, sowohl im Alter von 2 bis 3 Jahren, als auch im Alter von 9 Jahren.

Es ist im Grunde noch schlimmer, wenn ein Kind gar nicht weiß, was der/die Jugendliche oder Erwachsene da mit ihm macht. Hinzu kommen dann oft extreme Schmerzen durch das Eindringen. Bei fortgesetztem MB kommt es irgendwann zum Versuch, dem zu entgehen. Das Kind wird versuchen sich zu wehren. Das geht aber fast immer schief, da der/die Erwachsene dem Kind absolut überlegen ist.

Überlebt das Kind diese Widerstandsversuche wird es sich dem MB ergeben und ihn sogar scheinbar freiwillig zulassen. Der Grund ist klar. Wenn es freiwillig zum Missbraucher/zur Missbraucherin gehen, dann hat es den MB hinter sich und hat zumindest für den Moment Ruhe davor.

Es muss sich eine neue Art des Lebens aufbauen. Hilfe kann es nicht erwarten, also muss es oft schon früh selber für sich entscheiden. Es ist dabei erstaunlich, wie gut dies funktionieren kann. Es integriert den MB in sein laufendes Leben so gut es geht. Selbst dabei zusätzlich auftretende Gewalt wird dabei fast klaglos hingenommen. Der Lebenswille selbst eines jungen Menschen gehört wohl zu den stärksten Instinkten und existiert von Anfang an. Der Mensch ist und bleibt ein Herden-Tier. D.h. wir sind auf ein reibungsloses Zusammenspiel mit anderen Menschen angewiesen, um uns normal zu entwickeln. Auch dies geschieht in jungen Jahren instinktiv. Selbst ein Neugeborenes kommuniziert schon mit seiner Umwelt und ist darauf angewiesen, dass die Umwelt reagiert.

Dabei hat es natürlich nur begrenzte Möglichkeiten. Weinen und Lachen gehören dazu. Und natürlich die Mimik. Im Laufe der Zeit entwickelt sich dies immer weiter. Wird diese Entwicklung gestört, egal in welchem Alter, erklären sich die Störungen im sozialen Verhalten der Opfer im Grunde von alleine.

Mit zunehmendem Alter verhärten sich die Reaktionen auf den Missbrauch. Hier kommt es zu zwei grundlegenden unterschiedlichen Verhalten, was die Erinnerungen an den Missbrauch angeht. Die einen Opfer haben ihren Missbrauch so bewusst in ihrer Erinnerung, dass sie ihn nie vergessen konnten. Die andere Gruppe hat den Missbrauch verdrängt. D.h. das Unterbewusstsein verhindert, dass sich das Opfer an die traumatisierenden Geschehen erinnern. Dies ist eine wichtige Taktik, um die Missbräuche zu ertragen. Dabei vergisst das Opfer scheinbar die grausamen Taten.

Haken an der Sache ist, dass das Opfer das ganze sehr wohl noch weiß, das Unterbewusstsein vergisst es nie, nur im bewussten Denken wird dies ausgeblendet. Darum wirken die anderen Schutzmechanismen trotzdem weiter, also die oben geschilderten Verhaltensmuster und Ängste. Nur weiß das Opfer einfach nicht, warum es so handelt und empfindet selbst schwerste Folgen als normal deswegen.

So fing ich mit ca. 12 Jahren an, mich selber zu Verletzen. Also mit einsetzender Pubertät. Über Jahrzehnte schlug ich mich immer selber. Hinzu kamen die extremen Wutausbrüche. Ich habe es immer als normal empfunden. Du bist halt so, war mein Gedanke. Ich verdrängte besonders die Vergewaltigung mit 9 Jahren fast sofort, noch während der Vergewaltigung. Ich war in Übung. Kurz drauf hatte ich es schon verdrängt und spielte am nächsten Tag fast normal mit anderen Gleichaltrigen.

Je nach Veranlagung des Kindes und der Grausamkeit kann es hier zu extremen Verdrängungsmechanismen kommen. Dabei kommt es zu einer sofortigen Reaktion in der Form, dass das Kind sich förmlich von seinem Körper löst und sich Körper und Geist trennen müssen um seelisch nicht zu zerbrechen. Es ist ein für das Opfer sicherlich seltsamer Prozess, der durch besonders grausame Ereignisse ausgelöst werden kann.

Dabei verliert das Opfer auch fast jedes Gefühl, also sowohl organische Schmerzen als auch seelisches Empfinden. Es betrachtet förmlich die Ereignisse als völlig Unbeteiligter/Unbeteiligte. Der restliche Mensch, der übrig bleibt, reagiert nur noch instinktiv und empfindet fast nichts mehr. Dies tritt oft bei besonders massiver körperlicher und seelischer Gewalt auf. Hier spielt die sexuelle Komponente oft nur eine untergeordnete Rolle.

Besonders seelische und körperliche Folter und besonders grausame Gewaltanwendung sind hier die Auslöser. Um das zu ertragen muss es fast zwangsläufig zu so einer Reaktion kommen, wenn der junge Mensch keinerlei Hilfe zu erwarten hat. Ich selber habe mich genau an zwei solcher Momente in meinem Leben zurück erinnert. Nach vielen Jahren des Unwissens war dies mit der extremste Moment meines Erinnerns und führte mich in eine fast auswegslose Situation. Nur in einer psychiatrischen Klinik konnte ich dies überleben. Diese beiden Momente in meinem Leben, in dem ich förmlich seelisch zerbrach, waren einfach nur noch grausam und zeugten von dem mörderischen Verhalten von selbst jungen Menschen (17 und 16).

Im schlimmsten Fall kommt es zu einer regelrechten Zersplitterung des Bewusstseins. Hier spricht man dann von MPS, früher oft fälschlich als Schizophrenie bezeichnet. MPS, also Multiple Persönlichkeits-Syndrom oder Störung ist die totale Zersplitterung einer Persönlichkeit in mehrere selbständige Personen in einem Körper, die sich unterschiedlich entwickeln.

Oft geht die "Original Person" fast unter. Die Ansichten über dieses Krankheitsbild sind sehr gespalten. Ich selber bin der Ansicht, dass es MPS gibt, aber oft falsch diagnostiziert wird. Denn das ein Opfer in frühere Situationen zurückversetzt wird, ist sicherlich kein MPS. Dabei durchlebt das Opfer frühere MB-Situationen immer wieder. Man nennt dies "Flashback".

Diese können unterschiedlich ausgeprägt sein. Bis hin zum 1:1 erleben mit allen Gefühlen oder nur leichte, unangenehme Ahnungen kommt alles vor. Auch die Ausbildung von einem oder mehrere sogenannter "Innerer Kinder" hat nichts mit MPS zu tun. Diese können relativ selbständig reagieren und agieren, sogar zum Teil die Kontrolle übernehmen, besonders dann, wenn der Erwachsene vor Schock und Angst über die Erlebnisse aus seinem früheren Leben seelisch gelähmt ist. Anders als bei MPS registrieren die erwachsenen Opfer aber jede Handlung. Es kommt also nicht zu Erinnerungsausfällen.

Je älter die Opfer werden, um so eher kommt es zu massiven Reaktionen auf den MB, egal ob verdrängt oder nicht. Viele der Opfer beginnen sich heute ab dem Alter von 14 bis 18 zu wehren und versuchen sich aus ihrem für sie negativem Umfeld zu lösen. Sollten Hinweise, die oft sehr umständlich formuliert werden, nicht zu Änderung dem Verhalten der Verantwortlichen führen, kommt es oft zur Flucht. D.h. das heranwachsende Kind reagiert immer extremer auf seine haltlose Situation, an die oft die Angehörigen ein großes Maß an Schuld mittragen, weil sie einfach weggesehen haben, frühere Signale ignorierten und direkte Hinweise oder gar genaues Wissen darüber einfach zur Seite schoben und das eigene Kind alleingelassen haben aus oft niedersten Beweggründen.

Je nach Möglichkeiten und weiterer Entwicklung kommt es zu oft heftigen Reaktionen, die dann zum Teil als Folgen der Pubertät erkannt werden, obwohl sie ganz andere Gründe haben. Oft laufen solche Kinder einfach von zu Hause weg, suchen den Kontakt zu älteren, geraten in sogenannte schlechte Kreise und dadurch an Drogen. Hierbei spielt oft auch Alkohol eine erste Rolle. Schon 12 jährige Opfer versuchen durch Alkoholkonsum, der ja leicht zu erreichen ist, zu vergessen.

Ich selber hatte mit 14 ersten Kontakt mit Alkohol. Mit 17 trank ich regelmäßig. Nur unter Alkohol konnte ich zum Teil meine massiven Hemmungen durch den MB vergessen. Zum Glück wurde ich nie abhängig. Viele Drogenkarrieren kann man getrost frühen Missbräuchen zuschreiben. Menschen, die durch den MB bereits seelisch geschädigt sind, suchen in den Drogen einfach Vergessen und verlieren sich dabei in der sogenannten Szene, sprich in der Kriminalität, der Prostitution usw. um an die Drogen zu kommen. Leicht ist dann das Opfer als Versager abgestempelt, nur weil es nie die Hilfe bekam, die dem Kind früher zugestanden hätte.

Zu den späten Folgen gehören viele psychische und organische Folgen. Es würde zu weit führen alle hier aufzuführen. Über Depressionen, Psychosen (Angstzustände, Wahnvorstellungen unterschiedlicher Ausprägung usw.), MPS, PTBS (Post-Traumatische-Belastungs-Störung), Borderline-Syndrom, Flash-Backs, chronische Entzündungen, Krebs, Allergien, Zysten usw. sind nur einige der Folgen. Dies kann bis zur Erwerbsunfähigkeit führen, weil das Opfer einfach nicht mehr am normalen sozialen Leben teilnehmen kann. Dies wirkt sich dann zusätzlich auf das Gesamtfinden aus und schürt das sowieso oft vorhandenen Minderwertigkeitsgefühl.

Was kann denn nun ein engagierter Angehörige machen? Wie sollte die Hilfe aussehen?

Wenn der Missbrauch noch andauert hat der- oder diejenige die ihn entdeckt, alles Mögliche zu unternehmen, um zukünftig jeglichen weiteren Missbrauch zu unterbinden, egal, welche Schwierigkeiten dabei auftauchen.

D.h. wenn zum Beispiel eine Mutter entdeckt, dass der eigene Lebensgefährte den MB ausübt, kommt nur eine sofortige Trennung in Frage. Dabei sollte dies heute gar kein Problem darstellen. Selbst meine eigene Oma war dazu in den 30er Jahren des vorigen Jahrhunderts dazu in der Lage. Der Stiefvater meiner Mutter hatte keine 5 Minuten nach der Entdeckung Zeit, um die Wohnung zu verlassen. Seine persönlichen Sachen durfte er sich von der Straße aufsammeln.

Ob eine Anzeige erfolgt, mag man im Einzelfall entscheiden. Hier ist zu beachten, dass das Opfer durch solche Anzeigen sehr belastet werden, das sie ja vor Fremden über den MB sprechen müssen, was sehr schwer ist. Sollte der Täter, die Täterin selber noch minderjährig sein, also z.B. Bruder oder Schwester, ist sicherlich eine sinnvolle Reaktion schwerer, aber nicht unmöglich.

Es muss auf jeden Fall klar gestellt werden, dass man es weiß und es absolut nicht toleriert. Der Jugendliche Täter muss erkennen, dass er klar als Täter identifiziert wurde und dass jeder seine Taten als abartig und kriminell empfindet und jeder weiterer Übergriff sofort massive Folgen hat. Dafür ist natürlich höchste Aufmerksamkeit geboten.

Täter/Täterinnen haben oft keine Schuldeinsicht und reflektieren die einsetzenden Repressionen auf das Opfer, sprich sie versuchen dem Opfer die Schuld zuzuweisen. Oft hört man dann die Sätze: "Er/Sie hat doch freiwillig mitgemacht." Solche Schutzbehauptungen sind haltlos. Weiter oben habe ich erklärt, woher eine gewisse Freiwilligkeit kommen kann. Eltern müssen hier eine klare Grenze ziehen und das Opfer

schützen.

Es muss ihnen auch klar sein, dass das Opfer nichts für den Missbrauch kann. Die Verantwortung liegt hier klar beim Täter und jenen, die den Missbrauch erkennen und nicht handeln. Mit ist klar, dass dabei das Verhältnis innerhalb der Familie stark gestört wird. Nu klar ist, dass diese Störung nur vom Täter / der Täterin ausgeht.

Nach dem Erkennen braucht das Opfer sofort Zuspruch. Das vorher gestörte Vertrauensverhältnis muss langsam wieder aufgebaut werden. Dazu gehört als erste Maßnahme natürlich im gegebenen Fall die sofortige Unterbindung des Missbrauchs. Weiterhin sollte man vorsichtig das Vertrauen des Opfers gewinnen. Dies kann nur langsam erfolgen.

Wichtig ist es, dass das Opfer erkennt, dass es nicht alleine mit seinen Problemen ist. Auch wichtig ist es, dass der Kontakt zum Täter/zur Täterin schnellst möglich eingestellt wird. Dies fällt natürlich bei persönlicher Bindung schwer, ist aber erforderlich. Für uns Opfer ist es unerträglich, wenn der Täter weiterhin trotz Wissens, als normales Familienmitglied behandelt wird.

Der Täter/die Täterin hat sich selbst wissentlich außerhalb der Familie gestellt. Wird weiterhin ein normales Verhältnis gepflegt, kommt sicherlich auch nie ein Schuldbewusstsein zum tragen, welches erforderlich ist, um weitere Taten, auch gegen Dritte, zu unterbinden. Bekannt ist die Tatsache, das ein pädophil veranlagter Mensch fast nie seine Veranlagung als schädlich ansieht und ihr selbst bis ins hohe Alter nachgeht. Wenn nun die Wissenden dieses kriminelle Verhalten sogar tolerieren kann ich dafür kein Verständnis haben. Denn sie bestätigt den Täter/die Täterin in ihrem grausamen Handeln.

Ein Opfer, das mit den Folgen zu kämpfen hat, braucht einfach jemand, mit dem es vertrauensvoll über seine seelischen Probleme reden kann. Hierfür ist im Grunde nur die Fähigkeit des Zuhörens erforderlich.

Mitleid ist sicherlich nicht das, was wir erwarten. Mitgefühl aber sehr wohl. Mit etwas Einfühlsamkeit ist dies für jeden machbar. Wer uns beobachtet sieht, welch schlimme Folgen so was hat. Wer uns helfen will, sollte sich zu erst vergewissern, was wir wollen. Denn durch den Missbrauch wurde unser Wille extrem missachtet. Dies ist unerträglich für uns gewesen.

Darum erwarten wir von denjenigen, die uns helfen wollen, dass die nun unseren Willen achten, egal wie seltsam unsere Wünsche in dem Moment sein sollten. Sicherlich ist es zwar nicht erforderlich dabei, selber eine kriminelle Handlung auszuführen. Hier sollte der Helfer, die Helferin natürlich leicht lenkend eingreifen. Besonders bei extremen Rachedgedanken, die aus einer momentanen Situation entstehen können, sollte sanft entgegengewirkt werden.

Auch natürlich bei starker Suizid-Gefahr muss sofort geholfen werden, notfalls mit Zwangsmassnahmen. Ist die Hilfe effektiv, kommt es aber nur selten zu solchen negativen Wünschen. Der/die Helfer sollten sich auch nicht zu schade sein, sich bei entsprechenden Stellen Hilfe zu holen. Niemand kann von jemand folgerichtiges Handeln erwarten in solch schwieriger Situation.

Hier bieten sich viele Selbsthilfeorganisationen an. Auch staatliche Stellen helfen hier zumindest mit Infomaterial. Es hilft nicht, dem Opfer hilfreiche Maßnahmen aufzuzwingen. Früher oder später merkt das Opfer von selbst, dass es Hilfe benötigt und auch in Anspruch nehmen möchte. Dann kann man hilfreich eingreifen und zum Beispiel den Kontakt zu Anlaufstellen und oder Therapeuten herstellen und natürlich das Opfer besonders zum ersten Termin begleiten.

Denn hier hat das Opfer, bzw. wie wir uns selber oft bezeichnen der/die Überlebende/r eine extreme Hemmschwelle, die sich aus extremen Ängsten und Scham ergibt. Wir müssen uns dabei oft einem wildfremden Menschen gegenüber öffnen. Dies ist extrem schwer und sehr belastend. Nach so einem Treffen sind wir oft total erschöpft, so als hätten wir eine Schwerstarbeit hinter uns. Ich habe nach den ersten Terminen tagelang mit mir selbst gekämpft und war total erschöpft. Bis heute ist es für mich sehr anstrengend über Details meiner Missbräuche zu reden und vermeide es nach Möglichkeit. Darum ist es so wichtig, dass jemand uns begleitet zu einem solchen Termin oder zumindestens anschließend da ist.

Sanfter Einfluss ist hier auch angebracht, besonders wenn offensichtliche negative Auswirkungen zu beobachten sind. Dazu gehören Essstörungen und sonstige Verhaltensstörungen. So habe ich selber das Essen fast ganz eingestellt und erst stoppen können, nach dem ich schon fast 10 % Untergewicht hatte. Viel trugen die Einflüsse meines Freundeskreis dazu bei, dass ich wieder normal essen konnte. Auch das Einstellen sozialer Kontakte kann man sanft unterbinden, in dem man uns einbindet in das eigene Leben, spricht uns mitnimmt zu Veranstaltungen, zu Ausflügen und ähnlichem.

Auch kann man uns besonders in extremen Phasen bei alltäglichem helfen, sei es im Haushalt oder auch bei Ämtern etc. Vieles wird einfach zu einer extremen Belastung. Natürlich darf es nicht ausarten. Wir dürfen einfach nicht alles verlernen und Schritt für Schritt mit der Unterstützung unsere Helfer/Helferinnen zurück ins normale Leben finden.

Wer bin ich nun, der dies geschrieben hat? Ich bin einer jener der vielen Opfer, die es gibt. Ich bin ein Mann von 46 Jahren und habe 2003 mit 44 Jahren erkennen müssen, dass ich keine normale Kindheit hatte. Ich wurde als Kleinstkind schon von meinem eigenen Bruder über 3 Jahre schwerst missbraucht, vergewaltigt und misshandelt. Mit 9 Jahren wurde ich dann ein zweites Mal schwer missbraucht, vergewaltigt, misshandelt und gefoltert. Mit 14 kam dann ein weiterer Missbrauch hinzu. Ich bin der jüngste von 5 Brüdern. Der älteste war der erste Täter. Er wird heute von der restlichen Familie ignoriert und ausgeschlossen. Dies ist die einzigste sinnvolle Reaktion. Es ist heute 60 Jahre alt und hat es vor kurzem sogar gestanden. Der zweite Täter war ein Fremder. Der 3. ein Arbeitskollege meines Vaters und starb schon vor Jahren.

Ich selber fand viel Hilfe und Unterstützung im Freundeskreis und in der Familie. Zusätzlich habe ich eine intensive Therapie und einen Klinikaufenthalt hinter mir. Diese Kombination erwies sich als sehr hilfreich. Ich muss zwar noch vieles verarbeiten, bin aber heute relativ stabil. Dies ist nur mit der Unterstützung von "Verbündeten" möglich. Und darum habe ich diesen Text geschrieben.

27.4.2005

© Michael Sascha 2005