

1. Internationale Tagung „Symbiose und Autonomie“ vom 26. bis 28.10.2012 in München

Thema: „Sexueller Missbrauch als Trauma.“ Ein Vortrag von Andrea Stoffers.

„Alle 8 Minuten wird in Deutschland ein Kind missbraucht“

(Professor Hartmut Bosinski, Kinderarzt, Psychotherapeut, Sexualmediziner, Leiter der Sektion für Sexualmedizinische Forschung - Universität Kiel).

„Ich glaube, dass der Kern jeder Traumatisierung in extremer Einsamkeit besteht. Im äußersten Verlassen-Sein. Eine liebevolle Beziehung, die in mancher Hinsicht einfach `sicher` ist, wird unerlässlich sein, um überhaupt von einem Trauma genesen zu können“.

(Professor Dr. Onno van der Hart, Trauma-Forscher, Universität Utrecht/Niederlande)

Eine Befragung von Jugendlichen nach ihren Gewalterfahrungen ergab, dass in den letzten 12 Monaten 7,2 % aller Kinder unter 12 Jahren Misshandlungen und 8,1% dieser Kinder schwere Züchtigungen durch die Eltern erlebten. Da es in der Bundesrepublik Deutschland nach den Zahlen des Statistischen Bundesamtes ca. 9,3 Millionen Kinder dieser Altersgruppe gibt, sind somit 1,42 Millionen Kinder durch schwere Züchtigungen oder Misshandlungen betroffen.

(Auszug: Untersuchungen des Kriminologischen Forschungsinstitutes Niedersachsen. Diese Zahlen nennt auch das Bundesfamilienministerium).

Wie kommt es dazu?

Wichtig scheint mir an dieser Stelle zu sagen, dass Eltern immer bestrebt sind ihr Bestes zu tun und dass wir es bei gewalttätigen und sexuell übergriffigen Eltern mit traumatisierten Menschen zu tun haben, die ihr Trauma an die eigenen Kinder weitergeben.

Ob Eltern, Großeltern oder andere Bezugspersonen ihnen anvertraute Kinder missbrauchen bzw. sexuelle Gewalt anwenden, nicht auszuhalten ist der große Vertrauensbruch. Wichtig ist, dass es sich um Vertrauenspersonen handelt, in deren Obhut sich die Kinder befinden und dass diese Kinder Geborgenheit, Schutz und Wärme bei ihren Vertrauenspersonen suchen, jedoch Sex bekommen. Das Gefühl was sich dabei einstellt, ist, für das Kind eine komplette Verdrehung, muss doch der Erwachsene wissen, was gut und richtig für es ist. Das eigentliche Gefühl „hier stimmt etwas nicht, das tut mir weh, das kann nicht richtig sein“ wird von der Angst verdrängt, bestraft, abgelehnt und nicht mehr geliebt zu werden. Liebe = Sex, das ist das was die Kinder mit sex. Gewalterfahrung lernen. Oft erfahren sie zu ihrem eigentlichen Leid noch Ablehnung ihrer Person durch zum Bsp. die mitwissende Mutter, was ihnen komplett den Boden unter den Füßen weg reißt.

Im Zusammenhang mit der mehrgenerationalen Psychotraumatologie lässt sich die Verstrickungsspirale leicht ausmachen: Es passiert nicht nur einfach so, es hat eine Geschichte. Eltern, die ihre Kinder missbrauchen, sind meist selbst missbraucht worden, sei es von ihren Eltern oder sie haben, wie in der Kriegsgeneration oft geschehen, schlimme Erfahrungen in Gefangenschaft, Verfolgung, Vertreibung, den Kriegswirren machen müssen. Der Verstand sagt sofort: mit diesen Erfahrungen ist es nahezu unmöglich die gleichen Verbrechen zu begehen. Das stimmt aber nicht, denn ist das eigene Trauma unbearbeitet, meist sogar unausgesprochen oder sogar unbewusst verankert, handelt das ursprüngliche Opfer oft irgendwann als Täter, folgt dem bekannten Muster, gefangen in der Täter-Opfer-Spaltung.

Was heißt „Täter-Opfer-Spaltung“?

Der Täter macht sich mit seiner Tat das Opfer gefügig. Er weiß um seine Tat und projiziert die Schuld auf sein Opfer „Du hast mich verführt. Du hast es doch gewollt. Es macht dir doch Spaß.“ sind einige der Täteraussagen seinem Opfer gegenüber, um es gefügig zu machen. Er macht es zum Mitwisser: „Das ist unser Geheimnis. Du darfst nichts der Mama / dem Papa sagen, sonst passiert ein großes Unglück. Wenn du redest, sage ich, dass du mich verführt hast. Wenn du etwas verrätst, dann zerbricht unsere Familie, verlasse ich euch, geht die Mama / der Papa von uns weg, usw. usw.“ Das Kind fühlt sich gefangen und ist es auch. Seine Angst ist unerträglich, größer als die Schmach und Pein, die es durch die Taten erfährt.

Das Kind spaltet sich: Während der Tat geht es aus seinem Körper, dissoziiert, um zu überleben. Der traumatisierte Anteil des Kindes ist der Schmerzkörper, die geschundene Hülle, die zerstörte Seele, das Opfer. Der Überlebensanteil gehorcht dem Täter und wird zum Täter an sich selbst. Es hat keine andere Wahl. Und es muss sich immer wieder spalten um die grausamen Taten überleben zu können. Irgendwann hasst es sich selbst, gibt sich die Schuld an allem – das Täterintrojekt wirkt. Es fühlt sich schmutzig und schämt sich für „seine Taten“. Das „Stell dich nicht so an“ seines Täters wird zu seinem eigenen Motto. Erst für sich selbst und oft später auch für seine Opfer. Je nach Schwere der Traumatisierungen, Alter und Konstitution des Kindes, richtet sich die Tiefe der Spaltung und somit auch der Grad der Amnesien.

Nichts jedoch ist weg oder verschwunden, es ist nur vergraben. Die Symptome in der Gegenwart sind oft vielfältig und quälend. Wenn sie nicht zuzuordnen sind und auch nicht zu heilen, quälen sie umso mehr, wird der Betroffene doch nicht selten als Simulant abgetan. Beschäftigt sich der Betroffene jedoch eingehend mit seinen Empfindungen und seiner Familiengeschichte, geht Schritt für Schritt Einiges zusammen, was zusammen gehört und wird manches entdeckt, was übernommen wurde, kein eigenes Gefühl bzw. Symptom ist. Mit Hilfe der Aufstellungsmethode unter Berücksichtigung der Bindungstheorien nach John Bowlby, der folgende 4 Bindungstypen unterscheidet:

- Sichere Bindung
- Unsicher vermeidende Bindung
- Unsicher ambivalente Bindung
- Desorganisierte Bindung

und der MPT wird Spaltung sichtbar und kann Heilung gelingen. Eingebettet in psychotherapeutische Begleitung findet der Betroffene immer mehr Halt in sich selbst und kann sich seinen traumatischen Erlebnissen und somit seiner eigenen Geschichte widmen. Erst wenn Gefühle/Symptome bestimmten Situationen zugeordnet werden können, können sie heilen. Diese These lässt sich aufgrund der Vielzahl von Aufstellungen die ich bisher selbst geleitet oder miterlebt habe ganz einfach belegen. Die Rückmeldungen von Betroffenen tun ihr Übriges dazu.

Im Hinblick auf die Erkenntnisse, die John Bowlby mit seiner Bindungstheorie gewann und auf die Berücksichtigung der transgenerationalen Traumaweitergabe, können Zusammenhänge zwischen Bindung und Trauma hergestellt und benannt werden. Symbiosetrauma, eine Urform von Bindungstrauma, ist nach den Studien von Franz Ruppert, eine besonders tiefe und die längste Traumatisierung, die zwischen Eltern und Kind bestehen kann und bietet den optimalen, wenn man das in diesem Zusammenhang überhaupt so nennen kann, Nährboden für weitere Traumatisierungen, insbesondere sexuellen Missbrauch. Das symbiosetraumatisierte Kind ist offen für jedwede Nähe, da es bindungslos auf Gedeih und Verderb auf Kontakt angewiesen ist, Kontakt der Zuwendung und Liebe verspricht.

Diese Offenheit und der Hunger nach Liebe ist für den Täter spürbar, da er dieses Gefühl, tief abgespalten, von sich selbst kennt und sich so wie magnetisch angezogen fühlt vom kindlichen, hilflosen, nahebedürftigen Kind und seine Bedürftigkeit und Bindungslosigkeit schamlos ausnutzt. So sehr, dass er das Kind zum Mitwisser und Schuldigen erklärt, es als schlampig, schmutzig, Hure oder bösen Jungen und dergleichen bezeichnet, während er es bei der Annäherung hofiert, lobt und ihm seine Liebe beteuert. Die Folgen für das Kind sind, dass es verwirrt und verdreht wird, dass es Liebe mit Sex verwechselt, dass es durch die Erpressung des Täters sowie durch seine eigene Bedürftigkeit in der Opferrolle gefangen bleibt, die sich oft noch durch eine/n mitwissende/n und nicht helfende/n Mutter/Großmutter oder Vater/Großvater verhärtet.

Der Ausweg, der als Kind oft unmöglich ist, kann als Erwachsener gelingen, indem man für sich entscheidet, einen neuen Weg einzuschlagen. Die Frage ist, will der Betroffene so weiterleben, einen Kampf des Unterdrückens, Verdrängens und Verleugnens, will er den immer neuen Symptomen weiter Raum geben, krank sein ohne zu hinterfragen, oder will er den meist ohnehin schon erahnten Ursachen auf den Grund gehen, um letztlich ein zufriedenes und gesundes autonomes Leben führen zu können?

Ist der sekundäre Krankheitswert wirklich ein Argument zum Verbleib in der Opferhaltung, oder nur eine Irreführung der agierenden Überlebensanteile? Und ist es nicht an der Zeit aufzuräumen, den inneren Opferkindern Gehör und Raum zu schenken, sie nicht weiter Lügen zu strafen, sondern sich ihnen liebevoll anzunehmen und die Täter zu benennen, die sie ohnehin gut kennen.

Und zuletzt: Wie geht das erwachsene Opfer sexueller Gewalt mit dem Täter von damals um? Konfrontation oder Stillschweigen? Das ist sicherlich ganz und gar nicht pauschal zu beantworten, sondern muss individuell entschieden werden.

Mit therapeutischer Begleitung kann der Betroffene seine gesunden Anteile stärken, sich dann seiner traumatisierten Anteile annehmen, sie nach und nach „gesund pflegen“ und integrieren und schlussendlich, nachdem er die Täter-Opfer-Spaltung überwunden hat, sich keinen Verstrickungsangeboten der Täter mehr hingibt und seinerseits keine Verstrickungsangebote mehr macht, eine Entscheidung zum Umgang mit der Tat und den Tätern treffen.

Symptome:

Ist das sexuell missbrauchte Kind erwachsen, so kann sich eine Vielzahl von Symptomen zeigen: Albträume, Phobien, Essstörungen, Schlafstörungen, Depression, Gefühlsabstumpfung, körperliche Erkrankungen, Schulversagen, Ekel vor Sex, Ablehnung der Geschlechtsrolle, Distanz- und Schamlosigkeit, Promiskuität, Prostitution, extreme Anhänglichkeit oder extremer Rückzug, Feindseligkeit sich selbst und anderen gegenüber, Selbstverletzungen, Drogenkonsum, Delinquenz, Verwirrung, Aufspaltung der Persönlichkeit

(aus: Das Trauma des sexuellen Missbrauchs überwinden – Theorie und Psychotherapie Vortrag Prof. Dr. Franz Ruppert)

Oft haben Opfer von sexuellem Missbrauch den Missbrauch so tief abgespalten, dass sie keinerlei Erinnerungen an das Trauma mehr haben. Als Erwachsener haben sie zwar vielleicht eine Vielzahl der genannten Symptome, aber keine Idee, was die Symptome zu bedeuten haben. Das Gefühl, sich in einem Sumpf oder in einer Abwärtsspirale zu befinden, verrückt zu werden oder sich zwar immer abzustrapazieren, aber auf keinen grünen Zweig zu kommen, kann sich einstellen. Oft werden Freunde „fallengelassen“, wenn sie die Betroffenen nicht verstehen, Arbeitsstellen werden immer wieder gewechselt, weil sie sich dort nicht verstanden fühlen usw.. Am Ende wiederholt sich alles bei den neuen Freunden, bei der neuen Arbeitsstelle...

Haben die Opfer eine Ahnung, oder eine vage Vorstellung davon, sexuell missbraucht worden zu sein, so können sie sich zwar das eine oder andere Symptom erklären (z.B. den Waschzwang „Schuld abwaschen“, „Schmutz, Ekel abwaschen“), haben aber dennoch keinen Zugriff auf das Trauma und leben mit dem Symptom, ohne etwas ändern zu können. Darüber hinaus, kommt vielleicht noch das Gefühl hinzu, immer im Trauma gefangen zu bleiben und den sexuellen Missbrauch nicht abschließen zu können, obwohl er vielleicht schon Jahrzehnte zurückliegt. Die nagende Ungewissheit, sich das alles nur einzubilden, auszudenken und verrückt zu sein oder zu werden ist oft Teil des Gefühlskarussells von Betroffenen.

Die Aufstellung des Anliegens erleben die Klienten als behutsam, da sie ein Weg der kleinen Schritte ist. Sie bietet den Betroffenen einen Ausweg. Es passiert immer nur so viel, wie für den Klienten möglich ist. Ziel ist es beispielsweise, zu erkennen, was hinter den Symptomen steht und welche Situation im Heute die Symptome auslösen. Symptome sind immer gesteuert von Überlebensanteilen, die vor erneutem Traumakontakt schützen. Der Überlebensanteil setzt die Situation im Heute mit der traumatisierenden Situation von damals gleich. Er stellt sich schützend vor die traumatisierten Anteile – das Symptom ist da.

Hat der Klient erkannt, welche Situation im Heute das Symptom ausgelöst (getriggert) hat, so kann er im nächsten Schritt im Alltag trennen zwischen Heute und Damals. Dadurch wird das Trauma nicht immer weiter abgespalten, sondern kann heilen, da die Wunde nicht immer wieder neu aufgerissen wird.

Nicht selten berichten mir Klienten, dass ihre immer größere Klarheit sie aus dem „Nebel“ führt. Dem Gefühl ausgeliefert, machtlos zu sein, keine Alternativen zu haben, immer wieder völlig überrascht über Situationen zu sein, begegnen sie immer realistischer und der Situation angemessener. Sie berichten davon, deutlich handlungsfähiger zu werden und das Leben leichter und klarer zu erleben.

In den Aufstellungen und durch die Aufstellungen können Bilder oder Erinnerungen an das stark abgespaltene Trauma wieder auftauchen. Was für viele Klienten zunächst beängstigend ist, ist ihnen im Laufe der Aufstellungsarbeit zunehmend willkommen. Es bestätigt die Gefühle und Vermutungen und erlöst von dem Gedanken, verrückt zu sein. Absolut quälend ist die Unklarheit darüber, was wahr ist und was nicht. Wenn die Wahrheit ans Licht kommt, so schrecklich sie auch gewesen ist, berichten Klienten von Trauer und Schmerz aber eben auch von großer Erleichterung. Das Trauma kann als in die Vergangenheit gehörig gefühlt werden, ist vorbei und die Wahrheit trägt zur Heilung bei.



Anmeldungen für das nächste Seminar mit Franz Ruppert in Neuss können Sie über einen Link auf meiner Homepage tätigen: <http://www.hp-stoffers.de/sonderseminar.htm>

Im Anschluss an den Vortrag gab es eine Aufstellung.

Johann (Name geändert) äußerte den Wunsch wieder mit seiner Ex-Partnerin zusammen sein zu können, ohne Angst haben zu müssen. Er berichtete von seiner Kindheit, in der er als Jugendlicher sexuellen Missbrauch durch einen Mann aus der näheren Wohnumgebung erlitten hatte. Zu seinen Eltern gab es keine gute Beziehung. Seine Mutter sei emotional immer abwesend gewesen. Die Eltern stritten sich oft, tranken. Er hat sich niemandem anvertrauen können. Dann gibt es noch eine vage Vermutung, dass er bereits in früherer Kindheit irgendetwas Schlimmes erlebt haben muss, aber er weiß nicht mehr was, sondern hat nur eine Situation vor Augen und ein merkwürdiges Gefühl dazu. Er vermutet bei beiden Elternteilen ebenfalls, dass sie sexuellen Missbrauch erlebt haben, kann es aber nicht mit Sicherheit sagen.

Von seiner Freundin sei er 3 Jahre getrennt. Die Trennung fand nach einer Totgeburt eines gemeinsamen Kindes statt. „Es ging danach einfach nicht mehr“. Seine Gefühle zu der Frau sind ambivalent. Wenn er sie begehrt, lehnt sie ihn ab und umgekehrt. Er weiß nicht, ob er nur mit dem „Täter“ in ihr zusammen sein will.

Er stellt sein Anliegen (A) auf „**Ich möchte wieder mit meiner Ex-Freundin zusammen kommen**“ und hat von Anfang an keinen Kontakt zum A. Das A dreht sich, will ihn nicht anschauen und ist sehr aggressiv. J. kennt das von sich. Er hätte als Jugendlicher immer Kampfsituationen aufgesucht und schon damals Alkohol getrunken. Das A. darf nicht zur Ruhe kommen, sonst hält es die Aggressionen in sich nicht aus.

Der Anteil von J., der als Jugendlicher missbraucht wurde wird mit aufgestellt. A. läuft weg, in eine Ecke, ist ihm zu viel. Der jugendliche J. ist verwirrt und hilflos, fühlt Taubheitssymptome, kann nicht weg. Die Symptome sind J. bekannt. Er erinnert sich wieder an die Situation als kleineres Kind, wo er nicht weiß, ob ihm da was Schlimmes passiert ist und holt einen SV für den kleinen J. von damals dazu. (das Alter beider Anteile wird hier aus personenschutzrechtlichen Gründen verschwiegen)

Der kleine J. sagt sofort „Ich vermisse meinen Papa“. Das A. hat Bezug zum Kleinen. Der Kleine ist verwirrt und vermisst Papa. Der jugendliche J. ist neugierig auf den Kleinen, aber seine Taubheit ist zu stark. Der Kleine ist verwundert, dass der jugendliche J. am Leben ist.

Da das Anliegen sich auf ein Zusammensein mit der Ex-Freundin bezieht, wird diese nun dazu geholt. Der Kleine sieht in ihr die Mama. Die Ex-Freundin sieht in Johanns kindlichen Anteilen und Johann selbst lauter kleine Jungs mit denen sie spielen kann. Sie fühlt sich nicht als Mutter. Besonders hingezogen fühlt sie sich zum Anliegen. Sie fühlt sich als Täterin.

Das A. will gesehen werden von Johann, der hat aber Angst, das A. zu bedrängen, kann sich nicht dazu durchringen, weil er befürchtet zu viel zu machen, zu schnell, zu intensiv zu sein. Aber es gibt erstmalig einen Hauch von Kontakt zwischen A. und J.. Beiden wird klar, dass sie mit ihren Kinderanteilen keine Beziehung führen können. Johann ist froh, dass er diese Anteile gesehen hat und gesehen hat, wie es ihnen geht. Er hat „alle Stationen abgeschritten und den Schmerz und die Einsamkeit und Verzweiflung gespürt“.

Er weiß nun, dass er einen Weg finden will, um vorsichtig Kontakt aufzunehmen zu sich selbst und Mitgefühl für sich entwickeln will, hat aber noch Angst, dass es ihm zu viel werden könnte. Ihm ist ganz wichtig, dass sein Anliegen am Ende der Aufstellung Kontakt mit ihm haben wollte und Kontakt mit ihm brauchte. Das hat ihm wieder Hoffnung gegeben, nachdem er während der Aufstellung Verzweiflung gespürt hatte. Er weiß noch nicht genau wie der nächste Schritt für ihn aussieht, da er noch nicht „die Ausgewogenheit finden kann zwischen Kinder- und Mannseite in sich“.

(Die Aufstellung wird hier verkürzt dargestellt - zum Schutz des Klienten)

Im Anschluss werden Fragen beantwortet, eine fruchtbare Diskussion mit interessanten Beiträgen, wichtigen Fragen entsteht. Hier nur ein Beispiel: Warum hast du nicht den Vater mit aufgestellt?
Antwort: Der Kleine J. hat zwar seinen Papa gesucht, aber das Anliegen war ein völlig anderes. Die Aufstellung hätte womöglich eine völlig andere Richtung genommen und das wäre weg vom Anliegen und vielleicht hin zu einer Überforderung des Klienten gekommen.

Ich danke an dieser Stelle allen Mitwirkenden, insbesondere dem Aufstellenden für seine Offenheit und seinen Mut, den Teilnehmern für ihren Wissensdurst und ihre Beiträge, sowie Patrizia fürs Dokumentieren!

Andrea Stoffers.

www.hp-stoffers.de

www.gesunde-autonomie.de

Literaturempfehlungen:

- Hört ihr die Kinder weinen. Eine psychogenetische Geschichte der Kindheit. Herausgeber: Lloyd de Mause. Suhrkamp Verlag 1994.
- Arno Gruen: Der Verrat am Selbst. Die Angst vor Autonomie bei Mann und Frau. Dtv. 21. Auflage 2010.
- Gerald Hüther: Was wir sind und was wir sein könnten. Fischer Verlag 2010.
- Joachim Bauer: Warum ich fühle, was du fühlst. Hoffmann und Campe 2005.
- Michaela Huber: Trauma und die Folgen. Teil 1 und 2. Junfermann Verlag. 4. Auflage 2009.
- Michaela Huber und Pauline C. Frei: Von der Dunkelheit zum Licht. Junfermann Verlag.
- Franz Ruppert: Symbiose und Autonomie. Klett Cotta Verlag.
- Franz Ruppert: Trauma, Angst und Liebe. Kösel Verlag.