

jenseits vom tag



SCHULMATERIAL

INHALTSVERZEICHNIS

Einleitung	3
Inhalt.....	4
Textauszug	5
Multiple Persönlichkeit oder dissoziative Identitätsstörung	9
Sexueller Missbrauch.....	11
Selbsttest für Missbrauchsopfer	13
Bericht einer Betroffenen	15
Bücher und Links zum Thema.....	19
Textauszug	20
Presse.....	21
Wo gibt es Hilfe?	23
Über theaterspiel.....	23
Impressum	23

Einleitung

Sexueller Missbrauch an Kindern und Jugendlichen ist – nicht zuletzt durch die jüngst bekannt gewordenen Ereignisse in schulischen und kirchlichen Einrichtungen – ein Thema, das uns alle angeht: Es geht die Opfer an wie die Täter und auch jeden Einzelnen, der durch genaues Hinschauen und durch Intervention Schlimmeres zu verhindern vermag. Längst kann man bei sexuellem Missbrauch nicht mehr von Einzelfällen sprechen: Schätzungen gehen davon aus, dass knapp 15 % aller Kinder und Jugendliche Formen von körperlicher und/oder seelischer Gewalt erfahren – wobei die Dunkelziffer sehr hoch ist. Das alles führt zu katastrophalen Folgen für die Betroffenen wie Suchterkrankungen, Depressionen, selbstverletzendem Verhalten und psychischen Störungen (Borderline-Syndrom, multiple Persönlichkeit etc).

Ich, Autorin und Interpretin dieses Theaterstücks, bin selbst betroffen. Die Arbeit zu diesem Theaterstück hat mir die Türen zu meiner Vergangenheit geöffnet, die ich nicht wahrhaben wollte. Meine Wut konnte sich lösen und umwandeln in Ideen, Kraft, Mut und einer Gier nach Leben. Diese Tatsache, und auch die vielen Begegnungen bei meinen Vorstellungen, zeigen mir ganz deutlich, wie wichtig das Sprechen über dieses Tabuthema ist. Und wie wichtig es ist, sich Hilfe und Aufklärung zu holen.

Beate Albrecht

Inhalt

Jenseits vom Tag von Beate Albrecht

Ein Theaterstück zum Thema sexueller Missbrauch, ab 16 Jahren

Inhalt:

F. Nielsen, aufstrebende Reporterin, entdeckt das Phänomen 'Multiple Persönlichkeit': Menschen, die sich aufgrund sexueller Missbrauchserlebnisse in der Kindheit in verschiedene Persönlichkeiten aufgespalten haben, um zu überleben. Nielsen will dazu die Reportage ‚Jenseits vom Tag‘ entwerfen. Während der Recherchen taucht ihre eigene Vergangenheit auf - Erinnerungen, Gefühle und Bilder drängen ungewollt in ihr Bewusstsein. Es beginnt ein Verwirrspiel um das eigene Ich. Die Spur führt in Bereiche, die möglicherweise zu nahe an der eigenen Wahrheit liegen...

Ein emotionales und bewegendes Theaterstück, das das Thema sexueller Missbrauch in all seiner Vielschichtigkeit und Brisanz beleuchtet.

Eingeladen zu den Festivals: Luaga&Losna1997, Theaterzwang 1998, Penguin´s Days 2002, parallel aufgeführt zur landesweiten Ausstellung 'Kein sicherer Ort' in Tirol, Aufführungen für Wildwasser, Pro Familia und andere Notruf - bzw. Beratungseinrichtungen

1. Preis Festival Luagna&Losna, Sonderpreis der Jury Penguin´s Days/Moers 2002.

Es spielt: Beate Albrecht

Musik: Always Ultra

Dauer: 60 Minuten

Textauszug

Eine schwarze Bühne, ein weißer Stuhl; Treppe und Mittelgang; Studiocharakter. Nielsen ist um die 40, aufstrebende Reporterin der ansässigen Tageszeitung, forsches Auftreten

Intro

Nielsen: Entschuldigen Sie bitte, ich habe mich verspätet, es tut mir wirklich leid, aber draußen war wieder die Hölle los, habe den Ort nicht gleich gefunden, drei rote Ampeln, kleiner Stau, Auto an Auto, kein freier Parkplatz, hier rein, hier hoch, das dauert eben, also. ...- *Telefon* - Auch das noch, ... - *zu Publikum* - das ist bestimmt mein Chef - *Telefon* - Wo ist denn, verdammt noch mal, - *Telefon* - ja, ja, ja ist ja gut, ah da, also ... nimmt ab.... Nielsen? ... Hallo! - *zu Publikum* - Wußt' ich's doch, mein Chef. - *zu Chef* - Nein, tut mir leid, ich hab' mich verspätet. ... ja, ich hab' den Ort nicht gleich gefunden. Drei rote Ampeln, kleiner Stau, Auto an Auto, kein freier Parkplatz, hier rein, hier hoch, Handy nicht gleich gefunden, das dauert eben, aber jetzt bin ich da. Also Chef, wie soll ich anfangen? Was? ... Ah, so ... klar, bis gleich. - *legt auf, zu Publikum* - Hat noch ein Gespräch auf der anderen Leitung, ist gleich soweit. Dann kann ich mal eben, ... - *überprüft den Raum* - das ist gut, das geht, bisschen provisorisch, aber so soll's ja auch sein, gut, wo ist denn wieder typisch ... die Technik, late, too late, - *zu Publikum* - Ah ja, Nielsen ist mein Name. Ich bin die Reporterin, die Journalistin von `Jenseits vom Tag'. ... Die in der Redaktion meinten, meine Reportage wär' der Hit, ich sollte was daraus machen, eine Serie, fürs Fernsehen. Nun, deswegen bin ich hier, sind wir hier, um die ganze Sache in den Kasten zu bringen. - *deutet in Richtung hinter den Zuschauern* - ... Mein Chef sagt, dass das ein Knüller wird. Wenn das ein Knüller wird, dann steig' ich auf, nächste Etage, Fernseh Abteilung, kriege vielleicht meine eigene Show. ... - *winkt ab* - Naja, ist auch nicht so wichtig ... - ja, natürlich bin ich aufgeregt, ich mach' das ja zum ersten Mal: ich bin Journalistin, Reporterin, keine Schauspielerin. Aber die in der Redaktion meinten, ich würde das schon schaffen, ich sei ja so vielseitig, das würde schon gehen - *wartend-* Ziemlich warm, kalt - *auf die Tagessituation eingehen* - heute, Hab' mir ein Eis geleistet, musste sein, die haben gutes Eis hier in der Stadt: Vanille und Erdbeer und -*stutzt-* ... oh nein, da habe ich mich schon wieder eingesaut, typisch, - *streng anderer Tonfall* - jetzt hat die kleine Rotznase sich wieder eingesaut - *Irritation-* ich hatte doch noch ... - *Telefon* - Na endlich. - Nielsen. Na, das ging ja schnell. Also Chef, wie soll ich anfangen Was? Gestern? Ach so, das Fest gestern Abend, ja nett, glaub ich. Was? ... Ich? Na, da schein' ich mich

ja prima amüsiert zu haben. ... Ah, Sie sich auch, das freut mich aber. Naja, das geht halt manchmal mit mir durch, ja, da kenn´ ich mich selbst kaum aus ... Was? ... Wann? ... Schon? ... Na sehen Sie, da hab´ ich ja doch noch vernünftige Seiten in mir. Also Chef, wie soll ich anfangen ... Ah ja, klar, bis gleich. ... – *legt auf, dann zu Publikum* - Verdammt, schon wieder: er spricht von diesem Fest gestern Abend und ich kann mich kaum noch erinnern. Er spricht von Swimming-Pool, auf dem Tisch tanzen und ohlalala, und ich kann mich überhaupt nicht erinnern. Das passiert oft, zu oft passieren mir Dinge, wo ich mich selbst kaum auskenne.



Ich spreche zum Beispiel öffentlich über meine journalistische Arbeit, obwohl ich mich eher als schüchtern und zurückhaltend empfinde. Ich repariere mein Auto, obwohl ich Ihnen jetzt nicht genau sagen könnte, wo der Vergaser sitzt. Ich wache neben mir fremden Typen, in fremden Wohnungen auf, obwohl ich von One-Night-Stands wirklich überhaupt nichts halte. Ich spiele Schach, obwohl ich dieses Spiel seit meiner frühesten Kindheit, seit es mir meine Mutter beigebracht hat, verabscheue, ich verliere Zeit, Blackout, keine Ahnung, nichts mehr, ich weiß nicht mehr, wo ich bin, ich - *Telefon* - Was, wo ich hier bin, ... ah ja, wo ich hier bin. In diesem Saal bin ich, natürlich, ja um `Jenseits´ in den Kasten zu kriegen. Ja Chef, alles vorbereitet, ... *zu imaginären Tontechniker* - Ah, der kommt auch gerade, zu spät, natürlich, aber Also Chef, wir könnten anfangen, mit welcher Folge soll ich ... `Weiß gewinnt´, `Schattenfest´, `Starke Jungs´, `Hintergründe´, `Spiel mit mir´? Oder Chef, ich habe eine Überraschung. Ich habe das Ende, ich weiß wie es ausgeht. ... Ja, gestern gemacht, in meiner vernünftigen Stunde. ... Ja , wie bisher, sie fährt hin, genau, das bleibt... genau, genau ja ... ja ... nein, jetzt geht sie noch nicht, sie geht nach oben, ja und dann, von wegen Britzelwasser, ich dachte mir, in der Fiktion, ist das möglich. Aber Chef, das muss sein, wenigstens in der Phantasie, Chef, die Wut ist doch der einzige Trost, die Wut ist der einzige Trost. ...*resigniert* Gut, in Ordnung, ist in Ordnung, dann reden wir später noch darüber, ja, ... *stockend* ich mach dann weiter. - *Steckt das Handy weg* - Genau weitermachen. Und tschüs. - *legt auf* - ... Weitermachen, wie mein Vater immer sagte, von dem habe ich gelernt, wie man arbeitet,

nach vorne schauen und weitermachen. Wie man reibungslos arbeitet, nicht rumgrübeln sondern weitermachen, das viele Nachdenken bringt überhaupt nichts, Mundhalten und weitermachen, - *stumme Irritation* - ...wir hatten in unserer Familie so ein Mundhaltenspiel, das ging folgendermaßen ... ach, was rede ich denn da, weitermachen. - *zu Technik* – Auch endlich da. Lass uns anfangen. Weitermachen. Und zwar mit - *schaut in Timer nach* - `Hintergründe`. ... vorher eine Sprechprobe, okay. Bereit? Gut. ... Einen schönen guten Abend, meine Damen und Herren. Mein Name ist Nielsen, ich darf Sie als Verfasserin von `Jenseits vom Tag´ recht herzlich hier bei uns begrüßen. Eins-Zwei-Drei-, geht das? Gut, dann lass uns anfangen. Sound ab.

HINTERGRÜNDE

- *auf Sendung zu Publikum* -

Einen schönen guten Abend, meine sehr verehrten Damen und Herren. Mein Name ist Nielsen, ich darf Sie als Verfasserin von `Jenseits vom Tag´ recht herzlich hier bei uns begrüßen. Ich werde in dieser ersten Folge auf die Beweg- und Hintergründe meiner Reportage eingehen.

Kennen Sie das, Situationen, in denen Sie sich nicht aus- oder wiedererkennen? Sie rasten aus, werfen mit Gegenständen um sich, greifen jemanden tätlich an. Der berüchtigte Filmriss nach einer durchzechten Nacht, die Heimfahrt per Autopilot, unerwartete Tränenergüße im Kino, Meinungs- und Verhaltenswandel im Angesicht von Autoritäten.

Extremsituationen, die jedem, so oder so, bekannt sein dürften. Wir alle haben die Fähigkeit zu dissoziieren, das heißt wir können Gefühle, Erlebnisse, ja, sogar Verhaltensweisen von unserem Wissen trennen, um uns so bestimmten Umgebungen und Situationen anzupassen. Ein Berufs-Ich funktioniert anders als ein Familien-Ich, ein Karriere-Ich anders als ein Ausgeh-Ich. Bei den meisten von uns sind diese verschiedenen Bestandteile unserer Identität miteinander verbunden, wir erleben uns als zusammenhängendes Selbst. - *fast automatisch aufsagend, in Distanz mit sich selbst* - Was passiert jedoch, wenn diese Teile getrennt sind, nichts voneinander wissen, nebeneinander eigenständig existieren, wenn eine junge Frau, Tochter aus gutem Haus, sich plötzlich im Drogen bzw. Prostituiertenmilieu wiederfindet, und *spielt es nach* plötzlich Blackout, keine Ahnung, nichts mehr, ich weiß nicht mehr wo ich bin, ich ... ? ... - Multiple Persönlichkeit, vermutet eine befreundete Therapeutin. Was ist das? Ich recherchiere. Die überwiegende Anzahl, der bereits bekannten Fälle von Multipler bzw. Mehrfachpersönlichkeit, sind Männer und Frauen, die in ihrer Kindheit wiederholt und schwer missbraucht wurden, emotional, intellektuell, körperlich und oder sexuell missbraucht und misshandelt. Ein kindliches Opfer kann mit der überwältigenden Erfahrung des Missbrauchs, durch den Prozess der Dissoziation, das heißt

der Aufspaltung, fertig werden. Statt Selbstmord zu begehen oder psychotisch zu werden, verschwindet es in seiner Seele und erfindet an seiner Stelle andere, die für ihn mit dem Trauma fertig werden sollen. So entstehen mehrere Personen in einem Körper. Die Erstgeborene jedoch ist abwesend, es schläft, es lebt in einer kleinen Nische und schläft.

- *zu sich* - Ich bin verwirrt - *zu Publikum* - mehr noch, als ich erfahren muss, dass mindestens 25% aller Menschen von schwerwiegenden Missbrauchserfahrungen betroffen sind. Multiple Persönlichkeit scheint also nur die extreme Spitze eines riesigen Berges zu sein. Da muss was gemacht werden, denke ich mir. Aber was? Eine Reportage! Aber wie? Ich will mich weiter informieren, komme zufällig an einer Stadtbibliothek vorbei, gehe hinein, kann dort jedoch kein einziges Buch über Missbrauch finden. Warum? Die Bibliothekarin sagt mir, dass die Kinder die Regale leer fegen und jedes Buch entleihen, das sie im Zusammenhang damit finden. Warum? Die Bücher sagen Ihnen, dass sie nicht allein sind. Verdammt noch mal, warum tun die das, den Mund halten? ...

Ich entwerfe schließlich die fiktive Geschichte `Jenseits vom Tag`. Sie versucht einen Einblick in die Erfahrung, die wir multiple oder Mehrfachpersönlichkeit nennen, zu geben, in der Annahme, dass daraus Rückschlüsse für jedes `normale` Leben gezogen werden können.

Ich erfinde mir hierzu vier Personen: Franziska, Fränzi, Franzi, Franz, die eines gemeinsam haben, einen Körper und eine Vergangenheit, die im Dunkeln liegt.



Multiple Persönlichkeit oder dissoziative Identitätsstörung

Die Dissoziative Identitätsstörung oder Multiple Persönlichkeitsstörung ist eine Störung der Wahrnehmung, der Erinnerung und des Erlebens der eigenen Identität. Zahlreiche unterschiedliche Persönlichkeiten koexistieren und übernehmen abwechselnd die Kontrolle über das Verhalten. Diese unterschiedlichen Persönlichkeiten handeln wie fremde Personen - an das Handeln selbst können sich die Betroffenen oft gar nicht oder nur schemenhaft erinnern. Es ist möglich, dass die (Teil-) Persönlichkeiten abwechselnd auftreten und dabei jeweils ein Bewusstsein der Existenz der anderen Alternativen-Persönlichkeiten haben. Es ist genauso gut möglich, dass die (Teil-) Persönlichkeiten fragmentiert, also völlig voneinander abgetrennt auftreten und somit von der Existenz der anderen gar nichts wissen. Weitere Symptome der Multiplen Persönlichkeitsstörung oder Dissoziation sind u.a. Gedächtnislücken, Zeitverluste, Depersonalisierung und Unwirklichkeitsgefühle. Dissoziative Störungen entstehen meist durch schwere Traumatisierung im Kindesalter wie länger andauernde Misshandlungen und Vernachlässigung sowie häufig durch sexueller Missbrauch (Studien sprechen von einer Rate von 75 % bis 94 %).¹ Folgestörungen sind u.a. Depressionen, Angst, psychosomatische Körperbeschwerden, Selbstverletzung, Essstörungen, Suchterkrankungen und Beziehungsprobleme.

Mit welchen alltäglichen Problemen haben die Betroffenen hauptsächlich zu kämpfen?

Viele Betroffene begeben sich in Therapie, weil sie unter Angst oder psychosomatischen Beschwerden (Kopfschmerzen, Bauchschmerzen, Krämpfen, Störungen des Essverhaltens oder der Verdauung) leiden oder weil sie Flashbacks oder Stimmen, die sie in ihrem Inneren hören, erleben. Viele verletzen sich immer wieder selbst, bzw. versuchen, das ganze "System" (die Gruppe von Persönlichkeiten) zu vernichten oder einzelne zu bestrafen.

Oft brauchen Betroffene lang, um sich dem Problem zu stellen oder etwas von dem zu offenbaren, was sie quält. Zusätzlich belastend ist für die Betroffenen, dass ihr Krankheitsbild nicht immer ernst genommen wird.

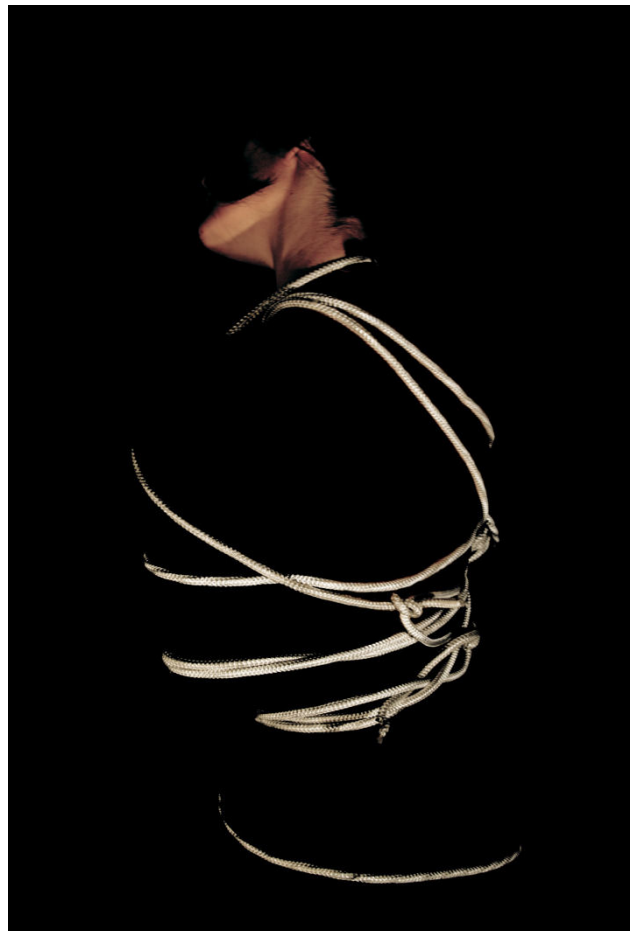
¹ Muhammad Waseem: Child Abuse & Neglect. Dissociative Identity Disorder. In: emedicine.com, letztes Update vom 28. November 2007

Welche Therapiemöglichkeiten gibt es?

Die Therapie ist sehr langwierig und schwierig und sollte generell nur bei ausgebildeten Psychotraumatologen durchgeführt werden. Nicht immer kann den Betroffenen geholfen werden. Täterkontakt zum Beispiel erschwert die Therapie oder macht sie unmöglich.

Bei einer Therapie gilt es, möglichst alle einzelnen Persönlichkeiten zu erkennen und entsprechend zu behandeln. Im Gegensatz zu britischen Methoden, die als Behandlungsansatz die Zerstörung der einzelnen Persönlichkeiten haben, haben sich in den USA, den Niederlanden und zunehmend auch in Deutschland Methoden zur Kontrolle und Kooperation der Persönlichkeiten als erfolgreich erwiesen. Im Idealfall ist eine Verschmelzung der Persönlichkeiten anzustreben: Dies gelingt jedoch nur selten. Zunächst muss in einer oft jahrelangen Therapie eine genügende Stabilisierung erreicht werden. Dann kann in einer Auseinandersetzung mit dem Trauma eine Traumasynthese angestrebt werden, an die sich in einem letzten Therapieschritt Re-Integration der einzelnen Anteile und Neuorientierung des Betroffenen anschließen können.

Die am häufigsten angewandte Methode bei der Behandlung dissoziativer Patienten ist eine Kombination aus tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie einerseits und Integrativer Traumatherapie, bei der durch Aufarbeitung der Traumata eine signifikante Verbesserung der Lebensqualität der Betroffenen erreicht werden kann.



Sexueller Missbrauch

Sexueller Missbrauch bezeichnet unter Strafe gestellte sexuelle Handlungen bzw. eine Verletzung der sexuellen Integrität von Menschen. Sexueller Missbrauch fügt den Opfern oft seelische und körperliche Schäden zu, die häufig zu lang anhaltenden psychischen Störungen führen (u.a. Posttraumatische Belastungsstörung, Depressionen, Borderline-Persönlichkeitsstörung sowie Dissoziative Störungen). Sexueller Missbrauch ist (körperliche und/oder seelische) Gewalt an Kindern und hat katastrophale Auswirkungen auf deren Persönlichkeitsentwicklung. Die traumatische Erfahrung prägt Bindungen, Beziehungen und Partnerschaften, die Überlebende als Erwachsene eingehen. In den meisten Fällen stammt der Täter aus dem sozialen Nahbereich des Kindes und ist kein völlig Fremder. Es handelt sich hierbei in der Regel um Familienmitglieder, Hausmitbewohner, Nachbarn, Freunde der Eltern oder Autoritätspersonen wie z. B. Lehrer oder Pfarrer. Sexueller Missbrauch findet in der Regel nicht als Einzeltat statt, sondern dauert teilweise über Jahre hinweg an.

Im Jahr 2008 hat es insgesamt **56.784 Straftaten** gegen die sexuelle Selbstbestimmung in Deutschland gegeben. Hierunter **7.292 Fälle der Vergewaltigung** und sexuellen Nötigung und allein **12.052 Fälle des sexuellen Missbrauchs von Kindern**, wobei die Zahl der betroffenen Kinder sich auf insgesamt 14.173 beläuft. Bei 75,6 % der betroffenen Kinder handelt es sich um Mädchen und bei 24,4 % um Jungen. Allein in Nordrhein-Westfalen ereigneten sich im Jahr 2008 2.746 Fälle des sexuellen Missbrauchs von Kindern. Die hier zur Tathäufigkeit angeführten Zahlen dürften nur die "Spitze des Eisbergs" darstellen. Experten schätzen die Dunkelziffer bei etwa 90%. Bei maßvoller Schätzung sollen 10 % der Frauen und 2 % der Männer als Kind sexuell missbraucht worden sein.²



² Polizeiliche Kriminalstatistik für das Jahr 2008.

Wie finden sexuelle Gewaltübergriffe statt?

Es kann vorkommen, dass Kinder in der Familie bereits seit dem Säuglingsalter missbraucht werden und diesen Vorgang teilweise fast als "normal" betrachten. Manchmal begreifen die Opfer erst in der Schule, dass der Missbrauch durch Familienangehörige nicht normal ist. Wendet sich der Täter dem Opfer erst später zu, so gibt es immer wieder auftauchende Verhaltensmuster: Sexuelle Übergriffe erfolgen zunächst unter dem "Deckmantel" der Pflege und Betreuung. Der typische und klassische Fall ist z. B. der verschwundene Badezimmerschlüssel und das wiederholte Betreten des Bades zu den Zeiten, in denen sich die Kinder dort unbekleidet aufhalten. Es geht dann weiter mit Hilfe beim Abtrocknen und flüchtigen Berührungen. Im nachfolgenden Verlauf werden dann immer wieder bewusst sexualisierte Themen angeschnitten, mit Hilfe von Aufklärungsbüchern oder pornographischen Zeitschriften wird dem Kind das Thema Sexualität nahe gebracht, bis es irgendwann zu massiveren Übergriffen kommt.

Außerhalb der Familie sind die Täter oft in solchen Berufsgruppen zu finden, welche die Nähe zu Kindern möglich machen (z.B. als Hausmeister an einer Grundschule, Fahrer von privaten Schulbussen, in der Jugendarbeit eines Sportvereins u.s.w.). Die Täter gehen in der Regel planvoll vor und arbeiten nach einem Opferschema. In dieses können solche Kinder fallen, bei denen Sexualität zuhause ein absolutes Tabuthema ist, die gelernt haben Erwachsenen nicht zu widersprechen, die Außenseiter in Gruppen anderer Kinder sind oder die unter ausgrenzenden körperlichen Gebrechen leiden. Opfer sind also oft solche Kinder, die bereits aufgrund von Benachteiligungen sozial isoliert sind.

Wie erkennt man, dass Kinder sexuell missbraucht werden?

Kindlichen Opfern verfügen häufig über eine Distanzlosigkeit zu erwachsene Personen. Andere Auffälligkeiten sind z.B. das Zurückfallen in kleinkindliches Verhalten (wie Einnässen), Angstzustände, Schmerzen sowie massive Schul- und Lernprobleme. Häufig fällt ein unangemessenes stark sexualisiertes Verhalten auf, ebenso suizidales und vor allen Dingen selbstverletzendes Verhalten. Es äußert sich auch in Hyperaktivität, in wieder auftretenden, zwanghaften Handlungen (z.B. Waschzwang), in extremer Angst vor Fremden, in offensichtlichem Vermeiden einer bestimmten Person und/oder in plötzlichen Verhaltensänderungen.

An körperlichen Symptomen sind u.a. Unterleibsverletzungen und Geschlechtskrankheiten bei Kindern zu nennen. Nicht jede Entzündung im Genitalbereich indiziert jedoch einen Missbrauch, wohl aber bestimmte

Geschlechtskrankheiten wie Syphilis, Gonorrhoe oder z.B. genitaler Herpes (HSV Typ 2). Die Mehrheit der missbrauchten Kinder weist jedoch einen unauffälligen körperlichen Untersuchungsbefund auf, insoweit es zu einer ärztlichen Abklärung kommt. Dies mag seine Ursache auch darin haben, dass gerade Fissuren und andere Verletzungen im Genitalbereich besonders schnell heilen.

Selbsttest für Missbrauchsoffer

Beantworte diese Fragen

Ich leide unter/ ich bemerke an mir:

1. Depressive Verstimmungen, »grundlosem« Weinen
2. Selbstmordphantasien, Selbstmordversuchen
3. Selbstzerstörerischem Handlungen, Selbstverstümmelungen
4. Suchtverhalten (Drogen, Alkohol, Essen)
5. Schuld- und Schamgefühle, schlechtes Selbstwertgefühl
6. Probleme mit Vertrauen, Angst vor Hingabe und Kontrollverlust oder Unfähigkeit, die Vertrauenswürdigkeit eines Menschen einzuschätzen
7. Unfähigkeit, Grenzen zu setzen, wiederholter Missbrauch in Beziehungen, Opferrolle, Schwierigkeiten, nein zu sagen, Ohnmachtsgefühle
8. Stark konflikthafte Beziehungen, Ambivalenzprobleme, Vermeiden von Nähe oder Partnerwahl
9. Gefühle von Isolation, Nichtdazugehören, Entfremdungs- und Depersonalisationsgefühle, Abspalten von Gefühlen, » Totstellreflex «: physische und psychische Lähmungserscheinungen in bestimmten Situationen oder bei bestimmten Themen
10. Gefühl mangelnder Einheit, Eindruck, mehrere Persönlichkeiten zu sein. Sich unwirklich vorkommen. Gefühl, verrückt zu sein, Phantasiewelten aufbauen, in denen man ein anderer Mensch ist, eine andere Identität hat. Wunsch, einen anderen Namen anzunehmen

11. Stigmatisierung. Gefühl, das Kainszeichen für alle erkennbar auf der Stirn zu tragen und wegen der Tabuverletzung selber tabu zu sein. Leiden unter dem Gefühl, ein schreckliches Geheimnis mit sich herumzuschleppen

12. Flashbacks: plötzliche bildliche Erinnerungen an das Trauma, die wie ein Überfall wirken. Starke sensorische Erinnerungen, die keinen Sinn machen, zum Beispiel das Tapetenmuster, ein Geruch, der immer wieder in die Nase steigt und Ängste auslöst

13. Würge- und Erstickungsgefühle, Kloß im Hals, Schluckbeschwerden, Atemnot, Hautausschläge, Juckreiz

14. Einschlaf- und Durchschlafstörungen, Bedürfnis, sich im Bett fest einzuwickeln und Kleider zu tragen, immer wiederkehrende Alpträume

15. Auffällige Erinnerungslücken, Unfähigkeit sich an ganze Perioden aus der Kindheit zu erinnern, Ausblenden von bestimmten Personen und Situationen. Uneinfühlbar heftige Gefühlsreaktionen bei bestimmten Begegnungen mit Orten oder Menschen

16. Starke Abwehrmechanismen: Verleugnen, Verdrängen, Bagatellisieren

17. Probleme im sexuellen Bereich. Vermeiden jeglicher Sexualität, zwanghaftes Sexualisieren von Beziehungen, Vermischung von Sexualität, Macht, Kontrolle und Gewalt. Sex nur mit Fremden möglich, Unsicherheit in der Geschlechtsidentität, Orgasmusstörungen, Angst vor Schmerzen im Genitalbereich, Unmöglichkeit, Sex und Zärtlichkeit miteinander zu verbinden, Ekel vor allem Körperlichen (auch Gerüchen und Geräuschen), sich vom eigenen Körper verraten fühlen, ihn in weiten Kleidern verstecken wollen, Spiegel vermeiden, sich unsichtbar machen. Verzerrtes Körperbild

Hast Du mehr als 10 Fragen mit ja beantwortet?

Dann könnte es sein, dass Du unter einem Trauma leidest. Suche Dir Hilfe!



Bericht einer Betroffenen

Ich wollte doch nur gemocht werden...

Eigentlich hatte ich es gar nicht schlecht getroffen. Ich hatte soweit ich mich erinnern kann eine sehr schöne Kindheit. Bin auf einem Bauernhof aufgewachsen und habe sehr schnell gelernt mit Tieren umzugehen. Ich war auch viel mit meinem Vater im Wald unterwegs und interessierte mich sehr für die Natur und deren Tiere.

Doch ich hatte immer einen Wunsch! Ich wollte reiten lernen... Meine Eltern mochten keine Pferde, das waren die einzigen Tiere die wir nie auf unserem Hof hatten und wohl auch nie haben werden... Schlussendlich erlaubten sie mir allerdings reiten zu lernen. So kam ich auf einen Hof

aus dem Nachbardorf. Dort lernte ich eine Menge Freunde kennen und ich hatte eine wunderbare Zeit. Ich lernte mit Pferden umzugehen und entpuppte mich mehr und mehr als talentiert im Umgang mit ihnen. Schnell stand mein Berufswunsch- Pferdewirt fest! Und damit begann meine Geschichte...

Zumindest zog ich mich immer mehr von zu Hause zurück und verbrachte meine gesamte Freizeit auf dem Reiterhof. In den Ferien und am Wochenende fuhr ich morgens um 8 dorthin und kam abends um 7 oder noch später wieder, während der Schulzeit war ich mindestens dreimal die Woche gleich nach der Schule bis abends dort.

Mein gesamter Freundeskreis bezog sich auf den Hof. Ich verstand mich immer besser mit den Hofbesitzern, F. und C.! F. war 25 Jahre älter als C. und schon fast Rentner, als ich ihn mit 10 kennenlernte. Die beiden wurden für mich eine Art "Ersatzeltern" und unterstützten mich sehr in

meinem Berufswunsch. Ich ging bei ihnen aus und ein, wie das eigene Kind. Als ich in die Pubertät kam, so Ende 13, kriselte es immer mehr in meiner Freundschaft zu meinen damals beiden besten Freundinnen... Diese wollten viel mehr feiern und Jungs treffen etc und ich hatte für so etwas gar kein Interesse. Ich wollte lernen... nicht für die Schule, sondern über die Pferde. Ich bekam schon eine Menge Verantwortung zuge-
tragen, war unheimlich stolz darauf... Doch wurde ich von Gleichaltrigen nicht verstanden und bewegte mich immer mehr in die Welt der Erwachsenen. Ich wurde zu einer Ansprechpartnerin für C. in Notlagen, wenn es

wieder Ehekrach gab oder sonstiges... F. war immer auf mein Wohl be-
dacht (dachte ich zumindest)... Ich nahm es als selbstverständlich, wenn er mir mal einen Kuss auf die Wange gab oder mich in den Arm nahm... Er war schließlich ein Vertrauter... Ich weiß nicht, ob ich schon 14 war als das anfing... Zumindest erinnere ich mich noch genau, wie er auf ei-
ner Autofahrt auf einmal im Wald anhielt und mich in den Arm nahm, dann küsste er mich... plötzlich steckte auch eine Zunge in meinem Mund und ich wusste nicht damit umzugehen... War das normal? Er sag-
te, dass er mich so gern hat und das es mit C. momentan so schlecht läuft und das er sonst wieder ihr gegenüber ausrastet... Das wollte ich natürlich nicht, es war schrecklich wenn die beiden sich gestritten hatten und meine erwachsene beste Freundin, die sonst so stark war und mein großes Vorbild war, fast weinte. Außerdem war ich wohl auch gespannt und neugierig... Jemand interessierte sich für mich... Mich, ein dickliches nicht gerade attraktives Mädchen... So ließ ich es zu! Die nächsten Wo-
chen nahm er mich öfter zur Seite, küsste mich... bei Autofahrten strei-
chelte er meine Hand, sagte immer wieder wie lieb er mich hat und das er es ohne mich nicht aushalten könne!

Bald fing er an mich zu streicheln und er wollte das ich ihn streichle... Meist geschah dieses im Auto auf einer abgelegenen Weide, die wir fast täglich kontrollieren gefahren sind. Dort habe ich ihn auch das erste Mal mit der Hand befriedigt... bald darauf habe ich es mit dem Mund getan und er hat mich mit der Hand versucht zu befriedigen... manchmal war das sogar schön, angenehm... Ich fühlte mich grausig... Ich hatte C. ver-
raten, ihr Mann ging mit mir fremd! Ich fühlte mich schuldig an allen Aus-
einandersetzungen, die die beiden hatten und trotzdem hab ich nie et-
was gesagt, aus Angst, dass es dann noch schlimmer wird mit den bei-
den! Immer wenn ich meine Zweifel und Bedenken vor F. geäußert habe, sagte er mir es ginge nicht anders und wenn ich was sagen würde, wür-
de er sich umbringen und ich könnte den Hof und meine geliebten Pfer-
de auch vergessen. Also ging es weiter... Als ich einmal wieder versuch-
te mit ihm zu reden, zu sagen das ich das nicht mehr will, da meinte er, er könne nicht aufhören, ehe er nicht einmal richtig mit mir geschlafen

hätte... Ich nahm ihn Ernst! Einige Tage später ließ ich es zu... Er sagte immer wieder er macht nichts, was ich nicht will... von Anfang an sagte er das... doch ich schaffte es nie ihm so zu sagen, dass er es für voll nahm, dass ich nicht will... Also dachte ich, wenn ich ihn einmal in mich eindringen lasse und dann sage das wars, dann ist das erledigt... doch so war es natürlich nicht! Es tat weh, das erste Mal, doch ich sagte nichts, hoffte nur, dass er schnell befriedigt war! Kondome mochte er nicht, die Pille nahm ich natürlich noch nicht! Also sagte er, er würde aufpassen und ihn rechtzeitig herausziehen! ... Ich wusste, dass das

Quatsch war, und das man trotzdem schwanger werden könnte... Die Angst davor schnürte mir die nächsten Monate die Kehle zu... Ich kaufte mir für den Fall, dass eine Regel mal nicht kommen sollte einen Schwangerschaftstest... Ich war bereit mich umzubringen, sollte der einmal positiv sein... Denn natürlich ging es weiter... Als ich es nach dem ersten Mal beenden wollte, sagte er es wäre so schön gewesen, jetzt könne er erst recht nicht aufhören! Außerdem sagte er, er wäre stolz, dass er es vor meinem 16ten Geburtstag geschafft hätte mit mir zu schlafen... Das ekelte mich an! Ich wollte nie so früh entjungfert werden, hatte doch immer meine moralischen Prinzipien gehabt... Er begann mich morgens und abends anzurufen, wenn ich nicht im Stall war nachmittags auch nochmal! Morgens auf dem Weg zur Schule und Abends immer gegen 10... Wenn er wusste, dass ich noch weg wollte oder mich mit Freunden traf, rief er einige Male am Abend an und ermahnte mich immer wieder keinen Mist zu bauen und keine anderen Jungs zu haben! Also ging ich bald nicht mehr weg!

Natürlich wurde C. mit der Zeit misstrauisch, F. und ich so viel und lange zusammen weg waren... Das war schrecklich ihr etwas vorlügen zu

müssen! Einmal hat sie mir für eine Woche den Hof überlassen und sie ist mit Freundinnen in den Urlaub gefahren... Natürlich schlief ich dann auch dort... Musste nachts in ihr Bett kommen und dort mit ihm schlafen... Dort wollte ich es erst recht nicht und mir fröstelte es dabei und ich hatte große Angst, dass es jemand mitbekommt, weil mehrere in dem Haus wohnten, aber ich sagte nichts und ließ es geschehen! Ich sagte nichts!

Irgendwann ich glaub ich war 17, fing ich an mich auf dem Hof zu verstecken, wenn nur er da war und ansonsten passte ich auf, dass ich bei irgendwem in der Nähe war, dass er mich nicht abfangen konnte... eine Zeit lang verweigerte ich mich ihm sogar ganz, ließ es nicht zu, dass er mich anfasste... kurze Zeit später war mein Lieblingspferd, dass ihm gehörte weg... zum Schlachter! Er hatte mich nicht von ihr Abschied neh-

men lassen, sie einfach weggebracht! Als ich ihn darauf ansprach meinte er nur, ich wäre selbst schuld, wenn ich so "Zicke" und das würde mit meinen anderen Pferden auch so gehen... Tja, also ließ ich ihn wieder ran...

Doch C. schöpfte doch immer wieder irgend ein Verdacht, versuchte mich dazu zu bringen was zu sagen! Sagte mir, es wäre nicht schlimm von mir, ich wäre noch zu jung um das zu verstehen, aber sie wolle es wissen, wenn was mit F. läuft... ich verneinte immer wieder... Das tut mir heute unendlich leid, aber ich hatte Angst, dass er sich umbringt oder einfach alles raus kommt und alle mich verachten!

Doch auf seinem 68.ten Geburtstag nahm sie mich nach einer Umarmung von ihm noch einmal in einen stillen Raum und stellte mir ein Ultimatum... entweder er oder sie und der Hof! Das war der Schubs den ich brauchte um endlich ganz nein sagen zu können! Natürlich wusste C. nicht, wie weit das mit uns gegangen war, doch sie wusste das F. sehr hinter mir her war und ich hatte vorher schon mal mit ihrer Hilfe versucht zu bewirken, dass er mich nicht mehr sooft anruft, denn das hatte sie natürlich mitbekommen!

Naja, auf jeden Fall schaffte ich es ihm vor den Kopf zu stoßen! Daraufhin war er sehr wütend und verbot mir weiterhin auf den Hof zu kommen! Doch dort war mein Leben, meine Freunde! Ich begann mich zu schneiden... wusste nicht mit mir und meinen Gefühlen umzugehen! Ich ging trotzdem weiter auf den Hof, musste mit seiner Verachtung zurecht kommen! Irgendwann erzählte ich C. dass er mich vom Hof werfen will und sie meinte sie stehe hinter mir, doch das volle Ausmaß erzählte ich auch damals noch nicht! Erst ein Jahr später um Weihnachten rum, hielt ich ihre Freundlichkeit nicht mehr aus (F. war normal zu mir geworden und es war fast wie früher) und schrieb ihr einen Brief in dem ich ihr beichtete mit F. geschlafen zu haben! Sie sagte, sie hätte es geahnt und es war gut, dass ich ihr das gesagt hätte... Sie sagte, dass sie zwar enttäuscht von mir ist, mich als Person aber trotzdem noch mag, wir nur keine besten Freundinnen mehr sein könnten... Mit F. blieb alles beim Alten... Des Betriebes wegen! Wir machten aus, dass das unter uns bleiben sollte... dann wäre alles beim alten... Ich verdrängte immer die Geschehnisse und ging weiter zum Hof um dort zu arbeiten! Im August 2008 (ich war 19) verließ ich den Hof um meine Ausbildung zu beginnen, seitdem kommen immer wieder einige Sachen hoch... Alle wundern sich, weil ich den Hof nur noch so selten besuche und momentan tue ich es gar nicht mehr... Ich habe Angst dorthin zu fahren... mich kotzt diese Normalität dort an... Alle tun, als wäre nie was gewesen! Wenn ich F.

oder C. mal sehe begrüßen sie mich mit einer Umarmung, als wäre alles ganz normal!

Meine anderen Freunde vom Hof habe ich mittlerweile alle im Stich gelassen... Den Kontakt zu ihnen fast abgebrochen... Obwohl ich sie total gerne mag, aber ich kann ihnen nicht sagen, was damals war und ihnen nicht verständlich machen, warum ich nicht mehr zum Hof komme, wo ich C. und F. doch meine ganze berufliche Karriere zu verdanken habe... Wo sie mich doch so gefördert haben... Ist das also überhaupt mein beruflicher Erfolg, den ich zur Zeit habe? Oder ist das das Schweigegeld? Ich fühle mich elend! Aber ich kann nicht mit meinen Freunden drüber sprechen... Ich hab Angst, dass sie mir nicht glauben, oder dass ihre heile Welt kaputt geht! Wir hatten so fröhliche, schöne Zeiten auf dem Hof... Alle aufgebaut auf meiner Schuld.

Mittlerweile tut es mir unendlich leid, dass ich mich in meiner gesamten Jugend soweit von meinen Eltern entfernt habe... Momentan versuche ich das wieder Nähe einkehrt... Aber auch sie kennen mich nicht... Eigentlich steh ich allein!

Zwei neuen Freundinnen, habe ich geschrieben, was mir passiert ist, das hat geholfen. Doch sie wussten auch nicht damit umzugehen, haben aber gesagt, dass sie zu mir stehen und mich lieb haben! Egal was damals war! Doch richtig erleichternd war das für mich nicht, zumal sie danach nie wieder ein Wort darüber verloren haben! ... nur mein vernarbter Arm deutet noch darauf hin, wie es mir mal ging, aber alle die danach fragen, bekommen eine plausible Erklärung von einem Arbeitstag mit viel Stacheldraht in den ich gefallen bin von mir... Dann fragt keiner mehr... Leider! Quelle: <http://www.derlangeweginslicht.de/deinerlebnis.php?id=1324>

Bücher und Links zum Thema

Michaela Huber - *Multiple Persönlichkeiten. Überlebende extremer Gewalt*

Samuel Pfeifer - *Die zerrissene Seele. Borderline und Seelsorge*

L. Reddemann u.a. - *Psychotherapie der Dissoziativen Identitätsstörung*

Oainé Bain/ Maureen Sanders - *Wege aus dem Labyrinth. Fragen von Jugendlichen zu sexuellem Missbrauch*

www.dissoziation.org

www.schotterblume.de

www.wildwasser.de



Textauszug

MUNDHALTESPIEL

Vater: Rotznase, pscht, schau, ich und du, wir beide, wir haben ein paar ganz geheime Geheimnisse, die niemand anders wissen darf, außer dir oder mir. Wenn die nun aber jemand anders weiß, passiert dir, oder mir, oder uns beiden etwas ganz böses, also

Kind: Ich habe keinen Mund.

Vater: Wie bitte?

Kind: Ich habe keinen Mund.

Vater: Ich kann dich so schlecht verstehen.

Kind: Ich habe keinen Mund.

Vater: Lauter.

Kind: Ich habe keinen Mund.

Vater: Gut, sehr gut, falls dir nun aber doch einfallen sollte, daß du einen hast, muß der liebe Papa dich leider

SCHREI

Theater über sexuellen Missbrauch

Stimmen im Kopf, Wunden der Kinderzeit

Altena. (nak) Mit schmerzhaft verzerrtem Gesicht sinkt die junge Frau auf der Bühne in sich zusammen, fleht jammernd und weinend, mit vorgestrecktem Arm: „Bitte, das nicht!“ Sie erzählt, abgehackt von Schreien, die ihr das Gehirn zerreißen, von „ganz geheimen Geheimnissen“ mit dem Papa.

Schauspielerinnen Beate Albrecht aus Witten, eingeladen vom Kulturring, stellt die Themen sexueller Missbrauch und multiple Persönlichkeit subtil, schonungslos und dramatisch dar. Ihr Theaterstück „Jenseits vom Tag“ verwirrt die Klassen neun und zehn der Realschule, die es am Dienstagvormittag in der Burg Holtzbrinck sehen, zunächst. Sie murmeln, kichern unsicher.

Die in einen knallroten Anzug gekleidete Beate Albrecht schlägt sich immer wieder mit der flachen Hand gegen den Kopf, fügt Fragmente einer furchtbaren Kindheit nach und nach zusammen: Badeta-ge mit dem Vater, die beim Anblick von Gewässern noch heute in der erwachsenen Frau Panik-Attacken auslösen, Prügel, die durch hartes Selbsttraining keine Schmerzen zu bewirken scheinen, Stimmen ihrer Eltern im Kopf, die sie als Fehlgriff und blamablen Irrtum beschimp-

fen. Beate Albrecht spielt ausdrucksstark Franziska Nielsen, eine junge Reporterin, die während der Recherchen zu einer Reportage von schrecklichen Kindheitserinnerungen heimgesucht wird, die sich nicht länger verdrängen lassen.

In ihr haben sich vier verschiedene Persönlichkeiten ausgebildet: Neben der vernünftigen und ehrgeizigen Franziska der starke Junge Franz, die schüchterne, kindliche Franziska und die kodderige und unternehmungslustige Fränzi.

„Weitermachen und vergessen“ ist die Devise Franziskas, die dem ständigen Stimmengewirr in ihrem Kopf, den „kleinen Konferenzen“, Herrin zu werden versucht. Meist vergeblich, deshalb nimmt sie „diese bunten kleinen Schlafbonbons“.

Der Unsicherheit ihres jugendlichen Publikums begegnet Beate Albrecht im Anschluss an ihr Spiel mit purer Offenheit. „Mir ist klar, dass das schwierig für euch war, fragt ruhig nach, wenn Ihr was wissen wollt“, ermuntert sie die Schülerinnen und Schüler. Und deckt, während sie auf die erst zögerlichen, dann interessierten Fragen antwortet, ihre eigene, tragische Geschichte auf.

Lokalseite 2



Schauspielerinnen Beate Albrecht offenbarte erst am Schluss die Authentizität ihrer Darstellungen vor den Realschülern. (nak)

Theaterstück über sexuellen Missbrauch an Kindern in Mengeder Bibliothek

Tabu-Thema macht Schüler betroffen

Mengede. Ein Tabuthema griff die Bibliothek in Menge auf. Vor vielen Schülern der örtlichen Hauptschule präsentierte die Schauspielerin Beate Albrecht ihr Theaterstück „Jenseits vom Tag“. Ein Stück über sexuellen Missbrauch an Kindern und Jugendlichen.

„Mucksmäuschenstill“ sei es in den Räumen an der Rigwinstraße während der Aufführung gewesen, so Bibliotheksleiter Andreas Röhr. Aufmerksam und sehr bewegt verfolgten die Zuschauer das Geschehen auf der Bühne. Allen schien klar: Hier weiß jemand, wovon er spricht. Denn Beate Albrecht, heute 41, wurde in jungen Jahren selbst zum Opfer sexueller Gewalt. Leider kein Einzelfall. „Jedes fünfte Mädchen wird vor dem Erreichen des 14. Lebensjahres mindestens einmal missbraucht“, zitiert



Beate Albrecht hat ihre Erlebnisse dazu genutzt, ein aufrüttelndes Theaterstück zu schreiben. (Foto: HG/M)

Röhr aus einer Statistik der Polizei-Gewerkschaft.

Beate Albrecht hat ihre Erlebnisse dazu genutzt, ein aufrüttelndes Theaterstück zu schreiben. Mag dabei man-

ches auch fiktiv sein, die grundsätzlichen Probleme der Opfer wurden überdeutlich: Erst wird geschwiegen, dann verdrängt. Röhr: „Das Mädchen tut so, als würde das

Leid einer anderen Person angetan, nicht ihr.“ Multiple Persönlichkeit nennt sich dieses Phänomen.

Die Probleme löst ein solcher Wechsel der Identität aber nicht. Röhr: „Viele Opfer ertragen später in einer Partnerschaft keine Nähe.“ Helfen können eher Menschen wie Martin Kühl-Lukas von der Bodelschwingher Beratungsstelle des Psychologischen Dienstes der Stadt Dortmund. Gemeinsam mit der Schauspielerin und Silvia Tinner von der Ärztlichen Beratungsstelle gegen Misshandlung von Kindern diskutierte er anschließend mit den Zehntklässlern. Tenor: Vorfälle sollten nicht unter den Teppich gekehrt, sondern offen angesprochen werden. Hilfreich zur Seite stehen dabei die Beratungsstellen. Der Psychologische Dienst ist unter ☎ 37 20 88 oder 37 62 5 zu erreichen.

Wo gibt es Hilfe?

Allgemeine Anlaufstellen sind weit verbreitet – also auch in kleineren Orten zu finden – und werden Dich bei der Suche nach Spezialistinnen und Spezialisten unterstützen, falls sie selbst kein Angebot auf dem Gebiet sexuelle Gewalt gegen Kinder machen. Da gibt es z.B. die Allgemeinen Sozialdienste des Jugendamtes, Erziehungsberatungsstellen, das Jugendamt, Gesundheitsdienst, Pro Familia, Psychologische Beratungsstellen u.a.

Über theaterspiel

‘theaterspiel’ erarbeitet, produziert, inszeniert und zeigt mit viel Engagement und Spaß Stücke für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Diesen liegen meist zeitgemäße bzw. sozialkritische Fragen zugrunde und werden in Deutschland, Österreich, Italien und der Schweiz aufgeführt. Einladungen zu zahlreichen Festivals und zahlreiche Auszeichnungen. Die Vision von ‘theaterspiel’ ist es, mit ihren Theaterproduktionen einer toleranten, gerechten und friedlichen Welt beizutragen.



theaterspiel - Beate Albrecht
Annenstr.3
58453 Witten
Tel/Fax 02302-888446
info@theater-spiel.de
www.theater-spiel.de

Impressum

theaterspiel
Fotos von Ingo Beisheim u.a.
Stand: 11/2010 Texte und Rechte © theaterspiel

Das Schulmaterial ist auch als Download unter www.theater-spiel.de verfügbar.