



Michael Dothagen hat bis 1998 bei Tauwetter mitgearbeitet und über den Beginn seiner Tätigkeit folgenden Bericht geschrieben:

Berlin im März 1996

Dipl.-Psych. Michael Dothagen:

Bericht über meine bisherige Arbeit bei Tauwetter mit männlichen erwachsenen Klienten nach sexuellem Missbrauch I körperlicher Mißhandlung in der Kindheit

I. Einleitung

Seit April 1995 arbeite ich als Diplompsychologe im Projekt "Tauwetter" im Gesundheitsladen e. V., Berlin. Tauwetter ist eine von betroffenen Männern selbst initiierte Anlaufstelle für in der Kindheit sexuell Missbrauchte und/ oder körperlich mißhandelte und / oder seelisch vernachlässigte, heute erwachsene Männer. Meine Motivation zu diesem Bericht gründet sich vor allem in dem Wunsch, es anderen, Männern oder Professionellen zu ermöglichen, weitere Selbsthilfegruppen für Männer zu gründen. Ebenso ist es mein Bedürfnis, gängige Männerbilder - vom starken Mann in dieser Gesellschaft oder Männer nur als Täter wahrzunehmen wie es häufig in Kreisen, die gegen sexuelle Gewalt arbeiten, anzutreffen ist - zu verunsichern.

In dem knapp einem Jahr meiner bisherigen Beratertätigkeit vom April 1995 bis Dezember 1995 gab es 61 Anfragen unterschiedlichster Art von Betroffenen. Davon wollte ca. ein Drittel an begleiteten Selbsthilfegruppen teilnehmen. Die anderen suchten Einzelberatungen - zum Teil bis zu fünf -, um über das Thema "sexueller Missbrauch" informiert zu werden, erfragten spezialisierte Therapieangebote oder sie suchten nach Anhaltspunkten für sexuelle Gewalt oder Kindesmißhandlung in der eigenen Biographie wegen aktuellem psychischen Leidensdruck - oft ausgelöst durch den Kontakt mit anderen Menschen, die sexuelle Gewalterfahrungen thematisierten.

II. Die berichteten Folgen

"Ungeachtet der forschungsmethodischen Probleme weisen die Untersuchungen über die Auswirkungen sexuellen Missbrauchs an Kindern eindeutig nach, dass die meisten Opfer unter erheblichen unmittelbaren Folgen und Langzeitfolgen zu leiden haben." Bange (1992),

Dirk Bange nimmt in seiner Publikation von 1992 eine Einteilung der möglichen Folgen sexueller Gewalt vor. An diesem Schema orientiert (um viele Kategorien ergänzt, manche wurden weggelassen), möchte ich die mir von erwachsenen männlichen Betroffenen berichteten Folgen dokumentieren.

II.1. Darstellung der retrospektiv berichteten Folgen

Im folgenden gebe ich die Ergebnisse einer Zusammenstellung mir berichteter Folgen sexueller Gewalt, körperlicher Mißhandlung und seelischer Vernachlässigung wieder. Dabei hatten viele Männer aktuell mehrere Symptome oder in ihrer Geschichte verschiedene Symptome nacheinander. Die Inanspruchnahmepopulation, auf die ich mich dabei beziehe, hat die Größe $n = 61$. Einige Männer davon machten keine Angaben. Die folgende Darstellung postuliert keine kausalen Zusammenhänge zwischen einzelnen Folgen und erlebter (sexueller) Gewalt. Es geht mir vielmehr um das Aufzeigen eines weiten Spektrums der von den Männern selbst - im Zusammenhang mit den Gewalterfahrungen der Kindheit - ausgesprochenen Problemen. Damit möchte ich ebenfalls ein Stück Männer-Erleben transparenter machen und - wie bereits betont - die Einstellung Mann = Täter verunsichern.

II.1.1. Erste emotionale Reaktionen

Ekel

Lustempfindungen

(Beides bezogen auf die Kindheit)

II.1.2. Körperliche und psychosomatische Folgen

Eßstörungen,

- aktuelle Eßanfälle
- Magersucht in der Kindheit

Pollenallergie

- Assoziation "Sperma"

Neurodermitis

- (Zusammenhang von den Klienten vermutet - Haut als "Grenzorgan" reagiert auf psychische Konflikte im Zusammenhang mit eigenen Grenzen)

Allergische Reaktionen

- aktuell auf Flüssigkeiten, die wie Sperma aussehen

Magengeschwüre

- Zusammenhang von den Klienten vermutet

wg. Angststreß

wg. "Dauerkrampf" im After bzw. Darm nach analer Vergewaltigung (Reflux)

wg. "zurückgehaltenem Hass"

Unterleibsbeschwerden

- Häufige Prostata-Erkrankungen
- Häufige sonstige Erkrankungen im Urogenitalbereich

Enuresis in der Kindheit

Enkopresis in der Kindheit

Schlafstörungen

- häufige Alpträume
- leichter Schlaf, häufiges Aufwachen wg. Angst
- Geräuschempfindlichkeit

Leberzirrhose

- indirekter Zusammenhang

Nervenzusammenbruch

- nach Aufdeckung des sexuellen Missbrauchs im Erwachsenenalter

Lethargie

- anhaltende Energielosigkeit

II.1.3. Psychische und soziale Folgen

Berufsunfähigkeit

- Frühverrentung nach Aufdeckung des sexuellen Missbrauchs
- Arbeitsunfähigkeit nach Aufdeckung des sexuellen Missbrauchs
- dazu korrespondieren Aussagen wie "kann mir 'Öffnen dieser dunklen Kindheitsseite' nicht leisten, weil ich dann lebensunfähig wäre - zusammenbrechen würde"

Psychiatrieaufenthalte

- Zwangseinweisung (zumeist wg. Suizidversuch)
- Klinik selber aufgesucht in einer Krise

Trebegänger

- aktual
- als Jugendlicher

Psychotische Symptome

- "rezessive Psychose"
- "schizophrene Psychose "
- "paranoide Schizophrenie"
- Verfolgungsängste / "Paranoia" (zumeist im Zusammenhang mit körperlicher Mißhandlung v.a. im Kopfbereich).

Borderline- Persönlichkeitsstörung

- aktual

Dissoziation

- häufigste Störung
- dazu gehört auch: "Inkongruenz zwischen Sprachbotschaft und Gesichts-Mimik", z.B. lächelnd über die erlebten Traumata zu berichten
- "völlige Rationalisierung", Intellektualisierung, "Verkopfung", "Gefühlserstarrung"

Hauptsächlich Sozialkontakte mit anderen Betroffenen

- die meisten FreundInnen I Partnerinnen ebenfalls Betroffene
- (dabei häufig: Probleme wegen Übertragungsreaktionen in Bezug auf die Täterinnen gegen den Partner, die Partnerin)

Selbstwertgefühl

- nahe null
- "fühle mich wie ein Haufen Scheiße"

Zwanghaftes Verhalten

- Gedankenzwang
- Redezwang
- mit Messer herumlaufen

Selbstbild / Fremdbild

- große Diskrepanzen zwischen beiden (z.B. treten manche Betroffene sehr aggressiv nach außen auf; werden sie darauf angesprochen ist ihnen zumeist nicht bewußt, dass ihr Verhalten als Aggression gewertet wird, sie sehen es nicht so)

Overachievement

Ängste

- Angst vor Menschen
- Angst in öffentlichen Verkehrsmitteln
- permanente Ängste

- Kontrollverlustangst
- Angst, erwürgt zu werden
- Panikanfälle (u.a. ausgelöst durch bestimmte Geräusche, die mit, Kindheitstraumata verknüpft sind)
- Angst, verrückt zu werden

Depressionen

- Depressionen
- Dauerkrise
- Thema Missbrauch beeinflusst den Alltag
- häufige Selbstvorwürfe
- Entwurzelungsgefühle
- "fühle mich beschissen"

Mißtrauen, . Beziehungsschwierigkeiten

- aktuell keine Liebesbeziehungen (und unter Einsamkeit leidend)
- Interesse / Zuneigung von anderen führt zu Angst
- Interesse / Zuneigung von anderen führt zu Trauer
- immer die Helferrolle einnehmen, um andere kümmern
- Sehnsucht nach "Missbrauchsbeziehungen"
- "sich benutzen lassen"
- sich als Dienstleister für andere fühlen
- aggressives Sozialverhalten
- ständige Gereiztheit

Scham

- Schamgefühle
- "fühle mich wie ein kleines Mädchen"

Trauer

- häufige Traurigkeit, Weinen

Chronische Anspannung

- Entspannung gleich Bedrohung
- (Anspannung, bzw. "Power" hilft, unangenehme Gefühle wegzudrängen, Ruhephasen lassen diese eher anwachsen)

Aggressionen bzw. schwere Gewalttaten

- Mord verübt
- Mordversuch
- Totschlag in Notwehr
- starke Hassgefühle (v .a. gegen TäterInnen), Zynismus, Verachtung
- "viehische Arroganz"
- starke Gewaltphantasien
- sexueller Missbrauch an der jüngeren Schwester

Realitätsbewältigungsprobleme

- Prüfungsversagen, d.h. Versagen in Situationen wo (männliche) Autoritäten die Situationsmacht und die Bewertungsmacht haben, z.B, mündliche Prüfungen an der Universität oder bei der Führerscheinfahrprüfung

Einsamkeit / Isolation

- aktuell

II.1.4. Autoaggressionen

Selbstverletzungen

- Suizidversuche (in der Biographie)
- Suizidgedanken (aktuell wiederkehrend)

Alkohol- und Drogenkonsum (dies ist sehr viel verbreiteter, als ich dachte, v .a. die Einnahme von Psychopharmaka)

- täglicher Alkoholkonsum
- Heroin, Speed, LSD
- Psychopharmaka-Konsum, z.B. "Fluctin", "Taxilan",
- starkes Rauchen
- Alkoholkonsum trotz Leberzirrhose

II.1.5. Folgen für die Sexualität

Vermeidung sexueller Kontakte

- erster Geschlechtsverkehr mit Ende 20
- aktuell keine sexuellen Bedürfnisse

Gefährdung bezüglich weiterer sexueller Ausbeutung

- als Jugendliche attraktiv für schwule Männer gewesen
- vor der Pubertät attraktiv für pädophile Männer gewesen
- nach der Pubertät attraktiv für Päderasten gewesen

Sexualisieren von sozialen Beziehungen

- z.B. Sexualisieren des Beratungsgespräches bei mir
- altersunangemessene sexuelle Spiele in der Kindheit

Sex als Sucht

- zwanghafter Besuch von Prostituierten
- täglich mehrfach onanieren

Frauenverachtung in der Sexualität

- Vergewaltigungsphantasien

Prostitution

- sich prostituiert
- zur Prostitution als Junge gezwungen

Sexuell aggressives Verhalten

- oft in der Phantasie
- oft gegen Schwächere

Sexuelle Phantasien mit Kindern

- "auf Knaben stehen",

Sterilisation

- wegen Angst, eigenen Kindern gleiches anzutun

Ich betone nochmals, dass diese Darstellung von betroffenen Männern selbst berichteter Folgen und Probleme nicht in einen kausalen Zusammenhang zu erlebtem sexuellen Missbrauch gebracht werden kann. Vielmehr geht es mir um die Darstellung einer Palette von Folgen | Schwierigkeiten, die auf Gewalterfahrungen in der Kindheit im Erleben einzelner Männer folgen können, auch um Männer-Erleben insgesamt zugänglicher zu machen.

II.2.1. Die TäterInnen

Vater bei 12 Männern

davon auch körperlich vom Vater mißhandelt 4 Männer

Mutter bei 10 Männern

Weitere Verwandte, darunter wenig älterer Bruder,

Großvater, Onkel, Tante, Schwester bei 9 Männern

unbekannte Fremdtäter bei 4 Männern

TäterInnen aus dem Nahraum der Familie oder des Jungen, wie Nachbarin, Mitschüler, viel älterer Nachbarjunge bei 6 Männern

Vermutet organisierter Pädophilenring {darunter Geistliche und Ärzte) bei 3 Männern

Mehrere Männer gaben hier keine Auskunft oder hatten (noch) keine klaren Erinnerungen. Mehrere der hier den Kategorien zugewiesenen Männer wurden von mehreren TäterInnen missbraucht, d.h. , wurden hier mehrfach gezählt. In diesem Sinne sind dies keine statistischen Daten, mit denen Aussagen möglich wären wie "Verhältnis von 12 : 10 Väter zu

Müttern" oder ähnliche. Es geht mir also mehr um die Darstellung möglicher Täterpersonen überhaupt.

II.2.2. Exkurs: Körperliche Mißhandlung, seelische Vernachlässigung

Die bisher berichteten Folgen sind für mich nicht zu denken ohne die häufig berichtete Verquickung der drei Aspekte von Kindesmißhandlung: sexuelle Ausbeutung, körperliche Mißhandlung und seelische Vernachlässigung | emotionaler Missbrauch. Bei den Eltern als TäterInnen finden sich beispielsweise neben dem sexuellen Missbrauch manchmal auch sadistische Bestrafungen und Vernachlässigung der Kinder, bzw. emotionaler Missbrauch u.a. durch Umkehrung der Elternrolle (häufig in Alkoholikerfamilien) oder starke emotionale Vereinnahmung der Söhne durch die Mütter .

Die Männer in der Beratung, die vor allem körperliche Mißhandlung erlebt hatten, berichteten u.a. Trauer, Gewaltphantasien, Beziehungsschwierigkeiten, Ängste bis hin zu Paranoia, Konsum weicher und harter Drogen oder von Alkohol sowie teilweise schon erfahrene strafrechtliche Konsequenzen für heutiges eigenes gewalttätiges Verhalten bei gleichzeitiger Frustration darüber , dass die eigenen MißhandlerInnen nicht bestraft werden.

Männer, die sich vor allem seelisch vernachlässigt fühlten (keine Erinnerung an körperliche Mißhandlung oder sexuellen Missbrauch) gaben eher an: Resignation, Kopf-nicht-loslassen-können, häufiges Lesen um von den Gefühlen abzulenken, andersartige Flucht vor den eigenen Gefühlen, Wut auf die Eltern, Einnahme einer starken Helferrolle - als Beruf und in privaten Beziehungen, Ängste, Trauer, Magersucht in der Kindheit, "durfte-nie-Kind-sein"-Gefühl, Konsum weicher Drogen ("Zärtlichkeitsgefühle von innen") sowie Einsamkeit bzw. das Gefühl, haltlos zu schweben.

II.3 Exkurs: Homosexualität

Unter den betroffenen Männern aus der Inanspruchnahmepopulation waren auch homosexuelle Männer. Schwule Männer berichten in der Literatur beispielsweise:

"Ich bin nicht ganz sicher, ob das der einzige Grund ist, warum ich heute eher homosexuelle als heterosexuelle Neigungen habe. Wenn ich anfangen wollte zu psychologisieren, würde ich sagen, dass ich durch meine Homosexualität meinem Vater wieder näher kommen möchte." Armstrong (1985), S. 212.

Oder:

" ...kehrte ich zu der ersten Form von Sexualität zurück, die ich in meinem Leben kennengelernt hatte. Ich traf einen sehr erotischen und warmherzigen Mann; und das brachte mich zur Homosexualität. Und weißt Du -er hatte denselben Körpergeruch. Ansonsten gab es keine Ähnlichkeit zwischen ihm und meinem Vater. Ich glaube, daher kam ein Teil der Anziehung." Armstrong (1985), S. 218.

Oder:

In dem autobiographischen Film "Postcards from America" beschreibt ein schwuler Mann körperliche Mißhandlungen durch den Vater und sexuellen Missbrauch durch einen älteren

Jugendlichen in seiner Kindheit.

Selten wird aber ein Zusammenhang zwischen der eigenen Homosexualität und sexuellem Missbrauch gesucht. Vielmehr ist die Frage nach einem solchen Zusammenhang bereits eine verständliche Beleidigung homosexueller Männer, stellt sie doch folgenden Zusammenhang her: sexueller Missbrauch, daraus folgt: Homosexualität, daraus folgt: Homosexualität ist krankhaft. Damit unterscheidet man/frau sich wenig von eher konservativen bzw. schwulenfeindlichen Positionen. Trotzdem muß ich umgekehrt aus persönlicher Erfahrung sagen, dass alle schwulen Männer, die ich bisher kennengelernt habe, sexuelle und andere Grenzverletzungen in der Kindheit erlebt haben.

Für manche schwulen Männer hat die eigene sexuelle Orientierung möglicherweise mit erlebtem sexuellem Missbrauch zu tun, auf keinen Fall dürfen aber Kausalitäten postuliert werden. Nicht alle Opfer werden schwul. Nach Angaben schwuler Männer hat oft die Beziehung zur Mutter mehr zur eigenen Homosexualität beigetragen, sofern man Homosexualität überhaupt als durch Sozialisation beeinflussbar begreift.

II.4 Sonstige Ergebnisse der Beratungen

Auch Mütter riefen mit dem dringenden Wunsch an, ich möge doch dafür sorgen, dass ihre Söhne zu mir in die Beratung kämen, weil sie nicht mehr mit ansehen könnten, dass es ihren jugendlichen Söhnen so schlecht gehe. Die Jungen selber wollten dabei erst mal nicht an sich arbeiten. Im Laufe des Gespräches stellte sich heraus, dass die Mütter unter Starken Schuldgefühlen litten, da sie den Missbrauch nicht verhindert hatten, bzw. nicht bemerkt hatten und heute angesichts des Jungen mit ihrem (selbst angedichteten) "Versagen" täglich konfrontiert sind. Ich riet ihnen dazu, die Jungen nicht zu zwingen oder eine dem Missbrauch ähnliche Situation herzustellen, indem sie z.B. überredet werden mit Sätzen wie "es wird dir schon gefallen, wenn Du in die Beratung gehst, das ist gut für Dich" ...Oft haben die TäterInnen ähnliche Formulierungen benutzt ("es wird dir gefallen"). Die Mütter wurden von mir für weitere Beratungen an Wildwasser Berlin verwiesen.

Einige Männer sagten nach Vereinbarung eines ersten Termins den Kontakt wieder ab, andere Männer meldeten sich gar nicht wieder.

Schließlich ist mir bei einigen Männern als diagnostisches Hilfsmittel für mich selber ein sexualisierter Augenausdruck dergestalt aufgefallen, dass diese Männer Augen hatten, die wie geschminkt aussahen und wirkten, aber bei näherer Betrachtung war deutlich, dass keine Schminke benutzt worden war.

III. Die begleitete Selbsthilfegruppe als Interventionskonzept:

III.1. Die Initiierung einer begleiteten Selbsthilfegruppe

Von den im Zeitraum April bis Dezember 1995 anfragenden 61 Betroffenen wollten nach und nach 20 Männer in eine begleitete Selbsthilfegruppe. Ein entsprechendes Angebot war auch sowohl in den aufgegebenen Zeitungs- Annoncen ausgeschrieben wie auf dem Tauwetter-Faltblatt. Für diese neue in der Anfangsphase begleitete Gruppe wurden je ein bis zwei Vorgespräche geführt und auch einige Männer abgelehnt. Obwohl eine "begleitete

Selbsthilfegruppe" ein sogenanntes niedrighschwelliges Angebot ist, gibt es dennoch Ablehnungsgründe bzw. Kriterien für die Teilnahme. Dazu gehören als Gründe nicht in eine Selbsthilfegruppe zu vermitteln, sondern in eine therapeutisch begleitete Gruppe (wie z.B. die von Michael Jakob Degroe, "Mannege e. V.", Berlin.): Extreme Gewaltneigung, große akute psychische Krisen, mangelnde soziale Unterstützung im Alltagsleben. Bei aktuell eigener Täterschaft wird an die Gruppe von Christian Spoden und Oliver Schubbe bei "Mannege e. V.", Berlin verwiesen, denn Tauwetter arbeitet nicht mit Tätern.

Für Voraussetzungen zur Teilnahme an Selbsthilfegruppen möchte ich hier auch auf den bei "Donna Vita" erschienenen Leitfaden für die Gründung von Selbsthilfegruppen für Frauen verweisen, in dem eine Art Kriterienliste für Frauen, die in eine Selbsthilfegruppe wollen, erarbeitet wurde. An diesem Leitfaden habe ich mich neben meinen bisherigen Erfahrungen aus der Anleitung der Startphasen von Selbsthilfegruppen in den Vorgesprächen mit den Männern orientiert. Dennoch geht es in einem solchen Vorgespräch nicht um eine Art Prüfung, wo jemand durchfallen kann. Der mir bisher deutlich Unterschied der Selbsthilfearbeit von Männern zu der von Frauen liegt sicher in einer geringeren Anzahl von Männern, die sich dazu zusammenfinden wollen, über ihr Leid und ihren Wunsch nach Hilfe zu sprechen. Deswegen macht Tauwetter auch professionell dieses Angebot zum Start von Gruppen für Männer, weil es für Männer eher eine Hemmschwelle gibt, sich in Eigeninitiative mit anderen Männern zusammenzutun, um über die eigenen Lebensprobleme oder sogar erlebten sexuellen Missbrauch zu sprechen. Da dient die Arbeit von Tauwetter sozusagen als Initiierungshilfe. Ein entsprechender Leitfaden für die Selbsthilfearbeit von Männern ist bei Tauwetter in Planung.

Die Vorgespräche dienen ebenfalls der Verdeutlichung, was Selbsthilfegruppe an Verantwortung für die Teilnehmer bedeutet, und was der Unterschied zu einer therapeutisch geleiteten Gruppe ist. Als fernes Ziel der Selbsthilfegruppe gilt für mich - ähnlich einem therapeutischen Setting - die Fähigkeit wiederzuerlangen, Emotionen zu empfinden und auszudrücken, z.B. über Verletzungen zu trauern oder angestaute Aggressionen in einem geschützten Rahmen zu entladen sowie eigene Grenzen zu spüren und auszudrücken.

III.2. Die Gruppenabende

Der Raum wird so hergerichtet, dass die Männer um eine große Tischfläche sitzen können und jeder genügend Platz hat, evtl. ein bis zwei Stühle neben sich unbesetzt als zusätzlichen Raum für sich zu beanspruchen. Wer in der Nähe der Tür sitzen will, um weniger Angst zu haben, soll dies tun, darauf wird zu Beginn mehrfach hingewiesen. Kerzen und Blumen in der Mitte werden zu Beginn eher abgelehnt, da ist es besser, wenn die Männer nach und nach von sich aus entdecken, sie die Atmosphäre gemütlicher gestalten können.

Ein Gruppenabend beginnt mit einem "Blitzlicht", d.h. einer unkommentierten Runde von ca. 1 Minute pro Teilnehmer, wo jeder sagt, wie er heißt (bei den ersten Treffen und wenn neue dazukommen), mit welcher Motivation er kommt, wie es ihm gerade geht, was vom letzten Treffen noch übriggeblieben ist, was für heute ansteht, ob es Alpträume gab, usw.

Es folgt der erste Hauptteil bis zur Pause, in dem alle über ein gemeinsames Thema sprechen oder ein Mann für sich verstärkte Aufmerksamkeit beanspruchen kann. Dann ist Pause. Oft ist es dabei mich als Begleiter wichtig darauf zu achten, Schweigephasen auszuhalten und nicht zu unterbrechen.

Nach der Pause geht dieser allgemeine Teil oder Einzelfokus weiter oder noch ein anderer Mann hat die Gelegenheit, für sich Zeit zu beanspruchen.

15 Minuten vor Schluß wird das Ende angekündigt. Beendet wird die Gruppe pünktlich - auch wenn gerade spannende und "heiße" Themen besprochen werden - mit einem Abschlußblitzlicht, in dem jeder sagt, wie es ihm gerade geht, wie der Abend war, ob und wie er jetzt geht (gehen kann).

Die strikte Einhaltung der Zeitgrenzen dient dem Schutz vor Überforderung durch nicht-aufhören- können, was am Anfang einer Gruppe sehr verführerisch sein kann. Denn die Gefühle von Aufhebung der Isolation und Wiedererkennungseffekte sind zu Beginn sehr stark. So kam es am Anfang von Gruppen schon zu Marathonsitzungen, auch aus Begeisterung, dennoch ging es vielen Teilnehmern am nächsten Tag sehr schlecht, zuviel auf einmal war aufgewühlt worden.

III.3. Wichtige Regeln, die in den ersten Gruppentreffen mehrfach betont werden

- Nüchternheit von stofflichen Drogen,
- jeder kann so anonym bleiben wie er möchte,
- Ich- Botschaften, keine Du- Botschaften, (d.h. : niemand soll z.B. sagen: "Deine Geschichte kommt mir übertrieben vor" oder "Du bist ja aggressiv" sondern "Ich erlebe das, was Du sagst, so schlimm wie meinen Vater damals mit seinen Schlägen" oder "Das, was Du sagst, berührt wunde Punkte meiner eigenen Geschichte"),
- keine ungefragten Berührungen, auch nicht, wenn jemand weint, es sei denn, der Betreffende bittet jemanden aus der Gruppe explizit (wobei der Gefragte seinerseits die Berührung verweigern darf),
- jeder darf hinausgehen, wenn es ihm zuviel wird, sollte aber möglichst kurz ansagen, dass er jetzt geht und ob er noch mal wiederkommt,
- jeder darf ausreden, es werden bei den Blitzlichtern - außer Verständnisfragen - keine Zwischenfragen gestellt, es sei denn, der Sprechende fordert dazu auf,
- nach einer Stunde ist Pause (5-10 Minuten),
- es wird pünktlich Schluß gemacht (wird 15 Minuten vor Schluß angesagt),
- für die in der Gruppe besprochenen persönlichen Inhalte besteht Schweigepflicht An diese Schweigepflicht fühle ich mich auch in der folgenden Darstellung gebunden!

III.4. Skizzierung der ersten Abende einer Gruppe

In diesem Teil meines Berichtes möchte ich gerne einen lebendigen Einblick in den Ablauf der ersten Abende einer neuen begleiteten Selbsthilfegruppe geben. Dabei stehe ich vor dem Konflikt, dass ich gerne möglichst konkret erzählen würde, wie so ein Abend abläuft oder ablaufen kann, um es anderen Männern oder Professionellen zu ermöglichen, weitere Selbsthilfegruppen für Männer zu gründen. Andererseits stehe ich vor dem oben zuvor genannten Gebot der Schweigepflicht und akzeptiere dieses zutiefst, damit niemand der (ehemaligen) Gruppenteilnehmer sich erneut in seinem Vertrauen Missbraucht fühlen muß. Ich mische daher im folgenden einige reale Begebenheiten mit einer eher allgemeineren Beschreibung des Ablaufs von Gruppenabenden.

Der erste Abend

Die Gruppe beginnt mit vier Männern und mir als Begleiter. Ich strukturiere den Abend (Zeitgrenzen). Blitzlicht.

Es wird zu Beginn einer solchen Gruppe oft viel persönliches Leid berichtet, Stichwort: "klägliches Leben". "Hauptstörung" ist oft die sogenannte Dissoziation, Stichwort: "Hinter einer Glasscheibe leben".

Positive Erfahrungen am ersten Abend können sein: Die Aufhebung der Isolation; Bestätigung für die eigene Geschichte dadurch zu bekommen, dass andere Männer ähnliche Lebensläufe haben; sich zu finden.

Abschlußblitzlicht.

Der zweite Abend

Möglichst schon hier übernimmt jemand aus der Gruppe die Strukturierung des Abends (Zeitgrenzen und Regelbeachtung). Es können neue Männer dazukommen, ab und zu sagt jemand auch nach dem ersten Abend die weitere Teilnahme bereits wieder ab.

Blitzlicht. Der 1. Abend löst meist viel aus, z.B. vermehrten Drogenkonsum und Ängste, Alpträume, d.h. ein Näherrücken der traumatischen Kindheitserfahrungen, die so lange ja "erfolgreich" verdrängt waren. Der Gruppeneintritt bedeutet für die Männer einen Punkt erreicht zu haben, wo sie so nicht mehr weiter leben wollen oder können.

Als positive Erfahrungen sind hier möglich: Angenehme Wiedererkennungseffekte. Auffallend ist oft, dass alle sehr kompetent sind, für andere etwas zu tun oder sich in sie einzufühlen. Der Gedanke, für sich selber etwas zu tun oder zu wünschen ist aber oft mit völliger Lethargie bzw. einer Art "Denkumöglichkeit" verknüpft.

Es kann früh in der Gruppe dazu kommen, dass ein Mann seine brutale Kindheitsgeschichte beschreibt und dass alle Teilnehmer nur noch betreten schweigen und vernehmlich nach Luft ringen. Solche Schilderungen berühren, machen traurig, bringen die Gruppe aber sehr nahe zusammen, als Betroffene. Es wird dann auch Mut gemacht.

Abschlußrunde (wie gehabt; Anfangs- und Endblitzlicht gelten ebenfalls für die folgende Abende, auch wenn ich im einzelnen nicht mehr darauf hinweise).

Auch das Thema «Aggression» kann früh auftreten, was angesichts der erlebten Ohnmachtserfahrungen nicht verwundert. Positiv kann dann empfunden werden, gemeinsam auf die jeweiligen TäterInnen wütend zu sein.

Der dritte Abend

Wieder: Auswahl desjenigen, der den Abend zeitlich strukturiert und verstärkt auf die Einhaltung der Regeln achtet. Blitzlicht zu Beginn.

In der letzten Gruppe entstand an diesem Abend ein Gespräch über die eigene

Geschlechtsrollenidentität. Eine ganze Bandbreite von sexuellen Übergriffen und aktuellen Problemen kann dabei sichtbar werden, z.B. sich selbst bis heute nicht als sexuelles Wesen erleben zu können oder vom Vater oder der Mutter sexuell missbraucht worden zu sein, die gleichzeitig als gute Christen Onanie unter schwere Strafe stellten. Eigene Sexualität wird manchmal im Rückblick auf die eigene Biographie als völlig ekelhaft empfunden. Dies eröffnet aber große Konflikte zu einer (obwohl falschen, dennoch wirksamen) Männerrolle die einen immer potenten, immer Sex- suchenden Mann vorgaukelt. Oder die eigene Angst vor anderen Männern war so stark, dass man sich sehr stark mit weiblicher Sexualität und einer eher weiblichen Rolle identifizierte, z.B. in dem man "als Frau" an Gesprächen über frauenspezifische Themen wie Menstruation teilnahm.

Verbunden mit Geschlechtsrollenidentität ist schnell das Verhältnis zum eigenen Körper. Die Thematisierung von Lust oder Ekel bei sportlicher Aktivität sowie vieler Ängste, z.B. von anderen in Badebekleidung beobachtet zu werden, tauchen häufig in diesem Zusammenhang auf. Auch die Schwierigkeit körperliche / sexuelle Signale und Botschaften von anderen zu verarbeiten oder an sich selbst zu bemerken, gehört dazu. Was bedeuten Blicke von anderen, was bedeuten Berührungen an der Schulter?

Biete ich mich sexuell an, wenn ich beim Tanzen mein Becken bewege? Bewege ich mich sexualisiert, um andere auf einen Nähwunsch aufmerksam zu machen, vor allem wenn ich einsam bin?

Früh in den Gruppen wird auch das Verhältnis zu den eigenen Eltern als großes Problem thematisiert und die Schwierigkeiten bei (TäterInnen)- Familien- Besuchen angesprochen.

Positiv kann hier bewertet werden, die körperliche Sensibilität heute als eine Art Alarmsignal nutzen zu können, wenn aktuell Grenzverletzungen geschehen. Da hat jeder Mann seine eigenen körperlichen Empfindlichkeiten entwickelt, an denen er spürt, daß etwas nicht stimmt. Zum Beispiel: Wenn bei einem Mann der Nacken anfängt, sich zu verspannen, bedeutet dies sicher (!), dass etwas oder jemand in diesem Moment über seine Grenzen geht.

Der vierte Abend

Blitzlicht und Klärung, wer den heutigen Abend strukturiert.

Etwas aufgehobener in und vertrauter mit der Gruppe trauen sich manche, ihren Drogen oder Tabletten- Konsum zu thematisieren. Die Einnahme von Psychopharmaka ist mehr Männern vertraut, als ich dachte. Ängste werden durch die Tabletten reduziert, aber es entsteht ein "Zombie"- Gefühl, eine unangenehme Empfindungslosigkeit. Trotzdem werden die Panikgefühle als so bedrohlich erlebt, dass oft weiter Tabletten genommen werden. Sie helfen auch, den Alltag als "Funktionierender" zu überstehen.

Die Erfahrungen bei der Lektüre von Beratungsbüchern zu sexuellem Missbrauch, z.B. denen von Mike Lew (1993), Ursula Wirtz (1989) oder dem letzten von Dirk Bange | Ursula Enders (1995), kommen ebenfalls in den ersten Abenden zur Sprache. Es wird dabei eher als Mangel erlebt, durch die Bücher mit dem Thema konfrontiert zu sein, aber gleichzeitig eben alleine mit sich zu sein, niemanden zum reden zu haben, weiter isoliert zu sein, gerade wenn man die Isolation durch die Lektüre überhaupt erst bemerkt.

Positiv wird in der vertrauter werdenden Runde empfunden, dass es bei vielen der

angesprochenen Themen den anderen ähnlich geht.

Der fünfte Abend

Manchmal wirkt der Einfluß der Gruppe schon sehr früh dahingehend, dass Männer Verhaltensweisen ändern wollen und sich dazu Hilfe in der Gruppe suchen, z.B. Psychopharmaka abzusetzen oder Drogen- | Alkoholkonsum einzustellen. Kommt jemand mit einer Alkoholfahne zur Gruppe führt dies zu großen Spannungen, da dies ein Regelverstoß ist.

Es passiert auch immer wieder, dass es allen zunächst eher schlechter geht als vor dem Beginn der Gruppe. Rückfälle in Drogen- | Alkoholkonsum kommen vor oder Eßstörungen aktualisieren sich, Einsamkeitsgefühle verstärken sich oder FreundInnen reagieren abweisend bis abwertend auf Erzählungen, dass man jetzt an einer solchen Gruppe teilnimmt.

Für den Gruppenprozeß steht an dieser Stelle an, zu überlegen, wie neue Männer in die Gruppe gelangen können. Es wird sich in der Regel auf den ersten Wochentags - Termin des Monats geeinigt, wo einmal monatlich neue kommen können bis zur Obergrenze von im Schnitt acht Männern.

Desweiteren wird von mir als Begleiter geklärt, dass bald jemand aus der Gruppe einen Schlüssel für den Raum bekommt und alle ein kleines Schlüsselpfand bezahlen müssen.

Viele Männer erleben immer wieder den Wunsch als übermächtig, negative Gefühle zu verdrängen, notfalls eben mit der Gewalt von Drogen, Alkohol, Psychopharmaka, suchtartigem Sex oder anderen Süchten. Gleichzeitig erzeugt dies einen Konflikt mit dem Wunsch nach Nähe, weil das "zumachen" auch echte Nähe zu anderen Menschen verschließt und Einsamkeit produziert bzw. auch den Kontakt zu sich selbst; verhindert.

Beschreibt ein Mann oft nur seine absolute Hilflosigkeit so ermuntere ich ihn, einen Teil seiner Energie auch in für sich positive Gedanken zu geben. Ich stelle z.B. die Frage "Was passiert denn, wenn es Dir gut geht?" Die erlebte Opferseite ist aber oft damit verknüpft, große Ängste zu empfinden, wenn jemand nett ist, oder etwas Schönes für einen geschieht. Denn dies war in der Kindheit für viele mit einer anschließenden Gewalterfahrung verbunden.

Der sechste Abend

Das Geld für den Schlüsselpfand wird eingesammelt.

Blitzlicht. Selbstmordversuche sind in der Biographie der Männer nicht ungewöhnlich. Wird dies thematisiert ergibt sich daraus als gemeinsames Thema schnell das Empfinden von tiefem Hass und Wut, entweder auf das bisher gelebte klägliche Leben oder auf die TäterInnen, die einen so weit gebracht haben.

Wut und Hass als Dauergefühle sind für manche Betroffene in sozialen Beziehungen aber ein großes Problem. Denn wenn man sich immerzu arrogant oder herablassend verhält, während dahinter der wahre Kern nicht gezeigt wird, der aus einem verletzten Jungen besteht, der auf dem Boden liegt und weint, so bleibt man meist sehr einsam.

Als Intervention zum Thema Wut gebe ich das Malen eines Steckbriefes vor wie ich es bei dem Berliner Gestalttherapeuten des Vereins "Mannege e. V.", Berlin, Michael Jakob Degroe, kennengelernt habe: Gesucht wird: ...; ein Bild des/der TäterIn malen lassen. Welcher Taten ist die Person verdächtig? Wie könnte eine Bestrafung aussehen? Wie wäre eine Versöhnung möglich? .Nach dem Malen kann jeder den anderen seinen Steckbrief vorstellen. Von Lust auf Versöhnung ist dabei am Anfang, von Gruppen zumeist keine Spur.

Der siebte Abend

Ein Blitzlicht mit Namensrunde wird gemacht, wenn neue Männer kommen. Der mit Schlüsselpfand bezahlte Schlüssel wird von mir in dieser Phase der Gruppe einem Freiwilligen übergeben, der damit mehr Verantwortung zu tragen hat.

Äußert ein Mann Unzufriedenheit mit dem Verlauf der Selbsthilfegruppe so deutet dies auf die ersten zu erwartenden Konflikte hin. Werden Vorwürfe an die anderen gerichtet, erscheint das gewaltsam- vorwurfsvolle Auftreten oft als Strategie, die eigenen Opfergefühle und Verletztheiten zu vermeiden. Es wird dann an die Gruppenregeln erinnert.

Beim offensichtlichen Dissoziieren mancher Männer, die während ihrer Schilderungen von traumatischen Erfahrungen lächeln, ist es hilfreich, zur Wirkung dieser Doppelbotschaft eine Rückmeldung der ganzen Gruppe einzuholen.

Typisch ist, die Erfahrungen; mit bereits in Anspruch genommenen Therapien und Therapieverfahren auszutauschen. Häufige Erfahrung ist dabei, dass das Thema sexueller Missbrauch nicht offen angegangen wurde, es sei denn bei Klinikaufenthalten in Kliniken wie Grönenbach oder Bad Zwesten. Mancher erlebte Sätze von TherapeutInnenseite wie: "Besinnen sie sich auf ihre Potenzen. Sie sind ein attraktiver Mann, das stecken sie weg...."

Der achte Abend

Blitzlicht. Die Übernahme der Gruppenleitung für den Abend ergibt sich unbefangener. Raum wird nach dem zunehmenden Näherkommen frei zum Erzählen von Alltagsschwierigkeiten, z.B. Schwierigkeiten bei Ämterbesuchen. Manche machen die Selbstbeobachtung, Autoritätsfiguren durch sexualisiertes Verhalten in der Situation sozusagen vorausseilend wohlwollend stimmen zu wollen.

Kommt wieder jemand mit einer Alkoholfahne führt dies sicher wieder zu einer sehr angespannten Situation in der Gruppe, weil dies erneut einen Regelverstoß darstellt. Manche sind auch von alkoholisierten Vätern bzw. Müttern missbraucht worden und bekommen extrem negative Übertragungs- Gefühle wie körperlichen Ekel oder sogar Brechreiz. Kommt es zu Vorwürfen und starken verbalen Grenzverletzungen muß aber wieder an die Gruppenregeln erinnert werden. Der Mann mit der Fahne muß dann gehen und die anderen sich evtl. für Verletzungen entschuldigen. Trotz allem sollen möglichst nur Ich-Botschaften ausgesprochen werden, keine Du- Botschaften wie Vorwürfe. Klar ist oft, dass hinter Rückfällen in Alkohol- oder Drogenkonsum unerträgliche Gefühle wirksam sind, v. a. panikartige Ängste. Trotzdem muß die Gruppe auch aufpassen, nicht in eine Co- Alkoholiker-Rolle zu verfallen.

Manche verhalten sich in der Gruppe sehr aggressiv gegenüber den anderen. Von diesen Männern selbst aber wird das eigene Verhalten zumeist als gar nicht so aggressiv bewertet.

Hier ist es wichtig, darauf hinzuweisen, d.h. zu äußern, wenn man verletzt wurde, aber auch zu lernen, sich zu entschuldigen.

Kommt es vor, dass Männer so eine Art Rollenspiel inszenieren, ist es gut, dies anzusprechen. Gemeint ist, dass man schauspielert, nicht man selber ist, andere imitiert oder sich oft als jemand anderen gibt, bis man vielleicht selbst gar nicht mehr weiß, wer man wirklich ist. Das Schlüpfen in Rollen und damit in eine Unangreifbarkeit ist auf erlebte Situationen sexuellen Missbrauchs rückführbar. Die Schauspielerlei schützt(e) davor, im Kern verletzt zu werden, indem man sich als jemand anderen phantasierte oder verhielt. Dieses Verhalten ist dem Dissoziieren ähnlich, hat aber für das spätere Sozialverhalten eine deutlich andere Dimension, geht eher in Richtung Multiplizität (diese schwere Störung (MPS) möchte ich an dieser Stelle aber nicht mit dem gesagten Verharmlosen, sowenig wie ich - entgegen einem derzeitigen Trend - in allen Betroffenen multiple Persönlichkeiten vermute).

Treten - wie zuvor erwähnt - starke Spannungen auf, die manchmal scheinbar fast zur Auflösung der Gruppe führen, wirkt das gemeinsame Bewältigen solcher Krisen durch Erklären und Entschuldigen als stabilisierend für eine Gruppe. Die Gruppe wächst dadurch näher zusammen.

Der neunte Abend

Der Raumschlüssel wechselt am besten unter den Teilnehmern hin und her, damit nicht einer die Verantwortung allein trägt.

Blitzlicht. Ist die Grenze, dass niemand angetrunken kommen soll, verletzt worden so wird diese wieder explizit zum Beginn des folgenden Abends aufgerichtet. Auch an die anderen Gruppenregeln wird immer wieder erinnert, z.B. die Regel, von sich selber und seinen eigenen Gefühlen zu sprechen. Dies dient weniger der Schaffung eines starren Rahmens, als vielmehr einer orientierenden Hilfestellung für Männer, die mit vielen Grenzverletzungen groß geworden sind. Diese sind oft in das eigene Verhalten eingegangen, machen daher aber auch den einen Teil des Problems aus, weswegen jemand in der Gruppe sitzt.

Die Steckbrief- Intervention wirkt in der Regel positiv nach.

Wird ein trauriger Mann von einem anderen unvermittelt angefaßt in der Absicht, ihn zu trösten, kann dies zu starken Bedrohungsgefühlen und Alpträumen führen. Die Grenze des Berührungsverbot es muß dann ebenfalls wieder aufgerichtet werden. Hilfreich ist, andere zu ermutigen, in der Gruppe jemandem Grenzen zu setzen.

Manchmal kommt es Männern dann So vor, als würden sie dies zum ersten Mal in ihrem Leben machen.

Haben Männer Alkohol-, Drogen oder Psychopharmaka abgesetzt, kann dies zunächst sehr unangenehme Folgen haben: Kopfschmerzen, dauernde Unruhe, nicht mehr arbeiten können und verstärkte Suchtverlagerung. Resignationsgefühle werden dann manchmal sehr mächtig, d.h., das Gefühl, es nicht zu schaffen. Aggressionen kochen dabei schneller an die Oberfläche und werden angesprochen. Sie richten sich aber - wie im Drogenkonsum schon offensichtlich - eher nach innen. Die Männer fühlen sich dann sich selbst gegenüber als Feind oder werten sich selber ab. Hier ist es wichtig, Mut zu machen, dass es eine gute Entscheidung war, die Tabletten oder Drogen abzusetzen und dass es sehr wichtig ist,

therapeutische Unterstützungsmöglichkeiten zu erweitern.

Positiv wird in dieser Phase erlebt, dass der Weg zu einem anderen Lebensgefühl unglaublich beschwerlich sein kann, aber alle sich darin bestärken, dass es sich lohnt, ihn zu gehen. Wichtig ist, auch als Begleiter die positiven Ressourcen der einzelnen immer wieder zu verstärken und zu betonen.

Der zehnte Abend

Kommen neue Männer wird das Blitzlicht ergänzt mit einer Vorstellungsrunde und einer Erläuterung des Ablaufs des Abends sowie einiger Gruppenregeln.

Sind Grenzverletzungen in vorhergehenden Abenden aufgetreten und die daran beteiligten Männer wieder beisammen, wird leicht deren Klärung als Stärkung des Vertrauens in die Gruppe erlebt.

Häufig wird die Beschäftigung mit dem sexuellen Missbrauch durch den eigenen Vater zu dem Problem, dieses Wissen nicht als Gefühl ertragen zu können. Mann braucht einfach sehr viel Zeit, um langsam alles aufzurollen und emotional zu verarbeiten. Darauf weise ich dann hin.

Angesichts meines nahenden Abschieds als Begleiter der Gruppe frage ich nach, ob sich noch jemand etwas von mir wünscht und bitte darum, dies bis in die kommende Woche zu überlegen und mir zu sagen.

Manche Männer erleben eine extreme Unfähigkeit, sich den Alltagsanforderungen zu stellen, z.B. einfache: Anträge auszufüllen und bei Ämtern o.ä. einzureichen. Hier ist es eine schöne Erfahrung, solche Papiere in die Gruppe mitzubringen, und die Unterstützung der Gruppe mit ganz praktischer Hilfestellung zu erleben. Dies kann zu Verunsicherung und Scham führen, aber schließlich auch zu Freude über die erlebte Solidarität.

Manche Männer verlieren in ihrem Erleben immer alle Grenzen, wenn jemand was von ihnen will. Sie können dann nicht nein sagen, obwohl sie dies wünschen. Heftige Panikgefühle können hinzutreten und gleichzeitig entstehen meist Schuldgefühle, - wenn man nicht zur Verfügung steht. Hilfreich ist die Bestätigung, dass man heute ein Recht auf seine eigenen Grenzen hat und für niemand, niemand, niemand mehr Verantwortung zu übernehmen braucht. Auch wenn dies zunächst mit, z.B. feministischen Forderungen nach der Übernahme von Verantwortung für problematisches Männerverhalten kollidieren kann, ist eine solche Übergangsphase meist unumgänglich, bis jemand überhaupt in der Lage ist, Grenzen zu setzen und echte Verantwortung zu übernehmen.

Rückt die Gruppe nahe zusammen, um sich ganz konkret um die Lösung eines konkreten Problems eines Mannes zu kümmern, so wird dies von allen als sehr positiv erlebt.

Der elfte Abend

Blitzlicht mit dem Äußern von evtl. Wünschen an mich als Begleiter für die letzten Gruppenabende. Wird die Regel verletzt, die für die in der Gruppe besprochenen persönlichen Inhalte bestehende Schweigepflicht einzuhalten so kann dies ebenfalls zu schweren Konflikten in der Gruppe führen. Beispielsweise habe ich einmal erlebt, wie ein

Mitnleiter von der Gruppe entlassen wurde, weil er zu freizügig der Presse gegenüber wörtliche Zitate aus der Gruppe weitergegeben hatte und die Männer zufällig ihre eigenen Äußerungen bald darauf in der Zeitung wiederfanden. Daher ist auch dieser Beitrag von mir an vielen Stellen eher allgemein formuliert.

Manchmal führen starke Konflikte dazu, dass Männer den Raum verlassen müssen und nach einer Pause wiederkommen oder für denselben Abend auch nicht mehr wiederkommen. Dies muß allen möglich bleiben, trotzdem ist es auch eine für die im Raum verbleibenden hilfreiche Regel, kurz anzusagen, dass man geht und ob man noch mal wiederkommt.

An solchen Konflikten in der Gruppe entlang kann leicht die Art, wie man selber mit Konflikten umgeht, thematisiert werden. Manche Männer sehen dabei Parallelen zur eigenen Familie und ihrem Verhalten damals bei Konflikten: Schuldgefühle, große Angst vor Vater(figur), starke Erregung, Weggang aus der Situation, Traurigkeit bzw. Ausdruck von Aggression.

Wie bereits an "vorhergehenden Abenden führen durchgestandene Konflikte zu einer positiven Stabilisierung der Gruppe, auch wenn sich Verletzungs- Gefühle am selben Abend nicht so leicht besänftigen lassen.

Der zwölfte Abend

Blitzlicht. Auf Wunsch aus der Gruppe ist heutiges gemeinsames Vorhaben das Malen von Bildern mit der Frage: "Welches Gefühl habe ich heute zu dem sexuellen Missbrauch von damals?" Es werden DIN-A3 Zeichenblätter, Buntstifte und Wachsmalstifte zur Verfügung gestellt. Manchen fällt das Malen sehr schwer, weil Ängste aktualisiert werden oder weil sie "malen blöd" finden. Es schließt sich aber in der Regel niemand aus. Nachdem alle fertig sind, kann jeder, der möchte, sein Bild den anderen vorstellen und Rückmeldungen bekommen. Werden vor Ende des Abend nicht alle fertig, wird verabredet, dass die anderen nächstes Mal weitermachen können.

Positiv wird dabei empfunden, dass die Bilder helfen, dem Innen einen Ausdruck zu verleihen, der auf verbalen Kommunikations- Wegen versperrt ist.

Der dreizehnte Abend

Blitzlicht. Wenn Männer nicht kommen können, ist es unbedingt wichtig, dass sie absagen, zur Not am gleichen Abend zu Beginn der Gruppe. Dazu ist ein Telefon im Gruppenraum notwendig.

Kommende Feiertage wie Weihnachten oder Geburtstage können bei manchen Männern das Gefühl der absoluten Isolation und Einsamkeit sehr verstärken. Hier ist es hilfreich, die Gruppe um eine Runde zu bitten, wer an solchen Tagen da sein wird, und Lust hat, sich in der Gruppe zu treffen.

Auch Hilfestellung bei der Suche nach einem Therapeuten I einer Therapeutin, der I die sich mit dem Thema Missbrauch bei Männern auskennt, der I die aber auch von einer Krankenkasse bezahlt werden, kann von der Gruppe erfragt werden.

Wurde am vorhergehenden Gruppenabend gemalt, werden die übrigen Bilder vorgestellt und

Rückmeldungen gegeben. Dies eröffnet manchen Männern einen tiefen Zugang zu bisher unbewußten Seiten der eigenen Situation oder neue ("blitzartige"), Erinnerungen an bestimmte Missbrauchshandlungen der TäterInnen.

Oft begegnet einem die Vertrautheit aller mit dem Gefühl, häufig mit den Stimmungen anderer Menschen sich überflutet zu fühlen, z.B. das Fahren in öffentlichen Verkehrsmitteln als Überflutung mit negativen Reizen zu empfinden: Das heißt, so eine Art fortwährender Durchlässigkeit für die Stimmungen anderer Menschen ist vielen Opfern vertraut und ein Bemühen sollte ermuntert werden, sich gegen solche Empfindungen abgrenzen zu lernen. Ich betone aber mehrfach, dass dieser Prozeß sehr lange dauern kann, bis zu fünf Jahren oder länger! Dies nur, damit nicht über meine Schilderung der ersten Abende einer Selbsthilfegruppe der Eindruck entsteht, nach ein paar Gruppenabenden wären die Probleme gelöst.

Positiv empfunden wird bei solchem Einsatz kreativer Mittel die sich erschließende nicht-verbale Ebene, versteckte Gefühle zum Ausdruck zu bringen.

Der vierzehnte Abend

Blitzlicht. Manchmal öffnen einzelne Männer plötzlich ihre geheimen Schleusen und erzählen dann zum ersten Mal sehr konkret die Art des sexuellen Missbrauchs, die sie erdulden mußten. Die Brutalität des Missbrauchs und das Gefühl eigener Selbstwertlosigkeit können dabei sehr stark wirken. Auch Selbstzweifel können quälend immer wiederkehren, wenn Männer das Gefühl behalten haben, den Missbrauch selber mit verursacht zu haben, z.B. werden sich - obwohl für Kinder doch völlig angemessen - Wünsche nach Nähe vorgeworfen oder andere Selbstvorwürfe gemacht. Trotzdem gibt die im Raum spürbare Betroffenheit aller nach solchen Schilderungen oft ein unterstützendes, solidarisches, Gefühl. Bei thematisierten Selbstvorwürfen finde ich die Anregung von Dr. Barbara Kavemann, Berlin, sehr hilfreich den betreffenden Mann vor der Gruppe zu fragen: "Was wirfst, Du Dir vor?".

Tragisch kann für Männer sein, heute, in aktuellen Liebesbeziehungen, wieder einen Partner oder eine Partnerin zu suchen oder zu haben, der / die sie ebenso (emotional, sexuell) ausbeutet wie der / die damalige TäterIn. Trotz der Einsicht in das dabei erlebte Unglück, gehen manche Männer wie unter Zwang immer wieder solche Beziehungen ein in der Hoffnung, endlich die als Kinder immer ersehnte "richtige" Nähe doch noch zu bekommen. Dies ähnelt der Geschichte von Kindern aus Alkoholikerfamilien, wo später oft Freundschaften zu AlkoholikerInnen gesucht werden, in der (vergeblichen) Hoffnung diese würden eines Tages aufhören zu trinken und endlich "richtig", "wirklich" nahe sein.

Werden solche Muster in der Gruppe dadurch einmal unterbrochen, dass jemand ohne eigene Anstrengung nett behandelt wird, kann dies zu Tränen darüber führen, dass lange ersehnte menschliche Nähe plötzlich da ist. Aus Angst vor dieser Trauer wird solche Nähe zu anderen am Anfang schnell wieder vermieden. So fühlen manche Männer sich lange hin- und her gerissen zwischen dem vergeblichen Abarbeiten an schwierigen Partnerschaften (was "die Angst befriedigende" Distanz ermöglicht aber von Mangelgefühlen begleitet ist) und der erlebten Trauer wenn das Ersehnte plötzlich da ist, weil dies jahrelangen Mangel fühlbar werden läßt.

Wenn Männer tatsächlich einmal offenbaren, wie dreckig es ihnen hinter der (berufstätigen) Fassade wirklich geht, wieviel Abgründe man haben, aber eben in der Gruppe mitteilen

kann, so wird das nach dem schmerzhaften Erfassen der Schilderungen als positive große Nähe- Erfahrung empfunden.

Der fünfzehnte Abend

An meinem letzten Abend als Anleiter nehme ich Abschied von der Gruppe, biete aber an, dass die Gruppe bei starken internen Konflikten mich nach ein bis zwei Monaten nochmals für einen Monat dazu holen kann. Können Männer nicht an dem bisher vereinbarten Wochentag teilnehmen, kann sich die Gruppe darauf einigen, die Treffen auf einen anderen Abend zu verlegen, was zu angenehmen Solidaritätsgefühlen führt.

"Unerreichbare Partnerinnen" können ebenfalls thematisiert werden, d.h. PartnerInnen zu denen Nähe nur schwer möglich ist. Leben Männer solche Beziehungen, so führt dies oft zu einem dauernden Mangelgefühl schützt aber gleichzeitig vor der Nähe, die leicht Erinnerungen an den sexuellen oder emotionalen Missbrauch wieder aufleben lassen kann. So fühlen sich Männer öfter in unglückliche Beziehungen eingesperrt, aus denen sie sich, manchmal nicht lösen können selbst wenn sie es versuchen.

Versucht werden kann dann in der Gruppe, herauszufinden, ob es im heutigen Beziehungsverhalten so etwas wie Muster gibt, die der Situation des sexuellen Missbrauchs ähneln. Diese Muster sind für einige meist offensichtlich. Diese Zusammenhänge voll an sich heran zu lassen, führt aber - trotz der Tatsache, dass alle wegen (sexueller) Kindesmißhandlung in einer Selbsthilfegruppe sitzen - zu der unangenehmen Erfahrung, wie mächtig der Missbrauch heute noch wirkt, d.h. auch, wie stark man eigentlich noch Opfer eines Gewaltverhältnisses ist. Dies zu Empfinden ist immer wieder ein großes Problem wegen der damit verbundenen sehr negativen und zumeist in sich verschlossenen Emotionen. Aber auch wegen dem Konflikt mit der gängigen Männerrolle, dass Männer keine Opfer sind, und wenn, dann selber schuld, ist das Aufarbeiten solcher Muster eher schwierig und langwierig.

Zum Abschluß meiner Begleiterphase wird eine Regelung vereinbart, dass ein oder zwei Männer als Kontaktperson ihre Adressen an mich geben, um ihnen neue Männer anzukündigen, die zur Gruppe hinzukommen wollen. Es wird von mir zum Schluß - wie bereits erwähnt - noch mal das Angebot gemacht, dass ich bei starken Gruppenkonflikten als Schlichter zur Verfügung stehe. So hat die Gruppe einen Rückhalt im Hintergrund.

IV. Ergebnisse der bisherigen Arbeit und Ausblick

Nach Rücksprache mit den in der Gruppe verbliebenen Männern zwei Monate nach Ende meiner Begleitungszeit gab es bisher folgende Rückmeldungen und Ergebnisse: Männer, die während der begleiteten Abende eine besondere Beziehung zu mir als Begleiter gesucht hatten, kamen in der Regel nicht mehr wieder. Wenn ich nicht mehr dabei bin, ist so eine Art Halt für die Gruppe weg und jeder muß anfangen für sich zu sehen, wo er gerade steht. Es fällt auch mehr Verantwortung für die Gruppenabende auf jeden einzelnen zurück. Die letzte Gruppe entwickelte sich trotzdem bisher nach eigenen (telefonischen) Angaben gut weiter, bemühte sich auch, neue Männer zu integrieren, und beschloß dann beim Stand von 8 Teilnehmern, keine weiteren Männer aufzunehmen.

Eine weitere Gruppe begann im März 1996 mit geplanten zehn Begleitungsabenden durch

zwei Mitarbeiter von Tauwetter.

Im Sommer erscheint eine Dokumentation der Fachtagung "Die Bedeutung von sexuellem Missbrauch im Alltag", die im Oktober 1995 von der Alice- Salomon- Fachhochschule Berlin veranstaltet wurde. Diese Dokumentation enthält einen ausführlichen Erfahrungsbericht einer über mehrere Jahre existierenden Selbsthilfegruppe betroffener Männer.

V. Literaturverzeichnis

Armstrong, Louise. (1985, Orig. : 1978). Kiss Daddy Goodnight. Aussprache über Inzest. Frankfurt: Suhrkamp.

Bange, Dirk. (1992). Die dunkle Seite der Kindheit. Sexueller Missbrauch an Mädchen und Jungen. Köln: Volksblatt.

Bange, Dirk & Enders, Ursula. (1995). Auch Indianer kennen Schmerz. Sexuelle Gewalt gegen Jungen, ein Handbuch. Köln: Kiepenheuer & Witsch.

Dothagen, Michael & Die Gruppe Tauwetter (1995). Sexuelle Gewalt. Berlin: Zitty 21, S.6.

Lew, Mike (1993). Als Junge Missbraucht. Wie Männer sexuelle Ausbeutung in der Kindheit verarbeiten können. Kösel. [Orig: (1988) Victims no Longer: Men Recovering From Childhood Sexual Abuse)

Wirtz, Ursula. (1989). Seelenmord - Inzest und Therapie. Zürich: Kreuz.v