



Aus: Sexuelle Gewalt, aktuelle Beiträge aus Theorie und Praxis. Beiträge des Fachkongresses 20 Jahre Wildwasser Berlin.

Thomas Schlingmann:

Charles Bronson, James Dean, I-Aah und der Survivor

Vorstellung der Anlaufstelle Tauwetter für Männer, die als Junge sexuell mißbraucht wurden und einige Aspekte aus der Arbeit

Einleitung:

Ich möchte Sie zu Anfang auf eine kleine Zeitreise mitnehmen, in jene Zeit, in der Tauwetter, als Anlaufstelle für Männer, die als Junge sexualisierte Gewalt erfahren haben, entstanden ist.

Wir befinden uns in den frühen 90er Jahren. Kohl war Kanzler, der real existierende Sozialismus mit Pauken und Trompeten gescheitert und allgemein war von solchen Sachen die Rede, wie dem Ende der Geschichte oder jeder linken Utopie. Die feministische Bewegung gegen sexualisierte Gewalt sah sich mit der "Missbrauch mit dem Missbrauch" - Kampagne konfrontiert. Ich brauche das hier nicht genauer auszuführen, das hat Anita Heiliger in ihrem Beitrag schon getan. Sinngemäß hieß es, männerhassende Feministinnen würden die Beratungsstellen benutzen, um Familien zu spalten und eine "neue Prüderie" durchzusetzen. Sie würden Opfer durch Suggestion produzieren, um ihre Stellen zu sichern. Das Wort von der "Missbrauchsindustrie" machte die Runde.

Wir bei Tauwetter können von Glück sagen, dass es die als "Männerhasserinnen" beschimpften Feministinnen gab. Es sind Frauen gewesen, die mit dem Mut, sich öffentlich hinzustellen und zu sagen, das und das ist mir angetan worden. Sie haben den Freiraum geschaffen, der es uns betroffenen Männern es ermöglicht hat, unsere Geschichte zu erinnern und anzugucken. Von den 6 Männern der ersten Selbsthilfegruppe haben 5 Männer von Frauen aus den verschiedenen Bereichen von Wildwasser, der Selbsthilfe, der Beratungsstelle und der Zuflucht, Beratung und oder andere Formen von Unterstützung erhalten. Das waren z.T. persönliche Kontakte, einer hat aber auch ganz einfach in der Beratungsstelle um Hilfe gebeten. Und, das ist vielleicht in Anbetracht der Diskussionen um Täterinnen und blinde Flecke interessant: Einer dieser Männer war von einer Frau

missbraucht worden.

Diese Unterstützung der einzelnen während der Gründung unserer Selbsthilfegruppe, wozu wir übrigens unter anderem den Wildwasser-Leitfaden heranzogen, hat sich fortgesetzt, während der Gründung der Anlaufstelle und später. Es gab immer Wildwasserfrauen, die bei Fragen oder in Krisen ansprechbar waren. Und heute und ich bin sowohl stolz als auch dankbar das sagen zu können, ist Wildwasser einer der Vereine, die bei uns im Trägerverein Mitglied sind. Es würde Tauwetter ohne Wildwasser höchstwahrscheinlich gar nicht geben.

Ich finde, auch das ist ein Teil der Geschichte von Wildwasser und ich kann - und ich glaube, da spreche ich für alle Tauwettermänner, - nur ausdrücklich Danke sagen.

Geschichte und Arbeitsansatz

Ich habe jetzt schon einiges aus der Geschichte von Tauwetter gesagt. Die Anlaufstelle wurde im Mai 1995 aus einer Selbsthilfegruppe heraus gegründet. Der Ansatz war ganz banal die eigenen Erfahrungen aus dem Verarbeitungsprozess an andere Betroffene weiter zu geben und einen Punkt zu schaffen, wo sich an einer Selbsthilfegruppe interessierte Männer finden konnten.

Im Laufe der Jahre ist die Anlaufstelle kontinuierlich gewachsen und es bildete sich ein zunehmendes Erfahrungsgefälle zwischen neu dazukommenden und den "alten Hasen". Dazu wurde immer deutlicher, dass die bisherige Entwicklung und das erreichte Niveau in ehrenamtlicher Tätigkeit nicht fortzusetzen und zu halten waren. Der vorprogrammierte und wie meist unter falschen Vorzeichen geführte Streit "Selbsthilfe contra Professionalisierung" blieb nicht aus und führte zur notwendigen Neustrukturierung des Projektes. Die Anlaufstelle Tauwetter unterteilt sich heute in eine Informations- und Beratungsstelle und einen autonomen Selbsthilfebereich. Daneben und als übergeordnete Instanz gibt es den Verein.

Was unseren Arbeitsansatz angeht, so paßt wohl am besten die Bezeichnung Peercounseling mit Fachkompetenz. Unsere Erfahrung ist, dass Peercounseling, in der Arbeit mit Männern, die als Kind oder Jugendlicher sexuell traumatisiert wurden, ein absolut wichtiger Ansatz ist und wo immer möglich praktiziert werden sollte. Für die betroffenen Männer ist allein schon das Mitbekommen, mir sitzt einer gegenüber, der ähnliches erlebt hat und der es offensichtlich geschafft hat, das soweit zu verarbeiten, dass er heute andere unterstützen kann, eine wahnsinnig mutmachende und entlastende Erfahrung. Gleichzeitig wissen wir alle inzwischen, dass Betroffenheit allein für eine weitergehende Arbeit nicht reicht, dass es dazu zusätzliche Qualifikationen und Fachkompetenz braucht. Deshalb dieser Ansatz.

Ein zweiter zentraler Begriff in unserer Arbeit findet sich auch im Motto dieses Kongresses: Parteilichkeit. Moment mal - werden sicherlich jetzt einige von Ihnen denken - Parteilichkeit ist ein Begriff aus der feministischen Mädchen- und Frauenarbeit, der beinhaltet die strukturellen Machtverhältnisse im Geschlechterverhältnis einzubeziehen. Wie soll das in der Arbeit mit Männern gehen?

Wir haben für uns den Begriff Parteilichkeit um das Wort "situationsgebunden" ergänzt. Es gilt für uns, ohne das grundlegende Machtgefälle zwischen den Geschlechtern aus den Augen zu verlieren, in jeder Situation konkret zu gucken, wie die individuellen Machtverhältnisse sind. Ohne diese Rangehensweise könnten wir ungefähr einem Viertel der Männer, die zu uns kommen nicht gerecht werden, denn sie wurden von Frauen

missbraucht.

Die konkrete Arbeit der Anlaufstelle Tauwetter

Wie bereits erwähnt gibt es bei Tauwetter zwei Bereiche: Die Informations- und Beratungsstelle und die Selbsthilfe.

Die Arbeit der Informations- und Beratungsstelle

Zielgruppen:

- Männer, die in ihrer Kindheit oder Jugend sexualisierter Gewalt ausgesetzt waren
- Partner oder Partnerinnen
- andere UnterstützerInnen
- interessierte SozialarbeiterInnen,
- TherapeutInnen...
- interessierte Öffentlichkeit

Angebot:

- Information
- Beratung
- Fortbildung

Form:

- Einzelgespräch
 - direkt, Face-to-face
 - telefonisch
 - per Email
 - brieflich
- Veranstaltungen, Vorträge, Workshops
- Faltblätter, Plakate
- Homepage
- Fachartikel

Selbsthilfebereich

Zielgruppe:

Männer, die in ihrer Kindheit oder Jugend sexualisierter Gewalt ausgesetzt waren

- egal, ob man klare Erinnerungen hat oder einen begründeten Verdacht
- egal, um welche Form der sexualisierten Gewalt es sich gehandelt hat
- egal, ob man von einem Mann missbraucht wurde oder von einer Frau
- egal, ob es einmalig war oder sich über Jahre hinzog
- egal, wie alt man damals war
- egal, wie alt man heute ist, ob schwul, hetero, bi oder "ich weiß nicht"

Angebot:

- Information über die Gruppenarbeit
- Vorgespräche
- Organisierung des Zustandekommens von Selbsthilfegruppen
- Begleitung der Gruppen in der Anfangsphase
- Unterstützung bei späteren Problemen

Die Selbsthilfegruppen werden in der Anfangsphase begleitet, sie arbeiten dann aber selbstständig weiter. Wir geben für die Startphase eine Reihe von Gruppenregeln vor, da es freiwillige Gruppenvereinbarungen sind, sind die natürlich veränderlich. Die Gruppen sind im Prinzip nach dem Start geschlossene Gruppen, ihre Dauer schwankt meist um 1 -2 Jahre, es haben aber auch schon welche 5 -6 Jahre gearbeitet. Sowohl, wie lange sie bleiben, als auch was sie konkret bereden, ist die Entscheidung der jeweiligen Männer. Wir stehen aber selbstverständlich auch später zur Verfügung, wenn es irgendwelche Gründe gibt und die Gruppe wünscht, dass jemand von uns noch mal an einem Gruppenabend teilnimmt.

Männlichkeit und sexuelle Gewalt

Es gibt eine Reihe von Besonderheiten der Gruppenarbeit von Männern, die als Kind oder Jugendlicher sexueller Traumatisierung ausgesetzt waren. Diese hängen mit den beiden, diese Gruppe definierenden Faktoren zusammen, der sexuellen Traumatisierung und dem Geschlecht. Zur sexuellen Traumatisierung allgemein brauche ich in diesem Kontext nicht viel sagen, auf die Kategorie Geschlecht und die sich daraus ergebenden geschlechtsspezifischen Besonderheiten in der Traumaverarbeitung will ich hier etwas genauer eingehen.

Ich möchte Sie dazu noch mal zu einem Ausflug einladen, diesmal nicht zu einer Zeitreise, sondern gleichsam zu einer Reise zu einem unbekanntem Planeten. Oder genauer gesagt:

Unbekannt ist der Planet nicht, aber höchst rätselhaft für die meisten. Es geht um die spannenden Welten der Konstruktion von Männlichkeit: Wenn wir versuchen, uns der Frage zu nähern, was macht einen Mann zum Mann, oder auch, was ist männlich, tauchen die verschiedensten Begriffen aus den verschiedensten Kategorien auf. Der Planet Männlichkeit liegt hinter einem Nebel, den wir erst einmal durchqueren müssen. Da tauchen Begriffe auf wie: Stärke, Durchsetzungsvermögen, Rationalität, Coolheit, Ignoranz, Fußball, Autos, breite Oberkörper, besserer Zugang zu vielen Ressourcen, Machtgefälle gegenüber Frauen, Vergewaltigung, Unterdrückung, Krieg...

Wenn wir diese Begrifflichkeiten näher anschauen und sortieren, den Nebel also gleichsam durchfliegen zeichnet sich folgendes Bild ab: Es gibt drei Ebenen die miteinander verwoben sind:

- Männlichkeit ist eine Position im Geschlechterverhältnis
- Männlichkeit beinhaltet ein bestimmtes Verhalten
- Männlichkeit sind die Auswirkungen dieses Verhalten auf die Einzelnen und die Gesellschaft

Damit haben wir eine Hülle beschrieben. Gleichzeitig stellen wir fest, dass diese Hülle von Gruppe zu Gruppe unterschiedlich gefüllt wird: Ein Hooligan hat eine andere Vorstellung von Männlichkeit als ein Manager. Das wandelt sich auch im Laufe der Jahre. Trotz aller Unterschiede und Veränderbarkeit gibt es aber immer so etwas wie eine bestimmende Form, die hegemoniale Männlichkeit.

Zu dieser hegemonialen Männlichkeit zählt die Vorstellung, dass Männer keine Opfer sind.

Damit sind wir an einem grundsätzlichen Problem aller männlichen Opfer sexueller Traumatisierung angekommen. Wie läßt sich die Opfererfahrung mit den Anforderungen der hegemonialen Männlichkeit vereinbaren. Oder anders gefragt: Wie kann ich noch ein Mann sein / werden, wenn ich sexuell missbraucht wurde?

Nun ist es aber so, dass keineswegs alle Männer in allen Auseinandersetzungen Sieger sein können. Spätestens bei Auseinandersetzungen zwischen Männern muß es ja auch Verlierer geben. Es gibt also offensichtlich einen Unterschied zwischen eine Niederlage erleiden und Opfer sein und es braucht irgendeinen Trick, der ermöglicht Niederlagen in die Männlichkeit zu integrieren. Hier kommt die Vorstellung von Ehre hinzu: Entscheidend für die Wahrung der Männlichkeit ist, ob die männliche Ehre gewahrt bleibt. Wenn ein Mann mannhaft kämpft kann er auch mal verlieren. Wenn er heldenhaft bis zum Tode kämpft, gewinnt er sogar noch in seiner Männlichkeit, er wird ein Held. Wenn er das einzig vernünftige tut und vor einem übermächtigen Gegner flieht, ist er ein Feigling, ein Opfer, er verliert seine Männlichkeit. Das klingt jetzt vielleicht nach altgermanischen Kriegerkasten, ist aber nach wie vor Realität. Jede Niederlage ist ein potentieller Angriff auf meine Männlichkeit und um diesen Angriff abzuwehren ist ehrenhaftes, männliches Verhalten notwendig. Wenn ein Mann aber aufgibt, wird er zum unmännlichen Opfer und dieser Opferstatus bleibt am betreffenden oftmals kleben.

Insbesondere gilt und betrifft das sexuelle Gewalt: Ein Mann, der von einem anderen Mann vergewaltigt worden ist, z.B. im Krieg oder im Knast gilt nicht länger als männlich, sondern als schwul. Ohne es so formulieren zu können, weiß das die jeder Junge. Heterozentrismus

und Homophobie bilden eine für die betroffenen Jungen tödliche Melange.

Wenn sexuelle Gewalt gegen Jungen von Frauen ausgeübt wird, so stellt sie zwar auf andere Art, aber nicht minder einen Angriff auf die Männlichkeit dar: Die Überlegenheit des männlichen Geschlechts ist integraler Bestandteil der Vorstellungen von Männlichkeit. Opfer einer Frau geworden zu sein, kann in diesem Kontext also nur umgedeutet werden oder ein Beweis mangelnder Männlichkeit sein.

Für Jungen entwickelt sich also nach dem Erleben sexualisierter Gewalt eine zunehmende Diskrepanz zwischen den verinnerlichten Ansprüchen und dem Selbstempfinden.

Bewältigungsstrategien:

Ich möchte anhand von zwei bzw. vier Figuren verschiedene Möglichkeiten aufzeigen, wie Jungen oder Männer mit dieser Diskrepanz umgehen. Wie alle Typologisierung ist auch diese natürlich holzschnittartig. In der Realität geht es um verschiedene Anteile, die Typologisierung dient dem besseren Verständnis.

Der Rächer "Charles Bronson"

Ein ganzer Teil von Ihnen wird den Film "Spiel mir das Lied vom Tod" kennen. Ich fasse den für mich wichtigen Handlungsstrang noch mal kurz zusammen: Ein Junge wird schwer traumatisiert, er wird gezwungen seinen Vater, der am Galgen aufgeknüpft ist, dadurch zu halten, dass er unter ihm steht und der Vater auf seinen Schultern. Wenn der Junge zusammenbricht oder weggeht, stirbt der Vater. Schließlich stößt der Vater den Jungen weg, um die Situation zu beenden und stirbt so.

In der letzten Sequenz des Filmes erschießt der inzwischen Erwachsene Charles Bronson den Täter und reitet davon. Der traumatisierte Junge hat durch den Rachedanken seine Männlichkeit erhalten und durch die Umsetzung bestätigt.

Ein Mann ergibt sich nicht, er gibt sich nicht auf. Er igelt sich ein und wartet auf seine Chance. Und so bleibt er handelndes Subjekt, wird nicht auf den Objektstatus reduziert, selbst wenn es auf den ersten Blick von Außen anders aussieht. Diese Rachedanken, die Vorstellung "Wartet nur ab, eines Tages bin ich am Drücker" ist natürlich etwas, was es manchen erst möglich macht, zu überleben und anderen das Überleben erleichtert. Aber, je länger die Rache aufgeschoben werden muß, desto größer werden die Ohnmachtsgefühle und desto unrealistischer und phantastischer werden die Rachepläne. Die dabei entwickelten Allmächtsphantasien knüpfen nahtlos an das von vielen Traumaopfern geschlechtsunabhängig empfundene Gefühl von Einzigartigkeit an. Es entsteht eine gerade bei traumatisierten Männern häufig vorkommende Mischung aus Größenwahn und Minderwertigkeitsgefühlen.

Charles Bronson läuft gleichzeitig Gefahr, in dem Bestreben seine Männlichkeit unter Beweis zu stellen, selber zum Täter zu werden.

Ziemlich diametral entgegengesetzt gibt es die zweite Figur.

Der Looser "I-Aah"

Viele werden das Kinderbuch "Winnie der Puh" kennen. In ihm spielt der Esel "I-Aah" die

Rolle des ewiger Losers. Wenn irgend etwas schief geht trifft es garantiert ihn. Er rechnet selber damit und fügt sich resigniert. Als ich nach jemand gesucht habe, der die Gestalt des Losers verkörpert, habe ich auf diese Kinderbuchfigur zurückgreifen müssen, denn als Form von Männlichkeit existiert diese Figur überhaupt nicht.

I-Aah hat den Opferstatus verinnerlicht und als unveränderlich akzeptiert. Er geht sogar noch weiter nimmt ihn als identitätsstiftend. Diese Fähigkeit ist so paradox es klingt, etwas positives, denn dies ermöglicht ihm, sich selbst überhaupt zu definieren und so als Person zu überleben. I-Aah hat mit der Identifikation mit der Opferseite im Geschlechterverhältnis gleichsam die Seiten gewechselt. Leider ist das aber nicht ein bewußter, dekonstruktivistischer Prozess gewesen, um sein Handlungsrepertoire zu erweitern. Er gewinnt nur in den seltensten Fällen Zugang zu den "weiblichen" Ressourcen", wie emotionaler und sozialer Kompetenz. Er bleibt eben primär ein Looser, eine ziemlich traurige Gestalt.

Jemand wie I-Aah läuft ein erhöhtes Risiko, reviktimisiert zu werden, was ihn jedesmal erneut bestätigt. Er sabotiert unbewußt teilweise die Versuche, seine Situation zu ändern, denn sie bedrohen seine Identität als Opfer. Er ist zutiefst überzeugt, dass es niemand sonst so schlecht geht, wie ihm und hat sich so auch ein Stück Einzigartigkeit, etwas was er ist, geschaffen.

Wichtig finde ich zu bedenken, dass der Looser durchaus zu Aggression in der Lage ist. Um seine Einzigartigkeit zu verteidigen kann er durchaus zum militanten Opfer werden. Das kann sich nach innen richten in Form von Verbitterung und Zynismus oder nach Außen in Form von offener Aggression. Beiden Formen, sowohl dem aktiven, wie auch dem passiven Leiden ist gemeinsam, dass der Betreffende sich weigert, Verantwortung für sich selber zu übernehmen.

Zu den beiden anderen Figuren komme ich später noch. Spannend wird es jetzt bei der Frage, welchen Einfluß haben diese beiden verschiedenen Identitätsentwürfe aus dem Bewältigungsprozess für den späteren Traumaverarbeitungsprozess. Ich trenne diese beiden Prozesse so deutlich, denn leider liegen für Jungen bzw. Männer immer noch meistens Jahre zwischen Ihnen. Erst wenn es gelingt, die Struktur der Zweigeschlechtlichkeit und damit die hegemonialen Konstruktionen von Männlichkeit in Frage zu stellen, öffnen sich Räume, auch für Jungen, wo sie ihre Männlichkeit nicht unter Beweis stellen müssen. Und erst dann wird es einfacher, das Trauma zeitnaher zu verarbeiten und so eine Chronifizierung der Folgen zu vermeiden.

Ich will noch einmal betonen, dass diese Typologien nichts starres sind. Sie haben in verschiedenen Lebensphasen unterschiedliche Bedeutung. Und spannend ist ja vor allem, wie lassen sich die verschiedenen Figuren nutzen für eine Traumaverarbeitungsprozess.

Chancen und Probleme in der Verarbeitung des Traumas

In einer qualitativen Untersuchung zur geschlechtsspezifischen Bewältigung sexualisierter Gewalt hat Silke-Brigitta Gahleitner festgestellt, dass es für sexuell traumatisierte Jungen zunächst häufig notwendig zu sein scheint, die Gewalterfahrung durch besonders männliches Verhalten zu kompensieren. Später hat diese Fixierung allerdings für viele Männer destruktive Auswirkungen. Wenn es zu einer Aufarbeitung der erlebten sexualisierten Gewalt kommt, wird es daher bedeutsam, auch weiblich konnotierte Fähigkeiten (wie z.B. Affektorientierung, -differenzierung und -regulierung) zu erwerben. Für das Überleben nach dem Trauma scheint eine klare Geschlechtsidentität zunächst also

Sicherheit zu vermitteln. Zu einer erfolgreichen Verarbeitung braucht es jedoch eine gewisse Flexibilität in der Geschlechtsrolle und den Einsatz kognitiver (“männlicher”) und emotionaler (“weiblicher”) Bewältigungsstrategien.

Dies deckt sich mit unseren Erfahrungen. Gucken wir uns auf diesem Hintergrund also mal unsere zwei Protagonisten an. Beginnen wir mit Charles Bronson: Im Idealfall kommt die Figur in die Jahre (anders als der reale Schauspieler, der im Alter immer noch die gleichen Rollen gespielt hat). Dies kann z.B. allein dadurch geschehen, dass der betreffende Mann älter wird. Ein jugendlicher Mann muss seine Männlichkeit, seine Dazugehörigkeit ganz anders unter Beweis stellen, als ein 30-Jähriger. Jetzt gewinnt eine neue Figur an Einfluß, die ich hier vorstellen will:

Der Rebell ”James Dean”

- James Dean ist ein Rebell gegen die Vätergesellschaft.
- Er trägt irgendwo in sich tief verborgen einen Schmerz, wir wissen nicht genau um was es geht, aber merken, er leidet.
- Er sucht seine verlorenen Mutter.
- Und er stirbt auf tragische Weise und wird eigentlich erst nach seinem Tod so richtig als Held erkannt.

James Dean ist einerseits klar männlich, andererseits leidet er unter den Vorgaben der Männlichkeit der 50-er Jahre. Er sucht eine andere Art von Männlichkeit. Diese widerspricht den herrschenden Vorstellungen wahrscheinlich an einigen Punkten, stellt das Prinzip aber nicht in Frage. Das wären vielleicht auch etwas viel Erwartungen an das Hollywood der 50-er. Im Grunde seines Herzens ist der Rebell ein Reformier.

Wie die beiden anderen ist auch diese Figur einsam und einzigartig. Anders als Charles Bronson ist er aber verletzlich und zeigt es ansatzweise auch, anders als I-Aah kämpft er aber gegen die Verzweiflung und Ohnmacht. Und durch diesen Kampf kommt er aus dem Zustand des Objektseins heraus und gewinnt seine Subjekthaftigkeit und seine Männlichkeit wieder.

Der Wechsel von Charles Bronson zu James Dean bedeutet, die Beschränkungen zu spüren, die die Rolle auferlegt und zu versuchen sich von bestimmten Vorgaben zu befreien. So kann ein Raum entstehen, in dem es möglich wird, die Traumatisierung zu realisieren ggf. zu erinnern und sich der Traumaverarbeitung zuzuwenden. Wichtig ist für diese Männer dabei der Prozess der Annäherung an die Opferseite, das Zulassen von Gefühlen der Niederlage, der Schwäche. Dabei können “männliche” Eigenschaften durchaus von Nutzen sein: Die rationale Art kann die Erkenntnis erleichtern, dass es an emotionalen Fähigkeiten zu einer erfolgreichen Traumaverarbeitung fehlt. Disziplin hilft unter Umständen, kontinuierlich zu arbeiten. An die Fähigkeit Unangenehmes zu verdrängen, läßt sich in der Stabilisierungsphase der Traumaverarbeitung anknüpfen ...

Ein Blick auf I-Aah: Er hat wesentlich schlechtere Karten. Nicht nur hat er weniger Ressourcen, auf die er zurückgreifen kann, er sabotiert unbewußt auch die eigenen Versuche, etwas zu ändern. Für ihn liegt der Fokus ganz klar auf seiner Opfererfahrung und meist hat er nur die Möglichkeit der Umdefinierung als Überlebensleistung. Dies ist die vierte

Figur, die ich vorstellen will:

Der Survivor

Ein Überlebender hat definiert sich darüber, dass er überlebt hat. Dieses Überleben ist eine Leistung, ist Ausdruck von Stärke. Ein Überlebender hat etwas geschafft, was eigentlich unmöglich ist, er ist darin einzigartig und fast schon übermenschlich. Diese Eigenschaft ermöglicht es I-Aah natürlich wunderbar an seine eigenen Einzigartigkeitsvorstellungen anzuknüpfen. Die Leistung ist zugleich etwas, was als männlich begriffen wird. I-Aah erlebt hiermit u.U. das erste mal, dass er sich männlich verhalten hat. Durch die Umdefinierung seiner Erfahrung hat er eine Möglichkeit, den Objektstatus zu verlassen. Dieser Schritt ermöglicht es die bisherigen Beschränkungen zu durchbrechen. Nach und nach beginnt er weitere Situationen aus dieser neuen Perspektive zu betrachten und er beginnt, sich den Zugang zu seinen "männlichen" Ressourcen zu erschliessen. Oftmals ist das Voraussetzung zu erkennen, dass es zusätzliche "weibliche" Fähigkeiten braucht, für eine erfolgreiche Traumaverarbeitung. Diesen kann er sich jetzt annähern, weil seine "männliche" Überlebensleistung nicht in Frage gestellt ist. So wird ein Prozess möglich, in dem er vom Überleben zum Leben kommt. Die Gefahr für einen Survivor allerdings besteht darin, einerseits wie I-Aah seine Erfahrung für die allerschlimmste zu halten, andererseits wie Charles Bronson so zu tun, als hätte es ihm nichts ausgemacht und so die Verarbeitung des Traumas zu vermeiden.

Wir haben uns an diesen Beispielen bisher angeguckt, was für mögliche Bewältigungsstrategien es gibt und welche Entwicklungschancen in diesen stecken. Ich mache jetzt einen kleinen Sprung, überspringe die ganze Phase der Hilfesuche, der Entscheidung Therapie ja oder nein, Selbsthilfe ja oder nein und unterstelle einfach eine Reihe Männer, mit unterschiedlich starken Anteilen von diesen Figuren sitzt zusammen in einer Selbsthilfegruppe.

Entwicklungsmöglichkeiten in der Gruppenarbeit

Männergruppen sind nach den herrschende Vorstellungen von Männlichkeit eine ambivalente Sache. Als Bruderhorde, als Jungenclique, als Stammtisch sind sie gang und gebe zur Abwehr von Verunsicherungen und In-Fragestellungen. Gleichzeitig ist es aber so, dass ehrliches Reden über den Körper, über Sexualität, über persönliche Probleme eine Sache ist, die als weiblich gilt. Eine Männergruppe, die sich mit solchen Themen beschäftigt, hat einen Geruch von unmännlich, schwach, schwul.

Charles Bronson würde nie in eine Selbsthilfegruppe gehen, es sei denn, es wäre eine Vigilantengang, ein Zusammenschluß von Rächern. Erst nach der Transformation in James Dean ändert sich das. I-Aah wird vielleicht in einer Gruppe auftauchen, wenn aber der Prozess der Umdefinierung zum Survivor nicht schon begonnen hat, wird er schnell wieder verschwinden, denn andere Opfer mit ähnlich heftigen oder womöglich schlimmeren Erfahrungen begegnet er gerne mit Opferkonkurrenz, um seine Einzigartigkeit zu behalten. Aber auch, wenn also in einer Gruppe eher James Deans auf Survivors treffen, gibt es zwei grundsätzliche Tendenzen in jeder Gruppe:

- Hin zu einer etwas zivilisierteren Stammtischrunde, dem klassischen Männertreffen, in dem die Verunsicherung auch der eigenen Männlichkeit durch gegenseitige Bestätigung und Abwertung des "Außen" abgewehrt wird

- Oder in Richtung auf einen Rahmen, in dem herkömmliche Konzeptionen von Männlichkeit hinterfragt werden können und Raum für die Suche nach einem eigenen Weg ist.

Es gibt Gruppen, die sich klar der ersten Kategorie zuordnen lassen und andere, der zweiten. Die meisten pendeln zwischen beiden Extremen, manchmal wechselt der Charakter von Abend zu Abend. Um es klarzustellen: Auch die erste Art von Gruppe hat ihre Funktion: Sie kann wesentlich zur Stabilisierung der einzelnen beitragen. Problematisch ist es nur, wenn einzelne in der Gruppe etwas anderes wollen.

Typische Phasen der Selbsthilfegruppenarbeit

Ich möchte jetzt mal versuchen, aufzuzeigen, was so die in unseren Augen "normalen" aber wichtige Phasen am Anfang sind, die eine Selbsthilfegruppe betroffener Männer durchläuft und auch wo demzufolge die Probleme liegen.

Phase 1 : Das Entdecken der Gemeinsamkeit

- Erste beginnen vorsichtig zu erzählen
- Andere sind ermutigt, es ebenfalls zu tun, was die Ersteren bestätigt
- Erste beginnen Gefühle zuzulassen, zu zeigen
- Andere sind ermutigt, es ebenfalls zu tun, was die Ersteren bestätigt

Es gibt zum Glück bisher immer welche in der Gruppe, die den ersten Schritt machen und anfangen zu erzählen. Das geschieht meist sehr vorsichtig und bedeutet keineswegs, dass sie über die erlebte sexualisierte Gewalt erzählen. Oder wenn, dann höchstens am Rande. Es gibt die Befürchtung einiger Therapeuten oder Therapeutinnen, dass dieses Erzählen in der Selbsthilfegruppe retraumatisierend sein könnte. Ich habe das bisher nicht erlebt. Im Normalfall sind die Männer so extrem vorsichtig, dass es kaum dazu kommen kann. Von 13 Gruppen die ich anfänglich begleitet hatte, ist es nur einmal vorgekommen, dass ein Mann am Anfang geradezu losgesprudelt ist und die anderen mitgerissen hat. Später haben sie dann festgestellt, dass es ihnen im Grunde zu schnell war, von Retraumatisierung würde ich in diesem Zusammenhang aber nicht reden.

Was in dieser Phase prägend ist, ist für die allermeisten Männer, dass ihre Isolation aufgehoben ist. Ich meine, mensch muß sich das mal vorstellen: Ich habe die ganze Zeit gedacht, ich bin der einzige und dann allein zu diesem ersten Abend zu gehen und zu wissen, da treffe ich lauter andere Männer, denen das gleiche passiert ist..... Da kommt einiges zusammen: Freude, endlich andere zu treffen und Angst, weil die anderen auch von mir wissen, dass ich missbraucht worden bin. In dieser ersten Phase ist das Entdecken von Gemeinsamkeiten ganz klar das Bestimmende.

Leider geht diese schöne Zeit aber ziemlich schnell herum:

Phase 2: Unterschiede & Konflikte

- Nachlassen der Anfangseuphorie + Aufgeweichte Abwehr durch das Zulassen von

Gefühlen

- Wahrnehmung von Unterschieden + Die Unterschiede werden als Bedrohung empfunden
- Enttäuschung
- Die Wahrnehmung für Differenzen und unterschiedlichen Interessen wird geschärft + Angeschlagene Abwehr wird durch Aggression stabilisiert
- Konflikte

Durch die positive Erfahrung ist die normale Abwehr und Verteidigungsstellung aufgeweicht worden. Wenn jetzt die Anfangseuphorie nachläßt, werden verstärkt auch Unterschiede bemerkt. Oftmals werden diese Unterschiede als Bedrohung empfunden, denn sie bedrohen ja auch in der Tat das tolle aber auch unrealistische Gemeinsamkeitsgefühl vom Anfang. Die Enttäuschung, die so entsteht, ist eine der ersten Hürden und das ist teilweise schon lange vor dem ersten offenen Konflikt. Es steigen an diesem Punkt immer wieder Männer aus.

Für die, die weiter machen ist das ganze aber noch nicht zu Ende. So wie es vorhin eine Spirale hin zum Reden und Sich Zeigen gegeben hat, so gibt es jetzt eine in eine andere Richtung: Je mehr ich enttäuscht bin, desto mehr nehme ich Differenzen wahr und gleichzeitig muß ich versuchen, in dieser kritischen Situation meine angeschlagene Abwehr wieder her zu stellen. Bei einigen geschieht das durch Aggression gegenüber den anderen. Selbst wenn es nicht dazu kommt, müssen für die unterschiedlichen Interessen Einigung erzielt werden. Dieser sich hier abzeichnende Konflikt ist ein entscheidender. Hier entscheidet sich oft, welche Tendenz innerhalb der Gruppe bestimmend wird: Die männerbündische oder die verändernde. Hier kann u.U. auch das entstehen, was von anderen Kritikern der Selbsthilfe allen Gruppen unterstellt wird, dass sie nämlich die Gruppenmitglieder auf eine Opferidentität festlegen oder in den Figuren zu sprechen eine Survivoridentität. Ich habe dies zwar bisher nur einmal ansatzweise erlebt, die Gefahr besteht aber nichts desto trotz.

Ein konstruktiver Umgang mit Widersprüchen innerhalb der Gruppe ist oftmals Voraussetzung dafür, perspektivisch die eigenen Opfer- und Täteranteile zu integrieren. Über die Erkenntnis, dass andere Männer in der SHG keineswegs immer nur "gut und lieb" sind, sondern durchaus auch bedrohlich sein und verletzen können, beginnt sich im Idealfall das starre Schwarz-Weiß-Denken zu lösen: Jeder Mensch kann verschieden handeln, ist sowohl zu Zuneigung wie zu Aggression fähig. Wenn es dann das erste mal passiert, dass ein anderer mich selber als bedrohlich oder verletzend empfindet, wird es spannend: Erkläre ich den anderen für zu empfindlich oder akzeptiere ich ihn und sein Empfinden und damit, dass ich offensichtlich verschiedene Seiten habe und nicht nur "gut" bin. Interessant ist, dass sowohl James Dean als auch der Survivor an diesem Punkt Probleme haben: James Dean muß lernen, dass er nicht nur für "die Bösen" gefährlich wirkt, sondern auch "den Guten" Angst macht. Der Survivor muß lernen zu seinen nicht wahrgenommenen Aggressionen stehen. In diesem Prozess wird es im Idealfall möglich zu lernen mit den eigenen Widersprüchlichkeiten umzugehen, eine Voraussetzung für die Integration der verschiedenen Anteile.

Ich möchte an diesem Punkt Schluß machen. Die Prozesse differenzieren sich immer weiter aus und es würde den Rahmen sprengen zu versuchen, diese zu erfassen.

Ich möchte lieber zuletzt noch einmal einen Sprung machen, raus aus der Abstraktion, hin zu

konkreten Männern, indem ich mit einem Gedicht eines betroffenen Mannes schließe, das in meinen Augen verdeutlicht, dass es sehr wohl möglich ist, nach sexueller Traumatisierung aus dem immer präsenten Horror eine Erinnerung an die Vergangenheit zu machen:

Farben des Lichts

Es gibt Momente,
da fühle ich mich groß.
In mir ist ein Brausen und Schwellen.
Es tanzt und singt, gluckst und lacht.
Ich könnte vor Freude meine Brustkorb weit öffnen,
und alle Welt in mich aufnehmen
und mit ihr dieses Glück gemeinsam fühlen.

Es gibt Momente,
die kann ich nicht fassen.
Sie sind unbeschreibbar schön.
Ich spüre deine Wärme
und gleichzeitig habe ich eine Gänsehaut.
Das fühlt sich so klein und zart an,
und ist doch so umfassend und riesengroß.

Es gibt Momente,
da sehe ich diese Gesichter.
So voller Zerstörung und Schmerz,
so hoffnungslos und verzweifelt.

Und da weiß ich,
woher ich komme -
und womit ich mich niemals abfinden werde.

Es gibt Momente,
da ist alles still.
So eine tiefe Ruhe, so eine endlose Weite,
Frieden.
Ich treibe durch den Raum,
satt und rund vor stillem Glück.
Und am Horizont steht dunkelgelb und groß der Mond.

Es gibt Momente,
da bin ich eins mit vielen.
Wir sind auf der Straße,
du bist neben mir und du auf der anderen Seite.
Vor uns, hinter uns, die anderen.
Ich spüre eure Kraft, sie trägt mich.
Wir tragen uns.
Zusammen können wir die Welt aus den Angeln heben.

Es gibt Momente,
da bin ich eine Katze.
Ich spüre mich mit jeder Faser.
Ich springe über die Dächer,
lande auf allen Vieren auf dem Asphalt,

federe leicht ein.

Ich sauge gierig die Nachtluft ein,
sie schmeckt nach Abenteuer.

Es gibt Momente,
da bin ich verzaubert.

Ich höre das Trompeten der Kraniche im Morgennebel über dem Moor.

Ich sehe die feinen Verästelungen der Tropfsteine tief unter der Erde.

Ich schmecke das kalte, klare Wasser aus türkis leuchtenden Gumpen in einer Schlucht im
Gebirge.

Ich rieche den Schnee in der frischen Luft an einem klaren Wintermorgen.

Ich spüre das ruhige Auf und Ab der großen Wellen, im kleinen Boot, draußen auf dem Meer.

Ich fühle den Wind auf dem Berg meine Haut streicheln und die Sonne sie wärmen.

Nein, ich habe noch nicht genug.

Ich habe Lust auf Leben.

Hannes