

Transkription „Franceska“

1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
13
14
15
16
17
18
19
20
21
22
23
24
25
26
27
28
29
30
31
32
33
34
35
36
37

Hallo Francesca. Ich freue mich, dass Du zum Interview gekommen bist. Ich finde es sehr nett von Dir, dass Du Dich dafür zur Verfügung stellst. Es geht in meiner Diplomarbeit um Copingstrategien, die sexuell missbrauchte Frauen entwickelt haben. Die erste Frage an Dich, ist eine ganz Allgemeine. Was ist für Dich eine Traumatisierung?

Eine Traumatisierung ist für mich ein Schock. Ein Schockerlebnis.

Und wie sieht dieses Schockerlebnis für Dich aus? Wie würdest Du dies beschreiben?

Dann bleib ich mal bei dem Thema Deiner Diplomarbeit. Jemand fasst mich jetzt an, gegen meinen Willen und ich bin, wenn ich mich jetzt nicht wehre. Erst merke ich gar nicht, was mit mir geschieht. Ich bin sozusagen im Schock und erst danach wird mir bewusst – uhh- und das ist mir unangenehm und ich bin nicht in der Lage das zu sagen, dass mir das unangenehm ist. Ja, ich bin sozusagen in einen Schockzustand. Und lebe Jahre ganz normal, so meine ich das zumindest, und dann mal 10, 15 Jahre später kommt das dann wieder hoch aus dem Unterbewusstsein und dann will es aufgearbeitet werden, was ich da erlebt habe.

Und was sind für Dich Copingstrategien / Bewältigungsstrategien? Wie würdest Du das definieren?

Ich versuche es jetzt ganz Allgemein, ohne meinen Kenntnisstand aus dem Studium. Mmmh – es ist der Weg, wie ich es verarbeite oder aufarbeite.

Okay. Ja, Du bist ja sexuell missbraucht worden. Magst Du kurz beschreiben, was damals war oder wer das war, was passiert ist. Ganz kurz.

Also, ganz kurz, dass war mein Stiefvater. Ich war 6 / 7 Jahre alt, als es angefangen hat und 18 / 19 als ich von zu Hause ausgezogen bin und wenn ich mal nach Hause gekommen bin, so zum Wochenende, ich hab, so sehe ich mich jetzt, viel idealisiert. Ich dachte meine Eltern sind ganz lieb und nett. Ja und wenn ich dann mal im Keller war, wir hatten zu Hause so einen Partykeller, dann hat mein Stiefvater das noch weiter versucht, wie mir in die Bluse gegriffen und solche netten Dinge. Ja und mit 14 ½ Jahren bin ich von ihm anal vergewaltigt worden.

Ja, Du hast gesagt, es hat mit 6 / 7 Jahren begonnen. Hat sich das dann bis zum 19. Lebensjahr durchgezogen?

Ja und zwar waren das so Sachen, wenn ich im Badezimmer war, mich irgendwie waschen wollte, Zähneputzen, ja, und was Du als Kind halt so machst. Ja und ich durfte nicht die Tür zumachen, er war sozusagen mein Stamm- / Dauergast. Ich sag jetzt mal ein bisschen ordinär: Er hat mich beglotzt. Ähh ja und meine Mutter, die war auf der Hauptpost in XY beschäftigt und hat Nachtdienst gemacht und er hat das sozusagen, dass weiß ich jetzt als

38 Beispiel für viele, ausgenutzt, wenn sie nicht da war, meine Geschwister im Bett. Er hat sich
39 neben mir ins Bett gelegt und ähh, heute würde ich ihn „und tschüss“ rausschmeißen, doch
40 damals war ich nicht in der Lage dazu und hat angefangen mich zu Befummeln. Ja und beim
41 Gute-Nacht-Sagen, dass war bei uns zu Hause so „Gute Nacht, Mama“, „Gute Nacht Papa“.
42 Ja und ich musste ihn dann immer einen Kuss geben und das wollte ich gar nicht und er hat
43 mich dann immer zum Zungenkuss gezwungen und da hatte ich Jahre noch später, war
44 längst verheiratet. Zungenkuss – wähh – pfui Teufel!

45 **Du sagst ja, dass es ein so großer Zeitraum war – zwischen 6 und 19 Jahren. Was**
46 **geschah da mit Dir? Das muss sich doch irgendwie an Deiner Entwicklung,**
47 **Persönlichkeit ausgewirkt haben?**

48 Ja, ich war leicht zu manipulieren von jeden und allem von meiner Umgebung. Ich hab, so
49 sage ich jetzt, nur funktioniert. Ja und eigenen Willen oder eigene Grenzen, so was kannte
50 ich gar nicht. Und ich habe alles gemacht, damit man mich überhaupt lieb hatte und meiner
51 Mutter und meinen Stiefvater zu gefallen. Und ich hab dieses Schema - ich vergleich es mal
52 mit den Rindern auf der Weide, so wie ein Brandzeichen bekommen – wenn ich mich mit
53 meinen Körper – Körper, Seele, Geist - zur Verfügung stelle, dann hat man mich lieb und da
54 meine ich jetzt speziell meinen Stiefvater damit. Und das hat auch noch später in meiner Ehe
55 gedauert, bis ich mal kapiert habe, ich muss mich nicht unbedingt zur Verfügung stellen. Ich
56 bin auch als Mensch liebenswert.

57 **Kannst Du Dich irgendwie als Kind bzw. Jugendliche vor und nach dem Missbrauch**
58 **beschreiben? Also, wie Du vor den 6. Lebensjahr warst und danach?**

59 Also, davor. Ich beschreib mich mal anhand von Fotos. Ich war ein ganz normales Kind, ich
60 erlebe ich das auf den Fotos. Ich war bis zum 4. Lebensjahr bei Pflegeeltern. Meine Mutter
61 musste arbeiten. Sie hatte meinen Vater noch während der Schwangerschaft verlassen. Ich
62 war – so empfinde ich das von den Fotos her – ruhig, ausgeglichen, neugierig. Auf den
63 Bildern hatte ich schon so Tanzkleidchen an, weil – ich tanz heut noch sehr gerne. Ja, viel
64 mit Tieren bin ich auf Bildern zu sehen und auch wie so, scheine Theater zu spielen, was ich
65 heut auch noch sehr gerne mache und als dann der Missbrauch begann, ja von Gesicht her.
66 Also ich beschreib das jetzt weiter anhand von Fotos. Ja, so in mich gekehrt und von Gesicht
67 her so, als ob ich da etwas hinunterschlucke. So, wenn ich gerade was gegessen hab, ich
68 schluck was runter, aber mich darf niemand ansprechen, also ich mach das alles mit mir
69 alleine ab. Nach dem jetzt auf sexuellen Missbrauch bezogenen Muster – mir glaub ja doch
70 keiner, also mache ich es mit mir alleine ab – nach diesem Muster. Teilweise wirkte ich auch
71 schon für ein Kind ziemlich erwachsen, ja so ziemlich erwachsen. Ja, ich musste immer viel
72 mit meiner Schwester und meinen Bruder losgehen, dass hat mich auch immer gestört. Ja,
73 ich musste viel Verantwortung, dass bezeichne ich jetzt auch als eine Folge des
74 Missbrauchs oder damit zusammenhängend, ich musste immer sehr viel Verantwortung

75 übernehmen. Also, angesichts Sachen, die meine Mutter, was Aufgaben meiner Mutter
76 gewesen wäre, dass musste ich übernehmen.

77 **Also, ein richtiger Mutterersatz.**

78 Ja, so ungefähr.

79 **Und wie hast Du das selber wahrgenommen? Du hast das jetzt mehr anhand von
80 Fotos beschrieben. Kannst Du da auch was dazu sagen?**

81 Ja, dann gehe ich jetzt mal an die Pubertät, da erinnere ich mich so schwach daran. Mich
82 durfte niemand ansprechen. Wenn nur jemand auch nur „Hallo Francesca!“ gemacht hat
83 oder nur „Hi, wie geht’s?“, dann habe ich sofort Panik gekriegt. Ich hatte Scheu vor
84 Menschen, obwohl ich schon immer gerne mit Leuten zusammen war. Ich liebte es Kontakte
85 zu haben. Die hatte ich aber während meiner Kindheit und Jugend so gar nicht, dass kam
86 erst später. Und als Jugendliche, für mich gibt’s so eine Art Jugendfreund und das hat mein
87 Stiefvater auch vereitelt. So irgendwie Verehrer durfte ich gar nicht haben, so nach dem
88 Motto: „Der könnte ja etwas erfahren und was wissen!“ Deswegen wurde da gleich ein Riegel
89 vorgeschoben. Und Freundinnen. Ja, da erlebte ich meine Mutter als sehr inkongruent, nicht
90 schlüssig. Andererseits hat sie gesagt, ja geh doch mal weg, unternimm doch mal was mit
91 einer Freundin. Sie hat mich auch angemeldet hier in XY zur CVJM, dass ich dann im
92 Nachhinein sehr gerne in Anspruch genommen habe. Also, später kam das dann. Weg von
93 zu Hause, da war ich schon fast erwachsen, mich hat’s von zu Hause weggetrieben. Ja und
94 andererseits, dass kann ich mir noch gut vorstellen, als ich dann so 13, 14, 15 ,16 war, wenn
95 ich mal mit einer Freundin was machen wollte oder ein Mädchen, dass meine Freundin hätte
96 werden wollen. Ja, dann hatte meine Mutter gesagt: „Ja Du hast ja noch was zu Hause zu
97 tun und Du hast zwei Geschwister, da musst Du auch mal dran denken!“

98 **Wie bist Du eigentlich allgemein mit der Situation umgegangen? Wenn Du zwischen
99 Deinem 6. und 19. Lebensjahr missbraucht wurdest – warst Du dann ständig auf der
100 Flucht vor Deinen Stiefvater? Hast Du ihn versucht zu meiden?**

101 Also, meinen Stiefvater habe ich gemieden wie die Pest. Ich hab versucht, da war ich 17 / 18
102 Jahre, meiner Mutter das zu sagen. Sie hat mir natürlich nicht geglaubt. Da ist in mir was
103 zerbrochen. Das ist wieder noch eine andere Geschichte. Ja, dann hat sie ihn auch zur Rede
104 gestellt. Natürlich kam dann „Wie kommst Du den darauf. Ich fass doch Deine Tochter nicht
105 an!“ – so nach dem Motto „Die spinnt!“. Und wie ich von den früheren Jahren, ja, ich erinnere
106 mich aufgrund der Therapie, dass ich es weiß, dass sie es mitbekommen hat. Ja, ich hab ja
107 wie viele andere auch reagiert – mir glaubt ja doch keiner! Es bringt ja doch nichts! Also halte
108 ich meinen Mund und sage gar nichts. Das hat dann später dazu geführt, dass ich teilweise
109 verstockt war, so als verstockt galt und ja, dass ist heute noch die Folge, dass ich oftmals
110 meinen Mund halte, obwohl ich was sagen sollte, so, daran habe ich heute noch daran zu

111 arbeiten, dass weiß ich jetzt. Ja, dass hat dann auch die Folge gehabt, dass Männer oder
112 Jungs ein rotes Tuch waren.

113 **Wie hast Du dann eigentlich Deinen jetzigen Mann kennen gelernt?**

114 Denn habe ich nach einer Silvesterfete durch meinen Schwager kennen gelernt.

115 **Und dann hat`s gleich gefunkt?**

116 Nenenene. Ich habe ihn erst gar nicht ausstehen können. Sozusagen: Liebe auf dem
117 zweiten Blick! Und jetzt ist in der Diskussion zwischen uns, meinen Mann und mir. Er hat
118 sich eine andere Franceska gekauft bei der Heirat, als die was er jetzt hat.

119 **Wie meint er das? Positiv oder Negativ?**

120 Also im Großen und Ganzen positiv. Ich war leichter handhabbarer als wir geheiratet haben,
121 auch eine Folge des Missbrauches. Ich war auch durch ihn leichter manipulierbar. Das steht
122 auch in meinen netten Skript „Leben“ was ich Dir heute auch mitgebracht habe. Er hat es
123 zweimal, er hat es einmal geschafft mich zu manipulieren, als ich mich beruflich verändern
124 wollte, Kunst studieren wollte. Er hat zum Beispiel gesagt, entweder Du machst - ich sag`s
125 jetzt mal krass: Du machst diese Scheiße oder es ist aus zwischen uns. Ich hatte natürlich
126 Angst gekriegt, auch eine Folge, wie gesagt, eine Folge des Missbrauchs. Als Vergleich
127 dazu, vor drei Jahren, als ich mich entschieden habe, jetzt das Studium zu machen, hat er es
128 wieder versucht und dann habe ich gesagt: dann geh nur – auf Wiedersehen! Und das finde
129 ich, ist eine Folge der Aufarbeitung, das er das jetzt nicht mehr geschafft hat. Er muss sich
130 jetzt immer noch teilweise daran gewöhnen, dass ich jetzt auch sage was ich denke und was
131 ich will und was ich nicht will. Und wie gesagt, daran habe ich noch zu arbeiten und das
132 mache ich in der Kur.

133 **Du hast jetzt schon ein paar Mal erwähnt, dass Du manipulativer bist. Hat sich Deine
134 Persönlichkeit auch noch anders verändert, außer in der Hinsicht, was Du bis jetzt
135 aufgezählt hast? Oder war das schon alles, was Dir dazu einfällt?**

136 Ich bin jetzt aufgrund der Aufarbeitung lebendiger geworden. Ich hab in großen und ganzen
137 die Scheu vor den Menschen verloren. Wenn ich in den Arm genommen werde, kann ich das
138 erwidern, ohne dass ich gleich die Panik kriege. Ich bin dabei einigermaßen eine Beziehung
139 zu meinem Körper zu kriegen. Meinen Körper konnte ich mal überhaupt nicht sehen. Das was
140 ich sehen konnte war mein Gesicht, selbst das war mir noch zu hässlich. Ich hatte
141 ursprünglich mal größere Brüste und aufgrund der Magersucht, die ich mit 17 / 18 bekam,
142 also eine Folge der Verdrängung des Missbrauches. Inzwischen sage ich, es wäre nicht
143 schlecht ein bisschen mehr zu haben. Das ist das was mir einfällt. Ich überlege. Ja, und was
144 sich geändert hat, nach meiner ersten Krebserkrankung vor sechs Jahren, seitdem kann ich
145 das Thema loslassen. Ich bin nicht mehr daraus aus, dass alles und jeden erzählen zu
146 müssen. Ja, und ich kann auch loslassen, dass mit meiner Mutter. Die ist ja auch so ein
147 Aspekt für sexuellen Missbrauch, dass die Mutter das weiß und mitkriegt. Mh, ja, das kann

148 ich jetzt nachvollziehen. Denn, wenn sie mir geholfen hätte, dann hätte sie ihren eigenen
149 Mist ansehen müssen. Ich weiß jetzt aufgrund der Therapie, dass ich selbst ein Kind einer
150 Vergewaltigung bin. Das hätte dann bedeutet, hätte sie mir geholfen, hätte sie ihre eigene
151 Story anschauen müssen. Und auch unter diesen Aspekt auch, durch die Kraft, die ich dort
152 erfahren habe, durch die fernöstliche Philosophie kann ich, verstehe ich sie jetzt. Das hat
153 allerdings Jahre gedauert bis ich dahinkam, wo ich jetzt bin. Das ist das was mir jetzt aus
154 den Bauch so einfällt, was sich verändert hat.

155 **Ganz grob zusammengefasst: Du warst magersüchtig und hast jetzt Krebs. Meinst Du,**
156 **ob dass auch damit zusammenhängt? Kannst Du Dir das vorstellen?**

157 Ja, ich kann mir das vorstellen. Ja, ich hab insgesamt fünf Familienseminare nach Hellinger
158 besucht. Viermal habe ich aufgestellt und einmal habe ich meine Mutter begleitet. Viele
159 haben auch gesagt: Leistung, dass sie auch mitgekommen ist. Ich weiß jetzt nach der
160 Familienaufstellung, was ich sehr gut nachvollziehen kann für mich, dass der Missbrauch
161 aufgrund eines Missverhältnisses zwischen meiner Mutter und meinen Stiefvater entstanden
162 ist. Und ich erwähnte ja schon, dass ich faktisch und auch so reell keine Beziehung zu
163 meiner Mutter habe. Ich beschäftige mich auch viel mit der Literatur von Rüdiger Deike, dass
164 kann ich auch gut nachvollziehen. Krebs – Mammakarzinom – hat ja mit Mutterprobleme,
165 entweder selbst, dass Du Probleme hast, Mutter zu sein oder zu werden oder dass Du keine
166 hast, keine Beziehung und Du denkst, ja so ist es nur mir ergangen, nur mir passiert das.
167 Warum ich? Die einzige! So denke ich natürlich jetzt nicht mehr. Ich war allerdings so drauf.
168 Ich hab vieles so in mich hineingefressen und deswegen konnte sich da auch was bilden.
169 Und nach den erstenmal vor sechs Jahren, ja wo das rausgeschnitten wurde, so bezeichne
170 ich das jetzt, ja da haben sie den Missbrauch da rausgeschnitten.

171 **Das ist ja eine ziemlich krasse Geschichte, was Du bis jetzt erlebt hast. Wie hast Du es**
172 **geschafft das ganze zu bearbeiten, zu bewältigen. Wie sah der Bewältigungsprozess**
173 **bei Dir aus? Die Copingstrategien?**

174 Also, speziell auf dem Missbrauch bezogen. Ich hab 94 angefangen in Einzeltherapie dies
175 aufzuarbeiten. Ich hatte 1987 generell angefangen Therapie zu machen und das waren die
176 Allgemeinsymptome und irgendwann so Ende 94 kam das dann hoch, dann habe ich mich
177 angemeldet, habe Kontakt aufgenommen zu einer Frauengruppe im Frauentreff in der XY-
178 Straße und dort war ich ein Jahr in dieser Frauengruppe. Ich war erst mal ganz platt, dass da
179 noch welche waren, die es auch so geht wie mir. Danach hab ich dann, irgendwann war mir
180 das mit der Gruppe zu blöd, ich fühlte mich da nicht mehr gut aufgehoben, hab ich bei einen
181 Psychotherapeuten in Einzeltherapie, also das war in XY richtig aufgearbeitet. Mein Mann
182 hat mich während dieser Zeit begleitet. Ich hatte natürlich auch die Angst, mmh, wenn er das
183 jetzt erfährt, dass mein Stiefvater mich schon mal angefasst hat und so, dann sagt er und
184 tschüss, dass hat er nicht gemacht. Und als er mich dann abholt hat, ja dann sah das

185 immer von den Therapiesitzungen sah das dann so aus, dass ich manchmal nicht in der
186 Lage war alleine zu gehen oder zu denken und so. Und dann wieder ein Jahr später hab ich
187 dann wieder das erste Familienseminar gemacht nach Bernd Hellinger, ich hab aufgestellt
188 und ja und ich konnte dann so nachvollziehen, wie es dann so kam. Meine Mutter hatte
189 meinen Vater noch während der Schwangerschaft verlassen und so. Ja, dann hatte sie
190 meinen Stiefvater kennen gelernt, dass hat jetzt nichts mit dem Bewältigungsprozess zu tun,
191 merke ich gerade. Familienseminar nach Hellinger habe ich gemacht. Ah! 94, fällt mir noch
192 ein. Mein Mann hatte uns die Videokassette gekauft von Tina Turner „What's love got to do
193 with it“. Ich wusste da schon, dass er Fan von der Musik und Tina Turner war, aber ich hatte
194 bis dahin absolut keine Ahnung was das für eine Spitzenfrau ist. Ich hab dann mit ihm
195 zusammen diesen Film geguckt und in diesem Film, da erkannte ich vieles wieder. So als
196 ihre Kindheit dargestellt wurde, die Beziehung zu ihrer Mutter, wie sie sich überhaupt so
197 entwickelt hat und wie sie sich aus der Krise, als sie sich von diesen Ike trennte, ja
198 sozusagen, wie ein Phönix aus der Asche auferstanden ist. Ja, dass war für mich so ein
199 Ansporn nach dem Motto: Was die Frau kann, kann ich auch, das kann ich schon lange. Und
200 seitdem ist sie mir auch ein Vorbild. Sie spornt mich sozusagen an. Ja, nach dem Jahr in XY
201 hab ich Familienseminare gemacht. Dann, ich hab aufgeschrieben. „Trotz allem“ habe ich
202 gelesen und „Verbündete“ auch von Ellen Bass, ich glaub nur von Ellen Bass und der
203 Abschluss, dass hört sich jetzt etwas eigenartig an. Der richtige Abschluss, der Aufarbeitung
204 des Missbrauchs, dass war die erste Krebserkrankung vor sechs Jahren.

205 **Und warum?**

206 Ich bezeichne das so, bis dahin hab ich immer versucht eine Lösung zu finden. Ja, wie krieg
207 ich das mit meiner Mutter in den Griff, wie rede ich mit ihr. Ich wollte sie auch mal mit den
208 Taten konfrontieren, von meinen Stiefvater. Ja, und ich wollte sie immer fragen, warum sie
209 mir nicht geholfen hat. Ich hab´s nicht verstanden. Es tat mir ziemlich weh und hab das auch
210 jahrelang, wie so ein Paket mit mir rumgetragen. Ja, meinen Stiefvater, ja den wollte ich
211 immer nur im Knast sehen oder tot. Ja, am allerwichtigsten war mir meine Mutter, sie war für
212 mich mein alles und ich wollte das mit ihr zusammen abschließen. Doch, irgendwann wusste
213 ich, durfte ich dann erfahren, ja, das ist gar nicht möglich, das ist gar nicht machbar und das
214 die Therapeutin in den einen Familienseminar Recht hatte, wenn ich mit meiner Mama reden
215 möchtest, vernünftig, das geht nicht, das ist nicht möglich. Ja und ich hab dann meinen
216 Mann teilweise genervt, sag ich jetzt mal so selbstkritisch. Aber ich wollte irgendjemanden
217 haben, der mir einen Tipp gibt, um an meine Mutter richtig ranzukommen. Ja im April 2000,
218 schon 1998 hab ich festgestellt, da ist ein Knoten in meiner Brust – auch die Folge des
219 Missbrauches. Meine Ärztin, meine damalige, sagte, da ist nichts. Ich hab das dann natürlich
220 hingenommen, so nach dem Motto: Mir wurde was gesagt, dann sag ich auch nichts. Ich
221 hatte dann 2000 den Frauenarzt gewechselt und dann mein Frauenarzt, der hat mich

222 untersucht und ich sagte auch: da ist was. Ja und dann war da wirklich was. Ich kam dann
223 ins Krankenhaus und das wurde mir dann rausgeschnitten per OP und das betrachte ich als
224 richtigen Abschluss meiner Aufarbeitung.

225 **Dann wurde Dir sozusagen der Missbrauch rausgeschnitten.**

226 Richtig!

227 **Du erwähntest sehr viel professionelle Hilfe, den Psychotherapeuten, die Bücher, die**
228 **Du gelesen hast. Hast Du auch noch etwas anderes zur Bewältigung gehabt, z. B. das**
229 **Du Deinen Glauben an Gott verstärkt hast, in Sport reingestürzt hast. So, wie eine**
230 **andere Richtung, als die professionelle Hilfe?**

231 Als Jugendliche habe ich gemalt. Ich war schon immer offen für die Natur. Ja, Tiere, Hunde,
232 Katzen. Das war so, dass ich dort einen Gegenpol gesucht habe und auch gefunden habe.
233 Und so den richtigen Kick, ja das habe ich schon erwähnt, der Film von Tina Turner und ich
234 hab 1990, meine Freundin, da in XY kennen gelernt und durch sie bin ich an die
235 fernöstlichen Philosophien überhaupt gekommen. Ich zuletzt war voller Rache- und
236 Hassgefühle gegenüber meiner Mutter, meinen Stiefvater und Schwiegereltern, die habe ich
237 auch verteufelt zu der Zeit und X sagte zu mir, erzählte von ihrer Mutter und von ihr wusste
238 ich auch, dass sie in der Schweiz aufgewachsen ist und ihre Mutter ist geschieden und war
239 und ist immer noch mit einen chinesischen Arzt befreundet. Und hat mir gesagt: Es ist
240 schade, dass Du nicht verzeihen kannst, dass Du so denkst! Hier, lies Dir das mal durch und
241 hat mir so buddhistische Schriften gegeben. Ja, was eine Ressource, fällt mir grad so ein,
242 von mir schon immer war, war meine Neugierde, dass ich alles Wissen und entdecken
243 wollte. Dann habe ich mir diese Sachen durchgelesen und ja, meine Neugierde war geweckt
244 und hab mich dann noch weiter damit beschäftigt und während der Fortbildung zur
245 kommunalen Frauenbeauftragten in XY habe ich auch eine Buddhistin kennen gelernt und
246 mit ihr bin ich auch zu buddhistischen Treffen / Versammlungen gegangen und hab da auch
247 teilweise in die Sachen reingeguckt. Das war ungefähr der Zeitpunkt, als ich auf Jostein
248 Gaarder „Sofies Welt“ aufmerksam geworden bin, dass habe ich auch gelesen und hab das
249 dann verglichen und indirekt sag ich mal, ist die Religion eine Kraftquelle gewesen und
250 teilweise immer noch. Ich hab mich dann mit den Religionen auseinandergesetzt und ja,
251 dass wir alle gar nicht so verschieden voneinander sind und wenn die unter sich gekannt
252 hätten, hätten die sich super gut verstanden. Die Auseinandersetzung mit der Religion, war
253 sozusagen, sozialarbeiterisch ausgedrückt, eine Ressource.

254 **Möchtest Du noch etwas ergänzen dazu? Zu Deinen Bewältigungsprozess? Oder war**
255 **das für Dich alles?**

256 Ich hab jetzt. Ich überleg noch. Ich hab jetzt im Großen und Ganzen alles gesagt. Ja.

257 **Ich denke, Dein Mann wird Dir auch geholfen haben?**

258 Mmmh, ja. Er hat mir sehr geholfen, als das dann hochkam, dass war so im Sommer 95.

259 **Du hattest es ja verdrängt?**

260 Ja. Er wunderte sich dann, warum ich weine und überhaupt nicht wieder aufhöre. Und dann
261 habe ich ihn gesagt, dass ich Angst habe – das ich Angst habe von ihm verurteilt zu werden,
262 wenn er jetzt erfährt, was mein Stiefvater mit mir gemacht hat. Dann sagte er so: Was hat
263 den Dein Stiefvater mit Dir gemacht? Dann habe ich das gesagt. Dann wunderte ich mich:
264 Der bleibt ja da, der geht überhaupt nicht weg. Ich fühlte mich, wie viele Frauen auch, ich
265 fühlte mich schuldig für das was geschehen ist, weil ich das zugelassen hatte. Und da
266 musste ich auch in der Therapie, also die wichtigste Copingstrategie war die professionelle
267 Hilfe, die ich hatte.

268 **Für Dich persönlich war das, das Wichtigste?**

269 Mmh, das war ein Strang und dann noch mein Mann und meine Freundinnen, die ich hatte
270 und auch immer noch habe. Ich sehe auch eine Parallele zu Tina Turner, ich erinnere mich
271 gerade, in den Film wird auch dargestellt, wie ihre Freundinnen sie darauf aufmerksam
272 machen, auf diese buddhistischen Versammlungen da und sie durch ihre Freundinnen, ihren
273 Weg ins Leben zurückfindet.

274 **Würdest Du Dich als traumatisiert bezeichnen?**

275 Ja, als Polytraumatisiert. „Poly“ heißt ja viel und ich hab mehrere Traumata. Auf dem
276 Missbrauch bezogen, ja von 6/7 bis 18/19 und 14 ½ Jahren, wo mein Stiefvater mich
277 vergewaltigt, anal vergewaltigt hat.

278 **Du differenzierst Deine Erfahrungen auf zwei Arten von Missbrauch?**

279 Ja. Ich weiß, aufgrund meiner Therapieerfahrung. Also, Missbrauch fängt ja schon an, wie
280 ich es ja schon vorhin erwähnt hatte, wenn ich im Badezimmer bin und ich mich waschen
281 will, kommt der Täter rein und glotzt es an. Ja und gut, die Vergewaltigung ist auch
282 Missbrauch, ich sag mal es ist ein bisschen schwierig, schwerer Missbrauch als nur
283 anglotzen. Ja und nur kurz, aber es gehört irgendwie dazu, dass Traumata mit meiner
284 Mutter. Ich selbst bin ein Kind einer Vergewaltigung, das habe ich in der Therapie
285 herausgearbeitet. Meine Mutter hat mich nach der Geburt gleich zur Adoption frei geben
286 wollen, dass sie mir mal selber erzählt und das hat sie dann doch irgendwie nicht gemacht.
287 Sie hat mich dann weinen gehört und hat mich sozusagen zurückgeholt. Dann ist sie gleich
288 nach meiner Geburt arbeiten gegangen und hat mich weggegeben zu Pflegeeltern, dort hatte
289 ich es sehr gut, ich denke noch sehr gerne an die beiden zurück. Nur ich hab das Trauma
290 viele Jahre gehabt, Angst verlassen zu werden, insbesondere von meiner Mutter.

291 **Ja, Bindungsfähigkeit.**

292 Ja, die hab ich nun gar nicht.

293 **Ja, der Missbrauch und das mit Deiner Mutter. Hast Du noch mehr Traumata, weil Du**
294 **vorhin erwähntest, Du hast mehrere.**

295 Ich überlege. Das reicht ja eigentlich schon. Ja, ich hab zu meiner Psychotherapeutin
296 gesagt: Die ganze bunte Palette, was hätten sie den gerne?

297 **Wie lange hast Du Therapie gemacht?**

298 13 Jahre.

299 **Und ist es jetzt für Dich abgeschlossen?**

300 Ja, es ist abgeschlossen. Ich merke jetzt, bedingt durch meine jetzige dritte
301 Krebserkrankung, ja gut, es hängt zusammen und auch durch das Studium, da sind noch so
302 ein paar Sachen, an denen ich zu Arbeiten habe und das werde ich jetzt in Reha machen.

303 **Wirst Du auch in der Reha psychologisch betreut?**

304 Ja.

305 **Das ist ja gut, dann kannst Du das alles verbinden. Du hast vorhin mal erwähnt, dass**
306 **Du nicht wegen des Missbrauches in Therapie gegangen bist, sondern wegen anderer**
307 **Symptome. War das jetzt die Magersucht oder gab es da auch noch was anderes?**

308 Ne, das war an und für sich allgemein und indirekt bezeichne ich das auch als Auswirkungen
309 des Missbrauchs. Ich hatte überhaupt keine Selbstvertrauen, kein Selbstwertgefühl. Ich sag
310 es so als Beispiel, wenn mein Mann und ich so weg waren in der Disko, dann musste er
311 immer mit aufs Klo. Ja, nicht auf's Klo, aber er ist immer vorne stehen geblieben. Er war
312 sozusagen die Begleitung. Ich hatte immer Angst mich alleine zu bewegen, weil ich Angst
313 hatte – es ist alles so schrecklich und da kommt gleich einer und holt mich weg. Ich hab mir
314 überhaupt nichts zugetraut. Ich hab mir immer Versicherungen in Führungsstrichen oder
315 Absicherungen bei anderen geholt. Ja und ich war ziemlich depressiv, so nach dem Motto
316 ich Arme! Mmh, ja und ich hab auch einen Selbstmordversuch hinter mir, das war schon
317 viele Jahre vorher. 1985. Ich bin anderen Menschen sozusagen immer hinterher gekrochen,
318 sag ich auch in Führungsstrichen. Ich hab immer darauf geachtet anderen zu gefallen,
319 doch mir selber zu gefallen, auf die Idee bin ich noch gar nicht gekommen. Das ist das und
320 ja, der Auslöser war nach unserer Hochzeit, mein Mann und ich haben 1986 standesamtlich
321 geheiratet und 1987 kirchlich und danach wollten wir beide ein Kind haben. Und dann hat der
322 Frauenarzt, der damalige aus XY hat zu mir gesagt, also er rät davon ab, bei mir bestünde
323 die Gefahr einer Schwangerschaftsneurose. Da habe ich erst mal geschluckt und geheult.
324 Heute verstehe ich das, heute sage ich er hat recht, nur damals zu den Zeitpunkt, ja und
325 damals hatte ich einen ziemlich guten Kontakt zu einer Schwester von meinem Mann und die
326 hat auch angefangen, Therapie zu machen in der Beratungsstelle in der Kirche in XY. Da bin
327 ich einfach mal hingegangen, weil X mir das empfohlen hat und ich bin ja nicht darauf
328 gekommen, das selber zu entscheiden, sondern weil X mir das empfohlen hat. Ja, und dann
329 habe ich angefangen an den Symptomen – mangelndes Selbstwertgefühl, kein
330 Selbstvertrauen, Depressionen und „die anderen sind schuld nur ich nicht, alle anderen sind
331 böse“ zu arbeiten. Das hat ja sieben Jahre gedauert bis das mit dem Missbrauch wieder

332 hoch kam und jetzt sag ich, die Symptome, die ich beschrieben habe sind indirekte
333 Auswirkungen des Missbrauchs und auch die Tatsache, dass mir mein Frauenarzt damals
334 abgeraten hat von einem eigenen Kind.

335 **Und der Suizidversuch? Wie hat sich der entwickelt? Aus der Depressivität heraus,
336 die Du erwähnt hast?**

337 Aus der Depressivität. Ich fang mal ein Jahr früher an. Ich war in X auf Lehrgang, ich hab Dir
338 ja schon mal erzählt, ich hab ja ursprünglich Verwaltungsfachangestellte gelernt. Ja und ich
339 war Bürosachbearbeiterin für das Gebührenwesen und ich war auf Lehrgang in X bei der
340 Bundesgrenzschutzschule und hab aus damaliger Sicht einen ziemlich gut aussehenden
341 Menschen kennen gelernt in den ich mich sofort Hals über Kopf verliebt habe und er sich
342 auch in mich. Ja und wir haben uns auch besucht. Er einmal mich und ich ihn in X. Ja und
343 dann hat er, heute weiß ich, dass Männer so sind, damals habe ich es nicht verstanden, hat
344 er vorgeschlagen, dass wir Freunde bleiben mögen, so eine Beziehung, die Entfernung, das
345 ist zuviel. Heute würde ich das verstehen, aber damals war das ein ziemlicher Schock. Ich
346 hab gedacht, er mag mich nicht. Ja und ich hab diese Marotte von meiner Mutter, dass weiß
347 ich heute ein bisschen besser als damals, versuchen, zu retten, was zu retten ist und die hab
348 ich damals auch ausgelebt. Und ich bin dann sozusagen nach X gefahren und hab damals
349 auch viel mit meiner damaligen Freundin aus X über diese Geschichte gesprochen und wir
350 haben dann so im Scherz, heute würde ich sagen, er hatte Recht, also er hat mir das Übel
351 genommen. Ich hab ihn dann am Telefon gesagt: Ich bin schwanger, um ihn zu gewinnen.
352 Heute würde ich sagen, der Mensch hatte Recht, nur damals wollte ich ihn gewinnen. Ja,
353 dann stellte sich heraus, ich bin, er hat dann auch Geld überwiesen für eine Abtreibung und
354 meine Freundin und ich wollten dann eine Sause davon machen. So nach dem Motto: Das
355 ist die Rache, wenn er schon nicht mit Dir geht, dann eben halt so. Und er ist dann dahinter
356 gekommen, klar wollte er das Geld zurück haben. Er war auch einverstanden damit, das in
357 Raten zurückzukriegen, denn X und ich hatten das ja schon ein bisschen auf den Kopf
358 gehauen. Ja, dann bin ich trotzdem noch mal nach X gefahren, weil ich wollte ja alles tun
359 und um ihn zu gewinnen und zu haben. Er hat dann gesagt: Nein mit uns wird das nichts.
360 Dann habe ich gefragt, ob ich wenigstens übernachten darf, ich hatte ja richtig Angst und
361 Schiss vor Dunkelheit, langer Weg und so. Dann hat er mir die Tür vor der Nase zugeknallt
362 und ich bin dann zurückgefahren, zurückgestiegen in den Zug und hab dann meine damalige
363 Brieffreundin in X angerufen und die hat dann gesagt: Du kannst kommen, Du kannst bei uns
364 übernachten. Und auf dieser Fahrt von X nach X, da habe ich mich dann aus den Zug
365 stürzen wollen. Also, wie gesagt, heute würde ich sagen, der Mensch hatte Recht, ja das war
366 damals völlig unnötig, nicht nötig und so. Und damals war das halt so und ich hatte den Griff
367 schon so in der Hand, so nach dem Motto: Dann ist das alles halt so vorbei. Mich will
368 sowieso keiner und so. Ja, dann hat eine Stimme zu mir gesagt: Francesca – irgendwie aus

369 der Luft oder so – Francesca, tu es nicht Du wirst noch gebraucht! Heute sage ich, die
370 Stimme hatte Recht und hat mich damals von dem Versuch mich selbst zu töten abgehalten.

371 **Zum Glück! Ja, jetzt kommen wir zu dem Bereich der Sozialen Arbeit. Wenn Du Dich**
372 **einen professionellen Helfer anvertraust, was brauchst Du, um Deine Geschichte**
373 **erzählen zu können und welche Gefühle hast Du dabei, wenn Du das erzählst?**

374 Ich gehe immer nach meinen Bauchgefühl. Wenn das zum Beispiel sagt: Mmh, Vorsicht!
375 dann mache ich es nicht. Da fange ich dann auch an zu stottern. Wenn das Bauchgefühl, so
376 ich brauch Sicherheit, so es muss mir Sicherheit vermitteln. Ja und was ich mir wünsche,
377 auch wenn das nicht immer möglich ist, das sie Zeit haben und mir zuhören. Und nicht
378 sagen, was redest Du da – und so ähnlich klingen, wie meine Mutter, was ich vorhin schon
379 beschrieben habe.

380 **Das er Dir nicht glaubt?**

381 Ja und mich nicht als das nimmt, was ich bin.

382 **Du hast jetzt gesagt, dass er Zeit hat, Dir zuhört, dass er Dir glaubt und was würdest**
383 **Du Dir jetzt speziell von der Sozialen Arbeit wünschen? Wenn Du jetzt einen**
384 **Sozialarbeiter hättest, der Dir helfen würde. Also, was der mit Dir machen soll?**
385 **Beratungsgespräche, Begleitung im Falle einer Anzeige usw.?**

386 An die Beratungsgespräche, ich denk jetzt an die Gespräche in der Gruppe in der Xstraße
387 hatte, die zuhören, Zeit für mich haben und jetzt im Fall einer Anzeige, mich begleiten und
388 nicht allein lassen.

389 **Würdest Du einen Sozialarbeiter zutrauen, dass er mit schwer traumatisierten**
390 **Menschen umgeht?**

391 Ja, jetzt mit dem Hintergrund des Studiums, sage ich, mmh die Sozialarbeiter, der
392 Sozialarbeiter, Sozialarbeiterin sollte selbst Sattelfest sein, sollte sich nicht selbst in der
393 Aufarbeitung befinden.

394 **Du studierst ja jetzt auch selbst Sozialarbeit. Hängt das mit dem Missbrauch**
395 **zusammen, dass Du jetzt auf diesen umgeschwenkt bist?**

396 Ich würde sagen, dass hängt indirekt damit zusammen. Ich möchte meine Erfahrungen
397 entsprechend an andere weitergeben. Ich habe ja den Wunsch mit Kindern krebskranker
398 Eltern zusammenzuarbeiten oder mein Lieblingsgebiet Krankenhaussozialarbeit im
399 Kinderkrankenhaus, so was ich nicht machen würde, mit sexuell Missbrauchten oder
400 vergewaltigten Frauen und ich würde auch nicht in der Psychiatrie arbeiten wollen. Sexuell
401 missbrauchte, vergewaltigte Frauen, zu einen, weil ich selbst betroffen bin und ich das dann
402 irgendwie für mich selber machen würde und das ist nicht gut, da würde ich die
403 professionelle Distanz nicht wahren können und so verhält es sich auch ähnlich zu dem
404 Thema psychisch kranke Menschen, weil eben die eine Schwägerin von mir ist psychisch

405 krank. Wie gesagt indirekte Auswirkung, dass ich meine Erfahrung an jemanden anderes
406 weiter geben will, aber ich muss auch genug Abstand zu den Thema haben können.

407 **Wir nehmen jetzt mal an, Du arbeitest in einen Kinderkrankenhaus und Du triffst jetzt**
408 **auf ein Kind, das missbraucht worden ist. Was würdest Du tun? Würdest Du mit dem**
409 **Kind arbeiten oder würdest Du den Fall abgeben?**

410 Also, da würde ich erst mal auf die Situation schauen und wenn ich merke, das geht mir zu
411 nah, dass ich so Sachen von mir selber wieder erkenne, würde ich den Fall abgeben.

412 **Das klingt sehr vernünftig.**

413 Das hat Jahre gebraucht, bis dahin gekommen bin. Ich wollte vor 10 Jahren, 10, 11 Jahre ist
414 das jetzt her, als ich sozusagen in der inneren Aufarbeitung war, habe ich den Wunsch
415 gehabt, auch dieses Studium anzufangen und ich hatte den Wunsch mit vergewaltigten
416 Frauen zu arbeiten. Das weiß ich jetzt, dass wäre nicht gut gegangen. Das wäre in die Hose
417 gegangen, ich wäre gar nicht so weit erst gekommen, wie Du und ich. Wir sind jetzt Ende
418 des 4. Semesters. Du wärst jetzt im 4. Semester, aber ich nicht.

419 **Ich bin jetzt mit meinen Fragen fertig. Hast Du noch irgendwelche Ergänzungen, was**
420 **Du noch hinzufügen möchtest? Fällt Dir noch ein wichtiger Aspekt ein, was noch**
421 **fehlt?**

422 Im Großen und Ganzen habe ich alles gesagt. Die Ergänzungen sind halt, wenn Du
423 irgendwelche Fragen hast, wenn ich wieder weg bin, in mein Skript reingucken.

424 **Dann sage ich vielen Dank für Deine Offenheit.**