

## **Berufswege - Berufsbrüche – Berufswünsche**

Wir möchten mit der Veröffentlichung dieser fünf Texte einen vernachlässigten Aspekt über die Auswirkungen sexueller Gewalt thematisieren. Nämlich: Welche Zusammenhänge bestehen zwischen der sexuellen Gewalterfahrung und Berufswegen, Berufsbrüchen aber auch Berufswünschen und Fähigkeiten betroffener Frauen?

Bereits Anfang der 90er Jahre fanden im Rahmen der Selbsthilfearbeit von Wildwasser Austauschtreffen zu dieser Thematik im Frauenladen von Wildwasser statt. Seit 2005 bieten Wildwasser und KOBRA in Kooperation regelmäßig Workshops für betroffene Frauen an, in denen sich diese zu den Folgen der sexuellen Gewalterfahrung auf ihren beruflichen Werdegang austauschen können.

Mit den nachfolgenden Texten kommen einige betroffene Frauen zu Wort. Die Texte demonstrieren unterschiedliche Interpretationen ihrer persönlichen Zusammenhänge zwischen der erlebten sexuellen Gewalterfahrung und ihrer beruflichen Entwicklung sowie ihrer Ressourcen und Bewältigungsstrategien. Einige Autorinnen wünschen sich eine anonyme Veröffentlichung. Dies verdeutlicht, welcher Schweigedruck weiterhin auf Betroffenen lastet bzw. welche (berechtigten) Ängste mit dem Erkennen der Person verbunden sind. Auch mit den öffentlichen Bildern und ihrem stigmatisierenden Charakter wollen die Autorinnen nicht identifiziert werden.

Es liegt uns sehr daran, betroffene Frauen und Männer sowie deren Partner\_innen, Freund\_innen und Angehörige anzusprechen und zur Reflexion zu ermutigen. Wir hoffen, dass das eigene Erkennen in den Aussagen anderer Betroffener zur Entlastung von Schuldzuweisungen aufgrund vermeintlichen Versagens führt. Ebenso wünschen wir uns, dass mit der Lektüre dazu angeregt werden kann, eigene Bedürfnisse in dieser Arbeitswelt, Wertvorstellungen und Ressourcen ausfindig zu machen und somit individuelle sowie kollektive Auswege für sich zu entdecken.

### **Verzeichnis der Texte**

Greensleeves:	Das Ende meiner Träume, S. 2
R.B.:	Bewerbung als Krisenmanagerin, S. 5
Trudie:	Berufswegbrüche, S. 9
Brigitte Hauschild:	Endlich angekommen, S. 16
Gisela Medzeg:	Am Anfang steht der Machtmissbrauch - Über Berufsbrüche als Folge von sexueller Gewalt, S. 22

**Das Ende meiner Träume  
Für Coyote, der einen Stein wieder ins Rollen brachte  
Von greensleeves**

Gebannt starre ich auf den Monitor. Das denkt Coyote? Coyote sitzt hunderte von Kilometern weit weg und ich frage ihn Löcher in den Bauch. Die Antworten gefallen mir nicht. Ich maile ihm von einer missglückten Reise mit meinem Vater. Seine Antwort ist Tacheles. Und er entschuldigt sich auch noch dafür, dass er so was über meinen Pa schreibt.

ALLE MÄNNER müssen einer Meinung sein. ALLE MÄNNER sind gleich. So habe ich es tief in mir abgespeichert. Bloß nicht daran rühren, zu gefährlich, daran zu zweifeln. Auch wenn ein Teil von mir nie wahrhaben wollte, dass es so ist. Als Kind schimpfte ich oft: Dann gehe ich lieber ins Kloster! Und ich träumte von einer anderen weniger (frauen-)feindlichen Welt.

Und dieser weit entfernte rüdige Köter schreibt mir Sachen, die mein Weltbild zum Einstürzen bringen. Die Welt ist nicht so? Hätte ich bloß nicht gefragt! Aber die Gelegenheit war zu günstig. Und ich will es wissen. Ich habe so sehr davon geträumt. Und nun habe ich den Salat. Und mir fällt kein Grund ein, warum mich Coyote in diesen virtuellen Weiten anlügen sollte.

Ich kann nicht mehr! Ich brauche Hilfe, stecke in einer Sackgasse: Ich und meine Diplom-Arbeit.

Therapeutensuche - ein Mann muss her. Ein Selbsttest! Was wird passieren? Wie sind Männer? Eine Ausnahme und ich habe meinen Vater widerlegt. Sein für mich unschlagbares Argument: Ich als Mädchen könne das nicht verstehen. Bei Männern, die offensichtlich anders handelten als er. Ja, aber im Unterbewusstsein sind sie genauso. Alle gleich! Ich habe ihn dafür gehasst, dass es für mich als Mädchen keine Chance gab, ihm ebenbürtig zu sein und seine Gedanken zu verstehen.

Die Suche ist mühsam. Verzweiflung! Endlich ein Termin. Meine Angst erschlägt mich! Ich kann sie ihm nicht sagen, dann liefere ich mich selbst ans Messer. Ich weiß, dass ich mich gegen ihn nicht wehren könnte, mein einziger Vorteil: Er weiß das nicht.

Krise! Krisenintervention. Ich bin entsetzt, als ich auf dem Essenstablett das Wort „Psychiatrie“ lese. Mir passiert das?! Ich komme nicht mehr hinterher. Ich soll Angst vor Männern haben. Die spinnen doch! Und trotzdem klappt vor meinem geistigen Auge ein Bild nach dem anderen auf.

Alleine in ein Taxi steigen? Niemals! Die quälenden Fahrstunden. Eine stagnierende Diplomarbeit und ein Betreuer alleine in seinem Büro. Ich werde von unbändiger Angst befallen, wenn sich ein Handwerker ankündigt. Ich könnte die Liste fortsetzen.

Das ist der rote Faden meiner oft diffusen Angst.

**ICH HABE ANGST VOR MÄNNERN!**

Ich stecke in der Endphase meines Ingenieursstudiums. Ich bin umzingelt von Männern. Ich stecke in der Falle und jetzt weiß ich es. Die Angst hat einen Namen gekriegt und das macht es nicht leichter.

Gedankenfetzen in meinem Kopf – nicht neu, doch auf einmal sehr präsent. Die Bilder werden klarer, emotionaler. Ich habe sämtliche Missbrauchsszenen, die ich jemals in Filmen gesehen oder gelesen habe, gespeichert. Ein wandelndes Lexikon.

Aber wieso kann ich in einzelne Szenen einsteigen? Wieso verändern sie sich, werden zu meinen? Ich beginne, eine körperliche Last zu spüren. Beweissuche! Ich vergleiche einzelne Sequenzen mit der Realität, suche nach alten Tapetenspuren im Flur. Parallel träume ich von Rettung. Ich will das loswerden! Was hat das zu bedeuten? Neugierde! Mein Forschergeist erwacht. Nur dumm, dass ich das Versuchskaninchen bin.

Und die Forschung brachte mir doch kein Glück, wenn nicht gar den Untergang. Eine vermaledeite Szene: Ein Mädchen, erhitzt, mit sich beschäftigt, heftig masturbierend. Die Tür öffnet sich. Erwischt! Unbehagen! Ein erwartungsvoller Blick des Kindes. Neugierde! Was kommt jetzt? Die Mutter schimpft immer, wenn sie sie ertappt. Es ist nicht die Mutter. Es gibt keine Schimpfe. Ihr fehlen danach die Worte.

In der Therapie plätschern die Stunden dahin. Kein Wort von meinem inneren Chaos. Manchmal gebe ich mich Tagträumen hin. Das 1. Vorgespräch: Ich druckste vor mich hin, faselte von einem Problem mit

Männern. Ich weiß nicht, was ich noch von mir gab, doch es führte zu der Frage nach sexuellem Missbrauch. Boah, er ist ein Gott.

Nee, viel später kriegte ich raus, dass er von dem Dialog nichts mehr wusste. Doch ich malte mir aus, wie es hätte weitergehen können. Ein kindlicher Traum von Rettung, der wahr wird und dann noch von einem Mann. Kaum auszuhalten schön. Der Tagtraum erfüllt mich mit tiefer Glückseligkeit.

Stattdessen gefangen in Angst. Schweigen! Ich kann die Angst riechen. Widerliche katzenartige Angst! Ich wage mich keinen Millimeter vorwärts, kann aber auch nicht mehr zurück. Zuviel jagt durch meinen Kopf.

Ich will diese verdammte, vermaledeite Last loswerden. Ich werde leichter. Die Last bleibt, lässt sich nicht abschütteln, die Bilder bleiben.

Ein tiefer Absturz in Magersucht und selbstverletzendes Verhalten. Klinik! Wie ein Zuhause. Ich fühle mich geborgen und wohl – in einer Institution! Schon als Kind sehnte ich mich in ein Krankenhaus, überlegte, was ich tun müsse, damit ich dorthin komme. Und nun war es passiert. Gehörte das zusammen?

Danach weiter Therapie. Mittlerweile prangt eine große Lücke in meinem Lebenslauf. Dabei hatte ich mal so gut im Rennen gelegen. Doch nun war ich lange krank gewesen, studierte schon ewig nicht mehr richtig. Doch mühsam arbeitete ich mich vorwärts. Ich beendete mein Studium. Diplom-Ingenieurin. STOLZ! Ich weiß jetzt, dass ich nicht auf einer Baustelle arbeiten will. Es zieht mich in die Forschung. Ich will den Dingen auf den Grund gehen. Zweifel! Habe ich noch eine Chance? Ich bin im 17. Semester. Ich habe schon ein Forschungsprojekt – meine Therapie. Ein Selbstversuch: Sind Ärzte, die ein Medikament an sich testen zutiefst verzweifelt oder sehr von sich überzeugt? Dämliches Experiment! Wird ein Mann meine Grenzen wahren? Kann er mich – eine Frau – verstehen? Er wahrt meine Grenzen, manchmal denke ich, er hat ein besseres Gefühl für meine Grenzen als ich.

Manchmal bemerke ich seine Bestürzung, wenn ich etwas erzähle. Und ich beginne zu fühlen, dass er mir nichts tun wird. Der Schmerz ist unglaublich. Rasierklingen auf Haut sind dagegen harmlos. In mir hüte ich diese Erkenntnis wie einen Schatz.

Ich schaffe es, einen Doktorvater zu finden. Trotzdem scheitert das Projekt. Ich bin mit dem Forschungsprojekt meines Lebens noch nicht fertig. Doch der Versuch fühlt sich richtig an. Ich mache in der Zeit viele gute Erfahrungen, probiere viel Neues aus.

Ich unterrichte viel, um meine Dissertation zu finanzieren. Die Kinder tun mir gut. Sie spiegeln mir, was sie wahrnehmen. Ich muss Grenzen setzen und Konflikte klären – soziales Kompetenztraining. Ich übernehme Verantwortung. Ich wachse an meinen Aufgaben. Ich fühle mich erwachsen. Hui!

Meine Therapie kann ich beenden. Viel Geld, über 8000€ hat sie mich gekostet. Dazu kommt noch das Geld für viele, viele Sitzungen in einer Selbsthilfegruppe. Ob das für die Dissertation gereicht hätte? Ich habe nie verstanden, wie ich mit den von der Krankenkasse bewilligten Stunden hätte klarkommen sollen. Und ab einem bestimmten Punkt wollte ich auch nicht mehr stationär Therapie machen: Das Leben ist draußen! Doch ich bereue es nicht. Es war eine gute Ausgabe. Überlebenswichtig!

Ich konnte das Schweigen nicht brechen, aber wir einigten uns auf ein Kapitel „Missbrauch“, was auch immer das bedeutet. Es reicht mir so. Mehr kann ich nicht. Ich bin „clean“. Kein Hungern, kein Ritzen! Ein gelungener Status quo, obwohl das klingt, als bliebe ich auf der Stelle stehen. Das will ich nicht! Das Leben ist nicht mehr so harte Arbeit. Die Welt fühlt sich nicht mehr so feindlich an, ich habe rausgekriegt, es gibt Menschen, die mir helfen wollen. Die Bilder verschonen mich.

Ein Buchprojekt wird an mich herangetragen. Alte Träume werden wach. Erzählen! Last loswerden! Das Projekt zieht mich an wie ein Magnet und gleichzeitig macht es mir Angst. Kann ich das? Ich will mitmachen. Ich sage zu. Ich beginne nach dem roten Faden zu suchen. Ich bemerke, ich beschwöre das Chaos wieder herauf. Ich weiß nicht, wie ich das Bild in mir bewahren soll, dass es Männer gibt, die mir nichts tun. Ich habe nun Kontakt zu anderen missbrauchten Frauen. Für mich fühlt es sich an, als wäre ich umgeben von Frauen, die glauben, alle Männer sind Schweine. Durch ihren Protest erahne ich, dass es mein Bild ist – mein tief verwurzelt Bild. Es hilft mir auch nicht, dass mir mein Freund etwas anderes vorlebt. Eine Nummer zu groß für mich. Ein neuer Therapeut muss her.

Ich finde nach mühevoller und belastender Suche einen. Er hält sich penibel an alle Regeln, die ich kenne. Wie es sich wohl anfühlt, wenn ich ihm das vorlese? Ich habe damit nicht alles erzählt, aber es

wäre ein Anfang, ich könnte es ausfüllen, mit dem was ich nur zwischen den Zeilen geschrieben habe. Ich kann rauskriegen, was es zu bedeuten hat. Ich weiß jetzt, dass ich dann nicht am Ende meiner Träume bin. Er wird mich nicht retten, das muss ich selber tun. Die Arbeit fängt dann erst richtig an. Schwerstarbeit! Die Therapie ist notwendig für mich zum Überleben, den ich spüre schon wieder die Zerstörungswut in mir aufkeimen – ich brauche sie einfach um zurechtzukommen, um meinen (Berufs-)weg weiter zu gestalten. Ich habe mir diesen Teil nicht ausgesucht, aber er gehört zu meinem Leben dazu. Es wird mich wieder viel Zeit, Mut, Energie und Kraft kosten. Ich werde dafür keine Zeugnisse und Referenzen kriegen und trotzdem habe ich sie getan. Mein Lebenslauf ist nicht rund und exakt und wird es auch nie sein, aber es ist meiner!

Wie wird es weitergehen, wenn ich den Mut habe, es in der Therapie vorzulesen? Keine Ahnung, es wird der Beginn eines neuen Kapitels sein. Ich habe auf jeden Fall schon einen neuen Traum: In meinem Leben noch eine Doktorarbeit verfassen.

### **Epilog**

Ich habe vorgelesen. Die Arbeit geht weiter.

## Bewerbung als Krisenmanagerin

Von R.B.

Sehr geehrte Damen und Herren,

gerne bewerbe ich mich auf die einzurichtende Stelle als Krisenmanagerin.

Seit meinem vierten Lebensjahr beschäftige ich mich wissentlich mit der Bewältigung von emotionalen Katastrophen, Brüchen und Inkongruenzen und habe mich über mehrere Jahrzehnte leidenschaftlich mit Ursachenforschung und mit der Entwicklung handlungsorientierter und konstruktiver Lösungsansätze auseinander gesetzt. Leben, Lebens-Gestaltung aber auch Überleben sind mir aus meiner eigenen Geschichte heraus ein wichtiges Anliegen.

Bereits zu damaliger Zeit habe ich mich sehr für die Interaktion in sozialen Gruppen interessiert. Meine Themen waren insbesondere: misslingende Kommunikation, Missachtung und Übergriffe, grobe Pannen im Spannungsfeld zwischen Humor und Peinlichkeit, Desinteresse und destruktiver Zynismus im Umgang mit anderen Menschen. Dies alles konnte ich bereits bei verwandtschaftlichen Begegnungen und im nahen Umfeld gut studieren: Zum einen habe ich Strategien im Umgang mit bindungsungeübten, kriegsüberlebenden, bedürfnislosen, systemangepassten Sammel-Süchtigen entwickelt. Zum anderen sind mir auch Wirtschaftswundertrittbrettfahrer mit ausgeprägter Verantwortungsvermeidung sehr wohl bekannt.

Konstruktive Problemlösungen dieser beiden an sich schwachen Fraktionen oder gar eine Überwindung angelegter Gegensätze habe ich nicht erlebt, mich aber selbst in der Erprobung von Strategien bis zur Erschöpfung engagiert.

Aus diesen familiären Zusammenhängen heraus bringe ich null brauchbare Botschaften für ein eigenständiges Leben mit, was mich abwechselnd stocksauer und depressiv macht. Diese fehlende Basis hat bei mir immerhin zur Entwicklung verschiedener methodischer Kompetenzen geführt, die mich für das Überleben in chaotischen, destruktiven und haltlosen oder auch überstrukturierten Situationen prädestinieren. Z.B. kann ich Dinge, Menschen, Situationen hervorragend ausblenden und selbstlos Ziele im Sinne einer größeren Ordnung ansteuern und planen, da ich eigene Bedürfnisse kaum kenne und von daher hintenan stelle.

Ich arbeite im täglichen Selbststudium an Überlebenskompetenz um mich an jedem Ort auf der Welt zu Hause fühlen zu können, autark von irgendwelchen Umgebungs-Reizen. Um mich in dieser Abgrenzungstaktik fit zu halten, fahre ich in weiten Abständen in mein Elternhaus und stelle mich dem dort herrschenden entsetzlichen Chaos. Das setzt sich zusammen aus einer alles betreffenden Ohnmacht, einem vollgestopften Haus, engen und unreflektierten Gesprächen, unklaren Prioritäten und insgesamt einer Vergeudung von Intelligenz und Ressourcen. Ich widerstehe noch heute meinem Zusammenbruch vor Ort, dem Ausbruch einer Riesentrauer angesichts so viel spürbarer realer Unfähigkeit und Lähmung und auch dem Wunsch, das Haus mitsamt den Bewohnern in Brand zu setzen oder in die Luft zu sprengen.

Ich habe gelernt, mich der Gesellschaft sowohl privat als auch beruflich emotional zu entziehen und zu verweigern. Das wiederum macht mich stark und widerstandsfähig für eine pragmatische Aufgabenerledigung und radikale Ansichten, die keine langwierigen Diskussionen sondern Entscheidungen und Handlungen zur Folge haben und die ich gerne bei Ihnen als Krisenmanagerin beruflich einsetzen möchte.

Besonderes engagiere ich mich für die Bewältigung in einer von Übergriffigkeit und emotionaler, geistiger, sozialer Vernachlässigung geprägten, sinnleeren Atmosphäre, die kenne ich selber am Besten.

Berufsbezogen habe ich mich seit meiner ersten öffentlichen Auftritte zum Beispiel im Kindergarten oder auf dem Campingplatz an der Ostsee in soziale Themen eingefühlt. Da bereits habe ich jede Grenzverletzung registriert und mich über eigene Belange hinaus vor allem für Minderheiten und soziale

Randgruppen eingesetzt und mich, wenn schon nicht für mich selber, zumindest für andere immer stark, solidarisch und hilfsbereit gezeigt. So habe ich bereits zu dieser Kindergartenzeit neben privater nun auch öffentlich-gesellschaftliche strukturelle Gewalt und Grausamkeiten seitens Erwachsener allgemein, seitens der Erzieher wie auch anderer Kinder gut kennenlernen können und meinen Horizont an Negativerlebnissen schnell erweitern können.

Daraus hat sich ein Drang zu professioneller Intervention entwickelt, hinter dem ich meine eigenen Ängste vor Kontakten, Kommunikation und Konflikten blendend habe verbergen können. Meine leichte und schnelle Einschüchterung und Verunsicherung bei nichtigsten Anlässen, die ich bis ins heutige Alter konserviert habe, habe ich so ebenfalls gut kaschieren können.

Auch in meiner Grundschulzeit habe ich mich aufgrund von Konzentrationsschwierigkeiten auf die Aufgabe bei gleichzeitiger Anwesenheit zu vieler (oder überhaupt: Anwesenheit) Anderer, Unbekannter (Orte, Menschen, Abläufe, Inhalte, Unübersichtlichkeiten - Feinde?!) von Beginn an recht selbstsicher zugunsten anderer engagiert. Damit habe ich meinen vielfältigen Ängsten und Unsicherheiten eine Tätigkeit entgegen gesetzt und durch das Kümmern um andere eine Richtung und mir selbst einen Inhalt gegeben. Mein grundlegendes Minderwertigkeitsgefühl und Nicht-Genügen, meine schwache Selbsteinschätzung, mein Gefühl einer allgemeinen Verschlampung und mein übermächtiges Empfinden des totalen Nichts-Kennens, Nicht-Wissens, Nicht-Zurechtkommens, bis hin zu einer ekelerregenden körperlich kompletten Widerlichkeit hat mich in freien Minuten beschäftigt, so dass selbst in dieser Freizeit kein Sach-Lernen möglich war, sondern diese Dinge völlig durch mich hindurch gerauscht sind. Dennoch war ich in der Lage, diese Dinge teilweise von mir abzuspalten und so meine eigene Person und ihre Befindlichkeiten auszublenden zugunsten schwächerer SchülerInnen, die ich wechselnd erst auf Lehrerinanweisung, später dann selbständig vor schlechten Noten und sozialer Stigmatisierung – heute Mobbing genannt – und ganz profaner physischer Gewalt erfolgreich beschützen konnte.

So manches Mal konnte ich dabei bemerken, dass die vermeintlich Schwächeren so schwach gar nicht sind. Doch anstatt dem Gefühl einer Täuschung und Benützung erlegen zu sein, habe ich mich engagiert in die nächste „Helferei“ begeben. Ich hatte eine immerwährende Motivation und einen großen Verschleiß an der Menge der zu lösenden sozialen Aufgaben oder zu begleitender Menschen. An all dem habe ich mich ordentlich abgearbeitet und bereits damals intuitiv auf Ergebnisse, Fakten und Nachhaltigkeit meiner Aktivitäten geachtet.

Auf dem Gymnasium gab es nicht so viel äußerlich erkennbares, eher subtiles Elend. Zu diesem Zeitpunkt entstand und reifte die Kompetenz, mich unauffällig und unsichtbar zu machen und dennoch sehr präsent zu sein, da gab es weniger Stress und Spannung. Da ich für meine letzte, auch wieder vom Lehrer angeordnete Hilfslehrertätigkeit bei der tollen K., die zu blöd für Mathe war, kein nennenswertes Ergebnis rückgemeldet bekommen oder Dank geschweige denn die große Liebe geerntet hatte, habe ich mich frei gemacht von allen möglichen Erwartungen, wie sie ja auch sonst nicht erfüllt wurden. Ich komme daher in jeglicher missachtenden Struktur sehr gut zurecht, obwohl mir Nichtbeachtung egal in welchem Kontext weiterhin sehr zu schaffen macht.

Meine innere Distanz gipfelte in einer langen Magersucht, in der ich meine Stärke und meine Autarkie und meine Haltung der Unbeteiligten unter Beweis stellen konnte. Gleichmaßen habe ich mich damit radikal körperlich öffentlich gemacht. Anfeindungen oder herablassende Rückmeldungen über meinen Körper habe ich reaktionslos durch mich hindurch gehen lassen. Diese Schmerzunempfindlichkeit hat leider mit Blicken von Männern noch viele Jahre länger gedauert.

Mit der Magersucht habe ich meine Feldforschung versuchsweise zum ersten Mal bewusst auf mein persönliches Leben ausgeweitet. Das war, nachdem ich alle schlimmen sozialen Unterschiede in meinem Umfeld ausgiebig thematisiert hatte und es für mich weder eine Möglichkeit gab, aus dieser Umgebung herauszukommen noch erkennbare andere helfende, heilende richtungsweisende Alternativen. In dieser Ausweglosigkeit aus meiner Situation musste ich vor Ort bleiben, was ich später in unhaltbaren Zuständen nie wieder getan habe.

In der Zeit der Magersucht habe ich gemerkt, dass ich nicht persönlich und beruflich zugleich sein kann, weswegen ich mich aus eigenem Antrieb und damit auch voller Wut über dieses Klein-Beigeben zu einer körperlichen Wiedergutmachung entschlossen und auch andere Süchte später mental besiegt habe. So kann ich in Krisen zugunsten positiver und gesunder Lebensgestaltung nicht nur reden sondern auch lebendiges Beispiel geben.

Während meines Studiums konnte ich mein Durchhaltevermögen beweisen, indem ich Alles und Nichts bis zum Abschluss studiert und den Pädagogen-Magister trotz völliger Planlosigkeit, Zweifel, Kritik und

Verachtung jeglicher Struktur und Theorie meinerseits trotzdem von meiner Professorin geschenkt bekommen habe.

In jeder Uni-Veranstaltung und auch im gesamten gesunden, sportlichen, flachen Städtchen Münster fühlte ich mich unter den zwar spießigen jedoch sehr strukturierten Flachlandstudis dauerhaft unterlegen und beschmutzt, obwohl ich sie in Wirklichkeit fad und ziemlich albern fand. Um die Uni überhaupt betreten zu können, was in meinem Zustand wirklich nicht leicht war, habe ich souverän meine innere Leere und Richtungslosigkeit mit einer coolen Hülle getarnt und mich jeder vermeintlichen Entlarvung mit rasch gekipptem Alkohol tapfer entgegengestellt, obwohl ich über all die Jahre gar keinen Stand hatte.

Diese Hülle und das Trinken habe ich professionalisiert und damit mein Studium und die Ödnis im Münsterland und alle anderen zu nahen, emotionalen, sozialen, öffentlichen, sonstigen Situationen überlebt bis zu diversen mich total durcheinanderbringenden sexuellen Abenteuern mit Männern und Frauen.

Dauerhaft stand dahinter eine ausgeprägte Halt-Suche, auch bei einer Professorin und einem Professor, von denen mir niemand auch nur annähernd den Halt hätte geben können, den ich suchte und so dringend gebraucht hätte.

Um all der Verzweiflung und dem Verunsichert werden zu entkommen und beruflich auf die Füße zu kommen, habe ich mir voller Überzeugung ausgewählte, lesbische Strategien angeeignet, mit denen ich Männer abschrecken, fernhalten und Frauen vereinnahmen und in mir verankern konnte, um selber nicht weiter zu zerbrechen oder verrückt zu werden.

So hatte ich über all die Jahre immer weibliche Idole, in denen ich meine Identität abgucken und zusammenbasteln konnte, etwas, zu dem meine Mutter nichts Konstruktives beitragen hat wollen und auch durch ihre egoistische kindische Unselbständigkeit nicht getaugt hat, was ich lange nicht wahrhaben wollte.

Das Treffen von Kraftfrauen war und ist etwas, was mich tatsächlich über viele Jahre am Leben gehalten hat. Viele solcher Begegnungen haben mich endlich genährt, ohne sie hätte ich gar nicht hätte leben können.

Ich bin also durch Jahre hindurch immer auch voll fremde Personen gewesen ohne mich selber auch nur millimeterweise näher in Ruhe betrachten zu können, denn es gab nirgends einen Raum, den ich nicht schnell mit „Fremden+Emotionen“ gefüllt hätte. Lange habe ich mich so selber eingesperrt und weggedrängt aus meinem Leben. Dadurch konnte ich mich beliebig und gefahrlos in alle möglichen lächerlichen bis gefährlichen Situationen bringen. Auch beruflich hatte ich nichts zu verlieren. Mir konnte gar nichts passieren, wie mir auch seit sexuellen wie allen anderen Kindheitsübergreifen nichts mehr passieren konnte.

Nach dem Studium habe ich meine Grundthemen über Jahre weiter professionalisiert und alle denkbaren beruflichen Stationen erprobt, vorzugsweise solche mit engem Rahmen oder einer wie auch immer gearteten Struktur und Nähe und damit soziale Kontrolle anderer, um z.B. das Essthema in den Griff zu bekommen. In diesen Strukturen erging es mir es mit so ziemlich allem katastrophal. Z.B. weil ich keine Ahnung hatte und mich, mir dessen voll bewusst, in Überforderungssituationen gestürzt habe. Oder weil mich Klienten/Patienten-Schicksale so mitgenommen oder Kollegen und/ oder Strukturen so genervt haben. Und natürlich weil ich überhaupt keinen Lebens- und Entfaltungsraum für mich selbst vorgesehen hatte, allenfalls ein Versteck. Per Autopilot und mit viel Humor bin ich dort allerdings jahrelang unfallfrei durch gesteuert und habe meines Wissens auch sonst keine Flurschäden hinterlassen.

In diesem dreifachen Kombi-Desaster habe ich herausgefunden, dass ich es tendenziell aushalten kann, mich über einen Projektzeitraum von neun Monaten engagiert einzubringen, um danach aus diesen Krisenjobs gestärkt und erleichtert weiter zu gehen, aufrecht und fit und danach die nächste berufliche Herausforderung inhaltlich zu begutachten und vielleicht eine neue Arbeitsbeziehung einzugehen.

Bei diesen vielen Neunmonatsjobs über die letzten 16 Jahre habe ich viel gelernt, auch über mich selber und denke viel darüber nach, was zunehmend Raum und Zeit einnimmt aber nicht wirklich weiter führt.

Trotz meiner anorektischen Abneigung überhaupt etwas Fremdes anzunehmen und daher grundsätzlich eher misstrauisch und wählerisch zu sein bin ich momentan in der Situation, dass ich gerne in weitere berufliche Projekte einsteigen möchte, um mich und alles was ich kenne und kann einzubringen und vielleicht mal über neun Monate hinaus zu bleiben.

Aufgrund meiner Nicht-Orientiertheit und Beliebigkeit habe ich bis heute eine große Fähigkeit zur Flexibilisierung und Auflösung von vorgegebenen oder krisenhaften Strukturen. Jegliche Festlegung bedeutet mir eine Fessel. Daher habe ich mich entfesselt und in einem breiten Spektrum von Menschen, ihren Neigungen, ihrem Status kreuz und quer bewegt und willkürlich mal diese/n/s mal jene/n/s begleitet und dabei zahlreiche, mich niederdrückende Kompromisse geschlossen, aus der Not und der Gebundenheit in diesen Arrangements heraus. Bei all dem lege ich großen Wert auf formale Verbindlichkeiten, denn sie machen Leben überschaubar und geben Vertrauen.

Kurz zurückgeworfen hat mich ein selbst verordneter sechswöchiger Klinikaufenthalt, um mich auch mal selber auf die Gegenseite zu begeben, was ich Jahrzehnte immer wieder verweigert hatte. Insgesamt sehr stabil habe ich mich in dieser Klinik sofort völlig aufgelöst. Parallel konnte ich Studien über therapeutische Prozesse und das gesellschaftliches Abbild dort betreiben. Gewonnen habe ich viele erneute grundlegende Fragen, Geblieben ist ein Entsetzen über meine wirkliche Unfähigkeit, Vorgänge, Regeln, Abläufe zu checken, zu durchdringen und zu verstehen, mir für mich und mein Leben zu Nutze zu machen. Es ist mir kaum möglich einfachste gegebene Regeln und Reihenfolgen zu verinnerlichen. (Öffentliches) Lernen ist nicht meine Stärke aber ich kann dies kreativ vertuschen.

Momentan bin ich beruflich nicht tätig sondern ausschließlich und bewusst mit dem Aushalten des Privatlebens befasst, was mich ziemlich belastet. Davon blockiert und vereinnahmt sitze ich in den Startlöchern in der Schweiz, bereit für alle ablenkenden, beruflichen Ausflüchte und Ausflüge. Ich habe für einen beruflichen Einsatz alle Energie, die nötige Motivation und alle möglichen Erfahrungen und auch ab sofort Zeit.

Ich bin sehr bereit, mich als Krisenmanagerin einzubringen und meine gestauten Ideen an sinnvollem Ort loszuwerden.

Ich bin äußerlich offen, mutig und risikofreudig. Mit meiner Flexibilität und meiner Beweglichkeit banne ich erfolgreich die manchmal aufkommenden, tiefgreifenden Ängste vor einem gewaltigen psychischen Zusammenbruch und damit verbunden einer Enttarnung. Ich bin immer bereit, etwas Neues anzufangen oder scheinbar Unvereinbares zu einem neuen Stück roten Fadens aneinander zu drehen.

Ich bin überzeugt, mit meiner beruflichen wie privaten Erfahrung für das Anliegen und die inhaltliche Aufgabe Ihrer Krisen-Kommission eine Bereicherung zu sein und wünsche mir sehr die Stelle auszuüben und meine Kompetenzen mit Ihnen und den Klienten zu teilen.

Ich freue mich auf ein persönliches Gespräch!

Mit freundlichen Grüßen

R.B.

### **Nachtrag**

Inzwischen habe ich eine rasante Talabfahrt aus den Alpen hinter mir und dabei den größten Teil der offenen Themen erledigt. Nun tue ich nur noch das was mir wirklich Spaß macht, wie zum Beispiel Herum-Touren, Tanzen, Träumen. Ich habe verschiedene kleine aber feine Weiterbildungen besucht und hier und da weitere Knoten gelöst. Erstaunlicherweise habe ich sogar eine Zeit lang in dem Elternhaus gewohnt und innen wie miteinander aufgeräumt und dadurch Vieles frei gestellt.

Sicher haben Sie Verständnis, wenn ich daher meine Bewerbung zurückziehe um mich, statt Krisen zu managen, nun lieber selber mal was Lernen will. Da kann ich Krisen und Kümern um andere grad überhaupt nicht brauchen.



## Berufswegbrüche

### Von Trudie

Ich bin als zweite Tochter von drei Kindern 1962 geboren. Meine Mutter war Ärztin, mein Vater Dipl.Ing.

In unserer Familie war es ganz selbstverständlich, dass wir Abitur machen und studieren.

Die andere Seite ist-meine Ma war manisch-depressiv und mein Vater starb als ich 12 war.

Das Abi habe ich durch viel Unterstützung von meinem damaligen Freund bewältigt, da ich in der Oberstufe fast täglich die Schule hinschmeißen wollte. Viel Glück hatte ich, dass ich auf einer Schule war, wo ich von den Lehrern so geschätzt wurde, wie ich war. Was ich gern unter den Tisch fallen lasse ist die Eigenleistung-habe gute Klausuren geschrieben und das Abi mit relativ wenig Anwesenheit in der Oberstufe gemacht.

Mit 15 bin ich nach einem Selbstmordversuch ausgezogen-nach Kreuzberg in die Wg meiner großen Schwester. Sexuelle Gewalterfahrungen fingen mit 12 an, als ich anfang mich nachts in der Gegend rumzutreiben, meine Ma war ab 20 Uhr auf Grund der Schlaftabletten, die sie nahm berechenbar im tiefen Koma und ich nützte die Zeit, um das Nachtleben zu erforschen.

Nach dem Tod meines Vaters haben wir den Weinkeller nieder gemacht, Drogen fing ich an mit 14 zu konsumieren.

Schon früh nahm ich Kontakt zur Frauenbewegung auf und trieb mich in der autonomen Szene rum, Hausbesetzungen spielten eine Rolle, Leben in großen Wgs auf dem Land.

Nach dem Abi wurde ich selber manisch-depressiv, was mich und mein Umfeld drei Jahre gut in Atem hielt. Es gab verschiedene Psychiatrieaufenthalte zwischen 1982 und 1985.

Manisch werden ist ganz leicht, Reizüberflutung, nicht mehr schlafen, alles wird bunt, hat ein unglaubliche Intensität, die Kommunikation läuft auf anderen Kanälen und ist für Normalos nicht mehr fassbar. Ich lass mich auf alles einfach ein, habe keine Schutzhaut, bin „schamlos“, treibe durch die Welt, provozieren tue ich schon vorher gerne.

In der Uniklinik einer größeren Stadt der erste Psychiatrieaufenthalt, Haldol - wir haben hier ein Schnäpschen für Sie – heißt die Formel drumrum, ich lehne ab und werde zwangsmedikamentiert ,mit festhalten, mich wehren-ich kämpfe um mein Leben, doch das Klinikpersonal ist stärker, rufe die ganze Station auf den Plan und schlage mich wacker, darauf folgt die Fixierung - Haldol ohne Aginon verursacht Krämpfe - es ist Ermessensfrage des Arztes, ob s Aginon dazu gibt, was entkrampft, groteske Körpererfahrungen, spannende Menschen um mich hier , Schizophrene sind wahnsinnig interessant, ab und an ein Ömchen, was die Bushaltestelle auf Station sucht. Die Station ist geschlossen, es tobt der pure Wahnsinn in diesen Gemäuern...

Eine Freundin kommt und nimmt mich an die Hand, sie ist Krankenschwester und kennt sich mit den Gesetzmäßigkeiten aus, ich unterschreibe die Entlassung auf eigene Gefahr und bin draußen, zwei Wochen später die nächste Episode, meine Ma gibt mich in der Klapse ab, wo sie selbst verkehrt-Wachstation, ich hänge mit einer 15jährigen Trebegängerin in der Tür und wir machen uns lustig drüber, wie verrückt das Personal ist.

Eine Zeitlang lebte ich mit vielen Leuten in einem Leihhaus, was die Stadt uns zur Verfügung stellte, damit wir keine Häuser mehr besetzen. Die Auflage der damaligen Gemeinschaft war, dass ich Therapie mache- was dann auch stattfand bei Frau Schwarz vom Gesundheitsamt. Ich wurde von einem Mitbewohner dort hingefahren und er nahm an den Sitzungen teil-ich weiß nicht, ob er davon profitiert hat. Ich war damals so depressiv, dass ich nur sterben wollte und als sich denn

meine Schwester zum Besuch ankündigte, hatte ich so einen immensen Druck, dass ich versucht habe mich auf dem Dachboden des Hauses aufzuhängen.

1982 gab es einen gescheiterten Versuch in „Pollys Bierbar“ als Stripteasetänzerin mein Brot zu verdienen und heute denke ich, es war der Versuch meine Ma bis aufs Blut zu provozieren. Ein anderes

Mal kam ich in den Genuss von Sozialhilfe, die ich komplett in Wunderkerzen und Osterglocken anlegte, ein anderes Mal kaufte ich den Süßigkeitenbestand eines Kiosks auf-da war ich bestimmt manisch.

1983 landete ich zufällig wieder in Berlin, eigentlich nicht geplant, doch in den Jahren ging es eh nicht, irgendwas zu planen. Auch hier geht s dann mit der Psychiatrie weiter, ein halbes Jahr Krankenhaus nach einer Abtreibung , wäre die Ärztin nicht auf meiner Seite gewesen, wäre ich in einer Langzeitstätte gelandet. Ich weiß nicht, wie sie drauf kommt, bei mir würde sich was ändern-meine einzigen Sätze sind- es geht so und ich weiß nicht, ich bin depressiv nach der Abtreibung. Es wechselt, Manie mit Depression, im Einzelgespräch heißt es dann-tun Sie sich doch mal was Gutes, gehen Sie doch mal schwimmen, ahah, es kommt nicht an und die Mauer um mich rum ist aus Panzerglas, ein wohl wichtiger Punkt fürs Personal ist, dass ich begreife, ich habe meine eigene Krankheit, obwohl es ja die selbe Diagnose ist. Ich erlebe die Krankheit meiner Mutter, um sie zu verstehen, um zu fühlen, was sie bewegt oder ist es genetisch vererbbar???Irgendwann bin ich wieder draußen, manisch ziehe ich bald drauf durch die Welt. . Manisch in Berlin ist anders als in Westdeutschland, wo mich früher oder später jemand aufgabelt, der/die mich kennt, doch auch Kreuzberg sorgt für mich. Noch heute werde ich manchmal angesprochen-ich kenn dich- es sind oft Zuschauer meiner recht spektakulären Auftritte gewesen und ich bin immer wieder froh, dass der Zusammenhang nicht wirklich ziehbar ist. Es gibt eine Freundin, die mir jedes Mal zugesteht so zu sein, wie ich gerade bin, die nicht Dauerwahnsinn erwartet, sie ist engagiert in der Antipsychiatriebewegung... dann gibt es einen Sozialarbeiter, den ich noch Jahre später treffe in Kreuzberg, der nicht erschüttert ist über Manie, sondern gut begleitet, doch es sind nicht viele.

Einmal zwischen 83 und 85 lasse ich mich von einem Freund begeistern, der gerade 30 geworden ist und in einer Panikattacke die Putzfirma kauft, in der er gerade arbeitet, klappt natürlich alles nicht wirklich und ich weiß auch gar nicht, wozu Geld gut sein soll-ich lebe völlig außerhalb von Normalität und Verantwortung für mich und mein Dasein.

Ein anderes Mal verkaufe ich ofenfrische Croissants, eine Zeitlang lebe ich von den Weißbrotresten, die beim Döner abfallen.

Einmal lande ich in Nürnberg wegen einem Festival und bleib da hängen, angetrunken zu schnorren funktioniert schon, wenn ich nicht satt werde, hole ich mir um 23:30 die Reste bei Mc Donalds ab.

Ich male Bilder auf der Straße, werde viel eingeladen, irgendwie gibt s immer einen Schlafplatz, irgendwas zu essen, Männer fliegen auf mich und wollen mich irgendwie retten...

Selbstmordversuche zogen sich durch bis 1988, der break bezüglich der Psychiatrie entstand dadurch, dass ich mich 1985 in den Nachtpfleger meiner Zwangseinweisung verliebte-meine Ma meinte, er hätte mich mit nach Hause genommen und war froh, dass ich doch noch auf den „normalen „ Weg komme. Er lehrt mich, dass man den Tag so voll macht, dass ich nachts schlafen kann, nicht immer überall alle Typen einsammle und mit nach Hause nehme, Moabit, die Ecke wo es ist, da trifft sich 1000 Jahre Knast in der Kneipe, finde ich unglaublich spannend und heute weiß ich, es ist wie ein Wunder, dass mir nicht mehr passiert ist.

Es funktioniert nicht, mit der Beziehung, wir trennen uns wiederholt, doch ich lande nie wieder in der Psychiatrie, er geht davon aus, ich sei neurotisch und nicht psychotisch und durch diese Einstellung kann ich mich lösen vom absoluten Wahnsinn. Ohne seine Fürsorge wäre ich zur Drehtürpatientin geworden wie viele andere.

Natürlich hat es auch seinen Reiz, manisch zu sein, gerade für eine Person mit so viel hochgradig aktivem Über-Ich, wie ich es habe.

An Berufswegplanung war in der Zeit nicht zu denken, es gab Zeiten, da lebte ich mehr oder minder auf der Straße, hatte 17 aufeinanderfolgende Nachsendeanträge am laufen...zog von hier nach da und von da nach hier .Es gab Zeiten, da habe ich aufgehört zu essen, damals war Magersucht noch nicht in aller Munde.

Wovon ich genau gelebt habe, weiß ich heute nicht wirklich, doch es fiel immer irgendwie genug ab, um satt zu werden. Auf jeden Fall war ich gegen den Staat, gegen das kapitalistische System und überhaupt....

85 verliebe ich mich denn in den Nachtpfleger meiner Zwangseinweisung.

86/87 machte ich irgendwelche Aushilfsjobs-Regale auffüllen im Supermarkt, solche Sachen, die jedoch nicht wirklich funktionierten, also wirklich sehr kurz meist und auch oft mit Komplikationen verbunden, 1x zum Beispiel arbeitete ich als Küchenhilfe in der Huttenstr. in Moabit und die Luft knisterte so doll, dass mein Liebster mich dort wieder abholte. Ich bin damals sehr zierlich und sehr blond, erfülle vom Bild her die Kindfrau und Männer finden das sehr anziehend.

Einmal bewarb ich mich an Krankenpflegeschulen und wurde zu Vorstellungsgesprächen eingeladen. Die Lücke im Lebenslauf hatte ich als „Hausfrau“ eingeflochten, was sehr unglaublich über kam, doch es wäre wohl auch nicht „chic“ gewesen zu sagen- ich habe mich drei Jahre in der Psychiatrie rum getrieben...

Ab 87 war ich an FU wieder immatrikuliert, eine Zeitlang war ich auch emsig am Studieren, doch dann brach privat wieder alles zusammen-keine Wohnung, nirgends gemeldet...wegen einer Liebe reiste ich vom letzten Geld nach Griechenland nach, doch was in Kreuzberg funktionierte, ging dort unter griechischer Sonne nicht wirklich. Tomatenernte, Schmuckverkauf, Märchenerzählerin. Die Schlafplatzfrage war am Strand einfacher zu lösen als in Berlin.. Ich lebte in Höhlen, unter Bäumen,

mit vielen oder alleine. Trampete von Athen nach Berlin-alleine, war gesundheitlich in schlechter Verfassung, Übergriffe fanden bei diesem Leben immer wieder mal statt, doch bis auf heftige Badesessions mehrmals am Tag, dachte ich, es hätte nicht wirklich Auswirkungen auf mich. Das Motto war -high sein, frei sein, bisschen Sex muss schon dabei sein- und ich war nicht unbedingt wählerisch in der Wahl meiner Partner, es hatte alles einen Hauch von flowerpower und an Arbeit war wirklich nicht zu denken.

Zu dieser Zeit gab es die Zusage meiner Ma mir eine Physiotherapieausbildung zu finanzieren, was wirklich auch meinem Wunsch entsprach. Ich sehe mich heute noch in der Schule stehen und kann mich gut an das Gefühl erinnern, es ist trotz Zusage kein Verlass auf die Kostenübernahme und meine Ma ist und bleibt unberechenbar. Wieder mal ein 10 Tageflugticket nach Athen, danach eine Depression lang war ich in Berlin, bei meinem Nachtpfleger, dann ging s noch mal nach Kreta. Er hatte mir nahegelegt, mich nach einer Wohnung umzugucken und da ich viel zu chaotisch war, um mir eine in Berlin zu suchen, dachte ich, ein Lehmhaus, ja, das wär doch schön... Als ich nach Monaten wieder in Berlin strandete, um alles aufzulösen hier und ganz nach Griechenland zu gehen, war ich schwanger-gewollt schwanger... Mein Nachtpfleger fand, es sei an der Zeit, Nägel mit Köpfen zu machen und so wurde ich Gemahlin und Mutter, Familienfrau...

Die nächsten drei Jahre saß ich mit Kind zu Hause, im Sommer verkaufte ich mit einem Reisegewerbeschein, eisgekühlte Getränke- es war nach dem Mauerfall und es gab viel Betrieb um die Siegestsäule, meine besten Kunden waren die schwulen Männer von der Liegewiese, wobei es mich schon sehr verlegen machte, mit nackten Männern Geschäfte zu machen und ich wusste oft nicht, wo ich hingucken soll.

Zwischendurch Orientierungskurse,- für Studienabbrecherinnen, für Frauen, die sich selbstständig machen wollen, Berufswegfindung, ich bin und bleibe ratlos.

Als Sven drei Jahre alt war, bekam er einen Kitaplatz und ich fing an in der Hauspflege zu arbeiten. Als ich heiratete, unterbrach ich mein Studium und mir war schon klar, dass ich es fortsetzen wollte, wenn Sven aus dem gröbsten draußen ist. Doch chaotische Haushaltsführung und jede Menge Schulden, machten es nötig, dass ich irgendwie regelmäßig dazu verdiene. Damals war ich schon erstaunt, wie leicht es ist, Arbeit zu bekommen, wenn auch eine recht anspruchslose.

Mit den alten Frauen kam ich im Regelfall gut klar und ich habe Unmengen von Lebensgeschichten gesammelt damals, eigentlich bin ich gut erzogen und war freundlich meist und zugewandt. Schwierig war, dass ich nicht qualifiziert war für Sterbebegleitung, es auch keine Fortbildungen gab, es war halt ein Job mit mieser Steuerklasse, viel Druck, da Sven ja pünktlich in der Kita sein musste. Problematisch war, dass ich die Geschichten alle mit nahm, nicht loslassen konnte, doch meine Ehe profitierte ganz klar davon, zwar wirkte es sich in keinsten Weise auf die Schulden aus, doch das Klima war gut und ich nicht so nörgelig, da ich einfach kaputt war von der Arbeit. Es schlich sich ein, dass ich Abend für Abend eine Flasche Wein trank und als es anging, mich stutzig zu machen, hatte ich ein echtes Problem damit aufzuhören.

Es dauerte an, bis 94, im Januar kündigte ich, fing eine Gesprächstherapie an und hörte auf zu, trinken, in dem Bewusstsein-nie wieder. Mit Unterstützung von dem Arzt, der mit mir Gespräche führt, kann ich meine spirituellen Seite mehr Raum geben, das Trinken bleiben lassen, Frauensuchtgruppen

unterstützen mich, ich fange an, mich selbst mehr wertzuschätzen und meine Talente ein Stück zu finden, ich fange an, mich zu fühlen und höre auf mich niederzumachen, ich betrachte meine Geschichte ein Stück, fange an zu lachen und halte auch die schmerzlichen Momente nüchtern aus. Die Frage nach sexueller Traumatisierung stellt sich bald. Ein großes Glück ist, dass ich noch nicht körperlich süchtig bin.

95 gab s noch eine Episode bei der Post, Briefe sortieren im Spätdienst, ständig übermüdet, nach 6 Monaten flog ich im Rahmen von mehreren Krankschreibungen raus. Wenn mein Mann Nachtdienst hatte verschlang der Babysitter sämtliche Einnahmen - er war der Meinung wir bezahlen solche Dienstleistungen gut, von dem Geld, was ich verdiente.

Bis 96 achtete ich sehr genau drauf, was brauche ich, um nüchtern leben zu können. Damals fing ich an, Astrologie zu lernen, Reiki zu praktizieren, ich kümmerte mich um mich, um das Kind und war klar im Kopf...Im Juni 96 zog es die Trennung nach sich.

Wieder mal ging ich zu einer Berufsberatung- im Cafe Seidenfaden, einem Projekt für süchtige Frauen, es folgte ein Workshop in dem die Entscheidung fiel, ich werde Heilpraktikerin. Diese Entscheidung war nicht einfach, da ich schon auch noch im Widerstand gegen meine Ma war und da sie es sooo schön gefunden hätte, wenn ich so einen Beruf ergreife, schied das eigentlich aus.

In dem Monat, als, mein Mann auszog, fing ich mit der Schule an.

Mittlerweile war ich wieder an der Uni eingeschrieben und nützte meinen Studentenstatus zum Jobben, der Unterhalt reichte noch nicht mal für die Wohnungsmiete, ich hatte schon enorme Ängste, ich könnte wieder anfangen zu trinken, verrückt werden oder unter der Brücke landen.

Die nächsten Jahre waren supervoll mit lernen, jobben, Kind großziehen.

Studentenjobs, immer wenn es reinpasst, Sven bei seinem Vater ist, ich irgendwie Freiraum habe. Interviews, Treppenhaus putzen, um neue Schuhe fürs Kind zu kaufen, Altenpflege, Privathaushalt in Dahlem-ich putze mit hochgradig giftigen Mitteln für 10 DM/h, bin später tagelang krank, Telefonjobs, zwar körperlich nicht so anstrengend, doch Annas-meist um die 80 irgendwelche Aktien anzudrehen, ist auch nicht so nett und eigentlich beschwichtige ich , statt zu verkaufen, ich lerne die ganze Stadt kennen durch die Jobs, Essen packen am Fließband für Flugzeuge, Briefe adressieren für Preußen Elektra, einmal ein Job bei Springer, ich fliege wieder raus, Weihnachtsabteilung bei Hertie, Inventur, Grüne Woche Spüljob, Spüljob bei der Lebenshilfe, Altenpflege, etc.

Jedes Mal kann ich eine andere Rolle einnehmen, mir angucken, wie funktionieren Betriebe, kaum bin ich da, schon bin ich wieder weg. Es ist aufwendig, diese Modell, und ich weiß, wofür ich es tue.

99 hatte ich meine Zulassung als Heilpraktikerin in der Tasche, den Nachweis, ich sei „keine Gefahr für die Volksgesundheit“. Vom Praktizieren bin ich noch weit weg, die nächsten 9 Jahre mache ich eine Fortbildung nach der anderen, eigentlich treibt es mich mein Leben lang zu ergründen, wann können Menschen gesund werden und um das rauszukriegen(wenn ich ehrlich bin, ist die Frage, wie werde ich gesund) ist mir jede Fortbildung ein großes Anliegen. Ich lerne leicht und gerne.

Wenn kein Geld für Fortbildungen da ist, lese ich viel, manchmal den ganzen Tag.

1998 fing ich an, als Kartenlegerin auf Festen zu arbeiten. Kartenlegen zieht sich seit meinem 15. Lebensjahr durch mein Leben und es gehört zu den Dingen, die mir wirklich leicht fallen .An dieser Stelle profitiere ich von meiner starken Sensibilität, oft schränkt es mich eher ein.

Ich jobbte noch zwei Jahre weiter , machte die ersten Versuche bezüglich der Heilpraxis und merkte dann 2001, als ich wegen einer Trennung zusammenbrach, mein Sohn 12 wurde-das Alter in dem ich erstmalig heftig abstürzte-, ich muss noch was für meine eigene Heilung tun.

Zum einen fing ich an, in Gruppen zu gehen bezüglich Alkohol in der Ursprungsfamilie, dabei fiel mir auf, dass meine Ma jahrelang wahnsinnig viele Tabletten genommen hatte, wohl auch unter einer Essstörung litt und mein Vater alles mit Alkohol betäubte und sehr, sehr viel arbeitete.

Zum Anderen ließ ich mich auf eine Traumatherapeutin ein, damals noch die Vermutung, es könne noch was drunter unter dem, was ich bewusst erinnere.

Bald darauf dachte ich-ich mach einen Gemüseladen auf, im Endeffekt bin ich voll über den Tisch gezogen worden und das investierte Geld ist nie zurückgezahlt worden. Göttin sei Dank war ich damals schon in Therapie, sonst hätte ich mir das echt nicht verziehen.

02 folgte ein 6wöchiger Aufenthalt in Bad Wildungen. Ich dachte damals, ich arbeite echt hart 6 Wochen an dem Dilemma und dann wird das schon, doch so richtig geklappt hat es nicht. Durch meine Therapiewilligkeit eckte ich reichlich bei Mitpatientinnen an, seit meinem 16. Lebensjahr war ich selbsthilfebewegt- immer wieder und wieder, ich war an dem Punkt, wo ich so viel Therapie wie möglich mitnehmen wollte, um zu genesen. Dass irgendwas mit mir nicht stimmt, ich nicht wirklich gut klar komme in dieser Welt war mir schon immer wieder mal aufgefallen. Es war klar, es fehlt immer noch was.

Wenn's warm ist, arbeite ich oft meine Horoskope und Seminare in der Hasenheide aus, das ist richtig Lebensqualität. Viel muss ich mich selbst motivieren und das fällt mir dann nach Misserfolgen manchmal echt schwer, wenn wieder mal ein Seminar nicht stattgefunden hat.

2003 betreute ich die Kinder einer langjährigen Freundin, damit sie eine Entgiftung machen konnte, da bin ich in meinem Element und im vollen Einsatz .Ein paar Monate später wurde die Jüngste -4 damals von dem ältesten-16- sexuell traumatisiert. Es gibt einen Familienpfleger, das Jugendamt ist informiert und trotzdem passiert nicht wirklich viel...

2003 begreife ich auch, dass ich meine eigenen Dramen hintenanstellen kann, wenn s nötig ist.

Heute 7 Jahre später, 7 Jahre nachdem ich mich auf den Weg gemacht habe, komme ich dem etwas näher. Manchmal kann ich arbeiten, manchmal nicht. Manchmal fällt mir auch gar nicht ein, was ich arbeiten könnte, dann kommt eine neue Idee und ich bin Feuer und Flamme und das Leben macht wirklich Spaß. Wir bekommen vom Staat Unterstützung und es ist für mich ein großes Geschenk, dass sowohl Selbstständigkeit als auch ALG II geht, die Miete abgesichert ist. Natürlich ist s nicht einfach mit dem Jobcenter, mittlerweile weiß ich auch, dass ich nicht nur Rebellin bin, sondern auch ängstlich.

Es gibt Zeiten, da verdiene ich mehr, jetzt gab's noch mal einen Einbruch durch die Krebserkrankung von Svens Vater, bis 06 habe ich Seminare angeboten außerhalb von Berlin, was seitdem rückläufig ist.

Das Reisegewerbe habe ich erweitert, doch so richtig auf die Beine kriege ich es nicht. Nach wie vor gibt's Zeiten in denen bin ich so beschäftigt mit inneren Dingen, Ende des Monats schließe ich meine Traumatherapiefortbildung ab, es war schwierig sie zu finanzieren und doch ist's auch gut gewesen für mich, es zu tun.

Vielleicht ist es das Einzige, womit ich mich wirklich auskenne, Trauma und Sucht- meine große Schwester, die beruflich gut positioniert ist, fragt, willst Du wirklich in dem Bereich arbeiten und manchmal frage ich mich das auch...

Es gibt Zeiten, da geht s nur für heute, da ist gar nicht dran zu denken, dass ich großartige Pläne mache, doch die Zeiten werden kürzer und die Krisen sind milder. Arbeitstechnisch läuft da natürlich nicht viel. Ich habe mittlerweile vieles im Notfallkoffer parat, kenne Menschen, mit denen ich auch in Krisen kommuniziere, als junge Frau habe ich manchmal bis zu 9 Monate depressiv verharret, stumm, bewegungslos, nur noch vom Wunsch getrieben, mich morgen umzubringen.

Wir haben meist an/unter der Armutsgrenze gelebt, ich bin schon gut im Einteilen und verzichten, ob ich meinem Sohn einen Gefallen getan habe mit dem Lebensstil, bleibt für mich fraglich.

Auf jeden Fall konnte ich ihm ein zu Hause bieten ohne viele Umbrüche, neulich als wir mal gestritten haben, meinte er, wenn s nach dir gegangen wäre, wären wir immer rumgezogen... Ja, stimmt...

Seit 3/08 habe ich eine Honorarstelle im feministischen Kontext, seit Hartz IV habe ich über 250 Bewerbungen geschrieben mit wenig Resonanz, wahrscheinlich bin ich für vieles auch zu alt auf diesem Arbeitsmarkt, ein Studienabschluss hätte vielleicht was verändert, doch es ist wie es ist.

Ich weiß nicht, wie ich weiter mache, wenn die Zeit mit Sohn vorbei ist... Von Praxistätigkeit in Berlin zu leben, ist nicht einfach und ich verkaufe mich auch nicht gut. Und auch heute ist nicht klar, wann kommt der nächste emotionale Einbruch...

Dieses Jahr hatte ich Kontakt zu einer Frau, die war manisch-depressiv, betroffen von sexueller Gewalt, nach einiger Zeit kristallisierte es sich heraus, dass es auch einen Täteranteil in ihr gibt...So gehe ich dann immer wieder über meine Grenzen....

Wahrscheinlich ist's wirklich so, dass ich noch mal was ganz anderes tun muss, um Geld zu verdienen.

Auswirkungen der Traumatisierungen sind nach wie vor immer wieder große Unsicherheiten, angedachtses Selbstwertgefühl, was ja nicht ungewöhnlich ist, ich brauche Zuspruch, den ich schon als Jugendliche nicht bekommen habe, da meine Ma einfach zu unberechenbar war.

Arbeiten ist nicht das, was sich durch mein Leben zieht, also arbeiten im herkömmlichen Sinne.

Vielleicht ist es für mich auch schon eine große Leistung, nüchtern zu sein, nicht durch zuknallen, zu leben, wobei die Phasen in denen ich nur überlebe geringer geworden sind.

2005/2006 habe ich Seminare im Westen und Osten gehalten und manchmal auch ganz gut verdient, gerne bin ich nach Münster gefahren, um dort Reikieinweihungen anzubieten oder nach Buxtehude oder oder. 2006 hier in Berlin dann ein großartiges Tarotseminar, dann kommt die Diagnose Lungenkrebs von Svens Vater- ich bin nicht frei zu reisen und kann nicht gut planen, habe so wieder einen break drin.

Seit Jahren ist dann klar, ich brauche eine Vision für das letzte Lebensdrittel und eigentlich habe ich sie ja, ich möchte mit vielen Leben und das Einbringen, was ich gut kann. Es sind jetzt noch ein paar Jahre , dann wird mein Küken flügge und ich kann das tun, was mir entspricht und ich kann es da tun, wo ich besser leben kann, in Einklang mit der Natur, in einem Win/winprojekt, vielleicht generationsübergreifend... Und ich bin fest davon überzeugt, dass ich in einer konstruktiven Gemeinschaft mittlerweile unglaublich viel einbringen kann.

Manchmal gibt's auch die Hoffnung mit einem Mann alt zu werden, doch ob das für mich wirklich geht, steht in Frage. Ich habe noch einmal einen Versuch gewagt, doch oft ist s so brisant, dass es mich weder stärkt, noch mir gut tut, ich komme nicht zur Ruhe und auch nicht in meine Kraft, wenn Beziehungsstress so viel Platz einnimmt wie in dieser jetzigen Liebe.

Seitdem klar ist, dass dieses Buch entsteht, war noch einmal Reflektion angesagt bezüglich meines beruflichen Werdegangs. Es ist nicht unbedingt angenehm gewesen.

Kreuzberg mit seiner Anonymität und den vielen verschiedenen Möglichkeiten zu sein, war lange Zeit ein guter Platz für mich und es war auch eine bewusste Entscheidung gerade hier unter zu tauchen und Freundinnen zu sammeln, die ähnliches erlebt haben wie ich. Es ist nicht viel, was ich da erreicht habe im herkömmlichen Sinne, doch wenn ich mir angucke, mit was für Voraussetzungen ich gestartet bin, kommt schon ein Stück Stolz auf. Und ganz klar habe ich auch oft ein prall gefülltes Leben gehabt mit viel Glück und glücklich sein und mich einsetzen und dem Versuch, es so gut auszufüllen, wie es mir entspricht.

Meine Therapeutin meinte neulich, ein transformiertes Trauma sei der größte Schatz, den frau heben kann, ich wollte natürlich genau wissen, wie lange es noch dauert, bis ich die Schatzhebung vollbracht habe...Ich muss darauf vertrauen, dass es stimmt und ich vertraue auch drauf, dass sich meine Lebensqualität kontinuierlich steigert. Rückblickend kann ich schon sagen, jeder therapeutische Prozess hat sich gelohnt.

In meinem Beruf ist Reife und Weisheit bestimmt von Vorteil...

Ja und wenn nicht, dann kann ich immer noch anderes tun, und dankbar sein, dass mich das Lernen wollen so lange so begeistert hat, dass mir mein Leben lebenswert erschien.

Geld ist nicht das, was mich lockt, also es gibt sehr vieles , auf dass ich verzichten kann, Prestige macht auf mich nicht unbedingt Eindruck, Freiheit, Selbstbestimmung, Sinn, Zugehörigkeit sind Werte, die mir was bedeuten, persönliche Entwicklung, Zeit zum wachsen...

Manchmal hagelt es dann Kritik, von wegen: werd doch endlich erwachsen, sei nicht so infantil.

Durch die Situation, die gerade besteht, so viel Arbeitslose in dieser Republik, ist es relativ unwahrscheinlich, dass ich eine feste Stelle noch irgendwo ergattere, vielleicht komme ich dann bald in den Genuss, Förderung für Gruffies, da ja bald über 50????

Durch meine Honorartätigkeit ist keine Gefahr im Verzuge – mit 1-Eurojob- ich verdiene so viel dazu, wie's geht, muss alle halbe Jahre zur Arbeitsberaterin, die wirklich nett ist. Schwierig ist die Abrechnung und der Nichtkontakt mit der Sachbearbeiterin, jedes Mal, wenn sie mir droht, alles umgehend zu streichen, drehe ich am Rad.

Einmal bin ich hingegangen und hab mich sehr gewundert, wie sie sich aufführt... Sie konnte mir noch nicht mal in die Augen sehen, hat sich nicht vorgestellt etc. Ich war eben Nummer xxyzbg277-

Mittlerweile habe ich eine neue, dadurch dass meine Folgeanträge im Sommer in den Ferienmonaten eingereicht werden, habe ich diese Mal drei verschiedenen Sachbearbeiter gehabt, bis klar, ob es weiter läuft mit dem ALG II, wenn ich ein bisschen entspannter wär, wär das einfach- ich könnte sagen-so what, bezahle ich halt mal meine Miete später, wenn's noch nicht bearbeitet ist.

Ich bin echt bemüht und doch hat das wenig Auswirkung... Gut, die andere Geschichte ist, erst seit Hartz IV ist s möglich, selbstständig zu sein und den Rest vom Staat zu bekommen. Wenn ich mich entspannen würde, dann könnte ich ein echt gutes Leben haben. Ich könnte sogar studieren für einen Sondertarif an der Fernuni, den nur Inhaftierte und ALG -Empfänger bekommen.

Es gibt eine Stimme in mir, die flüsterte vehement: alles Ausreden, die innere Kritikerin kann erbarmungslos sein und ich arbeite immer wieder dran, habe ein Seminar dazu entworfen und einmal schickte ich sie auf Forschungsreise, sie kommt wieder und malträtiert mich, oft rufe ich auch im Außen Reaktionen hervor, die die innere Kritikerin auf den Plan rufen.

Es gibt Anteile, die funktionieren gut und auf Autopilot, ich stehe meine Frau und trage meist die Verantwortung als Mutter. Ich bin mir sicher, es wird immer weiter gehen, auch wenn manche Prozesse sehr schmerzhaft sind.

Es geht Schicht für Schicht und das seit Jahren. Vor Kurzem hörte ich dann, es ist Erfolg, mit seinen Mitmenschen und sich selbst in Frieden zu leben. Für mich ist das ein großer Aufwand, wenn es mit nahen Menschen gerade nicht funktioniert, so lange wie alles ein Stück weit weg ist, kann ich schon mittlerweile mein Leben gut und hoffnungsvoll gestalten.

Ich fühle mich zusehends dazugehörig, habe meinen Platz ein Stück gefunden, kenne unglaublich wunderbare Frauen, weiß, unter welchen Umständen ich arbeiten kann und was für mich ganz tödlich ist und nicht geht. Gut ist, wenn ich mich nicht vergleiche, insbesondere nicht mit meiner großen Schwester. Gut ist auch, wenn ich für mich Sorge, Unterstützung annehme, eine Haltung von Akzeptanz und Dankbarkeit entwickle und sage: ja, das ist mein Leben und alles hat seinen Platz und ist ok.

Es gibt Dinge, die ich gut beherrsche, die sind jedoch leider im Moment nicht gut zu vermarkten. Ich genieße es mit anderen zusammen zu arbeiten und kann mich in den einen oder anderen Kontext integrieren. Berührt bin ich davon, wenn Menschen da sind und Anteil nehmen, Unterstützung in Krisen aus Ecken kommt, die ich nicht erwarte.

Dann gibt es Zeiten, da bin ich getragen von meiner Begeisterung... Schwer fällt mir nach wie vor Alltäglichkeiten auszuhalten. Es fällt mir auch schwer, auszuhalten, wenn ich mich verraten fühle und doch kann ich mich zusehends drüber stellen, wenn das so ist. Wie lange es noch dauert, bis ich ein vollwertiges Mitglied dieser Gesellschaft bin-keine Ahnung. Das Kriterium mag sein, dass ich Einkommenssteuer bezahle, mich selbst finanziell erhalten kann, und vielleicht ist es auch alles ganz anders????

### **Monate später**

Ein Umzug beschert mir wunderbare Praxisräume, die ich nun füllen sollte, da die Voraussetzungen gut sind. Die Honorarstelle macht mir Spaß und ich bin ein Stück angekommen, fülle meinen Platz in der Form aus, wie es mir entspricht und hoffe stark, dass ich in absehbarer Zeit auf Hartz IV verzichten kann.

## Endlich angekommen

Von Brigitte Hauschild

Ich sitze an meinem Schreibtisch und bin zutiefst zufrieden. Mit fast 65 Jahren spüre ich, dass ich endlich dort in meinem Leben angekommen bin, wo ich mich nach vielen beruflichen „Ein-, Ab- und Umbrüchen“ zu Hause fühle: Mehrere Jahre habe ich ehrenamtlich bei „Wildwasser e.V. Berlin gearbeitet, bin Mitbegründerin der Schwesterorganisation „Aguas Bravas Nicaragua“ und arbeite dort seit 2006 ehrenamtlich.

Ich konnte mein erwünschtes Ziel, in einem sozialen Beruf zu arbeiten, vor mehr als 40 Jahren trotz mehrerer Anläufe nicht erreichen. Dafür kann ich heute einen Teil dessen verwirklichen, wovon ich damals geträumt habe: Seit über 20 Jahren bin ich bereits „in Rente“, weil ich für den Beruf, den ich ohne großen Enthusiasmus erlernt und etliche Jahre unbefriedigt, mehr und mehr leidend ausgeübt habe, psychisch nicht mehr geeignet war. Mit dieser Aussage bin ich schon mitten in meinen Ein- Ab- und Umbrüchen...

Als ich klein war, wollte ich Lehrerin werden. Mein Grundschullehrer und auch meine Mittelschullehrerin waren für mich „helfende Zeugen“, wie Alice Miller in den 70er Jahren in einem ihrer ersten Bücher schrieb. Mit „helfenden Zeugen“ meint sie Personen, die oft nur durch eine Geste einem Kind zu verstehen geben, dass das Leiden, was es erlebt, „nicht so gehört“, dass sie als Außenstehende in diesem Augenblick jedoch nicht mehr dagegen tun können, als dem leidenden Kind mitfühlend eine Geste Empathie entgegenzubringen.

Meine Kindheit in meiner Familie war nicht leicht. Meine Mutter, die als ältestes Kind mit drei jüngeren Brüdern in einem hessischen Dorf aufgewachsen war und 1941 mit 17 Jahren geheiratet hat, war durch mich 1947 zum 4. Mal Mutter geworden. Über die Zahl der Fehlgeburten hat sie nie gesprochen, ebenso wenig über ihre Kindheit und Jugend. Sie ließ sich lediglich manchmal zu der Aussage hinreißen, „dass sie es schwer gehabt hat“. Mein strenger Vater, in Berlin geboren, Einzelkind, lebte mit seiner Mutter zusammen. Sein Vater verschwand, als er 14 war und ward nie mehr gesehen oder gehört. Mein Vater erlernte seinen Traumberuf Lokführer und ich erinnere mich gern an eine der wenigen erfreulichen Erinnerungen, die ich an ihn habe: einmal durfte ich auf „seiner“ Lokomotive mitfahren. Das waren damals noch Dampfloks und ich kam vollkommen eingerußt aber glücklich nach Hause. Eine weitere nette Erinnerung an ihn ist die, dass er manchmal „Hasenbrot“ mitbrachte, auf das wir alle vier Kinder uns stürzten: Brot, das er während der Arbeit nicht gegessen hatte. Insbesondere das Brot mit Harzer Käse war beliebt; denn der war auf der heißen Lok bereits fast gegrillt. Ansonsten kann ich mich nur an wenige schöne Kindheitserlebnisse erinnern. Das hängt aber sicher auch mit dem sexuellen Missbrauch zusammen, dem ich bereits sehr früh in meinem Leben ausgesetzt war. Um die Mißbrauchssituation zu überleben, habe ich fast alle meine lustigen Kindheitserinnerungen zusammen mit den Erinnerungen an die sexuelle Gewalt „vergraben“.

Ich hatte als Kind jahrelang einen sich wiederholenden „Alptraum“: ich hocke zusammengekauert in der äußersten Ecke meines Bettes mit angezogenen Beinen, es ist stockfinster im Raum und ein großes durch die Dunkelheit nicht erkennbares Wesen nähert sich meinem Bett und packt mich...

Ich habe diesen „Traum“ erst 50 Jahre später auflösen können: es handelte sich um meine schmerzvolle Realität... Wie gut, dass mein Überlebenswille mir half, diese Erlebnisse in einem unbeschreiblich tiefen Loch zu versenken und das Unaussprechbare außerdem mit undurchdringbaren Schichten zusätzlich vor meinem Gedächtnis zu verbergen.

So ist zu erklären, dass meine Kindheitsjahre bis zum Alter von 12/13 Jahren für mich über viele Jahrzehnte fast vollständig „verschwunden“ waren und sich erst in der Aufarbeitung meiner Missbrauchsgeschichte mühsam einen Weg in die Erinnerung bahnten. Mein jüngster Bruder - 2 Jahre älter als ich - half mir zu Beginn meines Aufarbeitungsprozesses sehr, Bruchstücke meiner Kinderjahre in mein Gedächtnis zu rufen.

Woran ich mich stets erinnere ist die tiefe Traurigkeit, die ich in meinen Kinderjahren gespürt habe und an das Gefühl, dass dieses Leben nicht für mich war. Entweder früher oder später siedelte ich mein Leben an, aber nicht jetzt. Ich hatte stets das Empfinden, dass weder meine Mutter noch mein Vater mich wirklich liebten. Ich lutschte am Daumen und meine Eltern versuchten mir das abzugewöhnen, indem sie meine Daumen mit Senf beschmierten oder meine Hände nachts festbanden.



Ich erlebte meine Mutter nicht wirklich glücklich mit meinem Vater, aber mit mir hat sie nie über ihre Ehe gesprochen. Als Heranwachsende tat ich alles, um mich zu einer Freundin für sie zu entwickeln und suchte das Gespräch mit ihr. Ich wollte verstehen, warum sie dieses unglückliche Leben an der Seite meines Vaters nicht beendete. Ich wollte ihr sagen, dass ich sie verstehe und bei ihr bleiben würde. Und ich wollte ihr sagen, dass ich so eine Ehe niemals leben wollen würde.

Es ist mir nie gelungen, dieses freundschaftliche Verhältnis herzustellen. Meine Mutter litt unter Ohnmachtsanfällen und lag dann plötzlich vor meinen Augen wie tot auf dem Boden. Das führte dazu, dass ich häufig Angst um sie hatte. Meine Brüder müssen zu der Zeit in der Schule gewesen sein. Ich kann mich nur an diese entsetzliche Angst erinnern, die mich fast lähmte.

Ich wurde schon als Kind dazu erzogen, meine Mutter bei der Hausarbeit zu unterstützen; denn Bügeln und Abwaschen waren eh Arbeiten, die ich als Mädchen zu lernen hatte, da ich ja „später heiraten würde. Vom Kochen hingegen wurde ich ferngehalten, weil nur das Essen, das meine Mutter zubereitet hat, meinem Vater schmeckte. Da meine Mutter sehr häufig im Krankenhaus war, musste ich immer dann auch das Kochen übernehmen, aber mein Vater gab nicht ein einziges Mal ein positives Urteil über von mir gekochtes Essen ab.

Eine Erinnerungslücke, die geblieben ist: Ich kann mich zum Beispiel bis heute nicht daran erinnern, dass ich nach dem Tode der Großmutter väterlicherseits in ihrem Zimmer geschlafen habe. Mein Körper jedoch erinnert sich noch ganz genau daran, dass mein Vater, als er am Todestag seiner Mutter von der Arbeit nach Hause kam, mich auf den Bauch seiner verstorbenen Mutter setzte, damit ich ihr einen Abschiedskuss gebe. Die Leichenstarre hatte bereits eingesetzt und ich spüre noch heute auf meinen Lippen, wie meine Oma sich kalt und steif anfühlte. Meine Überlebensmechanismen haben ausgeblendet, dass ich nach ihrer Beerdigung in ihr Zimmer umgezogen wurde. Vermutlich hatte ich Angst, mir würde dort dasselbe widerfahren wie der Oma: eines Morgens aufwachen und tot sein. Ich war 10 als sie starb.

Der Umzug in ihr Zimmer war einerseits ein Fortschritt; denn vorher habe ich mit meinen drei Brüdern ein winzig kleines Zimmer geteilt. Andererseits kann ich mich an keine positiven Erlebnisse in diesem Zimmer erinnern.

Freundinnen hatte ich keine, Schulkameradinnen ja. Ich durfte nur sehr selten andere Kinder besuchen und noch seltener jemanden mit nach Hause bringen. Die Erklärung dafür war, dass wir ja selber genug Kinder seien. Ich habe drei Brüder: fünf, drei und zwei Jahre älter als ich.

Meine Brüder haben selten mit mir gespielt, für sie war ich ab einem bestimmten Zeitpunkt die Dienstin, und ich habe versucht, mich dafür mit Gemeinheiten an ihnen zu rächen. Das hat mir Spitznamen wie „Hexe, Zicke, Kröte“ eingebracht. Lediglich mein jüngster Bruder behandelte mich mit einer gewissen Fürsorge. Als wir später über meine Missbrauchsgeschichte sprachen, bemerkte er, dass wir uns aus seiner Sicht schon als Kinder aneinander geklammert haben und uns gegenseitig versucht haben, die Liebe zu geben, die wir von unseren Eltern nicht erhielten. Mit diesem Bruder bin ich ein Jahr lang in den Kindergarten gegangen. Meine Mutter warf mir vor, dass ich mich ihm gegenüber schon als kleines Mädchen überlegen fühlte und ihn meine Überlegenheit auch spüren ließ: ich hatte einen kleinen Holzpuppenwagen, den ich manchmal mit in den Kindergarten nahm. Und schon wenn wir nicht mehr in Sichtweite des Hauses waren, ließ ich den Wagen stehen und zwang meinen Bruder, ihn zu schieben, was er auch immer tat; denn wäre ich ohne den Wagen nach Hause gekommen, hätte uns beiden eine saftige Strafe erwartet. Diese Geschichte hat mir meine Mutter wiederholt vorgehalten, um mir deutlich zu machen, wie sehr ich meinen jüngsten Bruder unterdrückt habe.

Schule wurde für mich „die Insel des Glücks“, und einige Lehrkräfte wurden sehr schnell nachahmenswerte Vorbilder. Andere Erwachsene in meiner Kindheit und auch in meinem Jugendlichen- und Erwachsenenalter kann ich heute als „helfende Zeuginnen“ identifizieren.

Manche haben einen sehr intensiven Anteil an meinen Umbrüchen gehabt, während ich von meinen Eltern keinerlei Unterstützung erfuhr, wenn es mir schlecht ging.

Als Jugendliche war ich mehr und mehr davon überzeugt, dass ich keine Lebensberechtigung hatte, dass ich „zur falschen Zeit“ am falschen Ort war, dass ich mich zwar auf dieser Erde bewegte, aber nicht wirklich lebte. Ich habe mich mit Selbstmordgedanken gequält, die ich mit 17 Jahren zum ersten Mal versucht habe, in die Tat umzusetzen.

An einem Tag, an dem ich etliche Schulkameradinnen getroffen hatte (und das Gefühl in mir stark war, dass ich die alle noch mal sehen sollte, bevor ich sterbe), nahm ich im Klo eines Eisladens das Rattengift, das ich schon wochenlang mit mir herumgetragen hatte. Auf dem langen Weg durch den Wald, den ich für mein Sterben gewählt hatte, brach ich irgendwann mit heftigen Magenkrämpfen zusammen und fiel so, dass mein Oberkörper in einem Graben hing, während die Beine auf die Straße herausragten. Dieser Umstand rettete mir das Leben; denn eine Autofahrerin fand mich und brachte mich ins Krankenhaus. Meine Mutter hat mich im Krankenhaus untersuchen lassen, ob ich schwanger bin. Diese Tatsache hat mir Jahre später, als ich meine Missbrauchsgeschichte aufgearbeitet habe, deutlich gemacht, dass sie von dem sexuellen Missbrauch gewusst haben muss. Offensichtlich ging sie davon aus, dass er auch zum Zeitpunkt meines Suizidversuchs noch stattfand; denn sonst hätte ihre Sorge, dass ich schwanger sein könnte, keinen Sinn gemacht. Sie hat nie mit mir darüber geredet, warum sie den Schwangerschaftstest hat machen lassen. Aber sie wusste, dass ich keinen Freund hatte. Ich war zu der Zeit meinen Eltern gegenüber schon vollkommen verstummt und sprach mit ihnen nur das Notwendige.

Meine Freizeit verbrachte ich entweder im Schwimmbad (ich hatte mich einem Schwimmverein angeschlossen) oder auf dem Segelflugplatz. Eine Schulfreundin hatte mich animiert, sie an einem Sonntag zu begleiten, um mich mit dem Segelfliegen anzufreunden. Ihr Vater war begeisterter Segelflieger und sie war dabei, auch das Fliegen zu erlernen. Die Wochenenden verbrachte ich von da an auf dem Segelfluggelände, bis ich zwei Tage nach dem Abitur zu Hause auszog und mich in Hamburg ansiedelte.

Ich arbeitete zunächst 10 Monate lang als Zustellerin bei der Post, was ich auch schon in meiner Heimatstadt jeweils in den Ferien gemacht habe. Auf diese Weise habe ich mir das Startkapital für mein Pädagogik- und Psychologie-Studium zu verdienen. Von meinen Eltern konnte ich keine Unterstützung erwarten. Mein Vater hatte einen sehr merkwürdigen Gerechtigkeitssinn: „Deine Brüder haben nicht studiert, und deshalb brauchst Du auch nicht zu studieren. Außerdem heiratest Du ja sowieso.“ Eines war mir aber schon sehr früh klar: heiraten und so leben wie meine Mutter würde ich NIE.

Aus dem Postwohnheim, in dem ich während dieser Zeit gewohnt habe, zog ich am Ende der 10 Monate aus und fand bei einer Familie mein nächstes Zuhause, wo ich mietfrei gegen Kinderbetreuung wohnen konnte. In dem Postwohnheim hatte ich mich mit einer der Sozialarbeiterinnen angefreundet, die die jugendlichen Heimbewohnerinnen betreuten. Mit ihr sprach ich oft über mein Elternhaus. Und immer hatte ich das Gefühl, dass ich in diesen Gesprächen an meine Grenzen stieß. Ich spürte, dass irgendetwas blockiert ist, über das ich nicht sprechen konnte.

Im Sommersemester 1968 war es dann soweit: ich begann mein heißersehtes Studium der Pädagogik und Psychologie... Allerdings merkte ich schnell, dass irgendetwas anders war als ich es erwartete. WAS anders war, wusste ich zu dem Zeitpunkt nicht. Ich wurde immer trauriger, begann, mich selber zu verletzen. Mir gelang es immer schlechter, mein Studium erfolgreich fortzusetzen. Ich begann, Tabletten zu nehmen und Alkohol zu trinken. Mehrere Selbstmordversuche endeten jeweils in der geschlossenen Abteilung des psychiatrischen Krankenhauses Ochsenzoll mit nicht sehr erfreutem Erwachen.

Dass ich trotz meiner zahlreichen Autoaggressionen einen starken (Über-)Lebenswillen hatte, zeigt sich daran, dass ich schließlich die psychologische Beratungsstelle für StudentInnen aufsuchte. Ob ich der Leiterin damals sagen konnte, WAS mich genau belastete, weiß ich nicht, aber Frau Dr. Lindig von der Beratungsstelle nahm sich meiner sehr fürsorglich an. Sie stand mir in Krisensituationen zur Seite. Sie begleitete mich Ende 1969 auch bei meiner stationären Aufnahme in die Psychiatrie im Universitätskrankenhaus Eppendorf (UKE), nachdem ich mich mit Autoaggressionen immer gefährlicher verletzte und durch Hungern mein Gewicht auf weniger als 100 Pfund reduziert hatte.

Im Universitätskrankenhaus Eppendorf (UKE) verbrachte ich 6 Monate auf der geschlossenen Abteilung und begann eine Psychotherapie, die ich Ende 1971 erfolgreich abschloss, erfolgreich in dem Sinne, dass ich danach nur noch sehr sporadisch Suizidgedanken hatte. Aber es gab immer mal wieder Situationen, in denen ich in Autoaggressionen die einzige Möglichkeit sah, mit meinen Schwierigkeiten umzugehen. Das „Problem“, das ich in den fast 2 Jahren meiner ersten Therapie bearbeitet habe, war das Annehmen meiner sexuellen Orientierung. Außerdem habe ich in der Therapie versucht, mich innerlich von meinen Eltern und ihrem Einfluss zu distanzieren und mir zu erlauben, ein eigenständiges Leben mit meinen eigenen Wertvorstellungen zu führen. Mir ist diese Loslösung aus ihrem emotionalen Einflussbereich nicht gelungen, selbst im fernen Nicaragua fühlte ich immer noch den starken Wunsch, von ihnen geliebt, verstanden und anerkannt zu werden.

Den Aufarbeitungsprozess meiner Missbrauchsgeschichte begann ich im Jahr 2000 in Nicaragua. Nach vier Jahren empfand ich ihn als einigermaßen abgeschlossen. Irgendwann suchte ich – mehr als 30

Jahre nach dem Klinikaufenthalt - das UKE auf, um in meine Krankenakte zu schauen. Ich hatte die Hoffnung, dass ich durch das Lesen der Akte meinem Lebensgefühl in jener Zeit näher kommen würde und das wiederum mir helfen würde, mich an meinen Missbrauch zu erinnern. Es wurde mir aber mit Hinweis auf ein Gerichtsurteil „zu meinem eigenen Schutz“ verwehrt, meine Akte einzusehen. Mein Therapeut aus den 70er Jahren, den ich danach ausfindig machte, hat sich zwar an mich erinnert, hatte aber außer einigen Auszügen aus meiner Krankenhausakte keine Unterlagen mehr über mich. Freundlicherweise hat er mir die Unterlagen, die er noch hatte, zur Verfügung gestellt und daraus ging hervor, dass ich bereits 1970 über den erlittenen Missbrauch gesprochen habe. Allerdings ist das Thema in der Therapie nicht vertieft worden. Ich kann mich auch nicht daran erinnern, dass es überhaupt angesprochen wurde. Dass mir die Akteneinsicht verweigert wurde, empfinde ich noch heute als eine vollkommen unbegründete Verletzung meiner Persönlichkeitsrechte. Ich selber habe keine Erinnerung daran gehabt, dass ich den Missbrauch schon damals erwähnt habe. Und wenn ja, den Missbrauch durch wen? Denn, wie ich heute weiß, bin ich von mehreren Männern sexuell missbraucht worden. Es war aber für mich sehr wichtig, „schwarz auf weiß“ zu sehen, dass ich ihn erwähnt habe; denn zu Beginn meiner Aufarbeitung habe ich häufiger gedacht, dass ich verrückt bin, nach so vielen Jahren zu behaupten, als Kind sexuell missbraucht worden zu sein, ohne konkrete Erinnerungen zu haben. Dass alle meine Erinnerungen an den ersten und sehr viel schwerwiegenderen Missbrauch in meinem Körper abgespeichert waren, habe ich in meinem Aufarbeitungsprozess erfahren, der neben Einzeltherapie auch Körperarbeit und Teilnahme an einer Wildwasser-Selbsthilfegruppe in Berlin umfasste.

Aus der Therapie, die ich von 1970 bis Ende 1971 in Hamburg machte, ging ich gestärkt hervor, aber immer noch mit dem Paket des nicht aufgearbeiteten Missbrauchs, der erst 30 Jahre später seinen Weg in mein Bewusstsein finden würde.

Nach meiner Krankenhausentlassung im Juli 1970 brach ich mein Studium ab und arbeitete als kaufmännische Angestellte. Ich verkaufte englische Bonbons für eine Im- und Exportfirma. Die Eigentümer hatte ich kennengelernt, als ich gegen Kinderhüten mietefrei ein Zimmer unter dem Dach bewohnte, und die Eigentümer der Firma im Erdgeschoß. Auch dieses Ehepaar hat an der Umbruchstelle in meinem Leben nach dem langen Krankenhausaufenthalt eine wichtige Rolle gespielt, haben sie mir doch mit dem Arbeitsplatz in ihrer Firma eine Tür geöffnet, die mir erlaubte, mein eigenständiges Leben weiterzuführen und nicht, wie meine Eltern planten, wieder unter ihr Dach und ihre Aufsicht zurückzukehren.

Ende 1971, mit Abschluss der Therapie, kündigte ich in der Firma, denn ich merkte, dass ich nicht mein Arbeitsleben lang Bonbons verkaufen wollte. Obwohl es mir sehr schwerfiel, die Kündigung auszusprechen, weil ich mich als „undankbar“ empfand, schaffte ich es.

Ich versuchte dann - in einem zweiten Anlauf - meinem ursprünglichen Berufsziel „im sozialen Bereich zu arbeiten“ auf andere Weise näher zu kommen. Ich bewarb mich beim Amt für Jugend in Hamburg um eine Stelle als Angestellte in der Tätigkeit einer Erzieherin. In dem Bewerbungsgespräch, in dem ich sehr offen meine Therapie und meinen Krankenhausaufenthalt erwähnte, wurde mir nahegelegt, eine gewisse Zeit mit einer weniger anstrengenden Tätigkeit zu überbrücken, um den Erfolg meiner Therapie zu festigen. Das tat ich. Zufälligerweise hatte ich drei Tage vor dem Gespräch einen Artikel in der Tageszeitung gelesen, dass eine große Reederei die Seefahrt für Frauen zugänglich gemacht hatte und Stewardessen einstellte. So fuhr ich ein Jahr lang auf mehreren Frachtern als Stewardess zur See. Als ich zurückkam, mit einem Bündel von unglaublichen Erlebnissen an Bord und in der Welt, wurde ich im zweiten Anlauf als „Angestellte in der Tätigkeit einer Erzieherin“ eingestellt. Ich hatte den Plan, nach dreijähriger praktischer Tätigkeit die Erzieherausbildung zu machen, die es mir ermöglicht hätte, halbtags zu arbeiten und die verbleibende Zeit die Ausbildung zu absolvieren.

Aber ich hatte die Rechnung ohne den Personalärztlichen Dienst (PÄD) gemacht. Nach 8 Monaten wurde ich gezwungen, die Tätigkeit aufzugeben, weil der Leiter der Psychiatrischen Abteilung des Personalärztlichen Dienstes befand, dass ich „aufgrund meiner Vorgeschichte für den sozialpädagogischen Bereich nicht geeignet bin“. Dass mein unmittelbarer Vorgesetzter in einem Vollheim für Jugendliche da ganz anderer Meinung war, interessierte den Arzt nicht. Welche Mechanismen bestanden, dass der Arzt überhaupt Kenntnisse „über meine Vorgeschichte“ erlangen konnte, da ich beim PÄD keinerlei Angaben zu psychiatrischen Behandlungen oder Klinikaufenthalten gemacht hatte, habe ich nie herausfinden können.

Glücklicherweise konnte ich als Verwaltungsangestellte der Personalabteilung des Amtes für Jugend weiterarbeiten und nach mehrjähriger Tätigkeit dort machte ich eine Ausbildung zur Finanzbeamtin. Eine Laufbahn, die ich mir nicht wirklich ausgesucht habe. Aber da ich gern eine Ausbildung machen wollte

und schon im öffentlichen Dienst tätig war, landete ich in der Finanzverwaltung, denn in der allgemeinen Verwaltung herrschte gerade Ausbildungsstopp.

Da ich beruflich nicht das machen konnte, wovon ich als Kind geträumt habe, „im sozialen Bereich arbeiten“, nahm ich meine Berufstätigkeit als notwendige Beschäftigung, um meinen Lebensunterhalt zu verdienen und verlagerte mein Hauptinteresse in die Freizeit. Ich engagierte mich in der Friedensbewegung und „kümmerte mich“ um alle sozialen Ungerechtigkeiten in der Welt. Heute weiß ich, dass es oft leichter ist, den Schmerz der anderen zu teilen als sich seinem eigenen Schmerz zu nähern. Meine Freizeitaktivitäten nahmen an Umfang zu. Ich engagierte mich nicht nur in der Friedensbewegung, sondern befasste mich mit politischen Veränderungen in Lateinamerika, leistete Nachbarschaftshilfe und lebte meine Beziehung mit einer Frau. Mein Beschäftigungstag hatte 20 Stunden und mir war damals nicht bewusst, dass ich mit meinem Verhalten alles tat, um mich nicht meiner Missbrauchsgeschichte zu stellen.

In der Finanzverwaltung geriet ich dann schließlich nach mehreren Jahren Arbeit in eine emotionale Sackgasse: die Tätigkeit hat mich an meine Grenzen der psychischen Belastbarkeit geführt. Nachdem ich meinen Kindheitstraum aufgeben musste, „im sozialen Bereich zu arbeiten“ hatte ich versucht, mich in einem Beruf anzusiedeln, um lediglich meinen Lebensunterhalt zu garantieren, nicht, um einer Berufung zu folgen. Das aber hatte nicht funktioniert. Ich war erneut in einer schweren Krise und musste mich in psychiatrische Behandlung begeben. Ich brauchte eine Arbeit, die mir mehr gab als ein Einkommen zum Leben.

Mit 41 wurde ich in den vorzeitigen Ruhestand versetzt. Das war für mich ein unglaublicher Schock; denn ich fühlte mich zu nichts mehr nutze. Als ich dann auch noch eine Absage bekam, als ich mich um einen Ausbildungsplatz in der Altenpflege bemühte, verschlimmerte sich meine emotionale Situation noch und ich kam wieder an einem jener persönlichen Tiefpunkte an, wo Suizidgedanken mich quälten und die „Gewissheit“, dass ‚dieses Leben nicht für mich ist‘.

Glücklicherweise gab es auch an diesem Umbruch eine Tür, die sich öffnete: ich wurde gefragt, ob ich bereit sei, dem Team einer Frauen-Näh-Kooperative in Nicaragua zu helfen, die Organisationsstrukturen des Geschäftsbetriebs zu verbessern und einen neuen Markt für ihre Produkte aufzubauen, der nach einer Währungsreform vollkommen zusammengebrochen war.

Das hörte sich nach einer verheißungsvollen Aufgabe an, da konnte ich endlich „helfen“. Und das auch noch ohne Gehalt fordern zu müssen; denn ich hatte ja mein Auskommen als Frühpensionärin und konnte diese Tätigkeit ehrenamtlich ausüben. Bei einem früheren Aufenthalt in Nicaragua hatte ich diese Näh-Kooperative kennengelernt, und die Monate bis zu meinem Abflug nutzte ich nun, um Spanisch zu lernen.

Dass ich mich von Anfang an auch in Nicaragua in der Frauenbewegung engagierte, war die nahtlose Fortsetzung meines Engagements in Deutschland. Als sich 1991 das Frauennetzwerk gegen Gewalt gründete, habe ich mich nicht gefragt, warum ich in dem Netzwerk mitarbeiten wollte. Erst durch meinen Aufarbeitungsprozess habe ich erkennen können, dass mein Engagement in der Frauenbewegung sehr viel damit zu tun hatte, mich meiner eigenen Geschichte zu nähern.

Obwohl ich eigentlich nur an einen Aufenthalt von 2 Jahren gedacht hatte, blieb ich 13 Jahre in Nicaragua. Dieses Land wurde zu meiner zweiten Heimat und die Frauen der Näh-Kooperative mit ihren Familien wurden meine wirklichen Familienangehörigen, die stets um mich besorgt waren und mir in all den Jahren sehr viel Zuneigung und Verständnis entgegengebracht haben. In Nicaragua war es auch, wo meine Missbrauchsgeschichte sich im Juli 2000 ihren Weg in mein Bewusstsein gebahnt hat: Zoilamérica Narváez, Stieftochter des seit 2007 wiedergewählten Präsidenten Daniel Ortega, hat 1998 öffentlich über den sexuellen Missbrauch gesprochen, den ihr Stiefvater, Präsident von Nicaragua von 1979 bis 1990, über viele Jahre an ihr verübt hatte. Ich habe selbstverständlich in der Unterstützerguppe mitgearbeitet, die sich gebildet hat, um internationale Öffentlichkeit herzustellen. Beim Übersetzen ihrer öffentlichen Anklage gegen ihren Stiefvater habe ich mir erste Fragen gestellt, und ein Jahr später bin ich in eine abgrundtiefe Krise gestürzt, die mich mal wieder an den Rand des Suizids gebracht hat.

Nach einem Alptraum, in dem ich in einem Hochhaus ein schweres Erdbeben nur mit leichten Kratzern überlebe, wachte ich auf und „wusste“ mit einer unverrückbaren Gewissheit, dass ich meine Missbrauchsgeschichte aufarbeiten muss. Niemand hätte mir einreden können, dass ich mir das alles einbilde. Mein Körper sprach Bände, aber mein Gehirn erklärte mich für verrückt...

Die Erinnerungen saßen in meinem Rücken. Wenn jemand meinen Rücken in Höhe der Schulterblätter auch nur berührte, verfiel ich in einen nicht enden wollenden Weinkampf. In Nicaragua suchte ich eine Psychologin auf, die mir als „Expertin“ für sexuellen Missbrauch empfohlen wurde. Mit ihr begann ich eine Gesprächstherapie. Auch eine Masseurin suchte ich auf und habe aufschlussreiche Erfahrungen in den Körperarbeitssitzungen machen können, die mir sehr geholfen haben, Blockierungen in meinem Körper zu lösen und meine Intuition ernst zu nehmen. Intuition ist für mich inzwischen mein sechster Sinn geworden. Ich begann, mir und meinem Körper zu vertrauen, und vor allem, ich begann mein Körper zu fühlen. Es war nicht mehr nur mein Kopf, der „fühlte“, sondern jede einzelne Körperzelle und jede Pore begannen zu fühlen. Aber ich erkannte auch, dass ich mich mit anderen Frauen austauschen musste, die Ähnliches erlebt hatten wie ich; in ihren Geschichten hoffte ich, Puzzleteilchen meiner eigenen Vergangenheit zu entdecken. Das war in Nicaragua nicht möglich; denn über eigene Erfahrungen von sexuellem Missbrauch in der Kindheit sprach niemand. Es fühlte sich an, als wenn es das Problem in Nicaragua nicht gab, obwohl mein Gefühl mir etwas anderes vermittelte.

Ende 2001 verließ ich also Nicaragua und zog nach Berlin auf der Suche nach anderen betroffenen Frauen. Innerhalb kurzer Zeit hatte ich die ersten Beratungsgespräche bei Wildwasser und relativ schnell fand ich auch eine Therapeutin, mit der ich die in Nicaragua begonnene Gesprächstherapie fortsetzte. Auch Körperarbeit setzte ich in Berlin fort, und es dauerte eine ganze Weile, bis ich für mich die passende Art gefunden hatte.

Sehr wichtig war für mich der Gruppenprozess in meiner Selbsthilfegruppe. Lange Zeit fühlte ich mich dermaßen abhängig von den anderen Frauen, dass ich glaubte, nicht mehr ohne diese Gruppe auskommen zu können. Wir unterstützten uns gegenseitig bei den jeweiligen Schritten unseres Aufarbeitungsprozesses und nach und nach hat jede von uns viel Selbstsicherheit gewonnen. Mehr als 2 Jahre habe ich an der Selbsthilfegruppe teilgenommen, bis ich langsam an den Punkt gelangte, dass es mir möglich wurde, mir ein Leben nach der Gruppe auch für mich vorzustellen.

Am Ende meiner Gruppenzeit war für mich klar, dass ich etwas mit und für andere Frauen tun wollte, die wie ich sexuelle Gewalt in der Kindheit erfahren haben. Was lag da näher, als ehrenamtlich in dem Frauenladen von Wildwasser mitzuarbeiten? Der „Laden“, ein Treffpunkt für betroffene oder am Thema interessierte Frauen, ist einmal in der Woche am Abend geöffnet. Bei einer Tasse Tee, Kaffee oder einem Glas Wasser können Frauen miteinander über unterschiedliche Themen ins Gespräch kommen oder sich dem Thema nähern, das ihnen auf der Seele brennt. Sie können sich aber auch mit einem Buch aus der Präsenzbücherei zurückziehen und zum Thema lesen.

Die Wildwasserfrauen der ersten Stunde haben mit dem Leitfaden, den sie nach 10 Jahren Selbsthilfegruppen-Erfahrung herausgebracht haben, die Grundlage geschaffen, dass das System der Selbsthilfegruppen auch anderswo angeboten werden kann. Das hat mich der Idee nahegebracht, meine Gruppenerfahrung mit Frauen in Nicaragua zu teilen, von denen ich wusste oder auch nur vermutete, dass sie sexuellen Missbrauch in ihrer Kindheit erlebt hatten. Ich übersetzte also den Leitfaden und ließ ihn per Email in der autonomen Frauenbewegung kursieren. Ab 2004 habe ich meine Aufenthalte in Nicaragua dazu genutzt, offen über meinen Aufarbeitungsprozess zu sprechen und bin auf Interesse gestoßen, auch in Nicaragua Selbsthilfegruppen zu initiieren. Und das tue ich seit 2007 mit einem engagierten Team von betroffenen Frauen.

Meine heutige Berufsbezeichnung lautet: Visionärin! Ich habe Visionen für das eigene Leben entwickelt und für meine politische Arbeit.

Das Thema sexueller Missbrauch ist in Nicaragua nach wie vor schwierig zu bearbeiten, aber Aguas Bravas Nicaragua, die kleine Schwester der Frauenselbsthilfe von Wildwasser in Berlin ist nicht mehr wegzudenken und das Team leistet großartige Arbeit. Ich fühle mich sehr geehrt, mit diesen tollen Frauen zusammenarbeiten zu dürfen und die Strukturen von Aguas Bravas Nicaragua mit gestalten zu dürfen. Ich habe das Gefühl, dass ich in meinem Leben dort angekommen bin, wo ich meine Fähigkeiten optimal einsetzen kann, zum Wohl für andere und zu meinem eigenen Wohlbehagen: Türen öffnen für andere, die Ähnliches erlebt haben und Beispiel für dieses neue Lebensgefühl zu sein, sind die bleibenden Geschenke, die mir mein Aufarbeitungsprozess „bescherft“ hat. Dass ich außerdem meine Fähigkeit zu empfinden, meinen Körper zu fühlen und lieben zu können zurück gewonnen habe, ist ein weiteres Glück, das ich genieße und das mich darauf vertrauen lässt, dass ich bald auch meinen letzten großen Wunsch realisieren werde: glücklich in einer Partnerschaft zu leben.

Endlich angekommen zu sein ist das wundervollste Gefühl, das ich je in meinem Leben empfunden habe.

Brigitte Hauschild

## **Am Anfang steht der Machtmissbrauch**

### **Über Berufsbrüche als Folge von sexueller Gewalt**

**Von Gisela Medzeg**

Einleitung: Wie ich zum Thema kam

An meiner Berufstätigkeit habe ich mit Ausnahme weniger Jahre mein ganzes Leben lang gelitten. Ich hatte bereits ein abgebrochenes Studium und drei Kündigungen hinter mir, als ich in Selbsthilfegruppen von anderen betroffenen Frauen erfuhr, dass sie mit ähnlichen Problemen zu kämpfen hatten. Wie ich hatten sie ursprünglich ihre Ausbildung und ihren Beruf selber gewählt, waren zum Teil hochqualifiziert, doch schafften sie ihr Ziel nicht oder litten an dem aktuell Erreichten. Ich fing an, über Zusammenhänge nachzudenken. Im Selbsthilfeprojekt "Namenlos", der Schriftenreihe für MädchenFrauenLesben gegen sexuelle Gewalt, schlug ich vor, Berufsprobleme Betroffener zum Schwerpunkt eines Heftes zu machen. "Brüche und Berufsbrüche" lautete der Titel von Heft 4, das 1995 erschien. In der Redaktionsgruppe setzten wir, vier FrauenLesben, uns intensiv mit Ausbildung und Berufstätigkeit auseinander. Einzelne schrieben Erfahrungsberichte. Ich versuchte, theoretisch zu erfassen, was den Leidensdruck bei mir/bei uns erzeugte. Zwar musste die Schriftenreihe "Namenlos" nach vier Heften eingestellt werden, doch ich selber hörte nicht auf, mich mit dem Thema zu beschäftigen. Meine Möglichkeiten allerdings sind beschränkt. Eine politisch aktive Selbsthilfebewegung gegen sexuelle Gewalt, innerhalb derer ich über Berufsprobleme diskutieren könnte, gibt es kaum noch. Persönlich verfüge ich weder über die finanziellen Mittel noch über die Möglichkeit, durch gezielte Befragungen von Betroffenen und hauptamtlichen Professionellen meine theoretischen Erkenntnisse zu überprüfen und zu vertiefen. Mein Ziel jedoch habe ich nicht aus den Augen verloren: Ich will betroffenen Frauen und mir selbst die erdrückende Last des Versagens von den Schultern nehmen. Wir scheitern nicht an unserer Psyche, behaupte ich, nicht an der Last unbewältigter Erinnerungen, wir scheitern an den herrschenden Machtstrukturen, die normal erscheinen, es jedoch keineswegs sind.

Mein Werdegang

Als junge Frau wollte ich Journalistin werden, daher studierte ich politische Wissenschaft. Doch bereits im Studium erlebte ich den ersten Bruch: Ich war nicht in der Lage, Examen zu machen. Weder verstand ich die Spielregeln der Wissenschaft noch fand ich mich in der Anonymität der Massenuniversität der frühen 60er Jahre zurecht. So begann ich ein Volontariat bei einer Tageszeitung in Heidelberg und wurde Lokaljournalistin. Ich mochte diese Arbeit, fühlte mich in die überschaubare Redaktion sozial eingebunden und begriff rasch, dass ich gut recherchieren und schreiben konnte; der Konkurrenz der männlichen Kollegen war ich gewachsen. Doch als die Studentenbewegung Ende der 60er Jahre mich kritisches Denken und Nachfragen lehrte, dauerte es nicht lange, bis ich in politische Konflikte mit den Herausgebern der Zeitung und meinen Vorgesetzten geriet. Nach etwa zwei Jahren kündigte ich, denn weder wollte ich mich politisch unterwerfen noch selbst gekündigt werden. Meine Hoffnung damals war, in West-Berlin in einem zweiten Anlauf mein abgebrochenes Studium wieder aufzunehmen und abzuschließen. Das gelang allerdings nur mit Mühe – eine psychische Krise, verbunden mit einem zweimonatigen Aufenthalt in der Psychiatrie, hätte mich fast um das Diplom gebracht. Meinen Berliner Traum, zu promovieren und in die Wissenschaft zu gehen, musste ich begraben, dazu war mein Diplom zu schlecht. So suchte ich erneut eine Stelle als Journalistin, fand eine als journalistische Angestellte im Bereich Öffentlichkeitsarbeit bei der Stadtverwaltung Ludwigshafen am Rhein - und hatte die nächsten fünf Jahre Mühe, nicht an meiner Verzweiflung zu zerbrechen. Mich quälte, dass ich in meinen Presseartikeln die Sprache der Verwaltung schreiben musste, während meine eigene kritische zum Schweigen verurteilt war. In Gremien, über die ich zu berichten hatte, war ich oft die einzige Frau – und die einzige, die kein Recht auf eine Meinungsäußerung hatte. Als ich die Stelle nicht mehr aushalten konnte, kündigte ich ein zweites Mal, wurde arbeitslos und nahm ein Dreivierteljahr später eine Tätigkeit als Halbtags-Schreibkraft im Nationaltheater in Mannheim an. Erneut kündigte ich, als auch dieser Job unerträglich wurde, weil mir ständig mehr abverlangt wurde, als ich zu leisten vermochte und ich nicht in der Lage war, mich angemessen zu wehren. Im Frühjahr 1982 bekam ich eine Stelle als Halbtags-Angestellte im Amtsgericht Mannheim. Dort blieb ich bis zur Rente. Glücklicherweise war ich nicht, aber ich hatte begriffen, dass ich weniger litt, wenn ich meine bloß äußerliche Fertigkeit zu tippen verkaufte, während mich der Zugriff eines Arbeitgebers auf meine kreativen Fähigkeiten in verzweifelter Selbsthass stürzte. "Lügen oder schweigen?" nannte ich meinen Erfahrungsbericht vom Elend im bürgerlichen Beruf, den ich

1985 veröffentlichte (Medzeg 1985) – einige Jahre, bevor mir der Zusammenhang mit dem sexualisierten Machtmissbrauch meiner Kindheit bewusst geworden war.

Heute verstehe ich, dass ich mit meinem frühen Berufswunsch der Journalistin das Schweigen aufbrechen wollte, das mir in meiner Familie auferlegt worden war und mich umgab. Ich wollte Sprache haben, öffentliche, laute Sprache, wollte verstanden werden, mein Wissen und meine Wut in die Welt hinausschrei(b)en. Doch im Beruf der Journalistin konnte ich meine Sprache nicht finden, weil ich die meines Arbeitgebers verwenden musste. Das Schreiben gegen meine innere Überzeugung stürzte mich in Verzweiflung und hätte mich auf Dauer krank gemacht. So wurde ich Schreibkraft, von der niemand eine eigene Sprache verlangt, die nur tippt, was ihr vorgegeben wird. Werfe ich einen Blick zurück auf die Schreibkraft, die ich mehr als zwei Jahrzehnte lang war, erkenne ich meinen Wunsch nach radikaler Verweigerung. Ich wollte für nichts und niemanden verfügbar sein. Niemand sollte von mir etwas verlangen dürfen, was ich nicht freiwillig zu geben bereit war, und schon gar nicht gegen Geld. Nichts an mir und nichts von mir sollte käuflich sein, außer meiner unbedeutenden Fertigkeit, mit zehn Fingern auf einer Tastatur zu tippen.

### Der sexualisierte Machtmissbrauch

Feministische Autorinnen haben seit Beginn der Debatte den sexuellen Missbrauch bzw. die sexuelle Gewalt an Mädchen und Frauen konsequent als Machtmissbrauch definiert und verstanden (1). Sexueller Missbrauch, darin stimmen sie überein, hat nichts mit Sexualtrieb oder gar mit Liebe zu tun. Stattdessen geht es den Tätern um Unterwerfung, Grenzverletzung, Erniedrigung und Inbesitznahme, um Durchsetzung ihres Interesses und ihrer vermeintlichen Rechte, um das Ausleben von Hassgefühl auf Kosten von Mädchen und Frauen, um Zerstörung von weiblicher Autonomie und Kultur, also um den Anspruch auf Macht und Verfügbarkeit. Aus feministischer Sicht ist sexueller Missbrauch eine Form des Machtmissbrauchs, der oft genug einhergeht mit Akten brutaler Gewalt. Aufgrund dieser Analyse gehen feministische Beratungsprojekte und Autorinnen mehr und mehr dazu über, statt von "sexueller Gewalt" von "sexualisierter Gewalt" zu sprechen (z.B. Gerstendörfer 2007). Dieser sprachlichen Veränderung allerdings verweigere ich mich. Zwar rede ich von sexualisiertem Machtmissbrauch, doch verwende ich weiterhin die Begriffe "sexueller Missbrauch" und "sexuelle Gewalt". Nach meinem Verständnis verweisen sie auf die nachhaltige Verletzung der Sexualität, der Liebesfähigkeit und der Identität des Opfers, während das Wort "sexualisiert" sich ausschließlich auf den/die Täter bezieht. Wenn ich von körperlicher oder psychischer Gewalt rede, sehe ich nicht nur den Täter, sondern gleichzeitig den verletzten Körper oder die verletzte Psyche des Opfers; das gleiche gilt für sexuelle Gewalt. Ich verwende auch das Wort Missbrauch, weil sexualisierter Machtmissbrauch ebenso dann stattfindet, wenn keine Gewaltmittel eingesetzt werden, eine Tatsache, die nach meiner Einschätzung mit dem Begriff "sexualisierte Gewalt" nicht angemessen erfasst werden kann.

Sexualisierter Machtmissbrauch heißt für das betroffene Mädchen:

- Der Täter eignet sich ihren Körper an, er verfügt über ihren Körper.
- Der Täter verlangt eine Beziehung von ihr, die sie nicht will; er zwingt ihr seine Art der Beziehung auf.
- Das Opfer muss sich einem fremden Willen, dem des Täters, unterwerfen.

Die Auswirkungen auf betroffene Mädchen und Frauen sind vielfältig und unterschiedlich. Ich beschränke mich auf mögliche Folgen, die für Ausbildung und Beruf von Bedeutung sind:

- Von negativen Gefühlen wie Ekel, Angst, Scham, Schuld, Hass und Selbsthass überwältigt und gelähmt, bleibt der Betroffenen für Lust am Spielen und am Ausprobieren ihrer Fähigkeiten, für die Entwicklung von Handlungsfähigkeit und –kompetenz wenig oder gar kein Raum.
- Die Betroffene spaltet nicht erträgliche Wahrnehmungen von sich ab; diese verschwinden aus ihrem Bewusstsein. Sie muss sich von sich selbst entfremden, wenn sie überleben will. Die Folge: sie leidet, ohne zu verstehen warum.
- Übermäßig starke, chronische Angst vor dem Täter, den Tätern und vereinzelt vor der Täterin macht langfristig konfliktunfähig im Umgang mit Autoritäts- bzw. mächtigen Personen.
- Das meist vom Täter/den Tätern erzwungene Schweigen, verbunden mit verleugneten negativen Gefühlen, führt zu Lüge und Verlogenheit; die Betroffene wird zur Schauspielerin ihrer selbst, unauthentisch im Umgang mit anderen Menschen und in der Wahrnehmung ihrer selbst (2).
- Die Betroffene verliert die Lust am Leben, d.h. am Leben mit allen Sinnen; chronische Verzweiflung, Trauer und Angst zerstören mit der Sinnlichkeit auch das Gefühl für den Sinn des eigenen Lebens und in der Folge für den Sinn der eigenen Arbeit.

An einem Beispiel aus meiner Schulzeit möchte ich verdeutlichen, wie die Auswirkungen im Alltag aussehen können: Das Mädchengymnasium, das ich in den 50er Jahren besuchte, veranstaltete jeden Sommer Leichtathletik-Wettkämpfe für die Schülerinnen. Ich erinnere mich an einen 100-Meter-Lauf, als ich etwa 15 oder 16 Jahre alt war. Mit 1,80 m Körpergröße überragte ich um diese Zeit alle gleichaltrigen Mädchen und hatte beim Laufen und Springen einen erheblichen natürlichen Vorteil. Als ich in diesem Sommer, der mir noch gegenwärtig ist, neben den anderen Mädchen auf der Aschenbahn rannte, kam mir die Situation plötzlich sinnlos vor. Ich lief zwar weiter, blickte jedoch nach oben in den Himmel, sah Blau und Wolken und erreichte als letzte das Ziel. Was die anderen damals sagten, weiß ich nicht mehr. Doch war offenkundig: Ich hatte eine Chance auf Erfolg vertan. Ich wurde vom Sinnverlust überwältigt, verlor die Freude am Laufen, stieg aus der Situation aus und verweigerte mich. Ohne Worte sagte ich: Ich bin die letzte, das letzte, das allerletzte. Vielleicht auch: Ich bin die Ver-letzte. Bis heute kenne ich die Gefahr, von Gefühlen der Sinnlosigkeit überwältigt zu werden, wenn ich ein Ziel erreichen will.

Wenn ich die Situation von damals analysiere, wird deutlich, dass meine Verweigerung weder zufällig noch unverständlich war: Der Sportlehrer/die Sportlehrerin verfügt über den Körper des Mädchens, indem er/sie das Laufen befiehlt. Er/sie verfügt über die Sinnlichkeit des Mädchens, weil Laufen eine sinnliche Tätigkeit ist. Er/sie entscheidet über den Sinn des Laufens: hier Wettkampf mit dem Ziel einer guten Note. Er/sie entscheidet über die Beziehung, die die laufenden Mädchen miteinander eingehen: hier in Konkurrenz gegeneinander. Die Verfügung über den Körper der Schülerin im Sport und die Verfügung über ihren Körper beim sexualisierten Machtmissbrauch weisen eine strukturelle Ähnlichkeit miteinander auf. Es ist nicht verwunderlich, wenn die Schülerin, einem Befehl gehorchend, von bewussten oder unbewussten Gefühlen überwältigt wird. Der Unterschied zwischen beiden Situationen ist allerdings: Der sexualisierte Machtmissbrauch ist eine ausschließlich negative Konstellation mit ausschließlich negativen Folgen. Der Schulzwang zu lernen, die eigenen Fähigkeiten zu entwickeln, im Sport den eigenen Körper zu erproben und zu gebrauchen, hat positive und sinnvolle Seiten. Trotzdem: Bereits hier stellt sich die Frage, ob Zwang, Leistungsdruck und Konkurrenz wirklich unerlässliche Bedingungen dafür sind, damit Kinder und Jugendliche lernen, die eigenen Fähigkeiten zu entwickeln.

#### Macht und Hierarchie in der Erwerbsarbeit

Blicken wir kurz zurück auf die 60er und 70er Jahre des 20. Jahrhunderts: Der Wunsch nach Befreiung aus herrschenden Zwängen, die Sehnsucht nach Freiheit und Autonomie waren der wesentliche Antrieb für die neue, die autonome Frauenbewegung in den USA und Westeuropa. Bereits bei Simone de Beauvoir ist Freiheit der zentrale Begriff in ihrer 1949 veröffentlichten berühmten Untersuchung "Das andere Geschlecht". Nach den Möglichkeiten der Frau, nach den Möglichkeiten des Individuums will sie "nicht in Begriffen des Glücks, sondern in Begriffen der Freiheit" fragen, wie sie in ihrer Einleitung schreibt (Beauvoir 1994, S.26). Die italienische Kommunistin Rossana Rossanda erfährt zu ihrem eigenen Erstaunen 1978 in ihren Interviews mit italienischen Frauen, dass Freiheit für ihre Gesprächspartnerinnen einen höheren Wert darstellt als Gleichheit, während die von ihr befragten Männer spontan für Gleichheit votieren (Rossanda, 1980, S. 85 ff). Frauen, die gegen Unterdrückung rebellieren, verlangen Freiheit, um Handlungsfähigkeit und –kompetenz zu erreichen. Frauen, die Opfer von sexualisiertem Machtmissbrauch geworden sind, brauchen Freiheit und Autonomie, um zu sich selbst zu finden. Bereits mein Beispiel aus der Schulzeit jedoch verweist auf die Unfreiheit innerhalb der gegebenen Strukturen.

Die Machtverhältnisse in der Erwerbsarbeit will ich im Folgenden genauer analysieren. Wenn ich von Erwerbsarbeit spreche, meine ich in erster Linie die formale Erwerbsarbeit. Zunächst will ich den Begriff der Macht definieren. Macht hat nach meinem Verständnis ein Doppelgesicht, dessen eine Seite ich als Unterwerfungsmacht, dessen andere ich als Handlungsmacht bezeichne. Ich beziehe mich einerseits auf die Definition von Max Weber, der schreibt: "Macht bedeutet jede Chance, innerhalb einer sozialen Beziehung den eigenen Willen auch gegen Widerstreben durchzusetzen, gleichviel worauf diese Chance beruht." (Weber, Bd. I, S.38). Nach Hannah Arendt dagegen hat Macht einen völlig anderen Charakter. Sie stellt fest: "Macht entspricht der menschlichen Fähigkeit, nicht nur zu handeln oder etwas zu tun, sondern sich mit anderen zusammenzuschließen und im Einvernehmen mit ihnen zu handeln. Über Macht verfügt niemals ein Einzelner; sie ist im Besitz einer Gruppe und bleibt nur solange existent, als die Gruppe zusammenhält. Wenn wir von jemand sagen, er 'habe die Macht', heißt das in Wirklichkeit, daß er von einer bestimmten Anzahl von Menschen ermächtigt ist, in ihrem Namen zu handeln" (Hannah Arendt, Macht und Gewalt, S.45). Gewalt ist einerseits ein Mittel der Unterwerfungsmacht. Andererseits steht sie im Gegensatz zur Handlungsmacht. Wo Gewalt beginnt, sagt Hannah Arendt, endet das Handeln, es beginnt der Gehorsam (Arendt, ebd. S, 54, S. 57).

Macht gibt es jedoch nicht nur im Bereich der Politik (3). Jede, die einen Beruf ausübt, weiß: Arbeitsplätze sind eingebunden in feste Machtstrukturen. Auch hier trägt die Macht das Doppelgesicht von



Handlungsmacht und Unterwerfungsmacht. Die legale und allseitig akzeptierte Form der Macht in der Erwerbsarbeit heißt Hierarchie. Entscheidungen und Anordnungen werden von oben nach unten weitergegeben. Handlungsmacht in der Erwerbsarbeit zeigt sich in der von anderen anerkannten Kompetenz und kann sich z.B. in Team-Arbeit und Team-Entscheidungen verwirklichen.

Hierarchie im Arbeitsalltag bedeutet:

- Unterwerfung unter einen fremden Willen; nicht die Arbeitnehmerin entscheidet, was und wie sie arbeitet, sondern der Arbeitgeber
- Aneignung des Arbeitsproduktes oder Arbeitsergebnisses durch den Arbeitgeber
- Festlegung der Arbeitsbedingungen durch den Arbeitgeber
- Entscheidung über die zwischenmenschlichen Beziehungen durch den Arbeitgeber

Die Unterwerfung unter den Willen des Arbeitgebers lässt keinen Raum für die Autonomie der Arbeitenden. In Kleinbetrieben sind der Arbeitgeber und der direkte Chef identisch. In Großunternehmen und der öffentlichen Verwaltung gibt der Vorgesetzte als Glied in einer Kette die Anordnungen und Entscheidungen von oben nach unten weiter. Autonomes und selbstbestimmtes Arbeiten sind entweder nicht möglich, weil Chef oder Vorgesetzter entscheiden, was wann und unter welchen Bedingungen zu tun ist. Größere Freiräume für eigene Entscheidungen scheint es für Selbständige und alternative Betriebe zu geben, doch sorgen Zwänge des Marktes und finanzielle Abhängigkeiten dafür, dass Freiheit zur Fiktion wird und Autonomie zu Selbstausbeutung führt. In der Fremdbestimmung dessen, was und wie zu arbeiten ist, egal aus welcher Quelle diese kommt, das heißt in der Entfremdung von der eigenen Arbeit, ist nur wenig oder gar kein Raum für den selbstdefinierten Sinn der eigenen Arbeit und damit ebenfalls nicht für die Freude am Gelingen. Freude am konkreten Arbeitsergebnis kann nur entstehen, behaupte ich, wenn ich meine Arbeit selber wählen kann, über ihren Ablauf mitentscheide und an der Auswahl der KollegInnen, mit denen ich zusammenarbeite, mitbeteiligt bin. Es war in meinen Augen keine Freude, was ich früher bei Kolleginnen oft beobachten konnte, wenn sie ihre Arbeit erledigt hatten. Was sie zeigten, war ein Gefühl der Befriedigung über die Bewältigung des nicht endenden Arbeitsanfalls, meist verbunden mit einem Stoßseufzer über den Stress. Was sie äußerten, war Genugtuung über die eigene Belastbarkeit angesichts der Aktenberge. Glück darüber, ihre Fähigkeiten zu entfalten, sichtbar zu werden in ihrer Kompetenz und zusammen mit anderen etwas Sinnvolles zu leisten, kannten sie nicht.

Die Aneignung des Arbeitsproduktes oder –Ergebnisses durch den Arbeitgeber bedeutet: dem Arbeitgeber gehört das Produkt, das die ArbeitnehmerInnen im Arbeitsprozess schaffen, sei es in Gestalt von Autos, Kühlschränken oder Stühlen. Der Arbeitgeber verfügt über die Dienstleistung, zu der sich die ArbeitnehmerInnen verpflichtet haben; sie erledigen, was ihnen aufgetragen wird, mit ihnen selbst jedoch oft nichts oder nur wenig zu tun hat. Diese Aneignung nenne ich eine legalisierte Form der Ausbeutung, das heißt, sie vollzieht sich in Übereinstimmung mit den herrschenden Gesetzen. Des Weiteren bestimmt der Arbeitgeber darüber, zu welchen Zeiten, unter welchem Tempo und in welchen Räumen gearbeitet wird. Und nicht zuletzt: Der Arbeitgeber entscheidet, wer mit wem zusammenarbeitet, das heißt er zwingt Menschen Beziehungen auf, egal was diese wollen oder nicht. Die Gefühle und Erfahrungen der ArbeitnehmerInnen spielen dabei keine Rolle. Beziehungen am Arbeitsplatz werden seit einigen Jahren diskutiert, allerdings ausschließlich unter negativen Aspekten. Das Thema Mobbing ist öffentlich geworden, wissenschaftliche Untersuchungen haben festgestellt, dass viele Frauen und Männer unter solchen Erscheinungen leiden (4). Aber weiter geht diese Debatte bisher nicht. Die Erfahrung zeigt im Übrigen, dass Frauen besonders dann in Gefahr geraten, Opfer von Mobbing zu werden, wenn sie sich zuvor gegen sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz gewehrt haben. Für Frauen, die als Mädchen Opfer sexueller Gewalt geworden sind, ist eine solche Situation ein Alptraum, auf den sie meist mit Krankheit und Kündigung reagieren. In etwas mehr als der Hälfte der Fälle sind Vorgesetzte die Mobbing-Täter oder zumindest sind sie beteiligt, wie sich aus dem Dortmunder Mobbing-Report (S.65) ergibt. Legale Machtausübung und Machtmissbrauch liegen eng beieinander.

Erinnern wir uns: Im 19. Jahrhundert kämpften Frauen und Männer der bürgerlichen und der Arbeiterklasse in Europa und den USA mit Erfolg um das Recht auf Liebesheirat. Mann und Frau sollten nur zusammenleben müssen, wenn sie einander frei gewählt hätten. Wäre es heute nicht an der Zeit, gegen die Zwangskollegenschaft in der Erwerbsarbeit zu protestieren? Die öffentliche Debatte über den Wert positiver Arbeitsbeziehungen und die Notwendigkeit ihrer Pflege ist längst überfällig, doch gibt es sie meines Wissens nicht; weder bei Feministinnen (5) noch bei den Gewerkschaften habe ich davon gehört. Ein klar definiertes Mitspracherecht der ArbeitnehmerInnen bei der Wahl ihrer KollegInnen wäre ein erster Schritt zum Abbau von Hierarchie und Unterwerfungsmacht am Arbeitsplatz. Bereits unter den gegenwärtigen kapitalistischen Bedingungen wäre das möglich. Zumindest berichtete die Ludwigshafener Regionalzeitung "Rheinpfalz" im November 2008 von einer bekannten Drogerie-Kette, dass die Angestellten auf Filialebene nicht nur über Sortiment- und Preisgestaltung entscheiden sowie Dienst- und

Urlaubszeiten regeln, sondern sie genießen sogar ein Mitspracherecht, wenn jemand neu eingestellt wird (Rheinpfalz am Sonntag, 2.11.2008, S. 3).

Fremdbestimmung und aufgezwungene Beziehungen führen zu Sinnverlust und zu Entsinnlichung der Arbeit im Berufsalltag. Der Lohn besteht aus Geld. Die Befriedigung am Gelingen, der Genuss am Ergebnis, die Freude am Umgang mit den KollegInnen spielen offiziell keine Rolle; tun sie es doch, hat eine zufällig Glück. Geld sichert den Lebensunterhalt in unserer Gesellschaft, Geld ist zugleich ein Symbol für Macht und soziale Privilegien. Je höher die Stellung in der Hierarchie, desto größer die Macht, desto höher der Verdienst. Die Gier nach Geld ist ebenso grenzenlos wie die Gier nach (Unterwerfungs-)Macht, weil sie keine wirkliche Befriedigung kennt. Sind Geld, soziales Ansehen, Unterwerfungsmacht und sonstige Privilegien nicht längst an die Stelle des verloren gegangenen Sinns in der Arbeit getreten, frage ich mich. Die verloren gegangene Sinnlichkeit wird, so scheint mir, durch einen vermeintlichen Anspruch auf Sex ersetzt. Sex wird zum eingeforderten Lohn für die Maloche, egal ob einer Arbeiter oder Manager ist, ob einer oben oder unten steht. Und umgekehrt: Sex wird zum eingeforderten Ausgleich für den Verlust der Maloche, d.h. für die Ausgrenzung aus der Erwerbsarbeit, für die Nicht-Teilhabe an Geld und Macht. Nach meiner Meinung gibt es einen Zusammenhang zwischen sexueller Gewalt, Sextourismus, Frauenhandel, Internet-Pornographie und der sexuellen Ausbeutung von Mädchen und Jungen auf der einen sowie entfremdeten, ausbeuterischen und ausgrenzenden Arbeitsverhältnissen auf der anderen Seite. Sexuelle Gewalt ist nicht allein auf gestörte private Beziehungen zurückzuführen. Entfremdete, sinnentleerte Arbeitsverhältnisse produzieren nach meiner Erfahrung Hass, oft verdeckten oder unbewussten, manchmal fühl- und sichtbaren. Aus Hass entsteht Gewalt; aus sexualisiertem Hass erwächst sexuelle Gewalt, das heißt der Täter instrumentalisiert seine Sexualität, um seinen Hass loszuwerden. Er unterwirft das/die Opfer, trifft sie im Kern ihres Selbst und ihrer Sexualität, versucht, ihren Willen zu zerbrechen und sie sich verfügbar zu machen (6).

#### Die Wiederholung

Für viele Menschen, Frauen und Männer, MigrantInnen, ältere ArbeitnehmerInnen, Alleinerziehende, Angehörige kultureller Minderheiten usw. ist der Eintritt in die Erwerbsarbeit schwierig. An Problemen mit Ausbildung und Beruf zu leiden, ist die Erfahrung vieler Menschen. Bei Frauen, die sexuelle Gewalt in der Mädchenzeit erlitten haben, steigert sich nach meiner Beobachtung die Berufs-Problematik oft bis zur subjektiven Unerträglichkeit und Arbeitsunfähigkeit. So stellt sich mir die Frage nach den Ursachen. Eine durchschnittliche Kindheit und Jugend, die auf ein normales Leben vorbereitet, ist geprägt durch die erzwungene Anpassung an Normen und Geschlechterrollen. Kindheit und Jugend, die getragen sind von Zuneigung, Respekt, Autonomie und Förderung halte ich für eine solche Ausnahme, dass ich sie bei meinen Betrachtungen beiseitelasse. Wenn Frauen unserer Gesellschaft in Übereinstimmung mit den gesellschaftlichen Normen erwachsen geworden sind, haben sie in der Regel die für ihr Leben erforderliche Spaltung zwischen Körper, Psyche und Arbeitsfähigkeit vorgenommen. Sie werden die Fremdbestimmung in der Erwerbsarbeit als normal ansehen, sie nicht als Fremdbestimmung über ihr gesamtes Leben empfinden. Emotionale und sinnliche Bedürfnisse können sie in privaten Beziehungen befriedigen. Mit der Erwerbsarbeit sind die meisten nicht glücklich und nur wenige sind zufrieden, zumindest ist das meine Erfahrung, aber sie sind bis zu einem gewissen Grad in der Lage, sich zu arrangieren. Unter dem Verlust an Lebenssinn und der Entsinnlichung der Arbeit werden sie leiden, doch können sie einigermaßen damit umgehen. Um es anders zu sagen: Ein gewisses Maß an Zwang und Gewalt produziert gesellschaftliche Normalität, ein Übermaß verhindert sie. Frauen, die als Mädchen sexuelle Gewalt erlitten haben, haben in der Regel die normale Spaltung zwischen Körper, Psyche und Arbeitsfähigkeit nicht vollzogen, ihre Spaltungen können zu psychischer Störung werden, ihr Leiden zu Krankheit. Betroffene Frauen leiden in oft die ganze Identität umfassender Weise unter den Machtstrukturen am Ausbildungs- oder Arbeitsplatz. Die Situation in der Erwerbsarbeit erlebt die Betroffene oft genug als Wiederholung ihrer Mädchenzeit: Ihr Wille wird vom Arbeitgeber fremdbestimmt wie früher durch den Täter. Ihre Arbeit wird ihr enteignet wie ihr früher ihr Körper enteignet wurde. Ohne Autonomie kann sie zum Inhalt ihrer Arbeit keinen Bezug herstellen; diese erscheint ihr sinnlos, sie verliert die Lust, was sich als Depression über ihr Leben legt. Das Aufzwingen von Beziehungen beeinträchtigt, belastet oder zerstört ihre Selbstwahrnehmung und ihre Beziehungsfähigkeit gegenüber KollegInnen und Vorgesetzten. Sie weiß nicht, was sie mit ihnen reden und wie sie sich ihnen gegenüber verhalten soll. Eine Karriere anzustreben, das heißt Macht im Sinne von Unterwerfungsmacht zu erringen, führt in der Selbstwahrnehmung der Betroffenen leicht dazu, dass sie sich wie ein Täter, also selbst als Täterin fühlt. Frauen, die als Mädchen in die Prostitution gezwungen wurden, das heißt, deren Körper und Sexualität gegen Geld verkauft wurden, werden bereits beim Anbieten und Verkauf ihrer Arbeitskraft auf dem Arbeitsmarkt große Probleme haben. Oder sie wiederholen, was sie bereits als Mädchen lernen mussten und machen die Prostitution zum Beruf (7). Betroffene reagieren auf den Anspruch des Arbeitgebers auf Verfügbarkeit über ihre Arbeitskraft mit genau den heftigen Gefühlen, die früher der Anspruch des Täters auf sexuelle Verfügbarkeit über ihren Körper in ihnen hervorgerufen hat.

Die betroffene Frau leidet nicht einfach an Erinnerungsblitzen, nicht die Erinnerung macht sie arbeitsunfähig, wie gelegentlich in der Literatur zu lesen ist (Davis 1992, S. 240f). Was sie erfährt, ist zumindest teilweise eine reale Wiederholung des Machtmissbrauchs, dem sie so wenig wie einst als Mädchen entkommen kann, wenn sie für ihren Lebensunterhalt auf ihren Arbeitsplatz angewiesen ist; wie damals fühlt sie sich ohnmächtig ausgeliefert, verzweifelt an ihrer Lage und verliert dabei oft in ihrem subjektiven Gefühl von Hilflosigkeit ihr Wissen um ihre Handlungsfähigkeit. Im Erfahrungsbericht von Regine Michels wird dieser Zusammenhang deutlich. Sie macht nach einer längeren Unterbrechung einen Arbeitsversuch in einer Gärtnerei und muss erkennen, dass Arbeit, die Spaß macht, trotzdem zerstörerisch anstrengend sein kann. "Es war die Weisungsgebundenheit, die Fremdbestimmung", schreibt sie. "So harmlos diese Belastungserprobung auf den ersten und sogar auf den zweiten Blick schien, so zeigte mir jedoch meine Seele durch die Wahl des Symptoms die gefährliche Nähe zum Mißbrauch auf: Wieder fing ich an, mir Sveneits meiner Entscheidungsfreiheit mit Lebensmitteln den Mund vollzustopfen und herunterzuschlucken, womit ich den sexuellen Missbrauch wiederholte" (Regine Michels 1993 S.167).

Auch ohne sexuelle Belästigung und/oder Mobbing finden Betroffene oft keinen Ausweg aus ihrem Leiden. Was sie brauchen, ist ein hohes Maß an Autonomie und Selbstbestimmung, verbunden mit vertrauenswürdigen und verlässlichen Arbeitsbeziehungen. Sie brauchen Freiheit in und Lust für die Arbeit, sie müssen für sich den Sinn erkennen und im Umgang mit KollegInnen sich spüren können. Das aber gibt es in der Regel nicht. Kündigung, Abbruch der Ausbildung, Berufsbruch oder Flucht in die Krankheit erscheinen häufig als Ausweg, werden vollzogen, oder zumindest sich selber ständig quälend herbeigeträumt. Rente oder Grundsicherung wegen Erwerbsunfähigkeit zu beantragen, heißt jedoch in der Konsequenz, dass die Betroffene sich den Diagnosen von Medizin oder Psychiatrie unterwerfen und sich als psychisch krank bezeichnen lassen muss. Ich bezweifle, dass eine diesen Weg einschlagen kann, ohne dass er Spuren in ihrem Selbstbild und ihrer Identität hinterlässt.

#### Die positiven Seiten der Erwerbsarbeit

Die Erwerbsarbeit ist jedoch nicht nur geprägt von Unterwerfungsmacht in Gestalt der Hierarchie. Sie ist ein wesentlicher Ort für Handlungsmacht. Berufliche Ausbildung, der gleichberechtigte Zugang zu allen Berufen, die Entfaltung der eigenen Begabung ohne geschlechtsspezifische Benachteiligung und die Anerkennung der Arbeitsleistung auch durch entsprechende Bezahlung sind zu Recht Forderungen, mit denen die FrauenLesben-Bewegung vor 30 Jahren begonnen hat. Die Autonomie in der Hausarbeit, die einer erlaubt zu entscheiden, an welchem Tag und zu welcher Stunde sie waschen oder putzen will, ist für Frauen kein erstrebenswertes Ziel, selbst wenn sie Kinder haben und haben möchten. Für die überwältigende Mehrheit der Frauen, egal ob verheiratet oder ledig, ob Mütter, Kinderlose, Alleinerziehende oder Lesben, gibt es sowieso keine Alternative zur Erwerbsarbeit, solange sie nicht von Arbeitslosengeld II (Hartz IV) oder Grundsicherung leben müssen. Selbst die konservativen Parteien in der Bundesrepublik begreifen inzwischen, dass zum weiblichen Lebensentwurf die Berufstätigkeit gehört und dass Frauen, wenn sie nicht in der Lage sind, Beruf und Familie miteinander zu vereinbaren, sich oft genug für den Beruf und gegen Kinder entscheiden, besonders dann, wenn der Ehemann oder Lebenspartner keine will.

Es ist daher leicht nachvollziehbar, dass Frauen berufstätig sein wollen. Abgesehen vom Geld, auf das sie angewiesen sind, bietet die Erwerbstätigkeit allen Menschen erstrebenswerte Möglichkeiten:

- Sie können gestalten, kreativ sein, Einfluss nehmen, das heißt, sie handeln gemeinsam und erfahren in dieser Gemeinsamkeit Lebenssinn und –Lust.
- Sie verwirklichen gemeinsame Ziele, schaffen Veränderung.
- Sie können sich als kompetent erleben und anderen ihre Kompetenz zeigen.
- Sie sind eingebunden in ein Gefüge sozialer Beziehungen, das ihnen in der Regel Zugehörigkeit, das Gefühl, einen Platz in der/ihrer Welt gefunden zu haben, und soziale Identität gewährt.

Das Geld, das Frauen aus ihrer Erwerbsarbeit beziehen, erlaubt ihnen ein eigenständiges Leben oder zumindest eine gewisse Unabhängigkeit vom Ernährer-Mann. Notfalls können sie sich leichter aus einer Gewaltbeziehung in Ehe oder Partnerschaft befreien. Die Erwerbsarbeit schenkt Handlungsmacht und Autonomie nicht nur im Beruf, sondern auch in der privaten Lebensgestaltung, und dennoch bleibt sie über ihre hierarchische Struktur der Ort für Unterwerfungsmacht. Aus diesem Dilemma gibt es keinen Ausweg. Frauen, die Männern ebenbürtig in Kompetenz und Handlungsmacht entgegenzutreten, müssen perfekter als ihre Konkurrenten mit Unterwerfungsmacht umgehen können. Ihre Kälte und Härte befremden oft mehr als bei Männern. Doch fragt sich andererseits, wenn wir sie auf diese Weise wahrnehmen, welche gängigen Klischees von Weiblichkeit in unseren Köpfen stecken. Frauen dagegen, die an der Unterwerfungsmacht scheitern, finden meist auch keinen Zugang zu Kompetenz und Handlungsmacht. Bis heute halte ich deren Anzahl für wesentlich höher als die Zahl derjenigen, die der Konkurrenz mit Männern standhalten können. Sexuelle Gewalt gegen Mädchen und Frauen schafft Männern also nicht nur weibliche Gefügigkeit im privaten Bereich, die weit über konkrete sexuelle

Verfügbarkeit hinausgeht. Diese Gewalt dient meiner Meinung nach genauso der Absicherung der Geschlechterhierarchie zugunsten der Männer in Erwerbsarbeit, Gesellschaft und Politik. Die Täter sind der Stosstrupp der herrschenden Machtverhältnisse (vgl. Brownmiller S. 172, Müller in Beiträge S.74, Heiliger, S. 20ff), die mit der medienwirksamen Verurteilung einzelner sogenannter Triebtäter nicht in Frage gestellt wird.

#### Suche nach Antwort

Als ich Ende 30 war, hatte ich mit meinem beruflichen Abstieg eine individuelle Lösung gefunden. Der Versuchung, mich offiziell für psychisch krank erklären zu lassen und als Erwerbsunfähige in Rente zu gehen, hatte ich mich verweigert. Meine Unterwerfung unter eine psychiatrische Diagnose wäre nie nur äußerlich geblieben, ich hätte mich mit dem Wort identifiziert und meine Widerstandskraft verloren. In meiner Widerständigkeit lag und liegt die Quelle meiner Energie, die ich mir bewahren will. Meine Arbeitsfähigkeit und Kreativität habe ich – meist als politische Arbeit, das heißt unbezahlt, manchmal gegen Honorar – in die FrauenLesben-Bewegung hineingetragen. Im Laufe der Jahre habe ich Illusionen verloren; auch meine Geschichte als Feministin ist geprägt von Brüchen. Doch grundsätzlich habe ich für mich einen Weg des Überlebens gefunden. Nachahmenswert für andere muss er nicht sein. Sinnvoll allerdings wäre es, wenn wir unsere individuellen Lösungen zusammentragen könnten. Vielleicht erkennen wir, dass unsere Entscheidungen etwas Gemeinsames haben. Vielleicht lernen andere Betroffene bei ihrer Auseinandersetzung mit Berufsproblemen und –brüchen aus unseren Erfahrungen.

Mit Beginn der Rente im Herbst 2004 endete meine offizielle Berufstätigkeit. Die Folgen meiner Berufsbrüche jedoch endeten nicht; in der Höhe meiner Rente spiegeln sie sich wieder. Das bleibt bis ans Ende meiner Tage. Um dem Druck meiner neu erwachten Existenzangst zu entgehen, begann ich so rasch wie möglich mit Honorartätigkeiten, die sich mir dank der Ludwigshafener Frauenbewegung boten. Ich organisierte Veranstaltungen, Kurse, Selbsterfahrungs-Wochenenden und Beratung für Frauen, die mit Schwierigkeiten am Arbeitsplatz zu kämpfen haben oder arbeitslos sind. Gelder dafür kamen von der EU. Erwerbsarbeit ist also immer noch wichtiges Thema für mich. Der Wunsch, andere Frauen zu ermutigen, sich kritisch mit den Strukturen in der Erwerbsarbeit auseinanderzusetzen, in die sie sich einfügen müssen, setzt weiterhin Energie und Handlungslust bei mir frei. Seit einigen Jahren allerdings bin ich auf Honorarbasis an der Ausbildung von Medizin-StudentInnen beteiligt.

Wenn ich, was häufig mal vorkommt, mit mir hadere, weil mir die schlecht bezahlte Honorararbeit über den Kopf zu wachsen droht, ich weniger häufig verreisen oder kulturellen Vergnügungen nachgehen kann, als ich gern möchte, dann tröstet mich der Gedanke an die alte Frau Zuckermann aus Czernowitz. In einem Dokumentarfilm aus dem Jahr 1999 lässt der Filmemacher Volker Koepp (8) sie und ihren Gesprächspartner Herrn Zwilling zu Wort kommen. Beide entstammen jüdischen Familien, haben zwar selbst den Terror der Deutschen überlebt, jedoch ihre Angehörigen durch Mord verloren. Sie sind die letzten Überlebenden eines einst hoch gebildeten jüdischen Bürgertums in Czernowitz, einer Stadt, die heute zur Ukraine gehört. Die 90jährige Frau Zuckermann muss, ebenso wie der knapp 20 Jahre jüngere Herr Zwilling, Geld verdienen, weil der ukrainische Staat die Rente nur unregelmäßig oder gar nicht zahlt. So gibt sie privat in ihrer Wohnung jungen Leuten Englisch-Unterricht, die nach England oder in die USA auswandern wollen, um dort Arbeit zu suchen. Einerseits ist es unglaublich brutal, eine 90jährige Frau zum Geldverdienen zu zwingen. Andererseits offenbart der Film, dass diese Arbeit ihrem Leben Sinn gibt. Obwohl sehr alt, wird sie gebraucht; sie hat Kontakt mit jungen Menschen, die ihr auf vielfältige Weise, nicht nur durch Geld, für ihren Unterricht danken. Die Lebendigkeit und der zurückhaltende Optimismus der alten Frau haben mich außerordentlich beeindruckt. Gerade ihr Beispiel zeigt, dass Erwerbsarbeit einen Stellenwert hat, der weit über das Geld, das eine nach Hause trägt, hinausgeht. Ich trete nicht für eine Verlängerung der Lebensarbeitszeit unter den gegebenen kapitalistischen Verhältnissen ein. Doch von Frau Zuckermann können wir lernen, wie wichtig die soziale Einbindung über Teilhabe und Gebraucht-Werden für jeden Menschen unabhängig vom Alter ist. Aktiv und kreativ tätig zu sein, solange meine Gesundheit mir das erlaubt, ist mein Anspruch an mein eigenes Alter. Brutal ist die Ausgrenzung aus der Arbeit als einem Ort, wo eine ihre Fähigkeiten entfalten und Handlungskompetenz gewinnen kann. Das aber ist das Schicksal vieler von sexueller Gewalt betroffener Frauen.

Einen einfachen Ausweg aus dem Leiden an der Erwerbstätigkeit gibt es nicht; es gibt keinen individuellen Ausstieg aus den hierarchischen Strukturen. Die Suche nach einer Lösung beginnt mit der nüchternen Analyse dessen, was ist. Sie beginnt mit der Erkenntnis, dass in meinem Leiden nicht nur Wissen über mich selbst, sondern genauso Wissen über die Gesellschaft steckt, in der ich lebe. Sie erfordert, dass ich mir bewusst mache: Es gibt Probleme, die ich weder kurz- noch langfristig ändern kann; trotzdem oder gerade deswegen muss ich mich ihnen immer wieder neu stellen und mich mit ihnen auseinandersetzen. Wir sind nicht in der falschen Alternative gefangen, dass wir entweder nur hilflos verdrängen oder nur gewalttätig drauflos schlagen können. Es gibt einen, wenn auch mühsamen Weg,

dessen Bausteine Denken, Reden und Handeln heißen. Die Analyse der Strukturen in der Erwerbsarbeit befreit allerdings von der Illusion, für Verletzungen aus sexualisiertem Machtmissbrauch gäbe es Heilung. Mehr als auf sinnvolle Weise damit leben zu lernen, können wir nicht erwarten.

Zur Auseinandersetzung mit Arbeit und Erwerbsarbeit gehört die Frage, welche Strukturen wir bejahen und welche wir verändern würden, wenn wir die Möglichkeit dazu hätten. Diskutieren wir öffentlich, welche Arbeit nach unserer Meinung für uns und die Gesellschaft sinnvoll ist und unter welchen Voraussetzungen sie Freude und befriedigende zwischenmenschliche Beziehungen schenken kann. Nehmen wir das Spannungsverhältnis zwischen der Macht Einzelner und dem Autonomieanspruch Vieler in den Blick. Fordern wir mehr Mitsprache und mehr Freiheit in der Arbeitswelt, nicht nur für von Gewalt betroffene Frauen und Mädchen, sondern grundsätzlich für alle. Fragen wir nach Möglichkeiten des Handelns, aus dem Wunsch heraus, gemeinsam die Gesellschaft zu verändern, in der wir leben.

Bei einem Vortrag zum Thema Berufsbrüche, zu dem ich Mitte Dezember 2008 ins Zentrum für Psychotraumatologie nach Kassel eingeladen war, gaben die Zuhörerinnen in der Diskussion sich und mir bereits eine Menge Antworten: Frauenprojekte gegen sexuelle Gewalt könnten Gewerkschafterinnen, Frauenbeauftragte, Personal- und Betriebsrätinnen, Lehrerinnen und andere Berufsgruppen zu Fortbildungen und Diskussionen über die Probleme Betroffener mit Beruf und Erwerbsarbeit einladen. Wir könnten eine öffentliche Diskussion über das Doppelgesicht der Macht in der Erwerbsarbeit beginnen. Wir könnten laut werden mit der Forderung nach verbindlicher Mitsprache bei Inhalt und Ablauf der Arbeit sowie bei der Neueinstellung und Versetzung von KollegInnen.

Eine andere, unbedingt notwendige Antwort besteht darin, Orte zu schaffen, in denen betroffene und nicht betroffene Frauen unter Bedingungen größtmöglicher Autonomie und Selbstbestimmung ihre kreativen, künstlerischen, intellektuellen und sonstigen Fähigkeiten entfalten und ihr Arbeitsvermögen entwickeln können. Autonome Bereiche für Frauen sind mehr als Schutzräume gegen Gewalt. Sie sind eine politische Antwort auf die Gewalt der Täter, weil sie deren Anspruch auf Verfügbarkeit eine klare Grenze setzen. Die Lebendigkeit und Handlungsmacht der Frauen in diesen autonomen Orten erwächst aus ihren Beziehungen zueinander. Solche Beziehungen zwischen Frauen bewusst zu pflegen und sie in ihrer politischen Bedeutung zu verstehen, war in den 80er Jahren eine wichtige Forderung der Frauen um den Mailänder Frauenbuchladen, die in der Bundesrepublik großen Nachhall fand. Auch wenn nicht alles, was sie schreiben, in gleicher Weise überzeugend ist, bleibt ihr Bericht über ihre politische Praxis eine anregende Lektüre (9). In autonomen Räumen haben Frauen die Möglichkeit, ihren eigenen Umgang mit Macht zu gestalten und nach Alternativen für die vorhandenen herrschenden Strukturen zu suchen. Wenn sie durch gemeinsame Arbeit gleichzeitig ihren Lebensunterhalt sichern können, wäre eine Utopie zu Wirklichkeit geworden. Wir sind weit davon entfernt. Aber wir haben immer noch genug Potential, uns auf den Weg zu machen.

#### **Anmerkungen:**

- (1) Vgl. Kavemann/ Lohstöter S. 10; Steinhage S. 18; Rijnaarts S. 264; Wirtz S. 15, Davis S. 25, Wildwasser Berlin S. 14f
- (2) Vgl. Heidrun Ehrhardt u.a. 1987, S. 47
- (3) Abweichend von Hannah Arendt verstehe ich die Zusammenarbeit von Menschen in einer arbeitsteiligen Gesellschaft als eine Form des gemeinsamen Handelns. Arendt unterscheidet in "Vita Activa" (S. 14) zwischen der Tätigkeit der Arbeit, die für das tägliche Leben erforderlich ist, dem Herstellen von Dingen, die der Natur widerstehen und auf Dauer angelegt sind, und dem Handeln als der einzigen Tätigkeit die sich ohne Vermittlung von Materie, Material und Dingen direkt zwischen Menschen abspielt.
- (4) Vgl. "Der Mobbing-Report" 2002
- (5) Eine Ausnahme bildet Claudia Koppert, die 1993 einen Sammelband über die Zusammenarbeit von Frauen herausgegeben hat.
- (6) In der Diskussion meines Vortrags bei Kofra, einem Frauenprojekt in München, im Februar 2006 stellte sich an dieser Stelle die Frage nach den erfolgreichen Frauen. Die Antwort war, dass es längst, wenn auch nicht so öffentlich bekannt, einen Sextourismus von Frauen gibt; außerdem betäuben diese sich sehr viel mehr als Männer mit Medikamenten.
- (7) In der Untersuchung des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend über "Lebenssituation, Sicherheit und Gesundheit von Frauen in Deutschland" wird in Teil II "Erhebung bei Prostituierten" zielgerichtet nach dem "Zusammenhang zwischen Gewalterfahrungen in der Kindheit, späterer Berufswahl und Gewalterfahrungen im Erwachsenenleben" gefragt (Internet-Fassung S. 78)
- (8) Volker Koepp, Herr Zwilling und Frau Zuckermann, Dokumentarfilm, 1999
- (9) Vgl. Libreria delle donne, "Wie weibliche Freiheit entsteht" S. 23, S. 26

**Literatur:**

- Arendt, Hannah, Macht und Gewalt, München 1990, 7. Aufl.
- Dies., Vita activa, München 1992, 7. Aufl.
- Beauvoir, Simone de, Das andere Geschlecht. Sitte und Sexus der Frau, Neuübersetzung, Reinbek bei Hamburg 1992/1994
- Brownmiller, Susan, Gegen unseren Willen. Vergewaltigung und Männerherrschaft, Frankfurt/Main 1980
- Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin, Der Mobbing-Report. Eine Repräsentativstudie für die Bundesrepublik Deutschland, Dortmund/Berlin 2002
- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, Hrsg.: Lebenssituation, Sicherheit und Gesundheit von Frauen in Deutschland. Eine repräsentative Untersuchung zu Gewalt gegen Frauen in Deutschland, Berlin 2004 (Internet-Langfassung)
- Davis, Laura, Verbündete. Ein Handbuch für Partnerinnen und Partner sexuell mißbrauchter Frauen und Männer, Berlin 1992
- Ehrhardt, Heidrun / Verbeet, Elisabeth, Den Feind beim Namen nennen. Sexuelle Gewalt gegen Mädchen, in: beiträge zur feministischen theorie und praxis, Heft 20, Köln 1987, S. 37 ff
- Gerstendörfer, Monika, Der verlorene Kampf um die Wörter. Opferfeindliche Sprache bei sexualisierter Gewalt. Ein Plädoyer für eine angemessenere Sprachführung, Paderborn 2007
- Heiliger, Anita, Täterstrategien und Prävention, München 2000
- Kavemann, Barbara / Lohstöter, Ingrid, Väter als Täter, Reinbek bei Hamburg 1984
- Koppert, Claudia, Glück, Alltag und Desaster. Über die Zusammenarbeit von Frauen, Berlin 1993
- Libreria delle donne di Milano, Wie weibliche Freiheit entsteht. Eine neue politische Praxis, Berlin 1989, 2. Aufl.
- Medzeg, Gisela, Lügen oder Schweigen. Erfahrungsbericht vom Elend im bürgerlichen Beruf, in: Michaela Huber, Barbara Bussfeld, Blick nach vorn im Zorn, Weinheim/Basel 1985, S. 157-173
- Medzeg, Gisela, Das Leiden an der Erwerbsarbeit, in: Namenlos, Heft 4/95, Ludwigshafen 1995, S. 21 ff
- Michels, Regine, Vom Inzestopfer zur lebendigen Frau, Frankfurt am Main 1993
- Müller, Ursula G.T., Ein Geschlechterkampf in vier Runden, in: beiträge zur feministischen theorie und praxis, Heft 66/67, Köln 2005, S. 67 ff
- Namenlos. Schriftenreihe zur Selbsthilfe für Mädchen Frauen Lesben gegen sexuelle Gewalt, Heft 1/2 /1992, Heft 3 /1993, Heft 4 /1995, Heft 5 /1997
- Rijnaarts, Josephine, Lots Töchter. Düsseldorf 1988
- Rossanda, Rossana, Einmischung. Gespräche mit Frauen, Frankfurt am Main 1980
- Steinhage, Rosemarie, Sexueller Mißbrauch an Mädchen, Reinbek bei Hamburg 1989
- Weber, Max, Wirtschaft und Gesellschaft, Studienausgabe, Erster Halbband, Köln/Berlin 1964
- Wildwasser Berlin, Modellprojekt Beratungsstelle und Zufluchtswohnung..., Schriftenreihe des Bundesministeriums für Frauen und Jugend, Bonn 1993
- Wirtz, Ursula, Seelenmord, Zürich 1989

Gisela Medzeg, Ludwigshafen/Rhein, Jahrgang 1942, Diplom-Politologin, ehemalige Journalistin, Schreibkraft und Autorin u.a. der inzwischen eingestellten "beiträge zur feministischen theorie und praxis", Köln, arbeitet seit Beginn der 80er Jahre in FrauenLesben-Projekten gegen sexuelle Gewalt.

Juni 2012