

## Worte von Überlebenden- ein neues Werkzeug für Nicaragua

MARÍA LÓPEZ VIGIL

*„Begießen wir uns gegenseitig mit unserem Schmerz, wie man Wasser von einer Tasse in die andere gießt ...“*

*Verbinden wir die Macht des Wortes mit der Macht der Gruppe von Frauen, die „Kolleginnen im Schmerz“ sind, Opfer dieser Tragödie, die der sexuelle Missbrauch in der Kindheit und Jugend darstellt, würdige Überlebende dieses Traumas, und wir beginnen zu heilen und zu wachsen.*

In Nicaragua ist der sexuelle Missbrauch eine Epidemie geworden. Oder, genauer gesagt, eine Endemie (in einem bestimmten Gebiet auftretende Krankheit; Anm.d.Ü.). In kurzer Zeit sind sich immer mehr Menschen dieses Sachverhalts bewusst geworden, die sich darüber Sorgen machen. Die spärlichen und unvollkommenen Untersuchungen, die darüber gemacht werden, und die Nachrichten, die in den Medien darüber erscheinen, machen deutlich, dass die große Mehrheit der Täter für die Opfer keine Unbekannten sind. Es sind ihre Väter, Stiefväter, Onkel, Großväter ... Kurz und gut: ihre Familie. Oder die Nachbarn. Nur manchmal war der Täter ein Lehrer oder ganz selten ein Priester. Eine der neuesten Untersuchungen zum Thema, durchgeführt vom Nicaraguanischen Menschenrechtszentrum (CENIDH), erhielt den Titel: „ein bekannter Feind“. Dieser Titel hat große Aufregung verursacht. Als ob sich einige davon angesprochen gefühlt hätten.

Auch wenn der Missbrauch männlicher Kinder in ihren Familien ein Drama ist, das noch mehr verschwiegen wird als das der Mädchen und Frauen, und das noch häufiger anzutreffen ist, als wir uns vorgestellt hatten, so beziehen wir uns in den folgenden Überlegungen vor allem auf die weiblichen Opfer, da diese Fälle die Mehrzahl in unserer Gesellschaft darstellen.

### **Eine fast leere Werkzeug-Kiste und eine einfache und billige Methode**

In Nicaragua besitzen wir noch keine Kapazitäten, um auf all das zu antworten, was wir über diese soziale Katastrophe entdecken, diese versteckte Fäulnis im Körper unserer Entwicklung und unserer Demokratie. Diejenigen, die in ihrer Kindheit oder Jugend sexuellen Missbrauch erlitten haben, besonders wenn dies im Rahmen ihrer Familien passierte, sind damit beschäftigt, dieses Trauma und seine hinterhältigen Folgen zu überwinden. Auch wenn die Auswirkungen unterschiedlich sind je nach Persönlichkeitsstruktur, Alter, Dauer, sozialem Kontext, erhaltener Hilfe, so sind doch alle Überlebende. Alle müssen

lernen zu überleben. Und sie lernen täglich, bewusst oder unbewusst. Und alle brauchen Unterstützung und Begleitung. Und auch Information.

Als Gemeinschaft sind wir für diese Herausforderungen noch nicht vorbereitet. Wenn die Überlebenden – als eine der vielen Optionen – sich entschließen, den Missbrauch anzuzeigen, so sind die Gesetze und die „Justiz-Beobachter“, wie sie jetzt genannt werden, nicht auf der Höhe der Zeit. Die Institutionen arbeiten immer noch mit Vorurteilen und Ineffizienz. Die Gesellschaft zieht es immer noch vor, über die Fälle zu schweigen, sie zu vertuschen oder gar die Opfer schuldig zu stempeln, als über die Täter zu sprechen, sich mit ihnen auseinander zu setzen. Wenn die Überlebenden beschließen zu sprechen, um einen Heilungsprozess einzuleiten, so fehlen die freundlichen und liebevollen Ohren, um aufmerksam zuzuhören und entsprechend zu antworten. Es fehlt auch an Information darüber, wie Anzeichen von Missbrauch bei Personen, die darunter leiden oder diesen Sachverhalt nicht einmal wissen, erkannt werden können. Es gibt nur wenige Texte darüber, wenig systematisierte Erfahrung und wenig Wissen über die Vorgangsweisen. Unsere diesbezügliche Werkzeug-Kiste ist so gut wie leer.

Zur selben Zeit haben der Krieg, unsere Unterentwicklung, die vom politischen Paternalismus gesäten und genährten Laster, die Allgegenwart der internationalen Entwicklungshilfe und andere aus unserer Arbeitskultur entspringenden subjektive Probleme in uns den Glauben entstehen lassen, dass wir unsere schwerwiegenden strukturellen Probleme nur mit großzügig finanzierten Projekten lösen könnten. Durch diese Sichtweise verhält es sich dann in der Praxis oft so, dass die Projekte den Projektzielen vorausgehen, die Organisierer den Organisierten, und die Ämter und Gehälter schon vor den Personen bestimmt sind, die sie mit Sachkenntnis ausführen sollten. Oft wird zuerst an die Computer und an die Büros, an den Fahrzeugpark und an die Infrastruktur, an die Propaganda im Fernsehen und auf Plakatwänden gedacht als an jene Menschen, für die dieser ganze Aufwand eigentlich projektiert wäre.

Es gibt einfachere Werkzeuge. Und erprobterweise wirksame. Eines dieser Werkzeuge wird zur Zeit gerade in Nicaragua eingeweiht, und zwar ein genau unserer Realität angepasstes Instrument. Eine Methode, in der die betroffenen Personen den wichtigsten "Input" darstellen. Die Frauen und ihre Worte. Die Worte, die sie sagen, und die Worte, die sie hören. Es handelt sich um die Selbsthilfe-Gruppen. Gruppen, in denen sich die Frauen, die in ihrer Kindheit oder Jugend – und besonders in den eigenen vier Wänden – sexuellen Missbrauch erlitten, von dem Geschehenen erzählen, damit diese Erzählungen einen Heilungsprozess einleiten.

### **„Ich bin Überlebende sexuellen Missbrauchs und so fing ich an zu heilen...“**

Anfang 2004 beschloss eine deutsche Freundin, aus ganzem Herzen und aus ihrer Liebe zu Nicaragua, wo sie jahrelang lebte, mit einigen Leuten

zusammenzuarbeiten, die sich in unserem Land bemühten, etwas gegen diese Epidemie des sexuellen Missbrauchs zu machen. Und sie spezialisierte sich auf ein Thema, das Spezialisierung benötigt. Sie präsentierte ihren Vorschlag mit der Kraft ihres eigenen Wortes. Worte einer Überlebenden. *„Ich bin Überlebende sexuellen Missbrauchs, und diese Methode half mir, wieder gesund zu werden.“* Und sie erzählte von ihrer Erfahrung. Dutzende und Aberdutzende Personen – Männer und Frauen, Experten und Studentinnen, Anwälte, Psychologinnen, Ärzte, Sozialarbeiterinnen – hörten ihre Worte in Veranstaltungen und Seminaren in Managua, León und Masaya.

Nachdem ich sie mit Leidenschaft und Überzeugung sprechen gehört hatte, erfuhr ich, dass ihre Aussage einen Hintergrund hatte: die Organisation „Wildwasser“ in Deutschland. Einige Monate später hatte ich in Berlin die Möglichkeit, ausführlich mit Dorothea Zimmermann und Christiane Brückner, begeisterten Aktivistinnen dieser Überlebens-Initiative, zu sprechen.

Ich wurde in einem Heim für „gefährdete“ Mädchen und weibliche Jugendliche empfangen, das vor drei Jahren gegründet wurde. Seither haben schon 300 Mädchen die Fürsorge und Heilarbeit dieses Zentrums erfahren. Zum Zeitpunkt meines Besuchs war gerade eine größere Gruppe von deutschen Mädchen und Mädchen migrantischer Herkunft (Türkei und ehemaliges Osteuropa) anwesend. Ich bat sie, mir die Geschichte ihrer Organisation zu erzählen, die heute in 40 Städten Deutschlands mit 500 Mitarbeiterinnen, Ehrenamtlichen und Professionellen, präsent ist. Es ist eine beispielhafte Geschichte.

### **Die sieben Ersten und ein Ziel: „Wildwasser“ sein**

Wenn jemand über das Ausmaß des sexuellen Missbrauchs nachdenkt, so ist das erste, was er oder sie in Betracht ziehen muss, dass es sich hierbei um ein neues Thema handelt. Nicht nur in Nicaragua, sondern auf der ganzen Welt. Zuerst müssen wir verstehen, dass wir der Bewusstwerdung der Menschheit über die Tragweite eines Phänomens beiwohnen, unter dem seit jeher unzählige Frauen litten, demgegenüber wir uns als Kollektiv bis jetzt jedoch wie betäubt verhalten haben. Wie noch vor ein paar Jahrhunderten im Fall der Sklaverei. Heute sind wir jedoch schon viele, die sich mit dieser Realität auseinandersetzen und die den Lauf der Geschichte ändern wollen.

Es erscheint wie eine Lüge, doch tatsächlich hat 1982 in einem so entwickelten Land wie Deutschland noch niemand vom sexuellen Missbrauch gesprochen. Es war auch nur wenig bekannt über dieses Problem. Es herrschte Schweigen. So wie jedes Jahr, wurde auch in diesem Jahr 1982 in Berlin die Sommeruniversität für Frauen abgehalten, eine Woche voller Aktivitäten von Feministinnen des ganzen Landes, um Erfahrungen auszutauschen und zu teilen. Dabei trafen sich eine Frau, die in den Vereinigten Staaten mit Frauen gearbeitet hatte (bei denen Drogenabhängigkeit und sexueller Missbrauch zusammentrafen),

und eine andere, die in England direkt mit Missbrauchsopfern arbeitete. Sie unterhielten sich viel und lange. Über ihre Arbeit hinaus hatten beide ein gemeinsames Schicksal: Beide waren in ihrer Kindheit Opfer sexuellen Missbrauchs gewesen, hatten dies später verdrängt und sich dann im Zuge ihrer beruflichen Aktivitäten wieder daran erinnert.

In beiden erwachte der Wunsch, etwas zu tun. Sie nutzten die Möglichkeit, die ihnen die Universität bot, und wählten die einfachste und direkteste Methode: Auf kleinen Zetteln, die sie überall anbrachten, riefen sie zu einem Treffen mit anderen Überlebenden sexuellen Missbrauchs auf. Fünf weitere Frauen kamen.

Und die sieben Frauen begannen zu sprechen. Sie lernten sich kennen, unterhielten sich lange – und beschlossen, für das nächste Jahr, 1983, einen großen öffentlichen Kongress zu dieser Thematik abzuhalten. 160 Frauen nahmen daran teil, nicht alle Überlebende, aber alle entschlossen, sich voll mit diesem Thema zu befassen. Das durchschnittliche Alter lag zwischen 25 und 40 Jahren. Einige stellten ihre Missbrauchsgeschichte öffentlich vor, was dieser Pionier-Konferenz eine besondere emotionelle Note verlieh. So etwas hatte es in Deutschland noch nie gegeben. Aus diesem Treffen entstanden vier Selbsthilfegruppen.

Zur selben Zeit war eine Gruppe von Fachfrauen entstanden – Psychologinnen, Ärztinnen -, die an diesem Thema Interesse hatten und über ihre berufliche Tätigkeit immer wieder auf Situationen gestoßen waren, wo sie sexuellen Missbrauch vermuteten. Ausgehend von ihrer eigenen Erfahrung, sprachen die sieben Frauen von der Sommeruniversität in Berlin mit den Fachfrauen über dieses Thema – und gründeten noch im selben Jahr „Wildwasser“.

*„Wir nennen uns Wildwasser“, erzählt Dorothea, und ihre blauen Augen funkeln dabei, „weil das ein Symbol dafür ist, was wir sein wollen. Wir wollen Kraft haben und wir wollen Lärm schlagen. Wie ein Wasserfall. Die Wasserfälle sind auch schön, sie schmücken sich mit der Gischt, und das durchsichtige Wasser gibt die Farben des Regenbogens wieder. Dieses wilde und schöne Wasser bahnt sich zwischen Felsen und Steinen seinen Weg. So wollen wir auch sein, stark und laut. Wir haben überlebt, wir wollen das laut sagen und bekräftigen, dass wir unseren Weg finden werden.“*

### **Über das Reden fanden wir uns als Menschen**

Am Anfang stand das Wort. Sprechend haben sie sich gefunden. Sprechend haben sie einen Weg des Handelns entdeckt. Seit etwa zwei Millionen Jahren sprechen die Menschen. Die ersten Worte, die in den Nächten rund um das Feuer ausgesprochen und die lange Zeit später immer vollkommener und vielschichtiger und schöner wurden, und in Schrift umgesetzt, stellen das wertvollste kulturelle Erbe der Menschheit dar. In ihnen, in den Worten, ist unsere kollektive Erinnerung aufbewahrt. Die Entwicklung der Broca-

Zone, die in der dritten Windung des frontalen linken Lappens der Gehirnrinde, auf der Höhe der Schläfe angesiedelt ist, und die tiefe Lage unseres Kehlkopfes haben es unserer Spezies ermöglicht, mit Worten zu kommunizieren.

Es gab nie eine größere Revolution als diese. Das Mitteilen von Wörtern hat uns so weit gebracht, wie wir heute sind. Kein Werkzeug und keine Technologie haben uns so weit vorangebracht. Durch das Sprechen wurden wir Menschen. Und bis heute tragen die Worte zu unserer Vermenschlichung bei. In einer universellen Ethik, die für jede Religion – oder für keine von ihnen – gültig ist, ist der Respekt vor dem Wort, das „Nicht lügen“, ein Gebot, ein Wert, ein Grundsatz. Das „Benennen“, das In-Worte-Fassen dessen, was sie im Paradies vorgefunden haben, ist eines der Privilegien und eine der Aufgaben, die in der Genesis der Hebräer Gott den eben erst von seinen Händen geformten Menschen anvertraut.

### **In der Dämmerung der Zeit, als wir zu sprechen lernten**

In der langen Geschichte unserer Entwicklung und in der Morgendämmerung der Menschheit sprachen die Frauen mehr als die Männer. Sie haben die Sprache entwickelt. Die Männer haben die Jagd evolutioniert. Ihr Leben und das ihrer Angehörigen hing von ihrem Geschick ab, Büffel und Hirsche und Mammuts zu erlegen. Sie lernten die Fußspuren der Tiere lesen und ihre Jagdtechniken entwickeln. Und sie lernten Schweigen. Schweigsam, sich nur mit nonverbalen Zeichen verständigend, verbrachten sie Stunden auf der Pirsch. Die Frauen hingegen, die auf die Rückkehr ihrer Männer mit einer guten Jagdbeute warteten, die ein gutes Essen garantierte, redeten ständig. Sprechend begleiteten sie sich und überwandten die Angst vor einer feindlichen Umwelt, teilten ihre Erfahrungen beim Sammeln von Früchten und Samen, lernten, ihre Kinder besser zu verstehen und aufzuziehen. Von ihren Worten hing auch die Sprachentwicklung ihrer Kinder ab.

Millionen Jahre der Entwicklung und der natürlichen Selektion haben tiefe Unterschiede in die Geschlechter eingekerbt. Das weibliche Gehirn ist anders aufgebaut als das männliche. Es ist besser integriert. Beim Sprechen verwenden die Frauen beide Hälften der Gehirnrinde – die Männer nur die linke. In allen Kulturen sind die Frauen redefreudiger und ausdrucksstärker, zu allen Zeiten, in allen Weltgegenden. Sie genießen das Vergnügen der Plauderei, besonders wenn sie zusammen sind. Und es ist erwiesen, dass die Mädchen schneller reden lernen, dass sie sich deutlicher ausdrücken, dass sie schon von klein auf Vergnügen daran finden, sich untereinander zu unterhalten und dass sie in der Schule besser sind in der Grammatik, beim Schreiben und beim Verständnis des Gelesenen.

## **Ein Geheimnis mit drei Schlüsseln: die Furcht, die Scham, der Schmerz**

Diese geschilderten Merkmale kommen aus der Tiefe unserer Geschichte. Doch wozu haben wir das jetzt erzählt? Für die unerlässliche Reflexion darüber, wie man dem Thema des sexuellen Missbrauchs begegnet und wie man ihn überleben kann. Wenn – den Mädchen und Frauen und der gesamten Gesellschaft gegenüber – die allgemeingültige Losung vom „Brechen des Schweigens“ bekannt gemacht wird, so darf man diese nicht nur als Notwendigkeit oder Dringlichkeit einer öffentlichen und gerichtlichen Anklage verstehen. Es gibt dabei wichtige Vorstufen. Wie bei der Genesis, muss zuerst einmal für alles ein Name gefunden werden.

Wenn das öffentliche Sprechen über Sexualität in den langen Epochen der Verbote und Tabus nie möglich war und selbst heute, in der Zeit der Enttabuisierung, in einer reifen und verantwortlichen Form noch utopisch ist, so ist das Sprechen über den sexuellen Missbrauch besonders schwierig und verkrampt. Es macht Angst, „darüber“ zu reden, bereitet Scham, Kummer, Schmerz.

Viele Frauen sterben, ohne je ein Wort darüber verloren zu haben, was ihnen „passiert“ ist. Viele wählen sogar den Tod, um nie „darüber“ reden zu müssen. Viele in ihrer Kindheit von Vätern oder Stiefvätern missbrauchten Frauen erzählen später, dass sie immer geglaubt hatten, das passiere allen so, das sei normal. Viele Frauen haben das Vorgefallene verdrängt, weil die Zeit und die Notwendigkeit des Überlebens jegliche Möglichkeit, es verbal auszudrücken, eingefroren hat. Und viele andere, die zum Zeitpunkt, als „es“ passierte, noch sehr klein waren, betrügt das Gedächtnis: sie erinnern sich nicht mehr daran, aber sie leiden unter den Folgen.

„Darüber“ zu sprechen, es beim Namen zu nennen, den Vorfall mit Wörtern einzuzäunen, die Gefühle mit den passendsten Wörtern auszudrücken – all das ist unerlässlich. Das Schweigen – das persönliche Schweigen und das Schweigen der Gesellschaft – begünstigt immer die Täter und schadet immer den Opfern. Diese Routine des Schweigens muss gebrochen werden. Es ist erwiesen, dass es ohne das Reden „darüber“ praktisch unmöglich ist, den Weg vom Opfer zur Überlebenden zu gehen. Die Methode der Selbsthilfegruppen liegt darin, im Kollektiv der Überlebenden darüber zu sprechen.

## **Das Schweigen brechen: Konflikte und Gegenargumente**

1983 nahm also die Organisation „Wildwasser“ ihre Arbeit in Deutschland auf. Mehrere Aktivistinnen entschieden sich, ihre Erfahrungen mit sexuellem Missbrauch über Interviews mit Presse, Radio und Fernsehen öffentlich zu

machen. Es erschienen auch ihre Fotos in der Öffentlichkeit. *„Wir wollten nicht, dass es anonyme Zeugenaussagen sind. Wir empfanden, dass es notwendig war, das Thema in die öffentliche Meinung einzubringen, das Gebäude des Schweigens zu erschüttern. Es gehörte viel Mut dazu, diesen Schritt zu tun, doch wir haben ihn getan“*, erinnert sich Christiane.

Das Wort hat immer seine Auswirkungen. Es schafft, verwandelt, baut auf. Es konfrontiert, verpflichtet zum Nachdenken. Und natürlich ruft es auch Widerspruch hervor. Einige der ersten Konflikte durch diese ungewöhnliche Form, „das Schweigen zu brechen“, ergaben sich z.B. mit einigen Gruppen der orthodoxen Linken. Es ist interessant, sich deren Argumente wieder in Erinnerung zu rufen, denn einige von ihnen leben auch heute noch, und auch in anderen Zusammenhängen, weiter. Sie erklärten z.B., wieso so viel Aufsehen machen wegen sexuellen Missbrauchs, wo er doch nur eine der verschiedenen Ausdrucksformen zwischenmenschlicher Gewalt darstellt. Und dass das kein geeignetes Thema wäre, um in den Kampf der Linken aufgenommen zu werden, sondern das Problem innerhalb der Familie gelöst werden sollte. Etwa durch Familientherapie. Und sie glaubten nicht, dass der Staat und die Gesellschaft angesichts des Missbrauchs eine Verantwortung tragen würden.

Die Veränderungen gehen langsam vor sich. Und nicht jede und jeder verändert sich gleich schnell. Und einige überhaupt nicht. Wir haben nicht ohne Verwunderung und Besorgnis die literarische Sublimierung der Pädophilie in „Erinnerungen meiner traurigen Huren“ gelesen, dem letzten Roman des Nobelpreisträgers Gabriel García Márquez, was bedauerlich ist, denn es handelt sich bei ihm um einen genialen Autor. Es ist deshalb um so bedauerlicher, da das Buch zu einem Zeitpunkt erscheint, an dem die Menschheit gegenüber diesem Delikt endlich Sensibilität zu entwickeln beginnt.

### **Wir können sprechen, wir sind ein Land mit mündlicher Kultur**

Das männliche Hirn ist nicht besser als das weibliche. Es ist auch nicht schlechter. Sie sind verschieden – und sie ergänzen sich. Man muss die Unterschiede nicht nur tolerieren, so wie einige vorschlagen. Oder sie respektieren. Ideal wäre es, sie zu feiern. Doch vorher muss man sie kennen. Die US-amerikanische Anthropologin Helen Fisher stellte Folgendes fest: *„Die männlichen Gehirne sind äußerst strukturiert und besitzen eine große Fähigkeit, zu trennen und zu speichern. Am Ende eines Tages mit vielen Ereignissen ist das männliche Hirn fähig, alle zu archivieren. Das weibliche Hirn besitzt nicht diese Fähigkeit, weshalb die Probleme im Kopf der Frauen weiter rotieren. Die einzige Form, die eine Frau besitzt, um ihre Probleme los zu werden ist, darüber zu sprechen. Wenn eine Frau über ihre Probleme spricht, so ist es nicht ihre Absicht, Lösungen zu finden, sondern die Probleme los zu werden ... Die Männer sprechen still mit sich selbst, während die Frauen laut denken.“*

Die Selbsthilfegruppen der Überlebenden waren für viele Frauen ein Werkzeug der Befreiung. Durch das Wort. Durch das gemeinschaftlich geteilte Wort. Das trägt zwar zu keiner Lösung bei, doch es erlaubt, die Last zu erleichtern, die Lähmung abzuschütteln. Es erlaubt, laut und vor den Anderen zu denken, mit ihnen und für sie. Evi Striefler von „Wildwasser“ – unter Mitarbeit von Martina Birresborn, Dorothea Rula und Lydia Sandrock – arbeitete 1992, nach zehnjähriger Erfahrung mit Selbsthilfegruppen, ein Leitfaden aus, wie Frauen mit Missbrauch-Erfahrung solche Gruppen organisieren können.

Was in diesem Leitfaden vorgeschlagen wird, ist für Nicaragua wirklich „revolutionär“. Wir sind ein Land mit einer mündlichen Kultur. Unsere stummen Kinder haben sogar einen „linguistischen Big Bang“ erzielt, als sie in den 80er-Jahren eine Gebärdensprache entwickelten, die heute von Wissenschaftlern in der ganzen Welt studiert wird.

Wir NicaraguanerInnen wissen zu sprechen und sprechen gerne. Doch wir sprechen nicht immer frei. In den ländlichen Gebieten sprechen die Frauen nicht, wenn Männer anwesend sind. Der Machismo bringt sie zum Schweigen. Um das Ganze noch zu komplizieren, geht die mündliche Kultur, der wir zuneigen, Hand in Hand mit einer unreflektierten Kultur. Organisieren, systematisieren, ordnen, strukturieren – das sind keine Merkmale der nicaraguanischen Kultur; sie neigt mehr zu rhetorischen Ausschweifungen, zu verbalen Explosionen, sie erfindet die Welt jeden Tag neu. Die Unfähigkeit, Erfahrungen anzuhäufen, ist eine der wichtigsten Wurzeln der Unterentwicklung. Unserer Unterentwicklung.

In den Selbsthilfegruppen wird versucht, die Wörter dadurch zu organisieren, dass man sie miteinander teilt, wird versucht, einen Prozess einzuleiten, das Vorgefallene zu verstehen und dadurch in der Gegenwart die Befreiung von einer Vergangenheit zu beginnen, die das Schweigen unerträglich gemacht hat. Die Gefühle von damals durch Wörter zu ordnen, ermöglicht es den Frauen, sich als Überlebende mit Würde und Sicherheit zu empfinden und die Gefühle der Ohnmacht, der Schuld, der Einsamkeit und der Isolierung zurückzulassen. Um so weit zu kommen, dazu sind die Wörter notwendig, den Dingen einen Namen geben, doch in strukturierter und systematischer Weise. Und Zuhören und Aufnehmen, über das Gesprochene und das Gehörte nachdenken.

*„In diesen Gruppen ist es auch legitim, nicht zu sprechen“, erläutert meine Freundin. „Es haben auch Frauen Platz darin, die Opfer sind, die aber ihre Gefühle noch nicht in Worte kleiden können. Sie kommen und sie hören zu. Sie lernen sprechen, indem sie den Anderen zuhören.“*

### **Wir sind ein Land mit einer autoritären Kultur**

Wir sind ein Land der großen Wortführer und Herren, der Herrinnen und Angestellten, geformt vom Autoritarismus und auch vom Formalismus der hierarchisierten Macht. So gesehen, ereignet sich in diesen Gruppen etwas sehr

Positives: Es sind die Frauen selbst, die das Ganze organisieren, die Spielregeln erstellen und verändern und die sich selbst ständig evaluieren. Das alles schafft ein höchst bereicherndes nicht-hierarchisches Ambiente mit horizontalen Beziehungen. Und daraus entspringt das persönliche Empowerment.

Die Gruppen werden nicht von einer Spezialistin, einer Therapeutin geleitet. Und sie verstehen sich auch weder als Ersatz noch als Konkurrenz zu einer Therapie. Im Leitfaden der Organisation „Wildwasser“ steht: „Ein wichtiges Prinzip der Selbsthilfe – das es von der Therapie unterscheidet – ist, dass die Frauen sich gegenseitig unterstützen und sich dabei selbst helfen.“ Die individuelle Stärkung der Persönlichkeit und die Solidarität, um zusammen in dieser Richtung zu arbeiten, gehen Hand in Hand. Es kann dazu einen Impuls von außen geben. Gemäß der Methodologie von „Wildwasser“ nehmen am ersten Treffen einer neuen Gruppe zwei erfahrene Frauen der Organisation teil. Beim dritten Treffen neuerlich. Danach arbeiten die Frauen allein weiter und in ihrem eigenen Rhythmus.

### **Wir sind ein Land mit einer resignierten religiösen Kultur**

Wir sind auch ein resigniertes Land, in erster Linie den „Absichten Gottes“ ausgeliefert. Die resignierte Abhängigkeit von Gott, vom „Willen Gottes“ (eine völlig entgegengesetzte Haltung von der, die uns Jesus von Nazareth vorgeschlagen hatte, der uns einen Gott voll Leben und Freiheit verkündigt hatte, der uns frei und lebendig haben möchte), ist eine Abhängigkeit, die uns lähmt, bremst, unbeweglich und furchtsam macht. Wir kennen keine Rechte, und wir können keine Rechte einfordern. Wir kennen nur Herren und Führer.

Mit resignierter Geduld erwarten die Frauen von der „Vorsehung“, dass der prügelnde Mann aufhört, sie zu schlagen, und sich ändert, und während das Wunder der Vorsehung nicht eintritt, akzeptieren sie die Schläge als „Willen Gottes“. Mit geduldiger Resignation akzeptieren die Frauen die sexuellen Seitensprünge ihrer Gatten, die eigentlich Vergewaltigungen sind, überzeugt, dass sie so gute Gattinnen sind und den „Willen Gottes“ erfüllen. Diese unterwürfige Haltung bereitet in den Mädchen und den heranwachsenden Frauen das Terrain vor, um resigniert auch den sexuellen Missbrauch zu akzeptieren, und macht es ihnen unmöglich, nein zu sagen. Diese Haltung erklärt das Schweigen, das diese Vorfälle umgibt.

In den Selbsthilfegruppen liegt der Schlüssel, die Grundlage in der Verantwortung jeder Überlebenden für ihren eigenen Heilungsprozess. Jede Frau übernimmt die Verantwortung, sich selber und die anderen zu verstehen, aufzustehen, voranzuschreiten, zu wachsen, zu heilen. Das Wunder, dass die Wirklichkeit sich ändert, kann weder verlangt noch darf es erwartet werden. Als ob alle dieses Sprichwort aus dem nördlichen Nicaragua erfüllen wollten: „Gott wird für die Frauen aus Segovia sprechen“. In den Selbsthilfegruppen sind es die Frauen aus Segovia – die organisierten Frauen, die sich entschlossen haben zu

reden - , die „für Gott“ sprechen und die beschlossen haben, aus sich selbst heraus, mit ihrer inneren Kraft, die raue Realität, die sie erlebt haben, umzuwandeln.

### **Orte, Bedingungen, Fristen, Häufigkeit, Tagesordnung der Treffen ...**

Im Leitfaden von „Wildwasser“ gibt es ganz konkrete, aus der Erfahrung gewonnene Vorschläge. Die Gruppen sollen nur maximal 10 Personen umfassen, die Treffen sollen in „normalen“ Räumen stattfinden, z.B. im Saal eines Frauenzentrums, und geschlossene Räume sollen vermieden werden. Das ist ein weiterer Ausdruck dafür, dass dem Missbrauch der Nimbus des „Privaten“ genommen werden soll, in dem ihn jene ansiedeln, die nicht über ihn sprechen möchten.

Zur Einbindung in die Gruppe werden einige Voraussetzungen vorgeschlagen. Keine Abhängigkeit von Medikamenten, Alkohol oder Drogen, keine zusätzliche persönliche Belastung – eine Schwangerschaft, Prüfungen, schwere Krankheiten - , denn diese Probleme erfordern eine spezifische Betreuung und sie könnten die Gruppe als Ganzes belasten. Zur Konsolidierung der Gruppe wird die ständige Teilnahme an den Treffen empfohlen. In Deutschland existieren diese Gruppen in der Regel ein oder zwei Jahre und treffen sich zeitweise wöchentlich. Andere gehen dann zu einem zweiwöchentlichen Rhythmus über. Die Häufigkeit entscheiden die Frauen selbst, entsprechend ihren Erfordernissen. Wie würde wohl der Rhythmus hier in Nicaragua sein, wo es so viele Frauen in Not gibt?

Für die Entwicklung der Treffen – von etwa zwei Stunden Dauer – schlägt das Leitfaden fünf Elemente vor: einen „Blitz“ zum Einstieg, eine Runde Unerledigtes, ein allgemeines Thema, Reaktionen und einen „Blitz“ zum Abschluss. Am Anfang teilen alle mit, wie sie sich fühlen, dann wird die letzte Sitzung evaluiert – welche Spuren sie hinterlassen hat - , dann geht frau zum allgemeinen Thema über, das den Mittelpunkt des Treffens darstellt. Mit Rückmeldungen dazu und mit Schlussbemerkungen wird die Zusammenkunft beendet.

### **Weise Vorschläge, aus der Erfahrung geboren**

Das Leitfaden empfiehlt, die vorgeschlagenen Zeitgrenzen nicht zu überschreiten. Es wirt viel Wert darauf gelegt, Grenzen zu setzen und zu erfüllen. Für das Gespräch werden „Regeln“ vorgeschlagen: jede Frau soll alles sagen können, was sie sagen möchte; jeder Sprecherin soll aufmerksam zugehört werden, um ihr Unterstützung zu signalisieren; es soll nachgefragt werden, um das Gesagte zu verstehen und um Interesse zu zeigen – aber nicht um eine eigene Meinung oder einen Ratschlag vorzubringen.

Das Leitfaden erwähnt die Nützlichkeit davon, allgemeine Fristen festzulegen und „Verträge“ zwischen den Teilnehmerinnen abzuschließen. Diese können die Verpflichtung enthalten, sich als Teil der Gruppe zu fühlen und diese nicht vor einer bestimmten Zeit zu verlassen, bis hin zur Verpflichtung, in dieser Zeit keinen Selbstmordversuch zu unternehmen.

Das Leitfaden beinhaltet eine ausführliche Liste von „Zentralthemen“ für die Gruppe: die Geschichte jeder Einzelnen zu erfahren; mit wem bisher über den Missbrauch gesprochen wurde; welche Reaktionen gab es darauf und welche waren erwartet worden; Zwiespältigkeiten gegenüber der Familie, gegenüber anderen Personen oder dem Täter; Probleme und Eigenheiten in der Beziehung zur Mutter; Fluchtmechanismen in der Kindheit und heute; Schuldgefühle ... Sehr wichtig als zentrales Thema ist die – vor allen anderen – formulierte Anerkennung der persönlichen Stärken, die im Laufe der Jahre durch die Tatsache, überlebt zu haben, gewonnen wurden. Ein zentrales Thema kann es auch sein, öffentliche Aktionen zu beschließen oder konkrete Nachrichten zu besprechen.

### **Die Vertraulichkeit: eine delikate und grundlegende Angelegenheit**

Die Vertraulichkeit über all das, was in der Gruppe gesprochen wird, ist von grundlegender Bedeutung. In Nicaragua, wo sich der Tratsch mit überraschender Leichtigkeit in die nationale Kultur integriert hat, besitzt dieses Thema eine ganz besondere Wichtigkeit. Um zu zerstören – und um aufzubauen: Vorurteile, Distanzierungen, Feindschaften oder Freundschaften und Moralgeschichten, aus denen frau eine Lektion ziehen kann. Der Tratsch bricht wie ein Stück Mörtel aus unserem Denken heraus.

Sprechen, sich unterhalten, plaudern ist nicht dasselbe wie tratschen. Der Klatsch – in Nicaragua *cuecho*, in El Salvador *chambre* genannt, das Gerede – ist eine durch soziale Normen eingegrenzte Unterhaltung. In autoritären und machistischen Gesellschaften nimmt der Klatsch einen besonderen Raum ein. Und die Frauen, weil sie in diesen Gesellschaften von der Macht ausgeschlossen sind, weil sie in jeder Gesellschaft die besten Formuliererinnen sind, neigen dazu, diesen Raum auszufüllen. Sie finden darin eine Selbstbegründung. Klatschen die Frauen mehr als die Männer? Besonders bei den Themen, die mit Sexualität zu tun haben, klatschen die Frauen. Sie verstecken sich hinter dem Gerede. Sie können „darüber“ nicht reden. Die Selbsthilfegruppen sind wie ein Lehrstück, wo gelernt wird, über Sexualität zu sprechen. Wo gelernt wird, sich die Tatsachen zu erzählen und den kulturellen Zwang, über Tatsachen zu „tratschen“, zu überwinden – eine Versuchung, die auf nicaraguanischem Boden ständig auflauert.

Aber wenn in der Gruppe jemand diese zentrale Regel der Vertraulichkeit bricht und die in der Gruppe mitgeteilten Wörter auf die Straße dringen und als Gerücht die Runde machen, dann sind es keine heilenden Worte mehr, sondern verletzende. Es herrscht die Regel, dass alles, was in der Gruppe gesprochen wird,

auch innerhalb der Gruppe bleibt. *Es ist auch die Regel, dass eine Frau immer von sich selber spricht und nicht „im Namen“ einer anderen. Dieselbe Vertraulichkeit, die wir von einer professionellen Therapeutin verlangen, erwarten wir auch von den Teilnehmerinnen der Gruppe, wurde mir bei „Wildwasser“ erklärt.*

Das ist ein Paradoxon dieser Gruppen: Anderen das Vorgefallene zu erzählen, macht sie durch die Information, die sie in andere Hände legen, selbst verletzlich; und gleichzeitig ist es dieses Aussprechen, was das Gewicht dieses überschweren Rücksacks, der allein gar nicht zu tragen ist, vermindert.

### **Die Konflikte sind keine Fehlschläge**

Der Unglaube schafft Konflikte. Es können auch noch weitere entstehen. Die Methodik und der Prozess, der sich entwickelt, sind gegenüber Konflikten nicht immun. Wenn das so wäre, dann wäre es keine menschliche Methode. Und wenn das so wäre, dann würden wir nicht von so vitalen und intimen Themen sprechen... Im Leitfaden heißt es dazu: Wenn in der Gruppe Konflikte bestehen, so bedeutet das keinen Fehlschlag. Die Konflikte verleihen den Gruppen Leben und geben ihnen die Gelegenheit, sich zu stärken und zu wachsen. Das Lösen von Konflikten ist ein weiterer positiver Inhalt der Zeit des Lernens.

Eine Möglichkeit, um Konflikte zu vermeiden: *Wir müssen besonders vorsichtig sein, denn der Gruppendruck durch neue Regeln, durch hohe Zielsetzungen, durch unbewusste Wertungen und durch das Äußern von Vorschlägen könnte sich schnell in neuen hierarchischen Strukturen niederschlagen.* Beispiele von zu hohen Zielsetzungen wären: *„In einem halben Jahr muss ich alles bewältigt haben“, „In dieser Gruppe muss ich alles los werden“, „Ich brauche nicht weinen“, „Bald müssen wir uns gut fühlen“.* Das Ziehen von Vergleichen ist immer problematisch: *„Welcher Missbrauch war am Schlimmsten?“ „Weshalb kam ich in diese Gruppe, wo ich doch nichts so Schreckliches erlebt habe wie die anderen?“*

Eine andere Empfehlung: Es ist wichtig, mit einer gewissen Regelmäßigkeit Gesprächsrunden über den Zustand der Gruppe durchzuführen: das gefällt mir, das gefällt mir nicht, die Treffen sind so oder so, ich habe das Gefühl, dass ich nicht weiterkomme, ich kann dies oder das einfach nicht bewältigen ... *Die geteilte Erfahrung und das gemeinsame Leiden sind noch nicht genug, um zu reden. Die Frauen, die das Bedürfnis empfinden, Schweigen zu bewahren, dürfen weder von den anderen noch von sich selbst verlangen, offen und schnell über ihre Erlebnisse zu sprechen. Jede Frau soll sich Zeit nehmen und beobachten, wie sie ihre eigene Sicherheit aufbauen kann. Die Selbsthilfegruppe kann der Raum für eine intensive Arbeit mit den Erinnerungen an den sexuellen Missbrauch in der Kindheit oder der Jugend sein, solange das alle so fühlen und wollen. Aber die Gruppe muss das nicht zwangsläufig erreichen. Das Wichtigste in der Gruppe ist, sich im Alltagsleben zu unterstützen,*

zu fühlen, dass frau nicht allein ist, sondern Teil einer Gruppe mit gleichen Bezugspunkten – so heißt es im „Wildwasser“-Leitfaden.

### **Das Ende der Gruppe ist ein Anfang**

Und wenn die Gruppe zu Ende geht? Ein vorläufiges Ende oder eine Verringerung der Anzahl der Teilnehmerinnen bedeutet noch keinen Fehlschlag. Das Leitfaden sagt dazu: *Die Interessen können sich verändern, und es kann gemeinsam festgestellt werden, dass es kein gemeinsames Ziel mehr gibt. Oder das Interesse kann sich auflösen, weil das gemeinsame Ziel bereits erreicht wurde. Und vielleicht gab es gar kein anderes Ziel als das, sich auszusprechen, nicht mehr allein zu sein, sich zu informieren. Jede Frau muss es als einen Erfolg betrachten, dass sie durch die Gruppe befähigt wurde zu entscheiden, wie sie nun weitertun möchte. Eine weitere Errungenschaft ist es, wenn alle wissen, wo sie sich befinden, was ihr nächstes Lebensziel sein wird und wie sich selbst weiter stärken machen können (Therapie, neue Arbeit, eine neue Beziehung oder das Fortsetzen der alten). Es gibt Gruppen, die ein Fest feiern, bevor sie sich auflösen.*

### **Eine wirtschaftlich nachhaltige Methode**

Anfang 2004 wurde in Nicaragua das System von Selbsthilfegruppen von Frauen, die innerfamiliäre Gewalt erlebt haben (die wir viel besser als „geschlechtsspezifische Gewalt“ bezeichnen sollten) bekannt und wurden erste entsprechende Organisationsversuche begonnen. Von Costa Rica aus haben die in CEFEMINA organisierten Frauen – die ihre Gruppen „Frau, du bist nicht allein“ nennen – ihre Erfahrungen weitergeleitet. Dort begann diese Arbeit bereits 1986. Aktivistinnen dieser Bewegung schätzen, dass bereits an die 15 000 Frauen an Gruppen teilgenommen haben. Drei Viertel von ihnen kamen, weil sie Aggressionen von ihren Partner erlitten haben. Spätere Untersuchungen ergaben, dass die in der Gruppe erworbenen neuen Fähigkeiten und das neue Bewusstsein für 67 % von ihnen die erlittenen Verletzungen auflösen konnten. Laut Ana Carcedo, einer Ausbilderin für diese Gruppen in Costa Rica und Nicaragua, zählt zu einem der vielen Vorteile der verwendeten Methodik auch die wirtschaftliche Nachhaltigkeit. Und sie belegt das mit Zahlen. Sie beziffert die Kosten für die Aufrechterhaltung des Netzwerkes in Costa Rica für je 1000 Frauen – einschließlich einem zentralen Büro, Publikationen und Ausbildungsprogrammen – auf nur 20 000 Dollar.

Diese Initiative ist in fast allen Punkten dem Projekt der Selbsthilfegruppen für Überlebende ähnlich. In Nicaragua wurde bereits – bei *La Colectiva* in Masaya – mit Selbsthilfegruppen von Müttern von Mädchen, die sexuellen Missbrauch erlitten haben, experimentiert. Der – nicht einfache – Vorschlag, die Gruppen ausschließlich mit den jugendlichen Opfern selbst zu bilden, ist eine

Neuheit in Nicaragua. Und angesichts des Ausmaßes, mit dem in Nicaragua dieses Problem auftaucht, wird das auch ihre Nützlichkeit hervorheben.

### **Das Besondere und Neue: Alle sollen Überlebende sein**

*Das Besondere, das Sich-Treffen unter ‚Kolleginnen‘ ist das Wesentlichste bei unserem Vorhaben, erklärt mir meine deutsche Freundin. Nur Frauen, die Missbrauch erlitten haben, wissen um die Schäden, die der Missbrauch verursacht, und nur sie können die Menschen verstehen, die ähnliche Verletzungen erlitten haben. Nur unter uns können wir, über das Wort, diese Schäden in eine Kraft verwandeln. Das mag ausgrenzend erscheinen, doch es ist nichts weiter als realistisch, das zeigt uns unsere eigene Erfahrung. Das Erleiden von sexuellem Missbrauch in der Kindheit bringt in den Gruppen eine ganz besondere Dynamik hervor, und die ist genau der Schlüssel für die Veränderung. Dieser Schlüssel ist notwendig.*

Und meine Freundin erzählt mir weiter: *In Managua nahm ich an einer Selbsthilfegruppe für Frauen mit innerfamiliärer Gewalterfahrung teil. Ich spürte, dass das für mich nicht das Richtige war ... oder dass es nur bis zu einem gewissen Punkt funktionierte. Die Erfahrungen sind zu sehr unterschiedlich, und die Leute verstehen nicht, wovon gesprochen wird... Doch dieses Verstehen ist umso notwendiger, wenn es sich um sexuellen Missbrauch im eigenen Zuhause, um Inzest handelt, der ein ganz besonderer Schmerz ist. Der sexuelle Missbrauch in der Kindheit und im häuslichen Umfeld hinterlässt ein derart spezifisches Trauma, dass es mit anderen Formen der Gewalt nicht vergleichbar ist, mögen diese auch noch so schrecklich sein. Der sexuelle Missbrauch in der Kindheit verändert deine Zukunftsperspektiven. Er ist wie eine „lebenslängliche Spur“.*

Die Bildung von Gruppen nur mit Frauen, die sexuellen Missbrauch in der Kindheit überlebt haben, ist das Wesentliche der Methode, die wir vorschlagen.

*Etwas Ähnliches passiert bei den Anonymen Alkoholikern, sagt meine Freundin. Sie treffen sich unter sich, vermischen sich nicht mit Drogenabhängigen, obwohl beide Suchtverhalten haben. Und da meine Freundin die Anonymen Alkoholiker (AA) erwähnt, die in Nicaragua seit einigen Jahren bemerkenswerte Erfolge erzielen, frage ich, ob zu den berühmten ‚Zwölf Schritten‘ der AA-Gruppen eine bestimmte Ähnlichkeit besteht. Wo ich die größte Ähnlichkeit sehe, ist im Schritt Nummer zwölf, sagt meine Freundin, der letzte Schritt. Denn eines der Ergebnisse, woran du siehst, dass du überwunden hast, was dich blockierte, liegt darin, dass du dich unterstützt fühlst und gerade dadurch fähig wirst, andere zu unterstützen.*

Auf jeden Fall können diese Selbsthilfegruppen den Überlebenden nicht aufgezwungen werden, und sie funktionieren nur dann, wenn sie aus eigener Initiative der Überlebenden selbst heraus entstehen, aus ihrer eigenen Überzeugung. Sie entstehen von innen heraus. In Berlin erfuhr ich, dass sieben Jahre nach der Gründung von „Wildwasser“, 1990, „Tauwetter“ entstand, eine

ähnliche Organisation für Männer, die in der Kindheit missbraucht wurden und die beschlossen, sich in einer Gruppe zusammenzuschließen, um andere zu unterstützen. *Sie begannen genauso, sagt Dorothea, mit einer Selbsthilfegruppe von sieben Männern. Und seit damals entstanden immer wieder neue Gruppen mit erwachsenen Männern. Wir arbeiteten bereits mit ihnen zusammen. Sie wollten sich „Tauwetter“ nennen, also ein Wetter, das Eis schmilzt. Die Zeit nach dem Winter, wenn der Schnee schmilzt und der Frühling kommt und alles neuerlich zu blühen beginnt. Für sie, wie für uns, bedeutet Sprechen das Eis schmelzen und Wärme zurückgewinnen: Hoffnung, Würde, Zukunft.*

### **Liebe und Vergeben: Ein falscher Ausweg**

Ich wollte von meiner Freundin wissen, was sie am meisten gefragt wurde bei ihren Besuchen von Gruppen in León, Masaya und Managua, bei denen sie für die Idee warb, auch in Nicaragua solche spezifischen Selbsthilfegruppen zu gründen. *Als ich mich als Überlebende identifizierte, stellten sie mir viele Fragen, sehr viele. Es erschien mir, dass es mehr Fragen persönlicher als beruflicher Natur waren. Ich spürte, dass durch diese Fragen hindurch Frauen sprachen, und auch Männer, die Überlebende waren, die Schweigen bewahrt hatten und die mehr von meiner Erfahrung wissen wollten, um sich ihre eigene Erfahrung zu erklären, um auf eigene Fragen, die sie ein Leben lang verborgen hatten, eine Antwort zu finden. In den Gruppen nennen wir diesen Prozess „sich spiegeln“: sich selbst wie in einem Spiegel in der Erzählung der anderen wiederfinden, in den Worten der anderen eine Spur finden, die unsere eigene Erinnerung aufweckt. Das spürte ich deutlich aus ihren Fragen heraus.*

Eine der am meisten gestellten Fragen war die nach dem Vergeben: Hast du dem Täter verziehen? Ich glaube, mit dem starken Gewicht, das das Religiöse in Nicaragua besitzt, und mit dem unreflektierten Verständnis vom Religiösen als etwas halb Magischem, suchten sie unmittelbare Lösungen auf Grundlage der „Liebe“. Ich antwortete ihnen, dass viele Menschen glauben und empfehlen, wir sollten denen, die uns Schaden zugefügt haben, verzeihen. Weil sie glauben, dass das Verzeihen heilt. Doch das stimmt nicht. Zuerst muss das Heilen kommen, und dazu sind die Gruppen da. Und wenn die Person erst geheilt ist, kommt das Vergeben ganz von selbst – oder es ist gar nicht notwendig.

### **„Vergesst den unterwürfigen und sanften Jesus“**

Der gesunde Menschenverstand meiner agnostischen Freundin wird durch die Theologie von Pamela Cooper-White bestätigt, die den weiblichen Missbrauchopfern eindringlich vorschlägt, die „Ethik des unmittelbaren Vergebens“ zu überwinden. Diese brillante Theologin rät, dass das Verzeihen, das so oft in den Beichtstühlen und bei den Messen und Predigten – und auch von den frommen Frauen – empfohlen wird, *sich nur in eine Maske verwandelt, die die*

*Erinnerungen und die negativen Gefühle (Wut, Hass und Rachsucht) von unserem Bewusstsein fernhält.*

Und nur in der Auseinandersetzung MIT dem Bewusstsein und nicht weit weg davon, können alle diese Gefühle überwunden werden, die das Trauma ausgelöst hat. Deshalb empfiehlt die Theologin, dass die Opfer nie unmittelbar und auch nicht im Namen der Religion vergeben sollen. Sie schlägt ihnen vor, *den sanften und unterwürfigen Jesus zu vergessen und sich dafür an den Zorn Jesu im Tempel zu erinnern und an die Worte der Propheten, die vom „gerechtfertigten Zorn“ Gottes sprachen.*

Einige Monate später, wieder zurück in Deutschland, nahm meine Freundin in Göttingen, einer Universitätsstadt in der Mitte von Deutschland, am „Bundesweiten Aktionstag gegen Kindesmissbrauch“ teil. An die 500 Personen waren zusammengekommen. *Am eindrucksvollsten war, so erzählte sie mir, dass an die zwanzig Personen, darunter ich, sich auf einem öffentlichen Platz als Überlebende präsentierten. Und wir forderten von den Politikern wirksame Maßnahmen. Ich glaube, ich hätte das nie tun können, wenn ich nicht vorher zwei Jahre in einer Selbsthilfegruppe verbracht hätte.* Werden wir eines Tages so etwas an einem öffentlichen Platz in Nicaragua erleben?

### **Eine Änderung für die Frauen: Zwischen Schmerz und Leiden unterscheiden**

Einer der klugen und kühnen Vorschläge der mexikanischen Feministin – und heutigen Parlamentsabgeordneten – Marcela Lagarde als ein wirksamer Weg zu einer Bewusstseinsveränderung lautet, zwischen dem Schmerz und dem Leiden unterscheiden zu lernen. Sie schlägt vor, die Frauen sollten lernen, „nicht mehr zu leiden“.

Schauen wir uns an, was Lagarde sagt: *Wir müssen verstehen, dass der Schmerz ein schwieriger, doch lebbarer Prozess ist und dass wir das Leiden vermeiden müssen. Der Schmerz ist etwas unvermeidliches, das Leiden ist vermeidbar. Das Leiden entsteht, wenn der Schmerz nicht aufhört, wenn er anhält und sich dauerhaft einnistet. Das Leiden ist ein in die Zeit ausgedehnter Schmerz. Das Leiden ist auch ein nicht verarbeiteter Schmerz: die Ursache des Schmerzes ist bereits verschwunden, doch wir haben es nicht geschafft, den Schmerz zu verarbeiten. Und das heißt, dass wir noch an den Auswirkungen des Schmerzes leiden, dass wir aus dem Schmerz nicht gelernt haben. Das Leiden ist auch so etwas wie die Summe der Schmerzen: wir laden einen Schmerz auf den anderen auf, ohne ihn zu verarbeiten. Der Schmerz wird dann wie versteinert und verwandelt sich in Leiden. Man leidet, wenn ein Schmerz der Vergangenheit noch in der Gegenwart aktiv ist, wenn ein gegenwärtiger Schmerz dich an alle anderen nicht verarbeiteten Schmerzen deines Lebens erinnert. Wenn das passiert, so spürst du nicht nur den konkreten aktuellen Schmerz, sondern auch das, was dich seit einem Jahr schmerzt, oder seit fünf Jahren, oder schon dein ganzes Leben lang. Das ist Leiden.*

## **Leiden – eine weibliche „Tugend“**

*In der lateinamerikanischen Kultur gilt das Leiden als eine weibliche Tugend. Man sagt: Welch eine gute Frau, wie sie leidet! Doch wir wollen keine leidenden Frauen, sondern glückliche Frauen. Nein zu sagen gegenüber dem Leiden ist eine ethische Haltung. Nach dem Nein-Sagen zum Schmerz müssen wir den nicht verarbeiteten Schmerz verarbeiten. Was heißt das? Wir müssen dem Schmerz der Vergangenheit ins Auge schauen können. Wir müssen ihn benennen können und sagen: Das ist mir passiert, das ist geschehen, das heißt so und so. Wir müssen verstehen, warum das Vorgefallene passiert ist, wir müssen es verstehen können, auch wenn wir nicht damit einverstanden sind, und wir müssen die Gründe des Vorgefallenen erklären können. In diesem Prozess der Verarbeitung des Schmerzes, und damit der Schmerz sich nicht in Leiden verwandelt, müssen wir die Loyalität jener Person gegenüber aufgeben, die wir im Augenblick des Schmerzes waren.*

## **Die Macht des Wortes mit der Macht der Gruppe verbringen**

Genau das ist die weitreichendste Wirkung, die die Methodologie der Selbsthilfegruppen mit Überlebenden von sexuellem Missbrauch in Nicaragua erreichen könnte: Die Frauen lernen, ihren Schmerz zu identifizieren, durch das Sprechen hören sie auf zu leiden – und nicht durch irgendeine magische Formel, wie es so viele religiöse Scharlatane in so vielen Radioprogrammen vorschlagen. Das wäre eine wichtige Lehre: aufhören zu leiden. Verzicht, sich als Opfer zu fühlen, darüber hinauswachsen über jenen Zustand, als sie der Missbrauch mit einem für ihre wenigen Jahre unbeschreibbaren Schmerz niederschlug.

Die Wirksamkeit der Gruppen, aller Gruppen, in denen die Frauen auf freundschaftliche Weise ihre Probleme, Ängste und Vorhaben als eine wissenschaftliche Methode zur Stressbewältigung teilen, wurde durch eine Studie der Universität Los Angeles vor einigen Jahren nachgewiesen. Die Autorinnen der Untersuchung stellten fest, dass die wissenschaftlichen Ergebnisse ihrer Studie fünf Jahrzehnte der Forschung und Beurteilung von Stress, die meistens von Männern durchgeführt wurden, revolutionierten.

Es ist eine Verbindung der Macht des Wortes und der Macht der Gruppe. Marcela Lagarde kommentierte die erwähnte Studie folgendermaßen: *Die Gruppe ist wie ein Fund, der es den Frauen erlaubt, in einem Ambiente des Vertrauens und der weiblichen Selbstfindung sich selbst anzuschauen, sich direkt zu treffen, die eigene Stimme zu hören, aus sich heraus und für sich zu denken, zu zweifeln, zu lernen und nachzudenken.*

## Wasser von einer Tasse in die andere gießen

Diese Methode funktioniert. Sie scheint für die tiefsten Bedürfnisse der Überlebenden gemacht zu sein. Als ich den vorliegenden Aufsatz schrieb, fiel mir der faszinierende Roman „Von meinem Himmel“ von Alice Sebold in die Hände. Susie Salmon, die 14jährige Protagonistin der Geschichte, die vergewaltigt und umgebracht wird, beweist, dass Sprechen auch in „ihrem Himmel“ funktioniert. An einem dieser Tage, während sie vom Himmel aus sieht, was mit ihrem Papa, ihrer Schwester, ihrem kleinen Bruder, ihrer Mama und ihren Schulkolleginnen auf der Erde passiert ist, seit sie gewaltsam von dieser Erde verstoßen wurde (der Roman schildert auch die Spuren, die dieses Verbrechen im Umfeld des Opfers hinterlassen hat), trifft Susie ein anderes Mädchen, das auch vergewaltigt und ermordet wurde, und zwar vom selben Mann.

*Ich heiße Flora Hernández, sagte sie zu mir. Und wie heißt du?  
Ich sagte ihr, dass ich Susie heiße, und ich begann zu weinen, noch bestärkt durch die Tatsache, dass ich ein anderes Mädchen kennen lernte, das er ebenfalls umgebracht hatte. Und während Flora hin und her ging, kamen andere Mädchen und Frauen zu uns. Sie kamen aus allen Gegenden. Wir stellten uns vor und lernten uns kennen. Wir begossen uns mit unserem Schmerz, wie man Wasser von einer Tasse in die andere gießt, und jedes Mal, wenn ich meine Geschichte erzählte, verlor ich einen kleinen Tropfen Leiden.*

Ja, es funktioniert. Es funktioniert, durch Worte von einer Frau zu einer anderen den Schmerz auszugießen.

---

María López Vigil ist Chefredakteurin der nicaraguanischen Zeitschrift „Envío“. *Entnommen der Zeitschrift ENVÍO; APRIL 2005. Übersetzung: Werner Hörtner.*

---