

**Vernarbte Kinderseelen –
Wie Misshandlung fürs Leben prägt**

Von Matthias Bertsch

09.01.2022

O-Ton Harald Martenstein:

Es war unberechenbar. Plötzlich, aus dem Nichts konnte plötzlich so ein Schlag kommen, aus dem Nichts! Ohne erkennbares Motiv, ohne dass das Kind irgendetwas, und sei es noch so banal, getan hätte.

O-Ton Sibylle Winter:

Das sind dann oft sehr junge Kinder, unter ein oder zwei Jahren, mit wirklich schweren Verletzungen: Schütteltrauma, Frakturen, Hämatome, Verbrennungen, Verbrühungen, Aber es gibt natürlich auch leichtere Fälle emotionaler Gewalt, jetzt mal das andere Spektrum, wo es darum geht, dass Eltern ihre Kinder nicht wertschätzen, sie erniedrigen, ihnen Angst machen, und sie sehr verunsichern.

O-Ton Rosemarie Springsguth:

Was würde ich denen heute sagen, wenn die heute noch leben würden? Ich würd sie nicht ausschimpfen, aber ich würd denen gern mal sagen: Was habt ihr euch gedacht dabei, als ihr mir mit sieben Jahren gesagt habt: Du landest in der Gosse.

O-Ton Harald Martenstein:

Irgendwo in dem Roman steht der Satz: ich wäre lieber auf die altmodische preußische Art geschlagen worden, mit einem glasklaren Motiv. Das heißt, es ist auch vorbei, wenn es vorbei ist. Die Tat, die „kindliche Tat“, dann die elterliche Bestrafung, das Kind weiß, was kommt, es weiß auch, es wird vorbeigehen und danach ist wieder gut. So war das ja bei mir nicht. Es war unberechenbar.

Sprecher:

In der Öffentlichkeit ist Harald Martenstein vor allem durch seine Kolumnen bekannt: in der ZEIT, dem Tagesspiegel oder auch auf Radio Eins vom rbb. Manche lieben seine spitzen Bemerkungen, andere können sie nicht ausstehen. Doch das Buch, das er Anfang 2021 veröffentlicht hat, ist anders: „Wut“ handelt von einem Jungen, der regelmäßig von seiner Mutter misshandelt wird.

Zitator (Wut, S. 12):

Maria hat mich nach meiner Erinnerung fast immer ins Gesicht geschlagen. Der Rest des Körpers hat sie nie interessiert. Sie schlägt, bis ihre Arme müde werden. Dabei schreit sie ununterbrochen, dass ich ihr Unglück bin, dass ich ihr Leben kaputt mache.

Sprecher:

Es ist ein Roman, keine Biografie, und zugleich ist es „seine Geschichte“ – doch in Worte fassen konnte er sie erst ein halbes Jahrhundert später.

O-Ton Harald Martenstein:

Ob man getreten, geschlagen oder angespuckt wird, das hat man überhaupt nicht in der Hand, das kommt eben einfach. Deswegen hätte ich darüber nie als junger Mann schreiben können, auch nicht in meinen mittleren Jahren, ich musste erst älter werden, um so viel Distanz haben, dass ich es zum Thema machen konnte. Ich musste meiner selbst sicherer werden, das war ich ja mit 20 und 30 überhaupt nicht.

Sprecher:

Harald Martenstein ist 67 Jahre alt, manche Erinnerungen aus seiner Kindheit sind verblasst:

O-Ton Harald Martenstein:

Woran ich mich aber gut erinnere, ist, dass ich meine Mutter gehasst habe. Ich hab ihr den Tod gewünscht. Ich schreib in dem Roman auch, dass ich so Träume hatte, ich weiß nicht, wie alt ich da gewesen bin, wo sie zu Tode gefoltert wird, ganz grauenhafte Träume. Ich bin in die Kirche gegangen, wir waren ein katholisches Elternhaus, ich bin in die Kirche gegangen und hab zu Gott gebetet, dass er meine Mutter tötet. Solche Fantasien hatte ich.

Sprecher:

Aber im Grunde wünschte er sich etwas anderes:

O-Ton Harald Martenstein:

Jeder Mensch, jedes Kind, möchte von den Eltern geliebt werden, und jedes Kind hat auch das Bedürfnis seinerseits, die Eltern zu lieben. Das steckt in uns drin, auch die Person, die einen schlägt und misshandelt, die will man lieben und man will von ihr geliebt werden. Sich von dieser Person zu distanzieren ist für ein Kind meiner Ansicht nach fast unmöglich.

Sprecher:

Seine Kindheitserlebnisse haben es dem Journalisten zeitlebens schwer gemacht, sich auf andere Menschen einzulassen:

O-Ton Harald Martenstein:

Das ist sozusagen die Lektion, die das geschlagene Kind lernt, ganz tief lernt ist: traue niemandem! Die, die Dir am nächsten sind, die, deren Zuneigung Du am meisten willst, das können die Gefährlichsten sein, das können die Schlimmsten sein. Das ist eine grauenhafte Botschaft.

O-Ton Sabine Andresen:

Zum Kindsein gehört es, Erwachsenen Vertrauen schenken zu müssen.

Sprecher:

Sagt die Pädagogin Sabine Andresen auf einer Fachtagung des Kinderschutzbundes

O-Ton Sabine Andresen:

Kinder können nicht überleben, wenn sie Erwachsenen nicht vertrauen und vertrauen können. Vertrauen ist eine Gabe, eine Gabe des Kindes und diese Gabe prägt die Beziehung zwischen Kindern und Erwachsenen, in all ihren Facetten. Für das Kind, das Vertrauen schenkt, und das ist jetzt ein zentraler Punkt, ergibt sich aber immer das Risiko, verletzt zu werden. Wer auf Vertrauen angewiesen ist, geht immer auch mit dem Risiko, verletzt zu werden, einher. Und diesen Zusammenhang finde ich wichtig. Das gilt durchaus auch für andere Altersphasen, das gilt auch in der Partnerschaft, in anderen Beziehungskonstellationen, aber das Vertrauen des Kindes oder des Jugendlichen in Erwachsene ist auf Grund von Ungleichheit etwa in der sozialen Position oder im Mangel an Überblick und Kontrolle über ihre Lebensumwelt, der ja Kindsein kennzeichnet, ist eben besonders anfällig für Verletzbarkeit.

Sprecher:

Kinder stecken in einem tiefen Abhängigkeitsverhältnis zu ihren Eltern. Sie sind ihnen ausgeliefert, betont die Leiterin des Bereiches Familienforschung an der Goethe-Universität Frankfurt. Doch es sind nicht nur die Eltern, die ihr eigenes Kind misshandeln – es können auch andere nahestehende Personen sein. Bei Rosemarie Springguth waren es Diakonissen. Die 85-Jährige hat die ersten 18 Jahre ihres Lebens in einem evangelischen Kinderheim verbracht. Die Ordensschwestern waren ihr Elternersatz.

O-Ton Rosemarie Springsguth:

Ich kann mich erinnern, dass, als ich ganz klein war, schon sehr, sehr früh, immer wieder Worte hörte: Du lügst, und du bist ungezogen, aber nicht nur ich, sondern alle anderen auch, d.h. ich kann jetzt schon in der Wir-Form reden, aber jeder einzelne, wir waren alle gleich ängstlich. und wenn ich heute darüber rede oder reflektiere, das mach ich sehr oft, dann ist das ja normal gewesen so wie es war, und trotzdem weiß ich in meinem Herzen, das ist nicht normal.

Sprecher:

Rosemarie Springsguth hat keinen sexuellen Missbrauch erlebt, wie den Kirchen seit einigen Jahren von unzähligen Betroffenen vorgeworfen wird. Doch die Abwertung, die sie als Kind erfahren hat, hat sie ihr Leben lang mit sich rumgetragen, als Gefühl, nichts wert zu sein - egal ob in ihrer Arbeit als Kinderkrankenschwester oder wenn Sie einen Mann kennenlernte.

O-Ton Rosemarie Springsguth:

In meinem Unterbewusstsein war ich nie befreit vom Heim, ich hatte immer die Bedenken, du bist schwierig, du bist nicht gescheit, dich schaut keiner an, alles das war immer wieder da in meinem Kopf, es war wirklich schlimm.

O-Ton Jörg Fegert:

Wenn Sie mal, gefühlt, alles, was Sie wissen, über Langzeitfolgen von sexuellem Missbrauch nehmen: Die Folgen sind bei emotionaler Misshandlung genau gleich stark. Das eine schockiert uns durch den sexuellen Übergriff, das kommt permanent in den Medien, und das andere ist eine alltägliche Gewalt, die nicht gesehen wird, und die als Gewalt gar nicht verstanden wird.

Sprecher:

so der Kinder- und Jugendpsychiater Jörg Fegert (auf der Fachtagung des Kinderschutzbundes)

O-Ton Jörg Fegert:

Weil da denkt jeder: Aber ich hab mein Kind doch auch schon mal angeschrien. Aber einmal quasi, dass das Wort rausrutscht, das ist auch nicht schön, ist was anderes, wie wenn man ein Kind, und das ist die emotionale Misshandlung, wirklich permanent herabsetzt, wenn man einem Kind zu verstehen gibt, du bist wirklich das letzte, Du bist mein Unglück.

Sprecher:

Jörg Fegert ist Ärztlicher Direktor der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie an der Uniklinik Ulm und einer der führenden Wissenschaftler in Sachen Langzeitfolgen von Misshandlungen im Kindesalter. Dazu zählen, neben dem sexuellen Missbrauch, die körperliche und emotionale Misshandlung und Vernachlässigung.

O-Ton Jörg Fegert:

Wenn Sie jetzt heute in die deutsche Bevölkerung gehen und eine Repräsentativbefragung machen, ähnlich wie bei der Sonntagsfrage, also 2500 Leute repräsentativ ausgewählt, befragen nach ihrer Kindheit, dann sagt ein Drittel der Befragten, dass sie eine dieser Formen in ihrer Kindheit in nem Ausprägungsgrad mindestens mittlerer Schwere erlebt haben. Das ist die Dimension und das ist uns, glaube ich, häufig überhaupt nicht bewusst.

Sprecher:

Jeder dritte Erwachsene in Deutschland hat in seiner Kindheit Misshandlung erlebt. Was das in der Praxis bedeutet, sieht Sibylle Winter jeden Tag. Die Ärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie leitet die Kinderschutz- und Traumaambulanz an der Berliner Charité.

O-Ton Sibylle Winter:

Misshandlung ist ein sehr weit gefasster Begriff. Es gibt eben verschiedene Formen der Misshandlung: körperliche Gewalt, sexualisierte Gewalt, emotionale Gewalt, es gibt Vernachlässigung und es gibt eben auch verschiedene Schweregrade. Um bei den schweren Fällen körperlicher Gewalt bspw. anzufangen: Das sind dann oft sehr junge Kinder, also unter ein oder zwei Jahren, mit wirklich schweren Verletzungen: Schütteltrauma, Frakturen, Hämatome, Verbrennungen, Verbrühungen. Aber es gibt natürlich auch leichtere Fälle emotionaler Gewalt, jetzt mal das andere Spektrum, wo es darum geht, dass Eltern ihre Kinder nicht wertschätzen, sie erniedrigen, ihnen Angst machen, sie sehr laut anschreien, eben häufig sehr laut anschreien, und sie sehr verunsichern.

Sprecher:

Die wenigsten dieser Kinder kommen allerdings je in eine Arztpraxis oder Klinik. 2019 haben die Jugendämter in Deutschland rund 55.000 Fälle von Kindeswohlgefährdung festgestellt, Tendenz: steigend. Aber auch diese Zahl — sagt wenig über das wirkliche Ausmaß des Problems aus, betont Jörg Fegert.

O-Ton Jörg Fegert:

Der eigentliche Skandal sind nicht diese Fälle, die es in die Medien schaffen, sondern der eigentliche Skandal ist die Häufigkeit, das Schicksal von vielen Kindern und jungen Menschen, das ungehört bleibt, das Schicksal vieler Erwachsener, die an den Folgen leiden, die ihr Leben meistern, was auch anerkannt werden muss und was gesellschaftlich kaum gesehen wird.

Sprecher:

„Die am häufigsten vorkommende Misshandlungsform mit den gravierendsten langfristigen Auswirkungen“, heißt es im Deutschen Ärzteblatt, „stellt die Vernachlässigung dar.“ Doch wer sind die Eltern, die ihre Kinder systematisch vernachlässigen oder anderweitig misshandeln?

O-Ton Jörg Fegert:

Wir haben bestimmte Dinge, die schichtabhängig und bildungsabhängig sind. Das betrifft vor allem die Vernachlässigung, und da ist es erschütternd, dass wir quasi am Zahnstatus eines Kindes bei der Einschulung sehen können, wie sein Schulerfolg sein wird. Also im Prinzip wird von der Pflege in den ersten Jahren und dem sich-kümmern um ein Kind werden eigentlich die Weichen gestellt auch für das weitere Leben und viele Erfolgsbereiche.

Sprecher:

Doch solche Erfahrungen sollten nicht darüber hinwegtäuschen, dass die Misshandlung von Kindern durch alle Schichten geht.

O-Ton Sibylle Winter:

Bei den sozioökonomisch gut gestellten Familien ist es sogar so, dass man noch viel schwerer an die Kinder rankommt, weil man es eben nicht so vermutet. Es gibt ja dieses Vorurteil, in den sozioökonomisch benachteiligten Familien kommt das häufiger vor, wird wahrscheinlich letztlich auch für körperliche Gewalt und Vernachlässigung wird das auch zutreffen, bei sexualisierter Gewalt und emotionaler Gewalt würde ich sagen: nein. Aber wenn eben dann mal in einer gut gestellten Familie so etwas passiert, ist es eher noch die Gefahr, dass man das wirklich übersieht. Weil man denkt: bei den Eltern, kann ich mir nicht vorstellen, oder ähnliches.

O-Ton Harald Martenstein:

Das Außenbild dieser schlagenden Eltern kann glänzend und großartig und sanftmütig und wunderbar sein. Man weiß nicht, was hinter verschlossenen Türen passiert.

Sprecher:

Sagt Harald Martenstein, und verweist darauf, dass der politisch angeordnete Rückzug ins Private während der Corona-Pandemie diesbezüglich fatale Folgen haben könnte - vor allem für Menschen in beengten Wohnverhältnissen:

O-Ton Harald Martenstein:

Ich möchte mir nicht gern vorstellen, was jetzt in der Corona-Zeit in so kleinen Wohnungen passiert ist, wo man zusammengespart war und Menschen mit geringer Affektkontrolle da mit ihren Kindern saßen. Das ist ja auch ein Ventil, das Kind ist ja auch ein bequemes Ventil für Frustrationen aller Art.

Sprecher:

Nicht nur Frustrationen sondern auch Überforderung, so das Ergebnis einer Elternumfrage, die die Kinderschutzexpertin Sibylle Winter im letzten Frühjahr durchgeführt hat.

O-Ton Sibylle Winter:

Da hat sich ja schon gezeigt, junge Eltern mit jungen Kindern waren am meisten belastet und hat eben auch die Gewalt am meisten zugenommen, wobei da ging es wirklich auch sehr um emotionale Gewalt und verbale Gewalt, nicht so sehr um körperliche Gewalt. Also das Alter spielt mit Sicherheit ne Rolle und die Anzahl der Kinder, die insbesondere sehr klein sind.

Sprecher:

Umso wichtiger sei Hilfe von außen, aber auch die habe unter den Corona-Maßnahmen stark gelitten, stellt der Kinder- und Jugendpsychiater Jörg Fegert fest.

O-Ton Jörg Fegert:

Es braucht schon ein ganzes Dorf, wie dieses afrikanische Sprichwort sagt, um ein Kind gut aufwachsen zu lassen. Das ganze Dorf ist jetzt durch Corona stark eingeschränkt worden. Wir brauchen wieder die sozialen Bezüge, wir leben hier sehr stark von der Unterstützung. Da können Vereine ne Rolle spielen, da können auch Kirchen ne Rolle spielen. Wir haben jetzt immer über die Institution als Gefahr, wo auch Misshandlung oder Missbrauch stattfinden, ge-

redet. Wenn wir mit Betroffenen reden, erzählen die meisten, sie haben in der Schule Hilfe bekommen, da war jemand im Sportverein, der sie unterstützt hat, da war in der Kirchengemeinde jemand, also wir brauchen soziale Orte.

Sprecher:

Aufmerksame Lehrerinnen und Erzieher, Sportvereine oder Chöre: All das kann Kinder und Eltern unterstützen und entlasten. Mit der Schließung von Schulen und Kitas entfiel aber auch die soziale Kontrolle – was sich zuhause abspielte, bekamen höchstens noch die Nachbarn mit. Wenn Eltern ihre Kinder misshandeln, sind sie häufig selbst in Not, sagt Sabine Winter

O-Ton Sibylle Winter:

Also ich gehe von einer Überforderung der Eltern aus. Die wenigsten Eltern sind rein sadistisch veranlagt oder ähnliches, dass sie den Kindern absichtlich wehtun wollen, sondern ich hab dieses Konzept, dass Eltern nur das weitergeben können, was sie selbst auch bekommen haben, also wenn sie selbst nicht gut versorgt worden sind, dann können sie selbst nicht gut versorgen, außer sie haben das aufgearbeitet in irgendeiner Form. Also ich denke an Psychotherapie oder ähnliches.

Sprecher:

Auch Harald Martensteins Mutter war als Kind nicht gut versorgt:

O-Ton Harald Martenstein:

Sie war in der NS-Zeit in einem Kinderheim, sie ist als kleines Mädchen missbraucht worden, sie ist in einer Art Bordell, in so einer Nachtbar aufgewachsen, meiner Tante, und hatte sich immer dieser Freier zu erwehren, es war eine extrem schwierige Kindheit, ja, sie musste sehr stark sein, um dadurch zu kommen, sie musste sehr stark sein, um aus diesem Milieu sich zu befreien, in das sie da hineingeboren war, und das hat sie geschafft. und darauf war sie auch stolz, zurecht, finde ich.

O-Ton Jörg Fegert:

Wir haben in allen Studien ein erhöhtes Risiko, selbst erlebte Gewalt weiterzugeben. Also wenn ich selbst Schlimmes erlebt habe in meiner Kindheit, ist die Gefahr größer, dass ich selbst auch misshandle. Trotzdem, und das ist der wichtige Punkt jetzt: Die allermeisten Leute, die selbst Misshandlung erfahren haben, wollen - und schaffen es auch - ihre Kinder anders behandeln.

Sprecher:

Und das braucht Anerkennung, davon ist Jörg Fegert überzeugt. Gerade, weil der Kinder- und Jugendpsychiater um die Langzeitfolgen von Kindermisshandlung weiß, ist es ihm umso wichtiger, zu betonen, welche Leistung es darstellt, auch nach schlimmen Kindheitserfahrungen wie sexuellem Missbrauch sein Leben zu meistern:

O-Ton Jörg Fegert:

Ich nenn es eher sogar Überlebensleistung, im englischen werden Betroffene häufig auch survivor genannt. Und das ist wirklich eine Leistung, jeden Morgen wieder aufzustehen, eine schlimme Nacht gehabt zu haben und zu sagen, ich pack es trotzdem an, und ich will was aus meinem Leben machen. Und dass man quasi hier sieht, da tritt jemand die gleiche Tagesstrecke an wie ein anderer, hat aber einen Rucksack auf dem Rücken und schafft es doch.

O-Ton Harald Martenstein:

Eines der Kennzeichen von Menschen, die diesen Weg gegangen sind, den ich gegangen bin, ist ja, dass man nach Anerkennung sucht und das unbedingt haben will. Also man will das Gefühl haben, was wert zu sein, weil man nicht mit diesem gesicherten Selbstwertgefühl aus der Kindheit heraus gegangen ist wie andere. Und ich glaube, dass viele von uns beruflich sehr erfolgreich sind, weil sie sehr, sehr ehrgeizig sind. Bei mir weiß ich, meine Mutter hat das mal gesagt: Du verdankst das alles mir. Da musste ich sagen, ja irgendwie verdanke ich es Dir schon, denn ich wollte unbedingt in meinem Beruf Erfolg haben. Ich habe wahnsinnig viel gearbeitet und wollte unbedingt was werden in diesem Beruf. Das war mir ganz, ganz wichtig, viel wichtiger als anderen, weil das ein Ersatz gewesen ist. Das ist jetzt vielleicht Küchenpsychologie, aber ich empfinde das schon als richtig, dass Erfolg so ein Liebesersatz sein kann - und bei mir ist er das sicher gewesen.

Sprecher:

Arbeit ist auch deswegen wichtig, weil sie in der Gesellschaft Anerkennung und Wertschätzung bedeutet. Das kann helfen, die Opferrolle zu überwinden: Wer arbeitet ist aktiv und stark und nicht passiv und schwach.

O-Ton Harald Martenstein:

Das kommt ja auch dazu: ein Mensch wie ich ist zeitlebens bemüht, aus dieser Position der Schwäche herauszukommen, nicht Opfer zu sein. Die Scham der Opfer ist ja auch ein The-

ma, über das zurecht geschrieben und geredet wird. Man schämt sich, weil man sich nicht wehren konnte, weil man klein und nichtig war, darüber möchte man nicht gern reden.

O-Ton Jörg Fegert:

Gerade dieses Gefühl des Kontrollverlusts und des völlig Ausgeliefertseins ist auch so unerträglich, dass viele eher damit leben können zu denken, ich war selber ein Stück weit schuld und sich deshalb schämen. Und das ist eine sehr, sehr heikle Ebene, die häufig dazu führt, dass Hilfe nicht in Anspruch genommen wird.

O-Ton Sibylle Winter:

Das ist halt das große Problem bei den Opfern: Scham und Schuld. Und wenn sie dann noch Kinder sind, kommt das Loyalitätsproblem noch dazu, dass sie nicht darüber sprechen können. Das ist auch noch mal ein wichtiger Punkt, den Kindern Mut zu machen, im präventiven Sinn auch darüber zu sprechen, wenn so etwas passiert, weil es für die ganze Familie ein Trauma darstellt, finde ich, auch für die Eltern, die das ausüben, die fühlen sich ja nicht gut dabei. Also dass die Kinder vielleicht auch für sich klarhaben, es ist gut, darüber zu sprechen, weil unserer gesamten Familie damit geholfen werden kann.

Sprecher:

Um dem Trauma seine Wucht zu nehmen, müssten auch die Eltern offen darüber sprechen, was passiert ist.

O-Ton Sibylle Winter:

Zuletzt hatte ich auch so ein Elternpaar, wo ich das Gefühl hatte, die können das nicht einräumen, es war ganz klar, dass sie an der körperlichen Gewalt beteiligt waren, es geht gar nicht anders, weil das Kind ganz klein war und nur bei den Eltern, aber sie können es nicht, weil sie wären sonst psychisch tot. Es würde nicht akzeptiert werden, von niemand, nicht von den Großeltern, nicht von den Freunden, von niemand.

Sprecher:

Seit 20 Jahren steht das Recht auf eine gewaltfreie Erziehung im Bürgerlichen Gesetzbuch. Gewalt gegen Kinder ist ein Tabu. Doch dieses Tabu hat auch eine Schattenseite: die Unmöglichkeit, eine Misshandlung zuzugeben und sich Hilfe zu holen.

O-Ton Sibylle Winter:

Ich habe das Gefühl, das geht dann gar nicht, weil es so tabuisiert ist, das darf nicht passieren, es ist so tabuisiert, dass gar nicht darüber gesprochen werden kann. Das wissen wir ja auch von anderen Tätern, dass es auch entlastend sein kann, darüber zu sprechen, im Sinne eines Geständnisses. Es muss ja nicht immer bei der Polizei sein, aber dass es einen Raum gibt, der diese Möglichkeit eröffnet, zumindest innerhalb der Familie.

O-Ton Harald Martenstein:

Es wird niemals ein Geständnis geben, von ganz, ganz seltenen Ausnahmen abgesehen. Es wird niemals die Bitte gegeben, ach verzeih mir! Dann müsste man ja zugeben, was passiert ist. Nein, man wird es abstreiten oder bagatellisieren: Ich hab Dir hin und wieder eine Ohrfeige gegeben, das ist doch nicht so schlimm gewesen. Und in Wirklichkeit erinnert man sich, dass man blutüberströmt war und in irgendeiner Ecke gelegen hat, das war die Ohrfeige.

Sprecher:

Als Opfer wünscht sich Harald Martenstein eine Entschuldigung seiner Mutter. So ein Geständnis könnte beide Seiten entlasten, ist die Therapeutin überzeugt. Ähnlich ist es beim Thema Versöhnung:

O-Ton Sibylle Winter:

Ich würde unbedingt empfehlen, da in irgendeiner Form Gespräche zu führen, im Sinne von Versöhnung, innere Versöhnung zumindest. Also wenn es mit den Eltern dann nicht möglich ist, innerliche Versöhnung ist total wichtig, weil man muss sich dann auch irgendwann von den Eltern trennen, die sterben, und vielleicht geht es ja auch sogar, noch ne Versöhnung mit den Eltern, weil ich glaube auch nicht, dass es den Eltern damit gut geht, kann ich mir nicht vorstellen.

O-Ton Harald Martenstein:

Natürlich hat man den Wunsch nach Versöhnung, der ist ja da. Weil der Wunsch, von den Eltern angenommen zu werden, der bleibt ja ein Leben lang da. Und wenn die tot sind, nicht mehr da sind, dann ist der Wunsch, von ihnen angenommen zu werden, immer noch da. Das ist der Traum, den du als Kind beim Einschlafen jede Nacht hast. Wenn Du irgendwo grün und blau bist, es wird doch hoffentlich irgendwann wieder gut. Diesen Wunsch kannst Du dir als Erwachsener erfüllen, aber eben nur im Kopf, in der Fantasie, da kannst Du es gut werden lassen.

Sprecher:

In seinem Buch „Wut“ schildert der Ich-Erzähler am Ende diese Szene mit seiner Mutter:

Zitator: („Wut“ S.265)

Maria lag auf dem Sofa und atmete regelmäßig. Ich flüsterte ihr ins Ohr: »Hast du auch Angst gehabt?« »Ja. Und Wut.« Ich ergriff ihre Hand. »Ich auch. Es ist vorbei.« Sie schlug ihre Augen auf und schaute mich an. Ich glaube, sie hat verstanden, was ich meinte.

Sprecher:

Harald Martenstein hat eine Therapie gemacht, um mit den Erinnerungen besser leben zu können. Sein Buch ist auch eine Form der Aufarbeitung.

O-Ton Harald Martenstein:

Darüber zu schreiben ist eine interessante Erfahrung gewesen. Ich habe das ein zweites Mal durchlebt und ich hatte auch so krisenhafte Momente, in denen ich plötzlich wieder in so ähnlichen Zuständen war wie ich das als Jugendlicher gewesen bin, also völlig neben der Spur, verzweifelt, Angstausschübe, Schweißausbrüche, all die Symptome waren plötzlich wieder da. Und, na ja es war so was: Ich weiß nicht, ein kathartisches Erlebnis pflegt ja mit Erlösung zu enden, aber diese Art von Katharsis gibt es da ja nicht. Also man lernt damit umzugehen und es wird irgendwie schwächer im Lauf der Zeit, aber dieses Erlösen, das kann man sich absminken. Das gibt es nicht.

O-Ton Rosemarie Springsguth:

Eigentlich bin ich da noch mal durch die Hölle gegangen, so wichtig das war, aber dieses Aufarbeiten war so schwer.

Sprecher:

Vor gut zehn Jahren stellte sich Rosemarie Springsguth den traumatischen Erinnerungen ihrer Vergangenheit. Als die Heimerziehung in den 50er und 60er Jahren plötzlich Thema in den Medien wurde, nahm sie mit anderen Heimkindern Kontakt auf, um sich über ihre Erfahrungen auszutauschen.

O-Ton Rosemarie Springsguth:

Ich war manchmal sehr verzweifelt, weil alle es mitgemacht haben und ich immer mehr und mehr hörte, und das Vergessene wieder so präsent war, weil die anderen es genauso erlebt haben: alle doof, alle Hilfsschule, Analphabeten, es stimmte doch alles.

O-Ton Harald Martenstein:

Ob es eine Erleichterung war? Ich glaube nicht, ich glaube nicht. Unter dem Strich vielleicht sogar das Gegenteil davon, weil es vieles, was ich so begraben hatte, wieder herausgeholt hat. Verdrängung hat ja zu Unrecht so ein schlechtes Image, finde ich. Verdrängung hat ihren biologischen Sinn, es ist eine prima Sache. Wenn sie funktioniert. Wenn man irgendwelche Dinge in den Keller des Bewusstseins räumen kann und die Kellertür zusperrt, das ist schon gut. Und ich hab die Kellertür aufgesperrt und das war nicht erleichternd, nein.

Sprecher:

Ob man die eigenen Erinnerungen allerdings wie Dinge im Keller verräumen kann, ist fraglich. Die erfahrene Misshandlung gleicht wohl eher einem Geist, der auch durch verschlossene Türen kommen und die Betroffenen attackieren kann, sagt Sibylle Winter.

O-Ton Sibylle Winter:

Wir gehen ja davon aus, dass es über die gesamte Lebensspanne auftreten kann, und zwar immer dann, wenn es zu zusätzlichen Belastungen kommen kann. Und das Leben besteht ja aus Belastungen in gewissem Sinne, also jede Schwellensituation ist ne gewisse Belastung, und dann gibt es auch noch Verluste und ähnliches, und genau in diesen Situationen ist dann die Gefahr, dass jemand psychisch oder körperlich dekomensieren kann.

Sprecher:

Und noch etwas kommt dazu, so Jörg Fegert:

O-Ton Jörg Fegert:

Wenn ich Schlimmes erlebt hab, neige ich dazu, Angst zu entwickeln und mich sozial zurückzuziehen. Und dieser soziale Rückzug führt eigentlich zu immer mehr Behinderung im Alltag, weil ich keine Teilhabe am alltäglichen Leben habe. Wenn ich dann vermeide, in die Straßenbahn zu gehen, wenn ich vermeide, alle möglichen Dinge zu machen, dann komme ich immer mehr raus, und das führt teilweise zu sehr belastenden chronischen Entwicklungen und in die Einsamkeit.

Sprecher:

Das Buch „Wut“ endet mit einem persönlichen Nachwort. Harald Martenstein beschreibt, wie er seine demente Mutter im Pflegeheim besucht und in Gedanken immer wieder in seine Kindheit zurück-

kehrt. Darin wird deutlich, dass ihn die Vergangenheit nicht loslässt – sein Wunsch nach Liebe, aber auch die Angst:

O-Ton Harald Martenstein:

Wenn ich sie, was manchmal vorkam, umarmt habe, habe ich gemerkt, ich muss aufpassen, dass ich nicht zu zittern anfangen. Ich hab Angst vor dieser Frau, obwohl ich ihr körperlich inzwischen weit überlegen war. In dem Moment, in dem die körperliche Nähe da war, ist wieder das Kind in mir erwacht, das immer da ist und dachte: jetzt wird sie gleich über dich herfallen.

Sprecher:

Und so bleibt die Erinnerung – wie eine Wunde oder Narbe.

O-Ton Harald Martenstein:

Narbe ist ein gutes Bild, ein besseres als Wunde, denn es verheilt ja schon irgendwie. Ich bin ja nicht mehr der Mensch, der ich mit 20 war, aber Narbe bedeutet ja, man spürt es noch. Man kann drüber fühlen und dann merkt man, das ist was. Es ist ne Narbe, aber es ist ja auch nicht so, dass man nicht lernen würde, mit diesen traumatischen Erlebnissen irgendwie umzugehen. Der Mensch, unser Gehirn, unsere Psyche, unsere Seele, das sind ja unglaublich anpassungsfähige und autoreparaturfähige Instrumente. Man baut sich das dann so zurecht, dass man irgendwie klarkommt und legt Bypässe an im Kopf um die Zonen herum, wo es halt unerträglich wird. Ja, Narbe ist das richtige Bild, glaube ich.