

Wiederherstellung nach sexuellem Missbrauch

Schweigen überwinden



Wiederherstellung nach sexuellem Missbrauch

Sexueller Missbrauch ist nicht nur Tabuthema in der Öffentlichkeit, sondern auch innerhalb unseren Gemeinden. Wir denken: "So etwas Schlimmes darf es ja nicht geben und ich möchte auch nicht wissen, wer von uns betroffen ist, weil dann dieses Thema so nahe an mich heran kommt." Jedes 4. Mädchen und jeder 7. Junge erlebt heute einen sexuellen Übergriff in irgendeiner Art vor dem 18. Lebensjahr. Was wird als sexueller Missbrauch angesehen: Sexueller Missbrauch ist jede Art von Berührung oder Beeinflussung (visuell, verbal oder psychisch) eines Kindes oder Jugendlichen durch einen Täter, welcher durch Macht oder Kontrolle, das Kind oder den Jugendlichen zur eigenen sexuellen Stimulation oder einer anderen Person benutzt. Für einen Betroffenen braucht es viel Mut den Missbrauch zu entlarven. Betroffene müssen die 4 Stufen des Missbrauchs aufdecken, um den

Täter entlarven zu können. Ein Missbrauch ist nicht einfach geschehen, sondern wurde als bewusster Übergriff geplant.

1. Schritt der Erkenntnis: Der Missbrauch wurde vom Täter geplant und konnte so im Intimen und Heimlichen geschehen.
2. Schritt: Ein unverdächtig erscheinender Körperkontakt war der Anfang, welcher als
3. Schritt zum eigentlichen sexuellen Übergriff führte.
4. Schritt: Zum Schluss wurden Drohungen oder Privilegien ausgesprochen um den Deckmantel des Heimlichen zu bewahren.

Männer und Frauen reagieren unterschiedlich auf sexuellen Missbrauch. Wo Männer eher aggressiver reagieren und Ihre Angst oder Wut mit Gewalt ausdrücken, empfinden Frauen sich eher schuldig und haben eine verzerrte Wahrnehmung. Sie brauchen viel Kraft, die Gefühle der Demütigung und des Ausgeliefertseins zu unterdrücken.

Wenn du jemanden kennst der von einem sexuellen Missbrauch betroffen ist, distanzier dich nicht von dieser Person, weil du dich überfordert fühlst. Zeige Interesse, wenn sich die Person von sich aus öffnet und höre zu. Wir sind eine Kirche, die den Leidenden begegnen und die Wunden verbinden wollen. Darum sprich uns an und hole dir Hilfe. Wir wissen wo es professionelle Hilfe

gibt und können individuell schauen, was in der Situation dran ist. Für dich gibt es auch praktische Möglichkeiten zu helfen. Eines der wichtigen Hilfestellung ist Verständnis und Ernst nehmen für die Situation, die jemand Betroffenes erleben musste. Durch den Glauben an Jesus Christus gibt es wirkliche Wiederherstellung. Diese Wiederherstellung ist nicht einfach als Schwamm zu verstehen, der über Erlebnisse gewischt werden kann. Wiederherstellung geschieht im Prozess und wird für Betroffene wie als Sumpf wahrgenommen, in dem mühsam ein Schritt nach dem Anderen gemacht wird. Trotzdem bewegt sich der Betroffene und das Fundament vom Sumpf wird immer fester und trockener, bis der Betroffene zurückschauen kann und sieht wie er/sie den Sumpf verlassen hat. In diesem ganzen Prozess braucht es für den Betroffenen ein ehrliches Hinschauen: Für jemanden der sexuell missbraucht worden ist, ist es tröstlich zu wissen, dass Veränderung nicht davon abhängt, dass wir die Vergangenheit „lösen“ oder „heilen“, sondern davon, dass wir der Wahrheit ins Auge sehen. Der Wahrheit in die Augen sehen, bedeutet zulassen, dass das was passiert ist, nun gesehen wird und erkannt wird, dass die Verletzung mit inneren Konsequenzen verbunden ist. Die Betroffenen brauchen keine Angst zu haben, wenn sie Gott in ihren Prozess mit einbeziehen. Gott wird nicht ein gewalttätiges Offenbaren der Situationen herbei zwingen, sondern wir im Laufe der Zeit, auf die Dinge aufmerksam machen, von denen er möchte, dass der Betroffene sie sieht. In der Bibel steht: **Meine lieben Freunde, erschreckt nicht über die schmerzhaften Prüfungen, die ihr jetzt durchmacht, als wären sie etwas Ungewöhnliches** (1. Petrus 4,12). Jesus Christus hat den endgültigen Sieg erkämpft, daher können wir dem Bösen ins Gesicht lachen, denn mit Jesus Christus wissen wir, dass das Böse am Ende nicht siegt.

Ich möchte euch nun genauer den Prozess aufzeigen, welchen eine betroffene Person für eine Wiederherstellung hindurch geht. Diesen Prozess zu kennen, kann euch helfen, Betroffene besser zu verstehen und ihnen Verständnis für ihre inneren Konflikte zu geben. Ein sexueller Missbrauch löst immer Gefühle der Scham, der Minderwertigkeit und der Ohnmacht aus. Beim Hinschauen werden diese Bereiche offengelegt. Die Scham wird aufgedeckt und die betroffene Person erkennt, was Scham in ihrem Leben bewirkt hat. Eine Betroffene beschreibt dieses Gefühl der Scham so: „Eine bildhafte Vorstellung meiner Scham war die, dass ich mich in einer Gruppe befinde und auf meinem Rücken steht etwas geschrieben. Alle wissen es, aber niemand sagt mir, was dort steht, und trotzdem meiden sie mich deswegen.“ **Lesen Sie die Geschichte aus Lukas 7,36-50** und versuche dich mit der Frau zu identifizieren, die vor den Augen der anderen ein solches Schild hatte. Obwohl sie wusste, dass die Menschen um sie herum sie kannten und verachteten, war ihr dies egal. Sie wollte bei Jesus sein und von ihm hören, was er über sie dachte. Auf ihrem Schild an ihrem Rücken stand nicht etwas, was Jesus davon abgehalten hätte mit ihr zusammen zu sein. Er gibt ihr einen neuen Wert und nimmt ihr die Schuld und Scham, indem er ihr vergibt. Im Licht von Jesus kann die Scham nicht gleichzeitig bestehen bleiben. Dafür bekannt zu sein, was und wer sie ist für Jesus, lässt ihrer eigenen Scham keinen Raum mehr. Zwei andere Betroffene eines sexuellen Missbrauchs beschreiben ihren Minderwert so: „Meine Selbstverachtung hat meinen Selbsthass aufrechterhalten und mich davor beschützt, andere mit meiner Wut und Rage zu konfrontieren (besonders, weil sie sich nicht so für mich eingesetzt hatten, wie ich es mir gewünscht hätte).“ Jemandes anderes beschreibt es so: „Während meiner ganzen Pubertät habe ich Frauen als Weg gesehen, meine Männlichkeit zu beweisen. Ich hatte nicht die Absicht, eine Frau zu lieben, stattdessen wünschte ich mir sexuelle Beziehungen, um zu beweisen, dass ich ein vollwertiger und normaler Mann war.“

Verachtung gegenüber Anderen oder auch Selbstverachtung wird oft als Schutzschild benutzt. Ein Betroffener beschreibt diese Selbstverachtung so: „Bei der Arbeit bin ich fantastisch. Jeder meint, dass ich Wunder vollbringe. Ich fühle mich kompetent und gefasst! Kein Wunder, dass ich lieber arbeite, als Dinge mit anderen Menschen zu tun, wo ich dauernd dumme Fehler mache. Wie kann ich im Geschäft so scharfsinnig sein und bei Beziehungen so blöde?“ Diese Verachtung an sich selbst oder dem anderen hilft dem Betroffenen, dass er die Scham nicht spüren muss, die aber da ist. Diese Verachtung ist aber wie ein Verrat an sich selbst, weil das, was passiert ist, nicht da sein darf. Der Betroffene fühlt sich deshalb von vielen verraten und oftmals auch von sich selbst. Gott wurde von uns Menschen auch verraten. Von Adam und Eva wie auch als Sohn Gottes von einem seiner Jünger dem Judas Iskariot. Jesus reagierte aber nicht mit Wut oder Verachtung sondern mit Trauer und der liebevollen Hingabe, alles Nötige zu unternehmen, um die Menschen zu erlösen. Somit wird Jesus Christus dem Betroffenen eines sexuellen Missbrauchs zum Vorbild und zum Tröster. Wenn Jesus alles unternahm, um das Leid stellvertretend zu tragen, bedeutet das, dass der Betroffene sein Leid von Christus tragen lassen darf. **In Klagelieder 3,32-33 steht: Denn der Herr verstösst niemanden endgültig. Wenn er Leid zulässt, hat er auch wieder grosses Erbarmen. Denn er hat keine Freude daran, die Menschen zu quälen und ins Elend zu stürzen.**

Eine Betroffene beschreibt ihre Selbstverachtung im Nachhinein mit folgenden Worten: „Ich fühlte mich so gefangen von Gott, weil ich wusste, dass er die ganze Macht hatte. Ich habe daran geglaubt, dass Gott die Macht hat, Sehnsüchte zu befriedigen, habe aber mit der Frage gerungen, ob er das tun würde, nicht ob er das kann. Ich habe Gott in der Rolle des Missbrauchstäters belassen. Ich wollte nicht, dass er so gut ist, wie er ist, weil mir dies zu viel abverlangte. Es ist viel einfacher, ihn weiterhin in der Rolle des Täters zu sehen und ihn zu hassen.“ In diesem Statement wird deutlich, dass Wiederherstellung ein Prozess ist, der den Betroffenen etwas kostet. Es kostet ihn den Willen in ein neues Verhalten hineinstehen zu wollen und aus der Opferhaltung herauszutreten. Dabei ist dieses Heraustreten keine Selbstanstrengung, sondern ein sich Loslassen in die Hände Gottes. Wenn wir Menschen kennen und ihnen begegnen, die einen sexuellen Missbrauch hinter sich haben, dürfen wir ihnen Mut machen. Es gibt Wiederherstellung. Können wir als Christen diesen Menschen unsere Hand anbieten und ihnen helfen den Schritt in die Wiederherstellung zu wagen?

 *christliche Beratung bei sexuellem Missbrauch*

Raphael Nishanta Bachmann, Verein Wifministries.ch

Langhagstrasse 16b, 4410 Liestal, Mobil: 079 298 12 04, Privat: 061 921 41 04
bachmann_raphael@gmx.net / raphael.bachmann@gmail.com

Dagmar C. Müller, Walkingintofreedom.ch

Postfach 437, 6330 Cham CH, www.walkingintofreedom.com

Sylvia Schwob, Psychologische Traumaberatung ICL

Feldstrasse 26, 8488 Turbenthal, Telefon 052 385 45 04, sylvia.schwob@gmx.ch

So	8	15.00	Fotopräsentation Südamerika Mirjam Weidmann
Mo	9		
Di	10		
		19.30	Gemeindeleitungs-Sitzung (gleichzeitig Gebet)
Mi	11	10.00	Bibelstudie
Do	12		12.-15.11. Pfäffikermäss: "Besuche uns am Stand A34 !"
		12.00	Mittagsgebet
		20.15	Frauenlobpreis
Fr	13		
Sa	14		14.-15.11. New Leaders Jugendleiterkongress Chrischona
		14.00	Yoyo Jungschar
So	15	10.00	Gottesdienst "Apokalypse – Erlösung naht #1" Chinderhüeti, Kids-Treff, Follow-me
		12.00	Spaghetti-Party & Guetzle-Nami für den Weihnachtsmarkt

16.-20.11. 9.30 Uhr **Bibelwoche** mit Johannes Hunziker "Josua"

24.11. 20.00 Uhr **Gemeindeversammlung**

29.11. 10.30 Uhr Stand am **Pfäffiker Wienachtsmärt**

(Evang. Literatur, Guetsli, Farbschleuder, Malawi-Projekt, Heilungsgebet)

17.00 Uhr **1.Advent-Familiengottesdienst**



Chrischona Pfäffikon ZH
Evangelische Freikirche

Jahresschwerpunkt 2015 "Kraftvolles Leben"