

## Einleitung

Sehr geehrte Damen und Herren,

ich gab meinem Referat zu männlichen Opfern den Titel: Über das Akzeptieren von Schmerz und die Entdeckung von Ressourcen. Es geht mir darum, bei all der Schwere, die ein Opferthema trägt, dem Positiven Raum zu lassen.

Ich beginne auch etwas flapsig: Im Internet gibt es eine Ratgeber Community namens [www.gutefrage.net](http://www.gutefrage.net). Dieses Netzwerk will offenbar nur Gutes – und man kann brennende Fragen loswerden. Eine Userin namens „Luxusschachtel“ wollte wissen: „Warum sagt man: Ein Indianer kennt keinen Schmerz“?

Sie ahnen: wir sind schon im Tagungsthema zu „männlichen Opfern“.

- Die Schmerzlosigkeit – so die Antwort der Internetcommunity - liege darin begründet, dass ein Indianer ein höheres Ansehen hatte, wenn er am Marterpfahl während der Tortur keinen Laut von sich gab. Andernfalls hätte er seine Ehre verloren, sobald man ihn als leidend wahrgenommen hätte.
- Andere Indianerforscher sehen die Schmerzresistenz im Zusammenhang mit der Sonnentanzzeremonie, bei der rituell Haut und Muskeln durchbohrt werden, um sich über die physische Realität zu erheben.

- Eine dritte Antwort aus der Internetgemeinde klingt weniger heroisch:
- „Die Indianer haben sich solange mit der Friedenspfeife zugehöhnt, dass sie jegliches Schmerzempfinden verloren haben!“

Kennen wir das nicht auch von männlichen Opfern: Das stumme Aushalten von Qualen, das Nichteingestehen von Schmerz, die Suche nach der Wahrung von Ehre, das „Zudröhnen“.

Man darf den Schmerz nicht äussern, muss ihn ertragen... Alles andere wäre ein „Gesichtsverlust“.

Ich möchte Ihnen zur Einführung einen Fall eines Mannes schildern, der sich auf den Weg machte, seinen Schmerz zu akzeptieren.



## - Fallbeispiel: Herr Rauber -

### **Fallgeschichte I: Herr Rauber – oder: Die extreme Erfahrung des Überfalls**

Gemeinsam mit einer Sicherheitsagentur im Raum Zürich führte ich vor einiger Zeit ein Seminar für Raubopfer durch. Es handelte sich um Männer und Frauen, die als MitarbeiterInnen von Tankstellen teilweise äusserst brutal überfallen und beraubt wurden.

Ein männlicher Teilnehmer schilderte seine Situation in der Gruppe wie folgt:

Vor 4 Monaten, an einem Montagmorgen, es war ca. 5.30 h, fuhr ich wie gewöhnlich mit dem Velo zur Tankstelle, in der ich arbeite.

Am grossen Parkplatz des Areals, das um diese Zeit ruhig in der Morgendämmerung liegt, passierte ich ein silbernes Auto, in dem eine Person rauchte und Zeitung las. Dies kam mir zwar ungewöhnlich vor, doch glaubte ich, dass da jemand für eine Fahrgemeinschaft wartet. Manche Leute lassen ihr Auto einfach den ganzen Tag stehen – obwohl das verboten ist – und fahren dann mit jemand anderen weiteren.

Über den Hintereingang schloss ich die Tankstelle auf. Wie üblich liess ich die Türe zum Lüften offen, zumal in einer Viertelstunde der Zeitungswagen kommen würde. Ich gehe ins Büro, um Verkaufslisten und die Tagesaufgaben durchzuschauen. Danach wollte ich draussen das Luftdruckgerät anschliessen, Wasserkübel zur Scheibenreinigung vorbereiten etc.

Plötzlich tauchte eine Person mit Kaputze und Sonnenbrille im Türrahmen auf. Ich bin „wahnsinnig erschrocken“. Der Mann sagte scharf: „Halt's Maul“ – und erst jetzt sah ich die schwarze Pistole in der Hand.

Ich erhob mich vom Stuhl. Die Pistole des Täters im Visier dachte ich:

Bei allem was jetzt passiert: Wenn ich gehorche, dann muss es einfach gut gehen. Sofort kamen mir meine Frau und meine beiden kleinen Kinder in den Sinn.

Der Täter hatte nach meinem Eindruck viel Stress. Ständig wurde ich von ihm durch den Raum geschubst. Dabei wäre ich doch mit dem Täter einig gewesen: es sollte alles ganz schnell gehen: den kleinen Tresor öffnen, das Geld vom Sonntag rausrücken.

Als ich die Tastenkombination eingab, geschah das nahezu hirnlos. Später, bei der Polizeibefragung, wusste ich übrigens die Nummer auf einmal nicht mehr, aber beim Überfall klappte es. Das Angeschnautzt-Werden durch den Räuber ging mir auf dem Geist. Ich beeilte mich doch, hätte ihn aber am liebsten sagen wollen: schneller geht es nicht. Gleichzeitig dachte ich: ja kein falsches Wort sagen. Und ich fragte mich, was passieren würde, wenn jetzt der Zeitungslieferant zu früh käme. Es gäbe vielleicht ein Blutbad. Ich schwitzte.

Kaum war der Geldbehälter halb aus dem Tresor gezogen, zerrte der Täter daran. Dabei standen wir ganz nahe beieinander; fast hätte mich bei den Bewegungen des Täters der Pistolenlauf im Gesicht streift.

Ich wich spontan zurück, worauf mich der Räuber laut mit „Was soll das...“ anschrie. Ich erinnere mich noch, wie ich in diesem Moment fast bis in den letzten Winkel des schreienden Mundes hineinschauen konnte. Ich hätte den Typen am liebsten angespuckt. Aber ich musste ja ruhig bleiben. Denn wieder war die Waffe auf mich gerichtet.

Der Räuber herrschte mich an, mich umzudrehen und mich in einem Eck auf den Boden zu legen, die Hände im Rücken verschränkt. Jetzt, wo ich auf dem Bauch lag und mich nicht mehr bewegen durfte, kam es mir vor, als stünde die Zeit still. Mein Herz pochte wie wild. Da konzentrierte ich mich auf das Ein- und Ausatmen.

Ich verstand nicht, dass ich weder um mein Leben flehte, noch fluchte. Ich dachte aber: wird der „Scheisskerl“ schiessen, mich erschiessen? Und ich hielt mich an der Hoffnung fest, dass das Schlimmste doch jetzt vorbei sein muss: der Andere hat ja nun das Geld.

Ich lag da und mir flitzten tausend Bilder durch den Kopf: von den letzten Skiferien mit den Kindern, von meiner Frau, die jetzt noch im Bett lag und nichts von der Gefahr ahnte, in der ich mich befand.

Ich spürte, dass der Typ von hinten herantrat. Dann kam es: dieses Krachen im Kopf. Der Schlag, den ich auf den Kopf erhielt, war so heftig, dass ich für kurze Zeit bewusstlos war. Ich hatte hinten eine klaffende Platzwunde und später einen Bluterguss im Gesicht.

Minuten danach hatte mich der Zeitungslieferant gefunden. Dann kamen der Rettungsdienst und die Polizei. Der Täter war über alle Berge.

Weil es eilte, wollte der aufgeregt erscheinende Polizist noch vor dem Krankenhaustransport erste Informationen zum Tathergang und zum Täter erhalten: Diese ersten Angaben zu machen, fiel mir eigentlich nicht schwer: ich gab an, dass der Täter einen halben Kopf kleiner als ich war, dass er Bluejeans getragen hatte, dazu ein graues Kapuzenshirt mit einem Wolf drauf; und da waren auch noch die dunkle Sonnenbrille und der Züri-Dialekt.

Der Überfall ist jetzt vier Monate her. Ich gebe in der Arbeit nach wie vor mein Bestes. Aber inzwischen habe ich grauenhafte Rückenbeschwerden und quäle mich jeden Tag so durch. Auch die Schlafstörungen sind schlimm. Wenn ich dann so wach daliege, frage ich mich, warum ich nicht erkannt habe, dass an jenem Morgen etwas nicht gestimmt hat. Warum habe immer ich so viel Pech. Ich bin richtig hässig. Zurzeit überlege ich, ob ich kündigen und wieder als Hausabwart arbeiten soll.

Manchmal habe ich unterwegs Angst, dass ich von Jugendlichen zusammengetreten werde, die auf der Strasse rumhängen. Daheim ist es auch nicht leicht: ich will was mit den Kindern machen, bin aber dann nach ein paar Minuten schon völlig genervt. Ich halte das Kindergeschrei kaum aus. Und mit der Frau lege ich mich auch wegen jeder Kleinigkeit an. Deshalb streiten wir zurzeit so viel wie noch nie; und zugleich sehne ich mich stark nach ihrer Umarmung.

Ich glaube, dass meine Probleme irgendwie vom Überfall her kommen. Vorher war ich anders. Aber ich denke: Das kriege ich schon hin. “

Wir sehen, dass Herr Rauber offenbar auf verschiedenen Ebenen aus dem Gleichgewicht geriet.

Er hat - ganz im Sinne eines Traumas – eine „ausserhalb der üblichen menschlichen Erfahrung“ (DSM IV, ab 1980 ) liegende Erfahrung gemacht. Der Verdacht auf eine Posttraumatische Belastungsstörung (PTSD) liegt nahe.

Die Merkmale können Sie der nachfolgenden Folie entnehmen.

## - Posttraumatische Belastungsstörung - PTSD

Leiden und Beeinträchtigungen in Funktionsbereichen:  
belastende Erinnerungen, Flashback-Episoden, intensive  
psychische Belastungen, Somatisierungen etc.

Wiedererleben/Intrusion - Erstarrung/Konstriktion -  
Abspaltung/Dissoziation

Zeitorientierte Kriterien für die Feststellung des Störungsbilds:

- > 1 Mon. : Diagnostik
- < 3 Mon.: akut
- >6 Mon. : chronisch

Es liegt auf der Hand, dass die Folgen eines Traumas für das Opfer je nach Alter des Betroffenen, der Art der Verletzung und der darauf folgenden Reaktionen sehr unterschiedlich sind.

Sehen Sie mir, meine Damen und Herren, bitte nach, wenn ich hier nicht näher auf Begriffsklärungen zu Trauma, Posttraumatischen Belastungsstörungen etc. eingehe. Vielen von Ihnen dürften bereits über ausreichendes Wissen verfügen – und ohnehin finden sie Begriffsbestimmungen und Beschreibungen in jedem Psychiatriefachbuch oder im Wikipedia.

Einen interessanten Rahmen rund um das Trauma bietet  
übrigens auch eine Fachtagung des Jugendheims Platanenhofs  
am 1. April 2011:

Titel: Weil nicht sein kann, was nicht sein darf:

Das Psychotrauma oder die Wiederkehr des Verdrängten

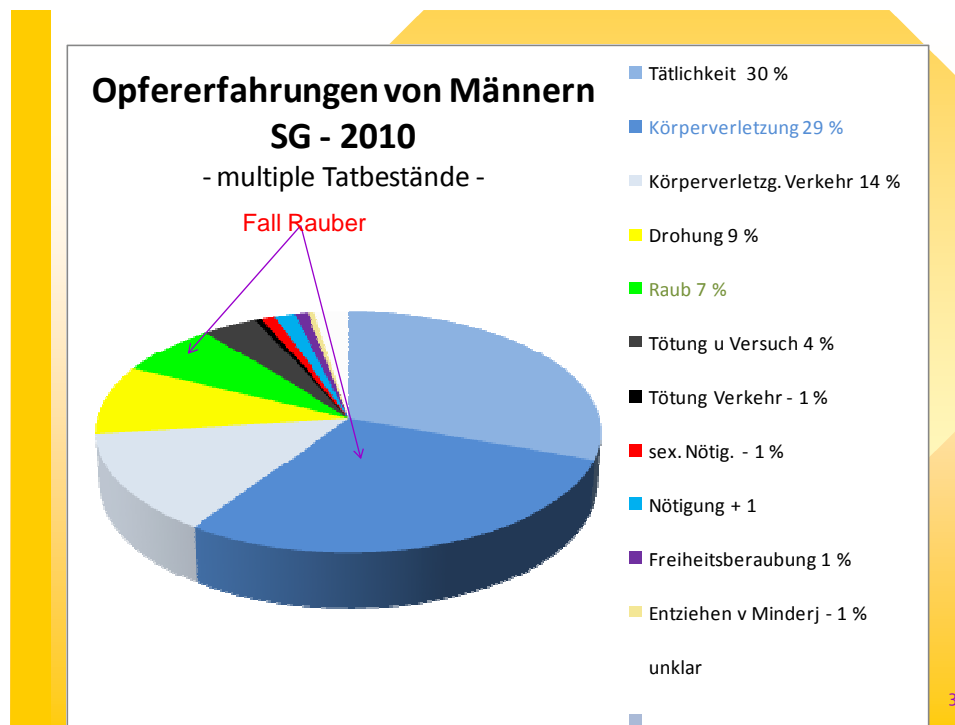
Das Programm finden Sie auf der Web-Site des Platanenhofs.

In meinem Referat habe ich andere Schwerpunkte.

## Opferhilfe-Zahlen

Zurück zu Herrn Rauber: Der Tankstellenmitarbeiter wurde Opfer zweier Straftatsbestände – nämlich Raub und Körperverletzung.

Raub ist in den statistischen Zahlen der Beratungsstelle Opferhilfe St. Gallen über männliche Opfer ein Randdelikt, bei der Körperverletzung sieht dies schon anders aus.



In dieser Übersichtsfolie wird deutlich, dass man unter dem Begriff „männliche Opfer“ eine grosse Bandbreite von Opfererfahrungen fasst und es „DAS männliche Opfer“ nicht gibt. Männlicher Opfererfahrung ist sehr vielfältig.

Ich möchte Ihnen noch andere Zahlen der Opferhilfe St. Gallen zeigen, mich zeitlich dabei aber nicht verlieren.

Zunächst einmal die Verhältniszahl zu männlichen und weiblichen erwachsenen Opfern.

## Statistische Hinweise OH SG 2010

weibliche Opfer: 652  
männliche Opfer: 189

Im Vergleich zur realen Gewalt in der Gesellschaft sind männliche Opfer in OH-Stellen unterrepräsentiert.

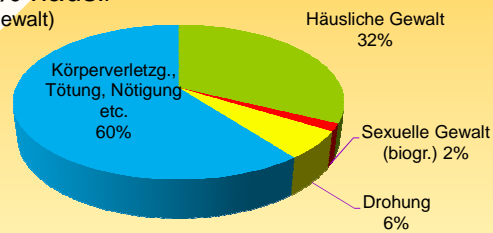
Wenn man bedenkt, dass polizeiliche Statistiken vorwiegend Männer als Opfer von Gewalt ausweisen, stellt man fest:

Männer sind bei den Beratungssuchenden unterrepräsentiert.

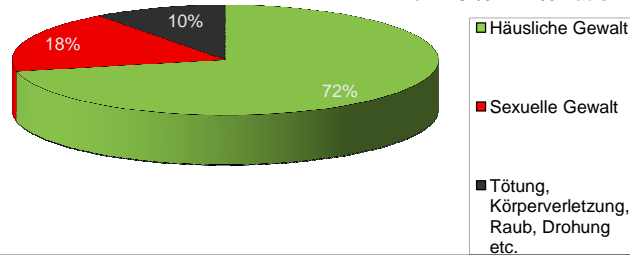
Interessant ist auch der geschlechtsspezifische Vergleich von öffentlicher und häuslicher Gewalt:

- Männliche Opfer 2010 -  
(n = 189)

öff. 66 % : 32 % häusl.  
(2 % biogr. sex. Gewalt)



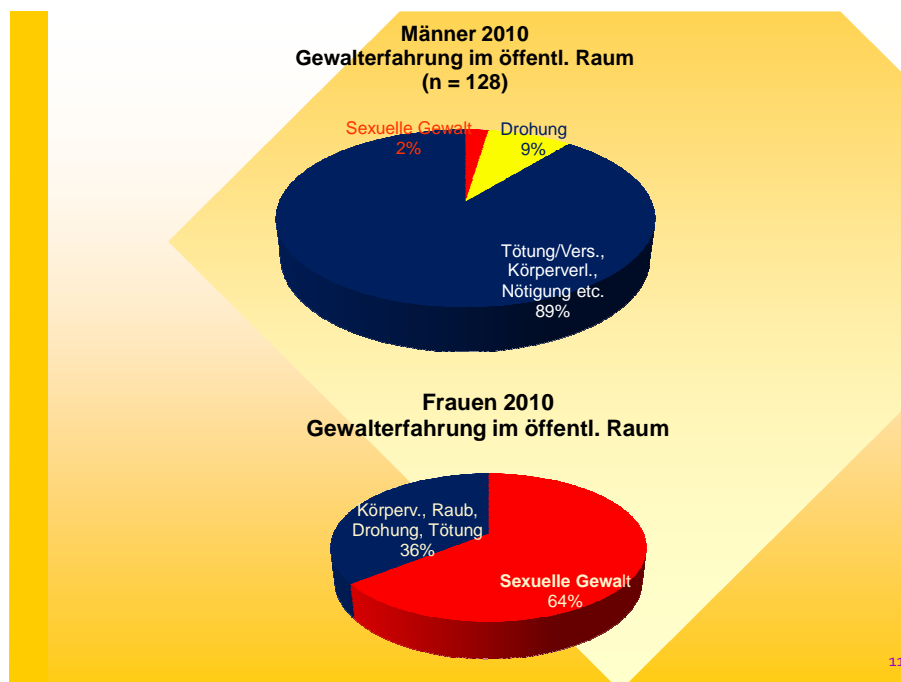
**Weibliche Opfer 2010**  
**n = 652**  
- öff. 28 % : **72 % häusl.**



Die erfassten Männer wurden zu 2/3 im öffentlichen Bereich attackiert (vgl. die blauen und gelben Felder), während für Frauen primär der häusliche Bereich die Gefahr der Opferwerdung barg (siehe grüne Felder).

Angesichts solcher Zahlen kann das Faktum der häuslichen Gewalt gegen Männer nicht negiert werden, aber man sollte sie auch nicht überbewerten oder im argumentativen Wirrwarr eines „Geschlechterkampfes“ missbrauchen.

Denn der Schwerpunkt der „Gewalt gegen Männer“ liegt primär im öffentlichen Raum, was erstaunlicherweise als kaum diskussionswürdig angesehen wird.



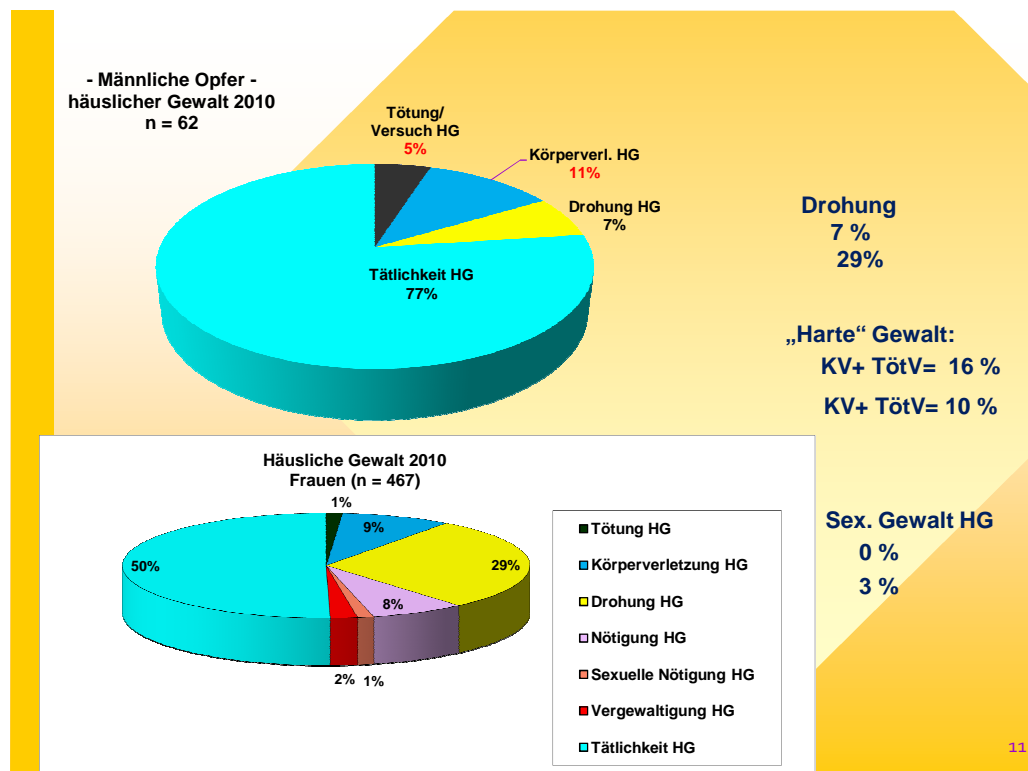
Männer werden im öffentlichen Raum zu fast 90 % Opfer härterer Gewalt, aktuelle Meldungen zu sexuellen Gewalttaten trafen 2010 bei der OH SG nicht ein. Bei den angegebenen ca. 2 % von Fällen sexueller Gewalt handelt es sich um 3 Fälle, in denen sich erwachsene Opfer, wegen sexueller Übergriffe in der Kindheit oder Jugend meldeten.

Anders sieht es wieder bei den weiblichen Opfern aus:

Bei allgemeiner Gewalt sind Frauen im öffentlichen Raum geringfügiger betroffen als Männer.

Sichtbar wird in den Darstellungen, wie exponiert Frauen auch im nicht-häuslichen, „quasi öffentlichen“ Bereich exponiert sind, Opfer sexueller Gewalt zu werden. Es wäre hier noch näher zu untersuchen, wie die Täter-Opfer-Konstellation aussieht: Inwieweit handelt es sich bei sexuellen Angreifern um Menschen aus dem sozialen Nahraum, inwieweit um „wildfremde“ Männer.

Zuletzt differenziere ich noch die Gewalterfahrungen von Männern und Frauen im häuslichen Bereich:



Bei Männern wie bei Frauen spielen zum Glück vorwiegend „nur“ die Tätlichkeiten eine zentrale Rolle. Sehr auffällig ist aber, dass Frauen im häuslichen Bereich 4 mal häufiger bedroht werden als Männer. Wenn es aber um harte Gewalt wie Körperverletzung und Tötung geht, erstaunt doch, dass Männer im häuslichen Bereich höher betroffen sind als Frauen (16 % : 10 %). - Dagegen spielt die erlittene sexuelle Gewalt bei erfassten Männern keine Rolle, bei Frauen dagegen schon. Allerdings ist auch hier – nahezu überraschend – die Rate relativ gering.

Wir wissen: Statistiken sind mit Vorsicht zu geniessen. Es stellt sich immer die Frage, welche und wie Daten erfasst werden und ob das Erfasste die Gesamtwirklichkeit abbildet. Was nicht erfasst wird, bleibt im Dunkelfeld. Wir können annehmen, dass in einer multikulturellen Gesellschaft die sexuelle Gewalt gegen Frauen im häuslichen Bereich deutlich höher ist als bei den gemeldeten Fällen. Die Frage ist auch, wie viele körperverletzte Patienten und Patientinnen sich bei Hausärzten melden und einen Unfall vortäuschen.

Ich setze den Fokus jetzt ausschliesslich auf männliche Opfer und stelle statistisch abgestützt fest:



Männer, die Opfer werden, erleben die negativen Effekte männlicher Gewalt. Der Opfermann erleidet – vorwiegend im öffentlichen Raum - die Dominanz, Macht und Kontrolle der Geschlechtsgenossen. Kommt man als Mann „unter die Räder“, ist dies meist sehr heftig. Danach sind der Legitimationsdruck und auch der Spott oft gross. Das Opfer wird gefragt, warum es unfähig war, die Gewalt des Täters nicht

abzuwenden. Ein Mann müsse doch ein Ritter ohne Furcht und Tadel sein - sich und sein Reich „verteidigen“ können.

### **Opferwerdung - ein Bruch von Kontinuität**



Opfer zu werden stellt meist einen massiven Einschnitt in die normale Lebenswelt des Betroffenen dar. Die Opfererfahrung unterbricht unser Bedürfnis nach Sicherheit und Kontinuität. Denn ganz selbstverständlich erwarten wir, dass gerade das Gute und Gewohnte, an dem wir uns im Leben festhalten, erhalten bleibt.

Bei einem Gewaltereignis oder einem Unglück dagegen sind wir ganz plötzlich damit konfrontiert, dass unsere bisherigen Erfahrungen und Handlungsmöglichkeiten begrenzt sind. Die Gegenwart und die Zukunft werden unsicher, die Ordnung ist gestört: Der Kontinuitätsbruch bezieht sich auf verschiedene Erlebensbereiche: z.B. auf die soziale Rollen, die innere Ausgeglichenheit, das Denken, die persönlichen Überzeugungen, das eigene Körperbild etc.

Nun könnten wir den Schwerpunkt auf die Störungen und Defizite des männlichen Opfers richten. Betrachten wir das Beispiel von Herrn Rauber:

Als Herr Rauber das Raubopferseminar besuchte, war er nach mehreren Monaten seit dem Überfall immer noch erschüttert und aus dem Gleichgewicht. Herr Rauber glaubte, ein Pechvogel zu sein (Belief).

Im affektiven Bereich (Affect) wurde seine Verunsicherung und Bedürftigkeit deutlich.

Auf sozialer Ebene (Social) wünschte er sich Verständnis und Nähe, er hatte aber seine Schwierigkeiten, in Kontakt mit anderen zu treten.

Auf der imaginativen Ebene (Imagination), in der Welt von Phantasien und Bildern schilderte er das Szenario, von Jugendlichen angegriffen und niedergeschlagen zu werden.

Immerhin wirkte er auf der kognitiven Ebene (Cognition) sehr geordnet; er erzählte logisch und differenziert, konnte das Geschehene gut erfassen.

Die unmittelbaren physischen Verletzungen (physical) waren zwar verheilt, aber somatisch zeigte sich inzwischen ein Leiden an Rückenschmerzen und Schlafstörungen.

Dies alles ist Teil der aktuellen Lebensrealität von Herrn Rauber. Er meint, dass er „neben den Schuhen“ stehe und seit dem Überfall ein anderer als zuvor sei.

Abgesehen von Schlaftabletten ist Herr Rauber nicht zu einer näheren Behandlung wie einer Psychotherapie bereit. „Das kriege ich schon hin...“, lautet das Konzept; oder: „Die Zeit heilt Wunden.“ Herr Rauber will sich nicht als schwach empfinden und nicht von anderen als defizitär gesehen werden. Er hat genug vom „Negativen“. Solche Haltungen zeigen uns, wie sehr sich ein gewaltbetroffener Mann nach einem Sich-Besser-Fühlen sehnt: Er möchte beweisen können, dass er „der Alte“ ist.

Im Grunde genommen formuliert Herr Rauber das Bedürfnis nach Rückkehr zu seinen Kräften. Wenn wir ihn in diesem Anliegen ernst nehmen, fällt es uns leicht, die Perspektive zu wechseln. Anstatt den Blick vorwiegend auf Störungen und Defizite zu richten, können wir aufbauende Frage in die Welt setzen:

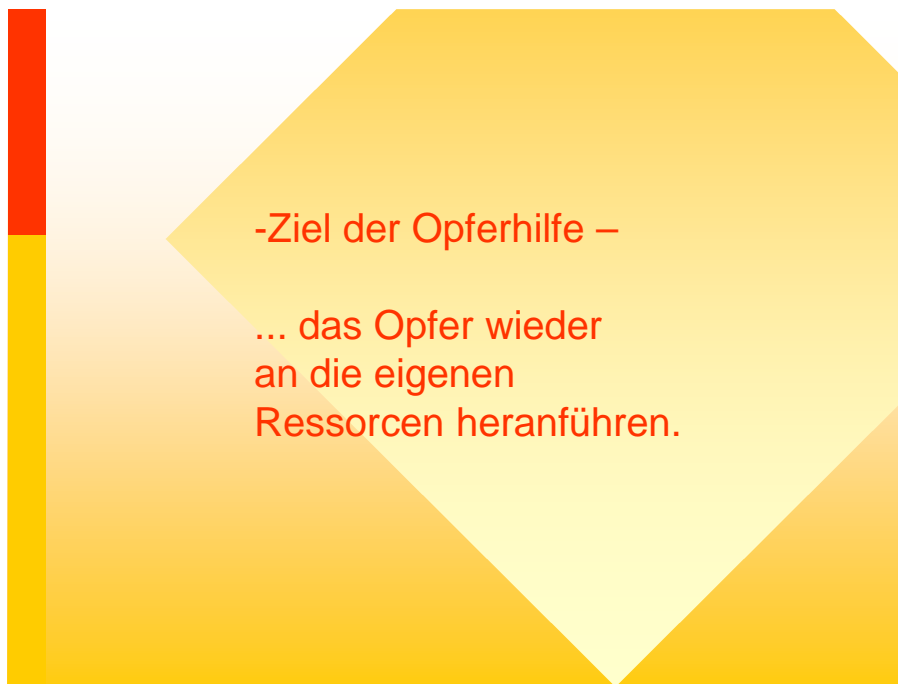
Wie schaffte es Herr Rauber, seine Gewalterfahrung und Verletzung – wie es so schön heisst – zu „überleben“?

Oder allgemeiner gefragt:

Was tut „Mann“, wenn man glaubt, nichts mehr tun zu können?

Die Antwort lautet: Der Betroffene tut das, was ihm noch möglich ist.

Letztlich entsprechen diese Fragen und Überlegungen dem Hauptanliegen jeglicher Opferhilfe:



Der Betroffene von Bedrohungs- und Gewaltsituationen muss die Chance erhalten, seine inneren Kanäle wieder zu entdecken oder sehr bewusst wahrzunehmen. Potenziell kann man– bei aller Belastung und Erschöpfung – auf viele Ressourcen zurückgreifen, um unter massiven Stress zu bestehen und das eigene Überleben zu sichern.

## Das Modell BASICph

Ich möchte Ihnen in diesem Sinn ein methodisches Modell vorstellen:

Das Stressbewältigungsmodell „BASICph“ nach Prof. Mooli Lahad (CSPC/Israel). Die sechs Buchstaben stehen für folgende Erlebensbereiche:



**- BASICph -**  
(M. Lahad)

BASIC Ph = 6 Bewältigungsmodi, Kanäle, Fähigkeiten:

B	(belief)	Glaube, Einstellungen und Werte einer Person
A	(affect)	Affekte/Emotionen
S	(social)	soziale Anteile einer Person
I	(imagination)	Imagination
C	(cognition)	kognitive Fähigkeiten
Ph	(physical)	körperliche Ressourcen

Um herauszufinden, welche Bewältigungsmodi das Opfer tatzeitnah oder tatzeitfern noch abrufen konnte, stützen wir uns auf die Beschreibungen und Bericht des Betroffenen.

Schauen wir uns – sehr verkürzt - die Ressourcen von Herrn Rauber zum Zeitpunkt des Überfalls an. Wir machen dabei nichts anderes, als genauer das zu hören, was Herr Rauber selbst sagt.



**- Das tatzeitnahe BASIC ph – Fall Rauber**

Tatzeitnahe Bewältigungsmodi

B (belief):	Es wird schon gutgehen.
A (affect):	Die Angst und die Wut sind da, aber sie dürfen mich nicht überschwemmen.
S (social):	Ich darf ja kein falsches Wort sagen.
I (imagination):	Mir kommen tröstende Bilder (Ferien/Familie).
C (cognition):	Ich weiss die Nummer des Tresors.
Ph (physical):	Ich kann mich durch Atmen beruhigen.

Im Mittelpunkt seines belief-Systems stehen der Glaube und die Hoffnung... „Es wird schon gut gehen. Und weiter hören wir in den jeweiligen Kategorien beispielsweise:

**B (belief) Glaube, Einstellungen und Werte einer Person**

Bei allem was passiert: Ich gehorche, dann wird es gut gehen.

Das Schlimmste musste jetzt vorbei sein: der Andere hat ja nun das Geld.

**A (affect) Affekte/Emotionen**

Er spürte eine grosse Wut. Er unterdrückte diese Gefühle: Er flehte nicht, fluchte nicht, spuckte nicht. Die Angst war da, aber sie überschwemmt ihn nicht.

**S (social) soziale Anteile einer Person**

Er realisierte die Bedrohung, schaltete auf das Programm Gehorchen statt Gegenwehr, sagte kein falsches Wort.

Er dachte an seine Frau und seine Kindern, an den Zeitungslieferanten.

Obwohl er selbst bedürftig war, wählte er den besten Zeitpunkt, wann er seine Frau informieren wollte.

**I (imagination) Imagination**

Ihm flitzten Bilder von den Ferien, von den Kindern und von seiner Frau durch den Kopf. Oder er stellte sich vor, wie die noch schliefen, noch ihren Frieden hatten.

**C (cognition) kognitive Fähigkeiten**

Im Sinne einer Kosten-Nutzen-Rechnung wusste er, das es am besten ist, das Geld rauszurücken.

Dazu konnte er zum Zeitpunkt des Überfalls die Nummer des Tresors abrufen.

Später konnte er auch noch ein differenziertes Signalement über den Täter erstellen.

**Ph (physical) körperliche Ressourcen**

Er war fähig, sich wie befohlen zu bewegen.

Er wich spontan zurück, als ihm der Täter körperlich zu nahe kam.

Auf dem Bauch liegend und mit flatterndem Herzen sucht er nach einem beruhigen Atemrhythmus.

Vielleicht waren auch Sie, meine Damen und Herren, im ersten Teil meines Referats gefesselt und erschrocken von dem, was Herr Rauber detailreich über die Situation des Überfalls berichtet hatte.

Womöglich merken Sie nach den kurzen Hinweisen auf seine tatzeitnahen Ressourcen, dass sich schon beim Zuhören Erleichterung einstellt.

Für das Opfer, das der Gefahr real ausgesetzt war, ist die Spiegelung seiner Ressourcen eine Hilfe, nach dem kritischen Lebensereignis die Homöostase – das Gleichgewicht - wieder zu erlangen.

Herr Rauber zeigt uns, dass man selbst in bedrohlichsten Situationen Mechanismen und Stärken aktiviert, die der Sicherung des Überlebens dienen.

Man muss aber auch sagen: Opfer von Gewalt können bestimmte Ressourcen während des Ereignisses nicht aktivieren oder sind danach unterschiedlich schwer verletzt.

Als ich mich mit den Opferhilfezahlen beschäftigte und danach mit dem BASICph, interessierte mich der inverse Zusammenhang. Man kann wohl annehmen, dass die Verfügbarkeit und die Möglichkeit des Abrufens von Ressourcen nicht nur von individuellen Faktoren wie persönliche Reife und Stabilität abhängen, sondern auch der objektiv erlebte Straftatbestand eine wesentliche Rolle bei der Bewältigung der Herausforderungen spielt.

Es leuchtet ein, dass die Gefahr einer Störung aller im BASICph erfassten sechs Kanäle beim Erleben

- einer schweren Körperverletzung (Art 122 StGB/CH), einer sexuellen Nötigung (Art 189) oder eines Tötungsversuchs (Art. 112/113)

höher ist als bei

- einer Drohung (Art. 180) oder einer Tätlichkeit (Art. 126).

Eine gewisse Orientierung darüber, welcher Straftatbestand welche Bewältigungskanäle besonders herausfordert bzw. verletzt, ist der folgenden Übersicht zu entnehmen:

Die Qualität männlicher Opfererfahrungen	Primär bedrohte Ressourcen
Tätlichkeit (Art. 126)	Ph, A, (B)
Drohung (Art. 180)	A, S
Entziehen von Unmündigen (Art. 220)	S, A, B
Sexuelle Nötigung (Art. 189)	B, A, S, I, C, ph
Raub (Art. 140)	B, A, S, I, C, ph
<b>Körperverletzung</b> schwere Körperverletzung (Art. 122) Einfachen Körperverletzung (Art. 123)	B, A, S, I, C, ph
Freiheitsberaubung und Entführung (Art. 183)	B, A, S, I, C, ph
Tötung auch Versuch (Art. 112, Art. 113)	Ph, B, A, S, I, C
fahrlässige Tötung (Art. 117)	Ph, B, A, S, I, C

9

Einschränkend muss zu diesem Klassifizierungsversuch gesagt werden, dass der Mobilisierungsgrad einzelner Kanäle ausschlaggebend dafür ist, wie bedroht und verletzungsoffen das Opfer eines bestimmten Tatbestands ist (wobei Gewalttaten häufig aus einer Kombination von Tatbeständen bestehen).

## Fallgeschichte II: Cyril – oder: Die Ressource der Imagination

### Fallbeispiel Cyril



Um Ihnen die Bedeutung der Ressourcenansatzes, den das BASICph verfolgt, näher zu bringen, gehe ich jetzt exemplarisch auf den Bewältigungsmodus der Imagination ein.

Mir war in meiner Beratungstätigkeit aufgefallen, dass männliche Opfer sexueller Gewalt sehr häufig ihre aggressiven Phantasien ansprachen. Dieser Freiraum schien ihnen gut zu tun. Meist wurden diese Männer während ihrer Schilderungen lebendiger und stärker. Es ist faszinierend, wie hilfreich aggressive Phantasien für Opfer sein können.

So kann ich Ihnen hier als Beispiel Cyril vorstellen. Ich beschrieb diesen Fall (und einen anderen) in Hans-Joachim Lenz's Buch zu „Männlichen Opfererfahrungen“ (2000). Es zeigt sich:

Manchmal ist die Phantasie „die einzige Waffe im Kampf gegen die Wirklichkeit“ (Denis Gaultier - frz. Komponist, 1603 - 1672).

Cyrill ist ein attraktiver 25-jähriger Mann, lebt in einer Dreier-Wohngemeinschaft und wird von einer 30-jährigen Mitbewohnerin umworben. Mit ihr teilt er viele gemeinsame, sportlich-extreme Interessen. Die WG-Genossin liebt ihn – doch er lässt sich auf keine partnerschaftliche Beziehung ein. Denn dies würde auch Sexualität bedeuten. – Woran liegt seine Scheu? Gehen wir zurück:

Als Cyril sechs Jahre alt war, kam es zur Scheidung der Eltern – und Cyril wurde zum Zankapfel beider Elternteile. Cyrils Vater ist ein begüterter, dominanter Kaufmann, der zum Zeitpunkt der Geburt des Sohnes über 60 Jahre alt war. Der Vater ging seit der Scheidung von Cyrills Mutter zwei weitere Ehen ein - mit sehr jungen südamerikanischen Frauen. Nana, die aktuell vierte Ehefrau von Cyrils Vater ist genauso alt wie Cyril - 25.

Nana und ihre Familie sind materiell völlig vom Vater abhängig, Sie ist dem Vater Trost, eine bequeme Haushaltshilfe und natürlich eine Bestätigung für seine sexuelle Manneskraft. Man könne mit jedem Ehemonat mehr zusehen, wie Nana zugrunde geht. Sie ist in einer absoluten Falle.

Gelegentlich hat sie massive Aggressionsausbrüche. Einmal habe sie den alten Mann mit einem Staubsaugerrohr geschlagen und ihn in einem Zimmer einsperrt. Cyril habe ihn schliesslich aus dieser missliebigen Situation befreit. Er selbst fand diese Aktion völlig absurd. Im Grunde müsste Nana befreit werden. „Der Alte“ habe schon genug angerichtet, Menschen kaputt gemacht – ihn auch.

Cyril entwickelt eine Befreiungsphantasie. In dieser will er Nana die Flucht ermöglichen; es geht um Geld, das er unter dem Vorwand eines Wohnungskaufs dem Vater abluchsen könnte. Gelänge dieser Coup, würde letztlich der Vater selbst die Flucht von Nana bezahlen. Nan könnte sich dann ein würdigeres Leben aufbauen.

Cyrils imaginierte Rolle als Befreier Nanas hat mit seiner Geschichte zu tun.

Denn auch Cyril leidet seit Jahren still unter dem alten Patriarchen. Er kennt Ausbeutung und Ausgeliefert-Sein zur Genüge:

Als er knapp 11 Jahre alt war, bemächtigte sich der Vater der Sexualität des Sohnes. Nicht der Vater war der direkte Missbraucher – er bediente sich seiner damaligen jungen Frau. Der Vater hatte Cyril bei einem der Besuchs-Wochenende ins französische Ehebett mitgenommen. Die blutjunge, 17-jährige Lateinamerikanerin hatte neben Cyril gelegen. Unter den Blicken des Vaters begann sie, Cyril an Brust, Bauch und zwischen den Beinen zu streicheln. Der Vater hatte währenddessen eine Reisegeschichte erzählt – und dann das Zimmer mit einem Gute-Nacht-Gruss verlassen.

Der erstmalige Koitus mit 11 Jahren und alle danach seien für Cyril " etwas absolut Fernes gewesen“. Er habe es "einfach passieren lassen“. Das immer gleiche Ritual über einige Jahre hinweg sei für Cyril – wie er sagt - eine „Höllenvelt" geworden. Der Vater habe die junge Frau benutzt, "um mich von meiner Mutter zu entfernen und mehr Macht mein Innenleben zu bekommen“.

Inzwischen 25-jährig sieht sich Cyrill seiner Jugend und seiner Sexualität beraubt – er hat keine anderen sexuellen Erfahrungen als die der „Höllenwelt“.

Nun will er Klarheit in sein Leben und in seine Wahrnehmungen hineinbringen. Zunächst versucht Cyrill einmal, das Gespräch mit dem Vater auf die damalige dritte Ehefrau zu bringen. Er wagt es im ersten Versuch noch nicht, den Vater glasklar zu konfrontieren. Er versucht das Gespräch auf die damalige dritte Ehefrau zu bringen. Er hofft, dass der Vater die Andeutungen versteht und sich von selbst erklärt. Aber der Vater weicht aus; er könne und wolle sich an „diese Egoistin, die nur ans Geld dachte“ nicht mehr erinnern.

Nach diesem Gesprächsversuch leidet Cyril unter der verlogenen und selbstgefälligen Seite des Vaters noch mehr. Cyril klammert sich nun an die Phantasie von der Befreiung der vierten Ehefrau. Er inszeniert in seinem Kopf Aktionen, wie er Nana heimlich aus den Klauen des Alten löst, ihr das Geld überreicht, sie ins Flugzeug setzt, sie ihm unter Tränen dankt etc. Er ist der Retter Nanas, der dem Vater die Macht entreisst.

Die über mehrere Wochen hinweg gepflegten Befreiungsphantasien führen Cyril aus seiner langjährigen Blockade heraus. Sie geben ihm das Gefühl von Kraft.

Schliesslich ist er soweit, dass er den Vater schonungslos mit der Geschichte konfrontiert.



Über die Phantasie  
die Konfrontation wagen...

Wir ahnen, was der Vater dem mutigen Sohn erklärt: "Ich weiss von nichts, Du spinnst doch". Er habe nichts mitbekommen, und wenn schon... Solche sexuellen Erfahrungen seien doch sicher schön gewesen. Ausufernd preist er die exotischen Frauen als "Naturwunder..."

Nochmals beschämt der Vater den Sohn. Der scheint einmal mehr vor dem Alten nackt da zu stehen. Der Vater begeht erneut Verrat am Sohn.

Der Sohn aber schlägt zurück. Schonungslos sagt er dem Alten die Meinung, entreisst ihm die Maske - bricht mit „diesem armseligen Mann“. Cyril pfeift auf die hohen Erbensprüche, die für ihn ohnehin eher eine schmutzige Altlast denn Lebenshilfe wären.

Zwar ändert sich an der Ehe des Vaters mit Nana real nichts. Nana bleibt in ihrer Gefangenschaft. Cyril jedoch nutzte seine projektive Befreiungsphantasie, den Vater vom hohen Ross zu stossen.

Fassen wir den Wert der Imagination zusammen:

Im Fallbeispiel wurde die Fähigkeit zur Phantasie zur Waffe gegen die bittere Wirklichkeit. Das Opfer imaginiert Wünsche und Handlungsmöglichkeiten. Es gestaltet eine fiktive Situation. Durch dieses „so tun als ob“ entsteht eine hilfreiche Distanz zur Opferrolle und Unterlegenheit. Die Bilder eröffnen den Zugang zu bislang unmöglich erscheinenden Denk-, Gefühls- und Verhaltensweisen.

Je erfahrener wir als BeraterInnen oder TherapeutInnen sind zu verstehen, auf welchem Kanal ein Mensch unter Stress kommunizieren kann, desto grösser ist die Chance, dass wir ihn – auch unter erschwerten Bedingungen – erreichen und zu seiner Stabilisierung beitragen.

Übrigens: Die Ausführungen zu den Bewältigungsmodi von männlichen Opfern gelten grundsätzlich natürlich für beide Geschlechter.

Ich streife noch ganz kurz ein besonderes Problem.

## **Männliche Opfer als psychiatrischer Notfall**

Anlass für eine psychiatrische Notfallsituation sind häufig selbstgefährdende oder fremdgefährdende Handlungen. Diese äussern sich bei Männern häufig im Zusammenhang von oft lange aufgestauten Problemen. Hierzu zählen z.B. eine massive Suchtproblematik, Depressionen, Ängste, Panikattacken, Verfolgungsideen, Suizidversuche, extreme Aggressionsausbrüche.

Der psychiatrische Notfall offenbart massive akute, schwerwiegende Störungen des Denkens, der Stimmung, des Verhaltens, der sozialen Beziehung - zu sich und zur Mitwelt. Bei Vorliegen eines Notfalls ist eine vorübergehende medikamentöse Sedierung oder die Unterbringung in psychiatrischem Krankenhaus oft unumgänglich.

Die Entwicklung in Richtung einer massiven Krise bis hin zum tatsächlichen Notfallereignis wird im Vorfeld gerade bei Männern nicht rechtzeitig erkannt. Dies liegt zum Teil am Manne selbst, wenn er seine Befindlichkeit nicht mitteilt, bagattellisiert, verheimlicht. Stattdessen spielt er seine Männerrolle weiter oder mauert, wenn man ihm zu nahe kommen könnte. Und selbst wenn sich die Krise zuspitzt, ist es aber auch das Umfeld, das sich – aus Angst vor den aggressiv-männlichen Anteilen des Betroffenen - nicht getraut, kritische Beobachtungen, eigene Sorgen um den Betroffenen oder bestehende Probleme schlechthin offen anzusprechen.

Tritt der psychiatrische Notfall schliesslich ein, ist man mit zwei Phänomenen konfrontiert: Einem massiven Erregungszustand oder einer Depression des Akteurs.



Akute Erregungszustände zeigen sich beispielsweise

- im Wechsel von Ruhe und Erregung, im Bewegungsdrang, in Gedankensprüngen, Verfolgungsideen, gezielten Aggressionen gegen andere oder im blindwütigen Toben.
- Hat man es mit einem solchen Patienten zu tun, wählt man eine „talk-down-Strategie“. Man versucht bestimmt, aber freundlich mit ihm zu Sprechen und auf ihn einzugehen. Allerdings muss man jederzeit mit der Aggression des Erregten rechnen - auch an die Bewaffnung von Männern. Deshalb sollte man als HilfeleisterIn gegebenenfalls an polizeilichen Schutz zu denken.

Hinsichtlich der Depression verweise ich auf Aspekte wie

- die Einengung der Gefühlswelt, auf die Vermeidung von Blickkontakt, auf Selbstisolation, Blockiert sein, Intoxikation oder auf Suizidphantasien.
- Oft haben wir es auch mit einem appellatorischen Suizidversuch zu tun, mit dem der Betroffene auf sich und die Probleme aufmerksam macht.
- Gegenüber dem Depressiven sollte man nicht moralisieren, nicht seine Scham- und Schuldgefühle verstärken. Und auch hier geht es um klare Führung des Betroffenen – bis hin zur Klinikeinweisung, wenn dies nötig ist.

Halten wir fest: Hinter einer aktuellen Notfallsituation einschliesslich sehr aggressiver Ausbrüche von Männern kann eine mitunter jahrzehntelange Nichtbewältigung einer Opfererfahrung stehen. Die Tragik ist, dass die Krisenentwicklung des Mannes häufig übersehen wird. Bei der Krisenintervention und auch im ruhigeren Gewässer der Nachsorge wird die Geschichte männlicher Opferwerdung nicht berücksichtigt und nicht nachgefragt.

### **Zur männlichen Ablehnung von Beratung**

Ich komme zur Frage: Warum lehnen viele männliche Opfer Beratung ab?

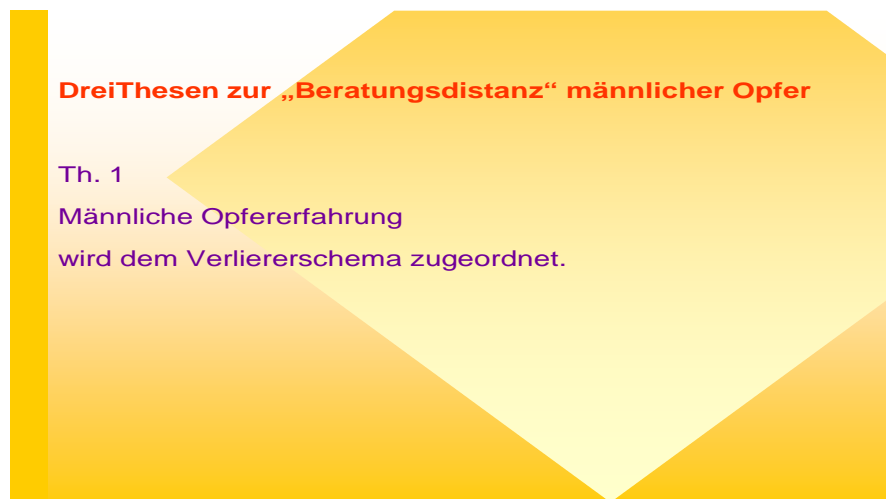
Cyril und Herr Rauber brauchten mehr oder weniger lange, bis sie als Opfer ein Hilfeangebot annahmen. Sie mussten zum Kursbesuch bzw. zur Inanspruchnahme von Beratung erst ihren Widerstand überwinden.

Wie viele Männer, die Opfer wurden, hatten Cyril und Herr Rauber lange kein Vertrauen in die Beratung.



Viele (männliche) Opfer haben Angst, den Tatsachen ins Auge zu schauen, ihrer verletzten Persönlichkeitsseite wieder zu nahe zu kommen, oder sich selbst Vorwürfe zu machen, weil man an eine eigene Tatbeteiligung glaubt. Sie wollen die Geschichte hinter sich lassen, nicht weiter (in sich) herumwühlen - und gegenüber einem Berater/einer Beraterin „nicht blöd dastehen“.

Ich denke, dass die Beratungsdistanz von männlichen Opfern auf drei Mechanismen beruht, die ich als Thesen in den Raum werfen möchte:



Opferwerdung und Beratung bedrohen die Konstruktion von Männlichkeit  
Durch die Opfererfahrung wird der Anspruch des Mannes, autonom, überlegen oder verletzungsresistent zu sein, auf den Kopf gestellt. Die Opfererfahrung ist schon schmerzlich genug – weshalb dann noch der bitteren Wirklichkeit ins Auge schauen? Mann weiss, dass Erinnerungen wiederkehren können: das Fremdbestimmt-, Verwundbar- und Verletzt-Sein, die eigenen Selbstvorwürfe, die Unsicherheit über eine evtl. Tatbeteiligung, die „unmögliche“ Nähe zum (sexuellen) Aggressor, die Frage, wie andere über einen denken. Der Betroffene will die Geschichte hinter sich lassen, nicht weiter (in sich) herumwühlen. Und wenn ein Mann schon mal einstecken musste, sollte er wenigstens in Zukunft wieder austeilern können – so zumindest lautet eine prototypische Variante.



**Th. 2**  
**Opferberatung/Therapie passt nicht**  
**ins Konzept von Männlichkeit.**

Die Erfahrung, als Mann Opfer geworden zu sein und Beratung oder Therapie zu brauchen, ist ein Bruch mit der Zuweisung und Erfüllung von „typischen Rollen und Erfahrungen“. Denn Unterlegenheit und Bedürftigkeit sind Zeichen mangelnder Männlichkeit. Sie werden mit „Verweiblichung“ gleichgesetzt. Die Opfererfahrung verstößt gegen die Überzeugung: „Ein Mann ist kein Objekt...“ (dieses Schicksal wird seit jeher den Frauen zugeschrieben). Als Mann Opfer und dann noch hilfebedürftig zu sein, kann Mann sich selbst nicht eingestehen: alles andere wäre eine Umkehrung der Geschlechternorm. Die Abweichung von der „Norm“, das Unmännliche, muss abgewehrt werden.



**Th. 3**  
**Die Beratungsablehnung ist Teil des männlichen**  
**Ordnungsmusters.**

Wir sehen: Der Opfer-Mann würde durch das Bekenntnis zur Hilfsbedürftigkeit aus der gesellschaftlichen Rahmung fallen. Vor diesem soziokulturellen Hintergrund will er sich nicht als Opfer zu erkennen geben. Er möchte das schmerzliche Erlebnis als Episode rasch „vergessen“, seine schmerzlichen Erinnerungen möglichst „löschen“.

Denn wenn er (weiterhin) Schwäche zeigt, riskiert er, aus der Männergemeinschaft ausgestossen und in ein Reservat der Einsamkeit abgeschoben zu werden. Deshalb muss sich der „Mann“ einen Rest an männlicher Selbstachtung und Selbstbehauptung sichern.

Die Neutralisierung der männlichen Opfererfahrung ist ein sozialer Überlebensmechanismus. Das Selbst- und Weltbild soll nicht völlig zerstört werden. Um der eigenen Unsicherheit und den eigenen Widersprüchen zu entgehen, flüchten manche Opfermänner in die Pseudo-Männlichkeit. Diese Re-Inszenierung als Mann. Dieses „Mehr des Selben“ – z.B. in Extremsportarten - bringt scheinbare Erleichterung. Mit diesem Trick kann man sich wiederum – möglicherweise viele Jahre – „über Wasser halten.

Die Beratungsablehnung ist Teil des männlichen Ordnungsmusters:  
Die Funktion der Beratungsdistanz bei Männern liegt darin, klare Trennungslinien zw. Männlichkeit und Weiblichkeit aufrecht zu erhalten. Auf diesem Weg kann man den gängigen Männlichkeitskonzepten „treu“ und in der Männergemeinschaft Mitglied bleiben.

Die drei Thesen – so warne ich – klingen auf den ersten Blick gut. – Auf den zweiten Blick aber vielleicht zu gut.

Als Fachleute sollten wir uns stets bewusst sein, dass auch wir Gefahr laufen, uns an vereinfachende Antworten und Zuschreibungen festzuhalten. Wenn wir die Thesen als der Weisheit letzter Schluss ansehen, würden wir das Gegenteil dessen erreichen, wozu die heutige Veranstaltung gedacht ist. Verstehen lernen.

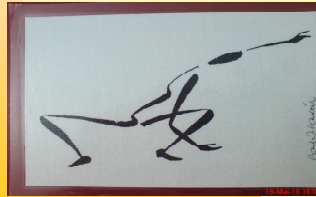
„Richtig verstehen“ ist meines Erachtens primär durch die Annäherung an den Einzelfall und die Offenheit für den Betroffenen möglich.

Meine drei Thesen bergen kritisch betrachtet im Grunde Negativbotschaften.

Fachlich mag die Problematik erfasst sein, aber dies bringt uns die Männer noch nicht in die Beratungsstellen.

Ich behaupte: Männer respektive männliche Opfer wollen keine Negativbotschaften hören. Sie wollen abgeholt werden – damit sie ergebnisoffen nach sich selbst suchen können.

**Männer bzw. männliche Opfer  
wollen keine Negativbotschaften hören.  
Sie wollen abgeholt werden  
- um nach sich selbst zu suchen.**



Wir dürfen das Problem der männlichen Distanz zu Opferberatung und Therapie nicht primär den Männern zuschreiben. Wir sollten nach positiveren Sichtweisen und nach Türöffnern suchen. Wir können annehmen, dass viele männliche Opfer, welche bisher nicht an Opferhilfe dachten und noch nicht erreicht wurden, „trotz allem“ ihren Mann im Leben stehen. Wären nicht noch Reste von Stark-Sein auch in gewaltbetroffenen Männern vorhanden, hätten viele von ihnen die oft schrecklichsten Ereignisse und Traumata wohl nicht „überlebt“.

Wie wäre es deshalb mit positiveren Botschaften. Eine davon wäre vielleicht: „Männer – gerade verletzte Männer – haben viel mehr auf dem Kasten, als sie sich selbst und wir ihnen zutrauen“. Oder mit einer häufigeren Verwendung und Thematisierung von Worten wie Selbstbehauptung oder Selbstwert? Über die „Positivbotschaften“ von Einrichtungen, die männlichen Opfern Hilfe anbieten wollen, liesse sich noch manches Brainstorming machen.

Ich glaube, dass männliche Opfer von Gewalt die „Potenz“ haben, sich trotz allem was an Leidvollem geschah, ein neues Selbstwertgefühl aufzubauen. Die Opferhilfe kann Betroffene in ihrem differenzierten Lern- und Befreiungsprozess unterstützen.

Die Psychologin und Dramatherapeutin Susanna Pendzik gibt hierzu wertvolle Anregungen. Indem sie in ihrer Arbeit – übrigens mit gewaltbetroffenen Frauen - sieben Punkte des Selbstwertgefühls unterscheidet, gibt sie wertvolle Zielrichtungen vor, die auch für männliche Opfer von Gewalt gelten.

### **Die notwendige Arbeit an den zentralen Punkten des Selbstwertgefühls**

- 1 Die Fähigkeit, (gewaltfrei) Grenzen zu setzen.  
(„Bis hierher und nicht weiter.“)
- 2 Sich selbst vertrauen.
- 3 Die Fähigkeit, in gleichen Teilen geben und nehmen zu können.
- 4 Die eigene Wahrheit verteidigen und die eigene Würde erhalten können.
- 5 Die Fähigkeit, die eigenen Gefühle auszudrücken.
- 6 Respekt sich selbst gegenüber empfinden.
- 7 Den eigenen Körper in seinen Stärken und Schwächen akzeptieren.



## Schlussgedanke

Ich möchte Ihnen zum Schluss eine weitere „Gute-Frage“-Frage nicht vorenthalten:

„Wie leben die Indianer heute...?“

Und wieder gleicht die – zugegeben kindliche - Antwort der männlichen

Opfersituation:

„Die heutigen Indianer leben vom Prinzip her wie wir.

Es gibt Indianer, denen es sehr gut geht, anderen wieder geht es sehr schlecht.

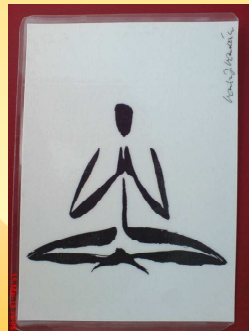
Die heutigen Indianer kleiden sich wie alle anderen auch.

Äusserlich kannst Du sie nicht immer erkennen – man muss sich ihnen nähern, ihnen zuhören, ihren Geschichten folgen.

Und sie selbst müssen ihre eigenen Geschichte erfassen und erzählen lernen, damit sie sich aus ihrem Reservat hervorwagen.“

**Vielen Dank**

für Ihre Aufmerksamkeit



© / Kontakt:

Dr. phil. Karl Weilbach

Hauptstrasse 22

CH - 9042 Speicher

k.weilbach@bluewin.ch