

REZENSION

MISSBRAUCH HAT VIELE GESICHTER DANIELA SPLETTSTÖSSER-PACHES „DAS UNFASSBARE BEGREIFEN“

ULI RAMP



Splettstößer-Pache, Daniela (2019). *Das Unfassbare begreifen: Gewalt und Missbrauch in christlichen Kreisen*. Lüdenscheid: Asaph. ISBN 978-3-95459-027-8, 208 S., Paperback 14,00 €, auch als E-Book erhältlich.

Die Autorin arbeitet als Christliche Therapeutin und freie Referentin. Sie hat berufsbegleitend Psychologie studiert und sich in Kognitiver Seelsorge (ISA), Systemischer Therapie, Traumatherapie und EMDR weitergebildet. Das Buch hat sie als Insider aus christlicher Perspektive geschrieben.

Zunächst erklärt Daniela Splettstößer-Pache, was ein Trauma ist. Fachbegriffe aus der Psychopathologie erklärt sie anwenderfreundlich. Sie beschreibt die Formen der Gewalt und deren Folgen. Im Kapitel „Täter und Kirche“ zeigt sie Täterstrategien auf. Im zweiten Teil des Buches erhalten Betroffene, Täter und Helfer Informationen zu Auswegen. Zum Abschluss beschreibt die Autorin, wie Heilung für Gemeinden gelingen kann. Der Schreibstil ist flüssig mit verständlichen Worten, somit ist das Buch leicht zu lesen, trotz der ‚schweren Kost‘.

Sehr eindrücklich finde ich, dass die Traumatherapeutin aus eigenem Erleben berichtet und immer wieder anonymisierte Beispiele aus ihrem Therapiealltag aufführt. Sie fügt Bibelstellen und Zitate bei und bekennt sich auch zu ihrer eigenen Meinung und hält sich auch beim Thema ‚Organisierte Täterkreise‘ nicht zurück, was mutig ist, weil organisierte Täterkreise ungern ins Licht gerückt werden und mit Konsequenzen drohen. Daniela Splettstößer-Pache hat sich, wie sie schreibt, „gegen die Furcht und für die Liebe entschieden“ und bringt darum so viel wie möglich und so wenig wie nötig zur Sprache. Sie möchte nicht für sich beanspruchen, eine Expertin für Missbrauch zu sein, doch möchte sie weitergeben, was sie gesehen, gehört, erlebt und gelernt hat. Sie weiß, „dass unser Wissen nur Stückwerk“ ist. Ihre Intention mit diesem Buch ist, dass es eine Begleithilfe werden kann, Verständnis fördert und unterstützende Tipps gibt.

Das Buch ist ein Helfer bei Fragen. Es entstand, weil sich die Autorin immer wieder in Beratungssituationen fand, in denen sie diese Antworten gerne gewusst hätte.

Wir erfahren, dass ‚Trauma‘ ein anderes Wort für ‚Wunde‘ ist. Es sind seelische Wunden, die man äußerlich kaum wahrnimmt. Die Anfälligkeit dafür variiert von Mensch zu Mensch. „Von einem seelischen Trauma sprechen wir, wenn etwas erlebt wird, was von tiefer Verzweiflung, Ausweglosigkeit, Überforderung, auch von Todesangst gekennzeichnet ist. Jeder Mensch kann anders überfordert werden.“

„Jede Lernerfahrung bringt neuronale Veränderungen. Erste Erfahrungen können schon im Mutterleib gemacht und später erinnert werden“. Daniela Splettstößer-Pache vergleicht den Schaden in einem Blumenbeet mit den Schäden, die Traumata mit Betroffenen anrichten. Ein Blumenbeet mit zarten Keimlingen ist stärker gefährdet als ein Beet mit fest verwurzelten Pflanzen. Bei Letzterem können nach einer Verwüstung wenigstens die Wurzeln wieder neu keimen. „Erwachsene, die eine schlimme Erfahrung verarbeiten müssen, haben deutlich bessere Chancen auf Heilung als Kinder, bei denen mehrmals die Woche ‚ein Flugzeug im Beet landet‘“, weil sie zum Beispiel immer wieder den Übergriffen von Tätern ausgesetzt sind.

Die Psychologin legt dar, dass Gott Selbstheilungskräfte, eine neuronale Plastizität, in uns gelegt hat. Doch frühkindliche Schädigungen erlauben Betroffenen nicht, dass sie die Fähigkeit zur Empathie, Kontaktaufnahme, das Regulieren von Gefühlen usw. entwickeln. Stattdessen bleiben die Spuren der Verwüstung zurück. „Nützliche Verknüpfungen im neuronalen Netz werden zerstört, dafür

werden ungünstige Verbindungen aufgebaut.“ In allen Alltagssituation lernen wir – auch in traumatischen, erklärt die Autorin. Dabei können sich ungünstige Denkmuster einnisten. Sie zeigt aber auch, wie diese mit kognitiv therapeutischen Strategien angegangen und verändert werden können.

Mit einfachen Erklärungen zeigt sie auf, wie in einer traumatischen Situation Erfahrungen auf direktem Weg nach der Wahrnehmung (riechen, schmecken, fühlen, sehen, hören) im Gehirn durch den Thalamus an die Amygdala weitergegeben werden. Das Erleben wird sofort als Lebensgefahr definiert. „In der traumatischen Situation erleben wir tatsächlich eine unausweichliche Überforderung.“ Ein Notfallprogramm springt an: „Die Durchblutung im präfrontalen Kortex wird reduziert, die Muskeln werden besser versorgt, Kortisol wird ausgeschüttet. Der Körper ist jetzt im Überlebensmodus.“ Er hat nur noch die Möglichkeit zum Kampf, zur Flucht oder zum Erstarren.

Im anschließenden Kapitel erfährt der Leser, wie es zum Zustand der Dissoziation kommen kann. Die Autorin weist in diesem Zusammenhang darauf hin, dass sich der Laie nicht daran versuchen soll, hier etwas aufzubrechen und ans Licht zu bringen. Das gehört in die Hände der Fachleute. Sie erklärt, es sei empfehlenswert, einen „guten Grund“ für die Dissoziation anzunehmen und den Zustand zu respektieren.

Im Kapitel ‚False Memory‘ zeigt sie, was unter solchen „falschen Erinnerungen“ zu verstehen ist und wie sie korrigiert werden können. Sie beschreibt, wie diese auch für Manipulationen in Gerichtsprozessen angewandt werden. Leider sei das der Justiz noch nicht bewusst. Hier müsse noch viel Aufklärungsarbeit betrieben werden, damit Geschworene und Richter nicht mehr darauf hereinfallen. So könne Opfern zu mehr Gerechtigkeit verholfen werden.

Missbrauch bedeutet immer, dass etwas in falscher Weise gebraucht wird. Weil das oft und vielfältig geschieht, hat der Missbrauch auch viele Gesichter. Alle Formen der Gewalt wirken sich auf die Psyche aus. Hierzu gehören die seelischen Formen der Gewalt, die von der Autorin in „Mind Control“ (Gedankenkontrolle), Vernachlässigung und Mobbing sowie Geistlichen Missbrauch einteilt und reflektiert werden. Während der Gedankenkontrolle wird der Betroffene durch eine andere Person mental beherrscht. Das eigene Denken ist verboten, eigene Ideen werden schnell geahndet oder unterdrückt. Weitreichende Abwertungen der Personen finden statt. Im christlichen Kontext wird gerne mit „Bibelversen argumentiert, die bedarfsweise aus dem Zusammenhang gerissen“ wer-

den. Vernachlässigung bedeutet eine fehlende Befriedigung von Grundbedürfnissen. „Das ist besonders im Kindesalter dramatisch und wirkt sich auf das Bindungsvermögen und spätere soziale Kontakte aus. Fehlende Fürsorge verursacht Dauerstress.“ „Wenn keine wirksame Hilfe erfolgt, erlebt das Kind die Sinnlosigkeit des Widerstands. Es lernt, dass Bedürfnisse nicht gestillt werden. Daraus ergibt sich die Schlussfolgerung, dass das Leben nicht besser wird.“ Die Autorin resümiert: „Vernachlässigung im Kindesalter sollte meiner Ansicht nach ebenso wie andere Formen von Missbrauch hart bestraft werden. Damit würde deutlich, dass es sich um praktizierte Gewalt handelt.“

Geistlichen Missbrauch hat Daniela Splettstößer-Pache selbst erlebt. Sie schildert, wie Christen sich zu Richtern aufgespielt haben: Wie ihre Wiederheirat zum Thema in der Gemeinde wurde und ihr mitgeteilt wurde, sie sei durch ihr Tun bei Gott in Ungnade gefallen. Außerdem berichtet sie, wie ihr in einer anderen Gemeinde eine Aussprache mit einem Diakon verwehrt wurde, dem sie im persönlichen Gespräch ihre Ansicht über seine Amtsführung mitteilen wollte. Statt des Gesprächs erwartete sie die Gemeindeleitung mit einer Unterlassungsaufforderung und am Ende teilte man ihr mit, dass sich für sie die Hölle aufgetan habe..

„Einzeltäter des Geistlichen Missbrauchs haben oft narzisstische Züge. Sie sind selbstverliebt und überheblich und ziehen ihre Energie daraus, andere Menschen zu demütigen.“ Sie ersetzen den Glauben durch eine bestimmte Form von Religion. Die Autorin differenziert in dieser Hinsicht folgendermaßen: „Religion hat den Nachteil, dass sie nicht auf Beziehung, sondern auf Leistung abzielt. Religiöse Menschen glauben an die Notwendigkeit irgendwelcher Handlungen, um Gott zu gefallen oder um zu beweisen, dass sie ein rechtschaffendes Leben führen. Gläubige, die nicht religiös sind, sind frei von Leistungsdruck. Sie genießen das Leben und lieben die Beziehung zu unserem wunderbaren und großzügigen Gott. Religiosität führt meist in die Gebundenheit, während der kindliche Glaube in die freimachende Wahrheit führt. [...] Echter Glaube muss aber auch nicht durch Taten oder einen besonderen Lebensstil bewiesen werden. In missbrauchenden Kirchen wird oft Glaube gepredigt und Religion gelebt.“ Daniela Splettstößer-Pache verdeutlicht, wie Mussforderungen zu einer Religion werden. Wenn wir die Bibel ernst nehmen, ihre Inhalte kennen oder in der Lage sind selbst zu recherchieren, können wir uns davor schützen. Sie lädt ein, in die Liebe Gottes einzutauchen und die Gotteskindschaft auszuleben.

Körperliche Formen des Missbrauchs richten auch seelischen Schaden an. Der körperliche Missbrauch zeigt sich in Züchtigung, sexuellem Missbrauch und ritueller Gewalt. Hier findet die christliche Therapeutin einfühlsame Worte für die Beschreibungen, ohne den Betroffenen zu nahe zu treten. Die Folgen der Gewalt sind häufig wieder Gewalt. „Verletzte Menschen verletzen Menschen, mal andere, mal sich selbst.“

„Was auf fast alle Traumata folgt, ist eine Form von Dauerstress. Er wirkt sich auf unser Denken, Fühlen, Handeln und auf das autonome Nervensystem aus.“ Die Autorin beschreibt typische Diagnosen wie beispielsweise Depressionen, Angststörungen, Panikattacken und Zwänge. Auch den im Volksmund üblichen Redeweisen, dass „etwas zu Herzen geht“, dass jemand „Dampf ablassen muss“ (bei hohem Blutdruck), dass jemand „viel schlucken“ musste (und darum etwa der Magen rebelliert) usw. schenkt sie ihre Aufmerksamkeit. „Seele und Körper hängen untrennbar zusammen, und was unsere Seele nicht verarbeitet, das kann sich auf den Körper übertragen.“ Die Autorin widerspricht der „Tendenz in der christlichen Welt, alles geistlich zu deuten und hinter allen Symptomen Glaubensprobleme oder sogar Sünde zu vermuten. [...] Es kann Zusammenhänge geben oder auch nicht.“

Im Kapitel ‚Dissoziative Identität‘ beschreibt Daniela Splettstößer-Pache Menschen, die mit verschiedenen Persönlichkeitsanteilen leben. Irritationen bei Christen entstehen, wenn in christlichen Kreisen Gewalterfahrungen und Glaubensinhalte verknüpft werden. „Damit ist es deutlich schwieriger, eine unbeschwerte Gottesbeziehung entgegen dieser Konditionierung aufrechtzuerhalten.“

Der Bereich ‚Täter und Kirche‘ hat Täterstrategien zum Inhalt, sowohl Einzelner als auch ganzer Gemeinden. Die Autorin zeigt auf, wie ein Schwarz-Weiß-Bild der „bösen Welt“ erzeugt wird. Man spielt sich als Richter auf. Sie beschreibt, wie Täter Ablenkung als Strategie einsetzen. Täter führen ihre Opfer in Abhängigkeiten. Sie reden ihnen Schuldgefühle ein. „Betroffene von Gewalt und Missbrauch kennen in der Regel das Gefühl, zuständig, verantwortlich, schlecht oder schuldig zu sein. Das hängt mit der weitverbreitetsten Strategie zusammen, der Lüge.“ Lebenslügen entstehen, sie breiten sich aus „wie Geschwüre im ganzen Denken und Sein [...], wenn sie nicht gestoppt werden.“

Ab der zweiten Hälfte des Buches finden Betroffene Hilfe. Die gute Nachricht für Opfer lautet: „Wer [...] seine traumatischen Erlebnisse realisiert und aufgearbeitet hat, kann sich wirkungsvoll schützen.“ Splettstößer-Pache schreibt, dass Heilung manchmal andere Wege geht als solche, die uns lieb sind. In sehr wertschätzender Art und Weise zeigt sie mithilfe einiger Beispiele auf, wie Seelsorge, Beratung und Therapie sinnvoll helfen kann. Mit vielen Bibelstellen und konkreten Beispielen führt die Autorin an Hilfsmöglichkeiten heran. Sie informiert über christliche Befreiungsdienste und beschreibt ihre Erkenntnisse sachlich. Dabei achtet sie auch darauf, auf mögliche Gefahren im Umgang mit Traumatisierten hinzuweisen. Der Ausstieg aus missbräuchlichen Systemen wird angesprochen. Die Autorin macht Mut, das Schweigen zu brechen.

„Wenn ein Opfer nach bewältigtem Trauma den Wunsch hat, die Schuld- und Vergebungsfrage zu klären, kann dadurch Erleichterung erlebt werden. Vergebung bedeutet ganz simpel ein Verzicht auf Rache, ein Loslassen.“ Sie räumt aber auch auf mit dem weitverbreiteten Irrtum, dass ein Leidender nur noch leide, weil er nicht vergeben hat. Es sei nicht nur sachlich falsch, sondern auch eine große Belastung für die traumatisierte Person.

Kinder, denen eingeredet wurde, sie seien schuld am erlebten Trauma, spricht die Psychologin in aller Deutlichkeit von aller (Mit-)Schuld und von aller (Mit-)Täterschaft frei. Kinder tragen nicht die Verantwortung, wenn Erwachsene sich ihnen gegenüber falsch verhalten. Aber mündige Menschen, die bei Missbrauch nicht einschreiten, würden sich der Mittäterschaft schuldig machen. Unsere Kirchen sollen sich von sicheren Orten für Täter und Machtmissbrauch zu sicheren Orten vor Tätern und Machtmissbrauch entwickeln.

Mögliche „Hilfe für Täter“ beschränkt Splettstößer-Pache auf Täter, die ihr Leben ändern, zugrunde liegende Gedanken korrigieren, Taten vollumfänglich begreifen, Schuld bekennen und Hilfe suchen. Sie sollen die Ursachen ihrer Täterschaft erkunden und professionelle Hilfe in Anspruch nehmen.

Wichtig sei, was dem Hilfesuchenden wirklich dient und ihn weiterbringt. Wichtig sei außerdem, sich als Helfer selbst im Blick zu haben und zuerst um sich selbst zu kümmern. Ganz im Sinne der Bibel: „Du sollst Gott lieben von ganzem Herzen und deinen Nächsten *wie dich selbst!*“ Im Kapitel ‚Hilfe für Helfer‘ warnt die Autorin vor Sekundärtraumatisierungen. Sie fordert die Helfer zur Achtsamkeit mit sich selbst auf. Psychohygiene, Ressourcen-Arbeit und der Austausch in einer Supervision helfen dabei. Helfer sollen sich ihrer Begrenzt-

heit bewusst sein und dürfen und sollen diese auch den Hilfesuchenden mitteilen.

Im abschließenden Kapitel ‚Heilung für Gemeinden‘ ruft Daniela Splettstößer-Pache jede Gemeinde dazu auf, sie solle sich anhand der Empfehlungen der Heiligen Schrift prüfen. Ein großer Fehler wäre, sich auf der sicheren Seite zu fühlen. Sie empfiehlt, in der Mitarbeiterschaft klare Regeln vorzugeben.

Daniela Splettstößer-Pache ist es in „Das Unfassbare begreifen“ gelungen, einen Einblick in das überaus undurchsichtige Thema Missbrauch zu geben. Das Buch eignet sich sehr gut als Arbeitsgrundlage für Berater und Therapeuten, aber auch als Handreichung für Betroffene, sowohl Opfer als auch Täter. Sie spricht in wertschätzender Weise aus, was im Argen liegt, und beschreibt Hilfen. Ich wünsche mir, dass das Buch viele Leser bekommt, damit das Tabu-Thema ‚Missbrauch‘ noch mehr an die Öffentlichkeit kommt, damit der Handlungsspielraum der Täter eingeschränkt wird und Opfer Unterstützung bekommen.

Was ich mir persönlich zusätzlich vom Buch erhofft hätte, wären einige rechtliche Aspekte für Helfer und Berater, um eine wirklich umfassende Information in Händen zu halten. Was muss zum Beispiel ich den Behörden melden? Wo endet meine Verschwiegenheitspflicht? Alles in allem konnte ich aber viel Neues erfahren und finde den Ratgeber informativ, verständlich und hilfreich.

DIE AUTORIN

Uli Ramp, Jhg. 1972; lebt mit ihrer Familie in Dettenheim bei Karlsruhe. Sie ist Verwaltungsfachangestellte im Schulsekretariat; seit vielen Jahren aktives Kirchenmitglied in verschiedenen Bereichen (insbesondere Freizeitmitarbeit). Sie hat sich u.a. beraterisch als Pastoraltherapeutin (ISA), Kinder- und Jugendcoach (GNPE) und Mentorin qualifiziert und führt eine Praxis als Psychologische Beraterin

E-Mail: UliRamp@lebefreit.de
www.lebefreit.de