

Copyright „klein Tina“ by Beate Lindemann-Weyand

## **Vorwort**

### **Liebe Leserinnen und Leser,**

diese Autobiographie beschreibt das Kinderleben eines Mädchens, das schon am Anfang seines Lebens von den wichtigsten Menschen in seinem Leben unwiderruflich getrennt wird. Es kommt in eine Familie in der es viele Formen seelischer, sexueller, körperlicher, emotionaler Gewalt erfahren muss.

Es ist sicherlich ein Wunder, aber auch die Kraft, und die Kreativität dieser Kinderseele die es schaffte all das zu überleben und sich als Erwachsene aus den Fesseln dieser Umgebung zu befreien und nach und nach zu entdecken, dass es selbst nicht „komisch und merkwürdig“ war, sondern die Menschen, die ihr das antaten.

Mit all den tiefen Wunden, dem schwierigen Leben mit abgespaltenen Anteilen und den darin enthaltenen Erinnerungen zu leben ist sicherlich mit das Schwierigste und oftmals ein schier unmöglicher Lebens- Balanceakt. Aber es ist möglich, eines Tages nicht mehr nur zu überleben, sondern immer deutlicher ein eigenes Leben zu leben, mit all dem, was war. Mit mehr als der Hoffnung darauf, wieder Schönes empfinden zu können ohne so angespannt und auf „hab acht“ zu sein, dass es einem unmöglich erscheint, dass sich das jemals verändern könnte.

Es ist möglich sich mit dem eigenen Körper anzufreunden, auch wenn er vielleicht immer ein wenig vorsichtig und unverbunden bleiben wird mit dem ganzen Selbst.

Es ist möglich in Menschen vertrauen zu fassen, auch wenn das Misstrauen immer wieder einmal aufflackert und man viel Zeit, Berg- und Tal braucht um tiefe Verbindungen zu knüpfen.

Es ist möglich sich selbst zu mögen- auch wenn manchmal alte Gefühle des sich selbst Ablehnens auftauchen bevor man wieder die freundliche Verbindung mit sich spürt.

Es ist nicht alles möglich, manches bleibt immer wieder schwierig, aber so viel mehr verändert sich, als ich es mir jemals habe träumen lassen.

Das Wichtigste ist, das kleine Kind, das all das erlebt hat, nie mehr sich selbst zu überlassen und alles zu tun, damit es einem selbst absolut vertrauen kann, sich sicher, geliebt und geborgen fühlt.

Das immer deutlicher und unverwüstlich aufkeimende Empfinden von Liebe, Verbindung mit anderen, Menschlichkeit, Glück und Freude, den Genuss der Schönheit der Dinge und unseres eigenen Selbst wünsche ich uns allen Überlebenden von Herzen!

Vielen Dank an Sabine Marya, die mir schon vor langer Zeit auch durch ihr Buch „Schmetterlingsfrauen“ so viel Mut gemacht hat, mich selbst zu entdecken und endlich zu merken: nein, ich bin nicht „komisch“, ich wurde schwer verletzt und ich bin nicht alleine.

Beate Lindemann-Weyand eine von vielen Überlebenden

Gerne könnt ihr mir schreiben unter:

[lweyand@email.de](mailto:lweyand@email.de)

Für klein Tina

## Mein Anfang

Die Blicke meiner Mutter waren die liebevollen Blicke einer stolzen Mutter, als ich im Sommer 1972 das Licht der Welt erblickte.

Sie hatte mich nicht nur mit all ihren damit verbundenen Seelen- und Körper- Schmerzen auf die Welt bringen wollen, sie ging sogar das Risiko ein mich liebzuhaben, obwohl klar war, dass ich nicht allzu lange bei ihr bleiben würde, denn sie war noch ein junges Mädchen als die Schizophrenie bei ihr ausbrach. Jedenfalls wurde ihr diese attestiert.

Heutzutage weiß man, dass nicht wenige Menschen damals falsch diagnostiziert wurden. Die Menschen, die unter dieser Krankheit litten, wurden mit den damals äußerst nebenwirkungsreichen Medikamenten behandelt.

Die Erfahrungen in den damaligen Psychiatrien waren für sie als junge Frau mit Sicherheit ebenso überwältigend wie die Krankheit selbst. Am Ende kann man nicht sicher sagen, was sie stärker prägte, ihre Krankheit oder der Umgang dieses Umfeldes damit.

Bei einer Schizophrenie werden belanglose Alltagsbegegnungen umgedeutet zu „Zeichen“. Es werden oftmals befehlsartige Stimmen von außen wahrgenommen, die im schlimmsten Fall dann zu der gefürchteten Gefährlichkeit oder zu der befremdlichen Andersartigkeit der Betreffenden führen können.

Die Voraussetzungen meiner Mutter mich mit dieser Diagnose großzuziehen standen also von Anfang an unter keinem guten Stern.

Als junges Mädchen verbrachte meine Mutter eine gewisse Zeit in einem katholischen Erziehungsheim. Man erzählte mir später, dass sie dort einmal in eine solche Verzweiflung geraten sei, dass sie ihr Zimmer in Brand setzte.

Nach der Diagnosestellung floh sie über Jahre hinweg immer wieder aus der Psychiatrie und suchte Unterschlupf bei ihrer Familie.

Eines Tages traf sie dann einen jungen Mann, der als Soldat der US-Army in Deutschland, in der Nähe der Heimat meiner Mutter stationiert war.

Sie lernten sich auf einer Tanzveranstaltung kennen, verliebten sich ineinander und verlobten sich nach einiger Zeit sogar.

Aber er, der mein Vater wurde, kehrte noch vor meiner Geburt zurück in die USA. Es wurde ihm vielleicht auch zu schwierig mit einer Frau zusammen zu sein, deren große Schwierigkeiten er vielleicht doch etwas unterschätzt oder auch zu spät erkannt hatte.

Kurz nach meiner Geburt erreichte dann meine Mutter ein Brief aus den USA, dem ein Dollar beigelegt war, dazu die schlichte Nachricht, dass er nun mit einer anderen Frau zusammen lebte.

Einige Zeit nachdem ich auf die Welt gekommen war, fand eine Gerichtsverhandlung statt. In der sogenannten „Armensache“ ging es um die Feststellung der Vaterschaft.

Da sich mein Vater inzwischen jeglicher Kontaktaufnahme verweigerte, mussten die Zeugen – Familienmitglieder meiner Mutter- aussagen, ob der vermutete Kindsvater der Mutter zu den für eine Befruchtung in Frage kommenden Zeiten beigewohnt habe oder nicht. Dies wurde von den Zeugen eindeutig bejaht und so wurde damals seine Vaterschaft trotz

seiner Abwesenheit, festgestellt. An der prekären finanziellen Lage meiner Mutter änderte dies jedoch nichts.

Ich lebte mit ihr für einige Monate in einem Heim für Mütter und ihre Babys. Es existieren lediglich einige Fotos aus dieser Zeit. Auf einem sieht man mich als kleines Baby in ihren Armen liegend, in einem kärglichen Raum mit eingebauter Schrankwand. Ihr schmales hübsches Gesicht hat einen freundlichen Ausdruck, auch wenn ihr in ein rotes Kleid gehüllter schlanker Körper merkwürdig hölzern, fast schon erstarrt wirkt. Wie auf den meisten Bildern, die ich von ihr habe.

Der Tag meines ersten Abschiedes nahte.

Meine Großmutter hatte sich an jenem Tag in das Heim begeben und kehrte mit mir gemeinsam wieder nach Hause zurück, da ich von ihr augenscheinlich – vermutlich durch die schwere psychische Beeinträchtigung meiner Mutter verursacht- in keinem guten Zustand aufgefunden wurde.

Dieses neue Zuhause befand sich mitten im beschaulichen Baden-Württemberg.

Hier bewohnten die Großeltern und früher auch die Geschwister meiner Mutter ein Häuschen mit kleinem „Gärtle“.

Nach acht gemeinsamen Monaten mit meiner Mutter kam ich in diesem Haus an.

Meine Großeltern versuchten von nun an ihr Bestes, um mir die Eltern zu sein, die mir meine eigenen nicht sein konnten. Zwar stand das Thema Adoption schon von Anfang an zwischen meiner Mutter und meiner Oma im Raum, aber es scheint so, als habe die Familie doch versucht mich in ihrer Mitte aufzuziehen.

Es existieren einige Bilder von mir im Alter zwischen acht Monaten und eineinhalb Jahren. Ob im Haus zwischen auf dem Boden verstreutem Spielzeug auf dem Teppichboden, im

Garten stehend im Laufstall, im warmen Gras in der Abendsonne sitzend, fröhlich im Planschbecken krähend oder als pausbäckiges Baby auf der Schaukel.

Welche Schmerzen und psychischen Belastungen sich für meine Mutter, ihre Eltern und auch ihre Geschwister damals rund um die Frage einer eventuellen Adoption und des sonstigen schwierigen Lebens aller abspielten, bleibt für mich bis heute hinter einer Membran der Vergangenheit zurück. Sicher ist, dass sich große Zerwürfnisse und auch Gewalt zwischen meinen Großeltern abspielten, die sich als große Erschütterung noch lange Zeit auf mich kleines Wesen auswirkten.

In einer Aufzeichnung meines längst verstorbenen späteren Adoptivvaters gab er an, man habe ihm gegenübererwähnt, ich hätte beobachtet wie mein Großvater meine am Boden liegende Großmutter getreten habe. Das erklärt warum ich über alle Massen verängstigt auf diese neue Familie traf. Dazu aber später mehr, denn noch hielt ich mich bei meinen Großeltern auf.

## **Meine Großeltern**

Sowohl mein Großvater als auch meine Großmutter waren von Krieg und Nationalsozialismus auf unterschiedliche Weise schwer in Mitleidenschaft gezogen worden.

Meine Großmutter, hatte als Kind und junge Frau hautnah miterlebt was nur an höchst ambivalenten Erfahrungen in dieser Zeit möglich war. Zumal sie in Berlin, der Hauptstadt des Nationalsozialismus, aufwuchs, zur Schule ging und wie die meisten Mitschülerinnen beim BDM(Bund Deutscher Mädeln) war.

Als sie Anfang zwanzig war wurde ihr Vater als Staatsfeind verhaftet. Er kam 1941 im KZ-Sachsenhausen ums Leben. In

einem Schreiben wurde seiner Familie damals mitgeteilt, dass er an einer Krankheit gestorben sei.

Erst gegen Ende ihres langen Lebens erfuhr meine Großmutter die noch grausamere Wahrheit. Ihr Vater war auf schrecklichste Weise von einem Arzt ermordet worden.

Dieser ließ sich unbehelligt nach dem Krieg 1949 in Mannheim als Arzt nieder und eröffnete Mitte der Fünfziger Jahre in Baden-Baden eine gynäkologische Praxis. Anfang der sechziger Jahre tauchte er schließlich unter. 2012 wurde er für tot erklärt.

Für meinen Großvater bedeutete der Krieg die Teilnahme als Soldat. Zuerst war er bei der Marine. Dann begleitete er die Flugbomber. Um während der Dauerbombardements wach bleiben zu können nahm auch er wie viele andere seiner Kameraden Wachmacher ein, und vermutlich begann auch in dieser Zeit der Alkohol ein wichtiger Begleiter für ihn zu werden.

Er kehrte als seelisch gebrochener Mann aus Krieg und Kriegsgefangenschaft- aus der er sich befreien konnte- heim und war anschließend viele Jahre als respektierter Polizist tätig.

Der Krieg, der Nationalsozialismus und die allgegenwärtige Fratze dieser bodenlosen menschlichen Grausamkeit hatten aus vielen Menschen schwer erschütterte, traumatisierte Menschen gemacht. Die meisten Deutschen verbargen diese eigenen Wunden genauso wie ihre Beteiligung an den schrecklichen Wunden ihrer Mitmenschen unter einer Fassade der spießigen Enge der Wohlständigkeit und der Selbstdisziplin während der Erschaffung eines Wirtschaftswunders.

Die meisten Menschen, die den Krieg als Erwachsene oder Heranwachsende erlebt haben, spalteten ihre schrecklichen

Erlebnisse ab und verdrängen diese bis in den hintersten Winkel ihres Seins. Der Wunsch der nachfolgenden Generation, diese Zeiten tiefgreifend aufzuarbeiten, prallte an den Mauern der gesellschaftlichen Verdrängung konsequent ab.

Viele nach, oder gegen Ende dieses Krieges geborene Kinder wissen von der schwerwiegenden Grausamkeit und einer extremen Gefühlsarmut dieser Elterngeneration zu berichten.

Wie auch immer, meine Großeltern versuchten ihre schrecklichen Erfahrungen nicht an ihre vier Kinder weiterzugeben.

### **„Byebye“**

Eines meiner Lieblingswörter als Kleinkind war „Byebye“. Ich höre heute noch den Klang dieses Wortes in meinen Ohren und sehe dabei das zierliche Winken anderer, spüre schemenhaft das Winken meiner eigenen kleinen Kinderhände vor meinem inneren Auge. Voller Liebe und angefüllt mit der Süße, die man nur Babys und sehr kleinen Kindern gegenüber in Worte packt, trägt dieses „Byebye“ in meiner Erinnerung keinerlei Bitterkeit mit sich.

Ob meine Großeltern sich mit diesem Wort auch am Tag meiner Übergabe in die neue Familie von mir verabschiedeten, lässt sich für mich nicht mehr nachvollziehen.

Ein Foto das ich besitze zeigt mich am Tag des Abschieds. Ich wurde in einen der damals beliebten Matrosenanzüge gekleidet und saß mit liebevoll gerichteter seidiger Babyhaarfrisur auf der Heizung unter dem Fenster im Wohnzimmer meiner Großeltern.

Babys und kleine Kinder wissen im klassischen Sinne weniger als Erwachsene, aber sie nehmen ihre Umwelt durch

tausenderlei Sinneseindrücke sehr genau wahr und spüren wenn etwas in der Luft liegt. Sie verbinden sich auf eine Weise mit ihrer Umwelt, als wäre sie noch ein Teil von ihnen.

Ich bin mir sicher, dass mein Inneres damals ahnte, dass etwas vor sich gehen würde, was unwiederbringlich einen vitalen Teil meines Seins von mir abschneiden würde.

Vielleicht achteten die Großeltern während dieser letzten gemeinsamen Stunden mit mir mehr als sonst darauf, welche Eindrücke uns umgaben, so dass dieser Tag als letzte gemeinsame Erinnerung mit mir für immer bei ihnen bleiben würde.

In meiner Vorstellung war es ein wunderschöner Sonnentag. Ich weiß nicht, ob es eine Erinnerung oder eine Vorstellung ist, dass mein Opa mich auf seinen Armen auf dem Weg bis zur Haustüre zu den fremden Menschen trug, die mich aufnehmen würden.

Jedenfalls legte man mich, dort angekommen in ein Baby-Bettchen. Ich meine mich daran zu erinnern, dass mein Opa so lange noch im Haus war, bis mich die fremde Frau in den fremden Raum mit dem unbekanntem Bett brachte.

Als ich erwachte war mein Opa auf jeden Fall endgültig verschwunden, und mit ihm alles, das mir vertraut war. Nur ein kleiner gestrickter grauer Bär den ich mitgebracht hatte, lag neben mir auf dem Laken, teilte sein Schicksal mit mir.

Mir ist nicht mehr bewusst, ob ich meinen Opa später verzweifelt im ganzen Haus suchte, oder ob mein Bewusstsein an diesem Punkt- wie es das später gewohnheitsmäßig tat- alle Erinnerung und Liebe die in mir lebte, verdrängte, damit ich nicht in jenem Moment des schrecklichen Erwachens auf dieser Insel der absoluten Fremde vor Einsamkeit und Sehnsucht nach allem was ich liebte und atmete, sterben würde.

## **In der Fremde**

In der völligen Fremde, in der sich alles anders gab als ich es je gekannt hatte, in der ich nach meinem Mittagsschlaf erwachte, empfingen mich zwei Adoptiveltern und deren vier eigenen Kinder. Sie waren zu diesem Zeitpunkt zum Teil schon erwachsen, nur die Jüngste war nur ein paar Jahre älter als ich.

Man brachte mir bei, dass diese vier Kinder von nun an meine Schwestern und Brüder wären. Ich erinnere mich an ihre riesenhaften Schemen, die sich über mich beugten. Ihr großer Wunsch, dass ich ihnen vertrauen sollte erfüllte erwartungsvoll den Raum. Jedoch fasste ich als erstes und auf lange Sicht am tiefsten zu meiner neuen Mutter.

Kinder, die tiefgreifende Verluste hinter sich haben greifen umso mehr um sich und klammern sich aus ihrem Überlebensinstinkt heraus an die zur Verfügung stehende Bezugsperson wie an einen Strohhalm der sie vor dem Ertrinken rettet. Mir erging es nicht anders, ich spüre heute noch körperlich dass ich mich wie ein kleines Äffchen pausenlos an meine Adoptivmutter Karla klammerte. Auch um mich vor den anderen, den Fremden zu verstecken. Vor allem vor dem Adoptivvater Heinz und den beiden Söhnen Markus und Peter.

Mit jeder Faser meines Körpers und meines Seins wollte ich nicht in dieser Familie sein, aber ich spürte, dass ich keine Wahl hatte und diesem Schicksal ausgeliefert war.

In mir tobte ein wütender Kampf. Einerseits wollte ich diese Menschen mögen, und ich hob sie daraufhin auch für viele Jahre auf einen Sockel, den ich über mich selbst und mein eigenes Wohl stellte. Andererseits zerriss mich, dass ich entsetzlich unter der Trennung von meinen Großeltern litt und nichts anderes wollte als bei ihnen zu sein.

Ich spürte schnell, dass etwas an diesen neuen Menschen dem widersprach was sie mir als unbedingt vertrauenswürdig vermittelten. Jedoch war es mir unmöglich zu benennen, was

nicht stimmte, was für ein Kind dieses Alters und in dieser Situation auch verwunderlich gewesen wäre. Noch dazu wollte ich ja mit aller Kraft an ihre Vertrauenswürdigkeit glauben, wünschte ich mir nichts sehnlicher als mich anpassen zu können, denn ich musste ja bei ihnen bleiben, es würde kein Zurück geben. Ich wusste, ich musste mich arrangieren um zu überleben.

Als ich in der neuen Familie ankam, war ich voller Ängste. Vor allem die Anwesenheit von Männern erschütterte mich bis in die Knochen. Es war nicht möglich für mich in einem Raum alleine mit einem Mann zu sein. Wenn sich das nicht vermeiden ließ schrie ich das ganze Haus zusammen, bis eine Veränderung eintrat. Die übrige Zeit lief ich meiner neuen Mutter nach, vor Schreck die Hand auf den Mund gelegt. Ich erstarrte oft und konnte kaum sprechen, schon gar nicht mit Fremden.

Da viele Männer in den siebziger Jahren ihre Haare lang wachsen ließen, beschlossen die neuen Brüder Markus und Peter auch, ihre Haare nicht abzuschneiden. Sie verstellten ihre Stimmen, und ich erschrak weniger vor ihnen. Besonders Peter gelang es nicht nur durch diesen Kniff im Lauf der Jahre zu mir ein Vertrauensverhältnis aufzubauen.

Mit der Zeit ließen einige von den Dingen mit denen ich bei ihnen ankam etwas nach. Jedoch blieb meine Angst vor den männlichen Mitgliedern der Familie immer auf eine gewisse Weise bestehen.

Ich schlief in einem kleinen weißen Gitterbettchen das man für mich in meinem neuen Kinderzimmer aufgestellt hatte. Noch heute sehe ich das kleine Kissen vor mir, spüre es unter meinem Kinn, höre mein Schluchzen in meinen eigenen Ohren und fühle die salzige Feuchtigkeit auf dem von meinen Tränen überströmten Stoff. Wie oft ich anfangs nachts, wenn ich schlecht träumte, getröstet wurde, weiß ich nicht. Auch

nicht, ob ich überhaupt den Trost erfuhr den ich in meinen nächtlichen Schrecken so sehr benötigte.

Sehr genau erinnere ich mich aber an eine Nacht, in der ich schreiend aus einem schrecklichen Alptraum erwachte. Ein knochiger Totenkopf mit dunklen Augenhöhlen hatte mir im Traum sein schreckliches Antlitz gezeigt. Als ich erwachte, lag ich nicht der Länge- sondern der Breite nach in dem Gitterbett in tiefer Dunkelheit, so dass ich vollkommen orientierungslos vor mich hin weinte. Plötzlich hörte ich hinter der Zimmertüre, dass Karla sich auf den Weg zu mir machen wollte. Sie wurde jedoch so heftig von Heinz „zusammengefaltet“, dass sie es unterließ und niemand in dem dunklen Loch erschien, in dem ich in der Finsternis die Umrisse der Türe erahnte.

Stattdessen schallte Heinz` erschütternder Ruf „ Ruhe!“ durch die dunkle Nacht. Eingeschüchtert versuchte ich irgendwie nicht zu merken, dass ich Todesangst hatte und hoffte darauf bald das Bewusstsein zu verlieren und in einen gnädigen Schlaf zu sinken.

Das Bett an sich war für mich kein Ort in dem ich mich wohlfühlte. Sicher spielte es eine Rolle, dass ich die Trennung von meinen Großeltern mit dem ins Bett gebracht zu werden verband. Später kamen jedoch noch andere Erfahrungen hinzu, die mich bis heute das Schlafzimmer als einen unangenehmen Ort erleben lassen.

Wenn mich meine älteren Geschwister ins Bett brachten, schrie ich oft gellend „Nein“ in alle Ohren.

Das lag auch manchmal daran, dass die meisten Mitglieder der Familie damals nicht wussten wie man mit Kindern umgeht, und statt mich in meiner Not ernst zu nehmen, amüsierten sie sich mit einem spöttischem Lachen über mein „ Geschrei“ und drückten mich mit ihren Armen erbarmungslos ins Bett hinein.

Mein Adoptivvater war unter der Härte seiner Eltern „oben im Norden“ aufgewachsen. Sein Vater, ein glühender Hitlerverehrer hatte ihn laut meiner Adoptivmutter als er noch klein war entsetzlich gewalttätig drangsaliert und erniedrigt. Über seine Mutter weiß ich wenig. Ich lernte sie als Kind als freundliche, kleine Dame kennen. Erfuhr jedoch später, dass auch sie ihn geschlagen hatte.

Seine finanziellen Eskapaden mit denen er sich im Laufe seines Lebens auf alle möglichen Weisen verschuldete und andere um ihr Geld erleichterte, begannen schon lange bevor ich in die Familie kam. Als ich zu ihnen gebracht wurde, stand die finanzielle Existenz der Familie jedenfalls schon auf mehr als tönernen Füßen. Es bröckelte bereits.

Ich erinnere mich daran, als drei- und Vierjährige in unserem Haus häufiger verschiedenen wichtig aussehenden Männern in langen Mänteln, mit Hut und Aktentasche begegnet zu sein. Dass es sich dabei unter anderem um Polizei, Gerichtsvollzieher und weitere dieses Personenkreises handelte, wusste ich freilich nicht. Das erfuhr ich erst viele Jahre später. Heinz verschwand zwischenzeitlich, tauchte unter. Vielleicht zeitweise auch bei einer seiner zahllosen Geliebten.

Er entschied sich als Erwachsener immer wieder dafür, zum Erzeuger großen Leides zu werden.

Ob meine Adoptivmutter von Anfang an wusste, auf was sie sich mit ihm einließ ist mir unbekannt. Ich glaube nicht, dass sie es sehen konnte, da sie selbst mit schwierigen Eltern aufgewachsen war.

Nur zu gut erinnere ich mich daran, wie ich eines Tages als kleines Mädchen an ihrer warmen rauen Hand die Straße zu unserem Haus herunterging. Sie erstarrte plötzlich und sagte wohl mehr zu sich selbst, dass da das Auto von der Gerlinde vor der Haustüre stünde. Heute noch sehe ich das grüne Auto wie einen bedrohlichen Feind am Bordstein unserer Straße

stehen und fühle die unangenehme Anspannung meiner Adoptivmutter.

Seine ständigen Seitensprünge und Flirts waren bei uns zuhause keineswegs etwas Außergewöhnliches. Das begriff ich allerdings erst als ich erwachsen war, denn da wurde mir erst klar, dass es nicht in jeder Familie üblich war dass der Familienvater in aller Offenheit mit jeder Frau flirtete, ihr auf den Hintern langte, mit ihr ein Verhältnis anging.

Ich versuchte nicht aufzufallen, vor allem dann wenn Heinz in der Nähe war, von ihm erspäht zu werden hatte immer unangenehme Folgen, das merkte ich schnell.

Dennoch kämpfte ich um seine Liebe, wie es jedes Kind tut. Kinder wünschen sich von Natur aus nichts sehnlicher als geliebt und angenommen zu werden.

Ohne dass ich es verstand, hatte meine Aufnahme in die Familie der jüngsten Tochter Linda, dem bisherigen „Nesthäkchen“, meiner Adoptiveltern einen Stachel ins Herz getrieben.

Für mich hieß das in der Folge jahrelange Quälereien in Kauf zu nehmen, die sich wie ein Zwang über unser Bindung legten. Ich wünschte mir so sehr, dass sie mich genauso mögen würde, wie ich sie, aber es war wie verhext. Jedes Mal, wenn sie für einen Moment freundlich zu mir war, hoffte ich, dass es so bleiben würde, aber schon im nächsten Augenblick schlug sie mir ihre giftende Eifersucht wie ein Kantholz entgegen.

Da ich jünger und damit ungeschickter war als sie, hieß es meist, dass ich Diejenige gewesen sei, die an unseren ständigen Auseinandersetzungen schuld war und sie zeigte sich vor den anderen Mitgliedern der Familie immer anders als sie sich mir gegenüber zeigte, wenn ich mit ihr alleine war.

Es tat weh Zeuge der Zuwendung zu sein, die Heinz, mein neuer Vater ihr ständig schenkte, und mir verweigerte. Ob er sich an der Zurückweisung ergötzte die er mir zu Teil werden ließ weiß ich nicht, aber es schien so. Sein Verhalten hat sich bis zu seinem Tod mir gegenüber nicht verändert und wenn er versucht haben sollte es jemals zu verändern, habe ich es nicht mitbekommen.

War Linda, krank, so mühte er sich ihr etwas zum Trost mitzubringen, erkundigte sich nach ihr. Ich kann mich nicht daran erinnern, dass er jemals zu mir an mein Krankenbett eilte, oder mir etwas mitbrachte. Auch wenn er von einer seiner Schuldenflucht-reisen zurückkehrte war nichts für mich in seinem Koffer dabei.

### **Leben in zwei Welten**

Die Art meiner Adoption, bei der es sich um die sogenannte „offene Adoption“ handelte, hatte zur Folge, dass der sporadische Kontakt zu meiner Herkunftsfamilie erhalten blieb. Meine Mutter, ihre Geschwister und meine Großeltern hielten den Kontakt mit mir überwiegend in Form von Briefen und Telefonaten. Auch der Besuch bei meinen Großeltern und damit zeitweise auch bei meiner Mutter- wenn sie sich in deren Haus und nicht gerade in einer Psychiatrie aufhielt- war für mich alle paar Wochen möglich.

Ich lebte also in zwei voneinander völlig abgetrennten Welten.

Mein erstes mir bewusstes Zusammentreffen mit meiner Mutter, nachdem ich von der neuen Familie in Pflege genommen worden war, endete jäh.

Sie hatte ihren damaligen Freund mitgenommen, und wollte mich zuhause abholen um mit mir gemeinsam einen schönen Nachmittag verbringen. Ich erinnere mich daran, dass die Sonne an diesem Tag schien. Ihr Freund saß am Steuer des roten Renaults, während meine Mutter mit mir hinten auf der

Rückbank saß. Sie versuchte nett mit mir zu sein, sagte lustige liebe Dinge zu mir und erfand ein lustiges „Nasenüber-Spiel“ bei dem wir die Nasen aneinander rieben.

Obwohl ich damals nicht älter als drei Jahre alt war, fühlte ich mich innerlich zerrissen, denn einerseits spürte ich ihre Liebe zu mir, und ich wollte sie nicht enttäuschen, andererseits war sie damals schon für mich keine Mutter mehr, sie war mir sehr fremd und ihre Annäherungen an mich gingen mir daher viel zu nahe.

Ich weiß noch wie ich damals über ihre Schulter aus dem Fenster sah, wie sehr ich mich hinter den Glasscheiben des Autos eingesperrt fühlte. Erst nach einer Weile nahm ich dann den Mann hinter dem Steuer deutlicher wahr. Schlagartig wurde mir klar, dass ich nun Zeit mit einem fremden Mann eingesperrt in dieses Auto- hätte verbringen müssen.

Etwas brach bei mir während dieser Erkenntnis in mir zusammen und ich konnte daraufhin nicht mehr aufhören laut zu weinen und zu Schreien. Meiner Mutter blieb nichts anderes übrig mich wieder zuhause abzuliefern.

Mein Herz war schwer nachdem ich wieder hinter der Türe des Hauses angekommen war, denn ich fühlte mich schuldig meiner Mutter diesen Nachmittag versagt zu haben, obwohl sie so nett zu mir gewesen war.

Ich musste schon als kleines Kind sehr stark sein und alleine über die Brücke in die jeweils andere Welt hinüber gehen, niemand begleitete mich dabei. Meine Erinnerungen an diese Übergänge sind nebulös, bis auf die extreme Übelkeit, die mich damals immer überfiel, wenn ich in ein Auto steigen musste und an die ich mich lebhaft erinnern kann.

Wenn ich nach einer solchen Fahrt bei meinen Großeltern ankam, kochte Opa mir immer ein einfaches Nudelsüppchen

mit „Saide“(Saitenwürstchen). Dies wurde zu einem festen Ritual, wenn ich meine Großeltern besuchte.

Mit meiner Oma verband mich vor sehr langer Zeit ein Band, jedoch habe ich diese Verbindung in mir vermutlich negiert, seit ich die Beiden verlassen musste, denn ich erinnere mich bis heute kaum auf positive Weise an ihre Präsenz.

Wenn ich meine Großeltern besuchte war ich wie überall wo ich hinkam, kaum in der Lage zu sprechen, denn mein Inneres war derart angespannt, dass ich ohne dass ich es wollte in einen gelähmten Zustand geriet. Jede Bewegung und jedes Wort fiel mir unsagbar schwer und kostete mich eine extreme Überwindung.

Jede Ankündigung weiterer Begegnungen versetzte mich in schreckliche Panikschübe, denn andere Kontakte hieß wieder Unvorhergesehenes und mich kaum bewegen, geschweige denn sprechen zu können.

Mein Großvater war starker Raucher. Die Luft in dem einfach möblierten Wohnzimmer, in dem wir die meiste Zeit während meiner Besuche verbrachten war oft zum Schneiden rauchgeschwängert. Er rauchte sowohl Zigaretten als auch Pfeife. Es faszinierte mich, wenn er kunstvolle Rauchkringel in die Luft des schlichten Wohnzimmers blies, oder aus seinen Pfeifenreinigern Figuren formte. Mein Opa spielte viel und gerne mit mir. Manchmal legten wir uns zum Beispiel abwechselnd auf der Couch auf den Bauch, und wir mussten die Formen erraten, die der jeweils andere mit den Fingern auf den Rücken zeichnete.

In einer Ecke des Zimmers lagen immer Bierdeckel, und mein Opa war in der Lage riesige Häuser daraus zu bauen. Ich versuchte es ihm nachzutun, aber die kleinen Pappstückchen rutschten immer aus und wieder zur Seite.

Ab und an holte er ein Akkordeon oder seine Mundharmonika heraus und spielte darauf. Einmal machten wir sogar ein

Konzert mit Hilfe von unterschiedlich hoch mit Wasser befüllten Gläsern, auf deren Rändern wir mit angefeuchtetem Fingern Töne erzeugten. Seinen Trick eine Münze aus der Nase oder hinter dem Ohr hervorzuziehen habe ich bis heute auch noch nicht durchschaut.

Wenn ein wichtiges Fußballspiel kam, wurde der Fernseher angemacht. Es war einer dieser damaligen dicken Fernseher mit Holzgehäuse, ein Kasten mit herausstehenden Knöpfen die man drücken oder drehen konnte und einer oben auf stehenden Zimmerantenne, die man ausrichten musste, um ein gutes Bild zu bekommen.

Er genoss meine Gegenwart sehr und schenkte mir in dieser Verfassung das Gefühl, dass ich der liebste Mensch auf der ganzen weiten Welt sei. Nie hatte ich das Gefühl ich hätte reden müssen, ich konnte einfach ich selbst sein und wurde genau so geliebt und angenommen.

Mein Großvater war für mich der Mann mit dem Cowboyhut dessen Lederjacke immer nach Alkohol und Rauch roch wenn er mich zum Abschied umarmte.

Eines Tages kam ein Hund ins Haus meiner Großeltern: Lilly, ein beiger Labrador bellte und hüpfte wild herum, wenn sich Besuch dem Haus näherte, aber trotz meiner Angst vor allem Lauten und Unkontrollierbarem fühlte ich mich sofort von diesem Hund geliebt. Lilly wurde für mich von da an wichtiger als jeder Mensch, denn ich packte all meine Liebe, meine Sehnsüchte und Hoffnungen in dieses Tier hinein.

Einmal, als ich wieder Mal zu Besuch war, war mein Großvater weggegangen oder eingeschlafen, daran erinnere ich mich nicht mehr genau. Lilly büxte jedenfalls aus dem geöffneten Gartentor und ich rannte hinter ihr atemlos durch die Straßen hinterher. Ich befürchtete, dass ich sie nie mehr einfangen würde und spürte, während ich so schnell rannte wie ich nur konnte eine unermessliche Angst aufsteigen, dass

ich dafür dass Lilly weggelaufen war schrecklich bestraft werden würde. Zum Glück halfen Passanten mir den Hund mit Hilfe eines Seils einzufangen, denn eine Leine hatte ich nicht.

### **Die andere Seite meines Großvaters**

In meinem Kinderleben gab es einige Menschen, deren extreme Schattenseiten nur mir und anderen Nahestehenden bekannt waren.

Auch mein Opa gehörte zu diesen Menschen. Ich bin sicher, dass er durch den Krieg und die Kriegsgefangenschaft seine Seele in mehrere Teile spalten musste, um zu überleben, um tragen zu können, was die Folgen all der Schrecklichkeiten des Krieges ihm antaten.

Ich liebte meinen Opa abgöttisch und er vermittelte mir und meiner Persönlichkeit die wichtigsten Dinge, die mir halfen zu überleben.

Mein Opa besaß Haltung und starke menschliche Werte, aber er sprach gleichzeitig dem Alkohol zu und seine traumatischen Erfahrungen hatten schwerwiegende Folgen für seine Seele, die sich auch mir offenbarten.

Wenn ich bei ihm zu Besuch war, gab es auch die Momente, in denen er seine Kriegs- und Kriegsgefangenschaftserfahrungen mir, einem kleinen Kind plastisch vorführte.

Ich sehe noch vor mir, wie er auf seinem Sessel im Wohnzimmer saß, verwegen das Ende einer Schnur im Mund, und die andere fest um seinen Arm geschlungen, um mir zu demonstrieren wie man im Ernstfall den Arm- nämlich indem man ihn abband- noch retten könnte.

Vermutlich hatte er eine solche Situation real erlebt und befand sich während er mir dies vorführte in einer Art „Flashback“ währenddessen er diese traumatische Situation wiedererlebte.

Seine Schilderungen, beispielsweise der Wirkung von Stacheldraht, wenn man einen Zaun überwinden musste, waren so plastisch, dass ich noch viele Jahre, wenn ich Stacheldraht sah oder jemand davon erzählte, die Spitzen des Drahtes körperlich auf meiner Haut spürte, als hätte ich selbst erlebt, wie sich der Draht in meine Haut bohrte, auch wenn ich sehr genau wusste, dass dies nicht so war. Hier hatte mein Opa seine Traumata auf mich übertragen. Genauso verhielt es sich mit seinen Erzählungen über Gegenständen, die wohl in der Gefangenschaft gegessen wurden, um auf die Krankenstation verlegt zu werden, wo es einem möglicherweise besser erging. Er berichtete von seinen Erfahrungen derart lebensecht, dass ich auch in dieser Hinsicht noch lange das Gefühl hatte Dinge aus Metall meinen Hals hinunter rutschen zu spüren. Es gab weitere Dinge, die er mir erzählte, wie die Beschreibung einer Vergewaltigung mit einer Flasche. Damals begriff ich nicht was er mir beschrieb und wurde von diesem schrecklichen Bild das er so emotionslos wie aus einem Vakuum heraus schilderte gleichzeitig lange Zeit noch in meinen Gedanken verfolgt.

Der Wunsch vieler Kinder von Kriegsüberlebenden- wie sie die sogenannte 68er Generation am deutlichsten äußerte- dass diese ihnen ihre Erfahrungen erzählen mögen ist aus meiner Sicht ein zweiseitiges Schwert. Mit Leichtigkeit können diese überwältigenden Erfahrungen zu seelischen Verletzungen auch bei Demjenigen führen, der nur Zuhörer ist. Ein Kind wird diese Dinge natürlich noch viel schwerwiegender aufnehmen, da es keine Möglichkeiten hat sich dem zu entziehen. Außer diese Erzählungen und deren Nebenwirkungen zu verdrängen, ganz so wie ich es tat. Auch um das Bild meines geliebten Großvaters aufrecht halten zu können, denn außer ihm hatte ich niemanden, dem ich wirklich vertrauen konnte und der mir das Gefühl gab als der Mensch geliebt zu werden, der ich war.

Als ich zehn Jahre alt war, wurde mir von meiner Adoptivfamilie der Kontakt zu meinem Opa untersagt. Ich hatte zuhause von einem Ereignis erzählt das davon begleitet war, dass ich in seiner Gegenwart Alkohol trank und betrunken nach Hause zurückgebracht wurde.

Ich hasste mich für diesen Verrat an ihm.

Während meine Adoptivmutter ihm die Nachricht der Besuchssperre an der Schwelle unseres Hauses mitteilte, saß ich zusammengekauert auf der hölzernen Stufe der Wendeltreppe die zu meinem Zimmerführte, klammerte mich an das Geländer und spürte während meines Weinens das Untröstliche in meiner Verzweiflung.

### **Kindergarten**

Als Kleinkind kam ich wie viele andere Kinder in den Kindergarten. Das Besondere daran war, dass es sich um einen Waldorfkindergarten handelte. Die Weltanschauung der Waldorfeinrichtungen nennt sich „Anthroposophie“ und wurde durch Rudolf Steiner begründet, der sich aus unterschiedlichsten Philosophien und Stilen diese zusammenschusterte. Die Waldorfkindergärten- und Schulen stehen im Ruf besonders förderlich für Kinder zu sein, die in ihrer Entwicklung eingeschränkter erscheinen als andere und trafen insbesondere in der damaligen Zeit auf eine große Lücke im staatlichen Schulsystem, in dem wenig Platz für Kinder war, die nicht im üblichen Tempo mit den staatlichen Einrichtungen mithalten konnten.

In den anthroposophischen Einrichtungen scheinen die üblichen Strukturen verwischt und wirken damit auf den ersten Blick weicher und einfacher. Außerdem wird auf eine betontere Weise gesprochen und anders agiert als in staatlichen oder kirchlichen Einrichtungen.

In meiner Adoptivfamilie gab es positive Erfahrungen durch zwei ihrer Kinder mit der Waldorfpädagogik und so sollte diese auch mir zu Teil werden.

Er befand sich nur wenige Minuten Fußmarsch von meinem neuen Zuhause entfernt.

Wenn man von unserem damaligen Haus zum Kindergarten gelangen wollte, stieg man, nachdem man die Straße verlassen hatte die mir endlos erscheinenden Stufen am Hang hinauf zu einer Gebäude- Kombination aus dunklem Holz und dickem grauen Beton. Man gelangte dann an die Glastüre, eine Türe ohne Klinke, aber mit einem dicken Holzgriff versehen, dessen Ecken wie die meisten anthroposophischen Gegenstände abgerundet worden waren.

Durch einen Gang kam man dann in einen größeren Vorraum an dessen Wand sich viele kleine Garderobenhaken aneinanderreichten, darunter lange Bänke auf die man sich setzen und Schuhe und Jacke ausziehen sollte.

Ich erinnere mich daran, dass ich eines Tages auf einmal mutterseelenalleine in dieser Garderobe auf einer dieser Bänke saß und nicht wusste was ich nun tun sollte. Ich fühlte mich wie ein Geist ohne Körper und hatte keinerlei Wissen zur Verfügung was ich hier an diesem Ort sollte. Dieses Nichtwissen bezog sich auf die einfachsten Dinge. Mir war nicht einmal klar, dass ich wahrscheinlich meine Jacke hätte ausziehen sollen und ebenso meine Straßenschuhe. Da saß ein kleines vielleicht dreijähriges Kind, das vorher noch nie alleine in einem Kindergarten gewesen war, und somit die Abläufe nicht kannte, das so gelähmt vor Angst war, dass es nicht sprechen und keinen klaren Gedanken fassen konnte.

Hinter den verschlossenen Türen zu den Gruppenräumen hörte ich dumpfe Stimmen und ich dachte mir, dass die hübsch angeordneten Schuhe und Jacken, die die Garderobe

säumten diesen Kindern gehörten, die alle auf wundersame Weise zu wissen schienen, was man hier tat und was nicht. Ich traute mich nicht an eine der Türen zu klopfen die in die anderen Räume hinein führten.

Nach einer Ewigkeit schoss eine Frau aus einem der Räume, ihr missbilligender Blick fiel auf mich. Sie sagte streng was ich zu tun hätte, und zog mich dann wütend mit sich. Es war mir unmöglich etwas zu erwidern. Mein Körper ließ sich von ihr mitziehen, aber wie meistens hatte ich auch damals schon den kompletten Kontakt zu meinem Körper und seiner Kontrolle verloren, erst Recht in dieser schrecklichen Situation in der ich fieberhaft versuchte zu erfassen was ich falsch gemacht haben könnte.

Dadurch dass man mir nicht zeigte wie ich die kleinen Dinge des Alltags zu bewältigen hatte, wie etwa die Jacke an einen Haken zu hängen und wo überhaupt dieser mein Haken hing, bildete sich bei mir der Irrglaube heraus, dass andere immer von selbst wussten, was sie zu tun hatten und mir diese Gabe der Hellsicht einfach fehlte.

Obwohl ich im Lauf meiner Kindheit mitbekam, dass anderen Kindern von ihren Eltern sehr vieles erklärt wurde, sie in der Entdeckung der Welt begleitet wurden, stellte ich dennoch nicht die Assoziation her, dass der Mangel dieser Fürsorge meiner Bezugspersonen mir gegenüber für meine Schwierigkeiten mich in der Welt zu Recht zu finden, mit verantwortlich waren. Ich meinte, ich wäre einfach so geboren.

Ich wagte während meiner Kindheit nicht den Umgang meiner neuen Familienmitglieder mit mir in Frage zu stellen, es wäre mir nie in den Sinn gekommen, dass sie es nicht gut meinen könnten oder dass das was sie taten oder nicht taten in irgendeiner Form nicht richtig für mich sein könnte. Wie viele Kinder, die unter schwierigen Bedingungen aufwachsen

richtete ich alles was sich falsch oder schlecht anfühlte auf mich. Ich war ganz einfach an allem selbst schuld.

Fräulein Müller wurde meine Erzieherin im Kindergarten. Nachdem ich aus Versehen „Frau Müller“, statt des von ihr monierten und damals durchaus üblichen „Fräulein“ sagte, wurde sie bei unseren Kontakten immer ärgerlicher und zeigte diesen Ärger auch entsprechend offen mir gegenüber. Das verstärkte meine ohnehin bis zur Haarspitze stets präsente Panik vor allem und jedem und ich traute mich noch weniger als ohnehin, sie anzusprechen. Auch nicht, wenn ich auf die Toilette musste.

Da ich in meiner Panik oftmals meinen Orientierungssinn verlor, war mir auch nicht klar wo ich hätte hingehen können, wenn ich spürte dass ich auf die Toilette musste. Zudem hatte ich durch unterschiedliche Traumatisierungen ein sehr geringes Körpergefühl ausgebildet, und ich merkte oftmals erst, dass ich auf die Toilette muss, wenn es bereits zu spät war.

Eine meiner schönsten Erfahrungen im Kindergarten war der Tag an dem eine Praktikantin bemerkte, dass ich in Not war. Sie sah, dass ich mir die Hosen vollgemacht hatte und half mir freundlich und ohne Aufsehen zu erregen in die Toilette. Dort sorgte sie dafür, dass ich mich säubern und frische Kleidung anziehen konnte. Ihre verständnisvolle Art verhalf mir dazu, dass mein sehr großes Scham- und Schuldgefühl in die Hose gemacht zu haben, sich etwas beruhigen konnte. Das Gefühl wieder sauber zu sein war für mich sehr erleichternd.

Die Angst vor dem täglichen Gang in den Kindergarten wurde von Tag zu Tag größer. Die anderen Kindergartenkinder begannen mich zu meiden, und einige von ihnen begannen mich zu hänseln, da ich schon damals für mein Alter sehr groß war. Für mich begann eine Zeit in der ich jede Aktivität

und Aufmerksamkeit im Kindergarten vermied, denn diese waren stets mit Bemerkungen, Sprüchen, Auslachen und anderen Bosheiten mir gegenüber verbunden. Äußerlich war ich nicht in der Lage mich zu wehren, denn in mir kam jede dieser Hänseleien wie ein schmerzhafter Schlag an, der einen blauen Fleck hinterließ und mir so weh tat, dass ich mich davon überwältigt fühlte. Ich zog den Kopf ein und hoffte, dass ich unsichtbar und man von mir ablassen würde.

Wie auch innerhalb der Familie wurde von mir ein anderes als mein mir mögliches Verhalten erwartet und ständig eingefordert. Durch meine sich durch die ganze Kindheit ziehenden schwerwiegenden Eingriffe Älterer in mein Kinderleben konnten diese Verhaltensweisen aber natürlich kaum besser werden. Zusätzlich verstärkte das Unverständnis und die Blindheit meines Umfeldes für meine inneren Verletzungen und deren Folgen meine Panik und damit auch wiederum mein Lähmung.

Ich fühlte mich erschlagen von der Machtlosigkeit, dem Gefühl nichts ändern zu können und wünschte mir gleichzeitig nichts mehr als aus dieser Schraube herauszukönnen, aber es gab keinen Ausweg. Nur der der mir gezeigt wurde :,, Stell Dich nicht so an. Hab Dich nicht so. Mach endlich. Hör auf.

Benimm Dich. Du spinnst“ waren die Möglichkeiten, die mir zur Verfügung gestellt wurden. Trost, Verständnis, Hilfestellung bei all den kleinen und großen Dingen des Alltags, Verteidigung gegen teils schwere Verletzungen auch innerhalb der Familie suchte ich vergebens.

Ich konnte in der Umgebung des Kindergartens kein Vertrauen fassen und so fing ich an, den Kindergarten zu schwänzen. Ich versteckte mich morgens einfach hinter den parkenden Autos, wenn ich sah, dass die Kinder mit der Erzieherin einen Ausflug machten, der an der Straße in der wir wohnten, vorbeiführten. Es gelang mir ein paar Mal so um

den Besuch des Kindergartens herum zu kommen, doch eines Tages wurde ich, hinter einem Auto stehend von meinen Adoptiveltern dabei erwischt wie ich mich versteckte. Es dauerte nicht mehr lange, dann wurde mir endgültig erlaubt zuhause zu bleiben.

### **Kinderarzt**

Bis zu meiner Pubertät ging ich regelmäßig mit meiner Adoptivmutter zu Frau Dr. Renner, der Kinderärztin der Familie.

Bevor ich dran war warteten wir in einem Vorraum zum Behandlungszimmer. Ich harrte ängstlich auf einer braunen ledernen Pritsche neben meiner Adoptivmutter aus, bis wir dran waren. Frau Dr. Renner war eine resolute Frau mittleren Alters. Wenn man ihr Untersuchungszimmer betrat, fiel der Blick zuerst auf den mächtigen Schreibtisch hinter dem sie in einen weißen Kittel gekleidet mit strenger Miene saß, Fragen zu meiner Entwicklung stellte und meine Adoptivmutter beriet. Damals wurde mir recht häufig Blut abgenommen. Nicht aus dem Arm mit einer Spritze, sondern mit kleinen spitzen Messerchen, die man in meine Finger hinein stach. Ich geriet derart in Panik, als würde ich den Todesstoß versetzt bekommen. Es war nicht nur die Art des Schmerzes, sondern die Unkontrollierbarkeit des plötzlichen Stoßes und des darauf folgenden Schmerzes, bevor das Blut aus dem Finger trat. Auch hier fand ich keine Insel des Trostes. Dazu war meine Adoptivmutter einfach nicht in der Lage. Ich spürte immer wieder ihre Wut auf mein auffälliges Angstverhalten und obwohl ich stets versuchte es ihr Recht zu machen und auf ihr Zischen „stell Dich nicht so an“ entsprechend zu reagieren, waren meine Reaktionen für mich nicht steuerbar. Sie liefen einfach ab.

## **Eheprobleme**

Die Ehe meiner Adoptiveltern stand einerseits ständig auf der Kippe- andererseits kamen sie beide doch nie wirklich voneinander los.

Als ich als Pflegekind zu ihnen gebracht wurde, waren ihre Probleme bereits schon lange Zeit verfahren, aber es ist möglich, dass meine Adoptivmutter hoffte dass sich durch ein Kind die Situation ändern würde. Vielleicht hatte sie auch das Motiv sich durch das um mich kümmern abzulenken von den zahlreichen Problemen, die mit einem Mann wie meinem Adoptivvater und auch ihrer Reaktion darauf, unweigerlich zu Stande kommen müssen.

## **Alles nur „Übertragung“ ?**

Ich erinnere mich gut daran, dass ich obwohl ich kaum älter als vier Jahre alt war, von meinem Adoptivvater erfuhr, dass ich nur deshalb auf ihn so ängstlich reagieren würde, weil ich diese Probleme von meiner Ursprungsfamilie mitgebracht hätte.

Dass sein Verhalten mir und generell Kindern gegenüber grenzüberschreitend war, ließ sich durch dieses Ablenkungsmanöver, seine Aussagen: „diese Reaktion auf mich hat sie aus der Ursprungsfamilie mitgebracht, sie überträgt es auf mich“- natürlich bestens verbergen. Sicher ist, ich kam sehr belastet bei dieser Familie an, aber dort wurden weitere Grundsteine für sehr tiefe Verletzungen in dem Kind, das ich war, gelegt.

Wenn es regnete nahm mich der Adoptivvater als Vierjährige mit hinaus. Ich patschte in meinen kleinen Gummistiefeln und mit einem weißen Eimer aus Blech ausgerüstet auf nassen Wegen hinter ihm her in den Wald.

Er erzählte mir während des Spazierganges etwas über den Feuersalamander. Dann fing er einen ein, und dann ging es mit dem Gefangenen zurück nach Hause.

Im Keller lagerten auf alten Holzregalen seine eingelegten Tiere in durchsichtigen Gläsern. Heute noch habe ich den Geschmack von Spiritus im Mund, in dem er die unterschiedlichen Tierleichen lagerte. Und auch den Feuersalamander ereilte wohl dieses Schicksal.

Oft zog er meine Tierliebe durch den Kakao und es schien ihm ein sadistisches Vergnügen zu bereiten mir zu schildern wie Tiere zu Tode kommen und wie er sie verspeisen würde.

Wir hatten damals eine Katze, die etwa zeitgleich wie ich den Weg in das Haus der Familie fand. Eine kleine wilde Katze, die zu niemandem besonders freundlich war. Mir gefiel diese Katze, und ich wunderte mich, warum die anderen Angst vor ihr hatten. Diese hatte ich keineswegs, im Gegenteil.

Nachdem sie mich dann aber doch einmal kratzte, biss ich sie unverfroren ins Ohr, danach wagte sie nie wieder mir weh zu tun. Ich wollte auch wie diese Katze aus dem Napf am Boden essen, und so bekam auch ich manchmal mein Futter in einen Napf und schlabberte dann neben ihr meine Mahlzeit dort heraus.

Irgendwann verschwand diese Katze plötzlich, nachdem Heinz mit ihr alleine gewesen war und ward nie mehr gesehen. Später kam dann wieder eine Katze zu uns.

Timmy, der Kater einer Klassenkameradin von Linda hielt Einzug bei uns. Eine verspielte rote Katze. Anfangs überließ ich sie ganz Linda, die es genoss wilde Spiele mit ihm zu machen. Ihr Handrücken war bald voll von Kratzern. Das schreckte mich ab, da ich vor allem Angst hatte, was mir plötzlich und unberechenbar wehtun konnte. Bis ich herausfand, dass ich mit Timmy ja auch mit einem kleinen Ball auf der Straße spielen konnte. Das tat ich dann auch. Und als ich bemerkte, dass er immer zu wenig Futter bekam, weil

Linda aus einem mir damals ominösen Grund meinte, er würde zu fett werden, gab ich ihm fortan immer heimlich mehr Futter, damit er nicht völlig abmagerte.

Als Timmy einmal schrecklichen Durchfall hatte, wurde er kurzerhand von meiner Adoptivmutter in den Dachboden gesperrt. Vermutlich war sie einfach mit der Situation- damals waren die Eltern schon getrennt, sie machte eine Ausbildung und wir hatten kein Geld- total überfordert. Dennoch empfand ich ihre Reaktion damals mit meinem großen weichen Herz als furchtbar grausam. Das Tier maunzte die ganze Nacht hinter der verschlossenen Türe und ich spürte eine extreme Unruhe in mir und weinte sehr, aber ich konnte an der Entscheidung nichts ändern.

Timmy mochte mich, er ging mir morgens, wenn ich in die Schule ging durch die Straßen bis beinahe zur Haltestelle hinterher. Hätte ich ihn nicht abgehängt, davon war ich überzeugt, wäre er mir bis zu den langen gelben Straßenbahnen gefolgt.

Abends und morgens hatte ich mich immer auf den Balkon gestellt und die Futterpackung geschüttelt. Dieses Geräusch brachte ihn meist nach Hause. Doch eines Tages war auch Timmy verschwunden. Egal wie oft ich die Futterpackung von nun an auch schüttelte, mein kleiner Timmy blieb verschwunden.

Kurze Zeit später wurde ich auf einmal von Betty verfolgt, der Freundin meiner Adoptivschwester Linda, die mich beschimpfte, dass es meine Schuld gewesen sei, dass Timmy nun nicht mehr da sei. Es war ein schreckliches Gefühl dass sie das tat, denn ich war es ja gewesen, die dafür gesorgt hatte, dass Timmy genug zu essen bekam und nicht hungern musste. Ich hatte mich als Einzige dauerhaft um ihn gekümmert und wurde nun für sein Verschwinden verantwortlich gemacht.

Damals ahnte ich vielleicht, aber ich hätte es niemals für möglich gehalten, dass der Adoptivvater immer wieder Tiere, und darunter auch Katzen, sadistisch quälte und zu Tode kommen ließ. Die minutiöse Beschreibung des von ihm qualvoll zugefügten Todes einer Schildkröte im Spülbecken konnte ich viele Jahre später nach seinem Tod in seinen Unterlagen finden, genauso wie die Beschreibung seines Verlangens nach Katzen.

Das Fleisch der Tier verlebte er sich tatsächlich ein. Ich wusste, dass seine „Experimente“ anderen nicht ganz verborgen geblieben waren- es tauchten schon während meiner Kindheit Fotos auf, auf denen man sehen kann wie er Tieren selbst die Haut abgezogen hatte. So war es vielleicht ein unbewusst hehrer Wunsch der beiden älteren Mädchen, die Katze möge nicht so viel zunehmen, damit sie der Adoptivvater nicht verspeisen würde.

### **Traum oder wahr?**

Bis zum heutigen Zeitpunkt fühle ich mich bei einigen Erinnerungen nicht sicher, ob ich sie wirklich erlebt habe. Die meisten von diesen unsicheren Erinnerungen lasse ich daher noch in mir ruhen. Es kommt vielleicht die Zeit, da meine lebensnotwendigen Verdrängungsmechanismen aufhören werden mir zu suggerieren, dass nicht wahr sein kann, was nicht wahr sein darf. Dann werden sich die Fenster zu meinen Erinnerungen öffnen, die Schleier von den umfangenen Körpern meiner inneren Bilder heruntergleiten und ich werde meinen klaren Blick darauf aushalten.

Hier ein Beispiel einer dieser Erinnerungen, die wie ein Geist in mir herum schweben, und von mir noch nicht als „wahr“ deklariert werden konnten:

Wahr ist, dass ich von meinen Großeltern und meiner Mutter einige Dinge mit bekam. Es gab da einen selbstgestrickten

grauen Bären. Ich erinnere mich an seine Form, seine langen Gliedmaßen, die groß gestrickten Maschen. Wenn ich mir meine damaligen Gefühle heranzoomte, spüre ich eine große warme Liebe zu diesem freundlichen stummen Tierchen in mir aufsteigen. Wie es einfach immer so da war, bei mir und nur für mich, sich an mich kuschelte.

Plötzlich- und hier sind wir bei dem was ich nicht als „absolut passiert“ einordnen kann- saß ich am Rand des Kamins.

Dieser Kamin existierte in der Wohnung meiner Adoptiveltern wirklich. Ein offener Kamin, in dem man hautnah das lodernde Feuer beobachten konnte. Ich sehe mich selbst, ein Mädchen von vielleicht drei oder vier Jahren. Damals betrachtete ich meine Umwelt nicht von innen heraus, sondern auf merkwürdige Weise so als würde ich mich selbst vor allem neben, oder über mir schwebend wahrnehmen. Was für viele meiner Erinnerungen gilt, in denen ich über mir selbst schwebe als wäre ich mein eigener kleiner Geist, ausgetreten aus mir selbst, unbehelligt davon, was der kleine Körper unter mir erfahren musste.

Das Zimmer ist dunkel, die Kacheln leuchten rötlich, das Feuer flackert intensiv in Orange und Gelb. Da ist jemand, ein Mann und es ist wohl mein Adoptivvater und mir war so, als hätte ich mit Demjenigen etwas besprochen, oder er mit mir. Es könnte sein, dass ich weine und zugleich gelähmt dasitze, so als wüsste ich nicht wie ich mich je wieder hier wegbewegen könnte. Ein Gefühl kommt auf in mir, das Gefühl etwas Schlimmes getan zu haben und als hätte die Silhouette des mächtigen Mannes die Konsequenzen aus meinem schlechten Tun gezogen, mich nur gerechterweise dafür bestraft. Erst hatte er Papier in den Kamin geworfen, wie er das oft tat, dann aber brannte mein süßer grauer Bär in den Flammen, wurde kleiner, schmolz geradezu in sich hinein, und wurde schließlich schwarz.

Vielleicht ist es die Grausamkeit, die ich nicht fassen kann und es auch gar nicht möchte. Ich möchte nicht wissen, dass

Jemand meinen kleinen lieben Bären verbrannt hat um mich zu bestrafen oder zum Schweigen zu bringen. Vielleicht ist es aber auch nur ein böser Traum. Ich erinnere mich nicht mehr daran, wann und wie mein kleiner Bär verschwand.

## **Schwimmbad**

Ich war immer noch im Kleinkindalter, als man meinte, ich sollte schwimmen lernen. Im Ort, nur etwa zehn Minuten Fußmarsch von unserem Haus entfernt gab es ein Freibad, das es bis heute gibt und sich auch damals schon großer Beliebtheit erfreute. Eine große grüne Wiese streckte sich hinter dem recht kleinen rechteckigen Becken aus, das in Schwimmer und Nichtschwimmerbereich unterteilt war. Hinter dem vergitterten Eingangsbereich schlossen sich dunkle Holzbaracken an, die als Umkleiden fungierten. Herr Weber, der damals in unserer Straße wohnte, ein Freund des Hauses, und dessen Tochter Gina mit Linda befreundet war, erklärte sich bereit mir das Schwimmen beizubringen. Da er oft einen kleinen Hund namens Billie bei sich führte, versuchte ich zu ihm Vertrauen aufzubauen. Ein Mann mit einem so lustigen kleinen Hund konnte doch nur nett sein. Dennoch fand ich als sehr kleines Mädchen schon, dass es irgendwie merkwürdig war, dass der Mann immer so gerne die Begegnung und das Gespräch mit mir suchte.

Warum es für meine Adoptivfamilie selbstverständlich war mich in einem völlig verängstigten Zustand mit diesem Mann alleine ins Schwimmbad gehen zu lassen war mir auch damals schon ein Rätsel. Gleichzeitig war ich wütend auf mich selbst, dass ich wieder einmal die an mich gestellte Anforderung nicht erfüllen konnte. In meinem kleinen Körper pulsierte die Panik durch alle Poren. Damals hatte ich nicht nur vor Menschen Angst, sondern war auch von Höhenangst,

Angst vor Wasser, großer Geschwindigkeit und Lärm zutiefst erschütterbar.

An diesem Tag fand ich mich in einer erschreckenden Kombinationen wieder: mitten im Wasser, alleine mit einem Mann. Er erwartete von mir mich bäuchlings auf das Wasser zu legen, während er seine Arme unter Bauch und Unterleib breitete. Es gelang mir nicht meine extreme Panik und damit eine Versteifung meines Körpers zu verhindern und so kam es zum Glück dann doch recht schnell zum Abbruch dieses Versuches mir das Schwimmen beizubringen. Unter Tränen wartete ich anschließend am Beckenrand darauf, dass man mich aus dem Freibad abholte. Das Gefühl total versagt zu haben schnitt mir in den Leib, noch dazu versäumten es die Erwachsenen nicht mich spüren zu lassen, dass ich wieder einmal nichts zu Stande gebracht hatte.

Ich sollte mich „nicht so anstellen“. Es gelang mir, mich zukünftig erfolgreich jeglichem Versuch irgendwelcher Erwachsener mir das Schwimmen beibringen zu wollen zu verweigern.

## **Dissoziation**

Erst einige Jahre nach dem Ende meiner Kindheit erfuhr ich unter anderem durch Bücher in denen ich mich wieder erkannte, dass ich seit meiner frühesten Kindheit ständig dissoziiert hatte. Dieser abstrakte Begriff „Dissoziation“ verhalf mir tatsächlich dazu meine Kindheit zu überleben.

Eigentlich kennt jeder auch nicht traumatisierte Mensch die Fähigkeit der „Dissoziation“ im Alltag. Wenn man z.B. mit dem Auto fährt, schaltet man während der Fahrt irgendwann in eine Art „Autopilotmodus“, man fährt einfach ohne wirklich daran zu denken, was man da gerade tut, stattdessen

konzentriert man sich auf die eigenen Gedanken, auf Musik oder ein Hörspiel. Wenn man dann später am Ziel angekommen ist, hat man nicht mehr genau in Erinnerung, wie man die Strecke im Einzelnen eigentlich zurückgelegt hat, man erinnert sich im Allgemeinen stückweise an Ausschnitte der Strecke. Im Bewusstsein bleiben einem vor allem die Musik, oder die Gedanken die man sich während der Fahrt machte.

Auch manche Menschen, die nach einem Unfall an Amnesien leiden, und deren Gedächtnis ausfall nicht organisch erklärt werden kann, können sich danach oft gar nicht mehr, oder erst nach einer Weile wieder an den Unfall selbst erinnern. Das ist die Gnade der Dissoziation die uns Menschen in extremen Situationen hilft zu überleben. Dissoziation trennt das Unerträgliche des Bewusstseins von uns Menschen ab, es verhilft der Psyche dazu, sich- erst einmal- nicht mehr bewusst darüber zu sein, was eigentlich im Moment der größten Not wirklich passierte.

Dissoziation hält eine breite Palette an Möglichkeiten bereit. Sie kann im großen Stil stattfinden, oder ist in der Lage auch nur Einzelheiten in ein anderes Areal des inneren Bewusstseins zu verschieben. Damit der betroffene Mensch erst einmal Ruhe vor diesen schwerwiegenden Erfahrungen hat. So als wären die Taten gar nicht passiert, kann der Mensch weitermachen.

Für Kinder ist es oft nur aus diesem Grund überhaupt möglich in einer feindlichen, gewalttätigen Umgebung zu überleben, denn die Dissoziation hilft ihnen, das Schreckliche auszublenden, mit den ihnen schadenden Bezugspersonen zusammen zu leben, ihnen und ihren Launen z.B. tagtäglich ausgeliefert zu sein. Dies kann so weit führen, dass von einem solchen Aufwachsen Betroffene erst viele Jahre später erkennen können wie extrem feindlich ihre Umwelt eigentlich gewesen ist. Während ihrer Kindheit hätten diese Kinder diese

furchtbare Erkenntnis nicht aushalten können und so wurden diese Erfahrungen in die hinterste Ecke ihres Bewusstseins geschoben. Auf der körperlichen Ebene hilft die Dissoziation dem Kind z.B. auch Schmerzen, die ihm zugefügt werden, zu ertragen, es spürt sie nicht oder kaum mehr.

Auch mein Bewusstsein schwebte weg, wenn man mir wehtat. Ich sah mich, z.B. als wäre ich ein anderes Kind, von oben oder auch von der Seite, wie ich, mein Körper, diese Qual aushielt. Aber ein Teil von mir, der wie ein kleiner Engel auf seiner Wolke schwebte, bekam das zum Glück nicht mit.

Ich konnte mich schon kurz nachdem solche Gewalttaten an mir ausgeübt wurden nicht mehr an diese erinnern, denn die Dissoziation schob sich auch in diesen Momenten wie eine gütige Wolke über mein Gedächtnis. Dann sah ich z.B. im Nachhinein, als ich mich versuchte mich zu erinnern, nur noch aus der Perspektive des Schwebens, konnte aber gleichzeitig keine Assoziation zu dem Körper herstellen, der unter mir lag und eine Art Nebel schob sich über die Tat und die Täter.

Der Abstand von mir, meinem über der Qual „schwebenden“ Bewusstsein zu meinem realen Körper, war nicht immer gleich. Mal schwebte ich über mir selbst wie ein völlig losgelöster Geist unter den Zimmerdecken. Mal glitt ich durch die Schmerzsignale nur minimal aus meinem Körper heraus. Dann spürte ich zwar dass ich mich nicht mehr so ganz in meinem Körper aufhielt, wie sich die Tränen aus meinen Augen drückten, die Scham sich heiß auf meinen Wangen sammelte und die Hitze, die sich auf der Haut entwickelte, als meine Haut kräftig zwischen seinen Fingern eindreht wurde, aber ich nahm kaum mehr den dazugehörigen Schmerz wahr.

An ein Dissoziationserlebnis als Kleinkind erinnere ich mich noch sehr genau. Welches neuerliche Ereignis diesen

psychischen Vorgang in mir auslöste, kann ich allerdings derzeit nicht vor mir sehen. Ich erwachte jedenfalls wie aus heiterem Himmel in meinem weißen Gitterbettchen. Es war hell im Zimmer. Ich fühlte mich, als wäre ich von irgendwo herunter geplumpst. Ich drehte meinen kleinen Kinderkörper in dem mich umrahmenden Bett herum, so dass ich mich nicht mehr so schwindelig und desorientiert fühlte, wie in dem Moment in dem ich von irgendwoher „erwacht“ war. Während ich mich langsam wieder im Raum, auf der Matratze des Bettes, orientieren konnte, fühlte ich mich als wäre ich eigentlich kein kleines Kind mehr. Ich war irritiert, da ich ja wusste, dass ich ein kleines Kind sein müsste, aber dennoch fühlte ich mich wie ein anderer, nämlich wie ein weitaus älterer Mensch. Ich spürte schwerwiegende Erfahrungen und eine große Ernsthaftigkeit in mir und das Fehlen jeglicher Gefühle, die man als kleines Kind eigentlich haben sollte. Mir wurde klar, dass meine Kindheit vorbei war. Und zugleich zog in mir das Gefühl auf, als hätte ich keine Berechtigung jemals wieder ein Kind, geschweige denn ein Mädchen zu sein.

Eines Tages bemerkte ich, dass ich andere kleine Kinder beobachtete, und dabei feststellte, wie unbedarft und ungeschickt sie mit ihren Beinen umher liefen. Ihre kleinen Münder, sperrten sich unschuldig auf, ihre niedlichen kleinen Händchen reckten sich naiv und erwartungsvoll den Erwachsenen entgegen. Mir wurde klar, dass ich nicht fühlte was die anderen Kinder fühlten, dass mein Bewusstsein sich wie das eines Erwachsenen anfühlte.

Angst machte sich in mir breit: was wenn die Erwachsenen in meinem Umfeld merken würden, dass ich kein Kind mehr war und mich so merkwürdig fühlte? Ich beschloss mich so zu verhalten wie es von einem Kind erwartet wurde und wie ich es an ihnen beobachtet hatte. Vielleicht würden die Erwachsenen meiner Familie wie ich es bei einigen Menschen

außerhalb meines Umfeldes beobachtet hatte, dann auf mich sogar wie auf ein Kind reagieren, vielleicht würden sie mich nicht mehr hassen, und sich zu mir sogar wie gegenüber einem Kind verhalten.

### **Mann**

Es gab viele Momente die von Dissoziation durchwirkt waren. Es war wohl auch die Dissoziation, die mich mein Selbst wahrnehmen ließ als sei ich kein Kind mehr. Sie war es auch, die mich schützte, wenn andere von mir Besitz ergriffen und Dinge mit mir taten, die mir das Gefühl gaben kein Kind mehr sein zu können. Ich vergaß immer wieder, schon während die Dinge mit mir getan wurden, was mit mir gemacht wurde. Die gnädige Dissoziation ermöglichte mir einerseits den Schmerz, den Vertrauensbruch, all das Überwältigende weniger zu spüren- andererseits verwirrte sie mich auch, denn durch das ständige Vergessen dessen was mir angetan wurde, fragte ich mich natürlich warum ich eigentlich so ein komisches kleines Mädchen war? Es war doch alles in Ordnung, warum aber erstarrte ich und konnte so viele Jahre kaum reden? Warum fühlte ich mich oft orientierungslos und schuldig? Weshalb konnte ich so viele alltägliche Dinge nicht tun wie alle anderen? Warum dachte ich, dass alle anderen gut seien und ich ein schlechtes und schmutziges Mädchen? Mit all diesen und noch viel mehr Fragen lebte ich mein Kinderleben lang und darüber hinaus. Antworten sollte ich erst viele Jahre später erhalten, als alles vorbei war, als ich mich aus all dem heraus schälte, das andere an mir festgemacht hatten, ohne dass ich ein Bewusstsein dafür gehabt hätte, dass es andere waren, die dafür verantwortlich waren.

Wenn Rollläden heruntergelassen werden, fällt der Blick auf die grauen Längsstreben, die, wenn der Rollladen ganz heruntergelassen wurde so fest übereinander liegen, dass kein Licht mehr von außen nach innen dringen kann. Wenn

man den Rollladen ein klein wenig nach oben zieht, kann noch Licht durch die Löcher und Lücken zwischen den einzelnen Ladenstreifen durchkommen.

Als ich noch sehr klein war wurde auch ein solcher Rollladen ganz herunter gemacht. Ich mochte die absolute Dunkelheit nie, denn ich verlor immer komplett die Orientierung im Raum und hatte das Gefühl mich an nichts halten zu können. Auch das Herannahen eines Menschen konnte ich dann nicht mehr sehen, nur noch an Hand der Schrittgeräusche orten. Ich horchte in dieser Finsternis mit meinem schwer klopfenden kleinen Kinderherzen in die Dunkelheit hinein und hoffte dass ich keine Schritte hören würde.

Der heruntergezogene Rollladen konnte nämlich bedeuten, dass nun „Mann“ wie ich es formulierte, kommen würde. In jener Zeit, als ich so klein war, dass ich noch eine Windel trug, sprach ich noch nicht in der Mehrzahl. Das bedeutete, dass ich auch wenn mehrere Männer kamen, nur in der Einzahl „Mann“ sagte.

Mir war kalt, denn ich spürte die Kälte eines Ledermöbels an meiner nackten Haut. Ob während der Zeit in der ich mit den Männern in diesem Raum war und sie mich missbrauchten, das Licht brannte weiß ich nicht. Der Rollladen war heruntergemacht worden, und ich weiß nicht mehr ob das mitten am Tag oder am Abend war.

Meine Angst vor Männern ließ also verständlicherweise nicht nach.

## **Trennung**

Meine Adoptiveltern trennten sich. Es war kein Geld mehr da, und so zogen wir ohne Adoptivvater in ein abbruchreifes Haus in einer gar nicht so weit von unserem vorherigen Haus entfernten Straße. Hier fuhren wenige Autos und sie fuhren langsam. Jeder kannte jeden und ich fand bald Freunde in

dieser Straße. In dem Haus lebten unter unserer Wohnung zwei Jungens mit ihrer Mutter zusammen. Sie war Malerin. Ich kann mich nicht an ihre Bilder selbst erinnern, aber an ihr Atelier und die auf hölzernen Beinen stehenden Staffeleien im Sonnenlicht, das durch das riesige Fenster ihres Ateliers hineinfiel. Von der Straße aus sah man direkt auf dieses große Fenster, in dem sie manchmal Bilder ausstellte. Wie war eine kinderfreundliche blonde Frau der man den Tiefgang ihres Charakters auf den ersten Blick anmerkte. Ihre zwei Jungs waren ein paar Jahre älter als ich. Eigentlich hatten sie andere Interessen. Aber, sie waren nett zu mir, ärgerten mich nicht, ließen mich in Ruhe. Vor allem den Älteren der Beiden mochte ich. Ich merkte schnell, dass er anders war als andre Jungs seines Alters, aber das machte mir nichts aus, im Gegenteil ermöglichte mir sein Anderssein erst das Spiel mit ihm.

Über ein paar Stufen an der Vorderseite des Hauses gelangte man in das Atelier und dahinter in die Wohnung. Ich erinnere mich an die künstlerische Atmosphäre, ein kreatives Chaos und dass wir Kinder darin herumsprangen.

Der ältere, leicht behinderte Junge spielte gerne mit Autos. Erst durch die witzelnden Bemerkungen meiner Familienmitglieder, die sich über ihn amüsierten, wurde mir klar, dass er körperlich eigentlich zu alt wirkte um mit lauten Brummgeräuschen seine Spielzeugautos über die Straße gleiten zu lassen, oder auf seinem gelben Kettcar sitzend mit Wucht und Wonne lautstark in die Pedale zu treten. Mich versetzte es in einen Zwiespalt, vom Fenster unserer Wohnung aus mit den belustigten Bemerkungen im Rücken auf ihn herabzusehen, und gleichzeitig gerne mit ihm zu spielen.

Oft spielte ich auch mit meinen Puppen, und der einen oder anderen Freundin, die ich entweder noch vom Kindergarten kannte, oder mit Mädchen die in der Straße lebten, in der ich wohnte.

Ich liebte es kleine Verstecke zu finden, in denen ich unbeobachtet spielen konnte, überhaupt spielte ich überwiegend Draußen. Das Zimmer in dem ich anfangs zusammen mit der jüngsten Adoptivschwester wohnte war mir oft zu still, ich fühlte mich darin sehr einsam.

Meine Adoptivmutter, die beinahe mittellos da stand- und wegen der jahrelangen extrem kostspieligen Eskapaden ihres Mannes auch nach der Trennung, von ihrer vermögenden Mutter nur noch wenig unterstützt wurde- fing eine Ausbildung im sozialen Bereich an. Trotz ihrer guten Bildung hatte sie vor vielen Jahren ihr Studium abgebrochen, und sich über viele Jahre ausschließlich Haushalt, Mann und Kindern gewidmet, wie es die meisten Frauen damals noch taten.

So war ich schon als kleines Kind viel alleine und auf mich gestellt. Die jüngste Adoptivschwester zeigte mir immer wieder ihre eifersüchtige Abneigung, unter der sie vermutlich selbst litt. Der jüngere der beiden Brüder lebte noch lange Zeit unter einem Dach mit uns. Nach dem Abitur studierte er. Ich erinnere mich kaum daran mit ihm etwas unternommen zu haben, ich sehe ihn beinahe ausschließlich im Dachzimmer lernen bis tief in die Nacht hinein, dazwischen tauchte er zu den Mahlzeiten im Esszimmer auf.

### **Wut und andere Gefühle**

Meist war er zu einem Spaß aufgelegt und er war sehr freundlich und feinfühlig im Umgang mit mir. Mir machte lediglich manchmal seine Stimmungsänderung Angst. Wenn er sich in unserer Küche etwas zum Essen machte, dann veränderte sich die Luft, auf einmal wurde jedes Wort, jedes Geräusch, das ich verursachte mit einem wütenden Blick quittiert. Bei anderen Gelegenheiten war er derart wütend, dass er auch Dinge zerstörte.

Dies wurde nicht als ungewöhnlich bewertet, es habe- laut meiner Adoptivmutter- eben jeder in der Familie so sein Temperament. Beide Brüder jähzornig, ebenso wie deren Vater. Das sei einfach „Anlage“.

Die Frage, ob solche durchaus extremen Gefühle etwas mit dem Aufwachsen der Kinder zu tun hätten, stellte sich in dieser Familie nie.

So waren auch meine Wutanfälle, die ich auch schon als sehr kleines Kind hatte, einfach eine „Laune“ der Natur. Unter der ich sehr litt, vor allem, weil ich für diese Gefühle bestraft wurde. Hatte ich aus irgendeinem Grund wieder solch eine starke Wut innerhalb der Familie, dass ich alles zusammenschrie und in mein Zimmer rannte, rannte man entweder hinter mir her, um mich zu Recht zu weisen, oder- und das war meistens der Fall- man strafte mich mit Ignoranz und strafenden Blicken. Da ich mich sehr schämte für diese Gefühlsausbrüche, kroch ich regelmäßig wieder an, entschuldigte mich und hoffte inbrünstig man möge mir wieder wohl gesonnen sein. Warum ich unter dieser Wut litt war mir nur unterbewusst klar. Situationen, in denen auf meine Kosten der sarkastische Humor der Familie auf mir abgeladen wurde, waren zum Beispiel Anlässe für solche Momente. Ich konnte als kleines Kind auch nicht verstehen, was die Großen meinten, wenn sie mich einerseits anlächelten und andererseits etwas sagten, von dem ich spürte, dass es eine Kritik an mir war. Unterhaltungen wurden fast durchgängig so geführt, und auch die ständige Ironie war ein fester Bestandteil meines Aufwachsens. Ich fand ich mich nicht zu Recht, was meinten sie nur? Man konnte sie auf nichts festlegen, und sich an nichts halten, denn es konnte so, oder auch anders gemeint sein. Wenn Kritik geübt wurde, dann sehr oft auf diese verdeckte Art. Von dieser Art der Kommunikation weiß man heutzutage, dass sie Kinder schwer schädigen kann.

Gefühle wie die Trauer waren gänzlich verpönt innerhalb der Familie, sie fanden einfach nicht statt. Man hatte sich am Riemen zu reißen. So war auch mein vieles Weinen immer eine Strafe wert. Wenn ich zurückschaue sehe ich das kleine Mädchen häufig in ihrem Zimmer oder auf der Treppe zum Obergeschoß sitzen und weinen. Der Standardspruch meiner jüngsten Adoptivschwester traf den Umgang der Familie mit meinen Gefühlen auf den Kopf, sie sagte etwas wie: „ Du bist eine Heulsuse. Es wachsen einem übrigens Tränensäcke unter den Augen wenn man so viel weint.“

### **Zirkus, Theater, Verkleiden**

Das Leben in dem abbruchreifen Haus habe ich als eine Zeit großer Freiheit und mit vielen Spielen mit anderen Kindern, auf der Straße und in dem sehr großen Garten in Erinnerung. Manchmal war sogar Linda etwas gnädiger mit mir, worüber ich mich unheimlich freute, denn ich ersehnte jeden Tag ihre Liebe und schwesterliche Verbundenheit. Wir übten im Garten für eine Zirkusvorführung. Lindas Freundin Betty, die Freundin die Timmy zu uns brachte und mit der sie gemeinsam in eine Klasse ging, kam auch vorbei. Sie leitete mich auch an. Ich legte mich also auf den Bauch, und zog meine Beine von hinten an meinen Hinterkopf heran. Ganz wollte es mir nicht gelingen, denn es tat mir weh. Aber Betty zog einfach an meinen Beinen und drückte sie an den Hinterkopf heran. Klagen war nicht erlaubt.

Da das Theaterspielen neben anderen musischen und kreativen Dingen eine große Rolle in der Familie spielte, hatten wir immer einen Fundus an Kostümen, Hüten und Masken vorrätig und spielten damit oft. „Feine Dame“ war mein Lieblingsspiel. Ein roter Flamencorock und ein kratziger

schwarzer Hut auf dem Kopf reichten schon, um in diese Rolle zu schlüpfen.

### **Adoptivvater als Babysitter**

Zwischen meinem 5 und 6 Lebensjahr musste sich meine Adoptivmutter einer Operation im Krankenhaus unterziehen. Damit wir nicht ganz auf uns gestellt waren, kam der Adoptivvater um sich einige Tage um mich und um Linda zu kümmern. Außerdem hatte er einige Zeit keine eigene Wohnung und verbrachte ohnehin in jener Zeit Monate wieder mit uns unter einem Dach.

Gina, die damals 11 Jährige Tochter von Herrn Weber, der mir das Schwimmen beibringen wollte, kam um für uns zu kochen. Sie übernahm einige Tätigkeiten um uns zu unterstützen. Das versetzte mich gefühlsmäßig damals schon in Erstaunen, schließlich war sie nur eine Freundin meiner Adoptivschwester, aber so wie vieles andere nahm ich es wie es war und machte mir darüber keine Gedanken, zumal ich auf Grund meines Alters auch nicht hätte in Worte fassen können was sich so seltsam daran anfühlte.

Sie machte für uns alle eine große Pfanne Nudeln mit Tomatensoße. Ich erinnere mich deshalb so genau daran, sogar noch an den Geschmack, weil mir, in der Küche, in der ich meinen Teller befüllte ein fürchterliches Malheur passierte: mir fiel der Teller und damit die Nudeln auf den Boden in der Küche. Ich hatte Angst vor dem Adoptivvater und seiner Strafe und so klaubte ich die Nudeln wieder vom Boden auf und legte sie auf meinen Teller. Es waren eine Unzahl Haare auf dem Boden gelegen und so klebten diese nun an Nudeln und Tomatensoße. Da ich Angst hatte, er könnte etwas merken, und mich bestrafen, würgte ich das Essen herunter, obwohl ich ständig mit einem heftigen Brechreiz zu kämpfen hatte.

Es war ein sonniger Nachmittag, an dem meine Adoptivschwester, eine ihrer Freundinnen und ich auf die Anwesenheit des Adoptivvaters warteten. Die beiden Mädchen waren nackt, und spielten mit einem Seil. Als sie damit auf mich zukamen, wusste ich, dass ich nun an der Reihe war. Ich fühlte, dass ich , noch bevor der Adoptivvater den Raum betrat, meinen Körper verließ und aus dem Fenster heraus schwebte.

Kurz nach diesem Erlebnis hatte ich immer wieder sehr starke Gefühle, für die ich mich einerseits schämte, andererseits hatten sie etwas rauschartiges, das mich nicht losließ. Ich spielte nach, was ich erlebt hatte.

Mein Adoptivvater, der mit mir im Vorschulalter öfters solche Spiele machte, hatte mir gesagt, dass das „Verliebtsein“ wäre. Ich fühlte mich von der Heftigkeit dieser Gefühle überrannt und es fühlte sich so an, als wäre das nicht ich selbst, als wären die Gefühle meines Adoptivvaters meine eigenen geworden.

Um damit klarzukommen schaltete ich nach einem solchen Erlebnis mit ihm unseren Plattenspieler an. Ich wusste, dass ich alleine zuhause war und drehte die Lautstärke voll auf, dann ließ ich eine Hitsingle „Born to be alive“ laufen und drehte mich so sehr im Kreis, dass mir schwindelig wurde. Während ich das tat rief ich laut „Verliebt in den Vati!“.

Dass die starken sexuellen Gefühle einer durch seine sexuelle Gewalt verursachte Folge waren, begriff ich natürlich damals nicht, ich war ein kleines Kind, das von der Stärke dieser Erregung vollkommen überwältigt war und sich selbst unter diesem extremen Gefühl dabei nicht mehr spüren konnte. Ich glaubte, dass das was man mit mir gemacht hatte, das war, was die Erwachsenen „Verliebtheit“ nannten, ich glaubte dass es ein Privileg sei, das mir durch ihn zu Teil geworden wäre.

## **Badewanne**

Es war in meiner Erinnerung ein sonniger Tag. Ich vermute, dass meine Adoptivmutter immer noch im Krankenhaus war. Auf jeden Fall war sie nicht zuhause. Wie so oft waren die meisten „Vögel“ ausgeflogen.

Ich weiß nicht mehr ob ich so lange in der Badewanne lag, dass das Badewasser kalt geworden war, oder ob es von Anfang an kalt war. Die Kälte des Wassers könnte zur weiteren Befriedigung meines Gegenübers beigetragen haben.

Mein Körper fühlte sich leblos an, und irgendwie war ich aus mir selbst herausgetreten. Nackt, bleich und kalt wie eine Leiche fühlte sich mein von Gänsehaut übersäter kleiner Kinderkörper an, und so als wäre das gar nicht mein Körper. Ich glaubte zu ertrinken, denn ich konnte mich nicht mehr bewegen. Das Wasser benetzte meinen kühlen Körper.

Es herrschte Stille nachdem alles vorbei war, vielleicht konnte ich auch kurzzeitig nichts mehr mit den Ohren hören nachdem ich unter Wasser gedrückt worden war.

Der Tag ging einfach weiter nach diesem Verbrechen an mir, für das ich keine Worte hatte, das ich sofort aus meinem Gedächtnis streichen musste, denn ich wusste nicht, was das war, was mir angetan worden war, und wenn er das mit mir machen durfte, musste das seine Richtigkeit haben. Ich wurde wieder von sehr starken Gefühlen überwältigt und ich wusch oft meinen Unterleib mit kaltem Wasser.

Es war wohl nicht nur der starken Vernachlässigung zu verdanken, dass ich mich damals aber auch eine Zeit lang gar nicht mehr wusch. Nach drei Wochen bemerkte man, dass ich verdreckt war, an meinem Hals bildeten sich Dreckränder die sich auf den Kragen meiner Blusen abzeichneten und ich musste regelmäßiger Baden.

Meine Adoptivmutter ließ häufiger das Wasser in die Badewanne ein. Ich glaube nicht dass sie wusste was in

ihrem Haus vorgegangen war. Und ich verdrängte, was ich erlebt hatte, umgehend, sofort nach dem Übergriff.. Ich hatte Todesangst vor seiner und deren Macht. Jedes Mal wenn ich in die Badewanne stieg überkamen mich merkwürdige Gefühle voller Verzweiflung und Abgrund. Hier gab es keine Erklärungen, das waren die Bedingungen mit denen ich leben musste und schon so lange lebte. Das kleine Mädchen das ich war, gerade einmal sechs Jahre alt.

Eines Tages saß ich bei Tisch. Um mich herum gruppierte sich die Familie zum gemeinsamen Essen. Ich spürte ein große Übelkeit aufsteigen während ich das Essen auf meinem Teller betrachtete. So ging es mir ständig. Ich war nicht in der Lage Soße zu essen, in der auch nur ein winziger glibberiger Klumpen zu finden war, geschweige denn wenn er eine weiße Farbe hatte. Auch war es mir nicht mehr möglich auch nur eine winzige Spur von Fett das am Fleisch haftete, zu essen. Schinken ging auch nicht mehr, denn Schinken erinnerte mich an die Oberschenkel eines männlichen Mitgliedes meiner Familie. Mir selbst war meine Reaktion schleierhaft, aber sie war weder zu verbergen noch zu unterdrücken. Wenn ich das tat und meine Adoptivmutter meine sogenannte „Schneikerei“ nicht zuließ, stieg sofort eine grausame salzige Übelkeit in mir hoch und ich musste ausspeien, was ich im Mund hatte. Aber ich zog einen gnädigen Schleier des Vergessens über den Moment der Vergewaltigung.

## **Waldheim**

Noch gut erinnere ich mich daran wie ich damals im Waldheim war. Dorthin wurde ich in den Sommerferien geschickt, an einen schönen Ort in einem weitläufigen Park mit Wiesen und wunderbaren Schatten spendenden Bäumen. Man war im Allgemeinen für Wochen dort gut aufgehoben. Ich hatte große Angst vor den anderen Kindern und all den dort herrschenden

Regeln. Panik flutete durch meinen Körper und lähmte meine Bewegungen und das Begreifen all der Abläufe in dieser mir unbekanntem Welt.

Die anderen Kinder erschienen mir als ich dort ankam wie alle Kinder mir immer vorkamen, sie waren alle so fröhlich und selbstbewusst, schienen immer zu wissen wohin sie sich bewegten, was sie zu tun hatten und wie sie miteinander umgingen. Ich wollte auch so sein, aber ich wusste nicht wie ich das anstellen sollte. Ich fühlte mich wie immer elend und den lähmenden Mechanismen meines panischen Inneren ausgeliefert.

Ich fühlte mich auch im Waldheim sehr alt, und so als gehörte ich nicht dazu. Das um mich herum waren richtige Kinder, sie waren alle gut und sauber. Ich aber fühlte mich schuldig und schlecht und ich war mir sicher, dass man mir das ansehen konnte, und auch die Reaktionen auf mich deshalb oft so schwierig waren. Wie ein Seismograph versuchte ich wie immer alles um mich herum wahrzunehmen, damit ich wusste, wann Gefahr drohen würde und es besser war mich noch unsichtbarer zu machen als mein Wesen es ohnehin war. Ich fürchtete nichts mehr als die Aufmerksamkeit anderer, denn sie brachte mir, wie ich es von Zuhause gewohnt war, nichts Gutes.

Dass ich körperlich lange Zeit immer gut einen Kopf größer war als meine Altersgenossen, trug nicht zu meiner Unsichtbarkeit bei, im Gegenteil, meine Größe schien eine ständige Provokation zu sein, egal wie sehr ich versuchte mich zu verstecken.

Ich war immer in „Hab-Acht“ Stellung und stand unter einem ständig extrem erhöhten Stresspegel.

Der erste Tag war schon ein Desaster. Mit Mühe hatte ich zum Mittagessen meinen richtigen Platz an einem langen Tisch gefunden.

Als ich zum Nachtisch den dunkelbraunen auf dem Teller wabbelnden Pudding essen sollte, stieg in mir eine

schreckliche Übelkeit auf. Aber ich wusste, dass man hier sein Essen aufessen musste. Ich versuchte meine Ekelgefühle zu unterdrücken und diesen Pudding zu essen, aber es war unmöglich. Sobald der Löffel mit der glibberigen Konsistenz bedeckt in meinen Mund gelangte, salzte mir die Übelkeit die Kehle hoch.

Es gelang mir schließlich heimlich, den Pudding, Löffel für Löffel auf den Boden unter den Tisch fallen zu lassen und ihn mit den Schuhen in dem groben Teppich zu verreiben. Ja, ich war sehr froh, dass man mich nicht erwischt hatte, ich hatte Schuldgefühle, denn nichts hasste ich mehr, dabei erwischt zu werden Dinge zu tun, die man nicht tun sollte.

Im Park, unweit des Waldheimes wurde jedes Jahr während der Waldheimzeit eine Kinderolympiade veranstaltet, so auch während meines Aufenthaltes. An einem sonnigen Tag war es so weit. Ich hatte mich sehr gefürchtet, denn wieder wusste ich nicht, was auf mich zukommen würde. Unter einer Olympiade konnte ich mir nichts vorstellen, außer dem was mein Opa im Fernsehen anschaute. Als ich an diesem heißen Sommertag im von den mächtigen Eichen beschatteten Park ankam, hielten sich sehr viele Kinder auf den Grünflächen auf und jedes hatte eine Gruppe. Ich sah sie fröhlich um die Wette Sackhüpfen, Eierlaufen, springen und rennen. Ich irrte wie ein abgekoppelter Planet der nirgends hingehörte in der Hitze umher und meine mich zu erinnern, dass ich irgendwann an einem Wettrennen mit Abklatschen teilgenommen habe. Mein Körper rannte verkrampft, ohne zu spüren ob ich schnell oder langsam war, ich spürte nur, dass ich sicher alles falsch machen würde und hatte Angst vor dem Moment in dem man es mir vorwerfen würde.

Später lief ich weiter im Park zwischen dem Trubel umher, und hoffte niemand würde mich zwingen irgendwo mitzumachen. Ich betrachtete das Spiel der anderen Kinder und blieb schließlich in der Nähe einer Mutter stehen, die mit

einer anderen ein Seil durch die Luft schwang, durch das die Kinder durchsprangen. Sie wurden von den Müttern angefeuert und die Kinder lachten und freuten sich, wenn sie es geschafft hatten durchzukommen. Diese Mutter entdeckte mich und forderte mich mit einem warmen Lächeln dazu auf, auch mitzumachen. Ich spürte, dass sie mir eine Freude machen wollte, aber gleichzeitig spürte ich meinen Körper nicht, denn ich hatte furchtbare Angst davor durch dieses Seil zu springen, ohne zu spüren was mein Körper tut. Schon so lange hatte ich den Kontakt zu ihm verloren und konnte ihn nicht willentlich für solche Aufgaben kontrollieren, er verkrampfte sich jedes Mal vor Angst und war dann für mich nicht mehr erreichbar.

Ich machte mich klein und ging mit einem traurigen Kloß in Bauch und Kehle weg. Wie gerne hätte ich mitgemacht, wie gerne wäre ich auch eines dieser lachenden Kinder gewesen. Aber bei mir war alles anders. Und es war meine Schuld. Keiner war so wie ich, sie konnten ja alle springen und fröhlich sein. Ich konnte das nur wenn ich alleine war, oder zuhause wenn der Adoptivvater und die ältesten Geschwister nicht da waren.

### **Besuchswochenenden**

Immer wieder besuchte ich meinen Opa. Auch wenn sich dort zeitweise auch noch meine Oma und meine Mutter aufhielten, waren es für mich eigentlich nur Besuche bei Opa. Ich hoffte immer, dass niemand anderes dort war. Nicht weil ich alle außer Opa ablehnte, sondern weil mich die Art meines Großvaters mit mir umzugehen am meisten beruhigte. Trotz der schwierigen Dinge, die ich bei und auch durch ihn erlebte war er die große Lichtfigur meiner Kindheit, durch die ich mich immer geliebt und angenommen fühlte, so wie ich war. Manchmal traf ich wenn ich dort war auf meine Mutter. Sie war eine sehr große schlanke dunkelhaarige Frau, die immer

nette Dinge zu mir sagte. Wenn sie ins Wohnzimmer kam, das – zumindest während meiner Anwesenheit- mehr als Opa-Zimmer fungierte, kam sie mir riesig vor. Ich sah zu ihr hinauf. Ihre Bewegungen waren überdurchschnittlich langsam, sowie auch ihre Sprache. Wenn sie redete fiel meine Aufmerksamkeit auf ihren ausgetrockneten Mund, in dessen Winkeln sich der getrocknete Speichel sammelte. Mich schauderte. Irgendwann erklärte man mir, dass das die Auswirkungen der Medikamente seien, die sie verlangsamten. Mir war das unheimlich. Ich fühlte mich maßlos unsicher mit ihr, denn ich wusste nicht was ich mit ihr reden sollte. Sie war meine Mutter, aber ich konnte mich nicht an eine Zeit als ihr Baby erinnern, während sie das wohl nur zu gut konnte.

Die starke Wirkung der Medikamente entfremdeten sie mir als Mutter noch mehr als ohnehin. Einmal schaffte sie es irgendwie mich dazu zu bewegen mit ihr ins Obergeschoß zu gehen. Ich weiß nicht mehr wie ich da hinauf gekommen bin, denn mein Körper konnte sich kaum bewegen wenn ich dort war. Vielleicht half mir ihr Hinweis, dass sie und ihr damaliger Freund da oben eine Geldmaschine hätten. Und tatsächlich, sie führte mir in dem Zimmer im Obergeschoß ein kleines Gerät vor, in das man auf der einen Seite ein Blättchen weißes Papier hinein tun konnte. Dann musste man kurbeln und es kam auf der anderen Seite zwischen zwei länglichen Rollen ein echter Geldschein hervor. Genauso wie mein Opa, schien meine Mutter kleine Tricks zu lieben und ich war fasziniert, was mir etwas half mich ein wenig zu entspannen. Dennoch war ich froh, wenn ich wieder im gewohnten Wohnzimmer sein konnte.

In meiner Adoptivfamilie war meine Adoption meist kein Thema. Wenn ich allerdings Probleme hatte, wurden sie weitestgehend auf meine Herkunft geschoben. Auch die Angst meiner Adoptivmutter, ich könnte ebenfalls eine solche

schwere psychische Erkrankung entwickeln, wie sie meine Mutter hatte, war oft nur zu spürbar für mich.

Als ich einmal an ihrer warmen vom Hantieren im Haushalt rau gewordenen Hand durch die Straßen unseres Wohngebietes zum Einkaufen ging, sagte ich, dass andere Menschen mich anstarren würden. Noch heute spüre ich die Anspannung und Sorge, die mich daraufhin von ihrer Seite aus ereilte, als wäre meine Aussage ein Zeichen für eine bevorstehende Psychose.

Über meine Mutter wurde meist nur Gutes gesagt, wenn ich in meiner Adoptivfamilie einmal nachfragte. Als meine Mutter aber einmal andeutete sie würde gerne ein Buch schreiben, erzählte ich es voller Stolz zuhause. Rasch wurde auf diese Parade hinabgeregnet, denn sie meinten, dass meine Mutter das nicht sicherlich nicht zu Stande bringen würde.

Die Schizophrenie meiner Mutter wurde mir nie näher erklärt. Wenn ich mit meiner Mutter sprach, sagte sie, es seien Leiden, die sie plagten. Sie tat mir leid. Gleichzeitig war der emotionale Graben zwischen uns unüberwindbar. Sie blieb eine fremde Frau für mich, die mir unheimlich war.

Mir stockte der Atem, als sie einmal bei uns zuhause anrief und ich mit ihr telefonieren sollte. Ich saß in meinem Kinderzimmer und wusste nicht wie und was ich mit ihr reden sollte. Sie war nett zu mir, aber alle meine Glieder waren wie immer gegenüber den meisten Menschen erstarrt und ich konnte kaum ein Wort herausbringen. Als sie sagte, sie wolle meine Freundin sein fühlte ich mich schrecklich. Sollte ich nun sagen, dass auch ich sie als meine Freundin empfände?

Ich suchte in meinem Kopf verzweifelt nach den richtigen Worten, aber ich fand nichts, ich fand nur ein erstarrtes Nichts und hoffte, dass das Gespräch bald zu Ende wäre.

## Rechtloser Raum

Es sind auch viele kleinere Momente, in denen ich als Kind von Älteren einfach genommen wurde zur Befriedigung ihrer Bedürfnisse, nehme ich an, denn ich wusste nicht warum diese Dinge getan wurden, ich versuchte damit einfach irgendwie klarzukommen, und schon währenddessen legte sich der dunkle Mantel des Vergessens über die Szenerie. Plötzlich und überall konnte „es“ passieren, und es gab niemanden, der für mich einordnete, was geschah.

Als kleines Mädchen waren wir zusammen wandern. Ich mochte Anstrengungen dieser Art nicht besonders gerne, und wenn männliche Familienmitglieder dabei waren, musste ich immer annehmen, dass wieder irgendetwas Unvorhergesehenes geschah. So war es auch bei einer Wanderung die mir im Gedächtnis geblieben ist. Es schien damals für niemanden auf irgendeine Weise ungewöhnlich zu sein, dass ich aufgeschreckt im Wald herumrannte und schrie, dass ich keine nassen Küsse mehr haben wollte und deshalb vor Demjenigen, der sie mir auf meinen Mund drückte, geflohen war. Vielmehr erinnere ich mich an belustigte Gesichter und missbilligendes Kopfschütteln ob meines unangenehmen emotionalen Verhaltens. Auch ich wusste nicht ob man das darf, was mit mir gemacht wurde, denn ich hielt mich in einem ohnehin rechtlosen Raum auf, und ich spürte nur den Ekel.

Erst Jahrzehnte später ist mir aufgegangen, dass es keineswegs normal ist, als Kind von einem Erwachsenen „nasse Küsse“ zu bekommen und in welcher Not ich mich befand, auf Grund der ständigen unaufhaltsamen Annäherungen.

Oft saß ich auf dem Schoß meiner Adoptivmutter, aber auch manchmal auf dem meines jüngsten Adoptivbruders. Diesen

beiden vertraute ich am Meisten und ich liebte es, wenn ich mit ihnen „Hoppe-Hoppe-Reiter“ spielte.

Bei meinem Adoptivvater ging ich nie freiwillig auf den Schoß.

Oft musste ich es, denn wenn er es wollte, zog er mich einfach auf seinen Schoß hinauf und hielt mich dort so lange fest, wie er es wollte. Seine Arme waren fest wie Schraubstöcke. Ich erstarrte auf seinem Schoß und mein Körper fühlte sich an als würde er brennen. Er gab mir Küsse, die ich nicht wollte. Sie waren nass und seine Bartstoppeln kratzten auf meiner Haut. Er roch oft nach Alkohol. Aber nicht nach Rauch wie mein Großvater. Wenn ich auf seinem Schoß gefangen war, hoffte ich nur, dass er mich bald hinunter lassen würde, aber ich hätte es im Leben nicht gewagt mich zu wehren. Ich wollte nicht auf seinem Schoß sitzen, aber ich wusste, dass er mich nur stärker bedrängen und mir wehtun würde, wenn ich mich zur Wehr setzen würde. Die Scham stieg heiß und in meine Gesichtshaut hinein und färbte sie rot. Tränen drückten sich nach oben in meine Augen hinein. Aber ich weinte nicht, mir lief nur unkontrolliert der Rotz aus der Nase und ich fühlte, dass ich aus meinem Körper hinaus glitt. Niemand half mir, wenn ich auf seinem Schoß sitzen musste, auch wenn es in der Gegenwart anderer geschah. Er lachte und machte den Eindruck, als sei das alles ganz normal. Meine Adoptivmutter oder deren Kinder reagierten nicht darauf. Es war gar nicht notwendig irgendetwas zu verstecken.

Manchmal waren es rauschhafte Momente innerhalb der Familie, in denen ich mich durch die Atmosphäre betrunken fühlte.

Ob ich es tatsächlich war, weiß ich für den Moment nicht zu sagen. Genauso gut ist es möglich, dass ich nur dissoziierte, also nur zu einem Teil anwesend war, und meine verletzten Seelenstücke hinter einer Mauer verstecken konnte, die dann kaum etwas von dem Ganzen mitbekamen. Erst wenn wieder alles vorbei war, würde ich wieder die Alltags- „Beate“ werden.

Mein Adoptivvater und ein anderes männliches Familienmitglied dem ich anvertraut war, gaben mir den Namen „Tina“. Sie nannten mich auch im Alltag so. Ich habe keinen zweiten Namen der auch nur im Entferntesten zu Tina hin abzuleiten wäre. Die anderen Familienmitglieder lehnten es meist ab, mich so zu nennen. Es hängt in meiner Erinnerung mit der sexuellen Gewalt zusammen, die ich erfahren habe. In diesen Situationen wurde ich vor allem „Tina“ genannt. Vielleicht meinten die Beteiligten, dass ich, wenn ich in den Situationen einen anderen Namen trüge, sie und ihr Tun nicht so leicht entlarven konnte, denn es war ja „Tina“ angetan worden, nicht mir.

Da sich die Familie auch viel mit Psychologie beschäftigte und oft genug meinte tiefgreifende Erkenntnisse darin zu haben, könnte man spekulieren, ob hier eine Abspaltung sogar provoziert worden war.

Ich erinnere mich gut an den „Unterricht“, den ich von den männlichen Mitgliedern der Familie erhielt. Ich erfuhr, dass der Hintern einer Frau dazu da sei, darauf zu klatschen und dass es wichtig sei, mit dem Hintern zu wackeln. Mir wurde auch gezeigt, dass es ganz normal ist, wenn man einer Frau den Rock hoch reißt.

Immer wieder war von „Pimmeln“ die Rede und von „Weibern“.

Es wurde immer schwieriger für mich Menschen um mich herum zu zeigen, dass ich sie einfach nur mag, denn mir wurde von Seiten der Familie ständig unterstellt „verliebt“ zu sein. Ich konnte bald nicht mehr mit Menschen die ich mochte unbefangen umgehen, weil mir gegenüber jegliche Zuneigung unter den Aspekt der „Verliebtheit“ gestellt wurde.

Die Familiendynamik war extrem. Wenn einer der Geschwister oder ihr Vater etwas sagten, wurde es von den anderen aufgenommen und wie ein Spiel immer weiter und

weiter gedreht. Die Witzeleien über die Menschen, die ich mochte wurden geradezu rauschartig wie ein Ping-Pong-Spiel immer weiter geführt. Bis ich, wenn ich meine Freunde und Freundinnen, Lehrer oder Lehrerinnen, oder um wen auch immer es sich gehandelt hatte, nicht mehr normal ansehen konnte, sondern dabei von nun an nur noch die Worte der Familie im Ohr hatte, die meinten wie diese Person sei und mein Verhältnis zu ihnen. Besonders unangenehm war hier die offene Sexualisierung. Das ständige Reden darüber, warum Frauen mit den Hintern wackelten, was zwischen ihren Beinen sei, und was quasi ihr Lebenszweck sei, führte dazu, dass ich in der Schule besonders Frauen, nicht mehr anschauen konnte, weil mir sofort die Sätze der männlichen Mitglieder meiner Familie in den Kopf strömten. Ich schlug dann die Augen nieder und hasste mich, weil ich nicht verstand, wie ich die Worte der Erwachsenen nun als meine Gedanken in meinem Kopf wiederfinden konnte. Ich wollte einfach nur unbedarft wie alle anderen Kinder auch zur Lehrerin gehen, mit ihr sprechen, aber das war mir durch die ständige familiäre Doktrin verbaut. Das war nicht der einzige Auslöser für meine Scheu im Kontakt, aber einer, der eine immer größere Rolle spielte.

Die Ideen meines Adoptivvaters und eines anderen Familienmitgliedes gingen immer weiter und schienen keine Grenzen zu kennen.

Gut erinnere ich mich daran, dass Betty, bei der die Pubertät früh eingesetzt hatte, von Seiten des Adoptivvaters unterstellt wurde, sie wäre auf „Sex“ aus. Sie muss etwa zwölf oder dreizehn gewesen sein, ich sieben oder acht, als ich mich fragte, woran man sehen könnte, dass sie so ein „dreckiges“ Mädchen sei wie es bei mir zuhause gesagt wurde. Als ich einmal an der Straßenbahnhaltestelle auf die Bahn wartete, war sie in meiner Nähe und wartete auch. Ich musterte sie heimlich. Natürlich fiel mir auf, dass ihr Körper schon rundlicher war. Und so dachte ich mir, dass es wohl nur diese

Veränderung sein konnte, die aus ihr das „sexuelle“, „verdorbene“ Mädchen machte. Ich sah keine Verbindung zu den sexuellen „Spielen“, die er auch mit ihr veranstaltet hatte, bei denen auch ich dabei gewesen war.

Wie auch. Ich schob jede schwerwiegende Erfahrung schon während sie geschah in einen inneren Schrank, dessen Türen ich für lange Zeit fest zuschloss.

### **Andere Kinder**

Als ich sieben Jahre alt war, kam das Kind der Ältesten, die inzwischen in einer anderen Stadt zuhause war, zur Welt. Als sie mit dem kleinen Baby zu Besuch kam, hatte niemand anderes Zeit um auf das Kleine aufzupassen und so hatte sie mir diese Aufgabe übertragen. Ich hatte noch nie auf ein Kind aufgepasst und schon gar nicht auf einen Säugling. Man zeigte mir kurz wie man die Windeln wechselt, dann war ich alleine mit dem Baby. Schon bald fing es an zu weinen. Und ich wusste nicht wie ich es trösten sollte. Dann glaubte ich, es könnte die Windeln voll haben. Ich wechselte sie. Aber ich bekam den obersten Knopf am Strampelanzug nicht zu, und das Baby schrie immer lauter und lauter, und ich wusste einfach nicht was ich tun sollte. Ich wurde wütend und schrie das Kind an, und fing gleichzeitig verzweifelt an zu weinen. Eine schreckliche Situation. Von nun an versuchte ich mit dem Kind nicht mehr alleine zu sein. Ich hasste mich für mein Unvermögen mit dem Kind umzugehen und verachtete mich für mein Schreien und die Verzweiflung.

Doch ich sollte meiner Adoptivschwester weiterhin hilfreich zur Seite stehen. Ich wurde zu ihr in ihre Stadt eingeladen, in die ich auch bald schon alleine mit dem Zug fuhr. Obwohl ich ein

sehr ängstliches Kind war, gefiel es mir unbegleitet mit dem Zug zu fahren. Die Erwachsenen trauten mir zu, dass ich das könnte, und da es in ihren Augen eine Selbstverständlichkeit war mich alleine reisen zu lassen, spürte ich keinen Anlass meiner Angst zu glauben. Für mich war es keine Frage, diese Aufgabe zu bestehen.

Ich fühlte in mir, dass vieles das ich auch als Zeugin mitbekam nicht richtig sein konnte. Aber man erklärte mir immer wieder warum man die Dinge so tat wie sie getan wurden und ich hätte mir nie vorstellen können, dass sie, die Erwachsenen, die anders als ich ja alles wussten und konnten, Fehler machen konnten.

Oft fragte ich mich, ob das Milchfläschchen nicht zu heiß war, denn als ich es einmal von der Mutter übernahm, verbrannte ich mir die Finger daran. Aber so musste die Milch zubereitet und dem Baby gegeben werden. In mir gab es etwas, das sich weigerte das zu glauben, aber auf meine Nachfrage wurde mir wieder bestätigt, dass dies genau die richtige Temperatur sei. Weil mir die Hitze der Milch zu heiß war, schob ich ein Tuch zwischen die Flasche und meine Hand. Dennoch fragte ich mich, warum mir die Hitze weh tat und warum es das Kind laut Familie nicht schmerzte.

Ich genoss es in ihrer Wohnung zu sein, wenn meine Adoptivschwester nicht da war, dann lief ich über das knarrende Parket und genoss die helle Atmosphäre in der geschmackvoll eingerichteten Altbauwohnung. Zuhause waren die Möbel überwiegend schwer und aus dunklem Holz und keines der Stücke passte zum anderen.

Ich bewunderte Mona, die sehr viel Wert auf ihr Aussehen legte, und überhaupt das Äußere sehr in den Vordergrund stellte. Sie war eine kluge, künstlerisch begabte Frau mit einem sehr eigenen Kopf und einer sprachlichen Schärfe, die wie eine Klinge über einen hinweg fegen konnte.

An Weihnachten brachte sie über Jahre ihre Gitarre mit und sang mit kraftvoller, tiefer Stimme Lieder in denen jedes Familienmitglied auf sarkastische Art und Weise „eingearbeitet“ worden war, was regelmäßig zu großer Belustigung führte.

Ich versuchte mich mit ihr anzufreunden, aber gleichzeitig hatte ich Angst vor ihr und ihrer schneidenden Art. Oft fühlte ich mich wie eine lebende Provokation, denn sie ließ mich nach jeweils kurzen Phasen der Freundlichkeit stets spüren, dass ich sie eigentlich nervte. Damals nahm ich alles hin, und glaubte tatsächlich, dass ich nicht richtig sei, dass alles was sie über mich und zu mir sagte stimmte. Aber ich verschloss mich ihr gegenüber zunehmend. Ich wusste nicht was ich tun konnte, damit sie nicht immer wieder nach einer Phase der Freundlichkeit ihre Wut an mir ausließ, weil ich in ihren Augen etwas falsch gemacht hatte, oder nicht schnell genug gewesen war.

Beim Einschlafen weinte sich die kleine Sandra oft in den Schlaf.

Manchmal schrie sie auch sehr laut. Es war mir aber verboten worden, zu ihr zu gehen und sie zu trösten, wenn ich nachfragte.

Ich bekam die Aufgabe abends auf die kleine Sandra aufzupassen. Als es in der großen Wohnung dunkel wurde bekam ich jedoch Angst. Aber ich schalt mich, weil das albern war.

Später, nachdem meine Adoptivschwester aufs Land gezogen war, besuchte ich sie weiterhin, weil ich mich freute, dass ich eingeladen worden war. Das Gefühl nur als Babysitter gebraucht worden zu sein beschlich mich jäh in den Momenten in denen ich etwas falsch machte und sie wütend auf mich wurde. Aber ich schob solche Gefühle weit fort, denn das konnte nicht sein.

Oft kam ich nicht klar mit Sandra, ihre Bedürfnisse, von denen ich nicht wusste, wie ich sie erfüllen sollte, machten mich wütend. Ich wollte liebevoll zu ihr sein, aber ich wusste nicht wie, denn ich wusste nicht was ein Baby braucht und was mir mein Gefühl sagte, wie zum Beispiel, sie zu trösten wenn sie weinte oder sie in den Schlaf zu singen, wurde von meinem Umfeld als falsch, verwöhnt und kitschig angesehen.

Als ich fragte wie ich besser mit ihr klarkommen könnte und was ich tun sollte wurde mir erklärt, dass ich sie dann auch genauso wie vor allem seitens des damaligen Lebensgefährten Monas praktiziert, fest am Ohr ziehen könnte. Das würde auf jeden Fall helfen. Ich war gespalten, einerseits war ich über die Grausamkeit entsetzt, die mir vorgeführt wurde und andererseits hatte ich keinen Zweifel an der Richtigkeit der Entscheidungen Erwachsener zu haben. Ständig hieß es, dass die kleine Sandra so tolle lange Beine habe. Und auch Sandra selbst, ein kleines Mädchen mit dem ich im Garten saß erklärte mir, dass man bewundernd von ihren langen Beinen sprechen würde. Ich war verwirrt, was so besonders an lang gewachsenen Beinen sein sollte und verstand den Glanz in den Augen der Erwachsenen nicht, die dies über das kleine Mädchen sagten. Dennoch war ich neidisch. Ich hasste es wenn man zu mir sagte, ich sei so schön, weil immer etwas in dieser Aussage mit hineinklang, das nichts mit einem Kind zu tun haben konnte. Aber da ich oftmals diese Aussagen als einziges Lob bekam, waren sie mir lieber, als gar keine.

**Schule**

Mit 7 Jahren wurde ich eingeschult. Ein Jahr zuvor hatte man mich schon Mal auf meine Schulreife hin untersucht. Soweit ich das mitbekommen hatte, hing sie davon ab, ob man sich mit einem Arm um den Kopf herum mit den Fingern bis zum Ohr greifen konnte. Ich konnte das zu diesem Zeitpunkt nicht, also war ich wohl noch nicht schulreif gewesen. Doch nun war es soweit.

Am Einschulungstag war ich sehr aufgeregt. Ich hatte eine große Schultüte bekommen, die mit Kleinigkeiten befüllt worden war. Am meisten gefiel mir ein dicker langer Bleistift, an dessen Ende ein Radiergummi befestigt war.

Das riesige Schulgebäude empfing uns, die Mutter aller Waldorfschulen, auf die ich gehen sollte, die größte und älteste von allen, 1919 bereits ins Leben gerufen.

Ich spürte eine aufregende Freude durch mich hindurch schlagen, als ich zusammen mit meiner Adoptivmutter zur Einschulung ging. In einem Saal standen viele Stühle vor einer Bühne. Lauter andere aufgeregte Kinder waren mit ihren Eltern hierhergekommen. Als alle einen Platz gefunden hatten, traten die Lehrerrinnen auf die Bühne, jede von ihnen trug ein Symbol in der Hand. Nun wurden die Kinder hintereinander aufgerufen und mussten dann auf die Bühne hinaufgehen und sich hinter die jeweilige Lehrerin stellen, die sie gerufen hatte. Auch ich wurde aufgerufen. Es standen schon viele Kinder oben. Ich fühlte, dass etwas Neues und Bedeutendes beginnen würde, und glaubte, es würde wie eine Befreiung sein.

Nach ein paar Tagen bemerkte ich voller Panik, dass mir Hefte und viele andere Dinge in meinem Schulranzen fehlten, die die anderen Kinder wie selbstverständlich dabei hatten. Ich wusste nicht woher sie dieses Wissen hatten, was man für

Hefte bräuchte und war verzweifelt. Ich wusste nicht ob es da jemals eine Liste gegeben hatte, und wo sie sich befand.

Warum nur hatte ich die wichtigen Dinge nicht in meinem Ranzen? Wie konnte ich nur so viel falsch machen, wieso war bei mir alles immer so schlampig?

Meine Adoptivmutter war damals mit ihrem neuen Berufsweg beschäftigt, denn irgendwie musste sie uns ja auch ernähren.

So gab es niemanden, der sich um meinen Ranzen kümmerte. Ich wusste nicht, dass das bei anderen Kindern anders war, dass sie Eltern hatten, die für alles sorgten und den Kindern erklärten wie man sich um alles kümmert.

So verflog meine Freude an der Schule rasch. Wenn andere sich an ihre Aufgaben machten, konnte ich von Glück sagen wenn ich all die Dinge die ich benötigte bei mir hatte.

Jedes Kind bekam am Ende des ersten Schuljahres einen Spruch in sein Zeugnis. Dieser sagte irgendetwas was die Lehrerin über das Kind dachte, aus. Jedes Kind musste diesen Spruch auswendig lernen und jeweils an dem Wochentag, an dem es geboren worden war, vor der Klasse mit dem Rücken zur Tafel stehend, aufsagen.

Jedes mich vor anderen Zeigen bedeutete die Höchststufe an Panik und so hatte ich jedes Mal das Gefühl zu sterben, wenn ich nach vorne gehen musste, und in die strengen Augen von Frau Rittner blickte, meiner Klassenlehrerin, die mich und meine KlassenkameradInnen acht Jahre lang durch die Schulzeit begleiten würde. Ich versuchte so zu sprechen, wie man es von mir erwartete.

Zur damaligen Zeit sprachen die Lehrer betont dramatisch und betonten jedes Wort als wollten sie einen Geist beschwören. Dies geschah ganz im Geiste des Begründers Rudolf Steiners und seiner „Anthroposophie“.

Zu verschiedenen Anlässen wurde die „Monatsfeier“ im Schuleigenen Saal veranstaltet. Inmitten all der Schüler sitzend ergriff mich ein Gefühl der Wärme des Miteinanders als wir gemeinsam Lieder sangen, und den Aufführungen auf der Bühne folgten. Aber auch während der Veranstaltungen wurde ich wieder das leichte Opfer anderer Mitschüler, die mich ständig aufzogen. Wahrscheinlich wollten sie mich zu einer Reaktion der Gegenwehr provozieren. Damals allerdings war ich jeder mir gegenüber ausgeübten kleinen oder großen Tätlichkeit vollkommen ausgeliefert. Ich spürte nur den starken Schmerz- den jede Bemerkung, jedes Reißen an meinem Ranzen, jedes auf mich umgedichtete Lied, das mir auf dem Schulweg hinter her gesungen wurde - wie einen Schlag, jeden Tag von neuem.

Die ersten drei Tage wurde ich noch von meiner Adoptivmutter zur Schule gebracht, lernte mit ihr gemeinsam wie man mit der Straßenbahn fährt, aussteigt, über den Zebrastreifen geht und den Weg zur Schule findet.

## **Schulweg**

Vom vierten Tag an fuhr ich alleine mit der Straßenbahn hinunter in die Stadt. Wenn die Bahn überfüllt war, war es am schwierigsten für mich weil ich keinen eigenen Platz hatte auf den ich mich setzen konnte. Denn wenn ich einmal saß hatte ich einen Platz und fühlte mich immerhin ein wenig in Sicherheit. Die Kinder um mich herum wirbelten durcheinander, waren laut, zogen sich gegenseitig an den Ranzen. Die Jungen schrien irgendetwas von „Scheiße“ und „Kacke“ herum, sie schienen es zu lieben über diese Themen zu reden.

Bald schon fand ich heraus, in wessen Anwesenheit ich mich während der Fahrt in der Bahn besser unsichtbar machte, und wer mich in Ruhe ließ. Matthias aus meiner Parallelklasse fand heraus, dass ich in seine Parallelklasse ging und fing an mich jedes Mal zu ärgern, und Witze über meine Größe zu machen, wenn er mich in der Straßenbahn erblickte. Ich fürchtete mich in jeder Sekunde von ihm oder anderen entdeckt zu werden. Meist bestand die Bahn aus zwei Wagen. Irgendwann wurde mir klar, dass die Älteren und ruhigeren im hinteren Teil der Bahn fuhren. Und so stieg auch ich nach dieser Entdeckung meistens in das hintere Abteil ein.

Meine Adoptivschwester Linda vermied es mit mir Kontakt zu haben. Obwohl sie den gleichen Weg zur Schule hatte, kann ich mich an keine einzige gemeinsame Fahrt erinnern. Es mag aber sein, dass ich die wenigen gemeinsamen Fahrten auch verdrängt habe.

Auf dem Weg zur Schule begleitete mich stets ein drückendes Gefühl und jeden Tag panische Angst, dass jemand auf mich aufmerksam wurde. Es wurde auch beinahe immer jemand auf mich aufmerksam und wieder wurde ein Lied auf mich gedichtet oder ein spöttischer Spruch über meine Größe hinter mir hergerufen. Kleine Grüppchen, meistens Jungs, verfolgten mich, gaben mir Arschritte und sangen ihre Lieder. Die Wege wurden für mich Spießrutenläufe, die nicht aufhörten, wenn ich in der Schule angekommen war, sondern unvermindert weitergingen, in der Klasse und wieder in der Pause.

Zuhause schilderte ich, wie ich mich fühlte. Ich versuchte auch die mir daraufhin gegebenen Ratschläge zu befolgen, mir z.B. die anderen in Unterhosen vorzustellen, aber das führte nicht zum erwünschten Erfolg. Die Angst verfolgte mich trotzdem immer und überallhin, sobald ich nicht alleine oder mit sehr vertrauten Menschen zusammen war. Ich suchte

verzweifelt nach Auswegen, wenigstens für die Zeit nach dem Unterricht, ich trödelte nach der Schule, versuchte eine Bahn später zu nehmen als die anderen.

Jeden Tag hoffte ich von neuem, dass die anderen endlich nett zu mir wären, aber jeden Tag bestätigten sie mit ihrem Verhalten dass sie nicht nett zu mir sein wollten. Trotzdem hoffte ich weiter. Dass ich in einer Not war, aus der ich mich nicht selbst befreien konnte, konnte ich damals nicht wissen, niemand außer mir nahm sie wahr und niemand stellte sich auf meine Seite, es schien selbst den Freundinnen in meiner Klasse nicht aufzufallen, sie blieben stumm, schwiegen zu all dem. So blieb es etwas dem ich ausgeliefert war, als wäre es eine Naturgewalt, gegen die es kein Mittel gab.

### **Schwierige Kinder?**

Ich merkte, dass ich nicht die Einzige war, die innerhalb der Klasse unter den schwierigen Lehrern zu leiden hatte. Sowohl unsere Klassenlehrerin als auch weitere Lehrerinnen tobten ihre Wut immer wieder an uns aus, wenn wir nicht wie kleine Soldaten so lange still standen, wie es von uns erwartet wurde. Immerhin waren wir vierzig Kinder und wer nicht funktionierte wurde bestraft.

Ingmar zum Beispiel blieb nicht lange in unserer Klasse. Er wurde uns als „Zappelphillip“ vorgestellt. Immer wieder wurde er so genannt. Und tatsächlich, ich sah auch, dass er zappelte und viel redete. Immer wieder gautschte er gefährlich mit seinem Stuhl hinter dem Tisch, so dass dieser ins Wanken geriet. Bis es unsere Klassenlehrerin leid war. Sie packte ihn an der Hand, und zog ihn, der sich mit Händen und Füßen wehrte auf dem Boden entlang zur Türe hinaus.

Manchmal mussten wir so lange still stehen, dass sogar Kinder in Ohnmacht fielen. Das geschah mehrmals mit Mädchen, die wie ich keine guten Karten gegenüber der

Lehrer hatten und von den Lehrerinnen hart angegangen wurden.

Als Erwachsene wurde mir bekannt, dass es durchaus in Schriften von Rudolf Steiners Lehren Stellen gibt in denen behauptet wird, dass es die blonden und helläugigen Kinder von Haus aus leichter hätten gewisse Ideale zu erreichen. Da wunderte es mich im Nachhinein auch nicht mehr, dass in dieser Klasse damals die meisten blonden Kinder vorne saßen und sich die „Dunklen“ in den hinteren Reihen zu tummeln hatten. Zudem hatte Frau Rittner eine Vorliebe für Kinder aus behütetem, gut situiertem Hause. Oder jene, die von der Lehre Rudolf Steiners restlos überzeugt waren, und deren Kindern- die einen äußerst entrückten Eindruck machten- man dies auch auf den ersten Blick ansehen konnte.

Da man in dieser Schule nicht sitzen bleiben konnte, kam ich einfach jedes Jahr eine Klasse höher.

Meine Zeugnisse wurden allerdings immer schlechter. Dies war so seit ich in der ersten Klasse immer wieder über das Chaos in meinem Ranzen stolperte, mich die Kinder ständig ärgerten und ich ständig von ihrer oder der Lehrerseite aus eine Schelte erwartete, weil ich mich „komisch“ verhielt, vor Anspannung und Panik kaum ein Wort herausbrachte. Meine Vorfreude auf das Neue, das Unbekannte war rasch der Ernüchterung gewichen in einer weiteren schrecklichen unvermeidbaren Umwelt gefangen zu sein. In einer Misere, die ich meinte selbst zu verursachen, aber von der zugleich nicht wusste, wie ich sie durchbrechen konnte.

Zuhause sagte man mir neben diversen „stell sie Dir in Unterhosen vor“ lediglich, ich sollte einfach stark sein und mir das Ganze nicht so zu Herzen nehmen.

Im Unterricht konnte ich nicht folgen, da ich unter dem durch die schweren Übergriffe und den frühen Verlust meiner Bezugspersonen verursachten Zwang stand ständig die Aktionen meiner Umwelt zu beobachten, um rechtzeitig verhindern zu können, dass man mir etwas antat.

Wenn sich niemand mit mir befasste sah ich zu den Fenstern hinaus und ließ meinen Geist in den Wind, den Himmel oder die Baumkronen der prächtigen Kastanien hinein schweben. Meist war so nur noch mein Körper im Klassenzimmer anwesend. Ich war auf diese Weise nicht in der Lage zu verstehen, was die Lehrerin erklärte und nach nur wenigen Monaten in der Schule hatte ich bereits jeden Anschluss verloren, dem ich hilflos versuchte hinterherzuhinken. Aber zuhause war niemand, der mir etwas erklären konnte, der sich darum kümmerte wie es in Heften und Ranzen aussah. So gewöhnte ich mir an, nach der Schule den Ranzen in mein Zimmer zu stellen und nicht mehr an die Schule zu denken bis zum nächsten Morgen. Nur so konnte ich mich immerhin minimal von der ständigen Schraubzwinge aus Panik und Anspannung erholen.

## **Einsamkeit**

Oft fühlte ich mich einsam. Das nannte ich allerdings nicht Einsamkeit, sondern „Langeweile“. In der Wohnung, in der nach der Schule niemand anwesend war, oder lediglich ein konzentriert lernender Adoptivbruder, war es mir zu still, ich ging lieber aus dem Haus.

Wir zogen im Lauf der Jahre ein paar Mal um, aber immer wohnten wir jedes Mal so, dass es keines langen Fußmarsches bedurfte um in meine geliebte Natur zu gelangen. Ich genoss meine Spaziergänge oder wenn ich mit dem Fahrrad hinausfuhr. Hier konnte ich mit mir reden, mir vorstellen, andere würden sich mir zuwenden und mit mir liebevolle Gespräche führen.

Ich ging gerne auf den Wegen zwischen den Schrebergärten hindurch und ich dachte mir Geschichten aus, und Menschen. Ich dachte mir aus, dass ich einen Freund hätte, der immer zu mir halten würde, der mir helfen und mich retten würde, der zu mir stehen und der für mich da sein würde. Ich versuchte es so echt wie möglich zu machen und vor mir geheim zu halten, dass es sich nur um ausgedachte Kontakte handelte, denn die Erkenntnis, dass da niemand war, nur ich mir das alles ausdachte, die tat mir zu sehr weh. Und so machte ich mir vor, dass das real sei, und lebte in meiner Phantasie. Und mit Hilfe dieser Phantasie trat ich auch in Kontakt mit Jesus.

## **Religion**

Religion spielte eine große Rolle in meiner Kindheit. Sowohl die evangelische als auch die katholische Religion. In meinen beiden Familien.

In dem Zuhause in dem ich lebte, gab es neben vielen anderen Büchern auch viele, die sich mit Religion und auch dem Zweifel daran auseinandersetzten. Und natürlich gab es Bibeln.

Die große in leuchtendes Rot eingebundene Bibel saß zwischen den vielen anderen Büchern in den großen Bücherregalen und überragte in Breite und Höhe die anderen Bücher. Wenn man sie herauszog, wog sie schwer auf den Armen, man musste sie zwangsläufig irgendwo ablegen, um überhaupt in ihr Blättern zu können. Ich fühle noch die sehr dünnen Blätter des Papiers und sehe das eindrucksvolle Leuchten der vergoldeten Blattenden vor mir, das besonders zur Geltung kam, wenn die Bibel zusammengeklappt war. Die Bilder des mächtigen Buches faszinierten mich, aber sie lösten in mir auch viele Fragen aus. Wenn ich, auf Sessel oder Couch in der Sitzecke des Wohnzimmers hockend, das schwere Drum vor mir auf dem wackeligen Mosaiktisch im

Wohnzimmer liegen hatte, blätterte ich vorsichtig, um nur ja keine der dünnen Seiten zu beschädigen, aber auch um nicht vor einem der Bilder zu erschrecken, die sich vor mir auftaten. Auf einem der Bilder konnte man ein nacktes Kind erkennen, das auf grobe Weise von seinem Vater gepackt, als Opfer dargebracht werden sollte. Man erklärte mir, weil mein erschrecktes Staunen bemerkt wurde, dass dies symbolisch zu verstehen sei. Ich versuchte zu verstehen, aber ich konnte es nicht. Dieses und viele andere Bilder in der Bibel erschienen mir sehr grausam.

Die Geschichte von Kain und Abel berührte mich besonders. Sowohl in dieser Bibel als auch in Geschichten, mit denen die Lehrer an meiner Schule etwas transportieren wollten war die Geschichte der Beiden Brüder immer wieder Thema. Ich erinnere mich, dass ich auch zuhause darüber sprach, aber die Antworten die ich bekam änderten nichts daran, dass ich mitfühlte mit Kain. Ich konnte einfach nicht verstehen, wieso niemand sah, wie es ihm ging, der offensichtlich ständig von seinem Vater nicht beachtet wurde. Sein Schmerz und das Unverständnis seines Umfeldes für seine Not, waren für mich schon als kleines Kind ganz tief in mir präsent.

Ich fand es „gemein“, dass man Kain, für den es kein Verständnis gab, so sehr verurteilte. Dabei ging es mir nicht darum den Mord Kains an seinem Bruder zu verkleinern- im Gegenteil, ich fand es schrecklich, dass Abel ermordet wurde. Aber ich meinte dennoch, dass man diesen Punkt, wie es dazu gekommen war, dass er sich so furchtbar abgelehnt fühlte, nicht aussparen durfte.

Mit der Schulzeit begann der Religionsunterricht in der Schule. Auch wenn ich vor der Lehrerin Angst hatte- weil sie Mona ein wenig glich -ging ich sehr gerne in diesen Unterricht, der für mich wie eine kleine ruhige Insel war, im ansonsten tosenden Meer einer mir gefährlich und schmerzhaft erfahrenen Umwelt.

Der Unterricht war auf erleichternde Weise kaum anthroposophisch gestaltet und unsere Lehrerin machte alles andere als diesen weltfremden, merkwürdigen Eindruck wie ihn die meisten Lehrer -in ihren unförmigen Kleidern und ihrer Art sich zu bewegen und zu sprechen- an dieser Schule hinterließen. Sie war eine schöne Frau mit langen Haaren, stark geschminkt, trug eng anliegende Kleidung und duftete immer intensiv nach einem pudrigen Parfum. Ich genoss es in ihrer Nähe zu sein. Ich konnte in jeder ihrer Stunden aufatmen, denn sie war freundlich zu mir und ließ mich ansonsten einfach in Ruhe.

Meist las sie etwas vor. Es waren oft Geschichten, in denen es um den gelebten Glauben ging, darum dass Menschen einander halfen, wenn es Probleme gab, wenn sie Sorgen hatten. Die Worte, die sie las fielen in mein Herz und ließen es aufgehen und wieder ein Stückchen weiterhelfen. Ich fühlte die Wärme in mir aufkeimen, und eine Idee davon, dass es da Draußen im Leben doch irgendetwas gäbe. Gott war mir zu groß. Zwar betete ich zu ihm, und bat ihn darum, dass er mir helfen würde, aber ich spürte keine Verbindung zu ihm. Er blieb für mich irgendein alter steinerner Mann, der doch nichts tat, was mir half, mich nicht so schrecklich ausweglos zu fühlen. Auch wenn es für mich mein normales Lebensgefühl war ständig unter Anspannung, Panik und Schuldgefühlen zu stehen, spürte ich doch, dass es möglicherweise anders sein könnte.

Es waren aber nicht die Geschichten meiner Adoptivmutter, die auf ihre Weise versuchte mir die Bibel zu erklären, oder wie das mit Jesus sei. Ich hörte wie ihre Stimme immer unsicher zitterte, wenn sie von Jesus und der Bibel sprach. Mich irritierte nicht, dass sie unsicher war, mir fehlten die echten Gefühle, denn auch in diesem Bereich fehlten sie in dieser Familie, als hätte sich eine dicke Mauer um ihre Herzen geschlungen. Noch hatte ich diese Mauer nicht, noch fühlte

ich alles und viel zu viel davon, alles tat einfach immer sehr weh.

Vielleicht war es eine der Geschichten, die meine Religionslehrerin eines Tages vorlas, die diesen tiefen Eindruck hinterließ. Sie handelte von einem Jesus, dem Sohn von Joseph dem Zimmermann, der Tote zum Leben erwecken konnte. Ein Mann der Liebe, ein Mann der Güte und Lebendigkeit.

Vielleicht war es auch eine weitere Geschichte, aus der Bibel, die sie erzählte, die den Ausschlag gab mich Jesus zuzuwenden. Ein wütender Jesus vertreibt Geldwechsler und Händler aus dem Tempel. Vorher hatte ich noch nie jemanden davon sprechen gehört, dass Jesus auch wütend werden konnte. Diese Geschichte machte Jesus für mich zu einem echten lebendigen Menschen, jemandem, der Gefühle hatte, dem ich mich nahe fühlte, der mir ein Vorbild sein konnte, der auf meiner Seite war, der für mich wütend sein konnte. Was konnte schon ein gütiger Mensch ohne Haltung ausrichten? War nicht auch meine Adoptivmutter in meinen Augen ein gütiger Mensch?

Vielleicht war es die Hand die sie sich zeitlebens vor die Augen hob um nicht die Wahrheit sehen zu müssen, die sie daran hinderte, für mich und auch ihre eigenen Kinder Partei zu ergreifen.

Jesus wurde zu meinem Begleiter. Immer häufiger sprach ich mit ihm. Ich rief ihn, wenn ich vor schlagenden, Haare ziehenden Händen in mein Zimmer floh, wenn ich wieder auf einen männlichen Schoß sitzen sollte, wenn ich wieder wütend geworden war, wenn sich wieder alles um mich herum drehte, weil ich wieder nicht verstand was um mich herum vorging. Dann bat ich Jesus und Gott darum, mich besser zu machen. Wenn meine Wut und meine Hilflosigkeit abgeflaut waren, konnte ich wieder aus meinem Zimmer gehen, denn

ich vertraute darauf, dass Jesus oder sogar sein Vater mir verzeihen würden, dass ich ein so schlechter Mensch gewesen war. So war ich auch in der Lage mich vor den Familienmitgliedern meiner angeblichen Missetaten zu stellen und sie um ihre Verzeihung zu bitten.

Wenn ich unter ihnen war vergas ich aber Jesus oder Gott, die beiden ließen sich dann einfach nicht blicken, sie schienen immer nur bei mir sein zu können, wenn ich alleine mit ihnen war. Aber auch dann wusste ich, dass ich mir Jesus und Gott nur vorstellte, dass sie in Wirklichkeit nicht existierten, denn ihre Kraft schien nicht einmal groß genug um sich mir zu zeigen und mir wirklich zu helfen. Aber ich versuchte dennoch einige Jahre Kontakt zu Jesus zu bekommen. Dass Gott nicht mit mir Kontakt aufnehmen konnte ich mir erklären, er war ja viel zu weit weg, „irgendwo da oben“. Aber Jesus war ein Mensch und konnte mich wirklich begleiten. Die Vorstellung von Jesus half mir immer wieder daran zu glauben, dass man andere Menschen nicht verletzen durfte und er half mir den Schmerz den ich durch andere erfuhr herunterzuschlucken und wie Schläge auf meinem Rücken zu sammeln und mit mir herumzutragen. Es blieb mir ein Rätsel wieso andere anderen Menschen wehtaten, in Taten wie in Worten.

### **Erziehung durch Bücher**

Welche Ideen hinter der Erziehung der Adoptiveltern standen, kann ich nur erahnen. In einer Akte die ich vom Jugendamt erhalten habe heißt es, dass der Adoptivvater vor meiner Adoption seinen Erziehungsstil verändert habe. Dass unter anderem heftige Prügel, auch mit Gegenständen, über's Knie legen und Ähnliches, diese früheren Erziehungsmethoden bedeuteten, konnte ich vielen Beschreibungen entnehmen, die mir gegenüber geäußert wurden. Manchmal wurde auch recht belustigt darüber

berichtet, so dass man nicht gleich erkannte, dass es sich keineswegs um lustige Erfahrungen handelte. Das ist eine von vielen Formen schmerzhaft Erfahrungen zu verdrängen, die dort wo ich aufwuchs ein fester Bestandteil des Lebens waren.

Es gab auch in dieser Familie die damals in vielen Familien verbreiteten Bücher der „schwarzen Pädagogik“ wie „Der Struwwelpeter“ oder „Waldi“.

„Der Struwwelpeter“ enthielt Geschichten, deren Bilder ich mir als kleines Mädchen wieder und wieder ansah und wieder und wieder vorlesen lies, denn ich spürte immer diese merkwürdigen Gefühle in mir rumoren und fragte die Großen immer wieder über den Sinn der Geschichten aus. Aber sie verzogen keine Miene. Dass man einem Kind den Daumen abschnitt, die Blutstropfen, die stummen Bilder, in denen das einfach abgebildet war, ohne dass sich jemand über diese Grausamkeit auch in meinem Umfeld empörte, erschreckten mich.

Eine weitere Geschichte war die vom Suppenkaspar, der am Ende- verursacht durch seine „Kasperei“- so dünn ist wie ein Faden und schließlich verhungert. Es fühlte sich merkwürdig an, dass auch bei dieser Geschichte keiner aufmerkte, dass es normal zu sein schien, dass ein Kind vor Hunger stirbt und die Erwachsenen einfach dabei zusehen. Dass das Kind selbst daran schuld war schien selbstverständlich zu sein. Damals hatte ich keine Worte dafür, aber diese Gefühle kreisten in mir und haben sich tief in mir eingeprägt.

Und da ist noch die Geschichte von der kleinen Pauline, die in Abwesenheit der Eltern sich selbst und zwei Katzen gänzlich verbrennt. Dadurch dass das Mädchen schließlich durch ihr verbotenes Handeln(Feuer machen) selbst schuld und „böse“ ist. Dieses Ende und die gleichgültigen „geschieht ihr Recht“ Reaktionen, die ich in meinem Umfeld spürte, trafen mich bis ins Mark, etwas in mir weinte verzweifelt und ich versuchte

diese besonders schreckliche Geschichte möglichst auszublenzen, wenn ich in dem Buch blätterte. „Waldi“ war ein Bilderbuch über den frechen Dackel „Waldi“, der allerlei Streiche machte. Ich spürte, dass man mir das Buch aus dem Grund gab um mir verständlich zu machen, warum man mich ebenso mit heftigem Liebesentzug strafe wie es auch mit Waldi in dem Buch getan wurde. Auch hierzu hatte ich keine Worte, aber mein Schmerz der beim Betrachten des Buches aufkam war groß. Ich verstand den kleinen Dackel. Als er traurig durch das Fenster schaut, wie seine Familie fröhlich Weihnachten feiert, fühlte ich mich, als wäre ich der einsame Waldi, der wegen seiner Streiche kein Weihnachtsgeschenk bekommt und zuschauen muss, wie die anderen feiern.

Eine Menge Bildbände füllten die Regalbretter an den Wänden unserer Wohnung. In den Reihen standen alle möglichen Bücher über den Weltraum, Ur-Menschen, das Wetter und vieles mehr. In einem der Bücher waren auch Versuche mit Affen beschrieben.

Ich verstand das Bild nicht, das auf einer der Seiten abgebildet war, und so fragte ich nach. Man sagte mir, dass es sich da um ein Äffchen in einem Käfig handelte, das ein Stück Stoff, das man darin befestigt habe, für seine Mutter halte. Die Selbstverständlichkeit, mit der beschrieben wurde, wie einfach es sei, dem Kind die Mutter zu ersetzen und dass ihm ein Stück Stoff reiche um es in diesem Glauben zu lassen, versetzte mich in einen tiefen Zustand des wortlosen Schmerzes, denn ich spürte, dass ich damit gemeint war, dass ich dieses Äffchen war und man mir nur aus diesem Grund diese Geschichte erzählt hatte. Nie wieder wurde ich das Gefühl los, ein Objekt zu sein, dessen Leben einem Versuch glich.

Eines Tages erzählten die Großen am Tisch etwas über Kannibalen. Schnell wurde klar, dass dieses Thema besonders meinem Adoptivvater gefiel. In welcher Form kann ich an dieser Stelle nicht wiedergeben. Ich saß am Esstisch und meine Adoptivmutter versuchte mir zu erklären, was es mit dem Kannibalismus auf sich hatte: durch das Essen eines anderen Menschen würden dessen Kräfte in einen selbst übergehen. Sie meinte, als sei es das selbstverständlichste auf der Welt, dass auch mein Adoptivvater dieser Idee nicht abgeneigt sei.

## **Gewalt**

Ob es tatsächlich seinem spontanen Impuls- zu dem er offensichtlich neigte- entsprang, dass eines Tages mein Kopf in der Schraubzwinde im Keller des Hauses „landete“ kann ich nicht sagen. Instinktiv versucht sich das Opfer- in diesem Fall war das ich- weniger zu bewegen. Man spürt ja die Kraft der Schrauben und auch die Macht die von der Person ausgeht, die es in der Hand hat, ob noch fester zugeschraubt wird oder nicht. An diesen Stellen zog es mein Organismus wieder vor, weg zu schweben. Um später wieder das Kind zu sein, dem sich andere zuwenden würden, und um ihn nicht zu verraten, was brutale Konsequenzen nach sich zöge, war es wichtig, sofort zu vergessen was dort im Keller geschah. Ein „wieso und warum“ interessiert ein Kind nicht, ein Kind will nur eines: überleben und geliebt werden.

Der Liebesentzug war eine beliebte Einrichtung in dieser Familie. Vielleicht glaubte man wirklich, dass dies die geeignete Form sei ein Kind zu erziehen. Ich hatte bei diesen Aktionen immer das Gefühl die Großen würden dabei fast Freude empfinden dies mit mir zu machen. Ihre Gesichter erschienen mir so erwachsen und würdevoll, und es war unmöglich irgendeine Änderung an ihrer steinernen Miene

hervorzurufen. War es erst einmal zu diesem Zustand bei ihnen gekommen konnte man schreien und weinen, konnte man sagen es täte einem leid, die Kiefer in ihren Gesichtern entspannten sich nicht. Nach einer Zeit, die einem mir unerfindlichen Regelwerk unterstand, war es wieder möglich innerlich auf Knien anzukommen und gnadenvoll wieder etwas Freundlichkeit abzubekommen, widerstrebend, noch überlegend, ob es wirklich schon an der Zeit sei.

Offene Geheimnisse waren in der Familie in der ich aufwuchs ständig präsent. Traurigkeit war eines der Gefühle das verpönt war und auch die Wut. Ich erinnere mich gut an Gespräche, und der Verächtlichmachung wenn ich versuchte zu erklären, wieso ich es gewagt hatte ein solches Gefühl gezeigt zu haben. Mir wurde schnell klargemacht, dass es reiner Egoismus sei, wenn ich solche Gefühle hätte, mit denen ich die andren Mitglieder der Familie belästigen würde. Auch Rückzug und Zurückhaltung waren keine Verhaltensweisen, die in Ordnung waren. Ich hätte eigentlich gerne mitgesprochen mit den anderen, aber die extrovertierte und aufgedrehte Weise mit der bei Familienzusammenkünften miteinander gesprochen wurden, waren für mich unüberwindbare Hürden. Was meine Schuld war, wie man mir sagte, da ich mich nicht durchsetzen konnte. Oft fühlte ich mich unwohl wenn viele um mich waren und es gab auch Geschwister von denen ich mich sehr bedrängt fühlte, weil sie nicht in der Lage waren meine Grenzen zu akzeptieren. Wenn ich mich in mein Zimmer zurückzog wurde das als eine Art Affront aufgenommen und ich wurde nicht in Ruhe gelassen bis ich doch kam. Es war auf meiner Seite nie als Affront gemeint, ich fühlte mich nur oft schrecklich in der Mitte der anderen und wünschte mir die Ruhe und den Schutz meines Zimmers. Gleichzeitig quälte ich mich damit, dass mit mir wohl doch etwas nicht in Ordnung wäre, weil ich nicht die

Nähe der anderen suchte und doch eine große Sehnsucht nach einem herzlichen Miteinander hatte. Aber schon zur Begrüßung wurden Küsse ausgetauscht, die nass waren, wurde mir übers Gesicht gefahren obwohl ich es nicht wollte, wurde ich umarmt, obwohl ich es nicht wollte und ich fühlte mich elend dabei. Wenn ich nur ein klein wenig zeigte, dass mir eine Berührung unangenehm war- was ich nur bei der Jüngsten wagen konnte- wurde ich als Spielverderber hingestellt und ich fühlte wie lächerlich meine Abwehr in den Augen der anderen wirkte.

Die Berührungen durch meinen Adoptivvater waren nicht zu vermeiden, und auch die der beiden Ältesten. Ich verabschiedete mich, schwebte aus diesem brennenden Körper heraus und überließ ihn zu ihrer freien Verfügung. Zwar maulte ich wie die meisten Kinder, wenn ich etwas in der Küche tun sollte, oder beim Tischdecken helfen, aber das war noch die bessere Alternative, als stumm irgendwo zwischen ihnen zu stehen und mich ständig gegen ihre „Aufmerksamkeiten“ wehren zu müssen.

### **Der Schularzt**

Zum Schularzt mussten alle gehen, bevor sie eingeschult wurden und dann ab und zu, wenn allgemeine Untersuchungen aller Kinder anstanden.

Im ersten Stock in einem der Schulhäuser auf dem weitläufigen Gelände der Schule, öffnete sich hinter einer Türe die Welt des Schularztes. In einem Wartezimmer mit riesigem Aquarium und exotischen Fischen nahm man Platz und wartete, dass man dran kam. Hier flüchtete ich mich öfters hin um wenigstens kurzzeitig Entspannung von der ständigen mich betreffenden Hänselei zu finden. Meist gab ich vor unter Bauchweh zu leiden. Dann durfte ich mich auf eine Liege legen, die neben dem Fenster im Vorraum des Arztzimmers aufgestellt war. Ich bekam meistens prophylaktisch einen Esslöffel Saft aus einer ominösen

Flasche eingeflößt. Dann durfte ich mich in Ruhe hinlegen. Im Sommer beobachtete ich die Sportler unter dem Fenster, wie sie draußen auf dem Sportplatz Wettrennen oder Ballspiele, Kugelstoßen oder Weitsprung in den Sandkasten vollführten. Wenn ich genug ausgeruht hatte, ging ich wieder in den Unterricht. Als ich älter wurde, versuchte ich dann meine Verschnaufpausen im Arztzimmer so geschickt zu legen, dass ich anschließend nach Hause gehen konnte.

Beim Schularzt selbst war ich meist nur zu den klassischen Untersuchungen, oder wenn ich wirklich akut krank geworden war. Denn zu ihm ging ich nicht gerne. Er war ein fülliger älterer Mann mit dicker Brille, mit schnaufender Atmung, stets in einen weißen Kittel gekleidet. Er schien in einer Art parallelem Kosmos zu leben. Wenn er etwas nicht wusste, holte er eines der dicken Bücher heraus, studierte schweigend Seite um Seite und murmelte Unverständliches vor sich hin. Zuwider waren mir die körperlichen Untersuchungen.

Besonders wenn ich mit ihm alleine war fühlte ich mich sehr unwohl. Einmal, als alle Kinder wieder einmal untersucht wurden, kam ich an die Reihe. Ich ging mit Angst in sein Zimmer hinein. Die Türe schloss sich hinter mir. Er hieß mich auf der ledernen Liege Platz zu nehmen. Nur in Unterwäsche gekleidet kam ich seiner Aufforderung nach und legte mich auf den Rücken. Schwer atmend untersuchte er meinen kindlichen Körper, hörte mich ab, maß meine Gliedmaßen aus, und murmelte so einiges vor sich hin. Als er meine Füße wie zwei Objekte betrachtete, sagte er mehr zu sich nickend irgendetwas von Spreiz und Plattfüßen, und ließ sie danach wieder auf die Liege sinken. Schwerfällig richtete er sich wieder auf und nahm hinter seinem Altherren-Riesenschreibtisch Platz und schrieb seine Erkenntnisse auf. Mir wurde dann bedeutet, dass ich nun wieder gehen konnte.

**Allein**

In der Zeit in der meine Adoptivmutter ihre Ausbildung anfang, die ihr helfen sollte nach der Trennung den Familienunterhalt zu verdienen, fing es an.

Mein Alleinsein. Ich erinnere mich an unsäglich viele Stunden am Tag, in denen ich nicht wusste, was ich machen sollte. Ich hatte viel Phantasie, mit deren Hilfe ich mir mein Leben verschönte.

Ein paar Mal in meinem Kinderleben nahm sich der älteste Adoptivbruder die Zeit mit mir etwas zu machen. Einmal kam er und baute mit mir die Eisenbahn auf, wie es mir vor langer Zeit versprochen worden war. Ich war fasziniert von den alten Mörklinzügen, von der tatsächlichen Funktion, dass die Züge wirklich auf den silberfarbenen Schienen, die wir auf dem Boden meines Kinderzimmers auslegten, umher fahren konnten und man sie per Steuerung selbst beeinflussen konnte. Ein weiterer dieser seltenen Momente, in denen sich wirklich konzentriert meiner angenommen wurde war, als dieser Bruder seinen grünen Drachen mitbrachte, eine Marionette, die er bewegen konnte, wie er es wollte. Sofort tauchte während seiner Vorführung ich in eine wunderbare Märchenwelt ein.

Unvergesslich bleibt für mich auch ein Tag im Winter, an dem ich ihn und seine Frau besuchte, die an diesem Tag allerdings nicht da war. Er hatte eine Sammlung sehr alter Fotoapparate, die mich faszinierte. Wir machten ein altmodisch gestaltetes Foto von mir. Meine glatt gebürsteten langen dunklen Haare fielen auf eine weiße hoch geschlossene Rüschenbluse. Mein Blick ist sehr ernst, denn auch wenn ich es einerseits genoss Aufmerksamkeit zu bekommen, war sie mir doch zugleich zuwider, da sie nur zu oft Grenzüberschreitungen beinhaltete. Später am Tag, als es Draußen vor den Häusern schon dunkel in der verschneiten Landschaft wurde, gingen wir dick in Schneefeste Klamotten gepackt aus dem Haus. Wir liefen ein Stück spazieren, und bauten dann einen gigantischen

Schneemann, der auf einer Bank unter der gelblich leuchtenden Laterne Platz genommen hatte. Die Freude über dieses gemeinsame Erlebnis blieb mir noch lange in positiver Erinnerung.

### **In andere Welten sinken**

Es gab auch sehr viele schöne Momente zuhause, in denen ich mich entspannt und lustig fühlte. Meistens gab es diese Momente, wenn ich mit meiner Adoptivmutter alleine war. Kamen ihre Kinder oder andere Menschen hinzu, änderte sie ihr Verhalten mir gegenüber oft radikal. Sie war nicht in der Lage die liebevolle Art, die sie alleine mit mir an den Tag legte, vor anderen aufrecht zu erhalten. Wenn andere kamen wurde ich zu einer Art Befehlsempfänger und Aufnehmende ihrer Wünsche an mein Verhalten und Sein.

Das Leben zuhause fühlte sich für mich nie sicher an.

Manchmal war es durch die Abwesenheit meiner Adoptivmutter sehr einsam für mich, und dann wieder war es durch die Anwesenheit des Adoptivvaters und des keineswegs vorhandenen Schutzes vor ihm und seinen übergriffigen Handlungen für mich gefährlich. So flog ich mit Hilfe des Fernsehens in andere, in harmonische, schöne Welten, in denen es mir gut ging, wo sich Eltern um ihre Kinder kümmerten, diese sich immer geliebt, sicher und angenommen fühlten. Wenn es mir zuhause zu eng wurde, entweder weil einige der Adoptivgeschwister da waren, oder ihr Vater, brach ich so oft ich konnte aus, ich ging nach draussen, spielte auf der Straße und als ich älter wurde und wir näher an der Natur wohnten, ging ich auf weite Streifzüge in Wald, Schrebergärten und auf die Felder. Ich fuhr gerne mit meinem Roller, und später mit meinem Fahrrad.

Konnte ich nicht rausgehen, oder wenn ich alleine zuhause war, verkroch ich mich oft vor den Fernseher. Oder ich legte eine der Schallplatten auf, die auf mich eine magische Anziehungskraft ausübten. Ein Geheimnis lag in ihnen, das sie erst Preis gaben, wenn man sie auf den Plattenteller legte und den Saphir langsam auf die Rillen der Platte herabließ. Dass in diesen schwarz glänzenden Gebilden so etwas Schönes wie Musik drin sein konnte, und aus den Lautsprechern tönte, erfüllte mich mit Staunen.

Neben klassischer Musik, die vor allem meine Adoptivmutter mochte, jedoch nie auflegte, standen in dem Plattenregal im Wohnzimmer auch einige aktuelle Scheiben, die meine Adoptivgeschwister gekauft und hier platziert hatten.

Als Sechsjährige entdeckte ich, dass die Musik mich in eine andere Welt tragen konnte, in der ich mich frei und schwerelos fühlte, in der die Hoffnung existierte, dass sich wenigstens eines Tages etwas ändern würde. Die Interpreten waren für mich die Hoffnungsträger, denn sie schienen dort zu leben, wo ich hinwollte, sie sangen davon und ich glaubte ihnen.

Einige Lieder lernte ich schnell auswendig. Wenn ich sie anhörte war ich in einem anderen Raum, ein Raum in dem ich glücklich war.

Tunlichst verbarg ich vor den anderen meine Liebe zur Musik, denn ich wusste, wenn ich nur eine winzige Andeutung gemacht hätte, wäre dieser Traum, der mir half zu überleben, zertrampelt worden mit Worten des Spottes, wie das schon mit so vielen anderen Dingen getan worden war, die ich liebte. Es war die Zeit in der ich begann alles was ich liebte zu verbergen und nach außen unkenntlich zu machen.

Auch beim Fernsehen zeigte ich niemandem, wie sehr es mich bewegte und wie wichtig es für mich war, in den Leben der anderen Familien und deren Kinder zu leben.

Manche Figuren machten mir besonders Hoffnung. Sie vermittelten mir durch die Darstellung ihres- filmischen- Seins,

dass auch ich eines Tages frei sein würde. Sie gaben mir das Gefühl, geliebt zu werden, denn die Warmherzigkeit die sie in ihrer Rolle ausstrahlten und anderen gaben, würde genauso für mich da sein, wäre ich nur Teil ihres Lebens. Was ich ja auch war, denn in den Stunden in denen ich in meiner Vorstellung in ihrer Mitte lebte, war ich ein Teil von ihnen. Die wichtigsten Figuren waren für mich die Männer, die ihre tiefen Werte hatten und eine unbeirrbar Haltung. In diesen Familien würde niemand das machen, was man mit mir tat und dort waren die Kinder und deren Eigenheiten geschätzt und respektiert ohne sich erklären zu müssen. Sie wurden einfach geliebt, auch wenn sie einmal frech und einfach nur sie selbst waren.

Auch die Freiheit spielte eine große Rolle, und der Kontakt mit Tieren und der Natur. Oft weinte ich, wenn ich von einem warmherzigen Lied gehalten wurde und die Sehnsucht nach Hoffnung in mir riesengroß wurde.

Mit der Schule begann die Zeit des Lesens, das ich so schnell ich konnte erlernte. Als ich fließend lesen konnte begann ich mich tiefer und tiefer in die vielen Bücher für Mädchen zu versenken. Ich liebte es mit „Dolly“ oder „Hanni und Nanni“ im Internat zu leben und die überschaubaren Probleme der behüteten Mädchen mizuerleben. Manchmal las ich bis tief in die Nacht, denn ich hatte schwere Ängste und das Lesen verscheuchte alles. Tagsüber kämpfte ich jahrelang mit einer bleiernen Müdigkeit, die sich wie eine Ohnmacht über meinen Tag legte.

### **Angst in der Nacht**

Ein paar Mal durfte ich meine nächtlichen Ängste zeigen, aber dann sollte es der Meinung der Erwachsenen nach damit vorbei sein. Ich wuchs auf, aber die Ängste kamen immer wieder. Ihr unregelmäßiges Erscheinen konnte mit den mir

angetanen Ereignissen zu tun haben, die mir während meiner Kindheit angetan wurden.

Immer wieder konnte ich nicht einschlafen vor Angst. Ich lag erstarrt in meinem Kinderbett und versuchte die Angst unter Kontrolle zu bekommen. Manchmal bat ich meine Adoptivmutter unter meinem Bett, in den Bettkästen, im Schrank, hinter den Vorhängen nachzusehen, ob sich jemand dort verbarg. Sie tat es, aber ich merkte, dass ihr mein Verhalten albern vorkam und so versuchte ich mir selbst zu helfen, indem ich selbst in jenen Nächten in denen meine Angst besonders groß war, nachsah. Aber das machte es oft nicht gerade leichter für mich, denn wenn ich nachgesehen hatte, und wieder im Bett lag, fragte ich mich, ob ich wirklich richtig nachgesehen hätte, und so musste ich wie unter einem Zwang noch einmal und noch einmal und noch einmal nachsehen, so als könnte ich meinen eigenen Augen nicht trauen.

Besonders schlimm war es, wenn ich diesen einen Traum hatte, der mich noch über viele Jahre, auch während meines Erwachsenseins begleiten sollte. Es war der Traum von einem Übergriff, den ich tatsächlich erfahren habe. In diesem Traum liege ich im Bett und ich sehe den – vom Licht- gelben Türspalt. Außer diesem Spalt ist es stockdunkel. Ich weiß, dass gleich der Mann hineinkommen wird, der mich anfassen und um die Hüfte packen wird, dann werde ich wieder aus meinem Körper herausgehen und mich später nicht mehr an den Überfall erinnern können. Nur noch im Traum. Die Furcht, die mich in diesem Traum begleitet ist Todesangst. Sie ist mit nichts zu vergleichen, es gibt nichts Schlimmeres, nichts Lähmenderes, nichts, das einen Menschen mehr erstarren lassen könnte und das vom Kopf bis zur Fußsohle. Ich fühlte mich in diesem Traum als würde ich gleich sterben. Ich starb nicht, ich erwachte und der Traum war nicht zu Ende. Der Traum ging immer erst langsam aus mir heraus, wenn ich es schaffte das Licht anzumachen und nach und nach begriff,

dass ich mich nicht mehr in der Szenerie aufhielt, die ich als kleines Kind in der Dunkelheit und Einsamkeit meines Zimmers erfahren musste.

Oft versuchte ich nach dieser geträumten Erinnerung wach zu bleiben, denn ich fürchtete nichts so sehr wie wieder in diesen Traum hinein zu fallen. Es war, als würde der Teufel selbst dort auf mich warten, als wären meine eigenen Träume sein zuhause geworden in das er sich eingenistet hatte.

Manchmal durfte ich eine Schlaftablette einnehmen, damit ich einschlafen konnte. Eine Halbe reichte.

## **Liebe**

Bis heute behaupten diese Menschen, die mich eigentlich lieben müssten und zu mir stehen- wie ich es bei ihnen machen würde- dass ich meine Nöte mit denen ich aus meiner leiblichen Familie kam, lediglich auf sie übertragen hätte, dass mir in dieser Familie nichts zugestoßen sei. Ihr Vater sei lediglich so etwas wie ein verrirrter Hippie gewesen, der seine Fehler hatte, mich nicht leiden konnte, aber mehr sei das nicht gewesen. Zu einem Teil haben sie Recht: es gab schwierige Umstände aus denen ich kam und ich habe Überwältigendes zwischen meinen Großeltern mitbekommen und sicherlich war das Babysein bei einer psychisch kranken Mutter zeitweise von einschneidender Natur.

Andererseits allerdings schließen traumatische Erfahrungen in der einen Familie traumatische Erfahrungen in der anderen nicht aus. Bei mir ist das jedenfalls leider der Fall. Ich musste früh erfahren, dass ich auf unterschiedliche Weise in beiden Familien nicht sicher war.

Obwohl ich so wenig von meinen leiblichen Verwandten hatte, haben sie mir immer das Gefühl vermittelt, geliebt zu werden. Ich habe nie ähnliche Gefühle von meiner Adoptivfamilie erfahren. Zweifellos haben sie sich auf ihre Weise bemüht für mich da zu sein, vor allem meine Adoptivmutter und der jüngere Sohn, und es gab ja auch eine Menge positiver Erfahrungen.

Aber die Liebe, die Annahme, die Freundlichkeit mir als ihnen auf Gedeih und Verderb anvertrautem Wesen, meinen Eigenschaften und meines Seins gegenüber habe ich durch sie einfach nicht erfahren. Mich hat vor allem die Liebe meiner leiblichen Familie überleben lassen. Meine Mutter, der ich nicht nah sein konnte, die mich aber mit liebevollen Gedanken stützte und schützte, wie ich heute weiß. Ihre Schwestern, ihr Bruder und seine Frau, sie haben mich getragen. Mein Opa, in all seiner Brüchigkeit vermochte es dennoch durch seine Herzengüte und ehrliche Liebe zu mir, mir das zu geben, was mir sonst niemand geben konnte. Er hat mir vermittelt, dass ich ein wertvoller Mensch bin, um den zu kämpfen es sich lohnt. Das Gefühl willkommen und geliebt zu sein, so wie ich bin, habe ich durch ihn erfahren und er hat mir damit das Leben gerettet, er hat auf diese Weise mein Innerstes geschützt und genährt. Ich bin sicher, ohne diese Zuwendung hätte ich meine Kindheit nicht überlebt.

## **Pubertät**

Mit zwölf Jahren erzählte mir meine Adoptivmutter, dass sie gerne wieder mit dem Adoptivvater zusammenziehen würde. Ich weiß noch, dass ich, als sie mir das erzählte in einem der mit einem kratzigen Stoff bezogenen Wohnzimmersessel saß. In mir tat sich der Boden auf, es brach eine Welt in mir zusammen wie während eines Erdbebens. Nie vorher hatte ich mit dieser Deutlichkeit gesprochen, wie ich es tat, als ich ihr schreiend antwortete: sollte der Adoptivvater wieder

einziehen, würde ich ausziehen. Ich dachte nicht daran, wie ich das bewerkstelligen würde, aber für mich war klar, dass ich mit diesem Mann nicht mehr unter einem Dach leben würde.

Die Pubertät war für mich einerseits der Beginn großer Hoffnung, andererseits auch der Weg in die Hoffnungslosigkeit, denn alle Hoffnungen stellten sich als Irrweg heraus.

Dass sich mein Körper veränderte, merkte ich manchmal. Meine Oberschenkel habe ich als ungewöhnlich dick empfunden und dass meine Brust wuchs merkte ich dadurch, dass sie wehtat, wenn sie berührt wurde. Mit dreizehn Jahren bekam ich meine Tage. Das machte mir Angst. Meine Adoptivmutter tröstete mich, meinte, dass das nichts sei vor dem ich mich ängstigen müsste und das beruhigte mich. Ich spürte das erste Mal eine Art Stolz, und ein Gefühl als würde etwas Schönes, Positives und ganz eigenes auf mich als Mädchen und werdende Frau warten. Ich erzählte meiner Klassenkameradin stolz, dass ich nun meine Tage hätte. Sie meinte, dass das toll wäre, aber dass sie auch irgendwie Angst davor habe. Ich fühlte mich glücklich.

Das Vertrauen zwischen einem männlichen Mitglied der Familie und meiner Adoptivmutter war jedoch so groß, dass sie ihm erzählte, dass ich zum ersten Mal meine Tage hatte. Ich saß in meinem Zimmer und genoss den hellen Sonnenschein, der von draußen durch die Fenster herein schien, als er hereinkam und zu mir trat. Er wollte mich dazu beglückwünschen, dass ich nun zur Frau würde. Seine ausgestreckten Hände griffen bestätigend an meine wachsende Brust.

In diesem Moment fluteten Scham und Wut in mir nach oben, gleichzeitig sackte etwas in mir zusammen und verschwand. Ich wusste, dass ich gegen ihn nichts ausrichten konnte, es

war ja ein rechtsfreier Raum in dem ich lebte. Also ließ ich es geschehen. Als er gegangen war, hatte sich mein Glück verabschiedet, meine Pubertät war unter seinen Händen zerbrochen. Ich fühlte nicht mehr, dass es etwas Schönes sein würde, zur Frau zu werden, ich fühlte nur noch den Griff seiner Hände, seinen Geruch, seine Bartstoppeln und Grobheit auf meiner Haut brennen. Eine meiner wenigen Hoffnungen, das verbliebene aufkeimende Gefühl in meinem Körper war wie eine zarte Blume unter seinem Stiefel zertreten worden.

Ich war wütend auf den Verrat meiner Adoptivmutter und konnte keine Antwort darauf finden, wieso sie ihm das Intimste von mir selbst verraten hatte. Sie flüchtete sich in Ausreden und ich erzählte ihr nicht was er gemacht hatte.

Eine meiner Freundinnen kam auch in den Genuss der Grobheit meines Adoptivvaters. Eines Tages kam sie mit mir nach der Schule nach Hause. Ich war es schon gewohnt, dass er manchmal einfach da war, und normalerweise zog ich mich schnell in mein Zimmer oder nach Draußen zurück, um ihm möglichst nicht zu begegnen. Er richtete meist den Garten, denn er hatte verschiedene zu dieser Zeit recht progressive Ideen bezüglich des biologischen Gartenbaus. Zwar hatten wir zu der Zeit nur einen überschaubaren Garten, das kleine Rechteck eines kleinen Reihenhauses, aber hier tobte er sich aus.

Man stellt sich vielleicht während meiner Beschreibungen einen üblen ungebildeten Klotz vor- aber so war er nicht, nicht nur jedenfalls. Er hatte ebenso wie die meisten Familienmitglieder studiert und war ein gebildeter, politisch interessierter Mann mit vielen Interessen, auf den die Frauen trotz seines wenig attraktiven Aussehens flogen wie die Fliegen. Er nahm sich was er wollte und ließ darüber auch niemandem im Unklaren. Sein Leben lang experimentierte er auf vielerlei Gebieten, probierte sich aus. Er handelte oft

impulsiv und gewalttätig, und war gleichzeitig schlagfertig und geistreich im Dialog, er war aber auch sehr verletzend und traf mit sicherem Zungen- Schlag mitten in den verletzlichsten Punkt eines Menschen hinein, was ihm obendrein Spaß zu machen schien. Er genoss seine Macht über andere und vor allem über Kinder, deren Schwäche und Angewiesenheit er zu hassen schien.

An diesem Tag, als meine Freundin zu Besuch kam, wollte er, dass wir ihm im Garten helfen. Wir sagten ja, denn er war kein Mann, bei dem man Nein sagen konnte, es sei denn man wollte Zwangsmaßnahmen in Kauf nehmen.

Vom Garten aus führte eine Treppe hinunter zum Haus direkt an die Kellertür. Er wies uns an, ihm den Rasenmäher aus dem Keller zu holen und die Treppe hinaufzubringen. Für uns Mädchen war das Gerät nicht leicht. Wir konnten jeweils nur wenige Stufen die Treppe hinauf gehen, mussten dann den Rasenmäher absetzen und verschnaufen. Ungeduldig wartete Heinz oben an der Treppe. Er hielt eine Hacke mit langem Stiel in seiner Hand. Auf einmal sah ich wie er seinen Arm ausstreckte und die Hacke in den zusammengebundenen krausen Haaren meiner Freundin einhakte. Auf diese Weise fing er nun an sie die Treppe nach oben zu ziehen. Ich sah in das sich rötlich verfärbende Gesicht meiner Freundin, Scham und Angst zeichneten sich nur allzu deutlich darauf ab. Wir mussten lachen und gleichzeitig fühlten wir uns zum Heulen, aber wir hätten uns nie getraut das zu zeigen, denn ich wusste, dass ihn das provoziert hätte. Mit aller Kraft schoben und zogen wir nun den Mäher nach oben in den Garten. Dort hakte der Adoptivvater, für den das die normalste Sache der Welt zu sein schien, die Hacke wieder aus ihren Haaren und wir Mädchen gingen mit zitternden Gliedern ins Haus.

In Zukunft fragte sie immer, ob „er“ zuhause sei, wenn sie mich besuchen wollte.

Es gelang mir kaum mich gegen ihn zu wehren, denn er strahlte eine solche Gewalttätigkeit und Macht aus, dass das auch sehr unklug gewesen wäre. Mit meiner Pubertät wurde ich aber aufmüpfiger und versuchte mich darin ihm zu spiegeln was er tat. So winzig diese Momente des Wehrens erscheinen mögen, es waren für mich Meilensteine. Momente in denen ich vor mir selbst immerhin Spuren meiner eigenen Würde wiedergewann.

Er war wieder einmal an einem Wochenende zum Mittagessen bei uns, und saß ganz Chef am Kopfende. Eine andere Freundin von mir aß an diesem Tag mit uns am Tisch. Ich nahm mir, als wir beim Nachtisch angekommen waren etwas Zucker. Da kam von ihm die Bemerkung, dass ich aufpassen sollte, denn Zucker mache groß. Er wusste wie empfindlich ich wegen meiner Größe und der ständigen Hänseleien war, die ich viele Jahre einstecken musste. Er schien das lustig zu finden. Mir tat es weh. Einen Moment lang überlegte ich, dann sagte ich, während ich mich schnell von meinem Platz erhob und aus der Essecke hinaus in den Flur zu meinem Zimmer hinauf flüchtete, dass Zucker dick mache. Er neigte auf Grund seiner Essgewohnheiten zum Übergewicht.

Die Ausweglosigkeit aus meiner Lage in diesem Leben, in dieser Familie, die mir willkürlich zugeteilt worden war, zerbarst mich innerlich.

Wut ist eine Kraft, die uns Menschen auch darum gegeben ist, um uns aus Situationen zu befreien, die uns ausweglos erscheinen. Sie verleiht in Kombination mit mindestens einem Funken Würde, zum Beispiel Frauen die Kraft sich von einem gewalttätigen Mann zu trennen, oder sich zu wehren, wenn man angegriffen wird. Sie zeigt uns, was falsch und richtig ist, was erträglich ist, und wo man sich wehren oder in Sicherheit bringen sollte. Wut kann zu gesunden und sehr lebensbejahenden Entscheidungen führen. Jedoch wird Wut

immer noch oft verwechselt mit einem Gefühl das einzig und alleine Unglück über andere Menschen bringt. Der konstruktive Umgang mit Wut lernt sich leicht in einer Umgebung in der es erlaubt ist seine Meinung zu sagen, in der dieses Gefühl sein darf. Oft darf sie aber nicht sein. Ich bin davon überzeugt, dass viele Menschen an unterdrückter Wut leiden, die sie geradezu von innen her vergiftet und sich in vielerlei Dingen verdeckt oder verletzend zeigen kann. Wie z.B. in doppelten Botschaften, Boshaftigkeit, Zynismus, aber eben auch in starken Impulsen andere zu verletzen.

In einem in der Kindheit schwer verletzten Menschen sammelt sich durch das gewalttätige Einwirken der Erwachsenen und der eigenen Hilflosigkeit und den eingeschränkten Möglichkeiten sich zu wehren natürlicherweise Wut.

Denn natürlicherweise möchte ein Mensch sich wehren können, wenn er verletzt wird. Kinder können das aber kaum tun, da ihre Abhängigkeit von der Bindung zu den sie Versorgenden nicht gefährdet werden darf und der Preis des Liebesverlustes viel zu hoch wäre. Und so müssen sie die natürlichen Abwehrmechanismen die der Verteidigung ihrer Person dienen, zurückstellen und sind dazu gezwungen die Wut und den körperlichen und psychischen Schmerz zu unterdrücken.

## **Adoptivoma**

Von klein auf besuchten meine Adoptivmutter, Linda und ich alle paar Wochen meine Adoptivoma. Sie wohnte im Sommer in einem großen Haus auf dem Land und im Winter in einem noch größeren Haus in der Stadt. Das Haus in der Stadt lag auf einem innerstädtischen Hügel. Das Grundstück hatte ein Tor, durch das man auf einer eigenen Zufahrt nach oben auf das große herrschaftliche Haus zufuhr. Eine breite Treppe führte dann zum Haupteingang hinauf.

Im Erdgeschoss wohnte meine Adoptivoma.

Im Eingangsbereich des Erdgeschosses war es dunkel. Dort standen ein großer Spiegel und ein sehr alter lederner Schirmständer. Ein schmaler Flur führte am Bad und einem weiteren Raum vorbei zur geräumigen, hellen Küche.

Meine Oma hatte eine eigene Haushälterin, Frau Wärter, die lange Zeit viele Aufgaben des Hauses übernahm, und auch für uns kochte, und das Essen servierte, wenn wir zu Besuch kamen.

In meiner Erinnerung schien oft die Sonne durch die mit weißen Küchengardinen geschmückten Fenster, während Frau Wärter resolut das Essen zubereitete. Gerne hielt ich mich bei ihr in der Küche auf, sah ihr bei der Zubereitung der Speisen zu, wenn ich mich unter den anderen unwohl fühlte.

An das Wohnzimmer schloss sich auf der einen Seite ein Wintergarten an, und auf der gegenüberliegenden Seite gelangte man durch eine Türe in das Arbeitszimmer meiner Adoptivoma.

Oft hatte ich große Sehnsucht eines der Fenster im Wohnzimmer zu öffnen. Die trockene Luft und Atmosphäre im Raum lösten bei jedem Besuch ein merkwürdiges Gefühl aus. Etwas, das sich nur als eine „leere Traurigkeit“ beschreiben lässt.

Auf einem kleinen Wagen wurden die Speisen serviert, die auf kleinen elektrischen Platten extra warm gehalten wurden. Heiße Teller wurden vor uns Sitzenden aufgestellt, und die dampfenden Speisen serviert. Meistens gab es Schweinelendchen mit Gemüse und einer Soße die verlockend braun nach herrlicher Bratensoße aussah, aber nach „nichts“ schmeckte.

Manchmal gingen wir alle spazieren. Wenn ich nicht Malen wollte, ging ich nach dem Essen nach Draußen in den großen parkähnlichen Garten. Hier stand eine beeindruckende Tanne mit langen Nadeln und Zapfen an ihren Ästen. Manchmal sah ich ein orangefarbenes Eichhörnchen keck herumspringen, das auf seinem Weg durch die Zweige allerlei ausgefressene Hülsen auf den Boden zwischen die rotbraunen Tannennadeln fallenließ.

Linda hielt sich meist woanders auf, wenn ich draußen spielte. Oft sehnte ich mich danach mit ihr etwas zu machen, aber selbst wenn wir es taten schlug die Stimmung innerhalb kürzester Zeit um. Ich konnte mir nie erklären, wieso und versuchte stets von neuem, einfach ihre kleine Schwester zu sein, aber ich schien für sie etwas anderes zu sein, etwas mit dem sie sich nicht dauerhaft anfreunden konnte.

Die Zimmer im Winterhaus meiner Adoptivoma waren mit dunklen schweren Antiquitäten bestückt. Von den Wänden schauten goldumrahmte Menschen ernst und würdevoll auf uns herab. Dicke Ohrensessel luden zum Verweilen ein. Vieles, das diese Räume ausfüllte kannte ich nicht aus anderen Häusern und Wohnungen, es fühlte sich geheimnisvoll an und als wären wir ab und zu in einer anderen Welt zu Besuch.

Auch meine Adoptivoma selbst war für mich interessant. Angst hatte ich keine vor ihr, die dünne Frau mit der manchmal verrutschenden, grauen Perücke wirkte sehr ruhig und vornehm auf mich. Tief beeindruckt war ich von ihrer Fähigkeit zu allem und jedem ein Zitat oder ein Gedicht aufsagen zu können und damit das jeweilige Thema noch einmal auf eine völlig andere Weise zu umfassen. Ich war es von meiner Adoptivfamilie gewohnt, dass man über Politik, Wirtschaft und Kulturelles auch im Alltag sprach, aber die Welt in der sich meine Adoptivoma befand, schien sich in einer Art Parallelwelt der Vergangenheit abzuspielen.

Ich empfand sie als eine freundliche Frau die ich mochte, auch wenn sie emotional kaum zugänglich war. Ich brachte ihr großen Respekt entgegen.

Erst nach ihrem Tod erfuhr ich, dass sie mich trotz der Bindung die ich zu ihr aufgebaut hatte nie ganz akzeptiert hatte, ich für sie immer noch der „Bankert“ des Amerikaners geblieben war. Nur der Großzügigkeit ihrer Enkel verdanke ich einen Teil des Erbes, den sie mir eigentlich verweigern wollte.

Das Sommerhaus meiner Oma befand sich in einem kleinen Ort im Südwesten Deutschlands. Wenn wir dorthin fahren um einige Tage bei ihr zu verbringen, schien die Zeit auch hier auf eigentümliche Weise stehengeblieben zu sein. Man fuhr von der Hauptstraße eine Seitenstraße hinauf, über die Eisenbahnschienen, ein schmales Strässlein führte an einem Bauernhof vorbei, dann gelangte man rechts hinein in die großzügige Einfahrt des Landhauses.

Bevor man zur Garage gelangte kam man an einem kleinen Häuschen vorbei, das pikanterweise eine ehemalige Geliebte meines Adoptivgrossvaters bewohnte. Dann, am Ende der Einfahrt thronte umrahmt von großen Bäumen das Haus. Über einige Treppen stieg man hinauf zum Eingang.

Hinter der Eingangstüre befand sich eine kleine Garderobe, dann trat man in das Haus ein. Die Eingangshalle empfing uns. Über eine mit rotem Samtteppich ausgelegte Treppe kam man zu den Schlafzimmern und einem Bad nach oben. Unten Wohn- und Esszimmer, die durch eine Türe voneinander getrennt waren. Vom Wohnzimmer aus konnte man einen kleinen Abstecher in eine Art Bibliothekserker machen, oder auch durch eine weitere Türe in den Wintergarten gehen. Von hier aus, oder über die Terrassentüre im Wohnzimmer gelangte man auf die steinerne Terrasse, an deren Ende ein kleiner Springbrunnen in den Boden eingelassen worden war. Gerne ging ich die Stufen herunter in den großen Garten mit dem verwitternden Swimmingpool. Zuerst wurde man von

einer Art kleinem Wald empfangen, dann brauchte man nur dem Weg zu folgen, der auf eine große Wiese führte an die sich ein Bauerngarten anschloss. Hier pflanzte Frau Wärter die Erbsen an, die wir in unserem von ihr zubereiteten Essen wiederfanden. Mich faszinierte es, dass aus den kleinen grünen Pflänzchen, die sich nach und nach an langen in der Erde steckenden Stäben entlang nach oben ringelten, essbare Erbsen geerntet wurden. Diese kleine fleißige Frau mit der weißen Schürze sah ich oft im Garten mit ihren zupackenden rauen Händen die Erde aufhacken oder die Erbsenhülsen von den Pflanzen klauben. Auch der Himbeersirup, der in mit orangenen Gummis verschlossenen Glasflaschen im Keller lagerte und der bei Tisch gereicht wurde stammte mindestens zu einem Teil aus diesem Garten. Manchmal verstand ich nicht was sie zu mir sagte, ihr badischer Akzent und die Schnelligkeit ihrer Sprechweise verwischten die Zeilen in meinen Ohren. Aber das machte mir nicht viel aus. Sie zeigte mir so einiges in ihrer Küche und ich verstand ohne viele Worte wie man ihre herrliche Mehlsuppe kochte, ohne dass sie verklumpte.

### **Imaginäre Fluchten**

Meine notwendige Flucht vor der Realität in das Reich meiner Vorstellung begann früh. Schon mit etwas über zehn Jahren begann ich meine Tagträumereien mit der Anwesenheit imaginärer Freunde zu füllen. Ich versuchte mir mit aller Kraft einen Freund vorzustellen. Er sollte mich verstehen, immer zu mir stehen, bei mir sein, mir zuhören und mich auch in den Arm nehmen. Da ich mich immer einsamer und alleingelassen fühlte wurde meine Vorstellung von einem Freund immer intensiver betrieben.

Wenn ich z.B. wieder einmal als Babysitterin zu meiner Adoptivschwester fuhr, verbrachte ich die Zeiten in denen ich große Ängste vor dem Allein sein hatte in dem Zimmer in dem ich schlief damit, dass ich mir stundenlang vorstellte, dass da ein Freund wäre der mich liebte.

Je älter ich wurde desto mehr spielte Zärtlichkeit neben Vertrauen und freundschaftlicher Verbundenheit eine Rolle. Ich lehnte mich an die Wände der jeweiligen Zimmer in denen ich darauf wartete, dass die Zeit vorüberging und versuchte mir die kühle Rauhfasertapete wegzudenken und an ihre Stelle die liebevollen Arme eines verständnisvollen Freundes. Aber auch andere Räumlichkeiten konnte ich nutzen. Damals waren die Telefonzellen noch mit Türen versehen, die man hinter sich schließen konnte. Oft fühlte ich mich mitten in dem Ort in dem wir wohnten so einsam, dass ich in die Telefonzelle floh, den Telefonhörer am Apparat abnahm, und so tat als würde ich Geld einwerfen, eine Nummer wählen, obgleich am anderen Ende kein Mensch sondern nur ein durchdringendes Tuten auf mich wartete. Das verdrängte ich einfach und sprach mit einem Menschen meiner Vorstellung, als wäre der am anderen Ende der Leitung.

Einsamkeit und der Wunsch diese auszugleichen steigerten sich immer mehr, so dass ich in der Leere meines Zuhauses oft meine Verlassenheit nachspielte und mir andere Menschen um mich herum ausdachte, die sich um mich sorgten.

### **Tiefe Freundschaft**

Die Freundschaft zwischen mir und Julia aus einer anderen Klasse in der Schule festigte sich.

Einmal belegten wir das Bad zuhause stundenlang, um uns zu schminken und zu parfümieren, denn wir planten unseren ersten gemeinsamen Besuch im Zentrum unserer Stadt. Nachdem wir unsere Gesichter meterdick mit Make-Up

eingekleistert und merkwürdige Stirnbänder mit Werbeschriftzügen um den Kopf gelegt hatten, die wir damals als sehr schick empfunden hatten, machten wir uns auf den Weg zur Straßenbahn und fuhren bis zum Bahnhof. Dort angekommen liefen wir ziellos und wie Hühner kichernd umher. Irgendetwas geriet aber damals in mir plötzlich aus dem Gleichgewicht. Die Blicke und Aufmerksamkeit die wir von den Männern erhielten versetzten mich in Panik und ich war froh, als es vorbei war, wir wieder nach Hause fuhren.

Immer öfters verbrachte ich meine Freizeit auf der Eisbahn. Zuerst erschrak ich, weil ich feststellte, dass ich mit den Schlittschuhen an den Füßen noch größer war als ich sowieso schon war, und mir diese Form ungewollt Aufmerksamkeit auf mich zu ziehen äußerst unangenehm war. Aber als ich merkte, dass die anderen um mich herum ja auch ihre Schlittschuhe anzogen, und sie sich damit ebenso wie ich körperlich erhöhten, beruhigte ich mich. Allerdings genoss ich die Momente in denen ich die Schlittschuhe von den Füßen nahm und ich die Kinder um mich herum endlich einmal größer als mich wahrnehmen konnte. Wenn es doch immer so hätte sein können, die unendliche negative Aufmerksamkeit nicht ständig auf mich geglitten wäre.

Anfangs lieb ich mir Schlittschuhe aus bis ich meine eigenen geschenkt bekam. Diese weißen ledernen Mädchenschlittschuhe waren ein Traum für mich und ich genoss es auf ihnen meine Runden auf dem Eis zu drehen. Am schönsten war es, wenn meine Freundin Julia mit dabei war. Sie war ein sehr warmherziges Mädchen und wir mochten uns von Anfang an sehr gerne. In ihrer Nähe fühlte ich mich sicherer und mehr geborgen als mit irgendeinem anderen Menschen. Zwar konnte ich in meiner Kindheit und Jugend nie tiefgreifender über die schrecklichen Erfahrungen sprechen, einfach weil ich sie selbst ständig verdrängte sobald sie passierten, aber meine Freundin Julia verstand

mich dennoch und gab mir immer das Gefühl von absoluter Solidarität. Ich bin mir sicher, dass sie spürte wie notwendig vieles für mich gewesen wäre, das mir nicht gegeben wurde.

Ich liebte es auch bei ihr Zuhause zu Besuch zu sein. Aber ich hatte hier trotzdem die gleichen Probleme wie ich sie bei allen anderen Kindern auch hatte: wenn ich Eltern begegnete brachte ich kein Wort über meine Lippen, ich erstarrte innerlich.

Ich verdanke meiner Erfahrung mit Julias Familie, dass ich merkte, dass es nicht nur im Fernsehen Familien mit dem Herz an der richtigen Stelle gab, sondern auch in der Realität. Hier gab es echte Probleme und es wurde gestritten, gerungen, sich auseinandergesetzt. Probleme konnten nicht immer gelöst werden, aber sie wurden auf den Tisch gelegt und mit allen dazu gehörigen Gefühlen aller Beteiligten ernst genommen und diskutiert. Es wurde geschrien, geweint und gestritten- aber nach dem Gewitter zogen die Wolken wieder weiter, oder sie hatten sich abgeregnet und die geklärte Wärme die sich dann in der Familie ausbreitete war für mich zu spüren wie eine warme Decke. Hier schien es keine Gefühle zu geben, die nicht sein durften, die verboten waren und diese Erkenntnis bestätigte mein inneres Wissen, dass es so auch richtig war, und ich mit meinen Empfindungen ganz und gar nicht falsch war, auch wenn ich dies in meinem Zuhause immer und immer wieder gespiegelt bekam.

### **Sehnsucht**

Immer stärker wurden meine Wünsche einen Freund zu gewinnen. Gleichzeitig war ich nicht in der Lage einem anderen Menschen mein wirkliches Wesen, mein Inneres zu zeigen. Ich hatte gelernt dass es besser war mich zu verbergen und manches sogar so weit zu verdrängen und von mir abzuspalten, dass ich gar nicht mehr wusste, dass das

auch ein Teil von mir selbst war. Doch nur auf diese Weise gelang es mir, zu überleben.

Der Teil von mir, der sexuelle Gewalt und die anderen traumatischen Erfahrungen gemacht hatte, lebte weit weg von mir. Er kam immer nur dann zum Vorschein, wenn ich wieder etwas Überwältigendes erlebte, flog dann aber sofort wieder weg in den hintersten Winkel meines Seins. Allerdings waren meine Folgen der schwerwiegenden Erfahrungen- sowohl die aus meiner Herkunftsfamilie, als auch die in der Adoptivfamilie- tagtäglich spürbar und sehr behindernd für mich. Es war mir nie möglich sie bei Seite zu legen, es sei denn ich war ganz alleine, mit meiner Adoptivmutter oder mit einer Freundin zusammen. Wenn ich ansonsten unter Menschen war, erstarrte, verstummte, erlahmte ich und hatte keinerlei Zugriff auf meine alltäglichen Fähigkeiten, sie wurden durch meinen immerzu von Stresshormonen durchspülten, traumatisierten Organismus völlig blockiert.

Diese Folgen führten wiederum dazu, dass man mich nicht oder missverstand.

Damals gab es in der Bevölkerung kein Wissen über Trauma und Traumafolgen, und dies machte es sehr schwierig für Menschen wie mich- und selbstredend die Heere von Menschen die traumatisiert aus Krieg und Holocaust kamen, oder wie ich in ihrer Kindheit von sexueller Gewalt, Misshandlungen und Vernachlässigung geprägt wurden. Auch wenn es einige Menschen gab, die durch ihr Feingefühl und ihre Freundlichkeit und Empathie mir gegenüber in der Lage waren intuitiv zu verstehen, dass hier ein Mädchen in Not war und Warmherzigkeit bitter nötig hatte. So manche meist kurzen Begegnungen zeigten mir, dass es diese Menschen gab. Und selbst diese kurzen Momente gaben mir genug Hoffnung auf ein „eines Tages“, so dass ich mich nicht umgebracht habe.

Das Mobbing in meiner Klasse wurde nicht weniger, aber ich wurde älter und setzte mich mehr zur Wehr, dennoch fühlte ich mich weiterhin meist wehrlos und daran gewöhnte ich mich nie.

Inzwischen hatte mich ein älterer Schüler als willkommenes Opfer ausgeguckt. Er stand nach der Schule immer hinter dem Zebrastreifen, der vom Ausgang der Schule auf den Weg zur Straßenbahn führte. Anfangs genügte es ihm mich mit gemeinen Sprüchen über meine Körpergröße zu traktieren. Als ihm das nicht mehr reichte, trat er mich mit Füßen. Zwar war ich es seit der ersten Klasse gewohnt gehänselt zu werden, und dass ganze Gruppen von Jungs hinter mir her liefen und in der Schule gelernte Lieder auf mich umdichteten und mir hinterhersangen. Auch der eine oder andere Tritt war dabei gewesen, aber bisher war ich nicht derart offensiv in den Fokus älterer Schüler geraten. Ich fühlte mich damals mehr und mehr bedroht, und ich schaute nach dem Unterricht inzwischen immer schon von weitem, ob er wieder vor der Schule stünde. Schließlich begann ich die Schule zu schwänzen.

Morgens, wenn meine Adoptivmutter mich im Haus verabschiedete tat ich so als ginge ich zur Schule, bog dann aber oftmals in einen anderen Weg in der Umgebung ab. Meist streifte ich dann in die Schrebergärten hinein, weil ich mir auf diese Weise sicher sein konnte, dass meine Adoptivmutter die im Ort arbeitete mich nicht erwischte, wenn sie mit dem Auto zur Arbeit fuhr. Oft fuhr ich auch etwas später als meine Klassenkameraden mit der Straßenbahn los, und stieg nach ein paar Haltestellen aus, um zu Fuß durch den Wald die Hügel hinunter in die pulsierende Stadt zu gehen.

Die Erleichterung, die mich erfasste, wenn ich im Wald zwischen den hohen gütigen Bäumen oder in den blühenden Schrebergärten ankam, war unbeschreiblich. Ich genoss jede

Sekunde dieses leichten Gefühls, das im krassen Gegensatz zu der extremen Anspannung stand, der ich ansonsten an jedem einzelnen Schultag ausgesetzt war.

Mit 13 Jahren zog ich das erste Mal an einer Zigarette. Gemeinsam mit meiner Freundin Julia rauchte ich heimlich zuhause wenn sie bei mir übernachtete. Mein Schlafzimmer schloss sich direkt an den Balkon an. Dort hielten wir uns gerne auf, kicherten, und genossen mit diebischer Freude die empörten Ruf meiner Adoptivmutter, die rief sie würde genau riechen, dass wir rauchen würden, was wir natürlich empört von uns wiesen.

Meine Raucherei war nicht aufzuhalten, sie begleitete mich überall hin und gab mir nun auch wenn ich alleine draußen war das Gefühl wirklich für mich zu sein und die Wirkstoffe versetzten mich in einen anderen Zustand, der mir half alles besser auszuhalten.

### **Beerdigung und danach**

Manchmal hatte es Hoffnungsschimmer gegeben, dass ich doch eines Tages noch die Liebe meines Adoptivvaters erringen könnte und diese packte ich auch immer beim Schopfe. Ich hoffe, dass wir uns eines Tages aussprechen würden und alles sich auflösen und gut werden würde. Einmal brachte ich von meiner Schule Roggensamen mit und da Heinz sich während seiner späteren Besuche viel in unserem Garten aufhielt, zeigte er mir, wie man sie anpflanzt. Dieses Glücksgefühl von ihm gesehen zu werden, etwas gezeigt zu bekommen versetzte mich derart in ein Gefühl der Hoffnung, dass ich wieder einmal meinte, jetzt würde er mich vielleicht doch lieb haben und alles würde anders werden.

Der Roggen wuchs in dem kleinen Beet zwischen Nachbarzaun und Wiese tatsächlich kräftig nach oben und

schließlich entwickelten sich auch zu meinem Entzücken echte feste Körner in den Spelzen. Aber eine tiefe traurige Hoffnungslosigkeit erfasste mich als ich merkte, dass sich zwischen mir und meinem Adoptivvater doch nichts verändert hatte, dass er immer der bleiben würde, der er war. Ein Mann, der mich nicht leiden konnte und mir das jedes einzelne Mal auch nur allzu deutlich zeigte.

Ich war vierzehn Jahre alt, als er eines Tages verschwand. Wie ein Gespenst stand er in seinem Nachthemd eines Tages für mich völlig unerwartet in meinem Zuhause. Er war einfach in das ehemalige Zimmer Lindas eingezogen. Ich hatte in den letzten Monaten lediglich mitbekommen, dass er wieder Mal auf seine Lieblingsinsel im Atlantik verschwunden war. Es schien ihm gesundheitlich nicht gut zu gehen. Seine Kinder versuchten ihn davon zu überzeugen wieder nach Deutschland zurückzukommen.

Als ich ihm dann über den Weg lief und er so dünn und hilflos wirkte, fragte ich ihn freundlich irgendetwas.

Kaum hatte ich mit ihm gesprochen, schlug er wieder mit seiner ätzenden Art zu, er sagte so etwas wie ich solle ihn gefälligst in Ruhe lassen. Eine liebe Freundin war bei mir, als er so zu mir sprach. Einerseits tat es mir weh, dass er wieder auf diese Art mit mir sprach, einfach niemals liebevoll zu mir sein konnte, andererseits war es auch die Anwesenheit meiner Freundin. Ich schämte mich vor ihr, dass er so mit mir sprechen konnte und durfte, dass er nicht wie ein Vater sondern wie ein Fremder, der mich nicht mochte, mit mir sprach. Ganz so, als hätte ich das verdient .

Ich stürmte in mein Zimmer und schloss die Türe ab, dann sagte ich zitternd vor Wut und Schmerz, dass ich wünschte, er sei tot.

Kurz darauf verschwand er wieder aus dem Haus, wie ein Phantom, das er eigentlich die ganze Kindheit über für mich

gewesen war. Wenn auch eines, das sich immer wieder durch seine gewalttätigen und verbalen Attacken mir, anderen Kindern oder Tieren gegenüber auszeichnete.

Laut Aussage meiner Adoptivmutter starb er qualvoll. Viel mehr erfuhr ich damals nicht. Vielleicht versuchte man mich zu schonen. Sicherlich, so wurde mir gesagt, spielte auch die Tatsache eine Rolle, dass man meinte, er wäre für mich sowieso keine wirkliche Vaterfigur gewesen und ich hätte somit wohl auch nicht sonderlich an seinem Tod zu kauen. Das Gegenteil war der Fall, gerade weil ich so sehr gehofft hatte, er würde mich eines Tages so sehr lieben, wie es sich ein Kind auch von einem Adoptivvater wünscht und abstruser Weise auch von einem Mann, der mir sehr wehgetan hatte in vielerlei Hinsicht. Es fiel mir sehr schwer meine belastenden und widersprüchlichen Gefühle bezüglich seines Todes zu verstehen und zu akzeptieren. Einerseits war ich froh, dass er mir nun nicht mehr wehtun konnte, andererseits war mit ihm die Hoffnung auf eine positive Bindung, eine erwiderte Bindung gestorben. Und es gab niemanden, der mir hätte erklären können, was mit mir los ist, denn jeder schien mit seinem eigenen Schmerz beschäftigt zu sein.

Ich habe ihn immer lieben wollen, aber er wollte nicht, was er mir immer und immer wieder nur allzu deutlich gezeigt hatte.. Ich würde ihn nie wiedersehen und ich wusste auch, dass die Chance, dass er mir doch eines Tages seine Liebe zeigen würde, für immer vertan war.

Zuhause herrschte Ausnahmezustand. Traurigkeit war weiterhin verpönt, man hatte sich zusammenzureißen. Andererseits konnte man die drückende Stimmung durch Mark und Bein spüren. Eine grauschwarze Wolke füllte von nun an bleischwer mein Zuhause aus. Mit einer Klassenkameradin hatte ich für den Tag an dem er starb

etwas ausgemacht. Nun rief ich sie von zuhause aus an, dass ich auf Grund des Todes meines Adoptivvaters keine Zeit habe. Sie kündigte mir daraufhin am Telefon ihre Freundschaft. Später erfuhr ich, dass ihr Vater sehr krank war. Vielleicht wollte sie deshalb mit mir keinen Kontakt mehr haben. Ich hatte das Gefühl dass mir nach ihrer Nachricht ein Hammer auf den Kopf geschlagen worden war. Die Welt taumelte in mir und um mich herum und zuhause hatte niemand Raum und Zeit für meine Probleme.

In der Schule gestand man mir einige Zeit der Trauer zu, aber als ich nach einigen Monaten immer noch trauerte, mitten im Unterricht anfang zu weinen, brachte man mir kein Verständnis entgegen, im Gegenteil, man forderte Disziplin von mir ein. Man sagte mir, es sei ja sowieso nicht mein richtiger Vater gewesen.

Dies bekam ich auch zuhause zu hören. Weil wir uns ja nicht gemocht hätten, wäre es für mich nicht so schlimm. Das Recht zu trauern hatten nur seine leiblichen Kinder.

Meine Adoptivmutter fraß ihre Trauer wie die meisten ihrer Gefühle in sich hinein. Ich erinnere mich daran, wie ich bei ihr in der Küche auf dem Küchenhocker sitze und sie beobachtete. Sie rührte während des Kochens mit einem Kochlöffel geistesverloren im Topf herum, und ohne einen Laut von sich zu geben, fielen ihr die Tränen aus den Augen. Ich fragte sie, was los sei, aber wie immer schüttelte sie den Kopf, lächelte und meinte, es wäre alles in Ordnung.

Ihre Trauer erfüllte jeden Moment unseres gemeinsamen Lebens, so sehr sie sich auch bemühte, sie nicht zu zeigen und sich nicht in ihrem Alltagsleben unterbrechen zu lassen.

Dass der Mann, der da vor einigen Wochen aus unserem Zuhause verschwunden war, und von dem ich mich nie verabschieden konnte, einfach nicht mehr wiederkommen

würde. Seine Spuren verwischten sich einfach, ohne dass ich etwas dagegen unternehmen konnte. Seine Beerdigung nahm ich wie unter einer Art Glocke wahr. Ich konnte nicht fassen, dass er wirklich nicht mehr lebte.

Es nahmen auch abgelegte Geliebte Bzw. Verehrerinnen teil. An eine von ihnen erinnere ich mich im Besonderen. Sie war eine auffällige Erscheinung. Keine schöne, sondern spröde Erscheinung, die sich sehr viel Mühe gab mehrere Jahrzehnte jünger auszusehen als sie tatsächlich alt war. Sie trug stets einen dicken dunklen Zopf, der ihr über den Rücken fiel. Ich sprach nie mit ihr, denn ich mochte sie nicht. Auch sie war eine Teilnehmerin einer sogenannten Psychogruppe meiner Adoptiveltern, in der diese eine Zeit lang versuchten, auf modernere Ideen zu kommen. Was sie wirklich in diesen Gruppen machten erfuhr ich nie.

Ich erinnere mich nur noch, dass während dieser Zeit barfuß über heiße Kohlen gelaufen wurde, und Ähnliches. Bei uns zuhause waren wie in vielen damaligen Köpfen psychologische Richtungen populär, die sowieso immer alle Schuld beim Kinde oder dessen angeblicher Triebhaftigkeit suchten. Insofern konnte ich wenig Liebevolleres und auch nichts hilfreich Modernes entdecken.

Der Tod meines Adoptivvaters warf weiter seine tiefen Schatten auf mich und mein Zuhause.

Einige Zeit ging alles mehr oder weniger seinen Gang. Ich wusste nicht wie man einen Trauerprozess bewältigt, und da mich zuhause vor allem die eiserne Disziplin meiner Adoptivfamilie berührte, fühlte ich mich wie Treibholz auf einem mir unbekanntem dunklen Gewässer.

Es war nicht greifbar für mich, was unter der weiterhin funktionierenden alltäglichen Fassade schlummerte, ich kannte die wahren Gefühle meiner Adoptivmutter und auch ihrer Kinder nicht, ich spürte nur. Sie fühlten sich an wie

Fassaden, an denen ich abrutschte wie an einer glatten Wand.

Bald gab es neue Pläne, meine Oma, die pflegebedürftig wurde, sollte mit uns in ein Haus einziehen, dass diese für uns kaufen wollte. Mich freute es, dass wir mit ihr zusammenziehen würden in ein neues Haus, denn das Reihenhaus in dem wir einige Jahre verbracht hatten, hatte ich nie gemocht. Mir war die Wohnlage von Anfang an zu dunkel und ich vermisste alles, was ich vorher in dem abbruchreifen Haus hatte: Freunde, eine helle schöne Atmosphäre in den Vorgärten, freundliche Menschen. Das Reihenhaus stand mitten in einer Wohngegend in der viele arme Leute beengt wohnten und viele Menschen aus anderen Kulturen, mit denen es für mich zu schwer war in Kontakt zu kommen, und vor deren männlichen Mitgliedern ich mich versteckte, um ihren zudringlichen Blicken auszuweichen.

Nach dem Tod des Adoptivvaters dauerte es nur einige Monate, bis wir in das neue Haus zogen. Im unteren Geschoß befanden sich das große Zimmer, in dem meine Oma wohnte, das Esszimmer, die Küche und ein Bad. Oben wohnten wir. Einer der Brüder zog zeitweise wieder mit ein, aber meistens war er ohnehin nicht da und zog dann eines Tages endgültig von uns weg. Sein Verlassen unseres Zusammenlebens schmerzte mich sehr. Ich versuchte über diesen für mich herben Verlust hinwegzukommen in dem ich vermied daran zu denken, dass er nun nicht mehr bei uns war.

Mit vierzehn Jahren bereits hatte ich herausgefunden, dass Sekt und Wein meine Erstarrung lösten. Das hieß damals aber nicht Erstarrung oder „Traumafolge“ sondern einfach starke Schüchternheit. Immer öfter benutzte ich die Wirkung des Alkohols um mit anderen in Kontakt treten zu können.

Ich rutschte tiefer ab, hinein in meine Flucht.

Tagsüber schwänzte ich immer häufiger die Schule, denn auch hier bot sich auch nach vielen Jahren keine Alternative für mein Leben Zuhause, im Gegenteil verstärkte sich hier das Gefühl meiner Schmerzen, meiner ständigen Bedrohungsängste und realen Mobbing-situationen, in denen ich auf keinen Menschen zurückgreifen konnte. Dort wo vielleicht Freunde gewesen waren, war es bis auf meine Freundin Julia wenn es drauf ankam einfach leer.

In dieser Zeit zog ich mir schwarze Klamotten an und färbte mir die Haare schwarz. Die „Wave-Zeit“ war angebrochen. Meine tiefe Verzweiflung, die ich schon so lange mit mir herumtrug, die immer größer wurde, suchte sich nun andere Wege, da ich älter wurde.

Wenn ich schwänzte führten mich die Wege immer in die City. Dort verbrachte ich viel Zeit in Cafes. Auch hier hoffte ich, einen Jungen kennenzulernen, der mein Freund sein und mich retten würde. Ich saß stundenlang da an meinem Tischchen, trank Cola oder Mineralwasser und schrieb sinnlose Sätze in meinen Collegenblock. Am liebsten besorgte ich mir Blöcke mit einem interessanten Einband, weil ich meinte, dass man auch mich auf diese Weise interessanter finden, entdecken würde.

Mir war damals nicht bewusst, dass wenn mich wirklich jemand angesprochen hätte, ich gar nicht in der Lage gewesen wäre mich wirklich zu unterhalten, wirklich ein Gegenüber hätte sein können. Meine extremen Sprachblockaden und ein gänzlich abgebrochenes Gefühl zu meinem eigenen Inneren, das schon sehr lange verschwunden war und es mir verunmöglichte nicht nur auszudrücken was ich fühlte und wer ich war, sondern es auch bewusst zu spüren. Ich lebte in Phantasien von Rettung, Romantik und großer Freundschaft, aber leben konnte ich

dies nur in Ansätzen in der Freundschaft zu meiner Freundin Julia.

Allen anderen gegenüber konnte ich keine Verbindung herstellen, weder zu mir, noch zu ihnen. Heute weiß ich, es ist notwendig und eine Voraussetzung eine Verbindung zu sich selbst zu haben, wenn man sich mit anderen verbinden möchte- diese war bei mir damals aber bis zur Unkenntlichkeit durchtrennt worden durch die vielen traumatischen Erfahrungen, die mich lehrten, dass ich nur überleben kann, wenn ich mir meiner selbst und meiner verletzlichsten Seiten nicht mehr bewusst bin, wenn ich mich von mir selbst abtrenne, und weg dissoziiere.

Wenn ich nicht stundenlang in Cafes saß und hoffte, der Richtige würde kommen und retten, schlenderte ich stundenlang auf der Fußgängerzone durch die City. Ich ging von einem Laden in den nächsten. Manchmal waren Straßenkünstler unterwegs und zeigten ihre Künste auf dem Pflaster der Stadt. Ein Pärchen, das aus dem amerikanischen Sprachraum stammte, faszinierte mich lange Zeit. Sie spielten vom Sommer bis in den Winter hinein auf einem großen Platz, in der Mitte der langen Einkaufsstraße. Sie spielten eigentlich nur die typischen Lagerfeuerlieder „Country Roads“ und Ähnliches, doch für mich war es mehr. Die Musik der Beiden erfüllte mich mit Entspannung, sie trug mich in ein anderes Land, sagte mir, dass es eines Tages anders würde, dass es jetzt eigentlich schon anders sei, mir alles nur noch so schlimm erscheine.

Während ich den beiden- wie sie mit Gitarren und Gesang ihre warmherzigen Lieder sangen- zusah, stellte ich sie mir vor als Figuren einer romantischen Geschichte. Ich malte mir aus woher sie wohl stammten, was sie schicksalsschwer hier in ein fremdes Land verschlagen hatte. Je öfters ich sie sah, desto mehr schienen sie ein Teil von mir zu werden, obwohl ich niemals mit ihnen sprach. Der Bauch der kleinen Sängerin

mit den blonden kurzen Haaren wurde immer runder. Und nachdem sie eine Zeit lang nicht mehr auf der Straße spielten, kamen sie eines Tages sogar mit dem Baby auf die Straße und sangen ihre Lieder. Das kleine Wesen lag in die Decke und Liebe der Eltern gehüllt da und schien vor allem Bösen beschützt zu sein. Dieser Anblick tat mir weh, ich spürte, dass ich eifersüchtig und sehnsüchtig war. Ich wusste, sie würden eines Tages nicht mehr da sein, weiterziehen, das Baby wohl behütet zwischen sich.

Ein weiterer Protagonist meiner nach Liebe und Wärme durstigen Phantasie wurde ein Straßenclown. Eines Tages beobachtete ich ihn, wie er auf der Fußgängerzone den Leuten nachlief, und ihnen hinterher eilend den Gang und ihre Bewegungen nachäffte. Das fand ich unheimlich lustig und ich hätte das stundenlang beobachten können. Einmal wurde ich zum Ziel seiner clownesken Einlage, plötzlich stand er neben mir und äffte mich nach. Schnell verging mir das Lachen, ich fühlte mich sehr beschämt, die Aufmerksamkeit der anderen Leute auf mir zu spüren und das Gefühl mich nicht gegen die nachäffenden Bewegungen des Clowns wehren zu können. Zum Glück endete diese Begegnung rasch, da er wohl merkte, wie unangenehm es mir war.

Ich wollte diese Begegnung nun zu etwas ganz Besonderem, etwas romantischem umdeuten, denn ich wünschte mir nichts sehnlicher als einen Menschen, der sich mir zuwenden würde. Wieder und wieder suchte ich bei meinen Schulschwänzaktionen die City auf, in der dringenden Hoffnung ihm wieder zu begegnen. Einmal meinte ich ihn mit unbemaltem Gesicht sogar in der Straßenbahn zu sehen, und ich wünschte mir ihn ansprechen zu können, aber meine Furcht mit einem anderen Menschen in Kontakt zu treten war wie immer so stark, dass daran nur in meiner Phantasie zu denken war.

Ich malte mir aus, wie es sein würde, ihm zu begegnen, wie er mich lieb haben würde, in den Arm nehmen und mich vor allem retten, von dem ich selbst gar nicht wusste, was es war. Ich spürte nur die Flucht und meine Not in mir wie ein unaufhörlich galoppierendes Pferd davon rennen. Ich nahm Musik die ich mochte auf Cassetten auf, setzte sie in meinen Walkmen und die Kopfhörer auf die Ohren sobald ich das Haus verließ und lief oft stundenlang in der Stadt herum, bis mir die Füße wehtaten.

### **Erste Parties**

In der Nähe des Naturschutzgebietes in dem ich schon in meiner Waldheimzeit die Kinderolympiade erlebt hatte, gab es ein Jugendhaus. Ich begann es mit meiner Freundin Julia zu besuchen. Später traute ich mich dann auch alleine hin. Hier hatte ich erste Berührungen mit dem Ausschank von Alkohol. Noch mit dreizehn Jahren lehnte ich jeden Alkohol ab, da der Geschmack von Bier mich an Fäulnis erinnerte.

Meistens versteckte ich mich hinter Julia die durch ihren interessanten Charakter, ihre warmherzige Schönheit und ausgeprägte Empathie gegenüber anderen auf viele sehr anziehend wirkte. Es kam praktisch nicht vor, dass wir alleine an unserem Tischchen sitzen blieben. Allerdings interessierten sich die meisten nicht für mich. Hätten sie es getan, hätte ich mich aber auch nicht öffnen können. Mein Wunsch gleichzeitig unsichtbar zu sein, und doch von anderen geliebt und gesehen zu werden wirkte vermutlich so widersprüchlich, dass die meisten sich dafür entschieden, mich in meiner Defensive nicht wirklich wahrzunehmen. Dennoch genoss ich die Lebendigkeit, die spannenden Geschichten und Ereignisse, die da wo Julia war, immer

Einzug hielten. Gleichzeitig führte mir die Beliebtheit Julias vor Augen, wie einsam ich mich eigentlich fühlte und wie abgeschnitten ich tatsächlich lebte, egal wieviel Leben um herum war.

Es war mir nicht mehr möglich mich mit anderen zu verbinden, ich konnte niemandem mehr vertrauen.

Im Jugendhaus gab es Jolly, der dort zeitweilig als DJ fungierte, und weitaus älter war als die meisten Jugendlichen. Er war manchmal nett, dann wieder konnte er es nicht lassen mich wegen meiner Größe aufziehen. Ich hatte gehofft, dass ich mich hier endlich einmal ohne die ständigen Hänseleien aufhalten konnte, was auch meist der Fall war, wenn nicht gerade Jolly da war, der es genoss einen Spruch nach dem anderen auf Kosten anderer zu machen. Es war nicht das erste Mal, dass ich wahrnahm, dass auch andere geärgert wurden, und obwohl ich manchmal froh war, dass die Aufmerksamkeit nicht immer auf mich gerichtet wurde, wenn von Pickel-Moni und „Pizza-Gesicht“ die Rede war, empfand ich doch ihren Schmerz mit, und hätte sie gerne mehr verteidigt als ich damals dazu in der Lage war.

Auch die erste Liebeserklärung, die man mir machte, reicht in diese Zeit zurück. Es war auf einer Partie, die ich nach unserem Umzug in das Haus meiner Oma, mit meinen Freundinnen in dem nun leeren Haus veranstaltete. Ein großer junger Mann, ein paar Jahre älter als ich, sprach mich an. Er habe mich schon öfters im Jugendhaus gesehen, und ich gefiele ihm. Ob ich mir nicht vorstellen könnte mit ihm zu gehen. Obgleich ich damals in reich geschmückten Phantasien ausgiebig meinen imaginären Verliebtheiten frönte, war ich im realen Leben nicht im Mindesten in der Lage mich aus meiner inneren Erstarrung zu lösen und mit Jungen entspannt oder überhaupt zu sprechen, mich auf sie und gar auf Gefühle real einzulassen.

Der Junge, der an mir interessiert war, war um einiges größer als ich, und er war überhaupt nicht mein Typ. Er war ein eher stiller Typ mit durchschnittlichem Aussehen. Manchmal hatte ich ihn in der Straßenbahn auf dem Weg zur Schule wahrgenommen, jedoch ohne dass seine Anwesenheit irgendein Interesse in mir ausgelöst hätte.

Seine Liebeserklärung, die einen sehr ernsthaften Hintergrund zu haben schien, machte mir Angst. Ich bekam Panik etwas tun zu müssen, mich nicht gegen ihn wehren zu können und in einer Beziehung zu sein, obwohl ich diese nicht wollte. Es fiel mir unsagbar schwer seine altmodische Werbung, die mir gleichzeitig sehr schmeichelte, abzulehnen.

Es gelang mir aber ihm zu sagen, dass ich mich nicht bereit für eine Beziehung fühlte.

Hin und wieder sah ich ihn danach wieder, und die Angst in mir, von ihm überwältigt zu werden, war übergroß, aber nach und nach schien ich in seiner Erinnerung zu verblassen.

Einmal verliebte ich mich sehr in einen Mann der im Jugendhaus aus- und einging. Hans-Jürgen, ein wahr gewordener Mädchentraum. Blaue Augen, einige Jahre älter als ich. Seine protzenden Berichte, dass er an einem Abend zwanzig Bier runterkippen könnte hielten mich auch nicht davon ab, heimlich von ihm zu schwärmen und in flatterndes Herzklopfen auszubrechen, wenn er ins Jugendhaus kam. Meistens begleitete ihn der schöne Andreas, griechischer Abstammung, der auch in die Sparte Frauenschwarm gehörte, aber eher festen Bindungen zustrebte. Sein junges Leben fand wenig später ein jähes Ende, als er laut Aussage seiner Freunde betrunken beim Autofahren ums Leben kam und damit das Leben seiner Angehörigen und Freunde in ein schweres schwarzes Tuch einschlug.

Einmal, einige Zeit noch vor Andreas Tod, feierten wir an einem Sommernachmittag mit vielen Jugendhausbesuchern ein Fest im naturgeschützten Park um die Ecke. Unter den alten Eichen stapelten sich Bierkästen auf und saßen wir in Gruppen picknickend auf der ausgestreckten Wiese.

Hans-Jürgen hatte von Jemandem erfahren, dass ich in ihn verliebt wäre, und nachdem er mich danach gefragt und ich mit dem Kopf genickt hatte, meinte ich, mein größter Traum ginge in Erfüllung. Ich fand ich mich wieder in seinen Armen, versunken in den ersten verliebten Kuss meines Lebens.

Noch ganz trunken vor Liebe musste ich einige Zeit später aufstehen, um nach Hause zu gehen. Ich schob mir die abgebrochenen Grasstängel von den Klamotten, und nahm die Hand, die Hans-Jürgen mir bot, um mich zum Ausgang des Parks zu begleiten. Als er mich verabschiedete sagte er, dass er es schön gefunden hätte mit mir, aber dass er sich keine Freundin vorstellen könne, die so groß sei wie ich. Immer noch sehe ich die goldene Kette um seinen Hals vor mir, auf die ich mich konzentrierte, während der Schmerz wie züngelnde Feuerspitzen in mir hochschlugen und wie ich sie, um ihnen nicht gänzlich ausgeliefert zu sein, mit aller Kraft herunterdrückte.

Das war ein jähes Ende der schönen Momente, die trotz des Schmerzes, der mich nur zu sehr an die impulsiven verbalen Attacken meines Adoptivvaters erinnerten, bis heute dennoch als etwas Kostbares, Zauberhaftes in mir überlebt haben.

Meine Partygänge wurden häufiger und damit auch der Genuss von Sekt und manchmal auch Wein. Es tat unheimlich gut, mich endlich zu entspannen, die entspannende Wärme in meine Beine hinein sacken zu spüren. Zu bemerken, sprechen zu können, innerlich nicht wegzufiegen, sobald der Kontakt eines anderen Menschen „drohte“.

Ab und an ging ich in die Disco zu Motto-Parties, und verliebte mich ständig in jemand anderen, was jedoch einzig und alleine das wohlbehütete Geheimnis meiner Phantasie blieb. Auch wenn ich viel zu viel sogenannte Freiheiten hatte und länger ausgehen durfte als jedes andere Mädchen in meinem Alter, durfte auch ich nicht über Nacht auf einer Party bleiben. So verabredeten meine Freundin und ich bei Bedarf einfach, dass jede von uns jeweils zuhause sagte, dass wir bei der anderen übernachteten.

Einmal feierten wir mitten im Wald mit den anderen, von denen alle um vieles älter waren als wir. Und hier kamen wir auch in Kontakt mit Alkohol. Allerdings fand die Party ein jähes Ende durch die Polizei. Es gelang uns aber unentdeckt, mitten in der Nacht tief in den Wald über Stock und Laub hinein zu fliehen. Und irgendwie schafften wir es dann auch wieder nach Hause.

Meine erste große Party besuchte ich mit der Klassenkameradin, die mir am Todestag meines Adoptivvaters ihre Freundschaft aufgekündigt hatte. Ich erinnere mich noch gut daran, wie erleichtert ich war und mich freute, dass sie mit mir auf diese Party gehen wollte. Die Veranstalter der Party waren reiche Jungs mit denen ich außer über meine Freundin Julia und deren Bekannte keine Verbindung hatte. Lediglich Angelo, einen der Jungs, kannte ich flüchtig.

Als wir ankamen war die Party schon in vollem Gange und ich fühlte mich unerwarteter Weise sofort willkommen. Ich trank den mir angebotenen Sekt und fühlte bei jedem Schluck aus den weißen Pappbechern, wie sich die Schwere und Belastung in meinem Sein in Wohlgefallen auflöste, als hätte ich Feenstaub getrunken. Einige der Gäste kannte ich nicht, sie waren aus anderen Gegenden und wirkten interessant auf mich. Eine blonde Frau fand Gefallen an mir, und sagte mir,

dass ich besonders schön sei. Aus ihrem Mund klang das wunderschön, im Gegensatz zu den Sprüchen meiner Familie, hinter denen bei manchen eine ganz andere Absicht hinter dem „Schönfinden“ stand.

Wie eine Prinzessin fühlte ich mich, als Angelo auf mich zukam, sich neben mich setzte und mit mir trank. Im Rausch empfand ich die Farben auf einmal heller, die Gesichter freundlicher und mein Inneres schwebte auf einer Wolke der Hoffnung, dass von nun an alles anders werden würde, die Veränderungen meines Lebens hatten genau jetzt begonnen. Später, mit wirbelnden Schmetterlingen in meinem Innern und beschwipsten Sinnen, ging ich mit Angelo eine Treppe hinauf in ein abgelegenes Zimmer. Dort erlebte ich den Himmel auf Erden, Zärtlichkeit und Liebe.

Als ich nicht wollte, dass es mehr wurde als Küsse und sanfte Berührungen, ließ er von mir ab. Das Märchen war vorbei. Dennoch trug mich eine Wolke des Glücks hinunter zu den nur noch wenigen Partygästen. Meine Freundin hatte geduldig auf mich gewartet. Wir gingen zusammen im Morgengrauen auf die Straße. Die Sonne ging auf, und ich schwebte mit ihr gemeinsam einer neuen Zukunft entgegen.

Wenige Tage später rief ich bei Angelo an, denn ich wollte wissen wie es nun mit unserer Romanze weitergehen sollte. Etwas in meinem Inneren, nur leise, warnte mich, wusste schon die Wirklichkeit, wie es schon im Schlafzimmer als leise Spur fühlbar für mich gewesen war. Aber da wollte ich es genauso wenig wissen, wie an dem Tag als ich dann bei ihm anrief. Als ich ihn endlich erreichte, sagte er mir, dass er überhaupt nicht an mir interessiert sei.

Wie ein Keulenhieb hatte die Wirklichkeit zugeschlagen. Hatte seine Wirklichkeit, die sich absolut konträr zu meiner verhielt, die meine berührt und mir klar gemacht, wie ich nur auf die dumme Idee kommen konnte, dass sich hinter dieser Nacht

nur irgendeine meiner verborgenen Hoffnungen entfalten könnte.

### **Änderungen und erster Freund**

In jener Zeit wollte ich nun endlich ernsthaft die Schule wechseln. Schon viele Jahre hatte ich versucht einen Wechsel, wenigstens in eine Parallelklasse zu erreichen, ich war aber zuhause nicht ernst genommen und immer wieder getröstet worden. Zur 9. Klasse bekam ich nun endlich einen anderen Lehrer, nachdem ich 8 Jahre lang Frau Rittner hatte aushalten müssen, die nicht müde geworden war mir ihre Abneigung zu zeigen. Da sich ihr mehr oder weniger alle Kinder in der Klasse untergeordnet hatten und niemand mit Ausnahme meiner Freundin Julia -die in der Parallelklasse überwiegend sehr schöne Erfahrungen mit Kameraden und Lehrern machte- mich ernst nahmen und sahen, was an Mobbing mir gegenüber stattfand, befand ich mich in einem Vakuum aus dem es keinen Ausgang gab. In der Schule spielte ich quasi keine Rolle, ich machte mich so gut es ging unsichtbar, und überlebte irgendwie diese acht Jahre, jeden Tag erneut mit dem Gefühl schwerer Belastung, Panikgefühlen und großer Verletzlichkeit.

Bevor jedoch der Abschied von Frau Rittner in Kraft trat, erlernten wir ein Theaterstück, wie es jede 8., und jede 12. Klasse miteinander tat, um es anschließend vor versammelter Schule auf der großen Bühne im Schulsaal aufzuführen. Mir gefielen die Übungen, die wir für die Aufführung machten, und als jeder für eine bestimmte Rolle erwählt wurde, machte ich mir große Hoffnungen auf eine schöne Rolle, da ich das erste Mal spürte, dass ich in der Lage war Text zu lernen, und ihn auf eine schöne Art auszusprechen. Aber es sollte anders kommen.

Mir wurde eine kleine Rolle gegeben, ich sollte den Geist einer toten Frau spielen, wie zwei andere Mitschülerinnen auch. Interessanterweise waren diese diejenigen Mädchen, die wie ich wenig zu lachen hatten bei Frau Rittner. Denn merkwürdigerweise erhielten wieder die meisten ihrer wohlhabenden braven Lieblingskinder die großen und attraktiven Rollen.

Ich fühlte mich extrem zurückgesetzt und in meinem Wesen völlig missverstanden. Den Geist einer Verstorbenen zu spielen tat mir weh, und zog mich herunter. Ich fühlte mich behandelt als wäre ich selbst der Geist einer toten Frau. Was auch immer für zusammengesicherte pädagogische Gründe dahinter gestanden hatten mich derart zu besetzen, es war für mich ein schwerer Schlag.

Ich gab mein Bestes, spürte aber während wir probten oft genug wie mir die Tränen hochstiegen, weil ich mich nicht mit dem toten Geist identifizieren wollte, es aber musste.

Schließlich war es so weit, nachdem das Theaterstück erfolgreich aufgeführt worden war, war der Abschied von Frau Rittner gekommen. Die meisten meiner Klassenkameraden schienen traurig zu sein und ergingen sich darin, welche wundervolle Lehrerin sie gewesen sei, und wie sehr sie ihnen fehle.

Ich dagegen besorgte mir meine erste eigene Flasche Sekt. Abends, nachdem es dunkel geworden war, setzte ich mich auf den Balkon meines Zimmers, zündete mir eine Zigarette an, und schenkte mir ein Glas Sekt ein. Dann prostete ich mit mir selbst auf den Abschied von Frau Rittner an, die mich jahrelang mit ihrer unangenehmen Art vor anderen bloß gestellt, und mich nie in Schutz genommen hatte vor den anderen.

Für mich war es ein wundervoller Festtag. Endlich war ich sie los!

Während des neuen Schuljahrs erfuhr mein Leben einiges an Erleichterung, denn der Druck der anderen mich zu hänseln hatte seit dem Abschied von Frau Rittner merklich abgenommen. Auch verbal konnte ich mich inzwischen besser wehren.

Zuhause ging es mir weiterhin nicht gut, denn der Tod meines Adoptivvaters, und die Überforderung durch die Pflege meiner gebrechlichen Adoptivoma verursachten eine schier unerträgliche Stimmung, die jedoch, da bei mir zuhause ehrliche Gefühle zu zeigen verpönt war, wie ein unsichtbarer Brandherd schwelte, ohne dass daran irgendetwas zu ändern, oder eine Erleichterung in Sicht gewesen wäre.

Ich begann alleine abends in die Stadt auszugehen, in eine Disco, in der Musik gespielt wurde, die mir gefiel. Ich freundete mich mit einem DJ an, und wenn ich genug Sekt getrunken hatte, war es mir auch möglich auf der Tanzfläche zu tanzen. Oft trank ich schon bevor ich aus dem Haus ging. Es wäre sonst schwierig für mich gewesen, überhaupt mit anderen zu reden. Mich faszinierte die Disco, ich genoss das Leuchten der warmen Lichter, diese andere Welt, in der einfach alles von mir abfiel, was tagsüber passiert war, und wer ich war. Ich konnte ein anderer Mensch sein, eine schöne junge Frau, die sich innerhalb dieser nächtlichen Welt frei bewegen konnte.

Ich ging in dieser Zeit auch öfters in eine Musikkneipe, ein umgebauter Wienerwald, der mit den typischen dicken Glasfenstern. Hinter der Bar waren mehrere Monitore übereinander an der Wand befestigt, auf denen Musikvideos gezeigt wurden. In einem angrenzenden Raum konnte man an einem Bildschirm ein Computerspiel spielen, das mir riesigen Spaß machte und mich nicht spüren ließ wie alleine ich war.

Manchmal traf ich mich dort mit einer Freundin. Wir saßen dann einfach nur herum oder spielten an einem der Tische Billard.

Hier herrschte eine angenehme Atmosphäre. Auch das war eine andere Welt, in der es nichts anderes gab als die Augenblicke des Spiels und der Entspannung.

In dieser Zeit wollte ich nun meinen Schulwechsel endgültig durchsetzen, und es gelang mir sogar, meine Adoptivmutter endlich nach den vielen Jahren dazu zu bewegen dem zuzustimmen. Ich konnte auf meiner alten Schule nach all dem was ich dort erlebt habe, einfach nicht mehr Fuß fassen, und spürte wie mich das Schulgelände jeden Tag an all die Jahre der Angst erinnerte, die ich dort zugebracht hatte. Obwohl ich nun älter war und es mir etwas besser ging an der Schule, war für mich die Zeit hier endgültig vorbei, ich war alt genug mich zu entscheiden, und das wollte ich auch.

Schon ab der 1. Klasse hatten wir neben Englisch auch Französisch gehabt. Auf der neuen Schule würde ich kein Französisch haben, ich würde stattdessen Russisch lernen müssen. Mir war zwar klar, dass das für mich nicht zu schaffen war, aber ich sah keine andere Alternative und signalisierte großspurig nach außen, dass ich das schon schaffen würde.

Im Grunde genommen hätte ich in so gut wie allen Fächern sehr viel Zeit mit nachlernen verbringen müssen, denn ich hatte schon so viel geschwänzt und auch während meiner Anwesenheit in der Schule durch meine extremen Belastungen denen ich ausgesetzt war, kaum einen Boden auf dem ich schulisch aufbauen konnte

Da man aber auf der Waldorfschule nicht durchfallen konnte, war ich immer weitergekommen, und das obwohl ich in der achten Klasse in vielen Fächern nicht weiter war als eine viert- oder Fünftklässlerin.

Eines Abends saß ich wieder einmal alleine in meiner Musikkneipe und schrieb in mein Tagebuch, dass ich nun wohl endlich die Schule wechseln würde. Ein komisches Gefühl legte sich über mich. Ich konnte mich selbst nicht mehr darüber hinwegtäuschen, dass ich trotz des Schulwechsels in einer sehr schwierigen Lage war, aus der es keinen Ausgang zu geben schien. Zwar würde ich zur neuen Schule gehen, und ich spürte während ich darüber in mein Tagebuch schrieb auch eine gewisse Erleichterung. Aber es war eigentlich keine konkrete Hoffnung mehr damit verbunden, als wäre es eigentlich zu spät um irgendetwas ändern zu können. Immerhin aber war ich in der Lage mich so sehr in das Reich der Vorstellungen zu begeben, dass ich mir, obwohl ich wusste ich würde scheitern, vormachte, ich würde das schon irgendwie hinkriegen.

Schon ein paar Mal hatte ich Alwin und seinen Freund Billard spielen sehen, so auch an jenem Abend. Ich beobachtete sie aus den Augenwinkeln und wie immer hoffte ich, angesprochen zu werden.

Ich hatte nie das Gefühl gehabt, dass es darauf ankäme dass mir jemand gefiel. Mir war nicht klar, dass ich durch meine traumatischen Beziehungserfahrungen nicht mehr in der Lage war zu spüren, dass ich dieses wahre Spüren, wer und was mir wirklich gefiel, hatte aufgeben müssen. Zu Gunsten dieses Arrangements, in eigentlich unhaltbaren schrecklichen Zuständen mit Menschen mit denen ich eigentlich nicht Zusammensein und schon gar nicht eine Nähe haben wollte, zusammenleben zu müssen. Für mich war es gezwungenermaßen normal geworden, nicht mehr unterscheiden zu können, weil ich es nie durfte, zwischen: das mag ich und das mag ich nicht, das tut mir gut, und das nicht. Ergo meinte ich, wenn jemand mich mochte, müsste ich ihn genauso mögen, so wie man es mir vorgelebt hatte, denn

meinen Instinkt hatte ich irgendwo ganz tief in mir unter einer Schicht Erde vergraben.

So kam es, dass ich auch die Aufmerksamkeit und Freundlichkeit anderer mir gegenüber oft genug mit meiner Sympathie ihnen gegenüber verwechselte. Ich war nicht in der Lage hier eine Grenze und einen Unterschied zu sehen. Positive Aufmerksamkeit meines Gegenübers verurteilte mich automatisch dazu, diese auch dem anderen entgegenzubringen, ohne eine Möglichkeit eine Grenze zu setzen. Ich hatte nie erfahren, dass man meine Grenzen akzeptierte- wenn sie überhaupt wahrgenommen wurden, entsprangen sie angeblich höchstens einer Laune, oder waren albern und für andere unangenehm, was von Haus aus nur mein Fehler sein konnte. Mit diesen inneren Voraussetzungen begegnete ich also allen neuen Kontakten.

Alwin hatte mich bereits des Öfteren kurz angesehen und angelächelt.

Nachdem sie ihre Billardpartie beendet hatten, setzten sich er und sein Freund an einen der rustikalen Tische und tranken Bier. Nachdem ich mir mit Hilfe von ein paar Gläsern Sekt Mut angetrunken hatte, nahm ich meinen ganzen Mut zusammen und ging zu den Beiden hin.

So begann unser Kennenlernen.

Meine erste Verabredung mit Alwin war ein gemeinsames Essen gehen, zu dem er mich formvollendet mit einem ganzen Strauß Rosen einlud. Noch nie war ich von einem Jungen eingeladen worden. Ein Junge war Alwin damals allerdings nicht mehr, sondern einundzwanzig Jahre alt, während ich fünfzehn war, als ich ihn kennenlernte.

Es fühlte sich aufregend an zum Essen eingeladen zu werden. Ich erinnere mich noch gut an diese Aufregung mit

der ich in die Stadt fuhr, um mich dort vor einem Chinarestaurant mit ihm zu treffen.

Er behandelte mich wie eine Frau, schenkte mir den Strauß roter Rosen und wir gingen dann gemeinsam untergehakt die Wendel- Treppe zum Restaurant hinauf.

Es wurde ein merkwürdiger Abend, denn einmal sagte ich irgendetwas Belangloses und er wurde plötzlich wütend. Ich bekam Angst und fragte mich ein paar Sekunden lang, mit wem ich da ausgegangen war. Aber schnell schob ich diese dunklen Zweifel wieder zur Seite, denn ich wollte um jeden Preis, dass mir die Sonne ins Gesicht schien. Später fuhr er mich heim. Mir ging es nicht so gut wie ich angenommen hatte. Ich hatte nicht das Gefühl ihm nahe sein zu wollen, aber als er mich küsste, war ich nicht in der Lage vor mir selbst zuzugeben, dass ich es nicht mochte. Ich dachte mir, dass das die berühmte Verliebtheit sein musste. Niemand sonst schenkte mir so viel Aufmerksamkeit und ich wurde auch noch wie eine junge Frau behandelt. Ich war für einen anderen Menschen etwas Besonderes. Ich hätte mir nie das Recht herausgenommen nicht mit ihm zu gehen und zu machen, was er wollte. Das war etwas, das ich nicht konnte. So begann ein sehr unangenehmes Kapitel: meine erste Liebe. Eine Liebe, die keine war.

Es geschahen innerhalb der Beziehung sehr viele unangenehme Dinge, die ich nicht wollte, aber ich dachte gleichzeitig, dass es eben immer so sei, da ich nun eine Frau wäre. Nein, ich kam nicht auf die Idee, dass ich die Wahl hatte zwischen Ja und Nein.

Als ich mich nach zwei Jahren schließlich in einen anderen verliebte, brachte ich endlich die notwendige Kraft auf, mich zu trennen. Es blieb aber immer noch schwer genug, denn Alwin drohte sich umzubringen, wenn ich nicht zu ihm zurückkehren würde. Letztendlich schaffte ich es trotzdem. Und Alwin brachte sich auch nicht um.

Kai war dann eigentlich meine erste richtige Liebe. Es war wunderschön einen so lieben Mann kennenzulernen. Wieder war er älter als ich, aber es lagen Welten zwischen ihm und Alwin. Sein Verhalten war von Wertschätzung und Zärtlichkeit geprägt, von ehrlichem Interesse an mir, er gefiel mir sehr, ich fand ihn wirklich attraktiv und es waren sehr schöne Monate für mich. Nur leider war ich schließlich doch zu geprägt von Alwin, und allem was ich als Kind erlebt hatte, und das konnte auch Kai nicht aufhalten oder verändern. Das war zu viel und zu groß und so endete diese Liebe kurz vor meinem achtzehnten Geburtstag. Es war sehr schmerzlich für mich, und ging weit über das Maß von Liebeskummer hinaus. Ich meinte mein Leben sei kaputt. Das war es auch, aber nicht durch diese Trennung. Ich lenkte mich ab indem ich viel Wein oder Sekt trank und indem ich es mir schlecht gehen ließ.

Die neue Schule schmiss ich schon während ich noch mit Alwin zusammen war.

Zuerst aber hatte ich festgestellt, dass vieles anders auf dieser Schule war. Auf einmal waren da Leute um mich, die mich nicht hänselten. Ich habe das an der neuen Schule nicht ein einziges Mal erlebt. Meine Klasse nahm mich auf wie eine gute alte Freundin und das erste Mal in meinem Leben genoss ich es unter anderen zu sein. Das tröstete und balsamierte meine tiefen Wunden, und gab mir das Gefühl, dass es mit der Hoffnung doch auch nicht immer so falsch sein musste.

Leider kam ich schulisch kaum mehr mit, weil ich mich bei Alwin vor der Welt vergrub, und in Verhaltensweisen die mich schädigten, die mir aber halfen das meiste das ich erlebt hatte zu verdrängen. Eines Tages wurde entschieden, dass ich von der Schule gehen musste, da ich kaum anwesend gewesen war.

Ich wusste, dass das richtig war, und ich es verdient hatte gehen zu müssen. Aber mit diesem Schritt fiel vieles in sich zusammen, denn ich sah keine Perspektive mehr. Nach einer Weile meldete ich mich bei der Abendschule an, um einen Abschluss nachzuholen. Dort drehte ich sehr lange meine Runden und schloss in diesen Jahren nichts weiter ab, denn dazu war ich nicht im Mindesten in der Lage. Es ging mir immer schlechter und schlechter, ich konnte mich beinahe nie konzentrieren, hatte überhaupt keinen Zugang zu mir selbst außer zu Schmerz und dem Wissen immer zu versagen. Ich konnte nicht zur Ruhe kommen und vermied das auch mit aller Kraft, denn sonst hätte ich mich vermutlich umgebracht. Mein Leben wurde nun also auch äußerlich immer unerträglicher.

### **Nicht mehr leben wollen**

In jenen Jahren ging es auch meiner Adoptivmutter immer schlechter. Ich war oft mit ihr alleine zuhause.

Immer öfter fand ich diese zeitlebens höchst disziplinierte Frau im Bett vor.

Nie hatte sie mir ihre wahren Gefühle ehrlich offenbaren können, stattdessen schien sie alles zu können und alles zu schaffen, opferte sich auf, so dass selbst wenn ich Zweifel an ihr wirklich zugelassen hätte, diese keine Möglichkeit gehabt hätten gegen das Monument, als das sie mir erschien und wohl auch erscheinen wollte, anzukommen.

Ihre Zusammenbrüche schockierten noch mehr als sie es ohnehin getan hätten, denn ich kannte keinerlei Schwäche an ihr. Das gab es nicht, genauso wenig wie Fehler wirklich ehrlich zugegeben werden konnten von ihrer Seite aus. Das war etwas, das praktisch nicht stattfand, weil es nicht stattfinden durfte.

Als sie, wohl ausgelöst durch das Gefühl noch Berge von Haushalt machen zu müssen- obwohl sie zudem auch noch ihren anstrengenden Beruf als Altenpflegerin ausübte- eines Tages völlig außer sich geriet und schrie und weinte, und völlig verzweifelt am Boden ihres Lebens vor mir zusammenbrach, war ich wie paralysiert. Ich konnte mich nicht mehr rühren, ich wusste nicht was ich hätte tun und sagen sollen- mein Körper, meine Sprache, mein Denken waren absolut blockiert.

Irgendwie beruhigte sie sich nach einiger Zeit.

Eines Tages aber war dann kaum noch Kraft in ihr vorhanden. Sie aß kaum noch etwas und wurde noch dünner als sie sowieso schon war.

Ich fand sie absolut kraftlos in ihrem Bett vor, auf dicken Kissen unter ihren voluminösen Decken verschwindend. Wie ein kleines Vögelchen ohne Federn lag sie da, und war kaum mehr in der Lage mit mir zu sprechen. Aber als ich versuchte herauszufinden was mit ihr los sei, meinte sie, sie wolle nun beim Adoptivvater im Himmel sein, und ich sollte mich nicht um sie kümmern. Was ich auch sagte, sie sah in die Weite, als würde sie den Himmel schon sehen. Mir war als hätte mich jemand zusammengeschlagen, ich rang nach Luft, nach Leben, denn an diesem Tag spürte ich, dass sie mich verlassen hatte. Für ihn.

Ich wollte den Arzt rufen, aber sie forderte mich auf, das nicht zu tun, denn sie wollte nicht mehr leben.

Verzweifelt rief ich bei Mona an, die verstand, was ihre Mutter in diesem Moment durchmachte. Sie half mir, dass ich mich dem Wunsch meiner Adoptivmutter widersetzte und das tat, was ich von Anfang an für richtig empfunden hatte: ich rief den Arzt an.

Es stellte sich heraus, dass sich eine schwere Lungenentzündung im Körper meiner Adoptivmutter ausgebreitet und ihr Leben wirklich an einem seidenen Faden gehangen hatte. Ich spürte, dass sie mir ihr Leben verdankte.

Aber gleichzeitig hatte ich gegen ihren ausdrücklichen Willen gehandelt und nun wusste ich auch, dass sie nicht mehr bei mir sein wollte.

Niemand sprach mit mir darüber und so trug ich auch das einfach weiter mit mir herum.

### **Suizidversuch**

An einem Weihnachtstag, nahm ich als Jugendliche oben in meinem Zimmer eine Reihe von Schlaftabletten ein.

Irgendwann wurde ich von einem meiner Adoptivbrüder entdeckt, sie brachten mich beide ins Krankenhaus. Laut Akte waren es wohl recht leichte Tabletten, mein Leben war also wohl nicht in Gefahr. Dennoch wollte man mich über Nacht im Krankenhaus behalten. Ich hatte große Angst, denn man schob mein Bett und mich, die ich an dem Bett fixiert worden war, in ein Zimmer auf der Intensivstation in dem ein älterer an Apparate angeschlossener Mann schnaufend in seinem Bett lag. Man hatte kein Erbarmen mit mir, und behielt mich über Nacht. Die Nacht war auch in meinem heimischen Bett immer wieder durchsetzt mit schrecklichen Ängsten und Erinnerungen an einen realen überfallartigen Übergriff, der sich in einer solchen Echtheit wiederholte, dass ich nach diesem extremen Alptraum immer eine Weile brauchte um mich von der erschütternden Panik zu befreien.

In dieser Nacht schrie ein Mann auf dem Flur. Ich rechnete jeden Moment damit, dass er zur Türe hineinkommen könnte um mich zu überfallen. Mir ist nicht mehr in Erinnerung wie und ob ich überhaupt die Augen in jener Nacht schließen konnte.

Am nächsten Tag holten mich die Brüder ab. Ich versuchte ihnen ein nettes Wort zu entlocken, aber die Wut einer meiner Adoptivbrüder traf mich wie ein Blitz: wie eine abgewrackte Nutte hätte ich da gelegen, geschämt hätten sie sich, mich im Krankenhaus abzuholen. Ich erkannte ihn nicht wieder. Zuhause angekommen, versuchte ich Kontakt zu meiner

Adoptivmutter zu bekommen, die aber durch meine Adoptivschwester ausrichten ließ, dass sie wohl die nächsten Wochen mit mir nicht reden wolle. Dieses Gefühl, das sich nun wieder einmal meines Körpers bemächtigte kannte ich so gut: wenn die Füße steif werden, die Luft in der Lunge angehalten bleibt, und die Worte wie stumme Zeitzeugen in meinen Gedanken bleiben anstatt sich befreien zu können. Ich wurde steif, denn die Sehnsucht nach einer Umarmung, nach einem lieben Wort nach dieser Nacht, nach dem eigenen Schreck über meine eigene Tat, wurde unermesslich, blieb aber in mir stecken. Mit allem was ich an Hoffnung hatte, hoffte ich, dass man mir irgendwann verzeihen und mich wieder lieb haben würde. Bis dahin hielt ich die steinernen Gesichter, das Schweigen und ihr mich aus den Gesprächen und Zusammenkünften ausschließen einfach aus. Irgendwie.

## **Erwachsen**

Ich wurde sehr jung Mutter eines Sohnes.

Anfangs war ich voller Hoffnungen und Träume. Ich erhoffte mir vieles- leider von dem Kind selbst. Wie viele junge Mütter, die unter schwierigen Umständen groß wurden war mir nicht klar, dass ich Diejenige war, die dem Kind etwas zu geben haben müsste, sondern glaubte, dass das Kind mir etwas geben würde.

Einerseits machte ich ständig die Erfahrung, nicht tun zu können, was ich wollte, da mein Sein durch die Traumafolgen durchzogen war mit deren vielen Einschränkungen.

Andererseits hatte ich alles Erlebte so stark verdrängt, dass ich nicht verstand, warum die vielen Dinge in meinem Leben einfach nie klappten und ich nicht handeln konnte wie jeder andere Mensch um mich herum. Extreme Ängste und innere Erschütterungen, Lähmungen und ein völliges Kapitulieren vor allem was sich in meinem äußeren Leben abspielte, führten zu einem ständigen Verstecken. Da ich nicht nur nicht wusste was mit mir los ist, sondern mir auch nicht erklären konnte,

dass etwas mit mir anders ist als mit anderen Menschen, versteckte ich mich noch mehr als ich es ohnehin tat, vor meinem Leben.

Tat ich es dann einmal nicht, zeigte sich sogleich wieder die ewig gleiche Konsequenz: dass ich dazu einfach nicht in der Lage war.

Nichts, das irgendwie mit anderen Menschen im Zusammenhang stand, konnte ich meistern. Da bleibt nicht viel, außer Illusionen und Isolation.

In dieser Hinsicht ist es für heutige auf schwerwiegende Weise Betroffene einfacher, denn es gibt viel mehr Informationen über Traumata. Erst mit dem Wissen, was mit einem selbst überhaupt los ist, und dass man all das so sehr verdrängen kann- und um zu überleben, auch MUSS- lässt sich etwas anfangen, man weiß dann immerhin wo man ansetzen kann, kann sich Gedanken über Therapien und Alternativen bezüglich Ausbildung und Arbeit machen.

Ich erlebte oft, dass man mich verurteilte und für faul hielt. Ich selbst wusste, dass ich nicht faul bin, aber ich wusste nicht, was es denn dann ist, was es mir verunmöglichte an etwas dran zu bleiben. Mangelndes Durchhaltevermögen? Auch das war es nicht, ich selbst spürte das immer. Andere nicht, sie verstanden mich nicht im Mindesten, aber ich mich auch nicht und so konnte ich das alles weder mir noch anderen erklären. Mit anderen Menschen zusammen zu sein, bedeutete für mich ihnen ausgeliefert zu sein. Hier lief wirklich die berühmte Übertragung ab, die man mir von Seiten der Adoptivfamilie später vorwarf, als ich andeutete was abgelaufen war. Schon mein Adoptivvater hatte das Wort „Übertragung“ mir gegenüber benutzt. Aber schon damals konnte ich sehr genau unterscheiden, zwischen meiner allgemeinen Angst vor Männern, die ich aus den Vorfällen in meiner leiblichen, in die Adoptivfamilie eindeutig mitbrachte, und den weiteren Übergriffen die mich dann dort erwarteten.

Diese Übertragung lief automatisch ab. Und dennoch konnte ich auch als Erwachsene immer sehr genau sehen, dass meine Paniken in allen Situationen die ich mit anderen Menschen hatte, sich meist nicht wirklich auf etwas Gegenwärtiges bezogen.

### **Wie ging es weiter?**

Als mein Sohn sechs Jahre alt war, veränderte sich mein Leben endlich, denn ich hatte einen Ausgang aus meiner Not gefunden und begonnen erste Schritte zu gehen. In einem Gebäude einen Ausgang zu finden, ist natürlich viel einfacher, als den aus jahrelangen Traumatisierungen und schädlichen Selbstheilungsversuchen. Der Ausgang war, wie ich bereits beschrieben habe, der Beginn eines sehr langen Weges. Anstatt mich zu betäuben, fing ich an mein Leben zu entrümpeln. Ich grub mich selbst, mein Wesen, meinen Instinkt wieder aus und begann wieder zu spüren. Ich nahm viel Hilfe in Anspruch, da ich als Mutter einfach ständig an meine Grenzen kam und sich ständig die vielen Schmerzen und Hilflosigkeit bemerkbar machten. Vielem stand ich noch ratlos gegenüber. Da war aber dieses winzige Gefühl in mir, diese kleine, aber nicht erloschene Flamme meines Instinktes, die mich immer dort hin führte, wo man mir wieder ein Stückchen weiterhalf den Grund für meine Schwierigkeiten und Grenzen zu erkennen. Ich sah immer deutlicher wie uralte Ursachen und Prägungen in meiner Kindheit mit meinen vielen Schwierigkeiten zusammenhingen. Sicher konnte ich nicht alle meine Probleme lösen, aber durch das Verstehen meines Selbst konnte ich anders mit meinen Problemen umgehen.

Viele Jahre besuchte ich eine Anlaufstelle in meiner Stadt. Dort traf ich jedes Mal auf unbeirrte Solidarität und Verstehen. Gleichzeitig wurde mir durch die dort stattfindenden Gespräche klar wie ich meine heutigen Probleme verändern konnte. Indem ich die Ursache erkannte, konnte ich mich besser verstehen, und mit dem Verstehen der zu Grunde liegenden Tatsachen war es mir schon beinahe automatisch möglich etwas zu verändern.

### **Adoptiert**

Während meiner Kindheit sparte ich das Thema Adoption oft aus. Wenn mich andere Kinder danach fragten wie das sei, dass ich adoptiert sei, antwortete ich Dinge wie "das macht mir nichts aus". Es machte mir in gewisser Hinsicht auch tatsächlich nichts aus. Allerdings wurde ich von meiner Adoptivfamilie ganz anders beurteilt. In einem Gespräch, das nach der Scheidung der Adoptiveltern mit dem Jugendamt geführt wurde, heißt es, dass ich mich mit dem Thema meiner Adoption stark auseinandersetzen würde.

Dies tat ich aber damals nicht, weil es mir unangenehm war adoptiert zu sein, sondern, weil ich spürte, dass ich in dieser Familie nicht das bekam, was ein Kind braucht. Wenn ich dann Mal wieder einen Wutausbruch hatte, schleuderte ich Sätze in die Luft wie „ihr mögt mich nicht, weil ich adoptiert bin“. Wäre ich aber ihr leibliches Kind gewesen, hätte ich vermutlich geschrien "ihr mögt mich nicht, weil ich dunkle Haare habe". Natürlich waren die ganzen Umstände meiner Adoption sehr schwierig, aber ich litt nicht in dem Sinne darunter, dass ich ein Adoptivkind war, sondern, dass ich ein Adoptivkind in dieser Familie war, die nicht in der Lage war einem Kind die Fürsorge zu Teil werden zu lassen, die ein Kind braucht.

Das hätte ich als Kind nicht ausdrücken können, und da ich auf der anderen Seite entsetzliche Panik hatte wieder Menschen zu verlieren- was für Kinder eine existenzielle

Bedrohung darstellt- und ich mir nicht im Klaren darüber war, dass ich mit meinen Gefühlen richtig lag, hing ich natürlich extrem an diesen Menschen. Ich hatte ja keine Alternative, für mich war das der Weg, den ich gehen musste, auch wenn ich auf alle möglichen Arten einen Ausgang aus dieser schrecklichen Lage in der ich mich befand, die ich aber nur diffus verstand, suchte.

Adoptionen stehe ich heutzutage aus vielerlei Gründen in den meisten Fällen sehr kritisch gegenüber. Nicht nur weil das Jugendamt nicht auf mich aufgepasst hat, und diese Familie alles andere als kritisch durchleuchtet und bewertet wurde. Sondern auch weil Adoption immer Adoptiveltern erfordert, die sich im Klaren darüber sind, dass sie einem Kind nicht die Eltern sein können und dürfen, die es von Geburt an hatte. Jedes Kind hat eine eigene Identität, und diese Identität ist untrennbar mit den eigenen biologischen Eltern verbunden. Diese eigene Identität findet aber leider heutzutage immer weniger Raum. Es ist in meinen Augen fahrlässig, Eltern- die keine Kinder bekommen können, oder sich aus sonstigen Gründen zu einer Adoption entscheiden- nicht klarzumachen, dass sie hier ein Kind bekommen, das niemals „ihr“ Kind sein kann und darf. Denn dieses Kind zum „eigenen“ Kind zu machen bedeutet, es von seiner wahren Identität abzuschneiden, die es durch die Zeugung erlangt hat. Immer werden zwei Menschen im Hintergrund dieses Kindes bleiben: Vater und Mutter.

Ich durfte mich selbst noch nicht einmal Adoptivkind nennen, obwohl ich das war. Erst als Erwachsene begann ich mich von dieser Forderung zu emanzipieren, was nicht auf Gegenliebe stieß. Hier schwang dann auch der Vorwurf der Undankbarkeit mit. Aber was ist das für ein Tauschhandel? Die eigene Identität gegen das Aufwachsen in einem neuen Elternhaus aufgeben? Kann es einen höheren Preis geben?

Mich erschüttert es, wenn ich höre, dass Adoptiveltern in höchstem Maße gekränkt reagieren, wenn ihre Adoptivkinder

sich auf die Suche nach der eigenen Identität machen, nach ihren Wurzeln. Diese zu spüren und unter sich zu wissen, ist für die meisten Menschen eine Selbstverständlichkeit. Für Adoptierte nicht. Dabei handelt es sich um die eigene kostbare Identität, die eigene unverwechselbare Existenz.

### **Vater**

Eines Tages sah ich zuhause in den Spiegel. Ich betrachtete mein Gesicht und mir wurde klar, dass mir hier nicht nur ein Teil der Gene meiner Mutter entgegen sahen, sondern auch die meines leiblichen Vaters.

Meine Mutter hatte mir einmal gesagt, sie habe kein Foto meines Vaters mehr, daher habe ich mir nie ein Bild von ihm machen können. Welcher Teil war von ihm, was hatte er mir mitgegeben, das ich im Spiegel betrachten konnte?

Als ich das erste Mal meinem Wunsch nachgab nach ihm zu suchen, versuchte ich es über die Redaktion einer Fernsehshow, die immer wieder nach Vermissten suchte und das tränenreiche Wiedersehen dann über die Bildschirme flimmern ließ. Warum nicht? Dachte ich mir, und schrieb dorthin. Und tatsächlich, nach einiger Zeit meldete sich die Redaktion bei mir, sie hätten meinen Vater gefunden. Leider jedoch wäre er nicht damit einverstanden, dass sie seine Adresse weitergeben würden. Es kam also nicht zu einem emotionalen Wiedersehen im Fernsehen.

Dennoch wusste ich, dass er in Louisiana lebte. Ich schrieb an die Adresse hinter der ich ihn vermutete, aber es kam nie etwas zurück.

Einige Jahre später dann stieß ich auf eine Agentur, die sich auf eine sehr persönliche Weise darum bemühte, Menschen wiederzufinden, die sich verloren hatten.

Immerhin konnte sie mir ein wenig mehr weiterhelfen, auch wenn auch sie mir mitteilen mussten, dass mein Vater keinen Kontakt wünschte.

Nach ein paar Jahren und weiteren Briefen, die ich auf gut Glück an die mir inzwischen bekannte Adresse geschrieben hatte, kam eines Tages eine unerwartete Reaktion. In meinen Briefen hatte ich meine Emailadresse beigefügt. Und als ich 2009 gerade dabei war eine ominöse Mail mit dem Betreff „u“ in meinem Spampostfach zu löschen, hielt mich irgendetwas davon ab, und tatsächlich, es waren die ersten Worte meines eigenen leibhaftigen Vaters!

Wir tauschten uns aus, und ich bekam sogar endlich die ersehnten Bilder von ihm zu sehen. Und nicht nur das, auch Bilder seiner Geschwister. Ich hatte also viel mehr Familie als mir je bewusst gewesen war!

Mein Freudentaumel hielt allerdings nicht lange an, denn mein Vater teilte mir mit, dass er den schriftlichen Austausch mit mir geheim halten würde. Unter anderem begründete er das damit, dass seine Frau sehr krank sei und sie würde glauben, wenn er mit mir Kontakt habe, dass ich auf Geld aus sei.

Einmal sah es allerdings so aus, als würde er „Tabula Rasa“ in seinem Leben machen wollen. Er teilte mir mit, dass er seiner Familie bald sagen würde, dass es mich gäbe. Er trug mir auf, noch einmal einen Brief zu schreiben, in dem ich so tun sollte, als würde ich ihm das erste Mal schreiben. Diesen Brief wollte er dann seinen Lieben vorlesen, und sie darauf vorbereiten, dass es mich gäbe.

Ich tat wie er es mir sagte, denn mein Wunsch ihn kennenzulernen war natürlich groß. Mein Brief trudelte wohl auch einige Zeit später bei ihm ein und ich wartete voller Spannung darauf, dass er im weit entfernten Amerika endlich seiner Familie mitteilen würde, dass es mich gab und er mich kennenlernen wolle. Nachdem ich ihn per Email wieder und wieder darauf ansprach rückte er schließlich damit heraus,

dass er es sich doch anders überlegt habe und mich nun doch weiter verheimlichen wollte. Eine Welt brach in mir zusammen. Es dauerte eine Weile, bis ich wieder mit ihm Emails austauschte. Zwar wusste ich, dass er einer für unsere hiesigen Gewohnheiten ziemlich radikalen christlichen Gemeinschaft angehörte, aber ich störte mich nicht groß daran. Erst als er anfang immer öfter davon zu schreiben, dass es der Glaube sei, der ihm dazu verholpen hätte auch mit dem Geheimnis meiner Existenz zu leben, dass Gott ihm bereits verziehen hätte, dass er mich nicht akzeptierte, wurde ich immer wütender.

Mit der Zeit begriff ich, dass die Wahl meines Vaters sich wohl nicht verändern würde. Immer stärker wurde meine Wut und je öfter ich mich mit ihm austauschte, desto mehr fühlte ich mich wie eine heimliche Geliebte. Seine Schreiben waren ebenso ambivalent wie meine: Mal beschwor er seine große Zuneigung zu mir, wie sehr er mich liebe. Dann wieder erschienen mir seine Worte merkwürdig misstrauisch, als vermute er hinter mir eine Erbschleicherin oder irgendetwas anderes Ominöses. Auf Fotos die ich ihm von mir schickte bemängelte er, dass ich meinen Mund nicht öffnen würde. Ob ich Gebissprobleme habe. Vermutlich schwang hier seine Angst mit, ich hätte ein schlecht saniertes Gebiss, was vermutlich- nicht nur- in den USA ein Zeichen ist für Armut. Dass ich meinen Mund auf Fotos grundsätzlich selten öffnete, weil ich als kleines Kind oral vergewaltigt wurde, konnte ich ihm schlecht erklären. Obwohl ich ihm vieles von mir erzählte, was ich heute bereue, denn ich glaube er hat mich falsch verstanden und meinen Weg nicht aus einer warmherzigen väterlichen Sicht sehen können, sondern aus einer merkwürdig religiösen und sehr entmenschlichten Sicht. Vielleicht spielte auch mit hinein, dass er meine schwerwiegenden Erfahrungen, die ich ihm schilderte eher als meine fantasierten Konstrukte ansah, vielleicht sogar sah er

mich in der Tradition meiner Mutter mit ihren schweren psychotischen Phasen.

Eines Tages wurde mir klar, dass es mir mit dem Kontakt zu ihm viel schlechter ging, als ohne. Es ließ sich nicht mehr wegschieben, dass ich mich wie sein Spielzeug fühlte, dass er benutzte wenn er gerade einmal sentimentale Gefühle für mich hegte, mich jedoch gleichzeitig in Wirklichkeit ablehnte. Ob er das tat, weil er mich verheimlichen wollte, oder weil ich nicht seinen Vorstellungen entsprach, machte für mich keinen Unterschied. Ich wollte die ganze Zeit in ihm einen Vater sehen- aber obgleich ich Zeit meines Lebens keinen Vater hatte, der diesen Namen verdient hätte, habe ich in meinem Herzen immer gewusst, was ein Vater sein kann und was nicht. Mein Vater war kein Vater, ich musste schmerzhaft lernen ihn wirklich nur als meinen Erzeuger zu sehen. Ohne mir weiterhin Illusionen darüber zu machen, dass er sich vielleicht doch eines Tages ändern würde, ging es mir wesentlich besser. Ich schrieb ihm in meiner Abschiedsmail, dass er sich wieder melden könne, wenn er sich als Vater mir gegenüber verhalten würde. So lange er das nicht tun würde, würde ich den Kontakt ablehnen. Es tat meiner Seele mehr als gut, ihm diese Worte zu schicken und ich fühlte, dass meine Würde auf diese Weise wieder hergestellt war. Seither ist zwischen uns Funkstille.

### **Meine Mutter**

Als ich zehn Jahre alt war, lernte ich, als ich bei meinem Opa zu Besuch war, und meine Mutter anwesend war, ihren Freund kennen. Schemenhaft erinnere ich mich daran, dass er versuchte freundlich zu mir zu sein. Aber er war mir vollkommen fremd. Ich hatte auch ein Problem mit ihm, weil er einfach mit ihr leben konnte, und ich nicht. Obwohl mir meine Mutter durch unsere frühe Trennung und ihre Krankheitsgeschichte sehr fremd geblieben war, tat es weh zu

erleben, dass ich im Gegensatz zu ihm nur ein Besucher blieb.

Später wurden mir die Besuche bei meinem Opa untersagt, und so sah ich auch meine Mutter eine sehr lange Zeit nicht wieder.

Ein paar Mal telefonierten wir, als ich erwachsen war. Aber nachdem sie mich einmal in einem psychotischen Zustand angerufen hatte, war die Aussicht auf ein Telefonat mit ihr für mich noch belastender geworden. Ich versuchte immer ihre Zustände zu verstehen, versuchte mich auf ihre Sichtweise einzulassen. Sie hatte am Telefon unter anderem davon gesprochen, dass man ihr eines Tages ein Denkmal setzen würde. Ich meine mich zu erinnern, dass Menschen, mit denen ich darüber sprach, ihre Aussagen als Größenwahnsinnig titulierten. Aber das reichte mir nicht und war mir viel zu pauschal. Es handelte sich ja um meine Mutter, und obwohl mir ihre Art auch Angst machte, wollte ich mich nicht hinter solchen Etikettierungen verstecken und sie unter diesen als lediglich „verrückt“, verschwinden lassen. Später, als ich erwachsen war, die schwierigsten Untiefen meines jungen Erwachsenenseins verlassen hatte, und mein Sohn etwas älter war, besuchten wir sie gemeinsam. Es war ein gemütliches Treffen mit Kaffee und Kuchen, in ihrer kleinen Wohnung, die von Büchern und Bücherstapeln nur so überquoll.

Der Freund meiner Mutter, den ich mit zehn Jahren kennenlernte, war und blieb über Jahrzehnte mit meiner Mutter verbunden. Heutzutage bin ich glücklich über den Gedanken, dass meine Mutter in vielen ihrer schweren Momente nicht alleine und er an ihrer Seite war.

Meine Mutter starb 2013 im Moment ihres Sterbens mutterseelenalleine in einem Krankenhaus an einer

unbehandelten Form von Krebs. Wer weiß, vielleicht hätte sie noch viele Jahre weiterleben können, wenn sie sich hätte behandeln lassen. Ich weiß nicht viel über ihre letzten Jahre, aber mir drängt sich der Gedanke auf, dass ein Mensch, der Medizin – und dazu gehört ja auch der Bereich der Psychiatrie- über viele Jahre oft auf so unglaublich negative und übergriffige Weise erleben musste, Schwierigkeiten haben könnte sich auf ärztliche Untersuchungen einzulassen. Möglich, dass dies der Grund war, warum sie den Krebs nicht behandeln ließ.

Nach ihrem Tod konnte ich ihr finanziell ein schönes Grab ermöglichen, was mich sehr glücklich gemacht hat. Der Gedanke sie würde mehr oder weniger anonym in einem Armengrab sang- und klanglos von dieser Erde verschwinden war mir unerträglich. Und mir kam in dieser Zeit auch wieder jener Anruf vor vielen Jahren in den Sinn, als sie davon gesprochen hatte, man würde ihr ein Denkmal setzen. Für mich ergaben ihre damaligen Worte auf einmal den Sinn, dass sie sich Aufmerksamkeit auf ihr Leben und ihr Leiden gewünscht hatte, das sie so viele Jahre tragen musste. Ich wünschte ihr ein schönes Grab mit ihrem Namen und der Möglichkeit aller, die sie kannten und mochten, dorthin zu gehen und an sie, diese warmherzige Frau zu denken.

### **Meine Erinnerungen**

Viele dunkle Erinnerungen an die Zeit meiner Kindheit lösen sich bis heute nicht auf, hüllen auch derzeit in Schleier, was für mich noch zu schwer ist um es zu verkraften. Nur jene Erinnerungen haben sich deutliche gezeigt, die ich auch irgendwie verkraften kann. Alles kam und kommt zu seiner Zeit. Viele kleine Mosaiksteine blitzen immer wieder auf,

Teilerinnerungen, die lose meine Kindheit beschreiben. Ich setzte bereits viele von ihnen zusammen, aber es klaffen noch viele Lücken, die ich nicht mit Interpretationen füllen möchte. Was ich noch nicht sehe, oder noch nicht in einem sinnvollen Zusammenhang zu stehen scheint, findet auch in diesem Buch keinen Platz.

Zudem gibt es Teilelemente in meiner Erinnerung, die mir zu vage erscheinen um sie in die Welt hineinzuschreiben.

Auch diejenigen Erinnerungen die ich hier niederschreibe kann ich nicht zu 100 Prozent als DIE Wahrheit bezeichnen.

Ich kann sie lediglich als Ergebnis meines Aufarbeitungsprozesses angeben, als subjektive Erinnerungen.

Die wenigsten Kinder lassen während ihrer Kindheit eine Kamera oder ein Aufnahmegerät mitlaufen. Insofern muss man sich selbst vertrauen und sind es andere, die einem vertrauen, dass die Erinnerungen keine oder nur wenige Täuschungen, falsche Verknüpfungen enthalten. Ich bin immer sehr vorsichtig damit gewesen, und spüre immer noch bei jeder meiner niedergeschriebenen Erinnerungen die Angst, dass ich mich täuschen könnte. Es ist aber nicht nur die Angst etwas Falsches in die Welt zu bringen, es ist auch die Angst, die Dinge könnten wahr sein.

Ich habe lange Zeit meine eigenen Erinnerungen und Gefühle nicht wirklich ernst genommen, weil so immer noch die Möglichkeit bestand, dass alles doch ganz anders wäre, und sich alles doch noch in Wohlgefallen auflösen würde. Denn wer will schon, dass die Menschen, denen man anvertraut war auch die sind, die einem derart wehtun?

Natürlich half mir die Auseinandersetzung mit meinen widerkehrenden Erinnerungen sehr dabei endlich zu verstehen, dass ich nicht von Geburt an ein so merkwürdiger Mensch bin, der „einfach so“ so viele Einschränkungen im

Alltag hatte. Aber die andere Seite davon war, je mehr ich meine Erinnerungen als für mich wahr zuließ, desto mehr Schmerz kam in mein Leben, desto weniger wollte ich dann auch wirklich diese Gewissheit haben.

Ein Weg, den ich bis heute gehe, und den ich bis heute nicht verwunden habe. Wie sehr wünschte ich mir immer und immer wieder, dass das alles nur ein großes Missverständnis sei, dass sich alles doch ganz anders zugetragen habe und ich mein Leben und die Erinnerungen nur träumte.

Es ist für mich ein großer Schritt diejenigen Erinnerungen, die ich derzeit in Worte fassen kann und möchte, niederzuschreiben.

Oft wird von Überlebenden gefordert- wenn sie es nicht gerade selbst von sich oder anderen fordern- dass sie den Mantel des Schweigens ablegen sollten. Ich hatte diesen Wunsch auch, und möchte auch heutzutage keine andere Wahl mehr treffen- für mich gibt es kein Zurück. Aber gleichzeitig war es auch das Schlimmste und Schmerzhafte- und ist es noch, bei all dem, was noch sichtbarer wurde und wird. Je mehr ich das Schreckliche in Sprache übersetze, desto mehr wird es wahr, und desto weniger kann ich sagen: war vielleicht doch nicht so.

Diese letzten fünf Worte halfen mir eine sehr lange Zeit. Sie ließen mich neben anderen Faktoren auch schweigen- und eine lange Zeit war das gut so, denn ich hätte das Erscheinen und wahr werden meiner Wahrheit durch die Versprachlichung nicht aushalten können. Ich bin überzeugt davon, dass wir Menschen sterben könnten, wenn wir nicht die Gabe zu irgendeiner Form von Verdrängung hätten und solche Dinge, ungefiltert auf den Teppich unseres Lebens strömen würden.

Was würde passieren, wenn man plötzlich ein Bewusstsein dafür hätte, und zwar die ganze Zeit, und für alles, was ich hier in meinem Buch anhand meiner Erinnerungen beschreibe?

Ich habe einen sehr langen Prozess des Wahrhabens gehabt, der noch lange nicht abgeschlossen ist. Ohne ihn hätte ich nicht leben können, denn ich war meinen schweren Folgen aus diesen Erfahrungen wie ich sie erinnere, ausgeliefert und sie waren viel zu schwer für einen Menschen und ein Leben. Aber mit dem Wahrhaben ist es auch sehr schwer, und ich stand oftmals meinem Lebensüberdruß auch in dieser Zeit sehr nahe.

Mit aller Gewalt wollte ich mich schon vor vielen Jahren erinnern, wollte diese Gedächtniswüste freischaufeln von den Verdrängungssteinen, die mir den Blick auf vieles erst nach und nach freigaben. Sie rollten sich aber nur dann zur Seite, wenn die Zeit reif war, und keineswegs auf mein Einwirken hin. Vieles wusste ich immer, aber ich wollte nicht, dass es so war, also tat ich so, als sei es nicht wahr, und dann war es das auch nicht.

Der Schmerz über den Verlust von nahestehenden Menschen ist zeitweise immer noch übergroß, denn der Kreislauf der sexuellen Gewalt hat nicht in meiner Kindheit aufgehört.

### **Kein Märchenland**

Ein langer Weg liegt hinter mir, und viele Täler die ich überwunden habe. Aber leider ist auch mein Leben kein Märchenland. Es gibt Täler, die sich tief in meine Seelenlandschaft eingeprägt haben, die da auch immer sein werden. Zumindest kann ich es mir bei einigen Dingen heute noch nicht vorstellen, dass diese sich jemals ändern werden. Das habe ich allerdings auch bei vielen anderen Schwierigkeiten gesagt, die sich aus meiner Kindheit ergaben, die sich durch meine Aufarbeitung verändert haben. Beispielsweise habe ich durch jahrzehntelanges Training erlernt mich besser konzentrieren zu können. Was aber auch nicht immer geht, und mir natürlich in der Folge so einiges

verunmöglicht, sei es beruflich oder privat. Ich musste immer sehr kreativ sein, Ideen finden und ausprobieren, einen langen Atem haben, Dinge ganz anders angehen, als sie allgemein als wirksam bekannt sind. Das an sich war schwierig genug, nicht zuletzt deshalb weil ich da erst einmal lernen musste, dass ich Dinge wirklich anders machen darf, dass ich dazu die Erlaubnis habe. Mir diese Erlaubnis geben zu können, war ein sehr langer Prozess in meinem Leben.

Mich zu lösen von der anerzogenen Strategie, man dürfe die Dinge nur so machen, wie „man“ sie macht. Hätte ich nicht irgendwann begonnen meine eigene Strategie zu entwickeln um zum Beispiel Dinge zu erlernen, ich hätte sie niemals erlernt. Mein Gehirn ist durch die schweren Traumatisierungen einfach anders „verdrahtet“ und das zeichnet sich in allen Situationen meines Lebens ab. In einigen mehr, in anderen weniger.

Durch das ständige Verdrängen dessen was mir angetan wurde, oft schon während es mir angetan wurde- zu Gunsten meines Überlebens und Aushaltens mit solchen Menschen leben zu müssen- brannte sich auch dieser Vergessens-Mechanismus in mich ein, und zugleich das dissoziieren. Wenn ich also später Konzentration suchte, um etwas im Gedächtnis zu behalten war das nur unter bestimmten Bedingungen möglich. Zu diesem Problem mir Dinge zu merken kam hinzu, dass ich auch nicht zur Ruhe kommen konnte. Ich hielt es schlicht nicht aus, einfach ohne irgendeine Beschäftigung oder Berieselung von außen, da zu sitzen, oder irgendetwas zu tun. Ruhe bedeutete immer, dass mir Dinge aus meiner Kindheit bewusst wurden, bedeutete unerträgliche Gefühle, bedeutete Angst, Panik und Lähmung. Diese emotionalen Überfallkommandos kann kein Mensch aushalten. Es gab keine Zeit die ich in einem Sessel sitzend verbrachte, es gab keinen Moment, den ich auf einer Liege im Garten, oder irgendwo verbrachte, ohne dass ich irgendetwas gehabt hätte, das mich ablenkte.

Alleine das hat mich von vielen für die meisten Menschen alltäglichen Möglichkeiten abgehalten. Ein Mensch, der die innere Ruhe und das Vertrauen nicht hat, sich auf Themen und andere Menschen in Ruhe einzulassen, kann an vielem nicht dran bleiben und damit auch viele Dinge erst gar nicht beginnen oder beenden.

Noch gravierender ist die große Wunde des Vertrauensverlustes in meinem Inneren. Diese Wunde kann sich nicht mehr schließen, auch wenn ich durch einige selbst gewählte Bindungen in der Lage war eine feine Membran über die offenen Verletzungen wachsen zu lassen. So gehöre ich zu denjenigen Menschen, die mitunter Jahre brauchen um anderen Menschen wenigstens einen ersten Vertrauensvorschuss geben zu können. Da ich durch meine Nächsten, die Menschen die ich liebte, denen ich anvertraut war, in meiner Kindheit, der Prägezeit des Menschen, zutiefst verletzt wurde in meinem Vertrauen, in meiner Herzensbindung, werde ich letztendlich nie das Vertrauen aufbringen, das viele Menschen wie selbstverständlich zur Verfügung haben. Gerade je näher mir ein Mensch steht, je mehr ich von mir Preis gebe, desto schwieriger wird es für mich. Auch damit, Grenzen zu ziehen, denn ich habe meine Grenzen als Kind immer wieder gezogen, sie wurden aber nicht respektiert sondern nach Lust und Laune eingerissen. So fehlte mir auch früher das Vertrauen in die Richtigkeit meiner Grenzen. Über viele Jahre habe ich erst erlernt wieder ein Gefühl für mich und meine Entscheidungen aufzubauen, dafür, dass diese auch Gewicht haben, und nicht von vorneherein so sinnlos sind, dass ich sie früher oftmals gar nicht mehr wahrnahm und zeigte. Sie waren ja völlig überflüssig geworden. Nur noch mein auf die Winzigkeit eines Körnchens eingeschrumpfter Instinkt sagte mir, dass ich das alles darf und mein Recht ist- aber alles andere war so groß und übermächtig geworden, dass ich meinen Instinkt nicht mehr hören konnte, geschweige denn nach ihm handeln. Das

begann erst wieder als ich aus meinem Lebensstrudel, in dem ich mich als junge Erwachsene befand, langsam hinaus wühlen konnte und damit auch nach und nach meinen Instinkt, mein wahres Ich endlich beginnen konnte von all dem Morast zu befreien, der auf mich abgeladen worden war.

### **Reaktionen auf meine Erfahrungen**

Es ist auch für Außenstehende nicht einfach Weg zu finden mit Menschen umzugehen, die als Kind schwerwiegende Traumata durch andere Menschen erfahren mussten. Je älter ich wurde, und je mehr Menschen ich kennenlernte, die selbst Betroffene sind, desto klarer wurde für mich, dass es auch für Nichtbetroffene ein langer Weg sein kann, zu verstehen, wie man mit Verbrechen dieser Art umgeht.

Aus meiner Sicht kann es keinen einfachen Weg zum Verständnis geben, gerade weil es sich um Verbrechen handelt, denn sie sind nun einmal schreckliche Eingriffe in das Leben von Kindern. Es ist für Betroffene schwer das überhaupt zu überleben. Etwas, das man als fühlender Mensch nicht fassen kann, einem absurd und gegen jede Liebe stehend erscheint, ruft erst einmal in den meisten Menschen Ungläubigkeit und Abwehr hervor. Mir geht es im ersten Moment auch oft erst einmal so, wenn ich die schrecklichen Erfahrungen anderer höre. Es ist schwer die geballte Brutalität und Unmenschlichkeit die hinter dem Verhalten von vielen Tätern steht, auszuhalten, und gleichzeitig die Empathie gegenüber der Opfer, ohne sie mitleidig zu reduzieren, an sich heranzulassen. Man hat das Gefühl alleine schon durch das Grausame im Erzählten verletzt zu werden und sucht nach einer Möglichkeit die Gewalt die aus den Erfahrungen spricht, von sich wegzuhalten.

Ebenso wie bei den Betroffenen, ruft auch berichtete Gewalt in vielen Menschen erst einmal einen

Verteidigungsmechanismus hervor. Es ist schrecklich zu hören, dass Menschen, denen Kinder anvertraut sind, das natürliche Vertrauen schändlich missbrauchen, dass ihnen entgegengebracht wird. Dieses Vertrauen bringt ihnen ja nicht nur das Kind entgegen, sondern auch andere Menschen, das Umfeld, unsere ganze Gesellschaft. Wir möchten doch alle darauf vertrauen, dass die Nachbarn ihr Kind gut behandeln, die Fürsorger der Eltern oder anderer Erwachsener gegenüber Kindern echt ist, und die Grenzen wahrt. Dieses Gefühl von Vertrauen in andere Menschen, ist ein sehr starkes Gebilde, das viele Schwierigkeiten und Bürden trägt. Das Vertrauen muss geschützt werden. Wir Menschen sind dafür auch nicht selten bereit lieber erst einmal nicht dem Kind oder erwachsenen Betroffenen zu glauben. Denn ein gebrochenes Vertrauen stellt erst einmal alles in Frage an was wir vorher geglaubt haben. Wir wollen und können erst einmal nicht glauben, was uns gesagt wird, sonst geht die Sonne unter, sonst könnte doch jeder ein Täter sein, denn woran soll man denn in Zukunft sonst das Vertrauen fest machen?

Auch für Kinder, die, um überhaupt überleben zu können, grundsätzlich Vertrauen haben und haben müssen in ihre Eltern, in weitere Bezugspersonen und andere Erwachsene, in ihre ganze Umwelt, geht die Welt unter, wenn ihr Leben durch Übergriffe durch Erwachsene erschüttert wird. Aber auch hier zeigt sich die extreme Wichtigkeit des Vertrauens: die Kinder müssen sich- um weiter in dieser Familie oder anderweitigen Umgebung in der sie aufwachsen überleben zu können- Konstrukte erschaffen, die sie diesen massiven Vertrauensverlust überleben lassen. Wenn sie keine Hilfe von Jemandem bekommen, niemand für sie die Taten als Verbrechen gegen sie bewertet und ihnen aus dieser Situation hinaus hilft, sind sie darauf angewiesen irgendwie ihr Vertrauen in andere Menschen zu schützen, denn sonst

könnten sie nicht weiterhin in dieser Konstellation ausgeliefert, überleben.

Oftmals geben sich die Kinder selbst die Schuld daran was ihnen angetan wurde, oder sie deuten die Taten um, als etwas, das eigentlich positiv ist, denn Kinder haben anders als wir Erwachsenen noch gar nicht die Möglichkeit die Taten zu reflektieren. Sie sind ihnen, Taten und Tätern ja weiterhin ausgeliefert, müssen jederzeit mit einer Wiederholung rechnen, und so schieben sie die Schrecklichkeit der Tat weit von sich, vergessen sie, oder deuten sie um. Letzteres gehörte auch zeitweise zu meinem Repertoire. Ich erinnere mich sehr gut daran, dass ich mir einredete, eine schlechte Behandlung zu verdienen, weil ich ohnehin irgendwie schmutzig sei. Ein klassisches Beispiel dafür, dass ich die Schuld auf mich nahm, um Täter zu schützen, auch um weiterhin so etwas wie Vertrauen zu haben, auch wenn ich als Erwachsene schließlich feststellte, dass ich überhaupt keines mehr hatte. Als Kind waren die Erwachsenen für mich über alles erhaben, es konnte und durfte nicht anders sein, sonst wäre ja alles Schreckliche wahr und wirklich passiert gewesen! Und das wollte ich auf keinen Fall spüren, das hätte ich nicht überlebt.

Ebenso wie die Opfer also ihre Mechanismen haben, um Zustände zu überleben, die man eigentlich nicht verkraften kann, verhalten sich auch Nichtbetroffene oft, wenn sie mit Gewalt an anderen konfrontiert werden. Es muss weggeschoben werden, damit nicht wahr ist, was nicht wahr sein darf!

Auch wenn ich Nichtbetroffene inzwischen gut verstehe, wird es dann schwierig, wenn es nicht mehr nur beim ersten Impuls bleibt, die schrecklichen Wahrheiten Betroffener wegzuschieben. Um den Kinderschutz in der eigenen familiären Umgebung aber auch gesellschaftlich zu verändern, bedarf es weiterer Schritte, nachdem man vielleicht erst einmal Rückzug und Zeit gebraucht hat mit dem

umzugehen, was man gehört hat. Verdaulich wird Gewalt allerdings niemals sein, dafür ist sie einfach zu schrecklich.

Betroffene von Gewalt erwarten auch oft zu viel von anderen Menschen. Ein großes und ewiges Verstehen und Nachvollziehen ihrer Not, ein beständiges Engagement, ein stets gezücktes Schwert. Ich selbst erwarte das oft genug von anderen, merke aber heutzutage immer schneller, dass ich hier etwas verlange, das nicht realistisch ist. Es ist ein konserviertes Überbleibsel aus meiner Kindheit, in der ich natürlich hoffte, dass man mich retten würde. Das tat aber niemand. Irgendwie überlebt dieser Wunsch in schwer verletzten Menschen wie mir, und wenn man dann als Erwachsener nicht lernt, dass man mit diesem Versagen der Umwelt, in der man als Kind aufwuchs, zu leben, wird man diesen Wunsch weiter an sein Umfeld richten. Es ist nicht leicht mit diesen Wunden zu leben, und diese zerstörten Hoffnungen auf diese lebenswichtigen Bedürfnisse die man als Kind nicht bekam, auszuhalten. Diese riesige Loch, diese grausame Leere einer kindlich vakuumierten Verzweiflung möchte man verständlicher Weise füllen.

Demgegenüber stehen immer wieder Nichtbetroffene, die oftmals dadurch, dass sie sich nicht nur im ersten Impuls verschließen, sondern der schrecklichen Wahrheit Betroffener auch weiterhin verschlossen bleiben, mit einer für Betroffene sehr schmerzhaften und ungerechten Abwehr reagieren.

Ihnen fehlt sehr oft das Verständnis für das heutige Verhalten Betroffener, den vielen traumatischen Folgen, die oft bei den Betroffenen für immer bleiben werden und keine freiwillige Prägung der Betroffenen ist, sondern absolut logische Folgen auf den Angriff auf ihren Leib und ihr Leben in ihrer Kindheit sind.

Gerade bei Kindern- und je jünger, desto tiefer- spielt die Prägung eine sehr große Rolle. Man sagt ja nicht umsonst, dass Kinder in den ersten Lebensjahren am meisten lernen, und was sie in dieser Zeit erlernen auch positiverweise für immer eingepägt bleibt. Im Besonderen gilt das natürlich auch für Negatives, wie für Gewalttaten an Kindern. Diese brennen sich als tiefe Erfahrungen ein, in den Körper, in ihr Gehirn, in das gesamte Sein. Dies lässt sich nicht mehr löschen, nicht mehr „ausprägen“. Mit diesen Folgen wird das Kind groß werden, und oftmals werden die erwachsenen Betroffenen auch mit entsprechenden Traumatherapien mit Einschränkungen leben müssen, die sich Nichtbetroffene nicht vorstellen können würden, wenn sie es spürten, auch nur einen Tag aushalten zu können.

Es gibt keinen größeren Angriff auf das Leben, als einem Kind Gewalt, in welcher Art auch immer, anzutun. Nichts greift uns Menschen tiefer und existenzieller an. Und genau hier fällt es schwer empathische Gefühle zuzulassen, wenn wir von diesen Übergriffen erfahren, die ein Angriff auf unsere tiefsten Werte bedeuten.

Nicht immer verhält es sich allerdings so, dass sich Menschen gegen die Erfahrungen Betroffener wehren, weil sie erst noch einen Weg finden müssen, wie sie mit diesen schrecklichen Wahrheiten umgehen können. Oftmals ist es auch so, dass eigene, tief vergrabene Erfahrungen von Misshandlung und sexueller Gewalt Zuhörer dazu veranlassen den Deckel ganz schnell wieder zuzumachen, damit die eigenen Geister der Vergangenheit nicht wieder an die Oberfläche spülen. Auch das sind impulsive Verhaltensweisen, um sich selbst zu schützen. Ich halte wenig davon andere Menschen dazu zwingen zu wollen, den schrecklichen Erfahrungen ihrer Kindheit ins Gesicht zu schauen. Ich habe zwar schon früh begonnen mich meinen Erfahrungen zu stellen, hatte aber durch meine schreckliche Lebensqualität auch gar keine

andere Wahl, denn hätte ich mich nicht über bald zwei Jahrzehnte auf diesen Weg begeben, würde ich heute nicht mehr leben.

Das Verdrängen eigener traumatischer Erfahrungen kann für Betroffene eine sehr schmerzhaft und folgenreiche Erfahrung sein und bedeutet insgesamt ein Verharren in einem Stillstand, der Tätern in die Hände spielt, die unbehelligt weitermachen können. Zudem stellt es die aufdeckenden Opfer vor die Entscheidung, sich entweder der eigenen Genesung zuzuwenden, und sich damit gegen Familie oder Institution zu wenden, oder sich wieder in den gewohnten Kreis einzufügen, was in der genannten Konstellation keinerlei heilsamen und schon gar keinen präventiven Charakter in sich trägt.

Die Reaktionen auf das Verlassen meines Schweigens waren innerhalb der Familie in der ich aufwuchs durchweg negativ. Alle Menschen mit denen ich in diesem Umkreis aufwuchs haben sich durch das Unterlassen der natürlichen Solidarität mit mir mit dem Kreis der Täter solidarisiert. Von Unterstellungen, ich sei einfach nur prude, bis hin zu der Idee mein Adoptivvater sei halt einfach ein etwas experimentierfreudiger Typ gewesen- er habe mich halt nicht leiden können, deshalb sei er halt ein bisschen gemein gewesen zu mir- habe ich so einiges gehört. Das was ich allerdings am meisten wahrgenommen habe war ein mächtiges Schweigen, die Nichtreaktion auf mich und meine Erfahrungen.

Ein weiteres Ereignis, das ich vor noch nicht allzu langer Zeit auf den Tisch gelegt habe, raubte mir dann endgültig jede Illusion. Etwas brach in mir zusammen, nahm mir innerhalb kürzester Zeit jede Hoffnung darauf, dass Menschen, die ich von frühester Kindheit an kannte, Menschen sind, die mich wirklich liebten.

Bei mir wurde nicht- wie es oft genug über Betroffene gesagt wird- behauptet die Dinge entsprängen meiner Phantasie, nein, es wurde wieder einmal- wie schon so oft- behauptet ich hätte alles was ich bei meiner leiblichen Familie erlebt habe, in die neue Familie hinein übertragen.

Der geschickte Versuch eine Art psychologischen „Knock-Out“ zu installieren. Da ich allerdings immer klar unterscheiden konnte, was ich durch die Schwierigkeiten mit meiner leiblichen Familie in die adoptierende Familie mitgebracht hatte, und was ich dort als Kind real erfuhr, bleibt es bis heute ein wenig erfolgreicher Versuch meine Glaubwürdigkeit zu erschüttern und mich zu verunsichern.

Das und einige andere Dinge fühlten sich alles andere als liebevoll an und ließen mich in der jüngeren Vergangenheit ein unbeschreibliches Einsamkeits- und Verratsgefühl spüren, das ich in der Form vorher nicht kennengelernt hatte, bevor ich die Familie konfrontierte. Es wird sicherlich einen Teil meines weiteren Lebens ausmachen, damit klarzukommen dass es Menschen gab, die mein Vertrauen und meine Liebe auf das Größte mit Füßen getreten haben und selbst nach so vielen Jahren nicht in der Lage sind sich mit dem Menschen, den sie schon als kleines Kind kannten, zu solidarisieren. Stattdessen gehen manche Kreisläufe einfach weiter und werden so schnell nicht gestoppt werden können.

Nicht mehr Teil dieser früher durch mein eigenes Verdrängen unsichtbaren Strömungen zu sein, war für mich eine klare Entscheidung, die ich jedes Mal von neuem treffen würde.

So gibt es für mich in meinem Leben ohne die Menschen von früher nur noch die Menschen, die ich mir selbst auserwähle. Mit alle meinen Fehlern und Wiederholungen, die mich lange Zeit auch immer wieder an Menschen herantreten ließ, die mir ebenso wie einige Menschen in meiner Kindheit vordergründig vertrauenswürdig erschienen, sich jedoch schließlich als für mich schädigend herausstellten.

Mittlerweile und nach vielen menschlichen Begegnungen, jahrzehntelanger Traumatherapie und neuen Erfahrungen hat sich das Blatt zu meinen Gunsten gewendet.

Ich glaube den größten Zweifel an meinem Leben hatte ich in dem Moment, als ich anfing viele Dinge nicht mehr nur abgespalten von den Gefühlen, quasi mit dem Verstand zu sehen, sondern zu spüren und zu fühlen, Phasen in denen ich nicht nur Bilder meiner kindlichen Erfahrungen vor mir sah, sondern auf einmal auch die dazugehörigen Gefühle spürte. Das ist der Punkt den Nichtbetroffene an Betroffenen oft irritierend finden, nicht verstehen, dass diese ihre eigenen furchtbaren Erfahrungen oft derart ohne Emotion heruntererzählen können als würden sie die Tagesschau moderieren. Tatsächlich ist auch dieser Mechanismus, die erlittenen Erfahrungen auf zu splitten in entweder Gefühl oder Bilder, ein hilfreicher Mechanismus. So können diese Erinnerungen sogar über Jahrzehnte völlig gefühlsentkernt von den Betroffenen gesehen, erinnert werden- da aber die Gefühle dazu fehlen, wie man sich damals in den Situationen fühlte, bewertet das Unterbewusstsein diese Erfahrungen als völlig unerheblich, nicht schädlich und man ist in der Lage unter den Bedingungen einer feindlichen Umwelt weiterzuleben, bis man im Leben an einen Punkt kommt, an dem das Unterbewusste merkt, dass man nicht mehr in Gefahr ist und die Gefühle sich gefahrlos wieder an die Bilder heften dürfen.

So war das auch bei mir bei einigen Erinnerungen. Sie wurden nicht klassisch so weit verdrängt, dass ich sie innerlich nicht mehr sah, sondern ich sah sie, dachte aber automatisch, dass das was ich sah nichts Schlimmes sei, da ich keine Gefühle dazu spürte.

Jeder geht ja davon aus, dass wenn etwas schlimm war, man das auch fühlt. Und da man das in diesen Fällen nicht fühlt, weil man das Gefühl vom Bild entfernt hat, denkt man, es ist

nichts von Belang. Wenn sich dann aber eines Tages diese Gefühle wieder zu den Erinnerungen hinzufügen schaut das Ganze natürlich plötzlich ganz anders aus. Das war für mich eigentlich das Schlimmste.

Das einzige was mich wirklich getröstet hat, diese schrecklichen Gefühle wieder zu erleben, war, dass mit dem Zusammenfügen des vormals Getrennten auch wieder andere Areale die in meinem Gehirn zusammen mit Erinnerung und Gefühl getrennt waren, sich auch wieder verbanden. Das hatte wiederum zur Folge, dass ich mich nicht nur mit den schrecklichen Gefühlen auseinandersetzen musste, sondern dass ich wieder mehr Konzentration bekam, oder mehr Ruhe, mehr Nähe mit anderen Menschen zulassen konnte, mehr in der Lage war zu sprechen oder irgendetwas anderes Positives wieder möglich war, das sich vorher auch mit allen mir zur Verfügung stehenden Kraftakten nicht hatte ändern lassen. Diese positiven Veränderungen waren und sind es auch, die mir den Mut gaben und geben, weiterzuleben, und zu lernen mit dem schrecklichen Schmerz, dem Gefühl des absoluten Verlustes des Vertrauens, der Wut und der suspenden Scham, der tiefdunklen Traurigkeit und Verlassenheit und dem Gefühl nicht willkommen gewesen zu sein, umzugehen. Es sind meine Belohnungen, mein Trost in diesem Leben.

Auch wenn der Schmerz immer wieder kommt und einige Einschränkungen bleiben, die mein Leben immer wieder schwer machen und mich Abgründe fühlen lassen die kein Mensch fühlen sollte!

Man hat mir vieles genommen, aber nicht meinen Instinkt, mein kraftvolles Wesen, meinen eigenen freien Willen und trotz meines Misstrauens mein überdauernder Glaube an meine Liebe und an Menschen.

