

«Darüber reden ist ein Anfang»

8.2.95

Tonja Schifftan begleitet Inzestopfer auf ihrem schwierigen Weg zur Heilung

SABINE RUTHEMANN

HEMBERG ■ Laut Kinder-
nachrichtagentur Kinag werden
jährlich zwischen 40 und 45
000 Kinder, mehr Mädchen als
Buben, sexuell ausgebeutet,
das heisst ungefähr jedes dritte
bis vierte Mädchen und jeder
siebte bis achte Knabe. Die Täter
stammen meist aus der eigenen
Familie, es können in selte-
neren Fällen auch Frauen sein.
Inzest hat verschiedene Formen:
Berührungen der Genitalien,
sexuelle Witze auf Kosten des
Kindes oder brutale Vergewaltigung
und Körperverletzung. «Die Folgen
sind katastrophal», betont die
Psychologin Tonja Schifftan. Sie
arbeitet oft mit Frauen, die in
ihrer Kindheit sexuelle Gewalt
erfahren haben und bei ihr
traumatische Erlebnisse verarbeiten
wollen. «Viele erinnern sich
nicht daran, dass sie als Kind
Inzestopfer waren», erklärt
Tonja Schifftan. Der Verdrängungs-
oder sogar Überlebensmechanismus
bringe vermeintlichen Schutz vor
den schmerzhaften Erinnerungen.
«Sonst wäre es ohne therapeutische
Hilfe nicht auszuhalten», ist die
engagierte Frau überzeugt.
«Darüber reden ist der erste
Schritt von der Verdrängung zur
Heilung», betont die Psychologin.

Zuerst nur eine Vermutung

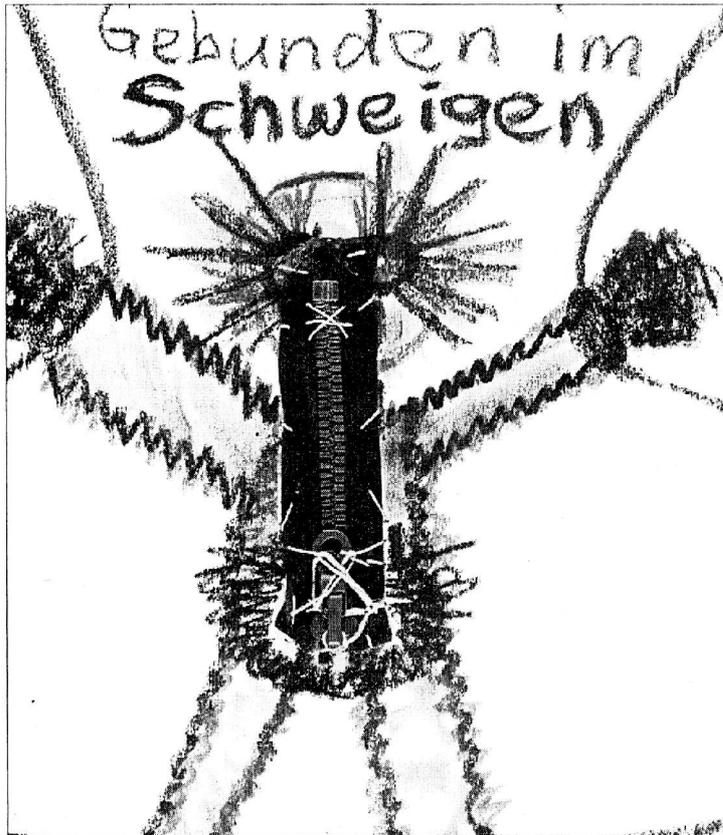
Die Erkenntnis, «dass früher
irgendwann etwas geschehen
ist», kann bei den Betroffenen aus
unterschiedlichsten Gründen
kommen. Im folgenden
Fallbeispiel aus der Praxis von
Tonja Schifftan geschah es
durch den Besuch der Ausstellung
«(K)ein sicherer Ort»
(siehe Kasten).
«Meine 35jährige Klientin hatte
zuerst nur eine Vermutung»,
erzählt sie vom Beginn der
Begleitung einer betroffenen Frau
aus dem Toggenburg. Ihre
Klientin habe schon lange psychische
und physische Probleme
gehabt, sich nach dem Besuch der
erwähnten Ausstellung zum
Thema Inzest aber besonders
schlecht gefühlt. Körperliche
Beschwerden wie beispielsweise
Magenkrämpfe hätten sich
stark bemerkbar gemacht,
kein Arzt habe «etwas gefunden».
In verschiedenen Büchern
und Geschichten zum
Thema habe sich die Frau
immer klarer wiedergefunden.
Nach und nach sei die Erkenntnis
gekommen, selbst ein Opfer zu
sein.

Nicht nur Einbildung

«Am Anfang stellen sich viele
Frauen die Frage, ob nicht doch
alles Einbildung sei», erklärt
Tonja Schifftan. Leider würden
sie darin auch oft von Freunden
und Bekannten unterstützt. Je
länger die Erlebnisse zurück
seien, desto besser «funktioniere»
ausserdem die Verdrängung.
Sie sei dann zusammen mit
ihrer Klientin allen Erinnerungsetzen
nachgegangen. «Wir haben sie
Stück für Stück zusammengesetzt,
bis alles wieder komplett war»,
erklärt die Hembergerin ein
erstes wichtiges Etappenziel der
Therapie. Den Frauen Ausdrucksmöglichkeiten
zu geben, beispielsweise
durch Schreiben, Malen oder
Musik, gehöre dabei immer
dazu.

Aggressionen und Ekel

«Mit den Erinnerungen wurden
bei meiner Klientin Aggressionen
gegen Männer aus-



«Gebunden im Schweigen», Zeichnung aus dem Buch «Vom Überleben zum Leben», Diverse Autorinnen (Delfina Frauen), Verlag eFeF, Zürich, ISBN Nr. 3-905493-83-7.

gelöst. Ekelgefühle bis zum Erbrechen
begleiteten Gespräche über
Sexualität», erinnert sich
Tonja Schifftan an die ersten
Therapiesitzungen. Die Frau
sei phasenweise wieder zum
Kind geworden, habe die einst
vergessenen Situationen noch
einmal «durchlitten» und dabei
panische Angst gezeigt. Dies
sei zwar hart, aber unumgänglich
für eine möglichst weitgehende
Verarbeitung der Geschehnisse.
Sie habe schon erlebt, dass
Frauen Geräusche wahrnehmen,
die ihnen vor Jahrzehnten,
in Situationen sexueller
Gewalt, in die Nase gestiegen
seien. «Diese Phasen sind
auch für mich als Thera-

peutin nicht einfach zu bewältigen»,
sagt Tonja Schifftan.

Heilung möglich

«Heilung ist möglich, der
Prozess aber bei jeder Frau
verschieden», erklärt die
Psychologin. «Bei meiner
Klientin äusserte sich die
Besserung unter anderem
durch Abschwächung der
Körpersymptome», führt sie
weiter aus. Früher sei ihre
Klientin ausserdem sehr
einsam gewesen. Heute
sei ihre Lebensqualität
allgemein deutlich besser.

Grundsätzlich sei die
Therapie und Heilungsphase
auch immer ein Prüfstein
für bestehende Beziehungen.
Manchmal gebe es

Trennungen, andere Paare
werden wiederum stärker
zusammengeschweisst durch
die gemeinsam durchgestandene
Zeit. Dass eine Frau die
Beziehung zu einer anderen
Frau suche habe sie im
Zusammenhang mit Inzest
auch schon erlebt. «Vergessen
kann 'frau' sexuelle Gewalt
zwar nie, aber sie kann lernen,
mit dem Erlebten umzugehen».
Das Thema beherrscht so
nicht mehr das ganze Leben
einer Betroffenen», beschreibt
Tonja Schifftan das Ende einer
Therapie. Bei der im Text
beschriebenen Klientin habe
der Prozess drei Jahre gedauert.
Nun habe sie Lebenskraft
und Lebensfreude wiedergewonnen.

Ausstellung: «(K)ein sicherer Ort»



Die Psychologin Tonja Schifftan ist Mitoratorin der Wiler Ausstellung und betreut in ihrer Hemberger Praxis auch Inzest-Opfer.

Bild: sar.

WIL ■ Die erste schweizerische
Wanderausstellung zum
Thema «Sexuelle Ausbeutung
von Mädchen» wurde

bereits an vielen Orten mit
grossem Erfolg gezeigt und
ist nun im evangelischen
Kirchgemeindehaus in Wil zu
sehen. Die Ausstellung ist als
Wohnung konzipiert, weil die
meisten Mädchen genau dort
sexuelle Gewalt erfahren, wo
sie sich geborgen und sicher
fühlen sollten. Auch die
Situation von betroffenen
Knaben wird berücksichtigt.
Gesellschaftliche und
individuelle Hintergründe
sexueller Gewalt werden
beleuchtet, ausserdem
grundlegende Kenntnisse
über das Thema vermittelt.
Schwerpunkte dabei sind:
Die Situation betroffener
Mädchen, die Folgen und
Verarbeitungsmöglichkeiten,
der Kreislauf der Gewalt und
das Verhalten der Täter.
Präventionsmöglichkeiten
und vorbeugende Massnahmen
zum Schutz von Kindern
und Jugendlichen werden
aufgezeigt. In der
Ausstellung ist eine
Dokumentation mit
Hinter-

grundinformationen zu den
einzelnen Aspekten
erhältlich. Begleitet wird
sie von einem breiten
Rahmenprogramm. sar.

Öffnungszeiten: Bis 18.
Februar 1995 jeweils
Montag, Dienstag,
Donnerstag und Freitag
von 17 bis 20 Uhr, am
Samstag und Sonntag
von 10 bis 16 Uhr.

Rahmenprogramm: Heute
abend Ausstellung nur für
Frauen geöffnet, Frauenforum.
Freitag, 10. Februar, 20
Uhr, «Angst lähmt -
Aufklärung stärkt» mit
Zaidee Jung.
Samstag, 11. Februar, 14
bis 16 Uhr, «Wen Do»,
mit Maira Zwirzitz.
Dienstag, 14. Februar:
Ausstellung nur für
Frauen geöffnet.
Mittwoch, 15. Februar,
9.30 und 20 Uhr:
Theaterstück «Rasen-
spiele», Theater Irri-
cht, Stuttgart, Aula St.
Katharina
Donnerstag, 16. Februar,
20 Uhr: «Wo hört
Zärtlichkeit auf, wo
fängt sexuelle Ausbeu-
tung an?», Diskussion.
20 Uhr, Restaurant
Blumeneck: «Sexuelle
Gewalt», Diskussion
unter Männern.