

**Christoph Bärwald**

# **Psychotrauma**

## **durch sexualisierte Gewalterfahrungen in der frühen Kindheit**

**Psychosoziale Folgen – Bindungsqualität –  
Ego-State-Therapie**

**Bärwald, Christoph: Psychotrauma durch sexualisierte Gewalterfahrungen in der frühen Kindheit: Psychosoziale Folgen – Bindungsqualität – Ego-State-Therapie. Hamburg, Diplomica Verlag GmbH 2015**

Buch-ISBN: 978-3-8428-8436-6

PDF-eBook-ISBN: 978-3-8428-3436-1

Druck/Herstellung: Diplomica® Verlag GmbH, Hamburg, 2015

**Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:**

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

---

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Bearbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Gebrauchsnamen, Handelsnamen, Warenbezeichnungen usw. in diesem Werk berechtigt auch ohne besondere Kennzeichnung nicht zu der Annahme, dass solche Namen im Sinne der Warenzeichen- und Markenschutz-Gesetzgebung als frei zu betrachten wären und daher von jedermann benutzt werden dürften.

Die Informationen in diesem Werk wurden mit Sorgfalt erarbeitet. Dennoch können Fehler nicht vollständig ausgeschlossen werden und die Diplomica Verlag GmbH, die Autoren oder Übersetzer übernehmen keine juristische Verantwortung oder irgendeine Haftung für evtl. verbliebene fehlerhafte Angaben und deren Folgen.

Alle Rechte vorbehalten

## **Schon vorbei...**

Hab gedacht es ist schon vorbei  
Es sei nun ne Vergangenheit  
Aber ich hab mich geirrt  
Und es tut immer noch weh...

Nur ein Wort und bin wieder schon runter  
Nur ein Blick und bin wieder am Boden  
Zerstört... schon wieder zerstört  
Und es tut immer noch weh...

Ja es tut immer noch weh...  
Weiß net mehr wie ich es wieder hinkriege  
Keine Gefühle im Herzen und Seele  
Zu spüren, und nun wie ich es sehe  
Muss lernen damit umzugehen  
Muss lernen damit zu leben  
Und nun ne Frage stelle  
Wie?.. Wie?.. Wie?..<sup>1</sup>

(Angela)

---

<sup>1</sup> [www.lebensgeschichten.org](http://www.lebensgeschichten.org), abgerufen am 03.09.2012. (Erlaubnis der Autorin eingeholt)



# Inhaltsverzeichnis

<b>INHALTSVERZEICHNIS .....</b>	<b>1</b>
<b>1. EINLEITUNG .....</b>	<b>1</b>
<b>2. GESCHICHTLICHE ASPEKTE .....</b>	<b>3</b>
2.1 GESCHICHTE DER PSYCHOTRAUMATOLOGIE .....	3
2.2 GESCHICHTE DES SEXUELLEN MISSBRAUCHS .....	6
<b>3. DEFINITIONEN / BEGRIFFSERKLÄRUNGEN .....</b>	<b>8</b>
3.1 KINDHEIT .....	8
3.2 PSYCHISCHES TRAUMA .....	8
3.3 SEXUELLER MISSBRAUCH .....	10
<b>4. DIE BEDEUTUNG DER ELTERLICHEN BINDUNG FÜR DAS KIND .....</b>	<b>13</b>
<b>5. DIE PATHOGENE DYNAMIK DES SEXUELLEN MISSBRAUCHS .....</b>	<b>15</b>
5.1 OHNMACHT .....	15
5.1.1 <i>Die lieblose Familienstruktur</i> .....	15
5.1.2 <i>Wehrlosigkeit / Ausgeliefertsein</i> .....	16
5.1.3 <i>Der seelische Schmerz</i> .....	16
5.2 VERRAT / VERTRAUENSBRUCH .....	17
5.2.1 <i>Die Rolle des passiven Elternteils</i> .....	17
5.3 SCHULDGEFÜHLE / SELBSTHASS .....	18
5.4 AMBIVALENZEN .....	19
5.5 PARENTIFIZIERUNG .....	20
5.5.1 <i>Die Rolle des Kindes bzw. deren Verlust</i> .....	21
5.5.2 <i>Die Rolle der „Geliebten“</i> .....	22
5.5.3 <i>Die Rolle als Elternersatz</i> .....	22
<b>6. LANGZEITFOLGEN DURCH SEXUELLE GEWALTERFAHRUNG .....</b>	<b>23</b>
6.1 PSYCHISCHE FOLGEN .....	23
6.1.1 <i>Posttraumatische Belastungsstörung</i> .....	23
6.1.1.1 Intrusionen .....	24
6.1.1.2 Vermeidungsverhalten / emotionale Taubheit .....	25
6.1.1.3 Hyperarousal .....	26
6.1.2 <i>Körperbewusstsein</i> .....	26
6.1.3 <i>Selbstwertgefühl / Opferidentität</i> .....	28
6.1.4 <i>Sprachlosigkeit</i> .....	29
6.1.5 <i>Nähe und Intimität</i> .....	30
6.2 KÖRPERLICHE BZW. PSYCHOSOMATISCHE FOLGEN .....	31

6.2.1 Konzentrationsstörungen .....	32
6.2.2. Schlafstörungen.....	32
6.2.3 Hauterkrankungen .....	32
6.2.4 Bauch- und Unterleibsschmerzen / Magen- und Darmprobleme.....	33
6.2.5 Atemwegserkrankungen .....	33
6.2.6 Zwanghaftes Essen, Anorexie und Bulimie .....	34
6.3 EMOTIONALE FOLGEN .....	35
6.3.1 Ängste.....	35
6.3.2 Aggressivität und Regressivität.....	36
6.3.3 Überangepasstes Verhalten .....	38
6.3.4 Depressionen .....	38
6.3.5 Regression / Infantilismus .....	39
6.3.6 Täter- und Opferintrojekte – Die Identifikation mit dem Aggressor.....	40
6.4 PERSÖNLICHKEITSSTÖRUNGEN .....	43
6.4.1 Borderline-Persönlichkeitsstörung.....	43
6.4.2 Dissoziative Identitätsstörung .....	45
6.5 AUTOAGGRESSIONEN.....	46
6.5.1 Drogen- und Alkoholmissbrauch – Sucht.....	46
6.5.2 Selbstverletzung .....	47
6.5.3 Suizidalität.....	48
6.6 SEXUALITÄT .....	49
6.6.1 Negierung sexueller Bedürfnisse .....	49
6.6.2 Sexualisieren sozialer Beziehungen .....	50
6.6.3 Promiskuität .....	51
6.6.4 Prostitution.....	51
6.6.5 Sado-masochistisches Sexualverhalten .....	52
<b>7. BINDUNGSQUALITÄT IM ERWACHSENENALTER.....</b>	<b>55</b>
<b>8. DIE EGO-STATE-THERAPIE .....</b>	<b>58</b>
8.1 KONZEPTION DER EGO-STATE-THERAPIE .....	58
8.2 DEFINITION UND MERKMALE VON EGO-STATES .....	59
8.3 ENTSTEHUNG VON EGO-STATES.....	60
8.4 ZIELE DER EGO-STATE-THERAPIE .....	61
8.5 KONTAKTAUFAHME MIT EGO-STATES.....	62
8.6 DIE THERAPEUTISCHE ARBEIT MIT VERLETZTEN KINDLICHEN EGO-STATES.....	64
<b>9. SCHLUSSFOLGERUNG FÜR DIE SOZIALE ARBEIT .....</b>	<b>69</b>
<b>10. FAZIT .....</b>	<b>71</b>
<b>QUELLENVERZEICHNIS .....</b>	<b>VI</b>

## 1. Einleitung

Sexuelle Gewalt ist ein globales Problem. Durch mediale Berichterstattung sind wir über die Kinderprostitution in Dritt Weltländern gut informiert. Täglich werden Kinder, als Folge extremer sozialer Ungerechtigkeit in asiatischen und lateinamerikanischen Ländern, Opfer des Sextourismus. Dabei müssen wir den Blick nicht ins Ausland richten, denn die Zahlen sexuellen Missbrauchs in Deutschland sind erschreckend.

Die polizeiliche Kriminalstatistik 2011 belegt, dass die erfassten Fälle von Sexualverbrechen an Kindern erneut zugenommen haben. Insgesamt wurden 2010 in Deutschland 12.444 Taten registriert. Diese Zahl erhöhte sich, im Vergleich zur vorhergehenden Kriminalstatistik, um 4,9 Prozent. Die Dunkelziffer wird weiterhin als sehr hoch eingeschätzt. Der Besitz und die Beschaffung von Kinderpornografie haben mit fast 3900 registrierten Fällen, ebenfalls drastisch zugenommen und im Vergleich zum Vorjahr eine Steigerung von 23,3 Prozent erfahren.<sup>2</sup>

Sexualisierte Gewalt bedeutet immer einen massiven Eingriff in die Persönlichkeit eines Menschen und stellt ein hochgradig traumatisches Erlebnis dar, welches die seelische Integrität immens bedroht und auf Dauer schädigen kann. Viele Betroffene entwickeln im Laufe ihres Lebens die unterschiedlichsten Symptome und Krankheitsbilder. So suchen sie Therapien auf wegen Identitätsproblemen, Sexualproblemen, Depressionen, psychosomatischen Beschwerden, selbstverletzendem Verhalten, gestörtem Essverhalten, Bulimie, Magersucht sowie Suchtkrankheiten wie Alkohol-, Drogen- und Medikamentenabhängigkeit. Die Bandbreite an Folgeerscheinungen ist äußerst vielfältig und von Mensch zu Mensch sehr individuell zu betrachten, denn jeder Mensch hat seine eigene Lebensgeschichte, Ressourcen und Coping-Strategien vorzuweisen, um das traumatisch Erlebte zu verarbeiten und zu reintegrieren. Bei der Schwere einer sexuellen Traumatisierung gelingt dies meist nur bedingt, wodurch sich häufig die obigen Krankheitsbilder, im Sinne von Langzeitfolgen, herausbilden können. Die Schamsschwelle ist hoch. Oft liegt ein Tabu, ein Familiengeheimnis, über diesem Thema, welches einige Betroffene dazu veranlasst, nie über ihre Missbrauchserfahrung zu berichten.

Fakt ist, dass das Thema des sexuellen Missbrauchs allgegenwärtig ist, politisches und soziales Interesse und Engagement benötigt, damit die Zahl der sexuellen Vergehen sowie der Ausbeutung von unbedarften Kinderseelen, Einhalt geboten werden kann.

Fragestellung dieser Studie ist es, was mit einem Kind auf psychosozialer Ebene geschieht, dass sexuelle Gewalt erleben musste? Was löst das traumatisch Erlebte in ihm aus? Wie

---

<sup>2</sup> Vgl. [www.zeit.de](http://www.zeit.de), abgerufen am 22.05.2012

weitreichend sind die Folgen einer so frühen und so tiefgreifenden seelischen Verletzung, im Hinblick auf das Erwachsenenleben und den möglichen Langzeitfolgen? Werden es diese Kinder durch den Missbrauch schwerer haben als andere?

Dieses Buch richtet sich primär an die Folgen, die durch sexuelle Gewalt verursacht werden können. Zu Beginn wird die geschichtliche Entwicklung der Psychotraumatologie im Kern erfasst. Anschließend werden geschichtliche Aspekte von sexueller Gewalt gegenüber Kindern angesprochen, um die Reichweite dieses Problems aufzuzeigen. Danach werden die Begrifflichkeiten „Kindheit“, „Trauma“ und „Sexueller Missbrauch“ ausreichend definiert, da sie für das Verständnis dieses Buchinhalts unabdingbar sind.

Im nächsten Schritt wird es mit Hilfe der wissenschaftlichen Erkenntnisse von John Bowlby darum gehen, die Bedeutsamkeit der Bindung zwischen Kindern und deren Eltern herauszuarbeiten, damit die extreme psychische Belastung des Kindes nach dem sexuellen Missbrauch und der Vertrauensbruch durch einen nahestehenden Menschen (Elternteil), der vom Kind geliebt wird und eine enge Bezugsperson darstellt, klar nachvollzogen werden kann.

Fortfahrend wird auf das Ausmaß dieser Erfahrung, der eigentlichen Traumatisierung, mit ihren möglichen Langzeitfolgen eingegangen. Es werden psychische, psychosomatische, emotionale und autoaggressive Folgen dargestellt sowie welche Auswirkungen ein früher sexueller Missbrauch auf die eigene sexuelle Identität haben kann. Dabei wird versucht Ursachen und Funktionen der möglichen Langzeitfolgen zu ergründen und sie als Anpassungsleistung, Überlebensstrategie und Überlebenswillen Betroffener anzusehen.

Weiterführend wird der Fokus, auf die partnerschaftliche Bindungsqualität im Erwachsenenalter gerichtet.

Um dieses ernste Thema möglichst ganzheitlich zu betrachten, wird mit der Ego-State-Therapie eine Therapieform aus der tiefenpsychologisch-psychodynamischen Kurzzeitpsychotherapie vorgestellt, die Betroffene dabei unterstützen kann, mit den Folgeerscheinungen im Erwachsenenleben besser umzugehen, vorhandene Ressourcen zu aktivieren, die den Blick erneut auf die positiven Aspekte des Lebens richtet und das innere System wiederum verstärkt in Einklang zu bringen, im Hinblick auf eine ganzheitliche Persönlichkeit, die meist als Folge von Verdrängung, Abspaltung und Dissoziation verloren ging.

Gegen Ende wird die Bedeutung der Profession Soziale Arbeit mit der Problematik sexueller Gewalt in Verbindung gebracht und abschließend ein Gesamtfazit präsentiert.

## 2. Geschichtliche Aspekte

### 2.1 Geschichte der Psychotraumatologie

Traumatische Erlebnisse gehören seit jeher zu den Grunderfahrungen des Menschen. Bereits in den ältesten religiösen, literarischen und philosophischen Texten der Menschheit wird ausführlich von Gewalt, Katastrophen und Krieg berichtet sowie schwere psychische Erschütterungen und schmerzliche Verluste beschrieben. Aufgrund der psychischen Folgen dieser Traumata, versuchte der Mensch diese abzumildern und auszugleichen.<sup>3</sup> Zahlreiche frühe Völker entwickelten kulturelle Erfindungen wie Rituale, Sitten und Gebräuche. Einige entstanden aus der Not heraus, um psychische Traumatisierungen besser kompensieren zu können. Trauerrituale gelten als ein gutes Beispiel, da sie in allen Zeiten und bei allen Völkern verbreitet sind. Es folgten Mythen und Religionen und später die Literatur und Philosophie, welche sich mit Leiden und Tod auseinandersetzten.<sup>4</sup> Sie alle sind Ausdruck zentraler kultureller Leistungen, die oftmals aus der Konfrontation mit Traumata entstanden und die Funktion hatten, Ursachen, Verlauf und Folgen zu erklären, als auch Möglichkeiten aufzuzeigen, mit dem schrecklichen Erlebnis weiterzuleben. Fortfahrend dienten diese kulturellen Leistungen dazu, traumatischen Ereignissen einen Sinn zu geben, um das menschliche Bedürfnis der Sinnfindung zu bedienen, als auch Schlüsse für die Zukunft zu ziehen.<sup>5</sup> Diese intuitiven Versuche unterscheiden sich gegenüber wissenschaftlichen Ansätzen im Umgang mit Traumata durch bewusste Reflexion, Klassifikationsversuche und systematische Forschung. Weder die natürliche noch die wissenschaftliche Geschichte der Psychotraumatologie sind allein aus sich heraus zu verstehen. Sie müssen im Zusammenhang mit erschütternden Ereignissen in der Sozialgeschichte betrachtet und analysiert werden.<sup>6</sup> Die wissenschaftliche Beschäftigung mit psychischen Traumatisierungen begann in der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts und ging einher mit voranschreitenden Entwicklungen in Medizin, Psychologie und Technik. Durch die Einführung der Eisenbahn kam es vermehrt zu schweren Unfällen mit einer Vielzahl an Betroffenen. Ihre nachfolgenden Verhaltensauffälligkeiten wurden anfangs rein organisch erklärt und als „railroad spine syndrome“ abgetan. Ebenso wurden psychovegetative Störungen bei Soldaten nach Fronteinsätzen zunächst organisch begründet und sie standen unter Verdacht, ihre Symptome nur vorzutäuschen, um Entschädigung zu erhalten. Pierre Briquet (1859), Jean-Martin Charcot (1887) und Pierre Janet (1889) verwiesen als Erste auf die psychischen Folgen traumatischer Ereignisse. Janet prägte den Begriff der „Dissoziation“ und beschrieb, wie Erinnerungen an ein Trauma vom Bewusstsein abgespalten werden und später vom Unbewussten her psychische und/oder

<sup>3</sup> Vgl. Hausmann, C. (2006), S. 11.

<sup>4</sup> Vgl. Fischer, G.; Riedesser, P. (2003), S. 32.

<sup>5</sup> Vgl. Hausmann, C. (2006), S. 11.

<sup>6</sup> Vgl. Fischer, G.; Riedesser, P. (2003), S. 31.