

Missbrauch (M/37)

Missbrauch ist mein Thema. Ich werde diesen Bericht in der dritten Person verfassen, weil mir ein Psychologe gesagt hat, dass es gut ist um Distanz zum Geschehen aufzubauen. Ich möchte Aufklärung betreiben, aber auch mich durch schreiben therapieren. Ich bin jetzt 35 Jahre und kann mich nicht an alles erinnern, was passiert ist. Ich bin ein Mann und das macht es mir schwer, weil viele Missbrauchsoffer weiblich sind und ich bin einer der wenigen Männer, zumindest einer derjenigen, die sich damit auseinandersetzen. Bei einem solchen Trauma ist es typisch, das Erlebte zu vergessen und immer wieder zu verdrängen. Was einen dann doch wieder einholt. In Träumen kommen Erinnerungen aus der Kindheit als Bruchstücke wieder hoch, aber das über viele Jahre, so dass ich nicht weiß, ob ich in meinem Leben jemals fertig werde mit puzzeln(=Erinnerungen an bestimmte Ereignisse). Ich habe oft das Gefühl, dass meine Sorgen nicht so schlimm sind. Ich habe das Gefühl, dass niemand mir glaubt. Dann merke ich, dass ich mir was vor mache, wenn die Erinnerungen mich wieder voll einholen und ich außerstande bin, mich dagegen zu wehren. Dann mischen sich Geschehnisse dazwischen, die nicht dazu gehören und die mein Gehirn frei konstruiert hat. Diese bröckeln dann aber wieder. Es bleiben die realen Sachen. Mein Psychologe hat mir Übungen beigebracht, wie man Erlebnisse einsortiert und sie richtig bearbeitet. Zu den Geschehnissen an sich: Er weiß nicht, wann es los ging, aber er war ganz jung. Sein Vater hat immer Alkohol getrunken und hat ihn angeschrien und geschubst. Er hat auch Mutti angeschrien. Seine Mutter wollte oft mit ihm weg gehen. Er hat sich gefreut. Mutter ist dann mit ihm doch wieder zurück gekehrt. Dass sein Vater ihn missbraucht hat, wollte seine Mutter nicht glauben. Erst im Erwachsenenalter hat er es selbst akzeptiert. Er hat Angst, dass sein Vater ihn beim Schreiben erwischt. Er weiß, dass es nicht passieren kann, denn es sind Jahrzehnte vergangen. Doch er hat immer noch Angst. Seine Mutti war oft nicht da. Sein Vater hat ihn dann missbraucht. Er musste ihn befriedigen. Es hat ihm schrecklich weh getan. Der Vater hat ihn fest gedrückt und sehr grob gehalten, so sehr, dass er sich niemals hätte befreien können. Er war vielleicht fünf oder sechs Jahre. Aber angefangen hat es noch früher. Er wurde eingesperrt und wurde gefesselt. Die Fesseln merkt er heute noch oft. Er erinnert sich an die einzelnen Vorgehensweisen noch sehr genau. Es war nicht nur sein Vater, der so was gemacht hat, auch seine Bekannten haben mitgemacht. Da waren auch Frauen dabei. Das ist ein weiterer Grund, warum ihm nicht geglaubt wird. Aber die Bekannten des Vaters haben mitgemacht. Seine Mutter hat nie etwas unternommen oder Hilfe geholt. Weil er schlecht in der Schule war, hat er immer zusätzlichen Ärger mit dem Vater bekommen. Deswegen konnte er nicht wie anderen lernen. Er wurde selber manchmal böse und hat Mitschüler gehauen, die ihn ärgern wollten. Er musste zum Schulpsychologen. Dieser hat nicht erkannt, was der Junge hatte. Denn er stellte sich auf die Seite seiner Mutter und redete auf ihn ein, sich mehr anzustrengen in der Schule. Er wollte und konnte nicht darüber sprechen. Sein Vater und seine Freunde machten weiter bis er so zwölf Jahre alt war. Auch andere Kinder waren dabei. Manchmal wurden sie zusammen missbraucht. Es wurde ihnen allen gedroht, dass ihnen keiner glaubt, dass sie deswegen ausgelacht werden und die Polizei sie und nicht die Erwachsenen verhaften. Sie wurden brutal geschlagen. Nachher haben sie die Wahrheit immer verheimlicht. So ich schwanke wieder aus der Vergangenheit und somit auch wieder in die Du-Form. Ich fühle mich gut, dass aufgeschrieben zu haben. Ich habe sogar das Gefühl von Genugtuung. An alle Traumatisierten: Es dauert Jahre bis Jahrzehnte bis man damit besser klar kommt. Aber es geht Stück für Stück voran. Ich habe viele Therapien gemacht und nehme Medikamente. Ich gehe seit Jahren zu psychologischen Gesprächen. Das ist ein Halt. Ich arbeite auch. Auch wenn ich nie was richtiges gelernt habe, arbeite ich immer so viel ich kann. Manchmal geht es halt gar nicht. Ich arbeite aber nicht solange wie andere. Mache keine Vollzeit und arbeite nicht morgens. Aber was ich kann und machen darf, tue ich

gerne. Ich hasse es, wenn man mich "Taugenichts" nennt. Bin froh, dass ich in Deutschland bin und sozial und medizinisch gut abgesichert bin. Sonst wäre ich tot.

Veröffentlicht februar 2016 Missbrauch Ergänzung M/38 Hallo Leute, ich habe schon mal ein Bericht geschrieben. In der letzten Ausgabe , der Titel war Missbrauch. Ich habe davon erzählt, wie ich mich in meiner Kindheit und Jugend. in der Pädophilie von meinem Vater befand. Ich war schön früh Opfer von sexuellen Übergriffen.Meine Diagnose ist P.T.B.S .Ich habe jetzt noch etwas dazu geschrieben. Schande über mich, dem Sohn. Ja ,da wird sich intellektuell ausgedrückt. Ja, da wird sich wichtig gemacht. Ja, da nimmt man gerne die Rolle des gestressten und liebevollen Vater ein, stellt sich damit ins Rampenlicht. Und ist einer der größten Assis, die noch frei rumlaufen können. Hat er es bereut, dass er mich und meine Freundin vergewaltigte? Nein! Versteckt er sich deswegen? Ja.. Tut er alles ,damit es keiner erfährt was für ein Schwein er ist? Ja. Ja. Da nimmt man sich doch die Gitarre und macht einen auf Alternativen Hippie. Haut sich mit Alkohol den letzten Verstand weg. Das ist mein Vater. Wobei ich ihn so nicht nennen mag. Der Vater, da verstehen alle was anderes darunter als ich. In meiner Gefühlswelt. verschwor die Welt sich gegen mich. Ich selbst mag mich dann nicht. Es war alles eine Tat meines Vaters. Er trägt die Verantwortung. Nicht die anderen oder ich selbst. Gelegentlich meinen Menschen es nicht immer gut mit mir. Das ist nichts gegen das was mein sogenannter Vater getan hat. Ja ,da geht er in die Kirche ,das besoffene Schwein. deswegen gehe ich nicht zu Messen rein. den er macht sich da sehr wichtig. Geweint habe ich. Meinen Kopf betäubt habe ich. Meine Tränen reichen nicht für das was er getan hat. Darum weine ich nicht. Psychologen sagen, dass ich nicht gut lachen,nicht gut weinen kann. Das stimmt so nicht. Ich mache all das an liebsten für mich. Ich schreie innerlich vor Wut , ein Teil von mir möchte Rache, es ist die böse Seite von mir,die gehört zu mir wie meine Gute. Manchmal erschrecke ich mich vor mir selbst, wenn ich solche Gedanken habe. Mit diesem Text mache ich mir klar, dass das Böse mich immer bedroht. Das war immer so.Er. Ich will mich lösen davon. Will ganz weit weg davon.