



An die Redaktionen  
von Presse, Radio und Fernsehen

Bozen, 22.05.08  
Prot. Nr. 191

### **Pressemitteilung**

## **"Trotz Ängsten, Kraft und Mut schöpfen, um nach vorne zu blicken" - Die Selbsthilfegruppe "Silberband" für Opfer sexuellen Missbrauchs**

Das Trauma vom sexuellen Missbrauch "ist gleichzustellen mit Kriegserlebnissen und Folter", schreibt die Pustertaler Selbsthilfegruppe "Silberband" in ihrer Broschüre.

Inge Hartmann, Leiterin der Gruppe, sagt, dass viele Opfer unter psychosomatischen Störungen, Angst, Depression und Persönlichkeitsstörungen leiden. "Man bleibt traumatisiert, für viele ist es schwierig, darüber zu sprechen oder sie machen es erst nach einigen Jahren. Manche erkennen nicht, dass sie Hilfe brauchen". In Südtirol sei die Dunkelziffer hoch, es gäbe bestimmt hunderte von Opfern, davon ist Inge Hartmann überzeugt. Der Missbrauch sei mit Beziehungsstörungen des Täters, oft auch mit Gewalt und Alkohol verbunden. Täter seien Menschen, die ihre Macht auf schwächere Menschen ausüben. "Für sie sollten eine Sicherungsverwahrung und höhere Strafen vorgesehen werden".

Viele haben den Missbrauch in der Kindheit erlebt. "Für sie ist das Trauma noch tiefer, weil sie nicht wissen, was eigentlich mit ihnen geschehen ist", sagt Inge Hartmann, "Kinder haben keine Worte für Sexualität, sie passt nicht in ihren Wortschatz".

In Südtirol ist die Selbsthilfegruppe "Silberband" mit einer Unterbrechung seit 1991 aktiv. Die Treffen der Gruppe finden in Bruneck statt, in Lana möchten Interessierte demnächst eine Gruppe aufbauen. Die meisten haben durch die Telefonseelsorge, Zeitungen oder das Internet von der Selbsthilfegruppe erfahren.

In der Gruppe erfahren die Betroffenen Empathie, Verständnis und Solidarität. Das gibt den Frauen das erforderliche Vertrauen und die Sicherheit, über das Thema sprechen zu können. "In der Gruppe wird den Betroffenen geglaubt und ihr Urvertrauen wieder aufgebaut. Das Verarbeiten ist möglich, aber schwer. Aber man kann trotzdem die Menschenwürde und das Selbstwertgefühl wieder gewinnen." In der Gruppe können sich die TeilnehmerInnen öffnen, sich befreien und Entspannung finden.

Die Selbsthilfegruppe in Bruneck besteht ausschließlich aus Frauen. Aber auch Männer können Opfer sexuellen Missbrauchs sein. Die Leiterin der Selbsthilfegruppe Silberband wäre auch dazu bereit, eine Gruppe für Männer zu begleiten.

In Bruneck trifft sich die Gruppe alle drei Wochen, dienstags, von 18 bis 20 Uhr, in Lana jeden ersten Mittwoch im Monat. Für die erste Teilnahme ist ein Vorgespräch notwendig. Anonymität ist gewährleistet Info: Tel. 0474 555819, [info@grain-bz.org](mailto:info@grain-bz.org)

*Frau Inge Hartmann steht für Interviews gerne zur Verfügung.*



***Einige Mitglieder der Selbsthilfegruppe erzählen von ihren Erfahrungen und haben dazu Gedichte verfasst:***

**Frau K:** Als Kind wurde ich mehrere Jahre von einem Nachbarn sexuell missbraucht. Mit 14 wurde ich zudem von zwei mir bekannten jungen Männern vergewaltigt. Auch wenn ich schon lange von Silberband wusste und es oft in der Zeitung gelesen habe, zog ich es trotzdem vor, alleine mit allem klarzukommen. Es bereitete mir in meinem Leben so viele Probleme, mit mir selbst, mit anderen Menschen, mit allem. Ich habe Schlafprobleme, starke Verlustängste, Minderwertigkeitskomplexe, Misstrauen in andere Menschen. Das größte Problem hatte ich aber in meiner Beziehung. Durch Eifersucht und meine ganzen Probleme machte ich nicht nur mir das Leben schwer, sondern auch das des Menschen, den ich liebe. Das wollte ich nicht mehr. Also ging ich, auch auf Drängen meines Partners hin und suchte Hilfe bei Silberband. Ich bin erst seit kurzem Mitglied aber jetzt schon froh, den Schritt gewagt zu haben. Auch in meiner Beziehung habe ich schon Erfolge erzielt. Es ist keine Schande, Hilfe zu brauchen, es ist ein Zeichen von Stärke, Hilfe anzunehmen, wenn sie einem geboten wird. Man sagt "Die Zeit heilt alle Wunden", doch Narben bleiben und niemand sollte mehr leiden, als er muss.

**Inge Hartmann: "Es war einmal ...Lautlosigkeit"**

Meine Augen voll Flehen, bis in die Tiefe des Ozeans.  
Starr die Fasern meines Herzens zum Bersten gespannt.  
Ich drohe, an meinem Geheimnis zu erticken.  
Verdrängen, vergessen, wenn das so einfach wäre.  
Zerstörten Seelen, verstummt der Mund,  
gellende Schreie aus der Lautlosigkeit  
gefangen in Schuldgefühlen, Angst, Scham und Qual,  
Sie haben keine Sprache.  
Bin ein verlorenes "ich", in der Seele tot...tot.  
Mein Teddybär auf meinem Kopfkissen,  
scheint mich trösten zu wollen.  
Auch seine Augen sind nass von "meinen" Tränen, als weinte er mit mir.  
Bis die Zeit meine Seele zerreißt, die Tränen, wie Glaskugeln zerspringen.  
Eines Tages, vielleicht, kann "dein" Ohr mein Schweigen hören?  
Und meine Lippen werden das erste Wort formen. "Es war einmal..."

**Frau J: "Meine Seele (ein Friedhof von Emotionen...)"**

Als Kind lernte ich zu stehen, und dennoch fiel ich immer wieder um.  
Ich lernte zu gehen, und fiel immer wieder hin.  
Ich lernte zu lachen, und musste doch so viel weinen.  
Ich lernte zu sprechen, und trotzdem wurde mir so oft die Sprache verboten.  
Ich lernte glücklich zu sein, und war doch so oft unglücklich.



Ich lernte ein Mensch zu sein, und doch wurde mir das Mensch-Sein so oft verboten.  
Ich lernte, die Tränen zu unterdrücken, aber niemand lernte mir, wie man daran nicht erstickt.  
Ich lernte, Wunden zu verstecken, aber niemand schenkte mir einen neuen Körper.  
Ich lernte den Tod kennen, aber jemand wollte nicht, dass ich mit ihm gehe.  
Und so lernte ich zu kämpfen, doch es wurde eine lange und harte Schlacht. Jetzt muss ich lernen, dass ich diesen Kampf nicht allein gewinnen kann...danke, dass ihr für mich da seid!

### **Inge Hartmann: "Eisblumen-Kind"**

Ja, ich bin ein Eisblumen-Kind, sehr klein, stehe ich im dünnen Nachthemdchen, früh morgens, frierend, einsam, misshandelt, geschändet, ungewollt, vor dem silberglitzernden Eisblumen-Fenster.

Sinnend, träume ich von Wärme, Liebe, Geborgenheit, ich bin wie immer allein, Mein reines Kinderherz erwärmt sich, liebevoll, beim Anblick der zierlich bizarren Eisblumen-Phantasien, ich verliere mich in ihnen, sie sind lebendiger als ich...

Ja, in diesen Momenten spüre ich Freude in mir, die Eisblumen füllen jede Ecke des halb verfallenen Fensters aus.

Wir sind arm, sehr, sehr arm, das Federbett ist eisstarr von meinem Atem, auf dem Reisigspeicher.

Die Eisblumen regen meine kindliche Phantasie an, ihre Vielfalt an künstlerischen Gebilden ist so einzigartig, so unendlich schöpferisch

Ich versinke, als bekäme meine Seele plötzlich Flügel, träumerisch ziehen meine Blicke die federhaft gestalteten Linien nach.

Nie wieder haben meine Seele so göttliche Malereien im Herzen berührt, inspiriert, meinen Geist frei werden lassen, da nicht Menschenhand pinselführend war.

Mein kleiner schwacher Körper zittert vor Erregung und eisiger Kälte.

Die Sonne begrüßt den Morgen, doch scheint sie nicht für mich.

Langsam, ganz, ganz langsam erwärmt sie das Fenster.

Wassertröpfchen bahnen sich mehr und mehr ihren Weg über meine geliebten Eisblumen. Sie schwimmen immer mehr, bis sie sich auflösen, mit ihnen meine Träume eine Reise ins Unendliche.

Trauer, Angst, Panik, Einsamkeit, Lieblosigkeit, kein Urvertrauen in mir, bis heute.

Ich frag mich wo ist die Grenze zwischen Traum und Wahrhaftigkeit, ja wirklich das sind meine Gedanken. Ich weiß, ich bin ein Eisblumen-Kind geblieben. Es zeigt mir mein inneres liebendes Kind.

Die Tröpfchen sind längst verdunstet, haben sich zu den Schläfchenwolken erhoben.

Die schlafengehende Sonne verleiht ihnen eine wohlig rosa Einfärbung, meine Seele erinnert sich an die vielen Eisblumen-Träume.

Ihre Tropfen, vergangene Malereien, haben sich vor ewigen Zeiten immer auf's Neue dem Meer ergeben, in Demut.



Ich bin ein Eisblumen-Kind geblieben, da die Eisblumen mich in süß-bitterer Einsamkeit, Liebe, Mitgefühl, Sehnsucht, Neugier lehrten, mir aufzeigten.

Wie vielfältig mein Leben, mein Da-Sein sein kann, wenn ich mich ihm hingeb.

Keine Eisblumen zieren mein Fenster mehr, die Erinnerung an sie hat mich reich werden lassen an Esprit, eine Botschaft, die sich vielleicht in denen Lebenskelch legt?