

Dagmar Winkler-Steidl. Geboren 1968, arbeitete sie nach der Matura als Grafikerin in einer Werbeagentur, später als Journalistin für diverse Zeitungen und Magazine, heute ist sie als Shiatsu-Praktikerin tätig. Mit 41 Jahren erkannte die zweifache Mutter, dass sie als Kleinkind von ihrem Vater missbraucht worden war



ICH WAR SEIN LIEBES MAUSI

Dagmar Winkler-Steidl wurde als Kleinkind von ihrem Vater missbraucht und hat dies im berührenden Buch „Aus dem Schmerz in die Freiheit“ verarbeitet. Ein Gespräch mit einer Freundin

Die pure Lebenslust, leidenschaftliche Journalistin, forsch, kreativ, spirituell. So lernte ich Dagmar Winkler-Steidl vor 15 Jahren kennen und bis heute als Freundin schätzen. Die Nachricht, ihr Vater, vor 11 Jahren verstorbener Topmanager, Firmenchef und geselliger Lebemann, habe sie als Kleinkind missbraucht, traf auch ihr Umfeld wie ein Blitz. Dagmar, selbst zweifache Mutter und mittlerweile Shiatsu-Praktikerin, schrieb darüber ein Buch: „Aus dem Schmerz in die Freiheit“ ist ein eindringliches Plädoyer gegen die Mechanismen der Unterdrückung und für uneingeschränkte Selbstbestimmung.

Was empfindest Du, wenn Du von den vielen Missbrauchsfällen in der katholischen Kirche hörst?

Überall, wo Unterdrückung stattfindet, wo Zwänge und Dogmen herrschen, passiert Missbrauch. Es gibt aber von oben niemanden, der uns diese Unterdrückung auferlegt, so wie ich Gott verstehe. Die Kirche hat das irgendwann einfach beschlossen, es hat aber jeder einen freien Willen, der ist uns geschenkt worden, und jeder hat die Freiheit, sein Leben so zu bestimmen, wie er möchte. Diese strengen Regeln und Konzepte muss man über Bord werfen, weil sie nichts Gutes hervorbringen.

Du bist aber nicht in der Kirche missbraucht worden, sondern von Deinem Vater. Welcher hierarchische Druck herrscht in Familien vor, der Missbrauch begünstigt?

Es macht keinen großen Unterschied, ob das in der Kirche passiert oder in Familien. Es geht um ein Gesellschaftssystem, deswegen wird Missbrauch auch von Generation zu Generation weiter gegeben, fast vererbt, weil man die Struktur dahinter nicht erkennt. Sexueller Missbrauch ist Machtmissbrauch. Dort, wo der Mensch nicht gewürdigt wird, man einem Kind nicht auf Augenhöhe begegnet, wo man unterdrückt und Macht ausübt, herrscht Missbrauch vor.

Glaubst Du, dass bei Deinem Vater auch in erster Linie Macht im Mittelpunkt stand, als Mittel zum Lustgewinn?

Ich glaube, dass es bei meinem Vater so war, dass er sich in gewisser Weise als mein Schöpfer gesehen hat, er hat mich kreiert, und dann bist Du nicht Mensch, sondern Objekt, ein Produkt. Ich war sein Eigentum.

Warum, denkst Du, hat er, als du sechs Jahre alt warst, damit aufgehört, Dich zu „kreieren“?

Ich glaube, der Missbrauch hat aufgehört, weil meine Symptome zu auffällig geworden sind. Ich bekam als 7-Jährige Appetitanreger, weil ich nur mehr lustlos im Essen herumgestochert habe, ich war Bettnässerin, ich wollte wieder einen Schnuller, ich habe Daumen gelutscht, ich bin ins Babyalter regrediert, ich wollte Kind sein. Der sexuelle Missbrauch hat aufgehört, das Kreieren ging auch im Jugendalter weiter. Wenn mich ein Freund heimgebracht hat, ist mein Vater schon da gestanden und hat ihn weg gestampert. Oder ich war unglücklich verliebt, kam verheult nach Hause und mein Vater hat mir eine gedonnert und Hure zu mir gesagt. ▶



JE FRÜHER ES ANFÄNGT, DESTO MEHR MUSS MAN VERDRÄNGEN, UM ÜBERLEBEN ZU KÖNNEN, WEIL MAN VON DER LIEBE SEINER ELTERN ABHÄNGIG IST

► **Hat Dein Vater in irgendeiner Form dafür gesorgt, dass Du schweigst?**

Mein Vater konnte mich perfekt manipulieren, er tat es nur so geschickt und subtil, dass auch die Aufarbeitung unendlich schwierig für mich war. Es passierte ja nicht als Vergewaltigung oder mit Schlägen, es war schon, denke ich, ein Stück weit unser Geheimnis. Er hat mir von Reisen immer Trachtenpuppen mitgebracht, seinem Mausl, ich war ja sein liebes Mausl, er hat mich geschickt auf seine Seite gezogen. Vor mir hatte er keine Angst, ich glaube, der war sich meiner sehr sicher.

Vieles kommt erst Jahrzehnte später zur Sprache. Du hast es selbst auch erst mit 41 Jahren publik gemacht. Warum dauert es so lange, ehe man darüber reden kann?

Je früher Missbrauch geschieht, umso stärker ist der Verdrängungsmechanismus. Laut Experten ist es so, dass man das vergessen und verdrängen muss, um überleben zu können, weil du von der Liebe deiner Eltern abhängig bist. Bei mir hat die Aufarbeitung schon mit 18 begonnen durch das Tagebuchschreiben, ich habe danach diverse Ausbildungen gemacht, Shiatsu zum Beispiel, das war für mich ein Gespräch mittels Berührung, weil mein Kommunikationszentrum blockiert war, ich wollte mich oft durch Sprache zum Ausdruck bringen und habe es nicht geschafft, über meine

Bedürfnisse und Wünsche zu sprechen. Ich bin froh, dass ich erst mit über 40 drauf gekommen bin, denn früher hätte ich es nicht gepackt. Ich habe nicht in der Vergangenheit gesucht, ich habe immer eine tiefe Traurigkeit in mir getragen, mich einsam gefühlt, nicht richtig, nicht ganz, aber das habe ich mit mir selber ausgemacht und in meinen Tagebüchern niedergeschrieben. Das war natürlich die perfekte Hilfe bei der Aufarbeitung und dabei, die letzten Puzzesteine zusammenzufügen und endlich zu erkennen.

Was gab den Ausschlag zu dieser Erkenntnis?

Ausschlag war, dass Daniel, mittlerweile mein Ex-Mann, wieder einmal eine Affäre hatte, aus der auch ein Kind hervorgegangen ist. Das ist eine derartige innerliche Erschütterung, das war auch die Sprengung der heiligen Familie, die ich ja ebenfalls wollte. Da wurde die Wunde wieder geöffnet, ich wusste, da will ich dran bleiben, da kommt noch etwas, das ist noch nicht alles. Auch bei seiner ersten Affäre ist mir immer mein Vater in den Sinn gekommen, ich hatte das Gefühl, da wollen mir die Geschehnisse der Gegenwart etwas über meine Vergangenheit sagen. Es kam verstärkt die Erkenntnis, dass meine jahrelangen Essstörungen kein Zufall waren, für mich war es schon normal, dass ich am Golfplatz während des Spiels mal kurz in den Wald abgebogen bin, um zu kotzen. Da habe ich kapiert, so normal ist das nicht, was im Volksschulalter mit den Appetitanregern angefangen hat, das hat sich durchgezogen, bis ich Mutter geworden bin. Dann fällt dir ein, dass man es nur grauslich fand, als man zum ersten Mal einen steifen Penis in der Hand hatte, man hinterfragt weiter, und es fällt dir auf, dass du dich immer an Männer gebunden hast, die dich wieder schlecht behandelt haben, dieser Wiederholungszwang wird dir einfach bewusst. Und das geht immer weiter zurück, die Erinnerungen sind eher ein Empfinden über den Körper, denn die Erinnerungen sind in deinem Körper gespeichert, und irgendwann einmal hört man auf seinen Körper. Das ist ein Erlebnis, das man mit Worten nicht beschreiben kann, es ist eine Erschütterung, man weint, man schreit, man würde am liebsten umkippen. Aber ich war so gut darauf vorbereitet, dass ich nicht in Ohnmacht gefallen bin, sondern etwas daraus machen wollte.

Ist diese Auseinandersetzung mit dem Geschehenen ein Rat auch an andere Opfer?

Ich habe schon das Gefühl, dass ich vom Göttlichen da eine Extraportion Kraft und Mut in die Wiege gelegt bekommen habe, ich glaube auch an den Ausspruch, man bekommt nicht mehr, als man tragen kann. Und ich konnte die Wahrheit tragen und ertragen. Ob das generell gilt, weiß ich nicht. Aber ich kann sagen, dass die Befreiung von Zwängen und Schuldgefühlen eine Freiheit ist, die ich bis dato nicht kannte.



Warum hatten wir Sex, Vati? Mit Fragen wie dieser legt Dagmar Winkler-Steidl die Mechanismen sexuellen Missbrauchs schonungslos offen. Für sie war es „eine Befreiung“

Das genieße ich auch absolut. Früher konnte ich den Duft der Freiheit riechen, war aber im goldenen Käfig gefangen.

Kann man solche Erlebnisse jemals verarbeiten?

Ich glaube schon, dass einen so etwas fürs Leben prägt, mich hat es immer angetrieben, bewusster und bewusster zu werden, das ist zwar etwas Wunderbares, aber viele Dinge funktionieren halt einfach nicht mehr. Ich weiß nicht, welcher Mann kommen müsste, dass ich Vertrauen hätte. Man ist misstrauisch, man zweifelt.

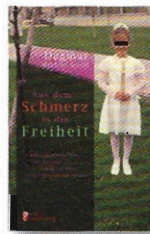
Was wünschst Du Dir von der Justiz – viele Taten können ja nicht geahndet werden, weil sie verjährt sind?

Verjährungsfristen sind sicher nicht sinnvoll. Jeder hat da sein Tempo, manche haben auch gar kein Tempo, weil sie es gar nicht wissen wollen, weil der Schmerz zu groß wäre. Es ist ja auch eine unglaubliche Überwindung, ich habe mich auch geniert, dass ich das mit mir habe machen lassen, man muss es für sich selber einmal begreifen. Jetzt, und das ist das Befreiende, muss ich mich nicht mehr genieren, das Schamgefühl ist weg. Aber das kann 5, 10, 20, 30, 40 Jahre dauern.

Dein Vater ist vor 11 Jahren verstorben. Was würdest Du ihm heute sagen wollen?

Ich hatte immer wiederkehrende Träume, in denen ich mein Baby in der Tennistasche, im Kofferraum, im Eiskasten, in der Schuhschachtel gesucht habe, das hat mich jahrelang verfolgt. Jetzt verstehe ich, das war die Suche nach dem verlorenen inneren Kind. In einem Traum hatte ich auch ein Zwiesgespräch mit meinem Vater, da habe ich ihn gefragt, warum hast du mich wie eine Ware behandelt, hergenom-

men, weg gelegt, wie es dir beliebt hat, warum hast du meine Weiblichkeit so tief verletzt? Am Anfang dieses Gesprächs hat mein Vater breit gegrinst und meinte: Mein Gott, du warst so lieb und nett, das war so angenehm, das hat mir gut getan, du warst meine Puppe, mein Mausl, das ist doch nicht so schlimm. Ich sagte: Nicht schlimm? Das prägt dich fürs Leben. Dann ist er in seinem Sessel zurückgesunken und hat ganz leise gesagt: Es tut mir leid, ich wusste nicht, dass es dich ein Leben lang verfolgen würde. Und das war für mich schon eine Antwort. Auch wenn er tot ist, sein Bewusstsein oder seine Seele sind nicht tot. Ich glaube auch, dass mein Vater sehr wohl mitbekommt, was da jetzt stattfindet, und dass das auch für ihn wichtig ist. Denn so friedlich wird es sonst da oben im Himmel auch nicht sein. Er hat sich mit 56 Jahren verabschiedet, und ich glaube, einer der Gründe war, dass sein Herz nicht mehr tragen konnte, was er da aufgebaut hat. Auch wenn er in den Augen der anderen so ein großer Menschenfreund war, innerhalb der Familie war er es nicht. ...



BIOGRAFIE. AUS DEM SCHMERZ IN DIE FREIHEIT

von Dagmar Winkler-Steidl,
132 Seiten, Paperback, EUR 18,40,
Verlag edition riedenburg