

Sexualisierte Gewalt als Trauma

Welche Sichtweisen und alternativen Behandlungsansätze bietet die Traditionelle Chinesische Medizin?



**Diplomarbeit zur Akupunkturausbildung September 2005 - September 2008
ABZ - West, Wuppertal**

**Gunda Harken
Dezember 2007 – April 2008**

Dozentin: Jeannette Schulz

Mit der Arbeit danke ich meinem Mann und meinen Kindern, die die lange und nicht immer einfache Zeit des Lernens und der Ausbildungen geduldig mitgetragen haben. Insbesondere Dir, Edzard, für Dein Dasein und die äußere Gestaltung dieser Arbeit.

Mein Dank gilt meiner Dozentin, Jeannette Schulz, die mich durch ihr Seminar „Körperliche und seelische Verletzungen: Akupunktur zur Traumabehandlung“ angeregt hat, über diese Thematik zu schreiben. Außerdem allen Dozenten der August-Brodde Schule Wuppertal, im Besonderen Walter Karius, der mich umsichtig durch die Zeit des Ambulatoriums geführt hat.

Weiter danke ich Dr. phil. Claire Moore für ihre wertvolle inhaltliche und tatkräftige Unterstützung beim Erstellen dieser Arbeit. Ohne sie würde meine Arbeit nicht in dieser Form vorliegen.

Zuletzt geht mein Dank an meine Kollegin Dörthe Janke, die mich drei Jahre lang mehr oder weniger geduldig gefahren und ertragen hat. Die gemeinsamen Fahrten werden mir fehlen!

Ich widme die Arbeit den Menschen, die den mutigen Weg gehen, ihr persönliches Trauma zu heilen, damit sie wieder in Einklang mit der ursprünglichen Kraft ihrer Mitte kommen können, um so die Freude des Herzens wieder zu finden.

Prolog

Der Panther

*Sein Blick ist im Vorübergehen der Stäbe
So müd' geworden, dass er nichts mehr hält.
Ihm ist, als ob es tausend Stäbe gäbe
Und hinter tausend Stäben keine Welt.*

*Der weiche Gang geschmeidig starker Schritte,
der sich im allerkleinsten Kreise dreht,
ist wie ein Tanz von Kraft um seine Mitte,
in der betäubt ein großer Wille steht.*

*Nur manchmal schiebt der Vorhang der Pupille
Sich lautlos auf. Dann geht ein Bild hinein,
geht durch die Glieder angespannte Stille-
und hört im Herzen auf zu sein.*

Rainer Maria Rilke

Inhalt**Teil I Theoretische Grundlagen**

| | | |
|---|---|-----------|
| 1. | Einleitung | 6 |
| • | 1.1. Mein Interesse an der Thematik | 6 |
| • | 1.2. Motivation und Zielsetzung | 6 |
| • | 1.3. Überblick über die Diplomarbeit | 7 |
| 2. | Begriffsdefinitionen | 8 |
| • | 2.1. Was ist ein Trauma? | 8 |
| ○ | 2.1.1. <i>Wodurch entsteht ein Trauma?</i> | 10 |
| • | 2.2. Was ist sexuelle Gewalt? | 10 |
| 3. | Trauma im Körper | 12 |
| • | 3.1. Trauma als gespeicherte Körpererinnerung | 12 |
| • | 3.2. Gedächtnisforschung | 12 |
| • | 3.3. Folgen eines Traumas | 13 |
| 4. | Sexuelle Gewalt als frühkindliches Trauma | 14 |
| • | 4.1. Die Dynamik sexueller Gewalt in der Familie | 14 |
| • | 4.2. Symptome und Folgeerscheinungen | 15 |
| ○ | 4.2.1. <i>Posttraumatische Störungen und posttraumatische Belastungsstörungen nach Gewalt in der Kindheit</i> | 15 |
| Teil II Chinesische Medizin | | |
| 5. | Sexuelle Gewalt Erfahrung als krankheitsauslösender Faktor? | 16 |
| 6. | Auswirkungen von Trauma und Schock durch Schädigung der Emotionen | 18 |
| • | 6.1. Schock und die Feuerbeamten | 19 |
| • | 6.2. Emotionen und das Herz | 22 |
| • | 6.3. Emotionen und die Wandlungsphase Erde (<i>Aspekt der geschädigten Mitte</i>) | 24 |
| • | 6.4. Emotionen und die Wandlungsphase Metall | 25 |
| • | 6.5. Emotionen und die Wandlungsphase Wasser | 26 |
| ○ | 6.5.1. <i>Besonderer Aspekt der Feuer-Wasser Achse</i> | 27 |
| • | 6.6. Wandlungsphase Holz | 28 |
| • | 6.7. Pathologie der 8 außerordentlichen Gefäße | 29 |

| | | |
|-----------|---|-----------|
| 7. | Spezielle Diagnosemöglichkeiten der Chinesischen Medizin | 32 |
| • 7.1. | Anzeichen für ein sexuelles Trauma | 32 |
| • 7.2. | Spezielle Wahrnehmung von Shen in der Anamnese | 32 |
| • 7.3. | Geruch, Farbe, Klang der Stimme, Geschmack | 33 |
| • 7.4. | Mögliche Veränderungen der Zunge mit drei Fallbeispielen | 35 |
| • 7.5. | Veränderungen im Puls bei Schock und Trauma | 39 |

Teil III Behandlung

| | | |
|-----------|--|-----------|
| 8. | Behandlung | 44 |
| • 8.1. | Allgemeine Leitlinien im Umgang mit traumatisierten Menschen | 44 |
| • 8.2. | Spezielle Leitlinien im Zusammenhang mit Akupunktur | 45 |
| ○ 8.2.1. | <i>Voraussetzungen für eine wirksame Akupunktur</i> | 46 |
| • 8.3. | Behandlungsstrategien der Chinesischen Medizin | 47 |
| ○ 8.3.1. | <i>Herz aus dem Schock befreien (Jarrett)</i> | 47 |
| ○ 8.3.2. | <i>Erde stabilisieren und aufbauen</i> | 47 |
| ○ 8.3.3. | <i>Aktivieren von Ressourcen (Einsatz der Außerordentlichen Meridiane)</i> | 48 |
| ○ 8.3.4. | <i>Bewältigungsstrategien finden (Feuer-Wasser Achse unterstützen)</i> | 48 |
| • 8.4. | Behandlungsmethoden der Chinesischen Medizin | 49 |
| ○ 8.4.1. | <i>Akupunkturpunkte und hilfreiche Kombinationen</i> | 49 |
| ○ 8.4.2. | <i>Moxibustion</i> | 52 |
| ○ 8.4.3. | <i>Phytotherapie</i> | 53 |
| ○ 8.4.4. | <i>Tuina/Gua Sha/Schröpfen</i> | 53 |
| ○ 8.4.5. | <i>Ernährungsberatung</i> | 54 |
| ○ 8.4.6. | <i>Tai Chi und Qi Gong</i> | 54 |
| • 8.5. | Trauma Behandlung nach Josef Müller | 55 |
| ○ 8.5.1. | <i>Behandlungsblockaden und ihre Beseitigung</i> | 55 |
| ○ 8.5.2. | <i>Behandlungsebene</i> | 58 |
| ○ 8.5.3. | <i>Einsatz der Außerordentlichen Gefäße</i> | 59 |
| • 8.6. | Trauma Behandlung nach John Scott | 63 |
| ○ 8.6.1. | <i>Therapiestrategien</i> | 63 |
| ○ 8.6.2. | <i>Hauptphasen der Behandlung</i> | 63 |
| ○ 8.6.3. | <i>Akupunkturpunkte</i> | 63 |

Teil IV Abschluss

| | | |
|------------|-------------------------------------|--------------|
| 9. | Zusammenfassung | 66 |
| 10. | Literatur und Quellenangaben | 67-70 |
| 11. | Anhang A-C | |

Teil I Theoretische Grundlagen

1. Einleitung

1.1. Mein Interesse an der Thematik

Obwohl sexuelle Gewalt seit ca. 30 Jahren in der Fachöffentlichkeit und dank einer Reihe an Präventionsprogrammen in sozialen Einrichtungen diskutiert wird, ist das Thema für die breite Öffentlichkeit immer noch ein Tabu. Vor allem Betroffene leiden an der Stigmatisierung ihrer Erfahrungen und der impliziten Unterstützung krimineller Strukturen zwischenmenschlicher Gewalt. Darüber hinaus führen nicht verarbeitete Erfahrungen sexueller Gewalt häufig zu multiplen, behandlungsbedürftigen posttraumatischen Störungen.

1.2. Motivation und Zielsetzung

Ich glaube, dass es wichtig ist, sich dem Thema zu widmen. Auch heute ist es noch mit großem Tabu belegt, aber gerade das nicht darüber Reden trägt zur Tabuisierung bei und unterstützt somit die kriminellen Strukturen zwischenmenschlicher Gewalt.

Die Chinesische Medizin stellt wegen ihres ganzheitlichen Ansatzes eine gute Ergänzung und Bereicherung in der Trauma-Arbeit dar. Rein gesprächstherapeutisch ausgerichtete Therapieansätze vernachlässigen meiner Ansicht nach die Notwendigkeit, energetische Blockaden und Traumafolgen, die im Körper gespeichert sind, aufzuarbeiten und zur Auflösung dieser beizutragen. Zudem leiden oftmals auch stressbedingt traumatisierte Menschen an einer Sprachlosigkeit bezüglich ihrer Erfahrungen, weswegen häufig rein verbal ausgerichtete Therapieangebote scheitern. Die Einheit von Körper, Geist und Seele wird gerade bei einem so tief greifenden Trauma wie Sexueller Gewalt mehr als deutlich. Der Versuch einer Heilung kann nur befriedigend sein, wenn alle drei Ebenen involviert werden. Dieses bedingt durchaus, dass zu den Methoden der Chinesischen Medizin zusätzlich auch andere therapeutische Wege beschrritten werden. Je nach Fall ist dieses sogar notwendig und sinnvoll. Eine gegenseitige Ergänzung wäre meiner Ansicht nach die idealste Lösung.

Ich hoffe, dass diese Arbeit Mut macht, sich mit dem schwierigen Thema zu befassen. Das Wissen darüber, was sexuelle Traumatisierung bedeutet, wie die Dynamik dieses Traumas aussieht, mit welchen komplexen Auswirkungen traumatisierte Menschen zu kämpfen haben, kann vielleicht dazu beitragen, dass sich mehr Therapeuten und Helfer diesem Feld öffnen, sich weiterbilden und einen professionellen Umgang damit anstreben.

Schließlich und endlich war das Erstellen dieser Arbeit für mich selber eine Bereicherung meiner Erfahrungen und eine Erweiterung meines Horizontes. Das intensive Suchen nach Behandlungsansätzen in der Chinesischen Medizin, die Lektüre der Klassiker, welche schwierig, weil sie auf den ersten Blick nicht sehr ergiebig schien und letztlich die bisherigen Erfahrungen mit der Akupunktur haben mich in meinen Ansichten bestätigt.

1.3. Überblick über die Diplomarbeit

In **Teil I** meiner Arbeit befasse ich mich mit dem theoretischen Hintergrund zu der Thematik von sexueller Gewalt. Ich erläutere und definiere den Begriff der „sexuellen Gewalt“ und „Trauma“ im allgemeinen (**Kapitel 3**). Ursachen und Entstehung von Trauma sowie mögliche Trauma Folgen werden erklärt.

Kapitel 4 stellt sexuelle Gewalt im Rahmen des frühkindlichen Traumas in den Vordergrund und befasst sich mit der Dynamik der innerfamiliären, sexuellen Gewalt. Ich versuche, einen Überblick über mögliche akute und posttraumatische Störungen zu vermitteln.

Da die Thematik sehr umfassend und komplex ist, können die Ausführungen im Rahmen dieser Arbeit lediglich einen Überblick geben, nicht aber die gesamte Tiefe erfassen. Bei weitergehendem Interesse steht umfassende Literatur zur Verfügung, die auszugsweise in **Kapitel 10** aufgelistet wird.

Teil II meiner Arbeit soll einführen in die Chinesische Betrachtungsweise von Trauma und Schock. Mein Bestreben ist u. a., die spezielle Sichtweise in Bezug auf die Organe und ihre Funktionen im Rahmen der fünf Wandlungsphasen herauszuarbeiten. Dieses ist hilfreich, um ein Verständnis für die besonderen Schwerpunkte im Rahmen der Behandlungsmöglichkeiten der Chinesischen Medizin bei Störungen nach sexuell erlebter Gewalt zu entwickeln. In **Kapitel 7** werden spezielle Diagnosemöglichkeiten der Chinesischen Medizin hierzu aufgeführt.

Teil III der Arbeit befasst sich mit Leitlinien im Umgang mit traumatisierten Patienten und stellt Behandlungsstrategien und -möglichkeiten der Chinesischen Medizin vor. Außerdem werden zwei spezielle Behandlungsansätze ausführlich erörtert.

Teil IV bildet den Abschluss meiner Arbeit und fasst die in **Kapitel 1** formulierten Ziele und Wünsche im Hinblick auf die Behandlungsmöglichkeiten mit den Methoden der Chinesischen Medizin zusammen.

Literatur- und Quellenangaben sowie Anhänge finden sich hier abschließend.

9. Zusammenfassung

Die vorliegende Arbeit sollte einführen in die Chinesische Betrachtungsweise von Trauma und Schock, im speziellen von sexualisierter Gewalt. Hierbei wurden der ganzheitliche Ansatz und die besondere Behandlung im Sinne der chinesischen Vorgehensweise herausgestellt.

Zum Verständnis habe ich in **Kapitel 2** ausführlich erläutert, wie Trauma und Sexuelle Gewalt definiert werden. **Kapitel 3** diente dazu aufzuzeigen, welche Auswirkungen ein Trauma in Bezug auf Körper, Geist und Seele hat.

Frühkindlich erfahrende, sexualisierte und innerfamiliäre Gewalt weisen eine besondere Dynamik auf. Diese herauszuarbeiten und die Folgeerscheinungen im Kindes- sowie im Erwachsenenalter zu benennen war Inhalt des **4. Kapitels**.

Kapitel 5 greift das Denkmodell der Wandlungsphasen auf und erklärt dieses. Hierauf bauen die in **Kapitel 6** ausführlichen Beschreibungen der Auswirkungen von Trauma und Schock durch die Schädigung der Emotionen auf. Gründlich wurde die besondere Stellung des Herzens hervorgehoben. Alle schädigenden Emotionen wurden in Zusammenhang mit den Wandlungsphasen gebracht. Zusätzlich wurde die Pathologie der Außerordentlichen Meridiane erörtert.

In **Kapitel 7** wurden die speziellen diagnostischen Instrumente der Chinesischen Medizin vorgestellt.

Teil III der Arbeit befasste sich ausschließlich mit der Behandlung. Neben allgemeinen und speziellen Leitlinien für den Umgang mit Traumatisierten wurden chinesische Strategien vorgestellt. Ich habe diese in Zusammenhang mit den zuvor dargelegten Auswirkungen der Emotionen im Denkmodell der Wandlungsphasen gebracht. **Kapitel 8.4.** listete eine Reihe von hilfreichen Akupunkturpunkten auf, die der Erfüllung der erörterten Behandlungsstrategien dienen können. Ebenso habe ich zwei spezielle Behandlungsansätze von Müller und Scott präsentiert.

Diese Arbeit richtet sich in erster Linie an therapeutisch arbeitende Menschen.

Ich würde mich freuen, wenn sie Interesse bei denjenigen erweckt, die im Bereich der Traumatherapie tätig sind, aber bislang die Akupunktur als Unterstützung noch nicht mit einbezogen haben. Vielleicht kann diese Arbeit ein Verständnis dafür schaffen, auf welchen Ebenen die Chinesische Medizin agiert, um die Patienten ganzheitlich zu erfassen. Gerade die umfassende Diagnostik und das Einbeziehen aller Wahrnehmungen zeichnet meiner Ansicht nach die Chinesische Medizin besonders aus. Dadurch kann sich der Respekt gegenüber den Patienten ausdrücken, reduziert diese nicht lediglich auf ihre Pathologie sondern erfasst sie in ihrer Gesamtheit.

Ebenso hoffe ich, dass Therapeuten der Chinesischen Medizin Nutzen aus meiner Arbeit ziehen können. Die Versuchung ist groß, lediglich die körperlichen Symptomaten von Patienten wahrzunehmen und diese mittels Akupunktur zu behandeln, wo es doch viele standardisierte Nadel-Kombinationen gibt, die Heilung versprechen.

Teil I meiner Arbeit sollte sensibilisieren für die komplexen Strukturen der Thematik und warnt daher vor leichtfertigem Umgang im therapeutischen Kontext. Eine Akupunkturausbildung beinhaltet keine geschäftstherapeutische Schulung im Zusammenhang mit traumatisierten Patienten, geschweige denn tiefenpsychologische Kenntnisvermittlung therapeutischer Interventionen. Wer sich innerhalb der Chinesischen Medizin auf die Behandlung mit traumatisierten Menschen spezialisieren möchte, sollte eine solide Zusatzausbildung auf diesem Gebiet anstreben, bzw. die Zusammenarbeit mit anderen Therapeuten suchen, die in der Thematik erfahren und ausgebildet sind. Zudem sollten ständige Weiterbildung und Superversion eine Selbstverständlichkeit sein.

Wünschenswert und für die Patienten bereichernd wäre meinem Erachten nach eine Zusammenarbeit zwischen tiefenpsychologisch orientierter Therapie und den Verfahren der Chinesischen Medizin. Hier gibt es meiner Ansicht nach noch Handlungsbedarf, was auf beiden Seiten Wissen über die jeweiligen Therapieansätze voraussetzt.

Auch gibt es bislang meinem Wissen nach keine vergleichenden Studien darüber, ob und inwiefern sich der Therapieverlauf positiv verändert oder die Dauer der Therapie verkürzt, wenn gleichzeitig die Akupunktur als unterstützende therapeutische Maßnahme eingesetzt wird. Auf diesem Gebiet könnten Aufzeichnungen und Studien, die sich aus gemeinsamer therapeutischer Zusammenarbeit ergeben, diese Lücke füllen.

Als ich begann, in den chinesischen Klassikern nach Material für diese Arbeit zu forschen, war ich anfänglich besorgt, überhaupt etwas Verwertbares zu finden. Umso beeindruckter bin ich, wie reichhaltig dann die „Ausbeute“ ausgefallen ist. Hierzu war es notwendig, zwischen den Zeilen zu lesen. Das reflektiert die Arbeitsweise der Chinesischen Medizin. Auch hier ist es wichtig, hinter die Zeichen, die ein Patient offenbart, zu schauen, um das eigentliche Muster erkennen zu können: Ist es eine volle Hitze, die sich mir zeigt oder resultieren die Hitzezeichen aus einer Leere mit Stagnation, die der Körper zu kompensieren versucht?

Uns bewegt Energie (physisch wie psychisch). Daher stellt für mich die Chinesische Medizin, gerade im Zusammenhang mit den Auswirkungen der sexuellen Traumatisierung, eine logische und unbedingte Form der Harmonisierung der Energien dar. **Kapitel 6** meiner Arbeit zeigt die ungeheuren Auswirkungen, auch körperlicher Art, die sich durch die Beeinträchtigungen der Emotionen ergeben. Gesprächstherapeutisch kann der nur mit Akupunktur arbeitende Therapeut derart Traumatisierten nicht adäquat helfen. Umgekehrt aber wird ein lediglich geschäftstherapeutisch ausgelegter Therapieansatz nie die aus der Balance geratenen Energien harmonisieren können.

In diesem Sinne wünsche ich mir, dass sich zum Wohle der Patienten, verschiedene Therapieformen ergänzen und bereichern mögen und hoffe mit dieser Arbeit einen Beitrag hierzu geleistet zu haben.

10. Literatur und Quellenangaben

Allender, D. (2002). Das verwundete Herz. Hilfe für erwachsene Opfer von sexueller Gewalt im Kindesalter. Gießen: Brunnen

Barwinski-Fäh, R. (2000). Psychisches Trauma - ein unmögliches Konzept. Arbeit zur Psychotraumatologie. <http://www.psychotrauma.ch/Artikel%20R.%20Barwinski.html> - 53k
27. Oktober 2007

Broyelle, C. (1973). Die Hälfte des Himmels - Frauenemanzipation und Kindererziehung in China. Berlin: Wagenbach. 2. Auflage 1986

Charf, D. (2003). Trauma und Körper. *Prävention* 1-2/2003, Fachzeitschrift *prä & pro* der Bundesarbeitsgemeinschaft Prävention und Prophylaxe e.V.

Connelly, D.M. (1987). Traditionelle Akupunktur: Das Gesetz der Fünf Elemente. Heidelberg: Bruno Endrich. 2. Auflage 1995

Davis, J. (1999). Faszination Gehirn. Entschlüsselung letzter Geheimnisse. Heidelberg: Umschau Braus GmbH

Davis, L. (1992). Verbündete. Ein Handbuch für Partnerinnen und Partner sexuell missbrauchter Frauen und Männer. Berlin: Orlanda

Eckert, A. (2005). Acht Wundermeridiane. Psychische und physische Funktionen der Acht Außerordentlichen Gefäße der traditionellen chinesischen Medizin. Wien: DAO

Egle, U./Hoffmann, S./Joraschky, P. (Hrsg.) (1997). Sexueller Missbrauch, Misshandlung, Vernachlässigung. Stuttgart: Schattauer

Grassmann, Dr. H. (2002). Sexualisierte Gewalt und ihre Spätfolgen. Eine Therapie zur Überwindung des Schreckens aus Schmerz und Gewalt. Artikel in der Zeitschrift *Comed* 2002/3

Grassmann, H. (2002). Strukturelle Traumatherapie. <http://www.strukturellekoerpertherapie.de>
27. Oktober 2007

Gerstberger, J. (2001). Zur körperorientierten Psychotherapie bei psychischen Traumata unter besonderer Relevanz des therapeutischen Gespräches in der Therapie. Eine empirische Untersuchung. Diplomarbeit zum Studiengang Psychologie, Fachbereich 12, Freie Universität Berlin
<http://www.hausarbeiten.de/faecher/vorschau/103.html> 27. Oktober 2007

Hammer, Dr. med. L. (2000). Psychologie & Chinesische Medizin. Zukunftsweisende Erkenntnisse über das energetische Zusammenspiel von Emotionen und Körperfunktionen. Oy-Mittelberg: Joy. 5. Auflage 2008

Huber, M. (2003). Trauma und die Folgen. Trauma und Traumabehandlung Teil 1. Paderborn: Junfermann. 3. Auflage 2007

- Huber, M. (2003). Wege der Traumabehandlung. Trauma und Traumabehandlung Teil 2. Paderborn: Junfermann. 3. Auflage 2006
- Huessen, S. & Tower, S. (2003). Schock and Trauma in pulse. Rothenburg: 34. TCM Kongress 2003, Script
- Hötting, H. (2006). Die Moxa-Therapie. Wärmepunktur - Eine klassische chinesische Heilmethode. Stuttgart: Haug. 5. Auflage
- Jarrett, L. (2001). Schock des Herzens: Verletzung der Intimität durch Vergewaltigung, Inzest und Trennungen. Audio Mitschnitt des Vortrages vom 32. TCM Kongress in Rothenburg, 2001. AV-Recording Service
- Kirschbaum, B. (2000). Die 8 außerordentlichen Gefäße in der traditionellen chinesischen Medizin. Uelzen: Medizinisch Literarische Verlagsgesellschaft. 3. Auflage 2005
- Kirschbaum, B. (1998). Atlas und Lehrbuch der Chinesischen Zungendiagnostik, Band 1. Bad Kötzting: Wühr. 2. Auflage 2002
- Kirschbaum, B. (2002). Atlas und Lehrbuch der Chinesischen Zungendiagnostik, Band 2. Angewandte Zungendiagnostik – Differentialdiagnostik anhand von Fallstudien. Bad Kötzting: Wühr
- Kitzelmann, I. (2003). Psycho-Trauma-Verstehen und Handeln
www.iasag.ch/fileadmin/docs/pdf/Ingo_Kitzelmann.pdf. 27. Oktober 2007
- Larre, C., & Rochat de la Vallée, E. (2002). Die Bewegungen des Herzens. Psychologie der Chinesen. München: Müller & Steinicke
- Levine, P. mit Frederick, A. (1998). Trauma-Heilung. Das Erwachen des Tigers. Unsere Fähigkeit, traumatische Erfahrungen zu transformieren. Essen: Synthesis
- Maoshing, Dr. Ni (Hrsg.) (1995). Der Gelbe Kaiser. Das Grundlagenwerk der Traditionellen Chinesischen Medizin. Frankfurt: Scherz
- Moore, C. (2007). Die tiefenpsychologisch fundierte Tanz- und Bewegungspsychotherapie als Behandlungsmethode für Frauen, Jugendliche und Kinder im Kontext häuslicher Gewalt. Dissertation zum Studiengang Philosophie/Psychologie/Sportwissenschaften, Fachbereich V der Carl von Ossietzky Universität Oldenburg
- Müller, J.V. (2001). Den Geist Verwurzeln. Die Namen der Akupunkturpunkte als Bindestriche der Psycho-Somatik. München: Müller & Steinicke. 2. Auflage 2004
- Müller, J.V. (2004). Kriterien der Punktauswahl für gynäkologische und andrologische Erkrankungen – eine mehrdimensionale Betrachtung der Punktwirkungen unter besonderer Berücksichtigung der Folgen sexuellen Missbrauchs. Video Mitschnitt des Vortrages vom 35. TCM Kongress 2004 in Rothenburg. AV-Recording Service

- Nerlich, M.L. (1987). Schwerverletzte in der Unfallmedizin. Einfluss des Traumas auf den menschlichen Organismus. <http://www.lima-wiederladetechnik.de/Zielwirkung/Schock.htm> 27.Oktober 2007
- Olbricht, Dr. I. (2003). Sexualisierte Gewalt. Traumatisierung von Mädchen und Jungen. Prävention 1-2/2003, *Prävention*, Fachzeitschrift prä & pro der Bundesarbeitsgemeinschaft Prävention und Prophylaxe e.V.
- Olbricht, Dr. I. (2004). Trauma, Posttraumatische Belastungsstörung und Traumatherapie. *Lachesis*, Trauma und Heilungswege, Fachzeitschrift des Berufsverbandes für Heilpraktikerinnen Lachesis e. V., Nr. 32, April 2004
- Platsch, K.-D. (2000). Psychosomatik in der chinesischen Medizin. München: Urban & Fischer. 2. Auflage 2005
- Platsch, K.-D. (2005): Die fünf Wandlungsphasen. Das Tor zur chinesischen Medizin. München: Urban & Fischer
- Rothschild, B. (2002). Der Körper erinnert sich. Die Psychologie des Traumas und der Traumabehandlung. Essen: Synthesis
- Scheiing, D.M. (2006). Schmerz ist Ausdruck von Selbst-Entfremdung. Schmerztherapie in der Traditionellen Chinesischen Medizin. *Lachesis*, Schmerz, Fachzeitschrift des Berufsverbandes für Heilpraktikerinnen Lachesis e.V., Nr. 34, Juli 2006
- Schmidt, Wolfgang G.A. (Hrsg.) (2001). Der Gelbe Kaiser zur inneren Medizin. Schiedlberg: Bacopa. CD Rom
- Schulz, Jeannette, (2004). Das Wasser stärken. Akupunktur bei Angst, Traumatisierung und sexueller Gewalterfahrung. *Lachesis*, Trauma und Heilungswege, Fachzeitschrift des Berufsverbandes für Heilpraktikerinnen Lachesis e. V., Nr. 32, April 2004
- Schulz, Jeannette (2007). Körperliche und seelische Verletzungen: Akupunktur zur Traumabehandlung. Wuppertal: Skript und Seminaraufzeichnungen vom 25./26.08.2007
- Schnorrenberger, C. (2005). Lehrbuch der chinesischen Medizin. Stuttgart: Hippokrates
- Schnorrenberger, C. (Hrsg.) (2006). Lehrbuch der Akupunktur. Erfstadt:Area
- Schunter-Kleemann, S. (2007). Die Hälfte des Himmels - die Hälfte der Hölle. Frauenarbeit und Frauenleben in China. Skripte zur China Reise im März 2007. www.arbeitnehmerkammer.de/.../Veranstaltungen/Arbeit_und_Politik/Die_Hälfte_des_Himmels_die_Hälfte_der_4.pdf 27. Oktober 2007
- Scott, Dr. J. (1999). Behandlung von Folgen sexuellen Missbrauchs durch Akupunktur und Kräuter. Audio Mitschnitt des Vortrags vom 30. TCM Kongress in Rothenburg 1999. AV-Recording Service

Seitz, P. (2007). Traumaarbeit. Ein Artikel von Peter Seitz.

<http://www.therapeutenfinder.com/news/1255-traumaarbeit.html> 27.Oktober 2007

Vopelius, K.v. (2004). Bewältigung von Schock und Trauma. Artikel im *Medical Journal for Applied Kinesiologie*, 20. Ausgabe März 2004

<http://de.wikipedia.org> Definition: *Intrusion/Hyperarousal* 28.05.2008

Xinran. (2003). *Verborgene Stimmen. Chinesische Frauen erzählen ihr Leben*. München: Droemer

Zielke, M. (2006). Sexueller Kindesmissbrauch als Trauma. Folgen und Behandlungsmöglichkeiten für Erwachsene. Unveröffentl. Diplomarbeit im Fachbereich Sozialwesen, Studiengang Sozialpädagogik. Fachhochschule Fulda

Znoj, H. (2000). Reaktionen auf traumatische Ereignisse. Referat anlässlich der VBP-Fortbildung vom 02. Dezember 2000, Schweiz

TYPEN VON SEXUELLER GEWALT

| |
|---|
| Mit Körperkontakt |
| a) Sehr intensiv: vollzogener Geschlechtsverkehr (gleich, ob mit Gewalt erzwungen oder nicht), oraler und/oder analer Sex (ob erzwungen oder nicht). |
| b) Intensiv: Manipulation und direkte Stimulation der Geschlechtsteile, Penetration mit den Fingern oder mit Gegenständen, Streicheln der Brüste (ob erzwungen oder nicht), erzwungene/gegenseitige Masturbation, vorgetäuschter/“trockener“ Geschlechtsverkehr. |
| c) Minder intensiv: Intime Küsse, Zungenküsse (erzwungen oder nicht), Streicheln oder Berühren von (bekleideten) Schenkeln, Brust, Gesäß und/oder Genitalien. |
| Ohne Körperkontakt |
| a) verbal: direkte Aufforderung zu sexuellen Handlungen; verführerische (verdeckte) Aufforderung oder Anspielung; Beschreibung sexueller Praktiken; wiederholter Gebrauch sexuell besetzter Sprache; Benutzung von sexuellen Begriffen als persönliche Namen. |
| b) visuell: zeigen von Pornografie bzw. Benutzung des Opfers zur Herstellung derselben; absichtliches (wiederholtes) Zeigen von sexuellen Handlungen, Geschlechtsorganen und/oder aufreizender Kleidung (z. B. Büstenhalter, Reizwäsche, Unterwäsche, Nachtwäsche); unangemessene Beachtung (prüfendes Betrachten) des (nackten oder bekleideten) Körpers oder der Kleidung zum Zweck der sexuellen Stimulation. |
| c) psychisch: Verletzen psychisch-sexueller Grenzen: aufdringliches Interesse an Menstruation, Kleidung, Entwicklung der Schamgegend; Verletzung beziehungsmaßiger Grenzen: aufdringliches Interesse an den sexuellen Aktivitäten des Kindes, Benutzung des Kindes als Ersatzpartner (Vertrauter, Begleiter, Beschützer oder Ratgeber). |
| Allender, 2002, S. 32 |



Eine Geschichte zur Trauer und Transformation

Es war einmal ein alter Mann. Er lebte allein in einem alten Haus inmitten eines Gartens, der so groß war, dass es mancher Tage bedurfte, um ihn durch zu messen. Damals, als er alt geworden war und keiner mehr ihn brauchen konnte, war er bitter geworden. Wie die Jahre ins Land gingen, verließ ihn seine Bitterkeit, und er wurde leicht. Da vernahm er eines Tages einen Ruf: „Geh´ und sammle die Tage, die nicht sein sollen!“

Derer gab es viele. Und da er leicht wie eine Feder geworden war, ließ er sich von den Winden in alle Himmelsrichtungen tragen, wann immer ein Tag irgendwo auf der Welt nicht sein sollte. Er sammelte Tage, an denen Menschen das Liebste verloren was sie hatten, Tage, an denen ein Schmerz sich in das Herz eines Menschen grub, Tage ohne Trost, Tage, an denen das Leben eine Last war, verfluchte Tage, Tage der Dunkelheit, Tage des Zorns, Tage der Sinnlosigkeit. Immer gab es einen, der sagte: „Dieser Tag sollte nicht sein.“ Der alte Mann sammelte sie alle, ohne Ansehen ihrer Geschichte. Einer wog ihm gleichviel wie der andere. Manchmal gab es auch Freudentage, von denen ein anderer sagte: „Dieser Tag sollte nicht sein!“

Sanft trug er sie mit dem Wind in seinen Garten und legte sie in die Erde. Und der Regen fiel auf die Erde, die Sonne gab ihr Licht, bis der Schnee alles bedeckte. Nach Jahr und Tag wuchsen Blumen und Bäume, deren Duft so süß war, dass sie die seltensten und schönsten Falter anlockten. Das war ein Blühen und Summen in diesem Garten, wie keiner es noch je gesehen und vernommen hatte. So lebte der alte Mann mit den Tagen, die nicht sein sollten. Eine Tages hörte er wieder einen Ruf: „Nun nimm die Samen aus Deinem Garten und bring sie in die Welt!“ Und wieder ließ er sich von den Winden in alle Richtungen tragen und diesmal säte er seine Samen hierhin und dorthin. Alle Blumen und Bäume, die aus den Samen wuchsen, dufteten so süß, wie noch keiner es erlebt hatte.

Da kamen die Menschen zu den Blumen und Bäumen, ihre Gesichter wurden hell, und sie sagten: „Oh, was für ein schöner Tag, wenn er doch nie ein Ende hätte.“ Da lächelte der alte Mann. Und sammelte die Tage, die nicht sein sollten.

(Verfasser: unbekannt, zitiert nach Zielke, 2006, S. 124)