

# „Da hab ich gemerkt, mit stimmt was nicht“



„Ich bin ein toller Mensch“, sagt Martina Dramé. „Ich bin einfach nur anders. Und das werde ich auch immer bleiben“

Martina Dramé hatte ihre Missbrauchserfahrungen lange verdrängt. Heute besucht sie Schulklassen, um Kindern zu helfen, die Ähnliches erlebt haben

Interview **Franziska Betz**  
Foto **Magdalena Maria Stengel**

**taz:** Frau Dramé, wann haben Sie sich zum ersten Mal Hilfe gesucht?  
**Martina Dramé (Name geändert):** Mit 19 bin ich in eine Langzeittherapie gegangen. Ich war anderthalb Jahre da, um vom Heroin wegzukommen. Alles andere war mir noch gar nicht bewusst, was da mit mir los ist.

**taz:** War das anderen bewusst?  
**Dramé:** Den Therapeuten war klar, was mit mir los ist. Wenn man mich darauf angesprochen hat, dann habe ich das abgestritten. Also „ich bin kein Missbrauchsoffer, mir ist nix passiert“. Ich war da anderthalb Jahre. Irgendwann musste ich dann dort weggehen und mein Leben leben. Ich war 20 und habe meine Pubertät nachgeholt. In Discos gehen, auf Partys. Aber ich habe nicht weiter Therapie gemacht. Bis zur Geburt meiner Tochter.

**taz:** Wie alt waren Sie da?  
**Dramé:** Da war ich 25. Und da habe ich gemerkt, mit mir stimmt was nicht.

**taz:** Wie genau?  
**Dramé:** Ich konnte meine Tochter kaum anfassen. Ich konnte meine Tochter nicht waschen. Mir ist das ganz schwer gefallen, sie untenrum anzufassen. Ich konnte sie nicht anlegen. Ich habe meine Tochter bei meiner Pflegemutter bekommen, meine Pflegemutter hat mir dann dabei geholfen. Und ich habe sie dann auch gestillt. Und als ich nach Hause gefahren bin, bin ich direkt zum Jugendamt gegangen und habe mir da die nächste Hilfe geholt.

**taz:** Wussten Sie, warum Sie diese Probleme hatten?  
**Dramé:** Nein. Vom Missbrauch habe ich erst gesprochen, als meine Tochter ungefähr vier oder fünf war. Da war ich in einer Klinik, wegen Bulimie.

Da hat der Therapeut zu mir gesagt, dass er glaubt, dass ich missbraucht worden bin. Ich habe ihn auch angeschrien: „der spinnt“ und „das ist Blödsinn“. Er sagte, wenn er aus dem Urlaub wiederkommt, reden wir in Ruhe darüber, aber er möchte, dass ich mir da mal Gedanken darüber mache.

**taz:** Haben Sie das gemacht?  
**Dramé:** Ich war mit einer Frau in einem Zimmer, die auch Missbrauchserfahrungen hatte, aber die schon daran gearbeitet hat. Sie konnte nachts nicht schlafen, hatte immer ihr Licht über'm Bett an und hat geschrieben. Das hat mich total genervt. Irgendwann habe ich mich umgedreht und habe sie angeschrien: „Was glaubst du eigentlich? Meinst du, du bist die einzige, die sie gefickt haben? Mach dein verdammtes Licht aus.“

**taz:** Das war der Moment, in dem Sie es realisiert haben?

**Dramé:** Ja. Da kam das auf einmal raus. Und da waren alle Bilder echt. Ich habe die ganze Zeit gedacht, das, was ich sehe und was ich weggeballert habe („ballern“ – Heroin nehmen; Anm. d. Red.), seit ich zwölf war, habe ich geträumt. Aber es ist tatsächlich passiert.

**taz:** Das heißt, Sie hatten immer schon die Bilder des Missbrauchs im Kopf, aber haben das von sich weggeschoben?

**Dramé:** Ich habe angefangen mit 12 Jahren zu ballern, weil ich diese Bilder nicht wollte. Als ich das zum ersten Mal gespürt hab, habe ich gesagt: „Das will ich jetzt immer.“ Weil das andere war auf einmal alles weg, die Monster, die Dämonen in mir und so. Deswegen habe ich mit Heroin angefangen. Selbst in der Therapie habe ich manchmal Bilder gesehen, da habe ich gedacht, „du spinnt doch, Martina. Das hat sie nicht gemacht. Sie ist deine Mutter, das hat sie nicht gemacht.“ Und da in der Kli-

nik konnte ich aber auch nicht bleiben. Der Therapeut meinte, ich gehöre nicht in die Bulimie-Klinik, sondern in eine Drogen-Therapie.

**taz:** Wie kam er darauf?  
**Dramé:** Ich hatte eine Anamnese meiner Drogenzeit geschrieben und er sagte: „Das ist eine Lobeshymne ans Heroin, was Sie da geschrieben haben.“ Und ich sag das auch heute noch. Hätte ich das nicht gehabt, wäre ich nicht mehr am Leben.

**taz:** Ohne Heroin?  
**Dramé:** Ja. Dann hätte ich mich umgebracht.

**taz:** Das heißt, es hat Ihnen auch das Leben gerettet?  
**Dramé:** Das hat mir das Leben gerettet. Davon bin ich ganz fest überzeugt. Und irgendwann kam vielleicht eine Zeit, wo ich gemerkt habe, ich möchte selber leben, ich brauche den Stoff nicht

mehr. Aber wenn der Pastor mich nicht gefunden hätte, wäre ich vielleicht auch nicht auf diese Gedanken gekommen und hätte weitergemacht, bis ich gestorben wäre. Das weiß man nicht, aber irgendwas muss ja in mir sein, dass ich leben will.

**taz: Ein Pastor hat Sie aus der Heroinsucht rausgeholt?**

**Dramé:** Ja, der hat mich auf der Straße aufgesammelt und mitgenommen in seine Kirche.

**taz: Würden Sie sagen, dass es, als Sie mit zwölf Jahren Heroin genommen haben, vielleicht auch eine gesunde Reaktion Ihrer Psyche war?**

**Dramé:** Ja, das denke ich. Andere kriegen vielleicht Antidepressiva oder keine Ahnung was, und ich habe halt einfach Heroin genommen.

**taz: Wie war das dann, als der Therapeut aus dem Urlaub zurückkam, der mit Ihnen darüber reden wollte, dass Sie missbraucht worden waren?**

**Dramé:** Wir haben gesprochen. Ich wollte aber nicht darüber reden, wer was gemacht hat oder so. Ich habe gesagt: „Ja, Sie haben Recht, ich bin missbraucht worden.“ Mehr nicht. Das war ganz schwer für mich, das auszusprechen.

**taz: Hat sich trotzdem was verändert?**

**Dramé:** Ich wusste jetzt, was mir passiert ist. Und dass es echt war. Aber ich habe immer noch nicht verstanden, warum ich mich nicht anfasen lasse, ausflippe und aggressiv werde. Ich habe nie gewusst, was das ist. Und ich habe auch nie die Chance dazu bekommen, in keiner Psychiatrie, Tagesklinik oder Borderline-Station.

**taz: Nie?**

**Dramé:** Vor fünf Jahren war ich noch mal in einer stationären Traumatherapie. Und mit der Ärztin dort sind ganz viele Blasen aufgepoppt. Ich habe Dinge verstanden. Warum bin ich so ein Monster? Warum reagiere ich so? Ich will doch gar nicht so sein.

**taz: Sie sind wie ein Monster?**

**Dramé:** Ich bin dann total aggressiv in meiner Stimme und Sprache. Das möchten Sie nicht hören. Ich kann richtig austreten. Wenn ich getriggert bin, dann ist es vorbei, dann bin ich nicht mehr 58.

**taz: Sondern?**

**Dramé:** Da steht dann eine, die ist 15 und macht dich verbal runter. Und das kann ich richtig gut mit Worten. Dann bin ich die, die sich vor Martina stellt. Und dann kommen meine Dämonen, und die können wirklich beißen.

**taz: Ist das eine Traumareaktion?**

**Dramé:** Ja. Meine Therapeutin hat mir erklärt, dass mich das alles triggert und ich mich in meiner Reaktion immer in verschiedenen Altersstufen bewege. Dann ist das fünfjährige Kind angetriggert, dann ist die 15-Jährige angetriggert.

Weil ich, seit ich auf der Welt bin, nur traumatische Erlebnisse hatte. Die Therapeutin war manchmal sehr streng mit mir, aber hat mich wirklich verstanden.

**taz: Was hat Sie Ihnen noch alles erklärt?**

**Dramé:** Sie hat mir gezeigt, dass ich kein Monster bin. Ich bin Martina, und ich bin ein toller Mensch. Ich bin manchmal ganz schön anstrengend, das will ich gar nicht bestreiten. Aber man kann mich echt gerne haben. Ich bin kein schlechter Mensch. Ich bin einfach nur anders. Und das werde ich auch immer bleiben. Bei mir kann man nichts mehr wegtherapieren oder ein Trauma auflösen.

**taz: Wie gehen Sie mit Ihren Traumata um?**

**Dramé:** Ich wusste ja zum Beispiel, dass Sie heute vorbeikommen und wir über diese Dinge sprechen. Also habe ich heute morgen noch mal progressive Muskelentspannung gemacht. Ich muss vermeiden, in emotionalen Stress zu kommen. Das sind für uns die gefährlichsten Momente. Emotionaler Stress bringt das Borderline zum Vorschein. Und ich bin ja nicht nur Borderline, ich bin auch noch bipolar ... Obwohl: ich scheiße auf diese ganzen Diagnosen, ich bin einfach anders.

**taz: Warum haben Sie sich entschieden, Genesungsbegleiterin zu werden?**

**Dramé:** Ich hatte das Gefühl, dass es mir besser geht. Meine Sozialarbeiterin hat mir erklärt, was Genesungsbegleiter machen und sagte: „Du kannst ja gucken, ob du in die Jugendarbeit kommst, du musst ja nicht in die Psychiatrie“, und dann habe ich mich da vorgestellt.

**taz: Warum Jugendarbeit?**

**Dramé:** Ich finde, Kinder sind was ganz Tolles. Und ich weiß, wie pädophil die

ses Land ist, und wie viele Kinder hier rumlaufen, denen so was passiert. Ich habe zum Projektleiter gesagt: „Ich möchte gerne Kindern helfen und eine Stimme geben, die das sind, was ich bin, nämlich Systemsprenger.“

**taz: Haben Sie Hoffnung für diese Kinder?**

**Dramé:** Wenn die jetzt anfangen, an sich zu arbeiten, dann müssen sie nicht mit 40 so krank und kaputt durch die Welt laufen wie ich. Und so ist das gekommen, dass ich anderen Kindern helfen möchte. Oder ich spreche mit dem Jugendlichen und sage: „Ich weiß ganz genau, wie du dich gerade fühlst.“

**taz: Bringen Sie auch Ihre eigenen Erfahrungen mit in die Arbeit ein?**

**Dramé:** Wenn ich mit Jugendlichen arbeite, merke ich ganz oft, dass ich das, was da gerade passiert, kenne. Und das mache ich mir zu nutze. Ich weiß, wie sich der jetzt gerade fühlt, warum er das jetzt gerade tut. Dann sage ich es meinen Kollegen. Oder ich spreche mit dem Jugendlichen und sage: „Ich weiß ganz genau, wie du dich gerade fühlst.“

**taz: Können Sie mir etwas über das Schulprojekt erzählen, bei dem Sie mitarbeiten?**

**Dramé:** Ja. Das heißt „Verrückt, na und?“

**taz: Was machen Sie, wenn Sie in eine Klasse kommen?**

**Dramé:** Also, ich fange an und erzähle denen, was mir passiert ist. Ich bin geboren, bin ins Säuglingsheim gekommen. Ich wurde zu einer Pflegemutter geholt. Von der Pflegemutter zurück zur eigenen Mutter nach ein paar Jahren. Der Missbrauch beginnt da.

**taz: Das erzählen Sie den Schüler\*innen?**

**Dramé:** Wir haben auch lange überlegt, ob man das wirklich so mitteilt. Aber wenn wir es doch wieder alle vermeintlichen ... Es geht doch darum, dass

sie lernen, es auszusprechen. Und du kannst es nicht schönreden. Du kannst es nicht in eine Blume packen. Ich sage, dass meine Mutter mich missbraucht hat und dass meine Mutter mich verkauft hat. Also Männer haben Geld bezahlt und durften mitmachen oder zusehen oder was auch immer. Und das

”

**Es geht doch darum, dass sie lernen, es auszusprechen. Und du kannst es nicht schönreden. Du kannst es nicht in eine Blume packen**

finden die Kinder ganz schrecklich. Ich erzähl dann aber weiter.

**taz: Was erzählen Sie dann?**

**Dramé:** Wie mein Leben weitergegangen ist. Am Ende sage ich: „Es ist ganz wichtig ist, dass ihr wisst, dass es mir heute gut geht, dass ich Licht in meinem Leben habe, dass ich gelernt habe, mit all dem, was ich erleben musste, zu leben.“ Und ich habe ein schönes Leben. Ich habe zwei tolle Kinder, ich habe 'nen geilen Job, ich habe tolle Freunde. Eigentlich finde ich mein Leben schön, mein kleines Universum.

**taz: Was geben Sie den Kindern noch mit?**

**Dramé:** Ich sage ihnen: Ich erzähle euch meine Geschichte, weil ich möchte, dass ihr eure Geschichte erzählt, wenn ihr eine habt. Und dass ihr wisst: Ihr habt Lehrer, die euch helfen können. Heute habt ihr gelernt, dass es ganz viele Vereine gibt, die euch helfen können.

**taz: Gehen die Lehrer\*innen angemessen mit dem Thema um?**

**Dramé:** Auf jeden Fall. Heute gibt es Lehrer, die studieren nebenbei noch, wie man mit traumatisierten Kindern umgeht. Jedes Mal, wenn ich so ein Seminar gebe, sehe ich, was das für engagierte Lehrer sind, die wirklich was anderes wollen für ihre Kinder. Und ich möchte daran teilnehmen, ich möchte, dass die Kinder mit 20 oder 25 sagen: „Mein Leben ist wieder geil, ich habe es

überwunden, und jetzt kann ich alles werden, was ich werden will. Ich habe alle Möglichkeiten.“ Und nicht, dass die mit so viel Schmerz und mit so viel Leid rumlaufen müssen. Ich bin für die Kinder das, was ich nicht hatte.

**taz: Wie reagieren die Kinder, wenn Sie Ihre Geschichte erzählen?**

**Dramé:** Manche weinen, auch Lehrer weinen. Sie wissen auch, dass sie rausgehen können, eine Freundin mitnehmen oder so. Aber die meisten bleiben im Raum und danach dürfen sie Fragen stellen.

**taz: Welche Fragen stellen sie?**

**Dramé:** Ob ich noch Kontakt zu ihr habe. Einige geben mir ganz tolle Statements. „Boah, du bist so lustig, wir finden dich voll cool. Dass du so was erleben musstest, und ich dachte, so was gibt es nur im Fernsehen.“

**taz: Sprechen die Kinder auch über sich selbst?**

**Dramé:** Ein Kind ist gekommen und hat gesagt: „Martina, ich beiß mich. Ich muss mich immer selbst verletzen.“ Ich habe dann in der Pause gefragt, ob ich mit einem Lehrer reden kann, weil ich morgen schon wieder weg bin. Die haben auch Gott sei Dank eine Sozialarbeiterin an der Schule und jetzt wird das Kind betreut.

**taz: Kann es für Sie auch retraumatisierend sein, wenn ein Kind Ihnen von eigenen Missbrauchserfahrungen erzählt?**

**Dramé:** Nein. Das ist was anderes. Das ist nicht meine Geschichte. Das ist ihre Geschichte. Und ich habe gelernt, es nicht zu meiner zu machen. Weil es geht nicht um mich, es geht um sie. Aber wenn ich sie erlebe, dann weiß ich, warum sie so sind, weil ich es von mir selber kenne. Aber ich weiß auch, dass es nichts mit mir zu tun hat. Das ist nicht meine Geschichte. Die Kinder profitieren davon, dass ich sie besser verstehe und dass ich ihre Sprache spreche. Und dass sie auch wissen, dass ich eine von ihnen bin.

**taz: Bringt Ihnen die Arbeit auch für sich etwas?**

**Dramé:** Ja, es bringt mir immer ein bisschen mehr Heilung. Meine eigene hässliche Geschichte tut nicht mehr so weh, weil sie am Ende etwas Gutes hat. Ich weiß, dass meine Geschichte ihnen hilft, den Mund aufzumachen. Und du bist nicht alleine. Du hast so viele Möglichkeiten. Ich bin in den Sechzigern geboren, da gab es das alles nicht. Da war man schwer erziehbar, undankbar. Ich war alles, aber nicht psychisch krank.

**taz: Wie schauen Sie heute auf Ihr Leben?**

**Dramé:** Ja. Also, ich finde das traurig, wenn ich an mein Leben denke. Aber ich fühle mich jetzt gut. Ich fühle mich immer noch nicht angekommen. Aber ich mag mein Leben heute viel, viel lieber. Und ich überlebe auch nicht. Ich lebe.