

**Zeitschrift:** Frau ohne Herz : feministische Lesbenzeitschrift  
**Herausgeber:** Frau ohne Herz  
**Band:** - (1990)  
**Heft:** 27

**Artikel:** Schriftenreihe zur Selbsthilfe gegen sexuelle Gewalt  
**Autor:** Bühn, Renate / Medzeg, Gisela  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-631072>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 15.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Schriftenreihe zur Selbsthilfe gegen sexuelle Gewalt

## Aufruf an betroffene Frauen/Lesben zur Mitarbeit

von Renate Bühn und Gisela Medzeg

Die sexuelle Gewalt, die wir als Mädchen erlitten haben, überschattet unser Leben bis heute. Mögen wir auch noch so unterschiedlich sein, betroffene Frauen/Lesben und Mädchen verbindet diese eine Erfahrung: Ein Mann, mehrere Männer, zu denen wir in der Regel grosses Vertrauen hatten, die wir liebten, haben uns im Kern unseres Selbst ausgebeutet. Doch betroffene Mädchen und Frauen/Lesben verbindet genauso eine weitere Erfahrung: Mit ungeheurer Energie und Zähigkeit, mit oft unglaublicher Ausdauer und Beharrlichkeit haben wir um unser Leben, unser Überleben, unsere Selbstachtung, um einen Weg heraus aus der sexuellen Gewalt gekämpft. Wir haben häufig den Zusammenhalt der gesamten Familie gewährleistet, ohne zusammenzubrechen; wir haben die mangelnde Liebe der Mutter, vielleicht noch deren Übergriffe auf unser Leben, hingenommen und haben dennoch überlebt. In den Selbsthilfegruppen, die sich in vielen Städten der Bundesrepublik gebildet haben, wird beides deutlich: die schweren psychischen und psychosomatischen Schäden, die der sexuelle Missbrauch hinterlassen hat, aber auch der Mut und die Wut, die Widerstandskraft, die Phantasie und Intelligenz vieler Mädchen und Frauen/Lesben.

So waren es betroffene Frauen/Lesben, die das Tabu des Sprechens über das Verbrechen der sexuellen Gewalt an Mädchen gebrochen haben.

Begonnen mit der ersten Selbsthilfegruppe betroffener Frauen/Lesben in Berlin 1982, die das Schweigenbrechen in dem Schutzraum der Betroffenengruppe auch nach aussen trugen und eine erste bundesweite Infoveranstaltung zum Thema gestalteten.

Welche Lawine das bisherige Sprechen über die sexuelle Gewalt an Mädchen ins Rollen gebracht hat, zeigt der Rückblick zu diesen Anfängen und der Blick auf die heute bundesweit vorhandenen Selbsthilfegruppen, Initiativen, Anlauf- und Beratungsstellen (parteilich/feministisch arbeitend) für betroffene Mädchen und Frauen/Lesben.

*Doch obwohl wir als Betroffene bahnbrechend für das «Schweigenbrechen», wie für die ganze feministische Bewegung zum Thema sind und waren, erfahren wir durch die zunehmende «feministische Professionalisierung» in der Arbeit gegen sexuellen Missbrauch an Mädchen und Frauen vermehrt, dass uns von den Selbsthilfegruppen Handlungskompetenz abgesprochen wird, die Selbsthilfe zweitrangig bzw. keinen Stellenwert neben der beratenden und therapeutischen Arbeit hat.*

Der Zugriff der Professionellen auf dieses Thema lässt die jahre-, jahrzehntelange Stärke im Überleben nur allzuleicht verschwinden. Übrig bleiben die Klientinnen und potentiellen Klientinnen von Therapeutinnen, mögen diese sich auch feministisch nennen. Es scheint, als ob die Professionellen den betroffenen Frauen/Lesben den eigenen Weg nicht zutrauen; vielleicht wäre es besser zu sagen: nicht zuzubilligen.

Therapie bedeutet nicht nur Hilfe; sie hat auch eine gefährliche Kehrseite. Die Problematik des sexuellen Missbrauchs wird zunehmend durch Professionalisierung für die Gesellschaft handhabbar gemacht; Regeln werden aufgestellt, die die Kontrolle der Betroffenen im Auftrag der geldgebenden Institutionen und der Berufsverbände erlauben. Im therapeutischen Blick auf das Opfer verschwinden die Täter. Es geht nicht mehr darum, diese öffentlich anzuklagen und zur Rechenschaft zu ziehen, nicht mehr um die Erkenntnis, dass sexueller Missbrauch eine Form des Machtmissbrauchs ist, also einer politischen und gesellschaftlichen Antwort bedarf.

Unsere Kritik an den Professionellen richtet sich nicht an die betroffenen Frauen/Lesben, die sich für eine Therapie entschieden haben und entscheiden, weil jede Frau/Lesbe für sich am besten weiss, was sie an Unterstützung und Hilfe benötigt. Doch wenden wir uns gegen die offen ausgesprochene oder unterschwellige Vorstellung der Professionellen, betroffene Frauen/Lesben seien in jedem Fall hilflos und schwach, könnten ihren Erinnerungen und dem Wiederdurchleben von Gefühlen ohne «kompetente Person» nicht standhalten. Es scheint selbst feministischen Berufsfrauen nicht mehr vorstellbar zu sein, dass «Kompetenz» aus dem Überleben der Gewalt erwächst.

In diesem «Nicht-Erwähnen» unserer Arbeit, unseres Mutes, unserer Lebensenergien und -stärken, unserer Selbsthilfe, findet eine erneute Vereinzelung und Isolierung statt.

*Daraus entsteht bei uns zunehmend der Wunsch nach eigener Öffentlichkeitsarbeit, Selbstdarstellung, Stärkung und Selbsthilfe und der Selbsthilfebewegung nach aussen.*

Wir, betroffenen Frauen/Lesben der Selbsthilfebewegung, wollen unsere Lebensgeschichte und unser Wissen, unsere Erfahrungen und Erkenntnisse nicht länger im privaten Raum lassen. Wir wollen öffentlichen Raum schaffen für unsere Verletzungen und Schmerzen, für unsere Hilflosigkeit und unsere Probleme, aber auch für unsere Stärke, unsere Widerstandskraft, unseren Lebenswillen, unsere Wut und unseren Hass.

Erste Schritte hierzu waren der erste Selbsthilfetag 1988 in Wiesbaden, das bundesweite Selbsthilfegruppentreffen in Kiel 1989 sowie die Lesbenwoche im November 1989 in Berlin, bei der für betroffene Lesben sehr viel Platz und Raum war, sich auszutauschen und in diesem Austausch sich gegenseitig zu stärken.

In Kiel fanden sich Frauen/Lesben aus verschiedenen Selbsthilfegruppen in einer Arbeitsgruppe zu Öffentlichkeitsarbeit zusammen, um für die Zukunft Formen der gegenseitigen Stärkung und Unterstützung über solche Treffen hinaus zu entwickeln und aufzubauen.

*Eine Idee hierzu war die Konkretisierung einer bundesweiten Schriftenreihe zur Selbsthilfe, einer Schriftenreihe, in der betroffene Frauen/Lesben zu Wort kommen können und sollen, gleichgültig, ob sie in Selbsthilfegruppen arbeiten, allein mit ihren Schwierigkeiten fertig zu werden versuchen, in Therapie sind oder nicht oder ob sie als betroffene Berufsfrauen im Spannungsfeld stehen zwischen eigenem Erleben und den Anforderungen des Arbeitsplatzes. Wir wollen die Frauen/Lesben der Selbsthilfebewegung ermutigen, das Thema der sexuellen Gewalt auf vielfältige Weise aufzugreifen, indem wir über die Aktivitäten aus einzelnen Städten berichten, über die von Gruppen erarbeiteten Wege, sich der Öffentlichkeit, der Frauenöffentlichkeit mitzuteilen, über ihre Formen der Darstellung und Selbstdarstellung. Wir wollen dem Erfahrungsaustausch der Gruppen untereinander Raum geben und Probleme betroffener Frauen/Lesben benennen, die bisher nicht öffentlich erörtert wurden, z.B. die Mühen mit Ausbildung und Erwerbsarbeit. Wir wollen Mut machen, sich dem Thema zu stellen: durch Erfahrungsberichte, Gedichte, Bilder. Wir wollen betroffene Frauen/Lesben zum politischen und gesellschaftlichen Handeln anregen.*

*Denn in einer Gesellschaft, die zur Aufrechterhaltung der patriarchalen Herrschaftsverhältnisse die sexuelle Ausbeutung von Mädchen und Frauen/Lesben legiti-*

*miert, ist der ständige Widerstand unsere einzige Chance, weiteren Grenzverletzungen, Übergriffen und Lebensschädigungen ein Ende zu setzen.*

*Die Schriftenreihe wird so an sich eine wichtige Form der Selbsthilfe, des Schweigenbrechens und Lebensmutes für uns sein.*

Wir freuen uns auf Eure Beiträge.

Anfragen an:

**Wildwasser Darmstadt  
z.Hd. von Renate Bühn**  
Ernst-Ludwig-Strasse 9  
BRD-6100 Darmstadt  
Tel. 0049 06151/28871

**Delfina Frauen\***

\* Frauen, die als Kinder sexuell ausgebeutet/missbraucht wurden, zeigten ihre Bilder, Texte oder andere Ausdrucksformen, die bei der Verarbeitung entstanden sind, in einer Ausstellung. Sie war im Frauenstock (Kanzlei-Quartierzentrum) im September für Frauen geöffnet. Parallel fanden Veranstaltungen statt.

Kontakte: BOA-Infostelle  
Tel. 01 242 98 44 (Mo + Fr 17-19 Uhr)  
Frauenzentrum  
Tel. 01 272 85 03 (Di-Fr 14-19 Uhr)

**Sexuelle Ausbeutung von Kindern und Jugendlichen  
Wo Hilfe holen?**

**Region Zürich**

Elternnotruf Zürich	01 363 36 60
Schlupfhus Zürich (10-18 jährige)	01 251 06 11
Sorgentelefon für Kinder Zürich	01 261 21 21 47 21 21
Frauenhaus Zürich	01 363 22 67
Frauenhaus Winterthur	052 23 08 78
Nottelefon für vergewaltigte Frauen Zürich	01 271 46 46
Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst Zürich	01 251 50 60
Kinder- und Jugendpsychiatrischer Dienst Winterthur	052 23 96 78
Kinderspital Zürich	01 259 71 11
Kinderklinik Winterthur (Dr. U. Hunziker)	052 82 21 21
Team Selbsthilfe Zürich (Di und Fr)	01 252 30 36
WEN-DO Selbstverteidigungskurse für Frauen. Für Information und Anmeldung Freitag 14-17 Uhr	01 272 88 28

Zürcherischer Verein  
zur Prävention sexueller  
Ausbeutung von Mädchen und Jungen  
Postfach 409  
8042 Zürich

PC 80-30524-6

