

# Gelähmt – wie im schlimmsten Al

Wenn sich eine Frau bei einem sexuellen Übergriff nicht wehrt, hat sie vor Gericht kaum Chancen, Recht zu erhalten. Dabei geraten 70 Prozent in eine biologisch bedingte Schockstarre, bei der sie nicht einmal mehr schreien können. Drei Betroffene berichten.

**Annika Bangerter**

*Es kam mir ewig vor. Als er meine Handgelenke packte und mich runterdrückte, konnte ich noch sprechen. Ich sagte ihm: Nein, ich will das nicht. Mehrfach. Wut kam in mir hoch, weil er mein Nein nicht akzeptierte. Ich wollte schreien, konnte aber nicht. Ich weiss noch, wie ich dachte: Das passiert jetzt nicht, ich will das nicht. Dann versagte die Logik. Meine Hände begannen zu kribbeln und mein Körper wurde schwach. Es fühlte sich an, als ob ich plötzlich sehr hohes Fieber hätte und nicht mal mehr die Kraft dazu hätte, eine Tasse Tee zu halten. Es war wie in einem Traum: Ich spürte und wusste, dass es mein Körper ist, an dem er sich vergeht, aber ich konnte nicht einschreiten und ihn stoppen.*

Opfer von Vergewaltigungen schildern oft Ähnliches wie Katrin\*, der es als 20-Jährige in der Wohnung ihres Dates passiert ist. Wenn die Täter sie an intimen Stellen anfassen oder das «Nein» ignorierten, fühlen sich die Frauen wie gelähmt. Weshalb haben sie nicht geschrien, gekratzt, gebissen oder dem Mann ihr Knie zwischen die Beine gerammt? Solche Fragen bekommen die Betroffenen im Nachhinein häufig gestellt. Die meisten Menschen gehen davon aus, dass bei einer Vergewaltigung der Körper sich instinktiv wehrt. Auch Katrin wurde von einer Staatsanwältin gefragt, wieso sie nicht aufgestanden sei, als er sich kurz wegdrehte, um nach dem Gleitgel in der Kommode zu greifen. «Ich wusste keine Antwort. Alles, was ich dazu sagen konnte, war: Ich kann es mir selber nicht erklären, ich lag da und war erstarrt», sagt Katrin.

Die Reaktion ihres Körpers ist keine Seltenheit. Im Gegenteil: Die Mehrheit der Frauen kann bei einer Vergewaltigung keinen Widerstand leisten. Das belegte 2017 eine Studie des Karolinska-Instituts in Schweden. Von rund 300 vergewaltigten Frauen gaben 70 Prozent an, dass sie während des Übergriffs eine tonische Immobilität erlebt hatten. Umgangssprachlich spricht man von einer Schockstarre. Die Muskeln sind kurzzeitig gelähmt, die Wahrnehmung verändert.

*Es war ein Mann, den ich mehrfach getroffen hatte, auch bei ihm zu Hause. Ich hat-*

*te Gefühle für ihn. Als er sich über mein Nein hinwegsetzte, war das ein Schock. Ich realisierte: Diesen Menschen kenne ich nicht. Plötzlich schien alles möglich: Ich hatte panische Angst. Das Einzige, woran ich denken konnte, war: Ich will nicht sterben. (Katrin\*)*

Wieso werden bei einem sexuellen Übergriff nicht sämtliche Widerstandskräfte mobilisiert? Maggie Schauer leitet das Kompetenzzentrum für Psycho-traumatologie an der Universität Konstanz. Sie hat ein Modell entwickelt, das den Shutdown des Körpers bei einem traumatischen Erlebnis beschreibt. Es beginnt mit der sogenannten Orientierungsreaktion. Wer stark erschrickt, friert die Bewegung kurz ein und richtet die ganze Aufmerksamkeit auf die bedrohlichen Signale. Wie ein Fuchs im Scheinwerferlicht des Autos. «Diese Reaktion lässt sich bei allen Wirbeltieren beobachten – und auch beim Menschen», sagt Schauer. Etwa, wenn ein Mann zudringlich wird. Es ist eine erste Erstarrung, die sich rasch auflöst.

Die Evolution kennt zwei Auswege aus der Situation: Flucht oder Kampf. Zu diesem Zeitpunkt kann das Wissen aus Selbstverteidigungskursen noch angewandt werden. Es ist hilfreich, wenn man bereits früher einmal geübt hat, seine Grenzen aufzuzeigen. «Die eigene Lerngeschichte spielt in diesem Moment eine grosse Rolle. Durch die Sozialisierung fällt es gerade Frauen schwer, sich zu wehren. Sie haben in der Regel stärker als Männer verinnerlicht,

**«Der Körper hat sekun-denschnell entschieden, dass durch eine Aktion nichts mehr erreicht werden kann.»**

**Maggie Schauer**  
Psychotraumatologin

angepasst und nicht dominant-aggressiv zu sein», sagt Schauer.

Neben Flucht oder Kampf kennt die Biologie aber auch eine dritte Reaktion: das Einfrieren. In der Fachsprache heisst das dissoziativer Stupor. «Ist die Überwältigungssituation bereits da, schaltet der Körper in den nächsten Modus. Er erstarrt. Bei einem sexuellen Übergriff kann dies durch die Nähe des Angreifers oder dessen erste Berührungen erfolgen», sagt Schauer.

Schreien, strampeln, schlagen: Das ist dann nicht mehr möglich. Die Biologie übernimmt. Auch im Gehirn. Der Thalamus ist dort zuständig, welche Informationen ins Bewusstsein geleitet werden. Tritt die Schockstarre ein, leitet er immer weniger Empfindungen weiter. Die Folge: Die Opfer hören Geräusche nur noch aus der Ferne, nehmen die Umgebung verschwommen wahr, und eine grosse Schwere umhüllt sie. «Es ist, als ob sich der Körper sensorisch aus der Wirklichkeit verabschiedet», sagt Schauer. Das kann bis zur Ohnmacht führen.

*Es geschah vor zwei Jahren. Ich war mit meinem besten Kollegen unterwegs, als ein Bekannter von ihm dazusties. Als ich gehen wollte, sagte er, er müsse in die gleiche Richtung wie ich. Er schaue, dass ich sicher nach Hause komme. An der Bushaltestelle war der letzte Bus bereits weg. Ich blickte auf den Fahrplan, als er mich umdrehte und küsste. Als er meine Hosen runterschob, zog ich sie wieder hoch und sagte ihm, dass ich das nicht will. Er machte einfach weiter. Ab diesem Moment war ich wie betäubt und konnte nicht mehr sprechen. Es war ein Zustand wie auf Drogen. Ich war innerlich weggetreten und habe der Vergewaltigung von aussen zugegesehen. (Janine\*)*

Dies sei eine typische biologische Reaktion, sagt die klinische Psychologin Maggie Schauer: «Der Körper hat sekun-denschnell entschieden, dass durch eine Aktion nichts mehr erreicht werden kann. Es geht nur noch ums Überleben. Das heisst: eine starke Verletzung des Gewebes, der Organe oder der Blutgefässe zu verhindern.» Auch Wut und Widerstand werden ausgeschaltet, was entsprechend als lähmend empfunden wird. Dies ist eine Schutzmass-



In der Schockstarre sind die Muskeln kurzzeitig gelähmt, und die Wahrnehmung ist verändert. Wut und Widerstandskraft sind ausgeschaltet. Bild: Shutterstock

nahme, um die Aggressivität beim Angreifer nicht weiter zu steigern.

Das Phänomen des Dissoziierens – dem innerlichen Wegtreten – ist seit dem Mittelalter bekannt. In den Hexenprozessen hiess es, es sei ein Geschenk des Teufels, wenn die Frauen bei den Folterungen wegdrehten. Im Tierreich ist zudem die Erstarrung gut erforscht. Bereits Darwin beschrieb die tonische Immobilität. Später wurde mit Elektroschocks untersucht, wie rasch Tiere in die Erstarrung fallen. «Das Wissen ist bei Verhaltensforschern und Neurobiologen vorhanden. Weniger bei Entscheidungsträgern und Juristen», sagt

Schauer. Die schweizerische Rechtsprechung kennt diese Lähmung nicht. Damit der Tatbestand einer Vergewaltigung erfüllt ist, muss der Täter rohe Gewalt ausgeübt haben, das Opfer bedroht oder unter psychischen Druck gesetzt haben. Wer sich jedoch über ein «Nein» hinwegsetzt, macht sich nicht strafbar. Dieses Gesetz wird momentan intensiv diskutiert. Zwar anerkennen die Gerichte oft, dass die sexuellen Handlungen gegen den Willen der Frauen vorgenommen wurden. Die Täter kommen dennoch davon. Das zeigt eine unveröffentlichte juristische Studie, in deren Rahmen Einstellungsver-

## «Die Gerichte verstehen zu wenig von Psychotraumatologie, das ist ein riesiges Problem»

Kennt die Justiz die Schockstarre bei Vergewaltigungen? Ein Traumatologe sieht Ausbildungsmängel.

Von sechs angefragten Staatsanwaltschaften und Obergerichten in der Deutschschweiz wollte zum Phänomen der Schockstarre niemand Auskunft erteilen. Den Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie in Bern, Jan Gysi, überrascht das nicht. Er hat sich auf Traumatherapie spezialisiert und kennt das Phänomen, dass sich Opfer während der Tat manchmal wie von aussen beobachten. Dies sei nicht nur in der Rechtsprechung zu wenig bekannt.

**Die Staatsanwaltschaften in den Kantonen Aargau und Zürich sagten immerhin, die Schockstarre, auch «dissoziativer Stupor» oder «Freeze» genannt, sei bekannt.**  
*Jan Gysi:* Bekannt ist dies schon, aber sie wissen bei einer Einvernahme nicht, wie nachfragen.

**Wie meinen Sie das?**  
Polizisten oder Richter müssten fragen: Wann begann das Erstarren während

einer Vergewaltigung, woran haben Sie das bemerkt, was nahmen Sie danach als Erstes wieder wahr?

**Wenn die Justiz das Phänomen kennt, wie kann es dann sein, dass eine Staatsanwältin eine Frau fragt, warum sie nicht geflüchtet sei, als der Mann nach Gleitgel griff?**

Die Gerichte verstehen zu wenig von Psychotraumatologie, das ist ein riesiges Problem.

**Warum werden Richter und Polizisten darin nicht ausgebildet?**

Der Schwerpunkt bei der Ausbildung von Polizisten liegt zu einseitig in der Aussagepsychologie, also im Entdecken von Lügen: Zum Beispiel, ob jemand einen Vorfall stringenter erzählt. Doch ein Trauma führt oft zu einer sogenannten Zeitgitterstörung. Ein Opfer braucht dann mehrere Nächte mit REM-Schlaf, bis das chronologische Erzählen wieder möglich ist. Eine

nicht-kohärente Erzählung kann also auf eine Lüge hindeuten – oder auch auf ein schweres Trauma.

**Psychologen müssten es erkennen.**  
Ja, aber nicht einmal in der Psychotherapie ist die peritraumatische Dissoziation gut bekannt. Was zur Folge hat, dass sie in den Berichten an das Gericht schlecht beschrieben wird.

**Das Problem liegt also nicht nur bei den Richtern.**

Nein. Und auch Hausärzte und Gynäkologen oder Sozialarbeiter müssten das Phänomen besser kennen. Denn es ist wichtig, Traumatisierte früh und richtig zu behandeln, damit später keine Krankheiten entstehen. Das muss die Gesellschaft interessieren, denn es erhöht die Gesundheitskosten.

# btraum



*aber ich wollte ihm keine Unprofessionalität unterstellen. Obwohl ich mich rasch nicht mehr wohl fühlte, redete ich mir zu, ich würde seine Berührungen falsch interpretieren und solle nicht übertreiben. Als ich sein Gesicht in meinem Schambereich spürte, war es zu spät. Ich fühlte mich wie hypnotisiert. Mein Körper war starr, Tausende von Gedanken rauschten durch meinen Kopf, ich bekam aber keinen davon zu fassen. Sonst habe ich eher eine grosse Klappe, sage, was ich denke. In diesem Moment brachte ich keinen Ton mehr raus. Es war, als ob mich eine Blase eingeschlossen hätte. (Nathalie\*)*

Was bleiben für Erinnerungen, wenn die Tat nur noch durch Nebel wahrgenommen wird? «Es gibt Opfer, die sagen, dass sie sich an nichts erinnern können. Das liegt daran, dass traumatische Erfahrungen an einem anderen Ort im Gedächtnis gespeichert werden, als nicht-traumatische Erlebnisse», sagt Rosmarie Barwinski, Leiterin des Schweizer Instituts für Psychotraumatologie. Die Erinnerungen können reaktiviert werden: Ein Geruch wie ein Rasierwasser oder ein Geräusch reicht, um erneut in den traumatischen Zustand katapultiert zu werden. «Das Einfrieren ist eine Überlebensstrategie, die sich später verselbstständigt und einem das Leben schwer machen kann», sagt Barwinski.

Mit therapeutischer Hilfe lässt sich jedoch oft die Kontrolle über die Erinnerung und somit auch über die Flashbacks zurückgewinnen. Ist das Trauma nicht aufgearbeitet, kann es zu Verhaltensstörungen kommen. Schwer traumatisierte Vergewaltigungsoffer, die oft in den Erstarrungsmodus rutschen, beginnen, sich mitunter zu ritzen. Dieses Verhalten trifft Maggie Schauer wiederholt an: «Die Patientinnen fügen sich selber Verletzungen zu, um so den Shutdown einzuleiten und aus der massiven Angst rauszukommen. Je mehr traumatische Erlebnisse, umso eher treten dissoziative Reaktionen ein.»

Auch Janine kämpft nach ihrer Vergewaltigung mit Erstarrungsmomenten: «Das passiert in unterschiedlichen Situationen: Wenn mich im Zug aus Versehen jemand berührt – oder beim Sex.» Die Strafverfahren von Katrin und Janine wurden eingestellt. Dies, weil wie vom Gesetz verlangt, keine rohe Gewalt, Bedrohung oder psychischer Druck vorlag. Somit lag kein Strafbestand vor. Das Verfahren von Nathalie läuft noch.

\*Name geändert

Betroffene von sexueller Gewalt finden Hilfe unter: [opferhilfe-schweiz.ch](http://opferhilfe-schweiz.ch)

fügungen untersucht wurden. Sie liegt dieser Zeitung vor.

Mit-Autorin Agota Lavoyer unterstützt bei der Berner Opferhilfestelle Lantana Betroffene, die sexuelle Gewalt erlebt haben. Bei den Strafverfolgungsbehörden sei zwar das Phänomen des körperlichen Einfrierens teilweise bekannt, sagt sie. Aber: «Es fehlt das Wissen, dass bereits das Überschreiten der sexuellen Grenze eine solche Schockstarre auslösen kann – auch wenn der Täter nicht gewalttätig ist.» Vielmehr werde davon ausgegangen, dass die Opfer Widerstand leisten und sich wehren können und sollten. Lavoyer

er kritisiert Vergewaltigungsmysmen. Weit verbreitet ist etwa die Vorstellung des Täters, der nachts an einer menschenleeren Strassenecke Frauen anfällt. «Solche Taten stellen eine Minderheit dar. Die meisten Opfer kennen den Täter. Somit müssen die meisten keine Gewalt anwenden, da sie das Vertrauensverhältnis und die Überforderung des Opfers ausnutzen», sagt Lavoyer. So war es auch in einem schicken Schweizer Hotel, wo ein sexueller Übergriff bei einer Massage stattfand:

*Ich fand es befremdend, als der Masseur das Badetuch von meinem Körper schob,*

**Per Gesetz muss der Täter einen Widerstand überwunden haben, um strafbar zu sein, es genügt kein «Nein».**

Dabei können die Opfer oft nicht schreiben, weil im Schockzustand die Atmung abflacht.

**Dann könnte man vielleicht nicht mal «Nein» sagen?**

Genau. Für mich kommt daher nur die schwedische Gesetzesregelung in Frage: «Ja, heisst ja». Vor dem Sex muss sich der Mann rückversichern. Unser heutiges Strafrecht übergibt die volle Verantwortung der Frau, sie muss sich wehren.

**Viele Männer fürchten, dass es nach einer Gesetzesänderung zu mehr Falsch-Anzeigen käme.**

Man geht heute davon aus, dass maximal 10 Prozent aller Anzeigen bei sexuellen Verbrechen Falschanschuldigungen sind. Das ist immer noch viel. Doch eine andere Zahl sollte uns mehr zu denken geben: Nur 1 bis 3 Prozent aller Sexualstraftäter werden verurteilt.

**Könnte ein strengeres Gesetz etwas ändern daran?**

Vielleicht. Erwiesen ist, dass sich Täter nicht von einem höheren Strafmass abschrecken lassen, sondern vom Risiko, überführt zu werden. Heute muss ein Opfer viele Hürden überwinden, weil vom Umfeld oder bei der Einvernahme unsensible oder vorverurteilende Fragen gestellt werden. Und manche Frauen reden aus Scham gar nie darüber.

Sabine Kuster



Jan Gysi therapiert Opfer von sexueller Gewalt und macht Weiterbildungen für die Justiz. Bild: zvg

## Subventions-Trickserei auch bei BLS und SBB

Wie bei Postauto wurden missbräuchlich Gelder bezogen. Die Millionen sollen zurückbezahlt werden.

Samuel Thomi

Die BLS, die SBB sowie Besitzer von Anschlussgleisen für den Schienengüterverkehr haben in den letzten Jahren teilweise zu hohe Subventionen bezogen. Das hätten Abklärungen der betroffenen Besteller und Unternehmen im Nachgang zur «Postauto-Affäre» ergeben. Wie das Bundesamt für Verkehr (BAV) am Freitag mitteilt, wollen die Kantone und der Bund als Besteller der Leistungen im öffentlichen Verkehr sowie die betroffenen Unternehmen die Fälle nun im Detail aufarbeiten.

Konkret haben demnach die BLS und ihre Tochtergesellschaft Busland in den Jahren 2011 bis 2018 bei Offerten für Leistungen im regionalen Personenverkehr zu tiefe Erlöse aus dem bernischen Tarifverbund Libero eingerechnet. In der Folge zahlte der Bund, der Kanton Bern sowie die weiteren mitbetroffenen Kantone zu hohe Abgeltungen. Mit der BLS ist laut BAV eine Vereinbarung zur Rückzahlung von 43,6 Millionen Franken abgeschlossen worden.

Letztes Jahr hatte das BAV bei der BLS bereits ein fehlerhaftes Zinsglättungsmodell entdeckt und eine Rückzahlungsvereinbarung über 30 Millionen Franken abgeschlossen. Angesichts der Mängel verlangen nun Bund und Kanton Bern am Freitag von der zweitgrössten Bahn des Landes, die Kontrollen und Steuerung in den Subventionsbereichen grundlegend zu überprüfen. Der Verwaltungsrat der BLS habe die entsprechenden Aufträge bereits erteilt, schreibt das BAV. Zudem prüfe bereits die Eidgenössische Finanzkontrolle bei der BLS die korrekte Verbuchung von Kosten und Erträgen in den subventionierten Sparten.

Bei der Verteilung der Einnahmen aus dem Zürcher Tarifverbund hat die SBB vor Jahresfrist selber einen Fehler

entdeckt und die Besteller darüber informiert. Dies bestätigt das BAV auf Anfrage. Demnach wurden unter anderem die Einnahmen für die Jahre 2012 bis 2019 nicht korrekt zwischen dem eigenwirtschaftlichen Fernverkehr und dem subventionierten Regionalverkehr aufgeteilt.

Mit weiteren Unstimmigkeiten, die sich zu Gunsten der SBB auswirkten, führte dies laut BAV unter dem Strich zur ungerechtfertigten Belastung des regionalen Personenverkehrs von 7,4 Millionen Franken. Diese Summe werde die SBB zurückzahlen, teilte das Bahnunternehmen am Freitag mit. Das BAV wiederum fordert die SBB auf, die Verteilung der Einnahmen in den Tarifverbänden zu vereinfachen. «Es bestehen keinerlei Hinweise auf Bereicherungsabsichten», sagt BAV-Sprecherin Olivia Ebinger zu den ungerechtfertigten Subventionsbezügen von SBB und BLS.

**Anschlussgleise: Bundesanwaltschaft wird eingeschaltet**

Firmen im ganzen Land investieren jeweils in Anschlussgleise, damit Güterwagen vom öffentlichen Netz direkt aufs private Firmengelände fahren können. Der Bund leistet daran Finanzhilfen. Werden die Gleise nicht wie vereinbart genutzt, fordert das BAV Investitionsbeiträge anteilmässig zurück. Nun gibt es Anzeichen, dass die Transportmengen in nicht korrekt registriert und dadurch Rückforderungen nicht wie vorgesehen abgeklärt wurden. Das BAV hat die Bundesanwaltschaft eingeschaltet. Der Schaden dürfte nach ersten BAV-Schätzungen jedoch in der Grössenordnung eines tiefen einstelligen Millionenbetrages liegen.

Auch die Verkehrsbetriebe Luzern müssen gemäss «Blick» 16 Millionen Franken an den Luzerner Verkehrsverbund zurückzahlen, weil sie zuviel Gelder bezogen haben.

## Bund unterstützt 16 Projekte zur Verhinderung von Radikalisierung

Städte, Kanton und zivilgesellschaftliche Organisationen beteiligt.

**Prävention** Der Bund kämpft seit 2017 mit einem nationalen Aktionsplan gegen Radikalisierung und gewalttätigen Extremismus. Dieses Jahr werden 16 Projekte mit rund einer Million Franken unterstützt.

Im Rahmen der zweiten Ausschreibung, die bis Ende Juni 2019 dauerte, gingen bei der Geschäftsstelle Sicherheitsverbund Schweiz zahlreiche Gesuche sowohl von kantonalen und kommunalen Behörden als auch von zivilgesellschaftlichen Organisationen ein. Diese Anträge um finanzielle Unterstützung haben den vorgesehenen Betrag von einer Million Schweizer Franken beträchtlich überschritten.

Nach dem Prozess der Priorisierung wurden die sechzehn Anträge, davon drei von Städten, vier von Kantonen, sieben von zivilgesellschaftlichen Organisationen und zwei von Universitäten, bewilligt. Sie wurden gemäss Mitteilung des Bundesrates nach den folgenden Kriterien beurteilt: Projektlaufrzeit, substanzielle Weiterentwicklung oder Weiterführung bestehender Projekte oder Programme, konkrete

Umsetzung einer Massnahme des nationalen Aktionsplanes, Multiplikationseffekt oder Vorbildcharakter des Projekts und sein Ziel (dass es nicht nur die Bekämpfung von religiöser Radikalisierung zum Inhalt hat) und schliesslich die Berücksichtigung des Subsidiaritätsprinzips. Zudem müssen Projekte von zivilgesellschaftlichen Organisationen in enger Zusammenarbeit mit den Behörden realisiert werden.

**Letztes Jahr wurden neue Projekte unterstützt**

Gemäss Bundesrat müssen die Projekte, die in den Genuss der Gelder kommen wollen, die Verhinderung und Bekämpfung von Radikalisierung und gewalttätigem Extremismus zum Ziel haben. Sie sollten der Sensibilisierung, Information, Wissensvermittlung, Beratung, Weiterbildung dienen.

Im vergangenen Jahr wurden laut Mitteilung neun Projekte unterstützt. Gesuche für die nächste Runde von Fördergeldern aus dem Bundestopf können ab dem 1. April eingereicht werden. (gb)