

Das Fallbeispiel entspricht Erlebnissen, wie sie Betroffene in den Beratungsgesprächen der Beratungsstelle Frauennotruf Frankfurt geschildert haben. Um die Klientinnen zu schützen, wurden alle Vorfälle verfremdet. Alle auftauchenden Personen sind frei erfunden.

Verfasserin: Antje Lang-Lendorff

Heimliche Not

*Marie hat eine gute Partie gemacht, denken die anderen: Christof verdient viel, Marie kümmert sich Zuhause um die zwei Söhne. Doch ihr Mann kontrolliert ihr Leben, er demütigt sie und droht ihr, wenn sie alleine sind. Lange weiß Marie nicht, wie sie da herauskommen soll**

An einem sommerlichen Nachmittag versucht Marie dann doch, ihr Leben zu ändern. Die Jungen, fünf und acht Jahre alt, sind bei Freunden. Marie hat gerade die Rhododendren gegossen, jetzt sitzt sie – eine blonde füllige Frau – auf der Bank hinten im Garten. Während sie auf ihren Mann wartet, betrachtet sie das Haus, groß und weiß mit Erker, daneben der Teich mit Schilf. Rechts schließt sich die Doppelgarage an, daran hängt der Basketballkorb der Kinder.

Ein perfektes Zuhause für eine Familie. Und doch kommt Marie dieses Bild falsch vor, wie eine Tapete, die man jederzeit herunterreißen könnte, unter der die nackte, dreckige Wand zum Vorschein käme.

Kies knirscht in der Auffahrt, ihr Mann läuft in dunklem Anzug in den Garten. „Was ist denn mit dir los, hast du wieder geheult?“ fragt er. „Christof, ich kann so nicht weitermachen“, sagt Marie. Es wundert sie selbst, wie kläglich das klingt. Die Miene ihres Mannes verfinstert sich. „Jetzt reiß dich mal zusammen. Du hast doch alles, was du brauchst, was willst du denn noch?“ Marie versucht es noch einmal. „Aber vielleicht wäre es doch besser, wir würden uns trennen.“ Christof starrt sie an. Mit gepresster Stimme sagt er: „Wenn du das tust, nehme ich dir die Kinder weg. Und das Haus.“ Marie schluchzt auf. Die Kinder zu verlieren, das würde sie nicht ertragen.

Dabei hatte alles so gut angefangen. Frankfurt, 2004. Marie studiert Betriebswirtschaftslehre, eine fröhliche junge Frau Mitte 20. Sie besucht ihre Kurse, macht die notwendigen Scheine. Besonders ehrgeizig ist sie nicht. Sie trifft sich viel mit Freundinnen, gemeinsam gehen sie ins Fitnessstudio oder quatschen bei einem Kaffee. Zwei Mal die Woche krault Marie im Schwimmbad 2.000 Meter. Im Studentenwohnheim malt sie Aquarelle von Landschaften, dabei kommt sie zur Ruhe.

Marie ist im fünften Semester, als ihr ein Mentor zugeteilt wird, Christof. Die anderen aus der Gruppe sagen, er sei ein Langweiler. Marie findet das nicht, sie mag seine ruhige Art. Wenn sie zusammen durch die Uni laufen, hält er ihr die Türen auf. Wenn sie etwas nicht versteht, erklärt er es ihr, ohne belehrend zu sein. Sie fühlt sich wohl mit ihm.

Bald sind sie ein Paar. Christof sitzt viel in der Bibliothek, er will einen guten Abschluss machen. Abends gehen sie zusammen ins Kino oder essen beim Italiener. Marie nimmt Christof im Sommer mit ins Freibad. Er findet es am schönsten, wenn sie in seiner kleinen Wohnung zu zweit auf dem Sofa liegen und einen Film schauen.

Nach der Uni geht plötzlich alles ganz schnell. Christof findet einen Job in einem internationalen Unternehmen im Rhein-Main Gebiet. Marie zieht zu ihm, sie heiraten. Drei Monate später ist Marie schwanger. Das Studium hat sie abgeschlossen. Aber lohnt es sich, vor der Geburt des Kindes noch anzufangen zu arbeiten? „Schon dich lieber und bleib zu Hause, ich verdiene doch genug für uns beide“, sagt Christof.

Im Herbst 2006 kommt Tim auf die Welt. Maries Zeit ist gefüllt mit Stillen, Wickeln, Schmusen, Schlafen. Tim ist ein pflegeleichtes Kind, Marie fühlt sich gut als Mutter. Bald unternimmt sie mit dem Kinderwagen Ausflüge. Manchmal trifft sie Bekannte auf einen Kaffee, aber die meisten arbeiten tagsüber, sie haben noch keine Kinder. Abends kommt Christof nach Hause, zu dritt kuscheln sie sich ins Ehebett, eine kleine glückliche Familie, denkt Marie.

Doch es gibt schon in dieser Zeit Dinge, die ihr komisch verkommen. Ein halbes Jahr nach der Geburt will Marie wieder ins Schwimmbad, ihre Bahnen kraulen. Nach der Schwangerschaft verlangt ihr Körper geradezu nach Sport. Sie bittet Christof, einen Abend in der Woche den Kleinen ins Bett zu bringen. Er sträubt sich dagegen. Anfangs glaubt Marie, er traue sich die Betreuung des Babys alleine nicht zu. Aber das ist es nicht. Christof sagt: „Sei nicht so egoistisch. Du hast doch jetzt ein Kind, also kümmere dich auch darum. Immerhin verdiene ich schon das Geld.“ Die wenigen Male, die Marie im Schwimmbad ist, hat sie immer das Gefühl, sich beeilen zu müssen. Da lässt sie es lieber ganz.

Tim wird größer, Marie geht viel auf Spielplätze. Irgendwann fällt ihr auf, dass sie seit Monaten keine Freundinnen mehr gesehen hat. Sie will sich verabreden. Aber Christof findet auch das nicht gut. Wieder sagt er, sie solle eine gute Mutter und Ehefrau sein, sie dürfe Tim nicht vernachlässigen.

Marie weiß, dass das Quatsch ist, schließlich kümmert sie sich den ganzen Tag um den Kleinen. Trotzdem lassen sie Christofs Vorwürfe nicht kalt. Maries eigene Mutter war berufstätig und alleinerziehend, sie hatte oft keine Zeit für ihre Tochter. Marie will es bei Tim unbedingt besser machen. Aber sie will auch ihre Freundinnen nicht verlieren. Sie verabredet sich, mit schlechtem Gewissen.

Ein Freitagabend im Sommer, Tim ist fast zwei Jahre alt. Christof soll um 18.30 Uhr zu Hause sein, so ist es ausgemacht. Aber er kommt nicht. Marie hat sich schon schick gemacht, sie füttert Tim. Sie zieht ihm den Schlafanzug an, singt ihm ein Gutenachtlied. Immer wieder schaut sie dabei auf die Uhr. Christof kommt nicht.

Um 21 Uhr hört sie den Schlüssel im Schloss. „Entschuldige, wir hatten noch eine wichtige Telefonkonferenz“, sagt er und zieht stöhnend seine Schuhe aus. Jetzt lohnt es sich nicht mehr, in die Innenstadt zu fahren. Enttäuscht schickt Marie den Freundinnen eine Nachricht: „Es tut mir furchtbar leid, aber das wird heute nichts, Familienstress“.

Hat Christof das absichtlich gemacht? Marie will es erst nicht glauben. Aber auch beim zweiten Versuch, sich zu verabreden, kommt Christof zu spät nach Hause. Sie streiten sich furchtbar deshalb. Beim dritten Versuch klappt es wieder nicht. Schweigend geht Marie ins Bett.

Sie nimmt sich vor, die Freundinnen tagsüber zu treffen. Sie sagt sich, dass Tim größer wird und dass dann alles wieder leichter ist.

Christof arbeitet viel in dieser Zeit. Er gilt in der Firma als zuverlässig und gewissenhaft, er scheut trotz Familie keine Überstunden und Dienstreisen. Bald wird er befördert. Christof und Marie nehmen einen Kredit auf, in einem neuen Vorort bauen sie ein Haus.

2009 bringt Marie ihren zweiten Sohn auf die Welt, Leon. Er schreit viel und wacht nachts häufig auf. Die Zeit mit den zwei kleinen Kindern ist anstrengend. Marie und Christof klären abends nur das Nötigste. Sie wohnen jetzt prächtig, aber Christofs Zuneigung spürt Marie in dieser Zeit nicht mehr. Wahrscheinlich haben wir einfach keine Kraft dafür, wegen der Kinder, denkt Marie.

Doch dann beginnt etwas, was sie nicht für möglich gehalten hätte. Christof hänselt sie. Marie hat während der zweiten Schwangerschaft stark zugenommen. Den Speck um Hüfte und Bauch, die weichen Oberschenkel wird sie nach der Geburt nicht mehr los. Auch, weil sie überhaupt keinen Sport mehr treibt.

Christof findet das abstoßend. „Du lässt dich gehen“, nörgelt er. „Achte doch auch mal auf dein Äußeres“, solche Kommentare macht er jetzt häufiger, abends, wenn die Kinder schlafen. Einmal stößt sie im Gang aus Versehen gegen ihn. „Eh, fette Kuh, pass doch auf“, zischt er. Sie bleibt stehen, sprachlos. Hat er das wirklich gesagt? Als sie zu weinen beginnt, schaut er sie nur mit noch größerer Verachtung an.

Wo ist unsere Liebe hin?, fragt sich Marie.

Von außen sieht alles perfekt aus, die Kinder, die Autos, das Haus. Wenn sie unterwegs sind, in der Stadt, hält Christof ihr immer noch die Türen auf. Bei Elternabenden oder Einladungen funktionieren sie. Den Schein zu wahren, das ist Christof wichtig. Das Wichtigste, wie Marie inzwischen glaubt.

Aber zu Hause kann sie es ihm nicht recht machen. Manchmal, wenn er etwas Gehässiges gesagt hat, meint sie, ihm die Genugtuung anzumerken. Je schlechter es ihr geht, desto zufriedener wirkt er. Marie hat inzwischen fast Angst vor dem Moment, in dem er von der Arbeit kommt.

Sie versucht, sich ihre Verletztheit nicht anmerken zu lassen. Aber die Selbstzweifel sind stark, vor allem nachts, wenn sie wach liegt und grübelt. Warum sollte Christof sie auch besser behandeln, denkt sie. Sie verachtet sich inzwischen selbst dafür, dass sie nicht schafft abzunehmen.

Christof legt Wert darauf, dass der Haushalt in Ordnung ist. Darum kümmert sie sich vormittags. Und sie malt Aquarelle, das einzige Hobby, das ihr geblieben ist. Auch dazu macht ihr Mann böse Bemerkungen. „Was für ein Kitsch“, oder: „Hast du heute wieder Altpapier produziert?“ Sie soll nur für die Familie da sein, alles andere redet er schlecht.

Je unangenehmer es zwischen ihnen wird, desto mehr konzentriert sich Marie auf Tim und Leon. Wenn die Kinder im Bett sind, zieht sie sich ins Schlafzimmer zurück. Ab und an, wenn es am Abend keinen Streit gegeben hat, folgt ihr Christof, rutscht auf ihre Bettseite. Mal schiebt sie ihn wortlos weg. Mal lässt sie es geschehen. Sie weiß inzwischen: Je mehr sie sich ihm entzieht, desto fieser ist er danach.

Einmal, als sie endlich wieder eine Freundin auf einen Kaffee trifft, erzählt sie ihr von den Demütigungen ihres Mannes. Die Freundin schaut sie verwundert an, sie kennt Christof als besonnen und freundlich. In ihren Augen hat Marie eine gute Partie gemacht, sie selbst hangelt sich von Job zu Job, hat keinen Partner. „Sei doch froh, dass du so ein Luxusleben führen kannst“, sagt sie. „Wenn Christof deine Figur nicht gefällt, dann nimm eben ab.“

Das mit dem Luxus ist wahr. Christof ist inzwischen im Management des Unternehmens, das Haus ist fast abbezahlt. Sie haben neue Möbel gekauft und können sich teure Urlaube leisten. Von so einem Leben hat Marie früher, in der kleinen Wohnung ihrer Mutter, immer geträumt.

Aber es ist nicht ihr Reichtum. Christof überlässt ihr nur eine knapp kalkulierte Summe für den Haushalt. Für größere Ausgaben muss sie sich rechtfertigen. Er ist der Gutverdiener, sie die Bittstellerin.

Immer häufiger fragt sich Marie, was für eine Ehe sie da eigentlich führt. Aber sie will nicht schuld sein, wenn die Familie zerbricht. Sie will ihren Söhnen nicht das Zuhause nehmen. Und was bliebe ihr auch bei einer Trennung, ohne Job, ohne Berufserfahrung?

Erst an jenem Nachmittag im Garten, im Sommer 2015, wagt es Marie, mit ihrem Mann über eine Trennung zu sprechen. Doch mit seiner Drohung, ihr die Kinder zu nehmen, bricht er ihren Widerstand. Zumindest für eine Zeit.

Bleierne Jahre. Marie versucht, möglichst unsichtbar zu sein. Nachts liegt sie stundenlang wach, tagsüber plagen sie Kopfschmerzen. Ihre Hausärztin sagt, sie habe Depressionen und verschreibt ihr ein Medikament. Tim hat Probleme in der Schule, auch Leon macht wieder ins Bett. Marie glaubt, dass die Kinder die Anspannung zwischen den Eltern spüren. Sie hasst ihren Mann und sich selbst dafür.

Da erzählt eine Bekannte Marie von einem Bürojob in Teilzeit. Marie sagt spontan zu, Christof fragt sie gar nicht erst. Der tobt fruchtbar. Aber Marie lässt sich dieses Mal nicht beirren.

Sie nimmt den Job an und stellt schnell fest, wie gut es ihr tut, morgens das Haus zu verlassen, mit freundlichen Menschen zu sprechen, Mails zu schreiben, Akten zu sortieren.

Aber zu Hause wird es unerträglich. Christof beschimpft sie ständig als „unfähig“, „fett“, als „Rabenmutter“. Er prophezeit ihr, dass sie den Job sowieso verliere, sie sei ja „durchgeknallt“ und „krank“. Jeden Mittag ruft er an um zu kontrollieren, ob sie auch nach Hause gekommen ist. Als Marie wegen der Kopfschmerzen tatsächlich eine Woche bei der Arbeit fehlt, feixt er: „Du bist eine Loserin, ich habe es ja gewusst.“

In dieser Zeit fällt Marie im Wartezimmer ihrer Gynäkologin ein Flugblatt vom Frauennotruf in die Hände. Frauen, die von Gewalt betroffen sind, wird dort Beratung und Hilfe angeboten. Marie fühlt sich direkt angesprochen. Sie ist erst unschlüssig, schließlich wendet Christof keine körperliche Gewalt gegen sie an, vereinbart dann aber doch einen Termin.

Es bleibt nicht der einzige. Nach drei intensiven und anstrengenden Gesprächen ist Marie klar: Das, was ihr Mann mit ihr macht, ist nicht harmlos. Er versucht seit Jahren, mit Demütigungen ihr Selbstbewusstsein zu zerstören und über ihr Leben zu bestimmen. Er misshandelt sie nicht physisch, aber psychische Gewalt erlebt sie jeden Tag.

Zum ersten Mal nimmt jemand Maries Lage wirklich ernst. Das macht sie traurig und erleichtert sie zugleich ungemein. Marie kann nach diesen Gesprächen endlich benennen, was mit ihr geschieht. Das ändert ihren Blick. Grundlegend.

Als Christof sie an einem Abend wieder als „fette Kuh“ bezeichnet, sieht sie ihm direkt ins Gesicht. Sie spürt keine Angst, sondern Verachtung. Sie denkt: Wie erbärmlich ist er, dass er mich erniedrigen muss, um sich selbst besser zu fühlen? Kalt sagt sie: „Dann such dir eben eine dünnere Frau.“

Auf Anraten der Beratungsstelle geht Marie auch zu einer Anwältin. Sie erfährt, dass sie im Fall einer Scheidung gute Chancen hätte, die Kinder zu behalten. Und dass ihr Christof ohne anders lautenden Ehevertrag auch nicht das ganze Vermögen der Familie entziehen kann. Als Marie von der Kanzlei auf die Straße tritt, hat sie sich bereits entschieden: Sie wird sich von ihrem Mann trennen. Die Verletzungen sind zu tief.

Vier Monate später reicht Marie die Scheidung ein und zieht mit den Kindern in eine Drei-Zimmer-Wohnung. Christof will das nicht akzeptieren, er droht damit, sich das Leben zu nehmen. Marie bekommt Angst. War ihre Entscheidung falsch? Was, wenn er sich wirklich etwas antut? Damit könnte sie nicht leben. Sie redet mit der Beraterin über ihre Zweifel.

Nach dem Gespräch ist Marie sicher: Sie will sich von Christof nicht mehr unter Druck setzen lassen, auch nicht auf diese Weise. Ihre Anwältin setzt ein Kontaktverbot durch. Nur die Kinder darf Christof noch sehen.

Für Tim und Leon ist die Trennung hart. Trotzdem fühlt sich die Entscheidung für Marie richtig an. Sie will den Jungen eine glückliche Mutter sein. Und sie ist sich sicher, dass das auch für sie am Ende das Beste ist.

An einem Abend steht Marie auf ihrem neuen Balkon und schaut in den Hinterhof, auf die Bäume, die Mülltonnen darunter, die Fahrräder. Das ist nicht so makellos schön wie der alte Garten mit Rhododendren und Teich, doch es kommt ihr echter vor. Marie atmet durch. Sie hat ihre Kinder, einen Job, ein Zuhause ohne Angst. Sie selbst bestimmt über ihr Leben. Es geht aufwärts.