

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

Im falschen Film

Nadja macht Leistungssport, viermal die Woche trainiert sie in der Schwimmhalle. Als sich ihr Trainer für sie interessiert, ist sie erst geschmeichelt. Bis er sie mit einem Video erpresst.

Es ist schon spät, Nadja will nur noch ein paar Bahnen schwimmen, da bemerkt sie Christian im Wasser am Ende des Beckens. Das Training ist längst vorbei. Nadja schwimmt zu ihm. „Na, hast du noch nicht genug?“, fragt er. Sie lächelt. Lange hatte sie das Gefühl, dass Christian sie beim Training kaum bemerkt. Das hat sich geändert. Er hat verstanden, wie ernst sie das Schwimmen nimmt, ist von Nadjas Talent überzeugt. Das freut sie.

Christian wendet den Blick nicht von ihr ab. Sie sieht die Tropfen auf seinen Schultern, das Verlangen in seinen Augen. Plötzlich kommt er näher und küsst sie. Erst vorsichtig, dann drängender. Nadja ist überrumpelt. Und geschmeichelt. Als Christian die Träger ihres Badeanzugs herunter schiebt, lässt sie es geschehen. Sie berühren sich, knutschen. Bis Nadja sich losmacht und aus dem Becken klettert.

Nadja ist aufgekratzt. Christian, der Trainer, den alle aus dem Team anhimmeln, interessiert sich für sie. Doch die Begegnung im Becken hat Folgen. Wenige Wochen später kann Nadja nur noch mit Abscheu an jenen Abend zurückdenken.

Schon als kleines Kind fühlt sich Nadja im Wasser am wohlsten. Wenn die anderen Mädchen und Jungen im Freibad längst wieder auf der Wiese spielen, schwimmt sie weiter und weiter. Sie liebt es, wie ein Fisch durch das Wasser zu gleiten oder schwerelos auf der Oberfläche zu treiben. In der Schule hat sie nur mittelmäßige Noten, aber im Schwimmverein gehört sie zu den Schnellsten. Die Eltern sind stolz auf Nadjas sportliches Talent. „Unsere Nixe“, nennen sie Nadja, wenn sie unter sich sind. Ihre Mutter fährt sie zweimal in der Woche zum Schwimmtraining, gemeinsam begleiten die Eltern sie am Wochenende zu den Wettkämpfen. Wenn Nadja eine gute Zeit schwimmt, sind das besondere Momente für alle Drei. An solchen Tagen gehen sie abends auch mal zum Italiener.

Nach dem Realschulabschluss macht Nadja eine Ausbildung zur Physiotherapeutin, doch der Sport bleibt für sie das Wichtigste. Während andere Jugendliche abends oder am Wochenende feiern gehen, fährt sie in die Schwimmhalle. Mit 17 wechselt sie zum besten Verein in der Stadt. Wenn sie nur hart genug trainiert, kann aus ihr ja vielleicht noch mehr werden. „Nadja hat Potenzial“, hat schon ihr erster Schwimmlehrer zu den Eltern gesagt.

Im neuen Verein ist sie nicht mehr automatisch die Beste, sie muss viel trainieren, mindestens viermal die Woche. Eine Trainerin und ein Trainer wechseln sich bei der Betreuung ihres Teams ab. Sandra, eine freundliche Mittvierzigerin, die schon sehr lange im Verein aktiv ist. Und Christian, der bis zu seiner Verletzung vor ein paar Jahren selbst geschwommen ist und es bis zu den Deutschen Meisterschaften gebracht hat. Christian, Anfang 30, ist viel ehrgeiziger als Sandra. Er will, dass das Team alles gibt. Sein Training ist anstrengend, aber es bringt sie auch weiter. Sie reden nicht darüber, doch Nadja weiß, dass die anderen Christian toll finden. Wenn er eines der Mädchen lobt, wird in der Kabine hinterher oft gekichert. Von Nadja nimmt er kaum Notiz.

Das ändert sich an einem Samstag im September. Nadja tritt mit zwei anderen bei den Hessischen Schwimmmeisterschaften an. Sie ist inzwischen 19, die Eltern kommen nicht mehr zu allen Wettkämpfen. Christian bietet an, sie auf dem Rückweg im Auto mitzunehmen.

Auf der Fahrt unterhält sich Nadja das erste Mal länger mit ihrem Trainer. Sonst ist sie manchmal schüchtern, aber heute hat sie ihre persönliche Bestzeit über 100 Meter Freistil geknackt und die Silbermedaille geholt. Nadja ist gelöst, sie reden und reden. Über das Schwimmen und wie viel es ihnen bedeutet. Was für ein Gefühl es ist, schon im Wettkampf zu merken, dass es gut läuft. „Das ist so cool“, sagt Nadja, Christian nickt und lächelt.

Endlich ist da jemand, der Nadja versteht. Mit 16 Jahren hatte sie einen Freund, der nicht nachvollziehen konnte, warum sie lieber in die Schwimmhalle wollte als mit der Freundesgruppe auszugehen. Nach ein paar Monaten trennte er sich. Mit Christian ist das anders. Gemeinsam überlegen sie auf der Fahrt, wie Nadja noch besser werden könnte.

Beim nächsten Training lobt er sie vor den anderen. Nadja errötet. Später, als alle schon weg sind, kommt es zu dem Kuss im Becken.

Nadja ist aufgedreht, doch noch am selben Abend kommen ihr Zweifel. Christian ist schließlich ihr Trainer. Sie weiß nicht, wie sie sich ab jetzt beim Schwimmen verhalten soll. Sie will auf keinen Fall, dass jemand davon erfährt, es könnte so wirken, als würde sie sich einen Vorteil verschaffen wollen. Spät am Abend schreibt sie ihm eine Nachricht. Dass das ein schöner Moment war, aber es sicher besser ist, wenn sowas nicht wieder passiert. Sie will das Training nicht riskieren und hofft, dass er es genauso sieht. Fast sofort kommt eine Nachricht zurück. „Du bist wunderschön, so schnell lasse ich mich nicht abwimmeln, will dich unbedingt wiedersehen!!“

Nadja ist überrascht. Christian könnte viele Frauen haben, sie hätte nicht gedacht, dass ihm wirklich etwas an ihr liegt. Am nächsten Mittag schickt er wieder eine Nachricht. Am Abend wieder. Er drängelt, möchte sie treffen. Nadja wird das unangenehm. Er versucht sie anzurufen, Nadja geht nicht ran. „Lass uns lieber wieder auf das Training konzentrieren, zu kompliziert...“, tippt sie schließlich.

Die Antwort kommt ein paar Minuten später. „Zu kompliziert? Kompliziert wird es für dich, wenn du dich nicht mit mir triffst. Oder willst du, dass das hier alle sehen?“ Die nächste Nachricht ist ein Video. Nadja tippt es an. Links ist das Bild etwas verdeckt, aber sie kann die Schwimmhalle erkennen. Christian von hinten am Rand, sie selbst, wie sie zu ihm schwimmt. Wie sie sich küssen,

leidenschaftlich. Wie sie schließlich oben ohne aus dem Becken steigt. Man sieht deutlich ihre Brüste und das Lächeln in ihrem Gesicht.

Christian muss das geplant haben. Er muss sein Handy auf der Bank am Rand aufgestellt haben, halb vom Handtuch verdeckt. Er hat alles gefilmt.

Nadja kann es nicht fassen. Christian, der Trainer, den alle so toll finden, erpresst sie. Sie erkennt ihn nicht wieder. Was ist das für ein Mensch?, fragt sie sich.

Bei der Vorstellung, dass er das Video an das ganze Team schicken könnte, bekommt sie Panik. Alle würden ihre nackten Brüste sehen, ihr bescheuertes Lächeln. Alle würden denken, sie mache sich an den Trainer ran. Noch nie in ihrem Leben hat sie sich so geschämt. Sie könnte sich im Verein nicht mehr blicken lassen. Wahrscheinlich noch nicht einmal in anderen Vereinen, man kennt sich unter Schwimmer:innen.

Nadja überlegt. Wenn das Video öffentlich wird, kann sie das Leistungsschwimmen vergessen. Was hätte sie dann noch? Es bleibt ihr gar nichts anderes übrig, als sich mit ihm zu treffen. Gleichzeitig sträubt sich alles in ihr gegen diese Vorstellung.

Wenn Nadja jetzt daran denkt, wie bereitwillig sie seine Nähe im Becken zugelassen hat, wird ihr übel. Wieso hat sie seinen Kuss erwidert? Wie blöd konnte sie sein? Das Video schaut sie nicht noch einmal an. Es ekelte ihr davor. Sie macht das Handy aus, wirft sich weinend auf das Bett. Was soll sie nur tun?

Sie verabreden sich zum Essengehen, Christian holt sie mit dem Auto ab. Er tut, als wäre die Situation ganz normal. Er redet über das Training und den Wettkampf in zwei Wochen. Im Restaurant will er alles über sie wissen. Beiläufig lässt er Komplimente einfließen, wie gut sie aussehe, wie sportlich sie sei. Nach dem letzten Wettbewerb hat Nadja sich gerne mit ihm unterhalten. Jetzt empfindet sie sein Gerede als hohl und anbiedernd. Sie antwortet, wenn er etwas fragt. Sie lächelt, wenn er lächelt. Aber innerlich ist sie wie taub.

Nadja geht arbeiten wie immer. Beim Training meidet sie so gut es geht den Kontakt zu ihm. Mehrmals versucht Christian sie anzurufen. Als sie nicht abnimmt, schickt er Nachrichten. Einmal schreibt er, er habe sich in sie verliebt. Nadja antwortet einsilbig. Kurz danach lädt er sie zu einer kleinen Feier bei sich zu Hause ein. Am Samstagabend würden ein paar Freunde bei ihm sein, er wolle Nadja ihnen vorstellen, schreibt er. Nadja hat überhaupt keine Lust. Aber da ist auch die Angst, er könnte sauer werden, wenn sie nicht kommt. Er könnte den Freunden das Video zeigen. Oder, noch schlimmer, es an die anderen aus dem Verein schicken. Bedrückt macht sie sich am Samstagabend auf den Weg.

Christian bittet sie herein, nimmt ihr die Jacke ab. Auf dem Wohnzimmertisch steht eine Flasche Wein mit zwei Gläsern. Nadja ist irritiert. „Wo sind deine Freunde?“, fragt sie. Christian sagt, die hätten abgesagt, aber das sei ja nicht weiter schlimm. Er rutscht auf dem Sofa an sie heran, sie riecht sein Aftershave. „Ich habe mich so nach dir gesehnt“, flüstert er ihr ins Ohr, dann küsst er sie. Nadja drückt ihn zurück. Christian legt den Finger auf ihre Lippen. „Pssst, sonst kennen bald

alle unser heißes Video.“ Nadja ist wie eingefroren, sie lässt seine Berührungen über sich ergehen, eine Minute, zwei. Als er ihre Hose öffnet, hält sie es nicht mehr aus. Sie wehrt sich panisch, sie strampelt, doch Christian ist stärker. Er drückt sie auf das Sofa. Dann vergewaltigt er sie.

In den Tagen danach steht Nadja völlig neben sich. Sie versucht möglichst nicht an das zu denken, was passiert ist. Sie geht weiter zur Arbeit, sie behandelt Patient:innen. Sie redet mit ihren Eltern, wenn sie etwas von ihr wollen, und ist doch gar nicht wirklich da.

Sie fühlt sich benutzt und schmutzig. Sie duscht lange, aber das Gefühl wird sie nicht los.

„Was ist mit dir?“, fragt die Mutter. Nadja wimmelt sie ab. Sie kann mit niemandem darüber sprechen, schon gar nicht mit ihr. Wie enttäuscht wäre ihre Mutter, wenn sie wüsste, dass Nadja halbnackt mit ihrem Trainer geknutscht und damit alles kaputt gemacht hat? Nadja ist klar: Was Christian am Samstagabend auf dem Sofa getan hat, ist nicht in Ordnung. Aber sie gibt sich auch selbst die Schuld, dass es so weit gekommen ist. Hätte sie sich nicht an jenem Abend im Becken auf ihn eingelassen, hätte es kein Video gegeben, sie wäre niemals zu ihm nach Hause gefahren. Sie könnte sich selbst ohrfeigen.

Zum Training geht Nadja nicht mehr. Sie erträgt die Vorstellung nicht, Christian im Team zu begegnen und so tun zu müssen, als wäre nichts geschehen. Sie schickt Sandra eine Nachricht, schreibt etwas von einer Verletzung und dass es eine Weile dauern werde. Die Schwimmgruppe schaltet sie stumm. Das Handy hat sie jetzt eh oft aus.

Immer, wenn eine Nachricht von Christian kommt, schreckt sie zusammen. Er schreibt regelmäßig, macht ihr Komplimente, drängt auf ein Treffen. Einmal kann sie es nicht vermeiden, sie gehen spazieren. Wieder küsst er sie, unter einem Vorwand kann sie sich verabschieden.

Nadja versucht im Alltag zu funktionieren, sie lässt sich nichts anmerken, doch eigentlich fühlt sie sich elend. Sie hat keinen Appetit, isst nur das Nötigste. Sie schläft unruhig. Immer wieder wacht sie nachts auf und hat bedrohliche Bilder im Kopf. Einmal träumt sie von Christian, wie er schnaufend auf ihr liegt. Sie schreckt hoch, rennt ins Bad, sie will sich übergeben, doch es kommt nichts. Weinend kriecht sie zurück ins Bett. Was ist nur aus ihr geworden, ein Wrack.

An einem Abend ist sie mit ihrer Lieblingskollegin Silke allein in der Praxis. Die letzte Patientin ist gerade gegangen, Silke legt Nadja die Hand auf die Schulter. „Mensch, bist du verspannt.“ Sie beginnt zu massieren. Nadja spürt die warmen Hände, die es gut mit ihr meinen, und plötzlich bricht es aus ihr heraus. Sie schluchzt und weint und kann nicht mehr aufhören. Sie erzählt Silke von Christian, von dem Video, und dass er sie erpresst. Ihre Kollegin nimmt sie fest in den Arm, hält sie lange.

„Was für ein Arsch“, sagt Silke, als Nadja sich etwas beruhigt hat. Dann sucht sie die Nummer des Frauennotrufs raus. „Das ist eine Beratungsstelle, die können dir vielleicht helfen“, sagt sie.

Nadja merkt, wie gut es ihr tut, mit der Geschichte nicht mehr allein zu sein. Sie macht beim Frauennotruf einen Termin aus. Bei der Beratung kann Nadja endlich alles erzählen, was sie quält. Erst jetzt, im Gespräch mit der Beraterin, versteht sie, was Christian ihr angetan hat. Wie sehr er seine Position als Trainer ausgenutzt hat. „Er hat mich vergewaltigt“, diese Worte formuliert Nadja das erste Mal. Es fühlt sich fremd an, als spräche sie über jemand anderes. Aber es macht auch deutlich: Nicht sie selbst ist schuld an dem, was passiert ist, sondern er. Das zu begreifen erleichtert sie sehr.

In den Tagen danach arbeitet es in Nadja. Bisher hat sie sich ihm ausgeliefert gefühlt, ohnmächtig. Jetzt regt sich auch die Wut. Ihr wird klar, dass Christian sie für immer mit dem Video erpressen kann, wenn sie nichts dagegen tut. Nadja kommt zu dem Schluss, dass nichts so schlimm ist, wie den momentanen Zustand beizubehalten.

Bei einem zweiten Termin mit der Beraterin überlegen sie gemeinsam, was Nadja tun kann. Viele Sportvereine haben Schutzkonzepte, auch Nadjas Verein hat dazu einen eigenen Beitrag auf der Website. Sie suchen heraus, an wen im Verein sich Nadja wenden könnte. Nadja kennt die Zuständige, sie kann sich vorstellen, sich ihr anzuvertrauen. Die Beraterin erklärt Nadja auch genau, was auf sie zukäme, sollte sie Christian bei der Polizei anzeigen, und gibt ihr die entsprechenden Adressen.

Nadja weiß noch nicht, ob sie rechtlich gegen Christian vorgehen will. Aber eines weiß sie jetzt sicher: Sie wird sich nie wieder mit ihm treffen. Sie wird ihn nicht länger über ihr Leben bestimmen lassen.

Sie wird wieder schwimmen.