



universität
wien

Diplomarbeit

Adaptive Aspekte der personenzentrierten
Psychotherapie

Fokus: Sektenaussteiger

Verfasserin

Christina Götz

angestrebter akademischer Grad

Magistra der Philosophie (Mag. phil.)

Wien, 2012

Studienkennzahl lt. Studienblatt:

A 297

Studienrichtung lt. Studienblatt:

Diplomstudium Pädagogik

Betreuer:

ao. Univ.-Prof. Dr. phil. Robert Hutterer

Danksagung

Mein größter Dank gilt meinen Interviewpartnern, welche sich bereiterklärt haben, ihre persönliche Geschichte und Erfahrungen mit einer bewundernswerten Offenheit zu erzählen, und somit die Entstehung dieser Arbeit zu einem großen Teil ermöglicht haben.

Vielen Dank möchte ich hiermit auch meiner Familie aussprechen, welche mich immer gestützt hat und zur Seite gestanden ist. Meiner Mutter und meinem Bruder gilt mein großer Dank, dass sie mich emotional unterstützt und wertvolle Ratschläge gegeben haben. Bei meinem Vater möchte ich mich vor allem für seine finanzielle Unterstützung während meines Studiums bedanken.

Bei meinem Freund Maximilian bedanke ich mich für seine Geduld und seine große Hilfe in jeglicher Hinsicht. Seine emotionale Unterstützung und die motivierenden Worte waren eine große Hilfe für mich.

Danke auch an meinen guten Freund Sascha, welcher das Studium mit mir gemeistert hat, immer ein offenes Ohr für mich hatte und stets zu Diskussionen bereit war. Bei Katrin möchte ich mich für die vielen wertvollen fachlichen Tipps bedanken. Stefan danke ich für die schnelle und professionelle Korrektur meiner Diplomarbeit.

Dr. Robert Hutterer möchte ich für die vielen inspirierenden Lehrveranstaltungen danken, welche mein Interesse für die personenzentrierte Psychotherapie geweckt haben. Die Ratschläge und wertvollen Literaturtipps im Zuge der Betreuung waren eine große Hilfestellung.

Zusammenfassung

Vorliegende Arbeit beschäftigt sich mit der Idee einer speziell adaptierten, personenzentrierten Psychotherapie für Sektenaussteiger. Es wird beschrieben, wie Sekten mithilfe der Bewusstseinskontrolle agieren und welche Auswirkungen diese auf die menschliche Psyche hat. Weiters geht es darum, herauszufinden, wie diese eingedämmt werden kann und welche Möglichkeiten die personenzentrierte Psychotherapie hierfür bietet. Dabei wird zum einen eine differenzielle Vorgangsweise des Therapeuten / der Therapeutin thematisiert und zum anderen die für die Arbeit mit Sektenaussteigern passende Adaptionsmethode der motivierenden Gesprächsführung vorgestellt. Um die Meinung von Sektenaussteigern zum Thema herauszufinden, wurden diese befragt und die Interviews ausgewertet. Das Ergebnis der ausgewerteten Interviews beinhaltet einen Bedarf an Therapeuten, welche sich auf ehemalige Sektenmitglieder spezialisieren.

Abstract

The present work addresses the idea of an adapted form of person centered psychotherapy especially for former members of cults. It is described how cults utilize mind control and what influence mind control has on the human psyche. Further it is discussed how the influence of mind control can be mitigated and what possibilities person centered psychotherapy can offer in this regard. Firstly a differential approach of the therapist is discussed and secondly motivational interviewing a method of adaption for the person centered psychotherapy of former members of cults is presented. To evaluate the opinion of former cult members, interviews were conducted. The evaluation showed that a need for therapists specialized on former cult members exists.

1	Entwicklung der Fragestellung	11
1.1	Beschreibung des Forschungsgegenstandes	11
1.2	Persönlicher Kontext.....	13
	THEORETISCHER TEIL	15
2	Sekten und deren Handlungsmuster	15
2.1	Definition.....	15
2.2	Arbeitsdefinition	16
2.3	Bewusstseinskontrolle als Werkzeug.....	17
2.3.1	Elemente der Bewusstseinskontrolle	18
2.3.2	Drei Stufen zur Bewusstseinskontrolle	20
3	Der Ausstieg	22
3.1	Faktoren, welche den Ausstieg erschweren	22
3.2	Ausstiegsformen	23
3.3	Die Zeit unmittelbar nach dem Ausstieg	25
4	Psychotherapie für Sektenaussteiger	27
4.1	Anforderungen an die Psychotherapie.....	27
4.2	Das Drei-Stufen-Modell nach Rohmann	28
5	Was der personenzentrierte Ansatz beitragen kann	30
5.1	Das personenzentrierte Menschenbild als Handlungsgrundlage	31
5.2	Arbeitsweise der personenzentrierten Psychotherapie	32
5.3	Macht innerhalb der Psychotherapie	32
5.4	Differenzielle Vorgangsweise.....	34
5.4.1	Kernkompetenzen in der Arbeit mit Diversität.....	36
5.4.2	Kritische Reflexion.....	37
6	Motivierende Gesprächsführung als Adaption	39
6.1	Grundlagen der motivierenden Gesprächsführung	39
6.1.1	Der „Change Talk“	41
6.1.2	Die zwei Phasen der Veränderung	42
6.2	Integration innerhalb anderer Therapieverfahren.....	45
6.3	Motivierende Gesprächsführung bei Angststörungen	45
6.4	Motivierende Gesprächsführung bei Depressionen	48
7	Zusammenfassung	51
	EMPIRISCHER TEIL	53

8	Methode	53
8.1	Qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring	54
8.2	Datenerhebung.....	55
8.2.1	Erstellung des Interviewleitfadens	55
8.2.2	Beschreibung der Stichprobe	56
8.3	Auswertung.....	57
8.3.1	Transkription.....	57
8.3.2	Auswertung nach Mayring	57
9	Darstellung der Ergebnisse	58
9.1	Vergangenheit	59
9.1.1	Einstieg in die Gemeinschaft	59
9.1.2	Familiärer Hintergrund.....	61
9.1.3	Das Leben innerhalb der Gruppe	63
9.2	Ausstieg.....	65
9.2.1	Impuls.....	65
9.2.2	Erwartungen	67
9.2.3	Veränderungen nach dem Ausstieg	68
9.3	Schwierigkeiten.....	70
9.3.1	Psychische Schwierigkeiten	70
9.3.2	Schwierigkeiten mit der Familie	72
9.4	Hilfe und Unterstützung bei der Bewältigung.....	74
9.4.1	Hilfe aus dem Bekanntenkreis	74
9.4.2	Hilfe von Institutionen	76
9.4.3	Bewältigungsstrategien	77
9.4.4	Gedanke an Wiedereinstieg	80
9.5	Psychotherapie für Sektenaussteiger	80
9.5.1	Wünsche/Erwartungen	80
9.5.2	Warum wurde Psychotherapie in Anspruch genommen	83
9.5.3	Vorgangsweise der Therapeutin.....	83
9.5.4	Warum wurde Psychotherapie nicht in Anspruch genommen	84
9.5.5	Haltung zu Psychotherapie aus gegenwärtiger Sicht	86
9.6	Gegenwärtige Situation	87
9.6.1	Schwierigkeiten, welche auf den Ausstieg zurückzuführen sind.....	87
9.6.2	Empfehlungen an aktuelle Sektenaussteiger.....	89

10	Interpretation der Ergebnisse	91
11	Fazit	94
	LITERATUR	95
	ABBILDUNGSVERZEICHNIS	99
	ANHANG I	100
	Interviewleitfaden zur Befragung von Sektenaussteigern	100
	ANHANG II	102
	Interview 1	102
	Interview 2	109
	Interview 3	114
	Interview 4	123
	Interview 5	130
	CURRICULUM VITAE	142

*Ich wollte ja nichts als das zu leben versuchen,
was von selber aus mir heraus wollte.*

Warum war das so schwer?

(Hermann Hesse)

1 Entwicklung der Fragestellung

1.1 Beschreibung des Forschungsgegenstandes

Laut Bericht der Bundesstelle für Sektenfragen (2009) existieren allein in Österreich 339 verschiedene Gruppierungen und Strömungen, welche unter dem Überbegriff „Sekte“ zusammengefasst werden können (Vgl. Bundesstelle für Sektenfragen).

Auf diesem Gebiet spezialisierte Beratungseinrichtungen sind also erforderlich und zu einem großen Teil auch schon vorhanden (Vgl. Bundesstelle für Sektenfragen). Auch Aussteiger können sich bei Bedarf an diese Beratungsorganisationen wenden und Hilfe suchen. Allerdings haben Menschen, welche in einer Sekte leben und aussteigen wollen, mit einer Vielzahl an Schwierigkeiten zu kämpfen. Sie wollen die Gemeinschaft verlassen, finden aus verschiedensten Gründen aber oftmals nicht den Mut dazu, da es an unmittelbarer Hilfe und Unterstützung mangelt, um diesen wichtigen Schritt zu wagen. Die Entscheidung, aus einer Sekte auszusteigen, ist keine einfache. In den meisten Fällen hängt sehr viel daran, wie beispielsweise den Großteil seiner Freunde zu verlieren, manchmal sogar den Kontakt zur eigenen Familie. Teilweise sieht die Struktur einiger Sekten vor, dass Mitglieder einen Arbeitsplatz innerhalb der Gruppe haben, welchen sie bei einem Ausstieg verlieren würden. Wie man also an dieser groben Beschreibung merkt, geht es oftmals um weit mehr, als nur aus einer Gemeinschaft auszusteigen. Es handelt sich um gewichtige Entscheidungen, die das gesamte Leben, insbesondere das soziale Umfeld des Einzelnen, in größtem Ausmaß beeinflussen.

Hierzu könnte eine geeignete Psychotherapie Hilfestellung bieten, welche den/die SektenaussteigerIn während des Ausstiegsprozesses begleitet. Frohburg (2011) weist

darauf hin, dass innerhalb der internationalen Erforschung des personenzentrierten Ansatzes derzeit die Erfassung der differenziellen Indikation und Wirksamkeit im Mittelpunkt steht (Vgl. Frohburg, 2011). Darauf bezugnehmend, soll in dieser Arbeit davon ausgegangen werden, dass Sektenaussteiger während ihres Ausstieges Unterstützung benötigen, bei welcher die personenzentrierte Psychotherapie die notwendige Hilfestellung bieten könnte.

Der Diskurs zeigt weiters auf, dass die differenzielle Vorgangsweise des Therapeuten innerhalb der personenzentrierten Psychotherapie immer mehr an Bedeutung gewinnt (Vgl. Cain, 2010; Wampold, 2010; Tscheulin, 2011). Daher soll unter anderem auf die Ausführungen von Cain (2010) Bezug genommen werden, welcher sich mit der Diversität innerhalb der personenzentrierten Psychotherapie beschäftigt, welche sich auf Sektenaussteiger umlegen lässt. Da im speziellen Themenbereich der personenzentrierten Psychotherapie für Sektenaussteiger keine Literatur existiert, soll im Bezug auf die allgemeine therapeutische Beratung von Sektenaussteigern, vor allem auf die grundlegenden Ausführungen von Hassan (1993) eingegangen werden. Dem drei Stufen Modell von Rohmann (2002) zur Therapie von Sektenaussteigern soll ebenfalls Beachtung geschenkt werden. Im Zuge dieser Arbeit soll versucht werden, verschiedene Theorien und Sichtweisen miteinander zu verknüpfen um daraus folgend den Versuch zu starten eine entsprechende Form der personenzentrierten Beratung zu generieren und somit den Ansatz um das Anwendungsgebiet auf Sektenaussteiger zu erweitern.

Folgende Fragestellung soll bearbeitet werden: Was muss eine speziell an die Bedürfnisse von Sektenaussteigern angepasste Form der personenzentrierten Psychotherapie leisten?

Um diese Frage beantworten zu können, müssen erst einige Unterfragen geklärt werden:

- Mit welchen Schwierigkeiten haben Menschen, welche aus einer Sekte aussteigen, zu kämpfen?
- Welche Erwartungen haben Sektenaussteiger an eine auf sie ausgerichtete Form der Psychotherapie?
- Welche Kompetenzen müssen Therapeuten, welche sich auf Sektenaussteiger spezialisieren wollen, erlangen?

Es ist erforderlich, zu wissen, was genau Sekten sind, um danach die Vorgangsweise von Sekten zu verstehen und herauszufinden, welche Methoden eingesetzt werden, um

Menschen in ihren Bann zu ziehen. Später soll der Prozess des Ausstieges näher beleuchtet werden, wobei auch die verschiedenen Formen beschrieben werden, um danach auf die Zeit unmittelbar nach dem Ausstieg einzugehen und auf die personenzentrierte Psychotherapie als Unterstützungsform einzugehen. Als weitere Hilfestellung soll auf die Methode des Motivational Interviewing eingegangen werden, welche als Adaption der personenzentrierten Psychotherapie für Sektenaussteiger sinnvoll erscheint. Um herauszufinden, welche Wünsche und Erwartungen Sektenaussteiger an eine Psychotherapie haben, wurden fünf ehemalige Sektenmitglieder zum Thema befragt. Die Ergebnisse der Befragung sowie die Interpretation derselben finden sich im empirischen Teil dieser Arbeit.

1.2 Persönlicher Kontext

Der Ausgangspunkt vorliegender Diplomarbeit liegt im eigenen Sektenausstieg sowie einer vergangenen Sektenzugehörigkeit. Eine weitere Erfahrung im Bezug auf Sekten war eine mehrjährige Aushilfstätigkeit in einem von einer Meditationsgemeinschaft geführten Betrieb, im Zuge dessen sich eine Beobachtungsgelegenheit der verschiedenen Auswirkungen von Sektenzugehörigkeit ergab.

Im Rahmen meiner universitären Ausbildung habe ich neben dem Projektstudium personenzentrierte Psychotherapie auch die Schwerpunkte berufliche Rehabilitation, sowie Aus- und Weiterbildungsforschung absolviert. Im Zuge eines Forschungspraktikums, bei welchem ich an der Evaluation eines Kursangebotes des Schulungs- und Beratungsunternehmens Equalizent mitarbeiten durfte, konnte ich feststellen, dass sich innerhalb der Gehörlosen-Community eine weitere Untergruppe gebildet hat, nämlich gehörlose Menschen welche Mitglieder der Zeugen Jehovas sind. Zu diesem Zeitpunkt entstand erstmals die Idee, über Sektenzugehörigkeit und deren Auswirkungen zu schreiben. Im weiteren Verlauf meines Studiums konnte ich mich immer mehr mit der personenzentrierten Psychotherapie und deren Vorgangsweise beschäftigen, sodass mir mit der Zeit bewusst wurde, dass dies eine mögliche Therapieform für Sektenaussteiger sein könnte. Durch die Beschäftigung mit sektenspezifischer Literatur, sowie weiteren Lehrveranstaltungen welche selektive Vorgangsweisen der personenzentrierten Psychotherapie zum Thema hatten, wurde mein Interesse sowie meine Motivation geweckt, vorliegende Diplomarbeit zu verfassen. In diesem Zusammenhang möchte ich auf mein

detailliertes Kontextwissen hinweisen, durch welches das Vorverständnis des Themas Sektenzugehörigkeit und -ausstieg geprägt und erweitert wurde.

THEORETISCHER TEIL

2 Sekten und deren Handlungsmuster

Dieses Kapitel behandelt, was Sekten ausmacht und wie diese arbeiten. Hierfür soll zuerst einmal das Wort „Sekte“ definiert werden. Da die Bewusstseinskontrolle eine große Rolle im Leben eines Sektenmitgliedes spielt und auch beim Ausstieg von größter Wichtigkeit ist, soll dieser ebenfalls besondere Beachtung geschenkt werden. Gleichzeitig werden die speziellen Probleme von Sektenaussteigern beschrieben, aber auch die verschiedenen Ausstiegsszenarien sollen behandelt werden.

2.1 Definition

Das Wort „Sekte“ wird etymologisch vom lateinischen „secta“, was Schule oder Lehre bedeutet, abgeleitet. „Secta“ ist eine substantivische Ableitung von „sequi“ (nachfolgen). Man kann hier also erkennen, dass es darum geht, der Lehre einer bestimmten Person eine große Bedeutung zuzuschreiben, indem man ihr nachfolgt und sein Leben danach ausrichtet (Vgl. Valentin, 2009).

Man unterscheidet zwischen verschiedenen Formen von Sekten, wie z. B. Politsekten, Psychosekten oder sektenähnlichen Wirtschaftsunternehmen. Die bekannteste Sektenform sind religiöse Gruppierungen (Vgl. Hassan, 1993). Sie unterscheiden sich von den Weltreligionen dadurch, dass sie sich als eigene Religionsform definieren, die sich allerdings von einer der Weltreligionen abgespalten hat (Vgl. Valentin, 2009).

Valentin (2009) beschreibt folgende Elemente des typischen Verhaltens, an welchen Sekten erkennbar sind:

1. Schwarzweißdenken: Es gibt eine schematisierte Weltsicht, in welcher keine Mittelpositionen möglich sind. Oftmals stößt auch Geheimwissen dazu.
2. Radikalisierung: Die Gruppierungen kreieren ihre eigene Wahrheit, welche Absolutheitsanspruch hat, und versuchen diese mit allen Mitteln durchzusetzen.

3. Universale Problemlösung: Sowohl persönliche, als auch globale Probleme können durch den Beitritt in die Gruppe gelöst werden.
4. Übersteigerte Autoritätszugehörigkeit: Entscheidungen und Verantwortlichkeiten werden an eine höhere Kompetenz abgegeben.
5. Abhängigkeiten: Die Gruppe trifft sich mehrmals in der Woche, teilweise sogar täglich. Hierdurch kann Kontrolle über die Mitglieder ausgeübt werden (Vgl. Valentin, 2009).

Was Sekten besonders attraktiv macht, ist ihre klare, schlüssige Linie, die sich durch ihre Lehren zieht. Diese lässt sich dadurch erreichen, dass Sekten meist junge religiöse Gruppierungen sind, mit wenig geschichtlichem Hintergrund. Die Mitglieder erhalten ein Gefühl des Auserwähltseins, das sich vor allem durch die vielen, teilweise verpflichtenden, gemeinsamen Aktivitäten manifestiert. Dem einzelnen Mitglied wird innerhalb der Gruppierung ein Ort der emotionalen Bindung geboten, wo es Sinnerfüllung und Zukunftshoffnung findet. Lehre und Lebenspraxis bieten einen ganzheitlichen Entwurf, wodurch das tägliche Leben organisiert wird (Vgl. Valentin, 2009).

Anhand dieser Beschreibung werden diverse Problematiken erkennbar, die eine Mitgliedschaft in einer solchen Gruppierung mit sich bringt. Das Individuum bindet sich emotional an die Gemeinschaft und verliert das Interesse an außenliegenden sozialen Kontakten. Aus diesem Grund fällt es Aussteigern sehr schwer, beim Verlassen der Sekte ein Netz an sozialen Kontakten (wieder)herzustellen. Das kritische Hinterfragen der eigenen Gruppierung scheitert oft an dem fehlenden geschichtlichen Hintergrund der Gemeinschaft. Meist besteht innerhalb der Sekte ein gutes Sozialprestige. Dadurch bauen die Mitglieder ihren Selbstwert auf, weshalb es schwerfällt, diese Anerkennung aufzugeben. Der Ausschluss aus der Gemeinschaft ist mit vielen, teilweise sehr großen Ängsten verbunden, unter anderem, vom versprochenen Seelenheil abgeschnitten zu werden (Vgl. Valentin, 2009).

2.2 Arbeitsdefinition

Grundsätzlich gilt in Österreich das Recht auf Religionsfreiheit, somit gleichzeitig auch die Glaubens- und Gewissensfreiheit (Vgl. Bundesstelle für Sektenfragen). Es soll darauf hingewiesen werden, dass in vorliegender Arbeit das Wort „Sekte“ im Kontext des Umganges der Gruppierung mit ihren Mitgliedern, der Mitglieder untereinander, aber auch mit Aussteigern definiert wird. In diesem Sinne werden auch Gruppierungen, welche rechtlich nicht als Sekte bezeichnet werden, aufgrund der Erfüllung der in obiger Definition

behandelten Merkmale mitgedacht. Der Begriff soll hierbei weder negative Assoziationen wecken noch pauschalisieren, sondern vielmehr Gruppen benennen, welche mit Bewusstseinskontrolle auf ihre Mitglieder einwirken und diese deshalb in ihrem persönlichen Wachstum einschränken.

Das nachfolgende Kapitel beschäftigt sich mit der eben erwähnten Bewusstseinskontrolle, der grundlegenden Technik von Sekten, ihre Mitglieder zu kontrollieren.

2.3 Bewusstseinskontrolle als Werkzeug

Das Werkzeug, mit welchem Sekten erfolgreich operieren, ist das Unbewusste. Wie bereits erwähnt, neigen sektiererische Gruppierungen dazu, ihre Mitglieder zu kontrollieren. Ihr Weltbild ist oftmals fanatisch und neigt zum Extremismus. Es wird erwartet, dass Mitglieder immer mehr Zeit, Geld und Energie für die Gruppe aufbringen, denn nur durch Engagement gelangt man zu der versprochenen „Erleuchtung“. Vom Einzelnen wird somit verlangt, seinen Lebensstil an die Bedürfnisse der Sekte anzupassen (Vgl. Singer-Thaler/Lalich, 1997). Wie die Selbstaufgabe eines Individuums durch eine Gemeinschaft dieser Art erreicht wird, soll nun näher erläutert werden.

„Das Wesen von Bewusstseinskontrolle [sic] besteht darin, daß [sic] sie Abhängigkeit und Konformität unterstützt und Selbstständigkeit und Individualität unterdrückt“ (Hassan, 1993, S. 95). Es handelt sich um einen sozialen Prozess, der durch die in einer Sekte vorhandene Gruppendynamik verstärkt wird.

Fälschlicherweise wird Gehirnwäsche oftmals mit Bewusstseinskontrolle gleichgesetzt. Gehirnwäsche ist der gewaltsame Eingriff in den freien Willen eines Menschen. Personen, die einer Gehirnwäsche unterzogen werden, führen aus Selbstschutz die Handlungen aus, zu welchen sie gezwungen werden. Sobald das Opfer wieder in seiner gewohnten oder einer sicheren Umgebung ist und der Situation entflohen, gelingt es ihm, die Angst, die es zu diesen Handlungen angetrieben hat, abzulegen. Bei der Bewusstseinskontrolle ist das anders. Sie arbeitet nicht gewaltsam oder mit Misshandlung, sondern weitaus subtiler. Es handelt sich vordergründig um hypnotische Prozesse, welche mit Gruppendynamik kombiniert funktionieren. Das Individuum wird unbewusst dazu manipuliert, die von der Sekte gewünschten Handlungen freiwillig zu vollziehen. Es reagiert in der Regel sogar positiv auf diese Art von Beeinflussung (Vgl. Hassan, 1993).

2.3.1 Elemente der Bewusstseinskontrolle

Die vier Komponenten, die hier beschrieben werden sollen, basieren auf der „Theorie von der kognitiven Dissonanz“ (Vgl. Festinger/Riecken/Schachter, 1964), welche von Hassan (1993) um den Punkt der Informationskontrolle erweitert wurde.

- Verhaltenskontrolle

Hier geht es darum, das Leben der/des Einzelnen zu kontrollieren. Darunter kann man sich vorstellen, dass manche Sekten ihren Mitgliedern verbieten, schwarze Kleidung zu tragen, oder ihnen eine bestimmte Ernährungsweise vorschreiben. Es gibt ein tägliches Pflichtprogramm, welches erfüllt werden muss. Das können Gebete oder Meditationen sein, aber auch Dinge, die für das Weiterbestehen der Sekte von Bedeutung sind, wie z. B. das Missionieren. Ziel der Gemeinschaft ist, die Freizeit ihrer Mitglieder einzuschränken, um sie dadurch an sich zu binden. Individualität wird zumeist unterdrückt. Wenn ein Mitglied gute Leistungen erbringt, wird es vor den anderen gelobt und belohnt. Bei schlechten Leistungen erntet man Kritik und Bloßstellung. Wenn sich jemand nicht entsprechend engagiert, kann es passieren, dass die Person beschuldigt wird, sich selbstsüchtig zu verhalten und sich nicht genügend zu bemühen (Vgl. Hassan, 1993).

- Gedankenkontrolle

Wie schon erwähnt, gilt in Sekten die eigene Weltanschauung bzw. Ideologie als die einzige Wahrheit, welche als einzig gültige Realität wahrgenommen wird. So gesehen, ist alles Gute innerhalb der Gemeinschaft zu finden, die schlechten Dinge sind außen. Die Kommunikation unter den einzelnen Mitgliedern erfolgt in einem eigenen Jargon, was bedeutet, dass sie von der Gruppierung vorgefertigte Ausdrücke benutzen, die ihre eigene Bedeutung haben. Dies erfüllt mehrere Funktionen. Zum einen fühlen sich die Mitglieder als auserwählt und etwas Besonderes, weil sie eingeweiht sind; es dient aber auch dazu, Interesse bei Außenstehenden zu wecken, um sie als neue Sektenmitglieder anzuwerben. Eine weitere Funktion dieser eigenen Sprache ist, die Mitglieder nach außen hin zu separieren, da sie von der Masse nicht verstanden werden. Ein zusätzliches Werkzeug der Gedankenkontrolle ist es, die AnhängerInnen so zu schulen, kritische Anmerkungen über die Gruppe zu ignorieren.

„Die normalen Verteidigungsmechanismen des Individuums werden dahingehend verdreht, die neue Sektenidentität gegen die alte Identität zu verteidigen“ (Hassan, 1993, S. 105). Die Mitglieder nehmen also mit der Zeit eine völlig neue Identität an, was die Sekte voll und ganz unterstützt. Eine der effektivsten Methoden, Gedanken zu kontrollieren, sind sogenannte „Gedankenstopp-Rituale“ (Vgl. Mahoney/Thoreson, 1974). Hierbei werden die Mitglieder in dem Glauben gelassen, dass sie, wenn sie diese Techniken anwenden, persönlich daran wachsen. Es gibt verschiedene Möglichkeiten, Gedanken zu stoppen, wobei jede Gruppe ihre eigene Methode anwendet. So können negative Gedanken z. B. durch Gebete, Meditieren oder leises Summen in die gewünschte Richtung gelenkt werden. Dies führt so weit, dass nur noch positive Dinge an der Gemeinschaft und der Zugehörigkeit gesehen werden (Vgl. Hassan, 1993).

- Gefühlskontrolle

Das wichtigste Werkzeug hierbei ist, die Mitglieder durch Schuld und Angst zu kontrollieren. Dies funktioniert, indem sie lernen, ihre Gefühle neu zu definieren. Hassan (1993) beschreibt dies am Beispiel des Glücksgefühls: „Wenn nun Glück so definiert wird, daß [sic] es darin besteht, Gott näher zu sein, und Gott unglücklich ist ..., dann wird man glücklich, indem man unglücklich ist“ (Hassan, 1993, S. 108). Sekten arbeiten also meist damit, dass wahres Glück nur durch eigenes Leid erreichbar wird. Nicht zu unterschätzen ist in solchen Gruppierungen das Gemeinschaftsgefühl, welches Sektenmitglieder, die ihre Pflicht gut erfüllen, genießen dürfen. Die wertvollsten Gefühle sind Loyalität und Hingabe, die der Gruppierung entgegengebracht werden. Negative Gefühle werden nur der Außenwelt gegenüber toleriert. Die wirkungsvollste Technik, die Gefühle eines Menschen von außen zu kontrollieren, ist die Angst. Sekten arbeiten damit, in ihren Mitgliedern irrationale Ängste zu erzeugen, um sie gefügig zu halten und dadurch einen Ausstieg zu verhindern. Viele Mitglieder empfinden panische Angst bei dem Gedanken, die Gruppe zu verlassen. Sie können sich nicht vorstellen, in der Welt draußen sicher zu sein. Ihnen wird die Vorstellung eingepflanzt, ohne die Sekte nicht mehr glücklich und erfolgreich sein zu können. Aber auch völlig irrationale Ängste wie, sie würden nach ihrem Austritt schutzlos ihrem Verderben ausgeliefert (z. B. durch Drogensucht oder Selbstmord), werden geschürt. Wenn die Gruppe erst einmal die Gefühle ihres Mitgliedes unter Kontrolle hat, folgen kurz darauf die gewünschten Verhaltensweisen (Vgl. Hassan, 1993).

- Informationskontrolle

Unter diesem Begriff ist gemeint, dass die Sekte kontrolliert, welche Informationen an die Mitglieder herandrängen und welche nicht. Dies gilt vor allem für negative Kritik der Gemeinschaft gegenüber. Aus diesem Grund ist der Kontakt zu außenstehenden Menschen, auch Familienmitgliedern, wenig erwünscht. Auch zu Aussteigern oder aus der Gemeinschaft ausgeschlossenen Personen soll der Kontakt abgebrochen und strengstens gemieden werden. Die Mitglieder werden in dem Glauben gelassen, sie wüssten am besten über ihre Gemeinschaft Bescheid, was meistens allerdings leider nicht der Fall ist (Vgl. Hassan, 1993).

Die eben beschriebenen vier Formen der Bewusstseinskontrolle haben in Kombination einen unüberbrückbaren Einfluss auf das menschliche Bewusstsein. Aber auch jede Form für sich alleine birgt ein ausgeprägtes Kontrollpotential. So gelingt es, selbst die willensstärksten Menschen in die gewünschte Richtung zu manipulieren. Wie dies genau vor sich geht, soll nun beschrieben werden.

2.3.2 Drei Stufen zur Bewusstseinskontrolle

Durch diese drei Stufen werden die eben beschriebenen Elemente anwendbar gemacht. Es geht darum, das neue Mitglied zu brechen, es dann in die gewünschte Richtung zu verändern und dies schlussendlich zu fixieren, um ein optimales Sektenmitglied zu erhalten.

1. Schritt: Aufbrechen

Hierzu ist es notwendig, die Realität der Person zu erschüttern. Dies gelingt durch verschiedene Methoden, die von Sekte zu Sekte unterschiedlich angewendet werden, beispielsweise durch Schlafentzug oder die plötzliche Veränderung der Essgewohnheiten. Manche, vor allem totalitäre Sekten arbeiten mit Hypnose. Andere nutzen die Möglichkeit, die Person durch verschiedene Übungen wie zum Beispiel Meditation oder Gebetssitzungen zu gewinnen. Meist werden auch diverse Probleme wie Übergewicht oder Beziehungsprobleme in andere Dimensionen gehoben, um zu demonstrieren, dass die Person Hilfe

braucht, welche ihr ausschließlich in der Gemeinschaft versprochen wird (Vgl. Hassan, 1993).

2. Schritt: Verändern

Ist die Person nun gebrochen, kann sie verändert werden. Sie bekommt nun eine neue Identität. Dieser Prozess beansprucht ein großes Ausmaß an Zeit und ist geprägt von Monotonie und Wiederholung. Der Person werden immer wieder dieselben Inhalte in leicht abgewandelter Form vorgetragen, sodass es weniger auffällt. Vordergründig geht es um negative Weltverhältnisse und das Seelenheil, das nur beim Führer oder der Gruppe gefunden werden kann. Die Macht anderer, älterer Mitglieder darf in diesem Zusammenhang nicht unterschätzt werden. Meist haben diese durch Erzählung ihrer positiven Erfahrungen die stärkste Überzeugungskraft. In den häufigsten Fällen gibt es Treffen in der Gruppe, welche mehrmals pro Woche stattfinden, wo frühere Sünden gebeichtet werden und Erfolge in der Gegenwart erzählt werden, mit dem Ziel, das Gemeinschaftsgefühl zu fördern. Ist die Person nun in eine zufriedenstellende Richtung verändert, folgt der nächste Schritt (Vgl. Hassan, 1993).

3. Schritt: Fixieren

Der Mensch wird neu aufgebaut, seine alten Erinnerungen werden verzerrt, d. h. die positiven Erinnerungen werden abgeschwächt, Sünden und andere negative Erfahrungen dafür deutlich ins Rampenlicht gerückt. Je negativer das neue Mitglied seine Vergangenheit darstellt, umso herzlicher wird es in seinem neuen Leben innerhalb der Gemeinschaft aufgenommen und zum richtigen Weg beglückwünscht. Die Person hat nun eine neue Familie, nämlich die Gruppierung. Blutsverwandschaft ist nur physisch und zweitrangig. Oftmals bekommen Mitglieder solcher Gemeinschaften neue Namen zugeteilt, um der Sektenidentität eine größere Bedeutung zu geben. Wenn die Person alle wichtigen Dinge gelernt hat, kann sie zu Missionszwecken eingesetzt werden und weitere Mitglieder anwerben (Vgl. Hassan, 1993).

Wie sich ein Sektenopfer nun wieder aus den Fängen der Gruppierung befreien kann, soll das nächste Kapitel beschreiben.

3 Der Ausstieg

Manche Sektenmitglieder beginnen trotz allem zu zweifeln und denken vorsichtig über einen eventuellen Ausstieg nach. Oder aber die Familie versucht, das Mitglied aus der Sekte zu befreien. Die Faktoren, die den endgültigen Entschluss auszusteigen erschweren, sollen nun näher beschrieben werden.

3.1 Faktoren, welche den Ausstieg erschweren

Es gibt verschiedene Faktoren, die Sektenmitgliedern den endgültigen Entschluss, die Gemeinschaft zu verlassen, erschweren. Ein Grund ist die feste Überzeugung, die einzige Wahrheit gefunden zu haben. Glaubensüberzeugungen binden einen Menschen wesentlich stärker an eine Sekte, als man denkt (Vgl. Thaler-Singer/Lalich, 1997). „Sie glauben an die Ziele und an die Menschen, die das Gleiche tun wie Sie. Sie glauben an den Führer. Sie glauben, daß [sic] ihr Tun Sinn hat“ (Thaler-Singer/Lalich, 1997, S. 307). Ein weiterer Aspekt, der den Weggang erschwert, ist, dass die meisten Menschen anständig und ehrlich sind und Loyalität der Sekte gegenüber von größter Bedeutung ist. Das Mitglied ist, wie schon erwähnt, überzeugt von der Richtigkeit der Lehren, welche in der Gruppierung vorherrschen, und möchte diese an Andere weitergeben, auch Andere „retten“. Auch die Tatsache, dass ein einfaches Aufstehen und Gehen nicht möglich ist, erschwert den Austritt. Deshalb bleiben viele Teil der Gemeinschaft und halten es manchmal trotz der Zweifel an der Gruppe weiterhin aus. Hilfreich ist dabei der Gedanke, von Anfang an gewusst zu haben, dass es eine schwierige Aufgabe wird, durchzuhalten und den Vorgaben der Gemeinschaft zu entsprechen. Die meisten Sekten haben einen Führer, welcher die Gruppe leitet und eine große Autoritätsfigur ist. Es steht also ein Mensch an der Spitze, der Antworten geben kann und deshalb respektiert werden sollte. Auch werden die Mitglieder, wie bereits erwähnt, immer wieder dazu angehalten, keine Kritik an der Sekte und dem Führer zu üben. Somit entsteht großer Druck innerhalb der Gruppe, indem sich Mitglieder gegenseitig dazu drängen, die vorgegebenen Regeln zu befolgen. Als sozialem Wesen fällt es dem Menschen sehr schwer, solchem Druck zu widerstehen. Er neigt dazu, sich anzupassen und weiterzukämpfen. Ein weiterer Aspekt, der den Austritt erschwert, ist der vorhin angesprochene Informationsmangel über Hintergründe und Struktur der Sekte, an dem die Mitglieder leiden. Die Gruppe leitet nur bestimmte, meist positive Informationen an ihre

Mitglieder weiter (Vgl. Thaler-Singer/Lalich, 1997). „Das Image des Führers wird aufgeblasen, wenn nicht völlig künstlich fabriziert. Oft wird die Zahl der Gruppenmitglieder übertrieben, damit die Gruppe größer und populärer erscheint“ (Singer-Thaler/Lalich, 1997, S. 310f.). Die Mitglieder sind von morgens bis abends mit Aktivitäten, die die Gruppe betreffen, beschäftigt, was sie entsprechend erschöpft. Diese Überforderung und Erschöpfung lässt die Mitglieder in einem Zustand leben, bei welchem sie nur froh sind, den Tag überstanden zu haben. Sektenmitglieder leben nicht, sie funktionieren, ähnlich wie Roboter. Sie sind meist sehr verwirrt und nicht fähig, einen Ausweg zu sehen. Oft leben sie von ihrer Vergangenheit abgeschnitten, ohne Kontakt zu ihrer Familie, manchmal haben sie sogar eine neue Identität durch ihren Namen, welchen sie von der Gruppierung erhalten haben. Sie haben wenig Kontakt zur Außenwelt, von welcher sie meist enttäuscht sind. Ein weiterer, äußerst wichtiger Aspekt ist die Angst vor den Folgen eines Austritts. Diese Furcht wirkt sich lähmend auf die Handlungsfähigkeit des Mitgliedes aus. Rohmann (2002) spricht in diesem Zusammenhang von einer „Ausstiegsphobie“. Viele Gruppierungen verfolgen Abtrünnige und drohen ihnen mit diversen Strafen. Auch Schuldgefühle wegen der Teilnahme an diversen Aktivitäten können einen Grund darstellen, dass ein Mitglied den Ausstieg nicht schafft. Innerhalb einer Sekte herrschen andere Gesetze, und womöglich beteiligen sich Mitglieder an Aktivitäten, welche sie im richtigen Leben nicht getan hätten, welche moralisch verwerflich sind (Vgl. Singer-Thaler/Lalich, 1997).

Die Verzweigung und Aneinanderkettung der eben beschriebenen Elemente (Loyalität, Glaube, Abhängigkeit, Angst, Schuld, Gruppendruck, Informationsmangel und Erschöpfung) macht allein den Gedanken an einen Ausstieg schwierig. Insofern ist der endgültige Schritt, den Austritt tatsächlich zu wagen, ein sehr großer, welcher für Betroffene folgeschwer erscheint.

3.2 Ausstiegsformen

Es gibt verschiedene Arten des Ausstiegs. Die beste Lösung ist der Ausstieg aus eigener Kraft. Manchmal kommt es aber auch vor, dass ein Mitglied aus der Gruppe ausgeschlossen wird, weil es sich falsch verhalten hat. Das Herauslösen mit Gewalt ist eine weitere Form, welche allerdings für alle Beteiligten kraftraubend ist. Das Herauslösen durch Überzeugung ist ebenfalls eine Ausstiegsmöglichkeit.

- Der Ausstieg aus eigener Kraft

Diese Ausstiegsform ist die ideale, da die Entscheidung beim Mitglied selbst liegt, welches sich wahrscheinlich über längere Zeit Gedanken dazu gemacht hat und bereits Zweifel über die Gruppierung in sich trägt. Diese Entscheidung kommt aus der Abwägung verschiedener Argumente und aus dem Gefühl heraus, etwas ändern zu wollen. Bei Menschen, die den Ausstieg aus eigener Kraft geschafft haben, kann man davon ausgehen, dass sie schon gewachsen sind, allerdings ist es trotzdem, vor allem kurz nach dem Ausstieg, wichtig, die Sekte nicht zu verurteilen (Vgl. Eimuth, 1997).

Der Ausstieg ist der erste Schritt in ein neues Leben, allerdings ist noch einiges an Aufarbeitungs- und Loslösungsarbeit von Seiten des Ex-Mitgliedes zu schaffen.

- Der Ausstieg durch Ausschluss aus der Gruppe

Mitglieder, welche aus der Gemeinschaft ausgeschlossen werden, fallen intern meist durch kritische Äußerungen oder Zweifel negativ auf (Vgl. Eimuth, 1997). Manchmal können aber auch längere Krankheit oder andere Umstände, die es dem Mitglied unmöglich machen, sich aktiv am Aufbau der Gruppe zu beteiligen, Grund für einen Ausschluss sein (Vgl. Roderigo, 1994).

Diese Form des Ausstieges ist eine für das Mitglied sehr schmerzhaft. Die Gruppe, welche die einzige Wahrheit hat, möchte die Person nicht mehr dabei haben. Der Grund dafür ist zumeist ein Fehlverhalten des Mitgliedes, es hat sich nicht an die Regeln gehalten. Hierfür ist die Strafe der Ausschluss.

- Der Ausstieg durch das Herauslösen mit Gewalt

Diese Methode war früher in den USA, vereinzelt auch in Deutschland nicht unüblich, sie ist besser bekannt unter dem Ausdruck „Deprogrammierung“. Diese Technik ähnelt der Gehirnwäsche, da sie dieselben Methoden anwendet, nämlich Schlafentzug, verbale Konfrontation und ständige Beobachtung bzw. Beaufsichtigung. Diese Methode entstammt der Idee, die Ideologie auf dieselbe Art und Weise aus dem Kopf des Mitgliedes zu entfernen, wie sie einprogrammiert wurde (Vgl. Eimuth, 1997).

Allerdings kann diese Methode sehr schädlich für die Psyche der betroffenen Person sein und sollte deshalb gemieden werden. „Bekehrung unter Zwang schadet auch dann der Seele, wenn es darum geht, eine falsche Bekehrung rückgängig zu machen“ (Eimuth, 1997, S. 55).

- Der Ausstieg durch das Herauslösen durch Überzeugung

Hier geht es darum, mit der betroffenen Person zu diskutieren und seriöse und nachweisbare Argumente vorzubringen, welche im Idealfall Zweifel an der Gruppierung wecken. Wichtigste Voraussetzung hierfür ist, dass das Sektenmitglied Bereitschaft zur Diskussion zeigt und sich die Argumente anhört. Dies stellt meist das Problem der Anwendung dieser Methode dar, da, wie schon erwähnt, Sektenmitglieder üblicherweise darauf programmiert sind, kritische Äußerungen abzuwehren bzw. zu ignorieren. Sollte es trotz allem zu einer solchen Situation kommen, ist es wichtig, dass der/die AusstiegsberaterIn gut vorbereitet ist und sachliche, gut durchdachte Argumente vorbringt. Hier ist eine klare Linie notwendig, welche logisch und widerspruchsfrei ist (Vgl. Eimuth, 1997).

Bei dieser Methode ist es wichtig, behutsam vorzugehen und sich nicht negativ, aber dennoch kritisch über die Gruppe zu äußern. Wenn das Mitglied Bereitschaft zu einem solchen Gespräch äußert, sollte es als einmalige Chance gesehen werden.

Eine der wichtigsten Hilfen für den Ausstieg ist, wenn möglich, die Familie. „Die Liebe der Familie ist eine viel stärkere Kraft als die Liebe der Sekte, die immer an Bedingungen geknüpft ist“ (Hassan, 1993, S. 212). Die Liebe und vertrauensvolle Beziehung zu Familienangehörigen hat eine große Kraft, welche Betroffenen den Ausstieg erleichtert. In manchen Fällen ist es allerdings so, dass Mitglieder in der Sekte aufgewachsen sind und die gesamte Familie Teil der Gruppierung ist. Manche Menschen schaffen den Ausstieg auch ohne viel Hilfe, aus eigener Kraft. Zu welchen Schwierigkeiten es nach dem Ausstieg kommt, soll nun näher beschrieben werden.

3.3 Die Zeit unmittelbar nach dem Ausstieg

Durch den Austritt aus einer Sekte wird das ehemalige Mitglied mit völlig neuen Problemen und Herausforderungen konfrontiert. Meist ist der Verlust der Gruppe schmerzlich,

schließlich hat die Person hier Freundschaften und Bekanntschaften gepflegt. Aber auch alltägliche Dinge müssen neu geregelt werden, Entscheidungen müssen getroffen werden. Dies sind am Anfang eines Austritts überfordernde Dinge, schließlich war innerhalb der Sekte alles geregelt. Die Mitglieder haben ein starres Weltbild mit Wertvorstellungen, nach welchen sie leben, dies muss nun alles neu aufgebaut werden. Aber auch belanglos erscheinende Dinge wie der Kleidungsstil oder die Essensgewohnheiten müssen neu durchdacht und organisiert werden. Viele Sektenmitglieder widmen ihren gesamten Alltag der Gemeinschaft, sind dadurch entweder nicht berufstätig oder bekleiden einen Arbeitsplatz innerhalb der Gruppe. Daraus resultiert, dass nach einem Ausstieg eine neue Erwerbstätigkeit gefunden werden muss. Oftmals war auch die Wohnsituation durch die Sekte organisiert. Nach einem Austritt muss also eine neue Lebensgrundlage geschaffen werden. Man kann also von einer Phase des Übergangs sprechen oder einem Neuanfang. Allerdings fühlen sich Aussteiger, die sich in solch einer Situation befinden, meist überfordert. Es fällt ihnen schwer, Zukunftsperspektiven zu sehen, da die gegenwärtige Lage ein großes Ausmaß an Schwierigkeiten mit sich bringt. So kommt es oftmals vor, dass Ehemalige zu zweifeln beginnen und sich nicht mehr sicher sind, ob ihr Ausstieg die richtige Entscheidung war (Vgl. Eimuth, 1997).

Ein Sektenausstieg beinhaltet eine Vielzahl an möglicherweise auftretenden psychischen Folgen, wie zum Beispiel Depression, Einsamkeitsgefühle sowie Verlassenheitsängste, Schuldgefühle, Schwierigkeiten, neue Kontakte aufzubauen, Entscheidungsunfähigkeit, Ängste vor einer Verfolgung durch die Sekte, Verlust des Selbstwertgefühls, intellektuell-kognitive Schwierigkeiten (durch die Einschränkung des selbstständigen Denkens) u. v. m. (Vgl. Roderigo, 1994).

Wenn der Einstieg in den Alltag halbwegs gelungen ist, kann der Eintritt in das gesellschaftliche Leben erfolgen. Die Gefahr eines „Rückfalles“, also eines Wiedereinstiegs in die Sekte, ist auch noch lange Zeit nach dem Austritt gegeben. Ehemalige haben meist große Schwierigkeiten damit, sich in der Gesellschaft zurechtzufinden. Vor allem wenn sie mehrere Jahre in der Sekte waren oder vielleicht sogar in einer solchen Gruppierung aufgewachsen sind.

Ein weiterer wichtiger Schritt in der Phase des Ausstieges ist, dass Aussteiger die durchlebten Erfahrungen annehmen und als Teil ihres Lebens akzeptieren. Wichtig hierbei ist, dass das ehemalige Mitglied auch positive Dinge über die Gruppe sagen darf und diese Äußerungen durch Außenstehende nicht negativ bewertet werden (Vgl. Eimuth, 1997).

Hierbei kann die personenzentrierte Psychotherapie eine Hilfestellung darstellen. Im folgenden Kapitel soll auf die Arbeitsweise dieser Therapieform eingegangen sowie ihre

Vorteile für die eben erwähnten Bedürfnisse von Sektenaussteigern herausgearbeitet werden.

4 Psychotherapie für Sektenaussteiger

Dieses Kapitel beschäftigt sich mit den Anforderungen einer Therapie für Sektenaussteiger. Auch das Drei-Stufen-Modell nach Rohmann soll vorgestellt werden.

4.1 Anforderungen an die Psychotherapie

Für die Beratung von Sektenaussteigern ist es wichtig, dass „der Therapeut einfach zuhört und dem Patienten erkennen hilft, wie das Verhalten konditioniert worden ist“ (Singer-Thaler/Lailich, 1997, S. 351).

Sektenmitglieder stehen, wie eben beschrieben, unter Bewusstseinskontrolle. Die Gemeinschaft überwacht die Person, aber auch ihr Handeln und ihr Denken. So gesehen, geraten Sektenmitglieder in eine Abhängigkeit der Gruppe gegenüber. Sie bekommen das Gefühl, ohne die Sekte keine Entscheidungen treffen zu können; oftmals sind sie auch der Meinung, dass der Führer am besten wisse, was gut für das einzelne Mitglied sei. Sektenmitglieder sind also nicht bei sich. Ihr Selbst sowie die Tendenz, sich zu verwirklichen, sind gedämmt. Das ist der Punkt, an welchem eine Psychotherapie ansetzen sollte.

Man kann den Zustand nach dem Austritt aus einer Sekte folgendermaßen beschreiben: „Der Allgemeinzustand nach einem Austritt kann als kritisches Lebensereignis, als Krise verstanden werden; im Sinne von *Nicht mehr – noch nicht*“ (Rohmann, 2002, S. 109). Das bedeutet, die Person befindet sich nicht mehr in der Welt der Gemeinschaft, die dort vorherrschenden Werte und Ideale haben also wenig Relevanz mehr, sie befindet sich allerdings auch noch nicht in der Wertewelt der Gesellschaft, in welcher sie lebt (Vgl. Rohmann, 2002).

Eine mögliche Hilfestellung könnte die Verbindung aus Ausstiegsberatung und Psychotherapie sein. Hierzu bietet das Drei-Stufen-Modell nach Rohmann (2002) eine Handlungsgrundlage, weil es sowohl darum geht, über die sekteninternen Hintergründe und die Bewusstseinskontrolle aufzuklären, als auch um die Therapie von Schwierigkeiten,

welche aufgrund der Sektenmitgliedschaft bzw. des Ausstiegs entstanden sind (Vgl. Rohmann, 2002).

4.2 Das Drei-Stufen-Modell nach Rohmann

Die Therapie von Sektenaussteigern sollte nach Rohmann (2002) drei Phasen durchlaufen. Bei Stufe 1 geht es darum, Hintergrundinformationen über die jeweilige Gruppe zu vermitteln. Stufe 2 widmet sich der Aufklärung der Bewusstseinskontrolle, und Stufe 3 widmet sich dann sowohl den aktuellen Problemen des Mitgliedes, als auch den Schwierigkeiten, die das Mitglied vor dem Eintritt in die Sekte hatte (Vgl. Rohmann, 2002).

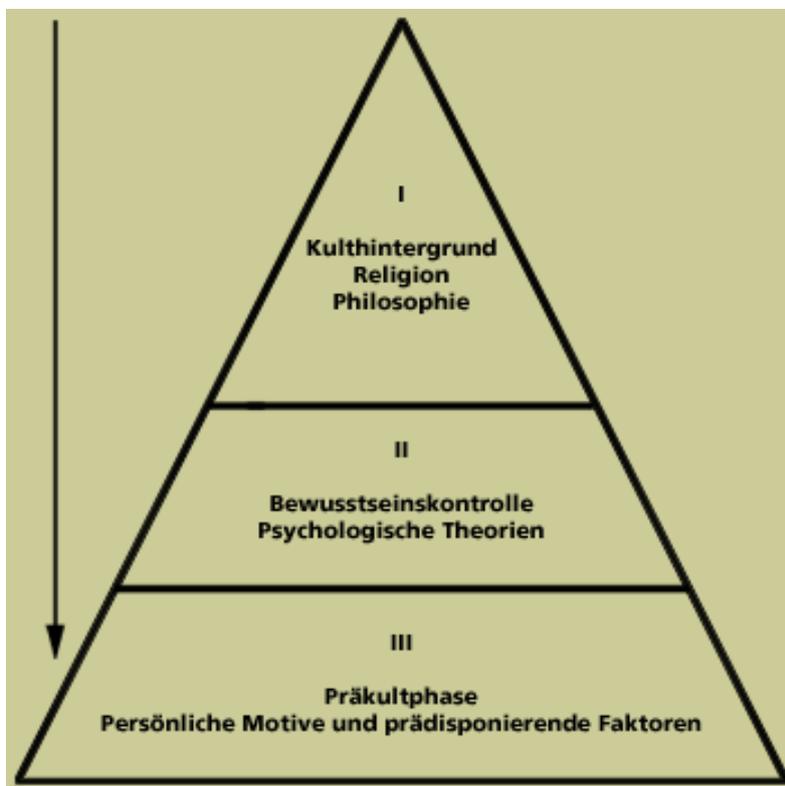


Abb. 1: Graphische Darstellung des Drei-Stufen-Modells (Rohmann, 2002, S. 110)

- Stufe 1: Die Vermittlung von Hintergrundinformationen

Ehemaligen Mitgliedern soll geholfen werden, „hinter die Kulissen“ der Gemeinschaft zu sehen, welche er oder sie verlassen hat. Hierzu ist es erforderlich, dass der/die TherapeutIn

sich mit Sekten und Kulturen auskennt und die Hintergründe der jeweiligen Gemeinschaft kennt. Ebenso von größter Bedeutung ist, dass die beratende Person die Wertvorstellungen kennt, aber auch über erwünschtes und unerwünschtes Verhalten innerhalb der Gruppe informiert ist. Wichtig ist auch, welche Sanktionen von Seiten der Gruppe für unerwünschtes Verhalten eines Mitgliedes vorgenommen werden (Vgl. Rohmann, 2002).

Schließlich geht es auch darum, zu wissen, „welche persönlichen negativen Folgen – laut Prophezeiung des Kultes – ein Austritt nach sich zieht“ (Rohmann, 2002, S. 111).

Bei Stufe 1 ist es also von größter Wichtigkeit, dass die beratende Person ausreichend Erfahrung auf dem Gebiet der Sektenausstiegsberatung hat und über genügend die jeweilige Sekte betreffende Informationen verfügt.

- Stufe 2: Theorie der Bewusstseinskontrolle

Hier geht es darum, der jeweiligen Person bewusst zu machen, wie Sekten arbeiten. Weiters geht es bei diesem Schritt darum, verständlich zu machen, „in welchem Ausmaß wir alle – abhängig vom jeweiligen Kontext – entscheiden, wahrnehmen, getäuscht oder manipuliert werden bzw. uns täuschen lassen oder Manipulation zulassen“ (Rohmann, 2002, S. 111).

Es soll hervorgehoben werden, dass es in manchen Situationen fast jedem Menschen passieren kann, in eine Sekte zu geraten, und es durchaus normal bzw. verständlich ist, dass man als Betroffene(r) die von der Gruppe angewendeten Indoktrinationsmechanismen weder erkennen noch durchschauen kann (Vgl. Rohmann, 2002).

Stufe 1 und 2 sollen dazu beitragen, das Ex-Mitglied dabei zu unterstützen, die innerhalb der Sekte benutzten Mechanismen zu verstehen und zu verarbeiten.

- Stufe 3: Analyse der Motive und prädisponierenden Faktoren

Wenn die beiden vorangegangenen Stufen abgeschlossen sind, kann zu Stufe drei übergegangen werden, bei welcher es darum geht, diejenigen Faktoren zu analysieren, welche für das Interesse, der jeweiligen Sekte beizutreten, gesorgt haben. „Hier geht es um Themenbereiche, die für den Klienten *vor dem Kulteintritt* von Bedeutung waren, wie frühere Verletzungen, Verlusterlebnisse, Ängste, Familie, Partnerschaft, ...“ (Rohmann, 2002, S. 111).

Wichtig ist, dass der Klientin / dem Klienten Raum geschaffen wird, herauszufinden, warum es ihr/ihm zu dem Zeitpunkt nicht möglich war, sich gegen die Anwerbung der Gemeinschaft zu wehren. In dieser Phase geht es allerdings auch darum, dass die erwähnten Probleme, welche vor dem Eintritt vorherrschten, wieder aktuell werden und bearbeitet werden sollen (Vgl. Rohmann, 2002). „Es hat sich in der Praxis immer gezeigt, dass diese Problemkreise während der Mitgliedschaft ‚auf Eis gelegt‘ waren und erst mit dem Ausstieg wieder ganz konkret aktuell wurden“ (Rohmann, 2002, S. 112).

Rohmann (2002) weist darauf hin, dass die effektivste Methode, um Sektenaussteigern zu helfen, die Verbindung der drei Stufen ist. Sektenausstiegsberatung arbeitet hauptsächlich mit Stufe eins und zwei. Psychotherapie beschränkt sich vorwiegend auf Stufe drei. „Die Vermutung liegt nahe, dass die isolierte Bearbeitung einzelner Stufen unmittelbar nach einem Kulturaustritt zwar hilfreich ist und als unterstützend erlebt wird, jedoch für eine langfristige und dauerhafte Verarbeitung des Erlebten nicht ausreichend zu sein scheint.“ (Rohmann, 2002, S. 112)

Was der personenzentrierte Ansatz mithilfe des nun erworbenen Hintergrundwissens leisten kann, soll im nächsten Kapitel erarbeitet werden.

5 Was der personenzentrierte Ansatz beitragen kann

Rogers formuliert die Selbstverwirklichungstendenz als die eigentliche Grundlage bzw. das Fundament der personenzentrierten Psychotherapie (Vgl. Rogers, 1981). „Der Organismus ist selbstbestimmt. In seinem normalen Zustand strebt er nach seiner eigenen Entfaltung und nach Unabhängigkeit von äußerer Kontrolle“ (Rogers, 1978, S. 267). Diese Tendenz, auch Aktualisierungstendenz genannt, kann also als eine zielgerichtete Antriebskraft gesehen werden, welche danach strebt, vorhandene Anlagen zu vervollkommen (Vgl. Rogers, 1978). Rogers bezeichnet das Leben als einen aktiven Prozess, bei welchem es darum geht, „daß [sic] die Verhaltensweisen eines Organismus tendenziell der Erhaltung, Entfaltung und Reproduktion des Selbst dienen“ (Rogers, 1981, S. 69).

Betrachtet man nun Sektenmitglieder, stellt man fest, dass ihre Selbstverwirklichungstendenz durch die Bewusstseinskontrolle gedämmt ist. „Das Wesen von Bewußtseinskontrolle [sic] besteht darin, daß [sic] sie Abhängigkeit und Konformität unterstützt und Selbstständigkeit und Individualität unterdrückt“ (Hassan, 1993, S. 95). Wie schon beschrieben wurde, geht es bei der Bewusstseinskontrolle darum, Individuen zu manipulieren, ihre Wünsche und Bedürfnisse nach hinten zu stellen, um den Erfordernissen

der Sekte zu entsprechen. „Diese Selbstverwirklichungstendenz kann natürlich gehemmt und deformiert werden, aber man kann sie nicht zerstören, ohne den Organismus zu vernichten“ (Rogers, 1981, S. 69). Rogers geht davon aus, dass selbst unter den ungünstigsten Bedingungen ein Bestreben danach, zu „werden“, erkennbar ist (Vgl. Rogers, 1981). Dies bedeutet, dass Menschen sich nicht aufgeben, dass diese Selbstverwirklichungstendenz immer vorhanden ist und aufgegriffen werden kann, um das Individuum zu seinem Selbst, seinen innersten Wünschen und Sehnsüchten zurückzuführen. Dies könnte als Schlüssel dazu gesehen werden, Sektenaussteigern mithilfe der personenzentrierten Psychotherapie zu helfen, sich selbst zu finden.

5.1 Das personenzentrierte Menschenbild als Handlungsgrundlage

Da die personenzentrierte Psychotherapie ihre Wurzeln in der Phänomenologie hat, liegt ihr besonderer Fokus auf dem Vertrauen in die eigene Erfahrung, welche auch verbalisiert werden kann, dem Selbstbewusstsein und zwischenmenschlichen Beziehungen (Vgl. Wampold, 2010). Es handelt sich also um einen beziehungs- und erfahrungsorientierten Ansatz (Vgl. Schmid, 1989).

Als absolut wichtigste und grundlegende Bedingung für eine förderliche Beziehung sieht Rogers die Authentizität. Für ihn steht die Person als eigenständiges und unverwechselbares Individuum im Mittelpunkt (Vgl. Schmid, 2011). So gesehen, kann die personenzentrierte Psychotherapie als wissenschaftliche und praktische Frage nach der Person verstanden werden. Sie basiert auf der Annahme, „dass der Mensch die Fähigkeit und Tendenz zur Entwicklung in sich selbst trägt, es aber der Beziehung bedarf, damit diese Entwicklung tatsächlich stattfinden kann“ (Schmid, 2011, S. 39). Hier kommt es also zu einem Spannungsfeld zwischen der selbstständigen Person an sich und der Person in Beziehung. Es handelt sich um einen wechselseitigen Prozess, einem Sowohl-als-auch.

Diese Spannung findet sich in der Therapie wieder, wenn es darum geht, dass der Klient durch die Beziehung er selbst wird, dabei begreifend, was er immer schon selbst war und erst noch werden kann, und der Therapeut authentisch er selbst und doch einführend und wertschätzend ganz auf den Anderen bezogen ist (Schmid, 2011, S. 39).

Personenzentrierte Psychotherapie basiert auf der Annahme, dass „Psychotherapie als Persönlichkeitsentwicklung durch Begegnung“ (Schmid, 2011, S. 40) wahrgenommen wird. So gesehen, geht sie davon aus, dass der Mensch das Potenzial der Veränderung in sich trägt, allerdings eine unterstützende Beziehung benötigt, um diese hervorbringen zu können.

5.2 Arbeitsweise der personenzentrierten Psychotherapie

Wichtig ist die Grundhaltung des Therapeuten, welche geprägt sein sollte durch Empathie, Akzeptanz und Kongruenz. Empathie beschreibt das genaue, einfühlsame Verständnis „für die innere Welt des Klienten“ (Rogers, 1973, S. 277). Der Therapeut versteht die Welt des Klienten so, als wäre sie seine eigene, „ohne jedoch je diese ‚Als-Ob‘-Qualität außer acht [sic] zu lassen“ (Rogers, 1973, S. 277). Die Akzeptanz ist laut Rogers (1973) von einer „bedingungslosen positiven Zuwendung“ (S. 277), die der Therapeut den Klienten spüren lassen soll, geprägt. Hier geht es darum, dass der Klient voll und ganz akzeptiert wird, egal von welchen Gefühlen er spricht. Mit der Kongruenz ist gemeint, dass der Therapeut echt ist, „daß [sic] er innerhalb der Beziehung genau das ist, was er ist – und nicht eine Fassade oder eine Rolle oder eine Vorstellung“ (Rogers, 1973, S. 276). Enorm wichtig für den Fortschritt der Therapie ist, dass der Klient etwas von der Kongruenz, der Akzeptanz und der Empathie, die ihm entgegengebracht wird, wahrnimmt (Vgl. Rogers, 1973).

Für die Therapie von Sektenaussteigern sind diese Grundhaltungen des Therapeuten von größter Bedeutung. Mitglieder sektiererischer Gruppierungen werden oftmals unter Druck gesetzt, Dinge zu tun, die sie sonst nicht tun würden. „Sie fühlen sich schuldig, weil sie andere durch Tricks und Täuschung dazu verleitet haben, die Sekte zu unterstützen, und weil sie Menschen hineingezogen haben, die noch immer in der Sekte sind und die ohne ihr Zutun niemals Mitglied geworden wären“ (Singer-Thaler/Lailich, 1997, S. 347). Von daher ist es für den Therapieerfolg ausschlaggebend, dass Klienten nicht bewertet und verstanden werden.

5.3 Macht innerhalb der Psychotherapie

Ein weiterer Schlüsselbegriff für die Arbeit mit Sektenaussteigern ist neben der Bewusstseinskontrolle die Macht. Die Struktur von Sekten ist autoritär. Der Führer ist die höchste Autorität und zugleich Respektperson. Er hat in allen Belangen die Entscheidungsmacht und somit das letzte Wort (Vgl. Singer-Thaler/Lailich, 1997). Die Interaktionsprozesse innerhalb einer Sekte lassen sich folgendermaßen beschreiben:

Eine Sektenbeziehung ist dadurch gekennzeichnet, daß [sic] eine Person bewußt [sic] und gezielt auf andere einwirkt, um sie in allen wichtigen Lebensentscheidungen vollständig oder beinahe vollständig von sich abhängig zu machen, und die Anhänger

glauben macht, sie verfüge über eine besondere Gabe oder außergewöhnliches Wissen (Singer-Thaler/Lalich, 1997, S. 34).

Auch Rogers (1981) greift dieses Problem der Machtausübung auf, wenn er davon spricht, dass die Religion der Auffassung ist, dass „der Mensch ... im Grunde sündig und daher der Disziplinierung und Lenkung bedürftig“ (S. 103) ist.

Insofern könnte die personenzentrierte Anthropologie heilend für Menschen mit Sektenerfahrung sein, da diese konstruktiv geprägt ist. Sie besagt, „daß [sic] die Menschen ... vertrauenswürdig, schöpferisch, eigenmotiviert, tatkräftig und konstruktiv sind ... daß [sic] sie fähig sind, Potenziale freizusetzen, von denen sie sich nichts hätten träumen lassen“ (Rogers, 1981, S. 104).

Nicht zu vergessen ist allerdings auch, dass Menschen, welche über viele Jahre in einer Sekte gelebt haben, durch ihre Abhängigkeit zur Gruppierung oder dem Führer anfällig dafür sind, den Therapeuten zu idealisieren, und aus diesem Grund dazu neigen, sich selbst von dieser Person abhängig zu machen. Auf der anderen Seite misstrauen viele Sektenaussteiger nach ihren Erfahrungen vielen Menschen. Hier liegt es am Therapeuten, einen Mittelweg zu finden, wodurch der Begriff der therapeutischen Macht ins Zentrum rückt.

Rogers (1981) beschreibt den personenzentrierten Ansatz als weitgehend machtfrei und weist darauf hin, dass dieser deshalb immer sehr umstritten war. Er vertritt die Ansicht, dass es wichtig ist, ein Klima zu schaffen, welches eine Machtaufteilung impliziert. Diese Haltung ist eine für Sektenaussteiger sehr hilfreiche. Es ist besonders wichtig, ihnen zuzugestehen, dass sie fähig sind, Entscheidungen für sich zu treffen, und sie dabei zu stärken und zu unterstützen (Vgl. Rohmann, 2002).

Zurhorst (2011) sieht den von Rogers formulierten Verzicht auf die Macht innerhalb der Therapie etwas kritisch. Seiner Meinung nach ist die personenzentrierte Psychotherapie nicht ganz machtfrei (Vgl. Zurhorst, 2011).

Wie ich zu zeigen versucht habe, kann der Machtverzicht weder durch eine selbstverleugnende, non-direktive therapeutische Verhaltensweise noch durch eine nach dem Vorbild einer Alter-Ego-Struktur gekennzeichnete Beziehungskonstellation noch durch eine begegnungsphilosophisch inspirierte Beziehung der „Unmittelbarkeit“ von Ich und Du erreicht werden. (Zurhorst, 2011, S. 85)

Auch die „unbedingte positive Wertschätzung“ beleuchtet er kritisch und spricht davon, dass es sich hierbei um eine „Kontrollmöglichkeit für Empathie und Kongruenz“ (Zurhorst, 2011, S. 85) handelt und die Bezeichnung „intersubjektive, wertschätzende Anerkennung“ möglicherweise passender wäre. Er ist der Meinung, „dass jenseits von Deutung und Manipulation, aber auch jenseits von ‚Allwissenheitsphantasien‘ eine prinzipiell offene,

jedoch nicht willkürliche oder beliebige Entwicklung zur psychischen Gesundheit angestrebt wird bzw. graduell erfolgt“ (Zurhorst, 2011, S. 90).

Dass die psychische Gesundheit eines Klienten nicht dem Zufall überlassen werden sollte, ist wichtig. So ist eine gewisse Leitung durch den Therapeuten auch bei Sektenaussteigern wichtig. Möglicherweise wird dem Therapeuten dadurch auch etwas mehr Macht zugesprochen. Hassan (1993) spricht davon, dass bei der Therapie von ehemaligen Sektenmitgliedern ein konstruktiver Ansatz von größter Wichtigkeit ist, welcher es dem Klienten auch erlaubt, positive Seiten seiner Vergangenheit zu sehen (Vgl. Hassan, 1993).

In diesem Sinne erscheint der personenzentrierte Ansatz sehr gut geeignet für die Arbeit mit Sektenaussteigern, allerdings benötigt er einige Adaptionen, auf welche im Folgenden eingegangen werden soll.

5.4 Differenzielle Vorgangsweise

Die eben beschriebenen therapeutischen Grundhaltungen der personenzentrierten Psychotherapie kann man als Basisverhalten bezeichnen. Die differenzielle Vorgangsweise ermöglicht nun eine Adaption dieses Verhaltens, was zur Folge hat, dass sich der Therapeut an unterschiedliche Klienten- und Problemsituationen anpassen kann. Damit geht auch eine Optimierung der Effektivität einher (Vgl. Tscheulin, 2011).

Differenzielles Vorgehen wird durch die Komponente der Selbstaufmerksamkeit des Klienten ermöglicht. Durch sie wird es möglich, die Ursache der Schwierigkeiten zu ermitteln und in Folge die passende Behandlungsform zu finden. „Selbstaufmerksamkeit ... ist eine psychische Größe, die nur zwei Zustände ... einnehmen kann, nämlich die so genannte *subjektive* und die *objektive Selbstaufmerksamkeit*“ (Tscheulin, 2011, S. 174). Sie führt zu bestimmten Persönlichkeitszügen, welche als selbstbezogen und aktionsbezogen zusammengefasst werden können (Vgl. Tscheulin, 2011).

- Selbstbezogene Klienten: leiden meist an depressiven, phobischen Störungen bzw. auch Angstsyndromen. Durch die Symptome sind sie teilweise stark eingeschränkt in ihren Handlungsmöglichkeiten, weshalb der Therapeut hier handlungsaktivierend und anleitend vorgehen sollte. Hilfreiche Techniken sind „Aufgaben setzen“ oder das Ansprechen kritischer Alltagsbereiche (Vgl. Tscheulin, 2011).
- Aktionsbezogene Klienten: sind Menschen mit Konversationsstörungen, Suchtsyndromen, Borderline und zwanghaften Persönlichkeitsstörungen. Sie haben Schwierigkeiten damit, sich selbst zu erleben. Aus diesem Grund neigen sie dazu,

Widersprüchlichkeiten bei sich selbst zu übersehen. Das therapeutische Vorgehen in diesem Fall sollte sich durch ein erlebnisförderndes Verhalten auszeichnen (Vgl. Tscheulin, 2011).

Zu beachten ist jedoch, dass Klienten nicht zu jeder Zeit und in allen Phasen im selben Ausmaß selbst- oder aktionsbezogen sind. Die Therapie muss deshalb immer flexibel gehalten sein. Wampold (2010) weist ebenfalls darauf hin, dass manche Therapieformen effektiver sind als andere. Eine differenzielle Vorgangsweise, auf den Klienten bezogen, ist deshalb von Vorteil (Vgl. Wampold, 2010).

Ein wichtiges Prinzip hierbei ist die Komplementärhypothese: „Diese besagt, dass es zum Erreichen konstruktiver Persönlichkeitsveränderungen nötig ist, dass die beteiligten Kontaktpersonen in einem reziprok-komplementären Beziehungsverhältnis zueinander stehen (d. h. einander wechselseitig ergänzen).“ (Tscheulin, 2011, S. 175)

Auch Cain (2010) weist darauf hin, dass die differenzielle Vorgangsweise in der personenzentrierten Psychotherapie auf dem Vormarsch ist. Es gibt inzwischen viele adaptive Formen des klientenzentrierten Ansatzes, welche er als sowohl kreative, als auch durchdachte Entwürfe bezeichnet, um effektiv mit den Problemen der einzelnen Klienten umzugehen (Vgl. Cain, 2010).

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist das Beachten und Respektieren des kulturellen Hintergrundes der Klienten. Bei langjährigen Sektenmitgliedern liegt der Vergleich nahe, dass sie bei ihrem Austritt aus einer Kultur in eine andere, für sie neue wechseln. Dieser Hintergrund, diese Erfahrungen bekommen dann natürlich auch für die Therapie eine enorme Wichtigkeit.

So liegt es an den Therapeuten, sich auf die Vielfältigkeit ihrer Klienten einzulassen und dem kulturellen Hintergrund innerhalb der Therapie die grundlegende Bedeutung zu geben, die sie für Klienten hat. In diesem Sinne spielt Akzeptanz eine große Rolle, aber auch die Art und Weise, wie Therapeuten den soziokulturellen Kontext wahrnehmen, ist wichtig. Der personenzentrierte Ansatz scheint dafür sehr gut geeignet zu sein, da das Einlassen auf Diversität innerhalb der klientenzentrierten Psychotherapie schon von Anfang an praktiziert wurde. Die Türen des „Counseling Centers“ standen für jeden Menschen offen. Jeder bekam eine Therapie, egal welche Hautfarbe oder sexuelle Orientierung die Person hatte. Der klientenzentrierte Ansatz bietet eine Reihe von Denkanstößen, um mit einer großen Anzahl an Klienten aus verschiedenen Kulturen und Erfahrungen zu arbeiten. Die Einhaltung der personenzentrierten Grundhaltung (engl. Core Conditions) ist auch hier von größter Bedeutung (Vgl. Cain, 2010).

Individuelle Adaptionen auf die Bedürfnisse der Klienten scheinen sinnvoll und effektiv zu sein. Cain (2010) weist darauf hin, dass er sich schon lange dafür einsetze, die klassische Form des personenzentrierten Ansatzes differenziell zu verwenden: „I have long argued that the classical form of person-centered therapy needs to be adapted when it does not ideally fit the needs of the unique person sitting before the therapist“ (S. 140).

5.4.1 Kernkompetenzen in der Arbeit mit Diversität

Cain (2010) formuliert drei Kernkompetenzen, welche in der Arbeit mit Diversität innerhalb des klientenzentrierten Ansatzes zu tragen kommen sollten:

1. Das Bewusstsein über die eigenen Annahmen, Werte und Voreingenommenheiten

Hierbei ist es besonders wichtig, dass Therapeuten ihre eigenen Vorurteile regelmäßig bewusst reflektieren und genau darauf achten, welchen Effekt diese auf ihre Klienten haben. Gegebenenfalls sollte mit angemessenen Veränderungen reagiert werden. Dies gilt in besonderem Ausmaß, je unterschiedlicher die Hintergründe von Klient und Therapeut sind (Vgl. Cain, 2010).

Der respektvolle Umgang mit Klienten, egal welche Schwierigkeiten sie haben, ist ebenso selbstverständlich wie die nicht wertende Annahme von unterschiedlichen Gefühlen. Dazu zählen auch extreme oder unrealistische Empfindungen bzw. Einstellungen des Klienten. Für die effektive Arbeit mit Diversität ist es wichtig, dass die persönlichen Ansichten und Wertigkeiten von Therapeuten nebensächlich werden. Eine weitere Voraussetzung ist die Empfänglichkeit und Offenheit für die Einflüsse und Wertigkeiten der kulturellen und familiären Hintergründe ihrer Klienten (Vgl. Cain, 2010).

2. Die Weltansicht des Klienten verstehen

Für den optimalen Therapieerfolg ist es zweckmäßig, wenn Therapeuten sich mit den Weltanschauungen ihrer Klienten auseinandersetzen und diese verstehen. Dies betrifft sowohl die kulturellen Aspekte, als auch diejenigen, welche durch diverse Erfahrungen des

Klienten entstanden sind. Allerdings ist auch das einfühlsame Verständnis für die Welt des Klienten wichtig. Hierzu gehört auch, zu beachten, dass Menschen aus Subgruppierungen spezielle Erfahrungen und Einstellungen haben (Vgl. Cain, 2010).

Am Beispiel von Sektenaussteigern würde das bedeuten, dass Therapeuten sich ein Bild von der Gruppierung machen und wissen, wie es ist, innerhalb dieser „Kultur“ zu leben. Hierzu gehört es, die internen Mechanismen und Machtstrukturen zu verstehen, aber auch, sich im Vorfeld über den gruppeneigenen „Jargon“ zu informieren. Der beste Weg zur Weltanschauung des Klienten führt über das Verständnis seines kulturellen Hintergrundes. Auch Rogers (1983) ist der Meinung, dass „der einzige Weg zum Verständnis einer anderen Kultur in der Annahme des Bezugssystems dieser Kultur liegt“ (S. 427).

3. Die Entwicklung adäquater Interventionsstrategien und Techniken

Die Modifizierung des therapeutischen Stils sollte nicht nur akzeptiert, sondern sogar angestrebt werden, da dies in manchen Fällen notwendig ist, um die Bedürfnisse mancher Klienten zu erfüllen. „The optimal form of client-centered therapy would be ‘client-informed’ or ‘client-directed’“ (Cain, 2010, S. 142). Die ideale Form der personenzentrierten Psychotherapie wäre also eine über den Klienten informierte und auf ihn ausgerichtete Therapie.

Auch Wampold (2010) weist darauf hin, dass Therapie auf den Klienten / die Klientin und seine/ihre Hintergründe abgestimmt werden sollte: „the intervention should be compatible with the culture, attitudes, values, and characteristics of the client“ (S. 102). Dieses Sicheinlassen und Sicheinstellen auf den Klienten / die Klientin ist auch deshalb von Bedeutung, da viele Klienten die Therapie abbrechen, weil sie sich nicht verstanden fühlen. So gesehen, ist es wichtig, dass Therapeuten akzeptieren, dass der/die KlientIn die Therapie führt (Vgl. Wampold, 2010).

5.4.2 Kritische Reflexion

Therapie sollte also auf die Zielgruppe, mit Berücksichtigung des kulturellen Hintergrundes der jeweiligen Person, angepasst werden. Norcross und Wampold (2011) vertreten die Ansicht, dass die Psychotherapieforschung von Anfang an versucht hat, die Behandlung an

den individuellen Klienten und dessen Kontext anzupassen. So sind viele Psychotherapeuten der Ansicht, dass jeder Mensch anders ist und Behandlungsformen, welche für den einen Menschen ideal sind, für jemanden anderen weniger geeignet sind. Also kommt es dazu, dass Therapeuten beginnen, die beste Behandlungsform für die jeweilige Störung auszuwählen. Allerdings ist die Anpassung einer Psychotherapie an eine Störung nicht immer die effektivste Methode, weil es hierdurch dazu kommen kann, dass der/die KlientIn als Person in den Hintergrund der Störung rückt (Vgl. Norcross/Wampold, 2011).

Eine weitere Problematik dieser Vorgangsweise ist, dass Therapeuten auf diese Art und Weise in eine schwierige Position geraten, bei welcher sie Experten auf unterschiedlichsten Gebieten werden müssen, und dadurch den Anspruch an sich selbst entwickeln könnten, zu „Supertherapeuten“ (Hutterer, 2005, S. 14) werden zu müssen. Dies ist eine für die Praxis ungeeignete Grundeinstellung, da sie Therapeuten stark unter Druck setzt und möglicherweise zu einem Gefühl des Versagens führen könnte (Vgl. Hutterer, 2005).

Der beruflich erfolgreiche Psychotherapeut ist nicht der „adaptive Supertherapeut“, sondern der selektive Therapeut, der seine Stärken und Grenzen von vornherein berücksichtigt. Diese Selektivität ist das Fundamentum für eine verantwortungsvolle Praxis, auf der verschiedene individuell bevorzugte adaptive Strategien aufbauen können. (Hutterer, 2005, S. 14)

Auch Norcross und Wampold gelangen zu dem Schluss: „Psychotherapists need not offer all services to all patients“ (Norcross/Wampold, 2011, S. 131). Therapeuten müssen also nicht alle Behandlungsformen anbieten, um alle Klienten damit anzusprechen. Möglicherweise wäre es sinnvoller, dass Therapeuten sich auf eine Klientengruppe spezialisieren, für welche sie eine differenzielle Arbeitsweise anbieten.

Sektenmitglieder haben nach ihrem Ausstieg mit einer Vielzahl an Schwierigkeiten zu kämpfen, welche oftmals durch eine Therapie gelindert werden können.

Schuldgefühle, eingeschränkte Entscheidungsfähigkeit, Perspektivlosigkeit, Sorge und Trauer, Wut und Ärger, Furcht und Angst, Isolationsempfindungen, Misstrauen, die Tendenz zu verabsolutiertem dichotomen Denken, dissoziative Zustände, das Gefühl überflüssig und wertlos zu sein, sog. Floatingerlebnisse, Schlafstörungen und Albträume, Familien- und berufliche Probleme, Entfremdungsgefühle, Depressionen usw. (Rohmann, 2002, S. 109)

Dieser Zustand löst oftmals eine Ambivalenz bei Betroffenen aus, da sie nicht mehr ganz in der Wertewelt der Gemeinschaft verankert sind, aber auch noch nicht bei den in der Gesellschaft üblichen Werten angekommen sind (Vgl. Rohmann, 2002).

Hier liegt es am Therapeuten, den Klienten und seinen kulturellen Hintergrund anzunehmen und ihn zu motivieren, aus seinem momentanen Zustand der Unfähigkeit auszubrechen. Hierzu gehört auch, die Bewusstseinskontrolle zu verstehen, um diese durchbrechen zu können. Personenzentrierte Psychotherapie in ihrer Grundhaltung reicht für Sektenaussteiger möglicherweise nicht ganz aus. Vor allem die Veränderungsmotivation in Kombination mit der Bewusstseinskontrolle könnte problematisch sein. Rogers weist auch darauf hin, dass der personenzentrierte Ansatz für Menschen mit geringer Veränderungsmotivation wenig effektiv ist (Vgl. Cain, 2010). Hierzu könnte die Zuhilfenahme der motivierenden Gesprächsführung geeignet sein, deren Prinzipien und Anwendungsmöglichkeiten im folgenden Kapitel beschrieben werden.

6 Motivierende Gesprächsführung als Adaption

Differenzielle Vorgangsweise ist die Adaption der Therapie auf die Bedürfnisse des Klienten. Hierzu kann es auch gehören, andere Therapieformen zu integrieren. Eine mögliche Integrationsform für die adaptive Arbeitsweise mit Sektenaussteigern ist die motivierende Gesprächsführung. Sie erscheint in besonderem Maße geeignet, da sie besonders bei Klienten mit festgefahrenen Verhaltensweisen wirkungsvoll ist, was bei Sektenaussteigern oftmals der Fall ist. Welche Arbeitsweise dieser Adaption des personenzentrierten Ansatzes zugrunde liegt, soll folgendes Kapitel beschreiben.

Motivierende Gesprächsführung, auch Motivational Interviewing (MI) genannt, ist eine spezielle Art des Umgangs mit Klienten. Der Fokus liegt darauf, die intrinsische Motivation eines Menschen zu optimieren, um Klienten dadurch zu einer Veränderung zu animieren. Die Wurzeln der motivierenden Gesprächsführung liegen innerhalb der personenzentrierten Psychotherapie, weshalb die Vorgangsweise des Therapeuten eine sehr ähnliche ist (Vgl. Arkowitz/Miller, 2010).

6.1 Grundlagen der motivierenden Gesprächsführung

Bei Sektenaussteigern kommt es oft vor, dass sie Probleme haben, sekteninterne Denksysteme abzulegen, oder aus verschiedenen anderen Gründen immer wieder das Bedürfnis haben, in die Sekte zurückzukehren (Vgl. Hassan, 1993). Die Person zweifelt daran, ob der Austritt wirklich die richtige Entscheidung war. Hier findet sozusagen eine

Ambivalenz statt. Hier kann die motivierende Gesprächsführung ansetzen, da sie die grundlegende Annahme vertritt, „dass viele Klienten, die in eine Behandlung kommen, eine ambivalente Einstellung gegenüber Veränderung haben und dass ihre Motivation im Verlauf der Therapie Höhen und Tiefen durchläuft“ (Arkowitz/Miller, 2010, S. 2). Aus diesem Grund ist das Ziel der motivierenden Gesprächsführung, die intrinsische Motivation (also die persönlichen Ziele und Wertvorstellungen des Klienten) einer Veränderung gegenüber zu öffnen bzw. zu verbessern. Die wichtigste Methode hierfür ist der sogenannte „Change-Talk“, welcher vom Therapeuten beherrscht werden muss. Diese Vorgehensweise soll beim Klienten eine Selbstverpflichtung auslösen, welche durch Aussagen des Therapeuten verstärkt wird (Vgl. Arkowitz/Miller, 2010).

Folgende vier Prinzipien liegen der motivierenden Gesprächsführung zugrunde:

- Empathie ausdrücken: Dieses Prinzip zielt, wie auch der personenzentrierte Ansatz, darauf ab, die Welt aus Sicht des Klienten zu erleben, ohne Kritik zu üben oder Urteile zu fällen (Vgl. Arkowitz/Miller, 2010).
- Diskrepanzen entwickeln: „Motivation ist eine Funktion der Diskrepanz zwischen den momentanen Verhaltensweisen und Wertvorstellungen des Klienten“ (Arkowitz/Miller, 2010, S. 5). Wenn sich der Mensch dieser Diskrepanz bewusst wird, ist das hilfreich dafür, die Motivation in Richtung Veränderung zu verbessern. Bei der motivierenden Gesprächsführung unterstützt der Therapeut den Klienten dabei, seine eigenen Argumente für die Veränderung zu finden, und erkundet sie mit ihm zusammen (Vgl. Arkowitz/Miller, 2010).
- Widerstand umlenken: Der Widerstand gegen eine Veränderung wird, im Gegensatz zu anderen Psychotherapieverfahren, nicht als Hindernis, sondern als normaler und erwarteter Bestandteil des Veränderungsprozesses gesehen. Innerhalb von therapeutischen Prozessen sehen Klienten die Vorteile von Veränderung zwar, haben aber oftmals auch Angst vor Misserfolgen. So kommt es zu einer Ambivalenz gegenüber Veränderung. Aufgabe des Therapeuten ist es nun, beide Seiten nachzuvollziehen. Für den Klienten ist es hilfreich, wenn der Therapeut seine Ängste versteht, „ohne zum Verfechter der Veränderung zu werden“ (Arkowitz/Miller, 2010, S. 6). Diese eben beschriebene Umlenkung des Widerstands führt dazu, dass eben

dieser gleichzeitig abstumpft und die Motivation zur Veränderung in den Vordergrund rückt (Vgl. Arkowitz/Miller, 2010).

- Selbstwirksamkeit fördern: Der Klient wird dabei unterstützt, an sich und seine Fähigkeiten zu glauben, die für eine Veränderung erforderlichen Handlungen ausführen zu können. Somit wird ihm geholfen, dass er selbstwirksam wird und ihm die erwünschte Veränderung gelingt (Vgl. Arkowitz/Miller, 2010).

Die motivierende Gesprächsführung erfordert spezielle Fertigkeiten des Therapeuten, welche denen der personenzentrierten Psychotherapie sehr ähnlich sind. So ist es von größter Wichtigkeit, dass der/die TherapeutIn offene Fragen stellt, reflektierend zuhört, bestätigt und zusammenfasst. Der grundlegende Unterschied zur klientenzentrierten Methode nach Rogers ist allerdings der „Change Talk“, welcher durch das Gespräch hervorgerufen werden soll (Vgl. Arkowitz/Miller, 2010). Der Einsatz dieser weiteren Fertigkeit ist von größter Bedeutung, da der/die KlientIn sonst womöglich in seiner/ihrer Ambivalenz stecken bleiben könnte. Somit kann der „Change Talk“ als Strategie gesehen werden, welche zur Auflösung der Ambivalenz führt (Vgl. Miller/Rollnick, 2009).

6.1.1 Der „Change Talk“

Die Methode des „Change Talks“ bezieht sich auf Aussagen des Klienten, welche sich auf folgende Inhalte beziehen: „den Wunsch, die wahrgenommene Fähigkeit, das Bedürfnis, die Bereitschaft, die Gründe oder die Selbstverpflichtung sich zu ändern“ (Arkowitz/Miller, 2010, S. 9). Motivierende Gesprächsführung basiert darauf, dass der/die TherapeutIn offene Fragen stellt und dadurch versucht, Change Talk beim Klienten hervorzurufen. Alles, was der/die KlientIn sagt, wird reflektiert und zusammengefasst, um änderungsbezogene Aspekte hervorzuheben (Vgl. Arkowitz/Miller, 2010). Somit wird auch der Grundgedanke der motivierenden Gesprächsführung umgesetzt, welcher davon ausgeht, „dem Klienten zu erlauben, die Argumente für eine Veränderung zu äußern“ (Miller/Rollnick, 2009, S. 114).

Der „Change Talk“ lässt sich in vier Kategorien unterteilen:

- Erkennen der Nachteile des Status quo: Der/die KlientIn trifft Aussagen, die belegen, dass Grund zur Unzufriedenheit mit der aktuellen Situation besteht. Auch die Erkenntnis, dass im aktuellen Verhalten ungewünschte Aspekte vorhanden sind, wird angesprochen (Vgl. Miller/Rollnick, 2009).
- Erkennen der Vorteile einer Veränderung: Hier werden diverse Vorteile einer möglichen Veränderung verbalisiert. Auch positive Ergebnisse einer Verhaltensveränderung werden betont (Vgl. Miller/Rollnick, 2009).
- Zuversicht bezüglich einer Veränderung: Die Person äußert Optimismus in Richtung der eigenen Fähigkeit, sich verändern zu können (Vgl. Miller/Rollnick, 2009).
- Veränderungsabsicht: Hier beginnen Klienten oftmals, „eine Absicht, ein Verlangen, eine Bereitschaft oder eine Selbstverpflichtung zu einer Veränderung auszusprechen“ (Miller/Rollnick, 2009, S. 45f.). Allerdings ist auch möglich, dass Klienten ihre Absichten auch eher indirekt ausdrücken, indem sie sich vorstellen, wie es wäre, wenn die gewünschte Veränderung schon stattgefunden hätte (Vgl. Miller/Rollnick, 2009).

6.1.2 Die zwei Phasen der Veränderung

Der Veränderungsprozess innerhalb der motivierenden Gesprächsführung kann in zwei Phasen eingeteilt werden. Die erste Phase arbeitet mit der Ambivalenz des Klienten, während die zweite Phase darauf baut, Selbstverpflichtung und Handlung beim Klienten zu erzielen (Vgl. Arkowitz/Miller, 2010).

- Phase 1: Die Arbeit mit der Ambivalenz

Hier geht es darum, die intrinsische Motivation in Richtung einer Veränderung des Klienten aufzubauen. Hauptziel sind die Auflösung der Ambivalenz sowie der Aufbau der Veränderungsbereitschaft (Vgl. Miller/Rollnick, 2009).

Die eben erwähnten Strategien (offene Fragen stellen, reflektierend zuhören, bestätigend zusammenfassen) dienen dazu, mit der Ambivalenz des Klienten umzugehen und sie dazu

zu nützen, diese aufzulösen (Vgl. Arkowitz/Miller, 2010). Damit der Therapeut die Ambivalenz einer Person verstehen kann, ist es wichtig, die Wahrnehmung des Klienten bezüglich der Dringlichkeit und Zuversicht in Richtung einer Veränderung zu kennen. Dies ist besonders wichtig, da beides Bestandteil der intrinsischen Motivation ist, weshalb es in Phase 1 unbedingt angesprochen werden muss. Schließlich muss sich der Therapeut ein Bild davon machen können, wie wichtig eine Veränderung für den Klienten ist und wie zuversichtlich dieser ist, sie auch umsetzen zu können (Vgl. Miller/Rollnick, 2009).

Die Zusammenfassungen und Reflexionen sollten dazu genutzt werden, das Dilemma des Klienten hervorzuheben. Schlussendlich soll durch diese Vorgangsweise der/die KlientIn zum „Change Talk“ animiert werden, welcher wiederum hilfreich ist, die Ambivalenz aufzulösen.

Miller und Rollnick (2009) sprechen drei Aspekte der Motivation an. Zum einen sind die Absicht und die Fähigkeit zur Veränderung ausschlaggebend, aber auch die Bereitschaft dazu ist von größter Wichtigkeit. „Diese drei Aspekte – bereit, willens und fähig – sind in komplexer Weise miteinander verflochten. Bereitschaft bedeutet, dass ein Mindestmaß an Dringlichkeit und Zuversicht vorhanden ist“ (Miller/Rollnick, 2009, S. 82). So kann eine weitere Aufgabe von Phase 1 darin bestehen, an der Dringlichkeit und Zuversicht zu arbeiten (Vgl. Miller/Rollnick, 2009, S. 83).

Wenn der Therapeut das Gefühl hat, dass der/die KlientIn kurz vor der Auflösung seiner Ambivalenz steht, sollte er eine offene Frage stellen, wie zum Beispiel: „Was werden Sie Ihrer Meinung nach an diesem Punkt machen?“ (Arkowitz/Miller, 2010, S. 9). Dies bietet eine Situation, in welcher sich der/die KlientIn entscheiden kann, ob er bereit ist, sich zu ändern, oder es noch nicht weiß. Für den Therapeuten / die Therapeutin ist hier der Punkt, entweder Phase 1 zu wiederholen oder, wenn der/die KlientIn dazu bereit ist, zu Phase 2 überzugehen.

- Phase 2: Selbstverpflichtung und Handlung

Charakteristisch für den Übergang von Phase 1 zu Phase 2 ist, dass der/die KlientIn sich eine Veränderung vorstellen kann und sich bereit dazu fühlt. Die Zeichen dafür, dass sich ein Mensch zu einer Veränderung bereit fühlt, sind allerdings subtil und nicht sofort erkennbar (Vgl. Miller/Rollnick, 2009).

In Phase 2 soll nun Raum geschaffen werden, einen Veränderungsplan zu entwickeln und die Selbstverpflichtung des Klienten / der Klientin zu stärken. Es gibt einige Anzeichen dafür, dass ein(e) KlientIn bereit ist, in Phase 2 überzugehen:

- abnehmender Widerstand gegen Veränderung
- weniger Diskussion über das Problem und ein Gefühl, dass der Klient auf den nächsten Schritt wartet
- ein Gefühl der Lösung, in dem der Klient entspannter und weniger vom Problem belastet scheint
- zunehmend Change Talk
- zunehmend Fragen zur Veränderung
- mehr Phantasien über eine Zukunft, zu der die Veränderungen gehören
- zwischen den Sitzungen Experimentieren mit möglichen Veränderungshandlungen (Arkowitz/Miller, 2010, S. 9f.).

Kurz gesagt, in der ersten Phase geht es darum, die Motivation zur Veränderung aufzubauen, während es die Aufgabe der zweiten Phase ist, die Selbstverpflichtung zur Veränderung zu festigen (Vgl. Arkowitz/Miller, 2010).

Wichtig zu beachten ist, dass Klienten oftmals zwischen dem Ausmaß ihrer Motivation und der Ambivalenz schwanken. Auch ist eine Unterscheidung zwischen den zwei Arten von Motivation wichtig. Zum einen gibt es eine Motivation zur Veränderung des Problems insgesamt, zum anderen die Motivation, Handlungen auszuführen, um eine Veränderung zu erreichen. Um nach den Prinzipien der motivierenden Gesprächsführung zu handeln, müssen Klienten zu einem Veränderungsplan ermutigt werden, welcher ihnen selbst entspricht. Therapeuten nehmen die Rolle eines Wegweisers oder Veränderungsberaters ein (Vgl. Arkowitz/Miller, 2010).

Bei Sektenaussteigern scheint diese Vorgangsweise sehr sinnvoll, da ihnen viel Entscheidungsfähigkeit zugesprochen wird, was in ihrem Fall sehr förderlich für die Persönlichkeitsentwicklung ist. Sektenmitglieder werden innerhalb ihrer Gruppierung dazu ermutigt, sich immer selbstlos und gehorsam zu verhalten, was zu einer geringen Selbstachtung führt, aber auch den Wunsch zur persönlichen Entwicklung dämmt (Vgl. Hassan, 1993). „Eine spezielle Form dieser Abhängigkeit ist die Unfähigkeit, eigene Entscheidungen zu treffen“ (Hassan, 1993, S. 284). Es hat sich als sinnvoll erwiesen, wenn Sektenaussteiger unmittelbar nach ihrem Ausstieg viele kleine Entscheidungen treffen mussten, um darin wieder Übung zu bekommen (Vgl. Hassan, 1993). Insofern erscheint die motivierende Gesprächsführung geeignet, um Betroffenen dazu zu verhelfen, ihr Leben wieder selbst in die Hand zu nehmen.

6.2 Integration innerhalb anderer Therapieverfahren

Die motivierende Gesprächsführung kann problemlos in anderen Therapieverfahren eingesetzt werden, indem der/die TherapeutIn sie einsetzt, wenn er bei seinen Klienten auf eine geringe Motivation oder Ambivalenz stößt. Es kann auch innerhalb einzelner Sitzungen auf die Vorgangsweise der motivierenden Gesprächsführung gewechselt werden, was vor allem für eine differenzielle Vorgangsweise von Vorteil ist. Viele Therapieverfahren setzen Klienten unter Druck, sich verändern zu müssen. Wie schon beschrieben, nimmt die Umgangsweise des Motivational Interviewing den Druck zur Veränderung und arbeitet mit der Motivation des Klienten. So kann „bei den betreffenden der Kopf dafür frei werden, die Faktoren zu erkunden, die die Veränderung behindern“ (Arkowitz/Miller, 2010, S. 12). Dies ist vor allem in der Arbeit mit Sektenaussteigern förderlich, da diese lange Zeit unter Druck gestanden sind, Dinge zu tun, die sie nicht selbst tun wollten. Von daher ist es für den Therapieerfolg von Sektenaussteigern wichtig, dass sie „in ihrem eigenen Tempo wieder lernen, kleine Risiken einzugehen und das Wasser zu testen“ (Hassan, 1993, S. 301).

Motivational Interviewing arbeitet mit dem Klienten zusammen. So ist es von größter Wichtigkeit, dass der Therapeut versteht, was aus der Perspektive des Klienten für oder gegen eine Veränderung spricht. Es geht also vorrangig um eine partnerschaftliche Beziehung, als um eine Experten-Patienten-Beziehung (Vgl. Arkowitz/Miller, 2010). In diesem Zusammenhang ist es in der Arbeit mit ehemaligen Sektenmitgliedern von größter Bedeutung, dass Therapeuten sich mit Bewusstseinskontrolle auskennen und die Auswirkungen dieser erkennen können (Vgl. Hassan, 1993).

Die häufigsten Schwierigkeiten bei Sektenaussteigern sind, wie schon erwähnt, Angststörungen, Depressionen und deren Begleiterscheinungen wie soziale Isolation, Schuldgefühle usw. (Vgl. Rohmann, 2002 und Hassan, 1993). Aus diesem Grund wird im folgenden Kapitel der Einsatz der motivierenden Gesprächsführung bei Angststörungen und Depression erläutert.

6.3 Motivierende Gesprächsführung bei Angststörungen

Wie in Kapitel 1 beschrieben, arbeiten Sekten mit Bewusstseinskontrolle. Ein zentrales Merkmal dieser ist die Nutzung von Schuld und Angst als Hauptwerkzeuge, um die

Mitglieder gefügig zu halten. Dies kann dazu führen, dass Sektenmitglieder mit der Zeit eigene Ängste entwickeln, welche sie lähmen. Viele Sekten pflanzen ihren Mitgliedern aber auch Ängste vor einem Ausstieg aus der Gruppe ein (Vgl. Hassan, 1993). Dies hat natürlich Nachwirkungen auf betroffene Personen, und insofern kann es passieren, dass Aussteiger mit den Auswirkungen der Bewusstseinskontrolle nicht zurechtkommen und Angststörungen entwickeln.

Herkömmliche Therapiemethoden, welche für Klienten mit Angststörungen verwendet werden, verlangen meist aktive Schritte von Seiten der Betroffenen. „Die Anwendung der motivierenden Gesprächsführung im Bereich Angst ist daher angesichts ihrer zentralen Zielsetzung, die Ambivalenz gegenüber einer Veränderung aufzulösen, vielversprechend, um Klienten wirksam zu behandeln“ (Westra/Dozois, 2010, S. 29).

Bei der Arbeit mit Angststörungen werden alle beschriebenen Strategien der motivierenden Gesprächsführung angewendet. Das Augenmerk liegt wie immer auf der Ambivalenz des Klienten gegenüber der Veränderung der Gesamtsituation und darauf, Methoden zu finden, mit der Angst umzugehen und diese schließlich zu bewältigen. Die Art und Weise, wie Ambivalenz bei Angststörungen auftritt, zu verstehen, ist ein wichtiger Schritt in der Arbeit mit der Motivation (Vgl. Westra/Dozois, 2010).

Die herkömmliche Behandlung von Angststörungen beinhaltet oft Hausübungen, welche der/die KlientIn zu erledigen hat, die sich in Form von Explorationsübungen äußern. Menschen mit einer Angststörung haben oft gemischte Gefühle im Hinblick auf diese Therapieform. Die Konfrontation mit dem angstausslösenden Reiz entspricht meist dem Gegenteil der vom Klienten gewählten Bewältigungsstrategie im Umgang mit seiner Angst. Die Aufgabe von Therapeuten ist es, diese Ambivalenz der Klienten wahrzunehmen und zu akzeptieren. Sie sollte einfach in die Arbeit mit einbezogen werden, um der Klientin / dem Klienten dabei zu helfen, das Dilemma durchzuarbeiten (Vgl. Westra/Dozois, 2010). „Für die erfolgreiche Auflösung der Ambivalenz kann es entscheidend sein, Raum dafür zu schaffen, dass diese unterschiedlichen Bestandteile des eigenen Selbst gehört, verarbeitet, integriert und gewürdigt werden“ (Westra/Dozois, 2010, S. 33).

Um ein Gefühl für die Ambivalenz des Klienten zu erhalten, muss diese erfasst werden. Am besten funktioniert das, indem man den Klienten bittet, Argumente aufzulisten, die dafür sprechen, nichts zu ändern. Dies ist auch hilfreich dafür, dass der/die KlientIn seine/ihre Ambivalenz überhaupt erst wahrnehmen und artikulieren kann. „Wenn die Barrieren gegen eine Veränderung einfühlsam erkundet werden, kommen die Gründe für eine Veränderung oft natürlich und spontan in den Verbalisierungen des Klienten zum Vorschein“ (Westra/Dozois, 2010, S. 34). Dies ist ein Vorteil der motivierenden Gesprächsführung.

Der/die KlientIn wird auf die eben beschriebene Weise motiviert, die Gründe für eine Veränderung selbst herauszufinden, und kann auch die Vorteile einer Verhaltensänderung erkennen (Vgl. Westra/Dozois, 2010).

Bei der Behandlung von Angststörungen mithilfe der motivierenden Gesprächsführung lassen sich häufig folgende Schwierigkeiten feststellen:

- die genaue Beschreibung des Problems
- das Herausfinden der positiven Aspekte der Angst
- das Beibehalten der motivierenden Gesprächsführung während des gesamten Therapieverlaufes.

Das Vorkommen einer oder mehrerer Störungen nebeneinander ist bei Angststörungen etwas völlig Normales. Dies führt dazu, dass es für den Klienten schwierig werden kann, sein Problem zu fokussieren, da immer wieder andere Schwierigkeiten im Vordergrund stehen und sich dadurch unterschiedliche Motivationsniveaus ergeben. „Wir empfehlen, dass Therapeut und Klient in einer frühen Phase ihrer Beziehung gemeinsam anstreben, die hauptsächlichen individuellen Wege zu verstehen, mit denen der Klient versucht hat, seine Angst zu bewältigen“ (Westra/Dozois, 2010, S. 50). Der Behandlungsfokus wird also vom Klienten bestimmt und variiert deshalb innerhalb der vorhandenen Schwierigkeiten. Ein weiterer Aspekt der Behandlung von Angststörungen innerhalb der motivierenden Gesprächsführung ist, positive Aspekte der Angst herauszuarbeiten. Oftmals bieten Ängste betroffenen Personen einen gewissen Schutz oder eine Kontrollmöglichkeit über bestimmte Vorgänge (Vgl. Westra/Dozois, 2010). Dies sollte von Therapeuten angenommen und mit folgender Grundhaltung unterstützt werden: „einerseits die Akzeptanz der verständlichen Zurückhaltung bei den Klienten, dass es da etwas Gutes an ihrem Zustand geben könne, und andererseits eine nicht abwertende Sicht der Dynamiken und Überzeugungen zur Angst, die den Klienten wichtig sein können“ (Westra/Dozois, 2010, S. 51).

In der Arbeit mit ehemaligen Sektenmitgliedern erscheint der Ansatz der motivierenden Gesprächsführung bei Angststörungen, aus theoretischer Sicht gesehen, sinnvoll. Viele Aussteiger leiden an Angststörungen oder Panikanfällen und benötigen Hilfe auf diesem Gebiet. Manche haben Angst vor Vergeltung der verlassenen Gruppierung oder auch Angst vor sich selbst (Vgl. Singer-Thaler/Lalich, 1997).

All diese Ängste sind Nachwirkungen der Bewusstseinskontrolle und benötigen Verständnis von Seiten des Therapeuten. Motivierende Gesprächsführung scheint deshalb geeignet, da sie ihren Klienten auf Augenhöhe begegnet.

Der Therapeut verfolgt das Ziel, die Entscheidungsfreiheit des Klienten zu wahren. Man gibt dem Klienten nicht die Anweisung, dass er dies oder das (oder irgendeine andere Vorgehensweise) ausführen muss, sondern es wird ihm nur im Rahmen des Prozesses der partnerschaftlichen Zusammenarbeit angeboten. (Westra/Dozois, 2010, S. 49)

6.4 Motivierende Gesprächsführung bei Depressionen

Sektenaussteiger leiden nach ihrem Austritt häufig an Depression. Der Grund hierfür liegt an den Erfahrungen, welche man im Zuge eines Austritts macht. „Es ist schwer zu beschreiben, wie schmerzlich es ist, zu erkennen, daß [sic] man von der Sekte belogen, manipuliert und versklavt worden ist ...“ (Hassan, 1993, S. 283) Dieser Schmerz kann dazu führen, das Erlebte sehr negativ zu beurteilen und keine Möglichkeit zu finden, seine Zukunft in einem positiven Licht zu sehen (Vgl. Hassan, 1993).

Die therapeutische Behandlung von Menschen mit Depressionen gestaltet sich meist schwierig, da Betroffene unter Energiemangel und Antriebslosigkeit leiden und die damit einhergehende Hoffnungslosigkeit die Suche nach einem geeigneten Therapeuten erschwert. Oft, was auch bei Sektenaussteigern der Fall ist, kommt der Vertrauensmangel in andere Menschen hinzu sowie Zweifel daran, dass die Behandlung erfolgreich sein könnte. Wie man erkennen kann, spielen also auch psychologische und kulturelle Faktoren eine große Rolle (Vgl. Zuckoff/Swartz/Grote, 2010).

Für die Behandlung von depressiven Klienten gibt es viele Möglichkeiten, welche auch Besserungen verbuchen können, allerdings gibt es auch eine hohe Zahl an Rückfällen. Insofern stellt sich die Frage, ob die motivierende Gesprächsführung, welche die intrinsische Motivation fördert, eine geeignete Behandlungsform wäre. In Kombination mit anderen Therapieformen trägt sie jedenfalls dazu bei, „dass der Klient in der Therapie bleibt und sich auch an die Regeln der Therapien hält“ (Arkowitz/Burke, 2010, S. 151).

Grundsätzlich kann gesagt werden, dass die motivierende Gesprächsführung zu den Symptomen einer Depression passt. „Vermindertes Interesse und weniger Freude an den meisten oder allen üblichen Aktivitäten sind ein zentrales Symptom der Depression und können auch leicht als geringe Motivation interpretiert werden“ (Arkowitz/Burke, 2010, S. 154). Da motivierende Gesprächsführung vor allem auf die Verbesserung der Motivation abzielt, könnte hierdurch eben dieses Defizit behandelt werden. Viele Therapeuten halten depressive Klienten für therapieresistent, da sie einen starken Widerstand gegen die Therapie verspüren. Mithilfe der Sichtweise des MI, die jene Resistenz oder den Widerstand als Ambivalenz bezeichnet und mithilfe dieser den Klienten zu einer Verhaltensänderung

begleitet, kann eine Therapie stattfinden. Ein weiterer positiver Aspekt der motivierenden Gesprächsführung ist, dass depressiven Menschen dabei geholfen werden kann, ihre Aktivitäten zu erhöhen. Dies ist vor allem deshalb positiv, da sowohl soziale als auch körperliche Tätigkeiten depressive Verstimmungen senken. Diese Erfolge lassen sich vor allem wegen des therapeutischen Ziels, welches MI verfolgt, verzeichnen. Vor allem die unterstützende Haltung des Therapeuten wirkt sich positiv aus, da „die Art und Weise, wie diese Empfehlungen gegeben werden, einen signifikanten Einfluss darauf haben, ob die Klienten sie befolgen oder nicht“ (Arkowitz/Burke, 2010, S. 155). Die nicht direktive, unterstützende Haltung weckt weniger Widerstand gegenüber einer Veränderung, als wenn der/die TherapeutIn vorgibt, was verändert werden muss. Ein weiterer Aspekt, welcher hervorgehoben werden kann, ist die durch Empathie gekennzeichnete therapeutische Beziehung. „Die empirischen Befunde stützen die These, dass eine therapeutische Beziehung, die von Empathie gekennzeichnet ist, in einer Therapie ein wirkungsvolles Mittel zur Veränderung ist“ (Bohart/Elliot/Greenberg/Watsan, 2002, zit. in: Arkowitz/Burke, 2010, S. 155). Des Weiteren ist diese Methode auch effektiv, da sie mit der intrinsischen Motivation des Klienten arbeitet.

Für Menschen, welche aus einer Sekte ausgestiegen sind und deshalb an einer Depression leiden, ist es besonders wichtig, dass sie „ihren Schmerz annehmen und sich mit ihm auseinandersetzen. Sie müssen die nötige Trauerphase durchmachen.“ (Hassan, 1993, S. 283) Hier könnten die drei Ebenen der motivierenden Gesprächsführung bei Depression eine Hilfestellung sein. Bei der Therapie einer Depression ist es, neben den aktuellen Symptomen, von immenser Wichtigkeit, die auslösenden Faktoren zu behandeln und wie der Klient damit umgeht. Hierzu wurde die Methode der drei Ebenen entwickelt:

1. Symptome der Depression und andere Beschwerden
2. Probleme, die der Depression und anderen Beschwerden zugrunde liegen
3. Was der Klient machen muss, um etwas an diesen Problemen zu ändern (Arkowitz/Burke, 2010, S. 158).

Jede Ebene für sich eignet sich dazu, mit der Ambivalenz zu arbeiten und somit die Veränderungsmotivation zu verbessern.

Ebene 1: Verringerung der Hauptsymptome

Die Linderung der Hauptschwierigkeiten des Klienten bildet zu Beginn den Fokus der Therapie. Danach geht es darum, änderungsbezogene Aussagen sowie selbstverpflichtende

Aussagen hervorzurufen. Dies kann dadurch erfolgen, dass gemeinsam mit dem Therapeuten über die Gründe, sich nicht zu ändern, nachgedacht und gesprochen wird. Dies soll dazu führen, dass die Motivation zur Veränderung wächst. „In der Tat kann es den Gründen für eine Veränderung ein zusätzliches Gewicht verleihen, wenn man die schmerzlichen Emotionen im Zusammenhang damit, dass man sich nicht ändert, hervorruft und identifiziert“ (Arkowitz/Burke, 2010, S. 159). Am besten funktioniert das, wenn sich der Klient bewusst wird, dass sich durch eine Veränderung vieles bessern würde. Dass alle Argumente gegen eine Veränderung aufgezählt werden sollten, ist auch dabei hilfreich, diesen inneren Konflikt der Ambivalenz aufzulösen. Wenn man diesen Schritt auslöst, ist es möglich, dass der Klient einige Gründe, sich nicht zu verändern, auslöst und die Ambivalenz sich deshalb nicht auflösen kann. „Die Klienten erleben, wie sich der Therapeut nichtwertend ihre Gründe dafür anhört, sich nicht zu ändern. Danach ist es ihnen vielleicht möglich, ihre Gründe *für* eine Veränderung offener und ehrlicher zu erörtern, als wenn sie nur sozial erwünschte Antworten geben und das wiederholen, was andere ihnen über die Notwendigkeit einer Veränderung gesagt haben“ (Arkowitz/Burke, 2010, S. 159).

Ebene 2: Identifizierung der der Depression zugrundeliegenden Schwierigkeiten

Die motivierende Gesprächsführung geht mit dem schwer zu fassenden Bereich der grundlegenden Probleme so um, dass der Therapeut gemeinsam mit dem Klienten nach auslösenden Faktoren seiner Depression sucht. Diese können aus der Gegenwart, aber auch der Vergangenheit stammen. Hierzu gehört die Grundhaltung, den Klienten als Experten wahrzunehmen und den Therapeuten als Berater für den Veränderungsprozess. Der Klient bekommt also explizit die Möglichkeit, nach der Ursache seiner Depression zu suchen. Als Berater steht der Therapeut der Suche bei und bittet um Erlaubnis, Vorschläge zu machen, falls der Klient ohne Hilfe nicht weiterkommt. „Dazu gehören verdrängter Ärger, soziale Isolation und ein geringes Ausmaß an Verstärkung, nicht aufgelöste Trauer und negative Gedankenmuster“ (Arkowitz/Burke, 2010, S. 161). Weiters besteht auch die Möglichkeit, dem Klienten eine Liste anzubieten, bei welcher der Klient sich aussuchen kann, welche Faktoren auf sein Leben zutreffen. Schlussendlich geht es bei Ebene 2 darum, die auslösenden Faktoren der Depression zu finden, um danach damit weiterarbeiten zu können (Vgl. Arkowitz/Burke, 2010).

Ebene 3: Veränderung der Grundprobleme (Handlungsphase)

Die in Phase 2 formulierten Schwierigkeiten geraten nun in den Fokus der Therapie, um eine Verhaltensänderung anzustreben, was gleichzeitig das Hauptziel der motivierenden Gesprächsführung ist. Der/die KlientIn wird nun dazu befragt, welche Möglichkeiten der Veränderung er sieht, um seine Schwierigkeiten in den Griff zu bekommen. Wenn ein vernünftiger und konkreter Vorschlag gemacht wird, unterstützt der Therapeut bei der Ausarbeitung des Planes. „Nach unserer Erfahrung haben Klienten oft ein gutes Gefühl dafür, was gemacht werden muss“ (Arkowitz/Burke, 2010, S. 163). Falls der Klient Schwierigkeiten hat, steht der Therapeut als Hilfesteller zur Verfügung und bittet um Erlaubnis, mehrere Vorschläge zur Problemlösung aufzuzeigen, aus welchen der Klient dann wählen kann.

Hassan (1993) weist darauf hin, dass es bei Sektenaussteigern wichtig ist, die innerhalb der Gemeinschaft erlebten traumatischen Erlebnisse noch einmal zu durchleben. Sie müssen alles Erlebte neu definieren und in ein neues Selbstverständnis integrieren. Dazu ist ein konstruktiver Ansatz notwendig, welcher es Sektenaussteigern ermöglicht, „all ihre positiven Erfahrungen – Reisetätigkeit, Verkaufserfahrung, Fremdsprachenerwerb, Selbstdisziplin, rhetorische Fähigkeiten und anderes – mitnehmen und in ihr neues Leben integrieren“ (Hassan, 1993, S. 301) zu können. Die motivierende Gesprächsführung bietet einen idealen Rahmen dafür, weil sie ihre Klienten dabei unterstützt, innerhalb einer akzeptierenden, befähigenden Atmosphäre zu dem zu finden, was sie sein wollen. Verhaltensänderung kann nur dann erfolgen, wenn sie mit den intrinsischen Werten einer Person übereinstimmt, wenn wichtige innere Einstellungen, welche für das Individuum von Bedeutung sind, zutage treten können (Vgl. Miller/Rollnick, 2009).

7 Zusammenfassung

Im Zuge der theoretischen Auseinandersetzung konnten einige Schlüsselbegriffe, welche in der Arbeit mit Sektenaussteigern wichtig erscheinen, herausgearbeitet werden. Zum einen die Bewusstseinskontrolle, bei welcher die Wirkungsweise von dem Therapeuten / der

Therapeutin erfasst und dem Klienten / der Klientin nähergebracht werden muss, damit diese ebenfalls die Möglichkeit bekommen, sie verstehen und durchbrechen zu können. Ein weiterer wichtiger Begriff ist die Selbstverwirklichungstendenz, welche es Sektenaussteigern ermöglicht, zu ihren inneren Wünschen und Sehnsüchten zu finden und dadurch die Bewusstseinskontrolle einzudämmen. Hilfreich dafür ist die Klienten-Therapeuten-Beziehung innerhalb der personenzentrierten Psychotherapie, wobei der Machtbegriff von Seiten des Therapeuten in den Mittelpunkt rückt. Hierbei sollte unbedingt eine Atmosphäre der Machtaufteilung geschaffen werden, um dem Klienten / der Klientin die Möglichkeit zu geben, durch Vertrauen und Unterstützung zu psychischer Gesundheit zu gelangen. Die durchlebte Ambivalenz der Sektenaussteiger definiert sich durch verschiedene Faktoren wie zum Beispiel, sich zwischen zwei Wertewelten zu befinden, oder durch Entscheidungsunfähigkeit. Die motivierende Gesprächsführung bietet eine Möglichkeit, diese Ambivalenz aufzulösen und die Bewusstseinskontrolle einzudämmen und später mithilfe der intrinsischen Motivation zu durchbrechen.

Es scheint also sinnvoll, sich am Drei-Stufen-Modell nach Rohmann (2002) zu orientieren und die ausgearbeiteten Schlüsselbegriffe (Bewusstseinskontrolle, Selbstverwirklichungstendenz, Macht innerhalb der Therapie, Ambivalenz und intrinsische Motivation) innerhalb der Stufe 3, der Psychotherapie, mitzudenken. Die ideale Therapieform für Sektenaussteiger beinhaltet demnach eine Mischung aus Beratung und Psychotherapie mit Einbezug einer differenziellen Vorgangsweise und motivierender Gesprächsführung. Vor allem die Vorgangsweise des MI bei Angststörungen und Depression erscheint sinnvoll in der Arbeit mit Sektenaussteigern, da hier Auswirkungen der Bewusstseinskontrolle wie Angst und Schuldgefühl gezielt bearbeitet werden können.

Was sich betroffene Menschen, welche selbst lange Zeit in einer Sekte gelebt haben, von einer Psychotherapie wünschen und wie sie selbst mit ihren Schwierigkeiten umgehen, soll nun im empirischen Teil herausgefunden werden.

EMPIRISCHER TEIL

8 Methode

Als Forschungsmethode für vorliegende Arbeit wurde die qualitative Methode gewählt, welche nach Mayring (2002) auf folgende fünf Postulate aufbaut:

1. Subjektorientierung: Gegenstand von humanwissenschaftlicher Forschung sind immer Menschen – Subjekte. Von einer Forschungsfrage ausgehend, sind Subjekte immer Ansatzpunkt und Ziel des Forschungsprozesses.
2. Deskription des Gegenstandes: Zu Beginn der Analyse steht eine ausführliche Beschreibung des Gegenstandsbereiches.
3. Interpretation: Der Untersuchungsgegenstand liegt nie völlig offen, er muss durch Interpretation erschlossen werden.
4. Alltägliches, natürliches Umfeld: Menschen reagieren und handeln stark situationsabhängig, deshalb sollten humanwissenschaftliche Gegenstände möglichst in ihrem natürlichen, alltäglichen Umfeld untersucht werden.
5. Schrittweise Verallgemeinerung: Die Verallgemeinerbarkeit von Ergebnissen ist nicht automatisch gegeben, sondern muss über bestimmte Verfahren hervorgebracht werden. Im Einzelfall wird sie schrittweise begründet (Vgl. Mayring, 2002).

Auf die Einhaltung der fünf Postulate wurde bei der Erstellung vorliegender Diplomarbeit geachtet. So wurden Sektenaussteiger als Forschungsgegenstand gewählt, welche ausgehend von der Forschungsfrage: „Was muss eine speziell an die Bedürfnisse von Sektenaussteigern angepasste Form der personenzentrierten Psychotherapie leisten?“ befragt wurden. In dem vorangegangenen theoretischen Teil wurde der Gegenstandsbereich ausführlich beschrieben. Der nächste Schritt wird die Interpretation der Ergebnisse der Datenerhebung sein, welche in Form von Interviews stattgefunden hat. Die Gespräche wurden an einem Ort geführt, welchen sich die Interviewpartner ausgesucht haben, um eine ungezwungene Atmosphäre in ihrem natürlichen Umfeld zu schaffen, in welcher sie sich wohlfühlen. Die Verallgemeinerbarkeit der Ergebnisse erfolgt in den nächsten Kapiteln.

Eine Methode der qualitativen Forschung ist das Führen von Interviews. Diese werden in vorliegender Arbeit mithilfe der qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring (2010) ausgewertet.

Im folgenden Kapitel soll ein kurzer theoretischer Überblick dazu verschafft werden, um danach zur Darstellung der Ergebnisse überzugehen.

8.1 Qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring

Bei der qualitativen Inhaltsanalyse nach Mayring (2010) geht es vorwiegend darum, Kommunikation zu analysieren, welche auf irgendeine Art und Weise festgehalten oder protokolliert wurde. Es wird also mit fixer Kommunikation gearbeitet, bei deren Analyse systematisch vorgegangen und nach vorgegebenen Regeln gearbeitet wird. Das System ist theoriegeleitet und knüpft an die Erfahrungen des zu untersuchenden Gegenstandes an. Da es sich um eine schlussfolgernde Methode handelt, werden Rückschlüsse auf bestimmte Aspekte der Kommunikation gezogen (Vgl. Mayring, 2010).

Ein Text wird also immer in seinem Kommunikationszusammenhang verstanden, also innerhalb seines Kontextes interpretiert. Das Material wird somit auch auf seine Entstehung und Wirkung hin untersucht (Vgl. Mayring, 2010). „Die Inhaltsanalyse ist kein Standardinstrument, das immer gleich aussieht; sie muss an den konkreten Gegenstand, das Material angepasst sein und auf die spezifische Fragestellung hin konstruiert werden“ (Mayring, 2010, S. 49). Dennoch ist systematische Vorgangsweise eines der Hauptanliegen der Inhaltsanalyse. In diesem Zusammenhang bedeutet Systematik allerdings „Orientierung an vorab festgelegten Regeln der Textanalyse“ (Mayring, 2010, S. 48). Es geht also nicht um eine freie Interpretation der Ergebnisse, sondern um eine nach Regeln festgelegte Analyse. Das zentrale Instrument dafür bildet ein Kategoriensystem, welches das Nachvollziehen der Analyse für andere ermöglicht. Allerdings soll die Inhaltsanalyse nicht als Technik verstanden werden, die beliebig einsetzbar ist. Vielmehr geht es um die Anbindung am jeweiligen Forschungsgegenstand, weshalb Modifizierungen erforderlich sind (Vgl. Mayring, 2010).

Um die Theorieleitung innerhalb der Inhaltsanalyse aufrechtzuerhalten, ist eine Explikation der Fragestellung notwendig, aber auch die Feinanalyse sollte genau ausgeführt werden. Hierzu können auch quantitative Analyseschritte einbezogen werden. Dies funktioniert besonders gut bei den analyseunterstützenden Computerprogrammen, bei welchen sowohl qualitative, als auch quantitative Analyseschritte verfügbar sind. Die Einschätzung der Ergebnisse nach den Gütekriterien Objektivität, Reliabilität und Validität ist ebenfalls von großer Wichtigkeit (Vgl. Mayring, 2010).

8.2 Datenerhebung

Die Datenerhebung wurde in Form von problemzentrierten, halbstrukturierten Interviews durchgeführt. Diese Interviewform erschien sinnvoll, da die Interviewpartner zum einen offen von ihren Erfahrungen erzählen konnten, aber durch den Leitfaden trotzdem eine gewisse Struktur vorgegeben war. „Vor allem die Ausblendung der von den Befragten als irrelevant erachteten Fragen und die Hinzunahme von Themenbereichen, die die Befragten als wichtig einstufen, werden genutzt, um das Erkenntnisziel der Studie zunehmend zuzuspitzen“ (Reinders, 2005, S. 118). Diese flexible Vorgangsweise während der Interviews erwies sich als sehr angenehm und praktikabel, da auf die individuelle Geschichte der Interviewpartner eingegangen werden konnte. Die durch den Leitfaden vorgegebene Struktur ist ebenfalls sehr vorteilhaft, da nicht „durchgängig selbststrukturiert erzählt werden muss“ (Reinders, 2005, S. 123).

8.2.1 Erstellung des Interviewleitfadens

Der Interviewleitfaden fungiert als Brücke zwischen der theoretischen Fragestellung einer Studie und der praktischen Ausführung der Interviews. Deshalb sollte der Erstellung besondere Aufmerksamkeit gewidmet werden, um auf der einen Seite alle relevanten Themenbereiche zu erfassen und auf der anderen Seite modifizierbar zu bleiben, um eine flexible Gesprächssituation zu ermöglichen (Vgl. Reinders, 2005).

Bei der Erstellung des Interviewleitfadens sollte, wie Reinders (2005) betont, darauf geachtet werden, dass er „eine Aufwärm- oder Initialisierungsphase“ (S. 156) enthält, welche es der/dem GesprächspartnerIn ermöglicht, sich auf die Interviewsituation einzustellen. Im Hauptteil werden für die Studie relevante Fragen formuliert, wobei hierbei auf die Antwortmöglichkeiten Ja oder Nein geachtet werden sollte, um den weiteren Interviewverlauf dementsprechend adaptieren zu können. Der Ausklang des Gespräches wird so gewählt, dass die Interviewpartner noch einmal explizit als Experten des Themengebietes angesprochen werden, um sie langsam aus den Inhalten der Befragung herausführen zu können. Die Schlussfrage sollte als Möglichkeit zu Ergänzungen bzw. Vertiefungen gewählt werden (Vgl. Reinders, 2005).

Reinders (2005) empfiehlt, bei der Erstellung des Interviewleitfadens relevante Themengebiete zu formulieren und auf diese bezogene Fragen zu erstellen. Auch die Erstellung eines möglichst kurzen Leitfadens wird empfohlen (Vgl. Reinders, 2005).

Die dargestellten Empfehlungen nach Reinders wurden bei der Erstellung des Interviewleitfadens beachtet und haben sich als äußerst hilfreich erwiesen.

8.2.2 Beschreibung der Stichprobe

Es wurden fünf Interviews geführt, wobei alle Interviewpartner aus der Gruppierung der Zeugen Jehovas ausgestiegen sind. Die Kontaktaufnahme erfolgte über ein Internetforum für Sektenaussteiger sowie telefonisch und per E-Mail über Bekanntschaften der Interviewpartner. Es wurde darauf geachtet, dass alle Interviewpartner als Jugendliche zwischen 14 und 24 Jahren aktiv in der Gemeinschaft waren und freiwillig ausgestiegen sind. Alle Interviews wurden auf freiwilliger Basis geführt. Während der Suche nach geeigneten Interviewpartnern wurde festgestellt, dass es vielen Sektenaussteigern schwerfällt, über das Thema zu sprechen, da sich von 14 Personen, welche nach einem Interview gefragt wurden, nur fünf zur Durchführung bereit erklärten.

Interview 1: Männlich, 27 Jahre alt. Seit 9 Jahren aus der Gemeinschaft ausgestiegen. Er ist innerhalb der Gruppierung aufgewachsen und ist im Alter von 18 Jahren ausgestiegen. Die Kontaktaufnahme erfolgte über ein Onlineforum für Sektenaussteiger. Das Interview wurde auf Wunsch des Interviewpartners in einem kleinen, ruhigen Café in der Heimatstadt des Interviewpartners in Deutschland geführt.

Interview 2: Weiblich, 50 Jahre alt. Seit 10 Jahren aus der Gemeinschaft ausgestiegen. Sie ist mit 20 Jahren zur Gemeinschaft gestoßen und war 10 Jahre lang interessiertes und weitere 10 Jahre aktives Mitglied der Gruppierung. Die Kontaktaufnahme erfolgte telefonisch, das Interview wurde in der Wohnung der Interviewpartnerin geführt.

Interview 3: Weiblich, 28 Jahre alt. Seit 13 Jahren nicht mehr bei der Gemeinschaft. Sie ist mit 6 Jahren gemeinsam mit ihrer Mutter und ihrem Stiefvater in die Gruppierung gekommen. Die Kontaktaufnahme erfolgte per E-Mail, das Interview wurde in der Wohnung der Interviewerin geführt.

Interview 4: Männlich, 29 Jahre alt. Seit 7 Jahren kein Mitglied mehr. Ist innerhalb der Gemeinschaft aufgewachsen. Die Kontaktaufnahme erfolgte über E-Mail, das Interview wurde auf Wunsch des Interviewpartners in seinem Lieblingscafé geführt.

Interview 5: Männlich, 26 Jahre alt. Seit 6 Jahren kein Mitglied mehr. Er ist innerhalb der Gemeinschaft aufgewachsen. Die Kontaktaufnahme erfolgte über ein Onlineforum für

Sektenaussteiger. Das Gespräch wurde auf Wunsch des Interviewpartners in einem Restaurant geführt.

8.3 Auswertung

Nach dem Führen eines Interviews gibt es mehrere Vorgangsweisen, die Auswertung zu beginnen. Hierzu zählen die gedächtnisbasierte Auswertung, die protokollbasierte Analyse, die bandbasierte Analyse und die transkriptbasierte Analyse, welche im Zuge dieser Arbeit verwendet wird (Vgl. Kuckartz, 2010). Nun sollen die Vorgangsweise bei der Transkription sowie der theoretische Hintergrund der Auswertung beschrieben werden.

8.3.1 Transkription

Nach Mayring (2002) gibt es verschiedene Arten der wörtlichen Transkription: die Verwendung des internationalen phonetischen Alphabets, die literarische Umschrift, bei der auch Dialektfärbungen im gebräuchlichen Alphabet wiedergegeben werden, und die Übertragung in normales Schriftdeutsch (S. 91). Die Transkription der Interviews in dieser Diplomarbeit erfolgte nach den Regeln von Kuckartz (2010). Alles wurde wörtlich transkribiert, die Aussprache leicht geglättet, alle Aussagen wurden anonymisiert, um keine Rückschlüsse auf die Interviewpartner zuzulassen. Zustimmungende Äußerungen („Mhm“, „Aha“) der Interviewerin wurden ausgelassen, da sie nur für den Gesprächsverlauf, aber nicht für die Analyse wichtig sind. Allerdings wurden in einem der Interviews stellenweise Sätze im Dialekt belassen, welche für die Auswertung wichtig erschienen, da sie sich in der Aussprache deutlich vom Rest unterschieden. In diesem Punkt weicht die Transkription leicht von Kuckartz' (2010) Vorgaben ab. Die wichtigste Regel, dass die formalen Transkriptionsregeln über den ganzen Text hindurch gleich bleiben, wurde jedoch eingehalten.

8.3.2 Auswertung nach Mayring

Zu Beginn einer Analyse muss die Richtung festgelegt werden. „Inhaltsanalysen in der Psychotherapie wollen meist etwas über den emotionalen Zustand des Kommunikators

erfahren“ (Mayring, 2010, S. 56). Die Auswertung soll demnach der theoretisch begründeten, schon formulierten Fragestellung folgen:

Insofern kann die Inhaltsanalyse als theoriegeleitet bezeichnet werden, da sie an die durch die Ausarbeitung des theoretischen Rahmens gewonnenen Erfahrungen anknüpft. Es geht also darum, vorhandene Texte auf ihre Grundstruktur zu überprüfen. Dies kann auch als der Ansatzpunkt der qualitativen Forschung formuliert werden (Vgl. Mayring, 2010)

Mayring (2010) beschreibt folgende Techniken zur Interpretation von Texten:

Zusammenfassung: Ziel der Analyse ist es, das Material so zu reduzieren, dass die wesentlichen Inhalte erhalten bleiben, durch Abstraktion einen überschaubaren Corpus zu schaffen, der immer noch Abbild des Grundmaterials ist.

Explikation: Ziel der Analyse ist es, zu einzelnen fraglichen Textteilen (Begriffen, Sätzen, ...) zusätzliches Material heranzutragen, das das Verständnis erweitert, das die Textstelle erläutert, erklärt, ausdeutet.

Strukturierung: Ziel der Analyse ist es, bestimmte Aspekte aus dem Material herauszufiltern, unter vorher festgelegten Ordnungskriterien einen Querschnitt durch das Material zu legen oder das Material aufgrund bestimmter Kriterien einzuschätzen. (S. 65)

Bei der Auswertung nach Mayring (2010) geht es also darum, erst einmal eine grobe Zusammenfassung oder einen Umriss zu erstellen, um danach noch einmal besonders interessante Passagen herauszuarbeiten und zu analysieren.

In vorliegender Arbeit wurde nach den Interpretationsregeln nach Mayring (2010) gearbeitet. Das Material wurde anhand folgender Techniken reduziert: Paraphrasierung, Generalisierung auf das Abstraktionsniveau, Erste Reduktion, Zweite Reduktion (S. 70).

9 Darstellung der Ergebnisse

Dieses Kapitel beschäftigt sich mit der Zusammenfassung der von den Interviewpartnern angesprochenen Themenfelder. Hierfür wurden die Aussagen in folgende Kategorien und Unterkategorien eingeteilt:

Vergangenheit

- Einstieg in die Gemeinschaft
- familiärer Hintergrund
- Das Leben innerhalb der Gruppe

Ausstieg

- Impuls

- Erwartungen

Schwierigkeiten

- psychische Schwierigkeiten
- Schwierigkeiten mit der Familie

Hilfe und Unterstützung bei der Bewältigung

- Hilfe aus dem Bekanntenkreis
- Hilfe von Institutionen
- Bewältigungsstrategien
- Gedanke an Wiedereinstieg

Psychotherapie für Sektenaussteiger

- Wünsche/Erwartungen
- Warum wurde Psychotherapie in Anspruch genommen
- Vorgangsweise der Therapeutin
- Warum wurde Psychotherapie nicht in Anspruch genommen
- Haltung zu Psychotherapie aus gegenwärtiger Sicht

Gegenwärtige Situation

- Schwierigkeiten, welche auf den Ausstieg zurückzuführen sind
- Empfehlung an aktuelle Sektenaussteiger

Nun folgt die Darstellung und paraphrasierte Zusammenfassung der Ergebnisse.

9.1 Vergangenheit

Diese Kategorie beinhaltet den Einstieg in die Gemeinschaft, den familiären Hintergrund der Interviewpartner sowie das Leben innerhalb der Gruppe.

9.1.1 Einstieg in die Gemeinschaft

Interview 1:

Ja also direkt hineingeboren von klein auf. Also von Anfang an, schon im Kinderwagen in die Versammlung mitgeschleppt. Eigentlich auch schon im Babybauch. ... Also mit 14 wurde ich offiziell getauft. Da war das halt so üblich weil alle anderen in der Versammlung sich auch taufen ließen. Und da man sowieso nichts anderes kannte da war das halt vollkommen normal, dass man sich da taufen lässt. Das war nicht aus persönlicher Überzeugung, ich habe mir in dem Alter auch nicht Gedanken darüber gemacht so richtig ist das jetzt das wahre also ich hab's auch gar nicht in Frage gestellt aber ich habe auch nicht richtig daran geglaubt, ne dass war halt so.

Interview 2:

Das war so. Also ich bin gebürtige (Land), ich kannte die Leute schon aus (Land) von früher, ich bin hierher als Musikstudentin gekommen und dann, ich weiß es nicht genau wie oder woher sie meine Adresse hatten haben sie ständig an meine Tür geklopft. Also wie sie das erste Mal bei mir waren, war ich 20 Jahre alt. Dann sind sie 10 Jahre regelmäßig zu mir gekommen, so zehn Jahre lang habe ich mit ihnen so Kontakt gehabt. Und dann nach zehn Jahren habe ich mich taufen lassen. ... Also es war so, dass ich ja sehr einsam war und das waren ja doch meine Landsleute, ich hatte auch keine deutschsprachigen Kollegen oder Bekannten gehabt. Dann sind sie plötzlich aufgetaucht und eine davon hat auch (Fach) studiert und auf demselben Gebiet Erfahrung gehabt wie ich.

Interview 3:

In die Gemeinschaft bin ich gekommen nachdem meine Mutter und mein Stiefvater, ich weiß gar nicht wie das angefangen hat, sie haben irgendetwas angefangen zu studieren, ich war damals sechs Jahre alt und irgendwie bin ich dann mit hinein gerutscht. Also wir haben angefangen plötzlich in die Versammlung zu gehen, ich habe viele Bücher bekommen mit Bibelgeschichten und das war's dann einfach. Also ich wurde nicht gefragt ob mir das gefällt oder nicht, ich mein ich sage mal mit sechs Jahren was willst da, man kann es sowieso nicht ändern, aber ich hab's auch damals nicht als unangenehm empfunden. Es war halt einfach eine geänderte Lebenssituation, wir haben kein Weihnachten gefeiert, keinen Geburtstag und das war's eigentlich. ... und ich habe mich sogar taufen lassen falls das relevant ist. ... Der Grund dass ich mich Taufen hab lassen war ganz einfach, dass ich mir gedacht habe wenn das für meine Eltern die Lebenserfüllung ist, dann muss das für mich auch die Lebenserfüllung sein, ja und auch wenn nicht gewisse Sachen total verabscheut habe. ... aber wenn das für meine Mutter und meinen Vater, oder Stiefvater, so wichtig ist und die so überzeugt sind, dann muss ich mich da rein Tigern, damit ich auch die Erfüllung find. Und deswegen habe ich mich Taufen lassen. Also ich habe es für sie gemacht, in der Hoffnung dass es mich auch erfüllt.

Interview4:

Ich bin hineingeboren worden. ... Also mein Einstieg war sozusagen per Geburt.

Interview 5:

Ich bin rein geboren, d.h. ich bin schon so aufgewachsen und seitdem ich mich erinnern kann war die Teilnahme an den Versammlungen. Das war schon seit dem ich mich erinnern

kann Teil meines Lebens. ... ich habe mich mit 17 taufen lassen aber ich war de facto schon länger also schon länger als getaufter irgendwie aktiv. Es war schon meine Entscheidung, aber es war halt üblich. Meine Freunde haben sich zu der Zeit halt auch taufen lassen. Es war halt Lauf des Lebens. Ja ich war schon überzeugt.

Zusammenfassung:

Der Einstieg in die Gemeinschaft erfolgte bei drei Interviewpartnern mit der Geburt. Interviewpartnerin 3 wurde gemeinsam mit den Eltern als sechsjähriges Kind Mitglied. Interviewpartnerin 2 wurde als junge Erwachsene von der Gemeinschaft kontaktiert und wurde nach 10 Jahren aktives Mitglied. Einige Interviewpartner weisen darauf hin, dass sie nicht gefragt wurden, ob sie Mitglied sein wollen, sondern es war einfach so. Der offizielle Einstieg, durch die Taufe, erfolgte bei einigen aus Überzeugung, bei anderen nicht, allerdings standen bei allen bestimmte Erwartungen anderer dahinter. Irgendwann zum aktiven Mitglied zu werden, war der „Lauf des Lebens“ (I5, Z. 49). In Interview 3 wurde als Grund zur aktiven Teilnahme ein Pflichtgefühl den Eltern gegenüber erwähnt, welche die Gruppe als Lebenserfüllung ansehen. Die Interviewpartnerin suchte deshalb ihre eigene Lebenserfüllung in der Gruppe, trotzdem sie viele Dinge verabscheute. Der Besuch von gruppeninternen Veranstaltungen gehörte zum normalen Wochenverlauf. So wurde es für die Interviewteilnehmer zu einem Teil ihres Lebens, welcher sie stark geprägt hat. Eine Interviewpartnerin spricht davon, dass sie sich an den Zeitpunkt des Einstieges in die Gemeinschaft erinnert als plötzliche Lebensveränderung, welche allerdings nicht unbedingt unangenehm war. Geburtstag und Weihnachten wurden nicht mehr gefeiert. Interviewpartnerin 2 spricht davon, dass sie zum Zeitpunkt ihres Einstieges einsam war und von der Gruppe aufgefangen wurde. Ausschlaggebend hierfür waren dasselbe Herkunftsland sowie gemeinsame Interessen.

9.1.2 Familiärer Hintergrund

Interview 1:

Also alle Leute die ich kenne, meine gesamte Familie ist dabei. Eltern, Tanten, Onkel, aber die sind nicht hinein geboren. Die sind im Jugendalter also so mit 20 glaube ich ungefähr ca. haben sich damit beschäftigt und wurden besucht von Haus zu Haus und da haben sie dann Interesse daran gekriegt und ja dann sind sie halt konvertiert. Mein Vater war glaube ich sogar eineinhalb Jahre im Gefängnis deswegen. Also weil er den Kriegsdienst nicht antreten wollte.

Interview 3:

Meine Mutter, mein leiblicher Vater und mein Stiefvater. Ja. Wo ich sagen muss, meine Mutter und mein Stiefvater sehr fanatisch, sehr verbohr, sehr engstirnig alles. Und mein leiblicher Vater, ich glaube er ist einfach dabei weil er seit vierzig Joa afoch dabei is, er kennt nichts anderes, er erzählt mir auch nie was über die Bibel, er nimmt nie Zeitschriften mit, wir Reden nie über Gott es ist einfach, er geht in die Versammlung und des woars. Meine Eltern haben am Anfang halt wahnsinnig starke finanzielle Probleme gehabt, weil mein Stiefvater glaube ich den Job verloren hat und meine Mutter, ich weiß gar nicht so genau was da war aber ich hatte auf jeden Fall das Gefühl das wir finanziell sehr aufpassen mussten, was wir ausgeben, was wir essen es war kein Luxus da, das weiß ich noch ganz genau. Wir haben zwar ein Dach über dem Kopf gehabt, die Wohnung hat annehmbar ausgeschaut, aber wir sind nicht in Urlaub gefahren, ich kann das nicht genau beschreiben ich weiß jedenfalls dass es uns finanziell aus der heutigen Sicht gesehen, nicht sehr gut gegangen ist.

Interview 4:

Ähm ja, mein Vater war glaube ich elf oder so, also seine Eltern waren vorher nicht dabei und haben sich dann irgendwie dafür interessiert und deswegen ist er dann auch quasi da mit reingekommen und meine Mama glaube ich ist hinein geboren worden. Das war glaub ich schon bevor sie auf die Welt gekommen ist. ... Sind eigentlich alle noch dabei. Ich weiß nicht ob das jetzt so dazu passt, aber ich weiß von meinem Vater, dass er jetzt auch nicht so der überzeugte Zeuge immer schon war und am Anfang nicht so der Fan davon war. Also auch wie er schon mit meiner Mama zusammen war, hat er auch schon lange Auszeiten gehabt und so wie er, ich glaube 28 war bis 35 oder so war er nicht dabei. Also er war da eher so nicht so überzeugt davon. Als es hat dem anscheinend auch nicht so getaugt, was dann dazu geführt hat das er eliminiert worden ist (lacht) keine Ahnung ich weiß auch nicht wie das genau abgelaufen ist. Und dann wars so, dass meine Mama irgendeine Affäre mit irgendeinem Typen gehabt. Ja und vielleicht war das dann auch so der Zeitpunkt dass mein Vater wieder zurück gekommen ist weil er vielleicht meiner Mama zeigen wollte dass er sie liebt oder keine Ahnung aber ich glaub dass das so weil ihr das halt wichtig war. Aber warum sie dann eine Affäre hatte weiß ich auch nicht (lacht) also das lassen wir mal offen stehen.

Interview 5:

Meine Mutter und ihr jetziger Mann, also mein späterer Stiefvater auch. Mein leiblicher Vater nicht, also er war es nie und diese Differenzen zwischen meinen Eltern waren auch der Grund warum sie sich dann geschieden haben. ... Sie (= die Mutter) wurde an der Tür angesprochen beim Haus zu Haus Dienst und das war zu einer Zeit wo sie sich halt gedacht hat es muss mehr gehen im Leben. Und von einigen ihrer Erzählungen weiß ich auch, dass sie geglaubt hat es gibt einen Teufel. Und sie hat mir einmal erzählt, dass sie einmal krank war, und aufgewacht ist und sich nicht bewegen konnte und halt gemeint hat das ist jetzt der Teufel. ... Ich glaube es war in einer Phase in der sie Sinn gesucht hat im Leben und jedes Erlebnis was sie halt ihrem Weg mit bestärkt hat in ihrem Leben und in ihrer Ansicht dass sie halt jetzt irgendetwas tun muss.

Zusammenfassung:

Die meisten Interviewpartner berichten von einem familiären Hintergrund innerhalb der Gemeinschaft, wobei in manchen Fällen die Eltern und bei anderen die gesamte Familie aktiv ist. Innerhalb der Familie von Interviewpartner 1 gab es einen Gefängnisarrest aufgrund von Kriegsdienstverweigerung aus Glaubensüberzeugung. Zum Zeitpunkt des Einstieges gab es bei den meisten Familien schwierige Lebensphasen. Hierzu gehören finanzielle Probleme oder Beziehungsschwierigkeiten. Interviewpartner 5 spricht zusätzlich die Sinnsuche der Mutter als Grund des Einstieges in die Gemeinschaft an.

9.1.3 Das Leben innerhalb der Gruppe

Interview 1:

Also bei uns in der Versammlung hatte sich so eine Gruppierung auch gebildet von Jugendlichen und wir haben halt sehr viel Quatsch gemacht auch mit Alkohol, Sex und alles was verboten war und das wurde halt immer regelmäßig verheimlicht. ... gesehen das Älteste kommen, habe mir aber nichts dabei gedacht, weil mein Vater war auch ältester. ... Ich hatte damals eine Freundin, auch Zeugin Jehovas, aber die hielt sich ja auch nicht so korrekt dran. Und wir waren zwei Jahre zusammen und wir haben damals auch schon so gedacht, Ja und irgendwann steigen wird dann aus und lassen dann alles hinter uns und all das ja. ... bei den Zeugen Jehovas wird man ja auch recht früh verheiratet. ... Normalerweise sollte man keine Kontakte zu andersgläubigen pflegen.

Interview 2:

In den zehn Jahren meiner Mitgliedschaft habe ich nicht nur gute Erfahrungen gehabt. Am Anfang bis zur Taufe war die schönste Zeit, die Leute haben sich um mich bemüht, auch wie ich mich fühle usw., aber nach der Taufe dann plötzlich haben sie sehr viel verlangt, dann war viel Pflicht, zwar nicht gezwungener Weise aber schon, für mich fast so wie Schuldgefühle. Wenn ich etwas nicht gemacht habe und dann auch beruflich und der Zeitmangel und auch meine eigenen Probleme, waren plötzlich da weil mein Glaube schwach geworden ist. Früher war es so dass ich auch wirklich betreut wurde wegen der Lehre und das hat auch natürlich in der damaligen Zeit geholfen. Weil als ich getauft wurde, war es dann so, dass sich anderen helfen musste anstatt meine Probleme zu lösen d.h. mein Problem war plötzlich umgedreht ich hatte Probleme weil ich Glaubensschwach war und das hat mich sehr gekränkt, das hat wirklich sehr wehgetan. ... Ich habe mir sehr schwer getan, ich bin als Klavierlehrerin tätig also ich habe sehr viele Kinder von Zeugen Jehovas unterrichtet. ... Weil das geht so, eine Schwester die auch Mitglied ist, sie hat denselben Glauben, deshalb sollte man das auch für sie billiger machen oder andere bestimmte Dinge machen. Ich wohne in, also ich habe damals auch schon im (Ort) gewohnt und dann bin ich immer nach (Ort) gefahren und habe noch dazu eine Stunde Parkplatz gesucht und eigentlich war ich eineinhalb Stunden unterwegs und zurück auch nochmal und plötzlich wollen sie nicht mehr oder solche Dinge. Und du bist eh eine Schwester darum verzeihe ich dir, solche Sachen.

Interview 3:

zum Beispiel das Predigen gehen ja, mich hat das permanent angekotzt. Mir war das peinlich, äh ich habe das Gefühl gehabt wenn ich auf der Straße nur geh als Kind, jeder erkennt mich als sowas, mir war das in der Schule peinlich ich wollte einfach nicht das das irgendwer weiß. ... Mein Stiefvater hat mich immer nach einer Versammlung abgefragt, ja, was wurde heute gepredigt, was hat dir gefallen, was hast du dir gemerkt, das war so unser Nachhauseweg und damals war die (Name) auch noch in der Versammlung und wir haben eigentlich die ganze Versammlung, briefe rln gschrieben, jedenfalls alles gemacht nur nicht zugehört. ... du musst nur nach der Bibel leben und nur die ganze Welt dreht sich um die Religion von die Zeugen. ... ja ich muss sagen ich hab schon sehr viele watschen kriegt. Also so heil wie das immer alles dargestellt wird ist das nicht abgrennt.

Interview5:

Ich hab halt schon gebetet während den Zusammenkünften, und während der Dienstzusammenkunft auch schon Ansprachen, also Programmpunkte gehabt, also eigentlich unüblich jetzt im Nachhinein gesehen da das eigentlich nur Dienstatmgehilfen machen durften. Aber wir hatten halt Personalmangel. ... Ich bin nach Hause gekommen hab meine Studiensachen erledigt, hab mich angezogen. Das war so richtig so ein Hamsterrad. Wo ich nicht einfach nimma wirklich denken und einfach meine Aufgaben so Schritt für Schritt erledigt habe. ... ober mir hat eine ältere Schwester gewohnt und die hat halt immer regelmäßig Besuch gehabt auch von allen. ... Meine Studienkollegen, die haben nicht gewusst, das ich Zeuge bin. Mir war das peinlich, ich weiß zwar nicht warum, aber. ... Ich wollte auch unter meinen Studienkollegen nicht als der Bibelfreak gelten. Ich mein auch wenn ich nicht mitgemacht habe bei den Feiern und so, bei den Partys. Glaub schon ich hab mehr so dieses Konservative Image gehabt, aber halt nicht dieses Zeugen-Bibel-Kind Image.

Zusammenfassung:

Das Leben innerhalb der Gemeinschaft ist von Pflichten bestimmt. Die Interviewpartner berichten von Predigtdienst, Ansprachen während der gruppeninternen Treffen sowie Regeln für den Alltag. Ein Interviewpartner berichtet, dass innerhalb der Gruppierung sehr früh geheiratet werden sollte. Alkohol, Geschlechtsverkehr und Kontakte zu Andersgläubigen zählen zu den von der Sekte verbotenen Dingen. Interviewpartnerin 2 formuliert die Zeit vor ihrer Taufe, also ihrer aktiven Mitgliedschaft, als eine sehr schöne Zeit, in welcher sich die anderen Mitglieder um sie bemüht haben. Später, als aktives Mitglied, rückten verschiedene Pflichten in den Vordergrund; es wurde immer mehr von ihr verlangt, was sie nicht leisten konnte. Daraufhin wurde sie als glaubensschwach bezeichnet.

Weiters werden Schwierigkeiten angesprochen, wenn man beruflich innerhalb der Gemeinschaft tätig ist. Großer Zeitaufwand und günstigere Angebote für andere Mitglieder sind normal und werden erwartet. Unzuverlässigkeit von Seiten der Kunden mussten

verziehen werden, da es sich um Menschen desselben Glaubens handelt. Im Zusammenhang mit der von der Gruppe ausgeführten Tätigkeit des Predigens wurde öfter von einem Gefühl der Peinlichkeit gesprochen. Auch der Gedanke, dass Außenstehende, vor allem Schul- oder Studienkollegen, über die Mitgliedschaft informiert sein könnten, wurde als unangenehm empfunden. Allgemein wurde die Zeit der Mitgliedschaft als anstrengend und als ein auf die Sekte ausgerichtetes Leben beschrieben. Auch schwierige Verhältnisse innerhalb der Familie, welche nach außen hin anders dargestellt wurden, wurden angesprochen.

9.2 Ausstieg

Die Unterkategorien werden durch die Punkte: Impuls, Erwartungen und Veränderungen nach dem Ausstieg gebildet.

9.2.1 Impuls

Interview 1:

Irgendwann ist das dann quasi aufgefliegen, dann gab's halt Gespräche und es gab auch Beweise Fotos, anstößige Fotos, unmoralische Fotos und die sind den Ältesten in die Finger gekommen und ja dann hat's halt geknallt. Das weiß ich noch ganz genau da sind die Ältesten zu meinen Eltern gegangen. Ich weiß noch es hat irgendwann geklingelt zu Hause, ich habe irgendetwas am PC gemacht und habe nur kurz durchs Fenster geguckt und gesehen das Älteste kommen. ... und die guten Ältesten haben dann meinen Eltern alles offenbart was da raus gekommen ist und die Fotos auch gezeigt und dann wurde das erst an mich herangetragen so worum es da überhaupt geht. ... also ich hätte schon so weitergemacht ich habe im Kopf sowieso mit alldem ganzen abgeschlossen, das war halt die Schwierigkeit zu sagen so, Leute ich hau jetzt auf den Tisch, ich habe keinen Bock mehr auf euch. ... Wir alle die in der Cligue sind aufgefliegen, da konnten wir auch nichts abstreiten oder so und wirklich alle anderen haben quasi bereut und haben ganz normal weitergemacht beiden Zeugen Jehovas und ich war quasi der einzige der das irgendwie nicht eingesehen hat.

Interview 2:

Mein Ex Mann ist gestorben, und ich musste deswegen und wegen beruflichen Gründen und eben verschiedenen Gründen, also ich habe einen Job gehabt in (Ort) und das war gleichzeitig ein guter Übergang. Also zum einen war es eine neue Situation und zum anderen wollte ich auch aussteigen. Ich habe dann auch meinen Freund kennengelernt, ich kann nicht sagen gleichzeitig, aber am Anfang musste ich wirklich mein Leben ordnen. ... In

diesem Moment war eigentlich ein sehr großes Problem für mich, und die Sekte hat mir eigentlich keine Hilfe angeboten ich bin irgendwie alleine gelassen worden.

Interview 3:

Mein Stiefvater hat mir halt wieder die Frage gestellt, was hat mir gefallen und ich hab drauf keine Antwort geben können. Dann hab ich natürlich einen Supervortrag bekommen, warum ich dann nicht zuhör und das ist doch alles wichtig und magst du nicht ins Paradies und quak, quak, quak. Und zuhause angekommen hat mich der (Name) dann gefragt, ja willst du überhaupt noch dabei sein?: Und ich habe grade in dem Moment gedacht, wenn ich jetzt nicht mein Mund aufmach, komm ich da nie raus. Und das war der, war der Punkt.

Interview 4:

Ich hab halt einfach keine Lust mehr gehabt, dass war jetzt kein Erlebnis dass ich hatte. Ich dachte mir einfach es ist an der Zeit da mal einen Schlusstrich drunter zu ziehen weil ich keine Lust mehr hatte da dreimal vier mal in der Woche in die Versammlung zu gehen.

Interview 5:

Es waren die Lebensumstände zu der Zeit wo ich mich dann verliebt hatte und sich dieses Verhältnis dann nicht vereinbaren ließ. ... Und dann habe ich auch einen Druck verspürt von Seiten der Ältesten, dass das halt nicht geht weil ich eine Vorbildwirkung hab.

Zusammenfassung

Die meisten Interviewpartner erwähnen ein ausschlaggebendes Ereignis für den Austritt. Interviewpartner 1 spricht davon, dass die verheimlichten Aktivitäten seiner Clique aufgedeckt wurden und im Zuge dessen seine Eltern informiert wurden. Die Entscheidung auszusteigen wurde demnach in gewisser Weise von außen vorgegeben, da er erwähnt, dass ihm die endgültige Entscheidung auszusteigen sehr schwer fiel. Er hatte vorgehabt, sein Leben wie bisher weiterzuführen. Interviewpartnerin 2 beschreibt ihre Entscheidung zum Austritt aus verschiedenen Perspektiven. Zum einen musste sie nach dem Tod ihres Ex-Mannes ihr Leben neu ordnen, wozu auch die Neustrukturierung ihrer beruflichen Situation zählte. Zum anderen hatte sie in der schwierigen Lebensphase keine Unterstützung von Seiten der Gemeinschaft erhalten, wodurch sie sich alleingelassen fühlte. Ein weiterer Grund für die Entscheidung war, dass sie ihren Freund kennengelernt hatte. Interviewpartnerin 3 wurde von ihrem Stiefvater direkt angesprochen, ob sie noch dabeisein möchte, als sie bei einer von ihm regelmäßig durchgeführten Überprüfung ihres Wissens der sekteninternen Lehre nichts antworten konnte. Innerhalb der Situation kam der Interviewpartnerin der

Gedanke: Wenn nicht jetzt, dann nie. Interviewpartner 4 spricht davon, dass er kein ausschlaggebendes Erlebnis hatte, sondern er das Gefühl hatte, dass es an der Zeit wäre, einen Schlusstrich zu ziehen und ein neues Leben zu beginnen. Für Interviewpartner 5 war die Liebe zu einer außenstehenden Frau und der damit einhergehende Druck von Seiten der Gemeinschaft entscheidend.

9.2.2 Erwartungen

Interview 1:

Das kam ja alles sehr sehr plötzlich.

Interview 3:

Hoffnung auf mehr Freiheit. Dieses ewige Zeitschriften lesen, dieses ewige du darfst das nicht hören, diese Musik, weil das hat einen weltlichen Einfluss, ich hab das schon nicht mehr hören können. Ich wollte einfach auch mal mit Freunden weggehen auch die keine Zeugen sind. Ich wollte nicht drauf achten, wie muss ich jetzt reden, ich wollte nicht mehr predigen gehen. ... Ja, Freiheit einfach.

Interview 4:

außer dass ich mich vielleicht freier fühl oder keine Ahnung selber entscheiden kann was ich am Freitag Abend mache und nicht mich angewandln muss nach der Arbeit und irgendwo hinfahren muss.

Zusammenfassung

Zur Kategorie „Erwartungen an den Ausstieg“ haben sich nicht alle Interviewpartner geäußert. Interviewpartner 1 beschreibt, dass für ihn das Ausstiegsszenario sehr plötzlich kam und er dadurch keine Zeit hatte, über Erwartungen nachzudenken. Allerdings beinhalten die Erzählungen der Interviewpersonen 3 und 4 beide die Hoffnung auf mehr Freiheit nach dem Ausstieg. Vor allem der Aspekt der eigenen Entscheidungsfreiheit wird unterstrichen, allerdings auch das Streben danach, sich nicht mehr an die von der Gemeinschaft vorgegebenen Regeln halten zu müssen. Das Recht, seine Freizeit selbst gestalten zu

können, ohne an die Vorgaben der Gemeinschaft denken zu müssen, wurde ebenfalls erwähnt.

9.2.3 Veränderungen nach dem Ausstieg

Interview 1:

Das war dann ganz schlimm mit meiner Freundin also wir alle die in der Clique waren wir sind ja alle aufgefliegen, da konnten wir auch nichts abstreiten oder so und wirklich alle anderen die haben quasi bereut und haben ganz normal weitergemacht bei den Zeugen Jehovas und ich war quasi der einzige der das irgendwie nicht eingesehen hat und dann bin ich halt quasi allein gelassen worden und dann wirklich auf einen Schlag von allen und was mir am meisten weh tat, wirklich von meiner Freundin mit der ich ja damals zwei Jahre zusammen war ne und wir haben ja auch schon zusammen Zukunft geplant, naja ok in dem Alter, aber trotzdem. ... dann hat sie mich einfach Eiskalt verlassen quasi so von wegen Religion ist wichtiger. ... das ich dann gesagt habe ich ziehe aus ich habe keine Lust mehr drauf. ... auf einmal alle wollen nichts mehr mit dir zu tun haben...komplett andere Weltansichten von einem Tag auf den anderen ne und da denkt man sich auch was ist da los, was ist hier falsch, richtig so wie in einem schlechten Film oder aus irgendeinem Traum wo man wirklich nicht aufwachen kann so hat man sich da gefühlt. ... Ich bin dann auch in eine WG gezogen. ... Ja vieles also mein ganzes Leben hat sich sehr stark geändert. Ich musste ja wirklich auf eigenen Beinen stehen und selber Geld ran schaffen und alles und ja ich musste einfach wirklich allein zurechtkommen. Also Schwierigkeiten in dem Sinn hatte ich ja keine man musste halt alles schnell lernen man musste ja einfach also ich hab's sogar noch geschafft mir selbst eine Ausbildung zu suchen als Mediengestalter.

Interview 2:

Also ich habe einen Job gehabt in (Ort) und das war gleichzeitig ein guter Übergang. ... Ich musste meinen Beruf abändern, ich konnte nicht mehr mit Zeugen Jehovas arbeiten. Das bedeutet ich musste erstens meinen Glaubensweg befreien und mich auch beruflich aufgeben, das war ganz schwer und ja sonst hat sich sehr viel ins Positive verändert. ... Aber trotzdem bin ich eigene Wege gegangen und auch wenn's verboten war habe ich sehr viele Bücher gelesen die Zeugen Jehovas betreffen von ausgeschlossenen von Franz I: Ach ja, der Gewissenskonflikt IP: Ja genau, das habe ich alles gelesen und dann waren mir auch sehr viele Fragen klar. ... meine Freundinnen mit denen ich mich gut verstanden habe habe ich auch sehr vermisst ...

Interview 3:

Also ich habe am Anfang ja auch mitbekommen wie wir noch im (Ort) gewohnt haben das mich Brüder und Schwestern gesehen haben auf der Straße und beinhart die Straßenseite gewechselt haben. Das aus da Bim ausstiegen sind wies mich gsehn ham. ... es is ja trotzdem auch ein sozialer Kontakt da wost Freude hast. Und diese Leute ham dich gschmittn als hätst die Pest. Das hat ziemlich wehtan. ...Ja, ich hab Dinge machen dürfen, die ich die ich vorher nicht machen durfte zum Beispiel Musik hören was ich will, Bücher lesen was ich will, außer die Zeitschriften, das Beten vorm Essen ist weggefallen, einfach Spaß haben das

ist dazugekommen. ... das ist komplett weggefallen, dieser permanente psychische, ich weiß gar nicht, Druck. ... Dadurch das ich noch zuhause gelebt hat war dann auch die Zeit danach furchtbar, das ist auch ein Grund warum ich dann mit 16 ausgezogen bin. Ziemlich radikal.

Interview 4:

Das war am Anfang sehr schwer, weil ich sie (Anm. C.G: die Eltern) lange nicht gesehen habe eigentlich oder sehr wenig Kontakt zu Ihnen hatte. Die ersten paar Jahre. ... Naja also ich hab halt irrsinnig viel Kontakt zu meinen Arbeitskollegen damals gehabt und wir sind viel unterwegs gewesen und ich musste kein schlechtes Gewissen haben wenn ich jetzt keine Ahnung bis vier in der früh noch was trinken bin. Ich hab's einfach gemacht und das war irgendwie so, man hat tun und lassen können was man mag und es schaut dich keiner schief an in der Versammlung weil du nicht da warst oder so, es war einfach wurscht. Ja und man musste sich nicht mehr die ganze Zeit irgendwelche Predigten anhören wo man nicht mehr danach leben, vielleicht die Werte nicht schlecht findet, aber jetzt nicht unbedingt das darfst und das darfst nicht und immer in diesem strengen Regelwerk drinnen sein. Das ist halt weggefallen.

Interview 5:

Ja also ich hab schon gewusst, also das der Kontakt mit mir abgebrochen wird, von allen Seiten, was ich schon bedauere weil, ich hab auch also meinen besten Freund damals, den habe ich auch nicht eingeweiht ... Ja das hat mir wehgetan, vor allem weil er im darauffolgenden Sommer Heiraten wollte und ich dann Trauzeuge werden sollte, das war halt schon ein bisschen bitter. ... mein Umfeld habe ich bewusst verändert, ich bin dann zu meiner Freundin gezogen ... Weil ich ja, ich wäre halt alleine in der Wohnung gewesen, also in meiner alten Wohnung... Auch wenn es schwierig ist und die Leute dir dann von einem Tag auf den anderen nicht mehr Hallo sagen. Da hab ich mich dann bewusst dafür entschieden, dass ich meine Umgebung ändere.

Zusammenfassung

Die interviewten Sektenaussteiger sprechen von positiven Veränderungen in ihrem Leben, wie zum Beispiel der Freiheit, sich nicht mehr an Regeln halten zu müssen oder von der Sekte verbotene Literatur lesen zu können, was sich für einige als hilfreich erwiesen hat. Negative Gefühle werden vor allem in Verbindung mit den innerhalb der Gruppierung verbliebenen Freunden geäußert, welche aufgrund von gruppeninternen Vorgaben den Kontakt abgebrochen haben. Interviewpartner 1 erwähnt, dass seine zweijährige Beziehung aufgrund seiner Entscheidung auszusteigen von Seiten der Freundin beendet wurde, da ihr die Religion wichtiger war. Des Weiteren beschreibt er, dass sich seine Freunde allesamt wieder der Gemeinschaft zugewandt und deshalb den Kontakt abgebrochen haben. Aufgrund seines übereilten Umzuges vom Elternhaus in eine Wohngemeinschaft hat sich eine starke Lebensveränderung ergeben, da er viele Dinge, um für sich selbst sorgen zu

können, auf schnelle Weise erlernen musste. Diesen Aspekt beschreibt er zwar als etwas stressig, aber wenig problematisch. Auch bei Interviewpartnerin 2 ging der Ausstieg mit dem Umzug in einen neuen Ort einher. Sie beschreibt zusätzlich auch eine große berufliche Veränderung, da ihr Berufsleben stark innerhalb der Gemeinschaft organisiert war. Eine weitere Veränderung war, dass viele Freundinnen innerhalb der Gemeinschaft geblieben sind, welche der Interviewpartnerin sehr gefehlt haben. Dieses Problem der abgebrochenen Freundschaften artikuliert Interviewpartnerin 3 ebenfalls. Sie hat diesen Kontaktabbruch und die Ignoranz der innerhalb der Gemeinschaft Verbliebenen als verletzend empfunden, da sie in der Sekte auch schöne Momente mit anderen Mitgliedern hatte und viele freudige Momente mit den sozialen Kontakten, welche sich durch die Mitgliedschaft ergaben, geteilt hat. Auch sie spricht von vielen positiven Veränderungen, wie zum Beispiel Musik nach eigenem Geschmack hören zu können oder Bücher nach Interesse lesen zu können. Weiters beschreibt sie, dass psychischer Druck abgefallen sei, da sie sich nicht mehr an die vorgegebenen Regeln halten musste. Interviewpartner 4 spricht ebenfalls den Ausbruch aus dem strengen Regelwerk als positive Veränderung an und erwähnt weiters das Knüpfen von neuen Kontakten sowie die Freiheit, ausgehen zu können, mit wem und wie lange er wollte. In den ersten Jahren seines Ausstiegs hatte er wenig Kontakt zu seinen Eltern. Interviewpartner 5 spricht von einer bewussten Veränderung seiner Umgebung. Auch er erwähnt einen Umzug zu seiner Freundin im Zuge seines Ausstieges, da er sonst alleine in seiner Wohnung gewesen wäre. Den Kontaktabbruch zu seinem besten Freund beschreibt er als schwierig, da er im darauffolgenden Sommer Trauzeuge werden sollte.

9.3 Schwierigkeiten

Diese Kategorie behandelt die Punkte psychische und familiäre Probleme zur Zeit des Ausstieges.

9.3.1 Psychische Schwierigkeiten

Interview 1:

und dann wirklich auf einen Schlag von allen und was mir am meisten weh tat, wirklich von meiner Freundin mit der ich ja damals zwei Jahre zusammen war ... ich habe mich mit Drogen und Alkohol betäubt. Ich bin dann auch in eine WG gezogen und also ich muss sagen davor habe ich auch ab und zu mal einen Joint geraucht aber auch jedes Wochenende besoffen gewesen und alles. Ja und das hat sich dann halt ist dann so bei

geblieben und hat sich dann auch gesteigert also eine Zeitlang habe ich dann fast täglich gekiffert und ja das war halt so. Das war dann alles so zum betäuben so ungefähr. ... und ja durch meinen Lebenswandel hat das auch nicht lange gehalten mit der Ausbildung. ... Aber damals war mir alles ziemlich Scheißegal was passiert ob ich ob ich mich da jetzt mit Drogen oder Morgen aufwache das war im Prinzip Scheißegal, ne also ich war jetzt nicht akut Selbstmordgefährdet also ich hatte keinerlei Selbstmordgedanken aber es war halt einfach egal komplett egal.

Interview 2:

Also dieses Schuldgefühl war eine große Schwierigkeit. ... Also direkt nach dem Ausstieg haben die Angststörungen begonnen, die Panikattacken. Ja. Ich habe mir sehr schwer getan ... Aber am meisten waren Schuldgefühle weil ich nicht in die Versammlung gegangen bin sondern nur zudem Gedächtnismahl wie soll ich sagen wichtigste Tag von denen für die Zeugen, an diesem Tag nicht erscheinen. ... ich konnte nie von zuhause weg, so schlimm ich konnte nicht rausgehen.

Interview 3:

Ja, also ich habe viele Gespräche gehabt mit Ältesten, was mich ehrlich gesagt auch ziemlich belastet hat weil ich bin ja wie gesagt auch eine eigenständige Person und ich habe mich dafür entschieden dass ich aussteige und das muss ich nicht durch stundenlange Gespräche noch einmal bestätigen. ... Ich weiß nur, dass ich diesen psychischen Druck sehr wohl mitbekommen habe aber doch meine Unbeschwertheit noch besser verkräften hab können, wie jemand der in einem anderen Alter aussteigt.

Interview 4:

Ich bin einfach sehr Zornig auf das ganze. Keine Ahnung ist unfair jemanden einfach sein Leben zu verbauen nur weil man jetzt zufällig das Kind von (Name) und (Name) ist. Das finde ich halt hart weil einem vielleicht viele Freundschaften entgangen sind weil man halt nicht überall mitmachen konnte oder weil man nicht das macht was die anderen Leut machen. Oder ein übertriebenes moralisches Bewusstsein hat und deswegen einfach nicht leben kann. Oder Blödsinn machen kann weil man immer nachdenkt. Ja, ich wollte sogar die Versammlung anzünden (beide lachen). Das wär cool gewesen. Ja. Natürlich hätte ich niemanden verletzt, so bin ich nicht, aber so ein kleiner Brand wär schon cool gewesen (lacht).

Interview 5:

Und ich hatte einen inneren Konflikt zu der Zeit, weil ich ja doch noch überzeugt war von der Richtigkeit, vom Weltbild, aber andererseits doch meine Gefühle für die (Name) zu stark waren. Ich erinnere mich noch genau als sie dann zu mir gesagt hat ob Gott nicht will das ich sie lieb, das war halt dann, das hat mich dann längere Zeit beschäftigt und hab mir dann gedacht ich möchte jetzt keine Entscheidung treffen die dann in irgendeiner späteren Lebensphasen bereuen würde. ... ich hatte das Gefühl ich bin jetzt, ich stehe jetzt an der Wand und ich verspüre den Druck von Seiten der Versammlung dass ich etwas machen muss. ... Ich hatte dann schon, wie ich mir das dann angeschaut hab hab ich schon auch

immer ein schlechtes Gewissen gehabt, ich hatte das Gefühl das ich irgendetwas Verbotenes mach, aber letztendlich habe ichs dann doch gemacht. ... Es war schrecklich es war ich meine, du liest Sachen von denen du vorher nichts gewusst hast. Und es war befremdend. ... der hat viel Zeit für meine Beschäftigung mit der Literatur aufgewendet und je mehr ich davon gelesen hab, desto mehr ist dann quasi das Gefühl in mir entstanden, mein Weltbild bricht zusammen und ich verliere jetzt den Boden unter den Füßen.

Zusammenfassung

Die Interviewpartner berichten von unterschiedlichsten Schwierigkeiten zur Zeit des Ausstiegs. Für Interviewpartner 1 war der plötzliche Verlust seiner Beziehung die größte Schwierigkeit, aber auch der Kontaktabbruch von Seiten seiner langjährigen Freunde war schwer zu verarbeiten. Diese schwerwiegenden Veränderungen versuchte er mithilfe von Drogen und Alkohol zu betäuben, was mit der Zeit zum täglichen Suchtmittelkonsum führte. Der nun eingeschlagene Weg führte zu weiteren Schwierigkeiten, da der Interviewpartner seine selbstorganisierte Ausbildungsstelle rasch wieder verlor. Des Weiteren spricht er davon, dass er eine starke Gleichgültigkeit gegenüber dem Leben entwickelte. Interviewpartnerin 2 berichtet von Angststörungen und Panikattacken, welche direkt nach dem Ausstieg begannen. Des Weiteren spricht sie von starken Schuldgefühlen, weil sie die internen Treffen nicht mehr besuchte. Interviewpartnerin 3 durchlebte eine belastende Zeit, da die Gemeinschaft mit stundenlangen Gesprächen versuchte, sie wieder zurückzugewinnen, wogegen sie sich wehren musste. Interviewpartner 4 spricht davon, starke Zorngefühle auf die Gemeinschaft entwickelt zu haben. Das durch die Lehre verbreitete übertriebene moralische Bewusstsein erschwerte ihm, abzuschalten, was in ihm das Gefühl ausgelöst hat, manche Dinge verpasst zu haben. Interviewpartner 5 hatte mit einem starken inneren Konflikt zu kämpfen, da er zum einen von der Lehre überzeugt war, zum anderen die Liebe zu seiner jetzigen Freundin groß war. Er hatte Angst davor, eine falsche Entscheidung zu treffen. Aus diesem Grund beschäftigte er sich viel mit Literatur, welche der Sekte kritisch gegenübertritt, und spricht davon, dass sein Weltbild zusammengebrochen ist und er das Gefühl hatte, den Boden unter seinen Füßen zu verlieren.

9.3.2 Schwierigkeiten mit der Familie

Interview 1:

meine Eltern, natürlich gab's da Stress die waren sauer auf mich und fassungslos meine Mutter hat nur die ganze Zeit geweint und ja von wegen dass sie alleine im Paradies sein

wird ohne mich und dass sie mich vermissen werden also die haben mir auch schon ein richtig schlechtes Gewissen gemacht und dass ich mir das alles noch anders überlegen kann.

Interview 3:

meine Mutter hat in der Zeit nur geplärrt, das war furchtbar, du bist in der früh aufgestanden und die hat plärrt, du bist schlafen gegangen die plärrt, ja und das war natürlich sehr belastend für mich weil ich das Gefühl gehabt hab meine Mutter total zu enttäuschen. Das ist wie, ich hatte das Gefühl, wie wenn ich gestorben wäre für sie. Die hat getrauert so richtig. Dann Anrufe von anderen Zeugen, ja was is da los, warum jetzt und des darf jo ned woa sei, also einfach Druck...ich bin nach Hause gekommen und ich musste mich irgendwie total verstellen als hätte ich nicht geraucht, als hätte ich keinen Alkohol getrunken, als hätte ich kein Spaß ghabt, ja. (seufzt) Es war eine totale Distanz. Ich habe nicht mit meiner Mutter reden können über meinen ersten Freund, es war schrecklich. Also eigentlich war ich wie eine Untermieterin dort, ja. Und der (Name) hat noch immer verlangt, dass ich mich benehme als wär ich noch immer bei den Zeugen. ... Ja, weil ich hab mir damals ein Ohrpiercing machen lassen und der hod mi hoibad zsaumgschlogn weil i des gmocht hob. Ich hab das sofort rausgeben müssen, dann Zigaretten habe ich keine in meinem Rucksack haben dürfen, Musik hab ich sowieso nicht hören dürfen daheim und einmal habe ich Zigaretten mitgenommen, daraufhin hat er mich mit so einem Quelle Katalog zsaumgschlogn, und das war der Grund warum ich dann ausgezogen bin. ... und am Anfang halt wie meine Mutter gesagt hat, ja du kommst nicht ins Paradies, ich seh dich nie wieder, ich seh dich nie wieder, du bist für mich gestorben.

Interview 4:

Schuldgefühle hatte ich vielleicht nur so meinen Eltern gegenüber, weil sie halt von mir etwas erwartet haben was ich Ihnen nicht geben konnte. Das war am Anfang sehr schwer, weil ich sie lange nicht gesehen habe eigentlich oder sehr wenig Kontakt zu Ihnen hatte. Die ersten paar Jahre.

Zusammenfassung

Einige Aussteiger berichten von teilweise sehr und teilweise weniger stark ausgeprägten Schwierigkeiten mit den Eltern. Interviewpartner 1 spricht davon, dass seine Eltern starke Probleme mit seiner Entscheidung hatten und ihm ins Gewissen reden wollten, was sehr schwierig für ihn war. Auch die Lehren der Gruppe wurden bei dem Versuch, ihn umzustimmen, als Werkzeug benutzt. Interviewpartnerin 2 beschreibt massive Schwierigkeiten, welche auch in Gewaltausbrüchen von Seiten des Stiefvaters endeten. Sie artikuliert eine starke Distanzentwicklung der Mutter ihrer Tochter gegenüber, was sich vor allem durch Trauer äußerte. Die Interviewpartnerin spricht davon, sie hatte das Gefühl, ihre Mutter hätte sie zu der Zeit aufgegeben und um ihre Tochter getrauert, als wäre sie

verstorben. Sie wurde in ihrem Elternhaus mit sinnlosen Verboten und der Erwartung, weiterhin nach den Vorgaben der Gemeinschaft leben zu müssen, konfrontiert. Das Leben zu Hause hat schließlich begonnen, sich für sie anzufühlen, als wäre sie Untermieterin ihrer Eltern, vor allem aufgrund der herrschenden Distanz und weil von ihr verlangt wurde, sich zu verstellen. Insgesamt wurde ihr von Seiten der Mutter und des Stiefvaters das Gefühl vermittelt, sie enttäuscht zu haben. Für die Entscheidung auszusteigen wurde ihr kein Verständnis entgegengebracht, weshalb sie sich entschloss, sehr früh von zu Hause auszuziehen. Zu den starken Schwierigkeiten innerhalb des Elternhauses kam weiterhin starker Druck der Gemeinschaft, was sich durch häufige Anrufe und Gespräche äußerte. Interviewpartner 4 spricht von Schuldgefühlen seinen Eltern gegenüber, weil er die von ihnen an ihn gerichteten Erwartungen nicht erfüllen konnte. Vor allem in der Anfangszeit war es schwierig für ihn, da der Kontakt auf ein Minimum reduziert war.

9.4 Hilfe und Unterstützung bei der Bewältigung

Hierzu zählen die Unterkategorien: Hilfe aus dem Bekanntenkreis, Unterstützung durch Institutionen, Bewältigungsstrategien und der Gedanke an einen Wiedereinstieg.

9.4.1 Hilfe aus dem Bekanntenkreis

Interview 1:

ich hab eigentlich schon immer Kontakte gepflegt zu Andersgläubigen oder weltlichen wie Zeugen Jehovas sagen und da hatte ich auch sehr gute Freunde sogar zwei beste Freunde denen die ich sogar besser Sachen anvertrauen konnte als den Leuten in der Versammlung also den Freunden in der Versammlung und die haben mir auch ein bisschen Halt gegeben und ja also ich war zum Glück nicht ganz alleine aber das auch nur weil ich mich nicht an diese ganzen Regeln und Empfehlungen von den Zeugen Jehovas gehalten habe. Normalerweise sollte man ja, also es wird empfohlen keine Kontakte zu andersgläubigen zu pflegen. das war richtiges, richtiges Glück ... aber sonst waren meine Freunde eine gute Ablenkung und haben einem auch gut zugesprochen, dass ich das alles schon auch auf die Reihe kriege.

Interview 2:

mein Freund, komischerweise hatte er auch mit gewissen Dingen zu tun gehabt, mit den Mormonen er hat auch schlechte Erfahrungen gehabt und natürlich durch Gespräche ... Ich hatte auch sozusagen wahre Freunde für jemanden der von einer Sekte enttäuscht wurde und die Leute da hier in (Ort) haben mir auch sehr viel geholfen. Ich bin dann in eine

sozusagen andere Welt gekommen und habe gemerkt die Leute sind sehr nett und auch ok. Also nicht nur Zeugen sind nett oder sowas und sogar die machen nicht so etwas wie ja Leviten lesen. ... dann wollte ich einmal zum Friseur gehen und konnte nicht alleine gehen weil es so schwer war und mein Freund ist dann mitgegangen und ich habe ihm gesagt, bitte bleib da, geh nicht weg. Und dann hat mich die Friseurin gefragt, haben sie Panikattacken? Und ich, Ja. Und sie sagte dann, ja weil ich war auch genauso und mir hat eine Therapie geholfen. Und ich hab gefragt welche Therapie? Und dann hat sie mir eine Adresse gegeben.

Interview 3:

Das einzige war das eine Freundin von mir zu der Zeit auch weggegangen ist, von den Zeugen, die ja leider nicht getauft war, deswegen hat sie das alles ja auch nicht so mitbekommen, weil das wie gesagt eine ganz eine andere Ausgangssituation ist. ... war auch damals der Chef bei meiner Firma sehr nett... der hat mich da auch irgendwie unterstützt das sich dann nicht mehr nach Hause muss und lauter solche Sachen. ... der auch dann gesagt hatte ich bin der Chef von der (Name), die geht da sicher nimmer zruck, ah ich glaube ich hab dann sogar Urlaub bekommen von ihm weil er gesagt hat Regel das amal alles ... war eigentlich mein Exfreund der der was ziemlich viel unterstützt hat. Weil mim Lehrlingsgehalt auskommen, das war immer so ein Problem (lacht). Und ich muss sagen, seine Familie hat mich da auch irgendwie durchgefüttert, mag ich jetzt amal sagen, seine Mutter hat mich immer eingeladen zum Essen ist mit mir einkaufen gegangen, also eigentlich das was meine Mutter mit mir machen hätte sollen.

Interview 4:

in der Arbeit wo ich war äh da waren ein paar sehr nette Leute mit denen ich noch immer Kontakt habe und von daher war es nicht so schwer für mich, irgendwie Anschluss zu finden oder so. ... , ja ich bin eh viel mim (Name) unterwegs und der war ja auch, ja ich mein der is nie so wie ich dabei gewesen offiziell, von dem her war es jetzt nicht so schlimm, dass ich mich alleine gefühlt hätte ... ich hatte auch Rückhalt von meiner Schwester, die ja vor mir schon abgehaut ist. Also (Name, Name) und der (Name) und Arbeitskollegen. ... Ja und sonst hatte ich meine Schwester und ihren Freund bei denen war ich auch oft am Wochenende oder so, waren wir immer dort. Haben zusammen irgendwas gemacht, Film geschaut oder war eigentlich ur oft dort, ja. Die haben halt viel mit mir unternommen und so, also von dem her.

Interview 5:

ich bin dann zu meiner Freundin gezogen, zu ihren Eltern eigentlich weil sie noch keine eigene Wohnung hatte, aber sie haben mir angeboten dass ich zu ihnen ziehen kann und das habe ich angenommen ... Der Kontakt mit Co-Aussteigern. Leuten die gleiche Erfahrungen machen und die halt ähnlich beschreiben, dass es ihnen mies gegangen ist. So das Gefühl, dass man jetzt nicht alleine ist. Weil, es ist als Zeuge, das einem die ganze Zeit suggeriert wird, das wenn man aussteigt, dass man dann alleine ist. Ausgestoßen. ... Also ich habs ja nur, also meine Geschichte, im Sektenausstiegsforum gepostet, wobei ich halt dann quasi auch Wörter benutzt habe wie Matura und so, die halt darauf schließen lassen, dass ich aus (Land) komme, worauf mich der (Name) angeschrieben hat. Also er hat mich quasi gefunden und dann quasi auf diese GSK hingewiesen.

Zusammenfassung

Alle Interviewpartner haben Unterstützung außerhalb der Gruppierung erhalten. Die meisten berichten davon, schon während der Mitgliedschaft Kontakte nach außen gehabt zu haben. Interviewpartner 1 spricht in diesem Zusammenhang davon, dass er sich seinen andersgläubigen Freunden besser anvertrauen konnte als jenen innerhalb der Gemeinschaft. Während seines Ausstieges haben sie sich als Hilfe herausgestellt, da sie ihm immer gut zugesprochen haben und ihm etwas Halt geben konnten. Interviewpartnerin 2 gibt ihren neuen Partner als haltgebend an, da er selbst Erfahrungen mit dem Gebiet des Sektenausstieges sammeln konnte. Auch die Menschen in der Ortschaft, in welche sie umgezogen ist, waren sehr hilfsbereit, was sie die Erfahrung machen ließ, dass es auch außerhalb der Gemeinschaft nette Menschen gibt. Im Bezug auf ihre Panikattacken hat sie von einer fremden Frau Unterstützung erhalten, welche aufgrund von eigenen Erfahrungen die Symptome bemerkt hatte und den Kontakt zu einer Psychotherapeutin herstellte. Interviewpartnerin 3 hatte Unterstützung von einer Freundin, welche zur selben Zeit aus der Gemeinschaft ausgestiegen ist. Sie spricht allerdings an, dass diese Freundin kein aktives Mitglied war und deshalb eine völlig andere Ausgangssituation hatte. Des Weiteren hatte sie Hilfe von ihrem damaligen Arbeitgeber, welcher sie unterstützt hat und ihr die nötige Zeit gab, ihre Schwierigkeiten zu regeln. Auch der damalige Freund der Interviewpartnerin und seine Familie waren eine große Hilfe, da sie finanzielle Unterstützung von ihnen bekam, sie teilweise aber auch versäumte Pflichten der eigenen Mutter übernommen haben. Interviewpartner 4 wurde von seiner Schwester unterstützt, welche schon vor ihm die Gemeinschaft verlassen hatte. Durch seine Arbeitskollegen fand er leicht Anschluss und somit weitere Kontakte außerhalb der Gruppierung. Interviewpartner 5 fand Rückhalt bei seiner Freundin und deren Familie. Des Weiteren konnte er zufällig Kontakt mit einem anderen Aussteiger knüpfen, welcher ihm den Kontakt zur GSK vermittelte.

9.4.2 Hilfe von Institutionen

Interview 2:

zuerst bin ich in eine städtische Hilfestelle gegangen, die haben mir sehr viele Medikamente verschrieben, das hat das Gegenteil bewirkt und hat nicht geholfen und die Zeit war immer knapp immer nur fünf Minuten, zehn Minuten und nur Medikamente.

Interview 3:

Und das mim Jugendamt ist mir dann eingefallen weil ich ja auch noch nicht volljährig war und ich muss sagen das war auch ein rotes Tuch beim Jugendamt ich war dann auch in so einem Krisenzentrum, wo der (Name) und meine Mama auch nicht rein haben dürfen, außer mit Psychologen, wo der (Name) den kompletten Ausraster bekommen hat, und der Psychologe hat dann gesagt, ja und auf das hinauf gehns gleich. Und das war auch zum Beispiel eine Sache, die hat mir sehr geholfen, weil der (Name) war immer der einschüchternde ...

Interview 5:

Der hat mich dann auch verwiesen auf die Gesellschaft gegen Sekten und Kultgefahren ... Ja ich bin eine Zeitlang zur GSK gegangen, weiterhin ... Also ich habs ja nur, also meine Geschichte, im Sektenausstiegsforum gepostet, wobei ich halt dann quasi auch Wörter benutzt habe wie Matura und so, die halt darauf schließen lassen, dass ich aus (Land) komme, worauf mich der (Name) angeschrieben hat. Also er hat mich quasi gefunden und dann quasi auf diese GSK hingewiesen. Und ich glaube die Homepage, wo ich das letzte mal dort war, war halt ziemlich, ja. Also das sollte auf jeden Fall präsenter sein.

Zusammenfassung

Einige Aussteiger haben Hilfe bei Institutionen gesucht und mehr oder weniger zufriedenstellende Hilfe erhalten. Interviewpartnerin 2 war bei einer städtischen Hilfestelle, die ihr allerdings wenig geholfen hat, da die Beratungszeiten sehr kurz waren und sie statt einer von ihr erhofften Beratung Medikamente erhalten hatte. Interviewpartnerin 3 wandte sich, da sie zum Zeitpunkt ihres Ausstieges noch minderjährig war, an das Jugendamt, welches sich als auf dem Gebiet erfahren herausstellte. Sie beschreibt die erhaltene Hilfe als sehr unterstützend, vor allem im Bezug auf die Wutausbrüche des Stiefvaters, welchem der Zutritt zu dem Krisenzentrum, in welchem sie sich eine Zeit lang befand, verweigert wurde. Diese Vorgangsweise erwies sich als sehr hilfreich, da er immer sehr einschüchternd war. Interviewpartner 5 hat sich mithilfe eines anderen Aussteigers an die Gesellschaft gegen Sekten- und Kultgefahren (GSK) gewandt, was sich als unterstützend herausgestellt hat. Er ist der Meinung, dass die GSK präsenter und leichter auffindbar sein sollte.

9.4.3 Bewältigungsstrategien

Interview 1:

ich habe mich mit Drogen und Alkohol betäubt. ... eine Zeitlang habe ich dann fast täglich gekiffert ... das war dann alles so zum betäuben so ungefähr Also das Ganze bestand sehr viel aus Ablenkung, wie gesagt mit saufen, mit Drogen, mit PC spielen ganz krass gewesen also so richtig ja bin halt auch ein bisschen untergetaucht so ungefähr. ... nach ein paar Jahren habe ich mich dann im Internet in so einem Forum für Sektenaussteiger angemeldet, und da waren auch viele die die gleiche Situation hatten und da habe ich mich öfter mal ausgetauscht oder einfach nur mitgelesen und sowas.

Interview 2:

ich habe auch im Internet geschaut und sehr viele Aussteiger auch die die Hilfestellen im Internet, da habe ich viele Artikel gelesen ... mit solchen Leuten E-Mail ausgetauscht, in Deutschland, das hat mir auch sehr viel geholfen. Man sieht das man nicht alleine ist.

Interview 3:

wir haben ja auch diese Riesengroßen Bände gehabt wo alte Zeitschriften drinnen waren, aus dem Jahre Schnee, ja die habe ich alle genommen und weggeschmissen und habe mich richtig befreit gefühlt ... Also viel unter Leute sein, viel mit Leuten Spaß haben. Nicht allein seien. ... da gibt es im Internet so eine eigene Seite mit Sektenaussteigern, da habe ich mich auch viel durchgelesen und da ist mir auch der Knopf aufgegangen ...

Interview 4:

und im zweiten Teil habe ich dann einfach zum WOW (Anm. C.G. World of Warcraft) spielen begonnen und WOW gespielt quasi zur Ablenkung. ... Keine Ahnung dass ich voll cool war und der stärkste Schami der Welt war obwohl es eine schwache Klasse war. Ich weiß nicht das hat mir irgendwie getaugt weil ich auch mal was zsam bracht hab sozusagen. Obwohl fiktiv im Endeffekt war aber. Und ich habe bewusst eine Klasse gespielt die schwach ist oder die nicht sehr repräsentiert war weil sie einfach zu schwach gechalenged war von den Herstellern. Aber dann habe ich mit denen umso größeren Erfolg gehabt weil ich mich da rein gebissen hab. Weil alle geschaut haben am aha OK es gibt das und das was du erreicht hast während des Spiels und das Team besiegt hast obwohl der stärkere Schami der stärkste ist normalerweise aber das war eigentlich nicht so. Ja und das hat mir dann auch dabei geholfen zu sagen dass wenn man etwas konzentriert macht und dabei bleibt es dann auch schafft. ... Aber ich bin halt irgendwie gegen Starre Regeln und Verbote und obwohl es mir am Sack gegangen ist, hab ich das auch durchgezogen. Obwohl ich das vorher wusste bevor ich das angefangen hab das es zack wird aber stunden stunden stunden.

Interview 5:

das ich dann auch über Abtrünnigen-Literatur wie das so schön heißt, gestolpert bin (3 sek Pause) was halt voll ein Tabu war. ... ich habe eine Ausstiegserklärung geschrieben. Ich hab da auch sehr viel Zeit investiert, das alles zusammen zu schreiben und zwar wirklich darauf vorbereiten, in der Zeit wo ich das halt vorbereitet habe, hat halt doch dann niemand geahnt, dass ich da raus will. ... ich hab mich schon vorher damit beschäftigt und das hat mich dann

in der Überzeugung bestärkt, dass ich rausgehe. Also das ich nicht dem nachhänge quasi ... hab mich aktiv auch in diesem Sektenforum beteiligt, ich mein jetzt bin ich nicht mehr aktiv ... Forum Sektenausstieg ... Hab mich auch beteiligt in der Studivz Gruppe, also auch aktiv Beiträge gepostet ... also es war dann nicht so, dass wie ich draußen war aus der Gruppe mich dann nicht mehr beschäftigt hätte damit, also mit der Literatur, also ich meine das habe ich schon gemacht, weil es doch ein, noch immer ein Teil von mir war, aber halt in einer anderen Form.

Zusammenfassung

Einige Interviewpartner sprechen von Bewältigung durch Verdrängung oder Ablenkung. Des Weiteren wird die Information über Hintergründe der Gemeinschaft als besonders hilfreich beschrieben. Interviewpartner 1 beschreibt seine Bewältigung durch Betäubung in Form von täglichem Drogenkonsum. Weitere Möglichkeiten, um abzutauchen, waren Alkohol und PC-Spiele. Nach einigen Jahren meldete er sich in einem Sektenausstiegsforum an, was er als sehr hilfreich beschreibt, da er merkte, dass viele dieselbe Situation wie er durchmachten, und er sich austauschen konnte. Auch Interviewpartnerin 2 gibt an, dass sie sich im Internet informiert hat und schließlich mit anderen Aussteigern in Kontakt getreten ist. Als besonders unterstützend empfindet sie die Erkenntnis, nicht alleine zu sein. Interviewpartnerin 4 beschreibt einen für sie wichtigen Befreiungsschlag durch die Entsorgung sekteninterner Literatur. Eine weitere Hilfe war die Ablenkung durch andere Menschen sowie viel Spaß zu haben. Auch sie spricht davon, sich in einem Forum für Sektenaussteiger informiert zu haben. Dadurch konnte sie viele Dinge in einem neuen Zusammenhang betrachten. Interviewpartner 4 hat sich nach seinem Ausstieg in eine andere Welt geflüchtet und begonnen, das Online-Rollen-Spiel „World of Warcraft“ (WOW) zu spielen. In diesem Zusammenhang spricht er davon, das erste Mal das Gefühl gehabt zu haben, etwas zu erreichen. Vor allem konnte er lernen, durch die Investition von Zeit, Konzentration und Durchhaltevermögen alles erreichen zu können, was sich darin äußerte, dass er einer der besten Spieler der Welt wurde. Interviewpartner 5 berichtet davon, sich mit der verbotenen „Abtrünnigen Literatur“ (= von Aussteigern verfasste Literatur, welche sich gegen die Gemeinschaft richtet) beschäftigt zu haben. Dies animierte ihn dazu, eine Ausstiegserklärung zu verfassen, was ihm dabei half, seinen Entschluss, aussteigen zu wollen, zu festigen. Er spricht ebenfalls davon, sich in verschiedenen Sektenausstiegsforen aktiv beteiligt zu haben. Er hat sich weiterhin mit sekteninterner Literatur beschäftigt, allerdings in einer anderen Form als früher.

9.4.4 Gedanke an Wiedereinstieg

Interview 3:

Ich war auch auf einem Sommerkongreß, kann ich mich auch noch ganz genau erinnern im (Ort) wo i ma dacht hab pfff was wär jetzt mit mir wenn ich wieder dort wär. Nur es hat einfach so viele Nachteile. Man sehnt sich ja nur nach dieser Gemeinschaft sag ich amal. Das ist das einzige nachdem man sich sehnt. Aber so selber nach der Religion und an den Glauben habe ich mich nie irgendwie so positiv zurückerinnern können. Das war einfach nur rein die Gemeinschaft, dass alle im Sommer ich weiß nicht wie viele 1000 Leute sind, auf diesen Sommerkongreß gehen. Die Stimmung irgendwie, das wars. Ja und auch der Gedanke, ich wüsst dass wenn ich wieder zurückgehen würd mit meiner Mutter und meinem Stiefvater alles wieder passen würd. Das waren alles immer nur kurzzeitige Gedanken. Nur ich find, die Realität hat mich einfach mehr als deren Unrealität.

Zusammenfassung:

Interviewpartnerin 3 berichtet als Einzige davon, öfter Gedanken an einen Wiedereinstieg gehabt zu haben, da sie dann die Hoffnung hatte, es könnte alles leichter mit ihrer Familie werden. Sie weist darauf hin, dass sie sich immer nach der Gemeinschaft gesehnt hat, nach der Stimmung, wenn viele Menschen zusammenkommen, allerdings nie danach, wieder nach dem Glauben und den von der Gemeinschaft vorgegebenen Regeln zu leben. Auch gibt sie an, dass es sich immer um kurzzeitige Gedanken gehandelt hat, dass die Realität sie mehr hat als die Irrealität der Gemeinschaft.

9.5 Psychotherapie für Sektenaussteiger

Hier werden die Unterkategorien: Wünsche/Erwartungen, Warum wurde Psychotherapie in Anspruch genommen, Vorgangsweise der Therapeutin, Warum wurde Psychotherapie nicht in Anspruch genommen sowie die Haltung zu Psychotherapie aus gegenwärtiger Sicht zusammengefasst.

9.5.1 Wünsche/Erwartungen

Interview 1:

das beste wäre ja wenn die sich auch mit der Religion auskennen würden das wäre schon genial gewesen weil da hätte man jemanden der wirklich einen versteht. Weil das können nur Zeugen Jehovas also ehemalige, alles andere würde keinen Sinn machen keine Ahnung jemand der da nur die Theorie kennt ich glaube nicht dass der sich da so hinein fühlen kann. ... Also einfach jemand zum Reden der sich auskennt dem man nicht alles erklären muss.

Interview 2:

am besten ist jemand der die Situation kennt. Auch wenn die Therapeutin sagt ich verstehe, ist es das jemand besser versteht der selbst in der Situation war, das schafft Vertrauen.

Interview 3:

Erstens müsste er selber aus einer Sekte kommen, das wäre für mich ganz wichtig. Weil ich kann nicht über ein Thema reden was ich nicht selber erlebt habe. Wo ich mich nur reingelesen habe. Wo ich nur Berichte darüber gesehen habe, wenn ich nicht weiß wie das ganze funktioniert wirklich. Was da für ein Zusammenhalt ist zum Beispiel. ... Dass es auch schöne Seiten in einer Sekte gibt, ja, weil die meisten legen ja das immer dar als wäre das so furchtbar ... der was das einfach nicht so darstellt als wäre das der Satan in Person gewesen. Also das er ungefähr eine Ahnung hat wie sich das alles anfühlt. Und ich würde das schon toll finden wenn er selber ein Sektenaussteiger ist. Und ich finde die Psychotherapie sollte leisten, weil es mir persönlich sehr geholfen hat, dass man sich nicht einigelt. Dass man wie gesagt nicht allein ist, dass man schaut dass die Leute rauskommen damit man nicht so viel Zeit hat zum Überlegen oder über Kränkungen nachzudenken oder sich wieder versucht in diese Gemeinschaft hinein fühlen zu wollen. Dass die schauen dass das soziale Netz um einen herum funktioniert.

Interview 4:

ist vielleicht auch nicht schlecht mal mit jemandem zu reden der das ganze wertfrei sieht was man ihm erzählt und man das alles einfach so loswerden kann. ... weil der bewertet dich jetzt nicht welche Worte du wählst oder was du sagst, das ist ihm Scheißegal, und der kennt auch deinen Hintergrund vielleicht nicht so, weil man einfach so jemand erzählen kann und der hört zu. ... naja ich würde sagen, er muss irgendwie aus irgendeiner Richtung, Erfahrung aus erster Hand haben weil sonst weiß er nicht worüber er spricht. Das heißt er muss selber mal bei irgendeiner, was auch immer für eine Sekte gewesen sein, aktiv weil sonst weiß er nicht worum es geht meiner Meinung nach. Du kannst nicht zu irgendeinem gehen, kann man sich halt schwer vorstellen wie das ist wenn man bei sowas ist und irgendwie in so einer Gruppe ist und ich glaube das ist sehr wichtig eigentlich. ... ich geh ja auch nicht zum Billa wenn ich meine Waschmaschine repariert haben will. Und der sich in der Terminologie auskennt. Ich mein natürlich der kann nicht bei jeder Sekte gewesen sein, logischerweise, aber der muss sich halt auch im Prinzip damit beschäftigt haben worum es da geht, was machen die genau, wie läuft das ab wie sprechen die oder so. Weil wenn man das erst alles erklären muss ist das ur mühsam.

Interview 5:

jemand der nicht wirklich weiß wie sich das anfühlt, das fällt mir irgendwie schwer mich auszutauschen. Ich kann natürlich meine Gefühle beschreiben. Aber es ist doch was anderes wenn ich weiß, hey der weiß wie das ist. ... das hat mir auch sehr geholfen, also ich hab mit anderen Aussteigern geredet, ob die wissen wie sich das im Predigtendienst anfühlt. ... Also diese ganzen, also nicht nur die Ausstiegsängste sondern auch wie es sich anfühlt in der Gruppe selber zu sein. Ich glaube das ist halt doch was anderes wenn man sich sicher sein kann, dass der andere weiß wie sich das anfühlt. Wie sich die faden Vorträge in der Versammlung anfühlen, oder das der halt auch jemanden in der Versammlung kennt, der vielleicht ein ältester ist. Jemand der das Vokabular kennt und dem man nicht alles erklären muss, was ein Königreichsdienst ist und ein Kreisaufseher. Ist auch wichtig das er das Vokabular respektiert, ich mein du kannst das ganze Vokabular mit Bibelstellen verknüpfen, das ist irgendwie wichtig. Auch die überladenen Wörter. Auch so dieses, ja also das man die andere Bedeutung kennt, die Bedeutung von den Wörtern die sie bei den Zeugen haben. Oder ja was gib'ts da noch, einfach dieses vertraut sein mit dem Glauben. Mit dem Weltbild.

Zusammenfassung

Bezüglich der Wünsche und Erwartungen an eine Psychotherapie und den Therapeuten haben die Sektenaussteiger genaue und größtenteils einheitliche Vorstellungen. Therapeuten müssen Wissen über Sektenhintergründe aus erster Hand haben. Die Sektenaussteiger geben an, sich erst richtig verstanden zu fühlen, wenn sie wissen: Ihr Gegenüber weiß ganz genau, wovon sie sprechen. Dies beinhaltet auch, dass der/die TherapeutIn den internen Sprachgebrauch kennen sollte. Sollten Therapeuten nicht selbst in einer Sekte gewesen sein, aber Aussteiger therapieren wollen, sollten sie einen umfassenden theoretischen Hintergrund mitbringen. Der Grund dafür ist einfach: Sie empfinden es als mühsam, alles erklären zu müssen. Interviewpartner 1 spricht an, dass jemand, der nur die Theorie kennt, sich nicht auf dieselbe Art und Weise einfühlen kann, wie jemand, der die Situation selbst erlebt hat. Interviewpartnerin 2 spricht davon, dass eine Atmosphäre, in welcher der/die TherapeutIn selbst einen solchen Hintergrund hat, mehr Vertrauen schaffen würde. Interviewpartnerin 3 bringt vor, dass es auch schöne Erlebnisse innerhalb der Gemeinschaft gab und nicht alles schlecht war; deshalb ist ihr für eine Therapie besonders wichtig, dass Therapeuten nicht nur negative Seiten hervorheben. Hilfreich wäre es, wenn der/die TherapeutIn die Zusammenhänge versteht und sich auch über die Art des Zusammenhaltes innerhalb der Gruppe im Klaren ist. Therapeuten sollen wissen, wie es sich anfühlt, in einer Sekte zu leben. Für die Psychotherapie an sich wäre es für Interviewpartnerin 3 vor allem wichtig, Unterstützung dabei zu erhalten, sich nicht zurückzuziehen, sondern aktiv zu werden, um sich ein funktionierendes soziales Netzwerk aufzubauen. Interviewpartner 4 zieht, um seinen Vorstellungen ein Bild zu geben, den Vergleich, dass man eine Waschmaschine auch nicht in ein Lebensmittelgeschäft zur Reparatur bringt. Für ihn sind eine wertfreie Haltung von Therapeuten wichtig sowie das

genaue Verständnis der sekteninternen Hintergründe. Interviewpartner 5 spricht zusätzlich zum Kennen der Terminologie auch das Respektieren dieser an. Er spricht davon, dass sie große Bedeutung innerhalb der Gruppe hat; die interne Bedeutung der Wörter zu kennen, verknüpft er eng damit, mit dem Glauben und Weltbild der Gemeinschaft vertraut zu sein.

9.5.2 Warum wurde Psychotherapie in Anspruch genommen

Interview 2:

Also direkt nach dem Ausstieg haben die Angststörungen begonnen, die Panikattacken. ... meine Erwartung an die Psychotherapie war, ich war fast eineinhalb Jahre lang nicht arbeiten wegen den Panikattacken die Ängste waren sehr groß, meine Erwartung war mich von den Angststörungen zu befreien

Zusammenfassung

Interviewpartnerin 2 ist die einzige der befragten Personen, welche eine Psychotherapie in Anspruch genommen hat. Als Grund beschreibt sie, dass sie direkt nach ihrem Ausstieg Panikattacken und Angststörungen hatte und deshalb über eineinhalb Jahre nicht ihren Beruf ausüben konnte. Die Psychotherapie nahm sie vorrangig deshalb in Anspruch, um sich von den Ängsten zu befreien.

9.5.3 Vorgangsweise der Therapeutin

Interview 2:

Sie war sehr vorsichtig, weil sie wusste nicht ob ich schon ausgestiegen bin. Sie hat nicht negativ gesprochen, sie hat dieses Wort Sekte auch nicht gesprochen und sie war wirklich ganz ganz vorsichtig und sie hat ganz viele Fragen gestellt und ich bin dorthin gekommen und sie hat mich gefragt, wie findest du die Situation jetzt bist du zufrieden oder nicht? Sie hatte nie schlecht geredet, Sekten sind schlecht oder so weiter nur hat sie gesagt, ich kenne Zeugen Jehovas, viele haben Angststörungen. Äh, also sie hat nicht gesagt, das ist eine Sekte es wird schwer auszusteigen. Sie hat mich begleitet sodass ich selber drauf komme (lacht) das sich selber drauf kommen was mich so verengt. ... Sie hat sehr viel gekannt, auch die Ausdrücke, wahrscheinlich war sie sehr interessiert oder hat studiert oder jemand hat es ihr erklärt oder sehr viele Zeugen haben eine Therapie gemacht oder machen und sie hat vorher auch gesagt das ist alles anonym und sie wird nichts weiter sagen. Aber sie kennt sehr viel und sie kennt auch die Ausdrücke ganz genau, Älteste, das hat mich sozusagen

beruhigt. Sie hat alles gewusst. Ich glaube ich habe manchmal auch erklärt aber sie hat dann gesagt, das habe ich gehört. ... Aber das war gut weil es war so wie eine Bestätigung.

Zusammenfassung

Die Interviewpartnerin beschreibt die Vorgangsweise ihrer Therapeutin als eine sehr vorsichtige, da die Therapeutin nicht wusste, ob die Interviewpartnerin schon ausgestiegen war. Das Wort „Sekte“ sowie negative Aussagen über die Gemeinschaft wurden von der Therapeutin vermieden. Sie fragte oft nach der Zufriedenheit der Interviewpartnerin mit der momentanen Situation. Des Weiteren wies sie öfter darauf hin, die Gruppe, aus welcher die Interviewpartnerin kommt, zu kennen, da viele Mitglieder an Angststörungen leiden. Die Therapie wurde als begleitender Prozess beschrieben, bei welchem die Interviewpartnerin schließlich selbst herausfinden konnte, was sie beengte. Weiters wurde im Interview darauf hingewiesen, dass die Therapeutin die sekteninternen Wörter kannte; wenn die Klientin sie erklärte, sagte sie nur, sie habe davon gehört. Die Interviewpartnerin bezeichnet die Vorgangsweise als bestätigend.

9.5.4 Warum wurde Psychotherapie nicht in Anspruch genommen

Interview 1:

Ne. Da bin ich nicht mal im Entferntesten auf die Idee gekommen. ... ich kann dir versichern damals auch wenn es die Möglichkeit gegeben hätte, hätte ich sie nicht in Anspruch genommen ... Damals war das halt auch so ein Zeichen von Schwäche sich irgend welchen fremden Leuten anvertrauen ... Man merkt halt wie leicht man Menschen manipulieren kann und es wird ja knallhart aufgezeigt dass du dich auf gar keinen verlassen kannst.

Interview 3:

Ich wäre gar nicht auf die Idee gekommen, es ist mir gar nicht eingefallen. Außerdem habe ich das nicht so als psychisches Problem, mein sicher war das ein psychisches Problem, aber (seufzt) Ich habs nicht so schrecklich gefunden, weil ich mir gedacht hab ich bin jetzt endlich frei. Und deswegen darf mich das auch nicht mehr belasten. Ich tu einfach das was mir gefällt. Und deswegen darf ich jetzt nicht traurig sein. Und das war eigentlich meine Hilfe. Also ich wär nicht auf die Idee gekommen, dass ich sag ich bin psychisch jetzt so fertig, dass ich unbedingt Hilfe brauch.

Interview 4:

ich wollt das einfach alleine bewältigen. Ich weiß zwar nicht warum genau aber, ich steh auf Herausforderungen. Na ich hab ma einfach gedacht, jetzt bin ich ausgetreten jetzt muss ich auch allein damit klar kommen... . Also ich hab mich da eigentlich ganz bewusst dagegen entschieden, auch weil, keine Ahnung ich rede nicht so gern über mich wenn ich ehrlich bin. Also von daher ist es mir nicht so angenehm da jetzt zu einem komplett Fremden zu gehen und da jetzt über irgendwas zu sprechen, ich weiß nicht.

Interview 5:

ich hab nicht das Gefühl gehabt, dass ich das jetzt machen will, also ich weiß nicht ob das jetzt richtig ist oder nicht, aber halt irgendeinem außenstehenden der sich wirklich nicht auskennt damit, was da bei den Zeugen vorfällt ob mir das mehr hilft als wenn ich mich in Foren oder so mit anderen austausche. ... also jetzt nicht irgendwas wo ich sag boah akut, was jetzt voll auf meine Psyche geschlagen hätte.

Zusammenfassung

Die meisten Interviewpartner weisen darauf hin, dass sie erst gar nicht auf die Idee gekommen sind, psychotherapeutische Unterstützung in Anspruch zu nehmen. Grund dafür war bei den meisten die Abneigung, sich einem fremden Menschen anzuvertrauen. Interviewpartner 1 spricht an, es als Zeichen der Schwäche gesehen zu haben, sich anderen anzuvertrauen; er hätte die Möglichkeit, selbst wenn er sie gehabt hätte, nicht in Anspruch genommen. Weiters gibt er an, die Erfahrung, wie leicht Menschen zu manipulieren sind, mache es ihm schwer, zu vertrauen. Interviewpartnerin 3 hat ihr Problem nach dem Ausstieg nicht als psychische Schwierigkeiten wahrgenommen, obwohl sie es aus heutiger Sicht gesehen schon waren. Für sie war es damals nicht schrecklich, weil sie das Gefühl hatte, endlich frei zu sein. Deshalb hatte sie immer den Gedanken, es dürfe sie nicht belasten; darum habe sie immer getan, was ihr gefiel. In gewisser Weise hatte sie sich verboten, traurig zu sein, was sich als hilfreich herausstellte. Zum Zeitpunkt des Ausstieges ist sie nicht auf die Idee gekommen, dass sie psychisch so belastet sein könnte, um Hilfe in Anspruch zu nehmen. Interviewpartner 4 beschreibt, dass er die Schwierigkeiten des Ausstieges als Herausforderung gesehen hat, welche er alleine bewältigen wollte. Vor allem der Gedanke, er hätte sich entschieden auszusteigen und müsste deshalb auch alleine klarkommen, bestärkte ihn in der bewussten Entscheidung gegen eine Therapie. Interviewpartner 5 war der Ansicht, dass ihm der Austausch mit anderen Betroffenen mehr helfen würde, als mit einem fremden Menschen zu sprechen, welcher wenig Ahnung von den gruppeninternen Hintergründen hat. Auch er spricht davon, dass er nicht das Gefühl hatte, es würde ihm etwas akut auf die Psyche schlagen, wofür er Unterstützung bräuchte.

9.5.5 Haltung zu Psychotherapie aus gegenwärtiger Sicht

Interview 1:

wenn ich jetzt drüber nachdenke würde ich sagen Ja möchte ich in Anspruch nehmen. ... Aber jetzt mittlerweile, also neun Jahre später würde ich sagen hätteste machen sollen oder hättest dich bemühen sollen, hätte dir gut getan.

Interview 2:

Und Bis jetzt gehe ich jede zweite Woche zur Psychotherapie.

Interview 3:

Und ich glaub ich würds wieder so machen.

Interview 4:

jetzt im Nachhinein betrachtet ist das eigentlich so, ich glaub mir, ich hätte mir vielleicht leichter getan oder es wär irgendwie keine Ahnung, was dann, wie ich dann wär vielleicht wäre ich ganz anders jetzt, aber es ist halt so gewesen. ... Im nachhinein jetzt schon, vorher nicht weil irgendwie für mich, ich habe nicht mal dran gedacht wenn ich ehrlich bin. Ich war eher so Einzelkämpfer mäßig.

Interview 5:

ich weiß auch nicht ob ich das jetzt brauchen würd oder ob es mir jetzt noch helfen würde. Es ist auch schwer zu sagen ob es im Nachhinein besser gewesen wäre. Also jetzt im Nachhinein gesehen, ich spüre nicht, das mir etwas abgegangen wäre, also hab ich nicht das Gefühl, das mir jetzt mehr geholfen gewesen wäre.

Zusammenfassung

Zum Thema der gegenwärtigen Sichtweise auf Psychotherapie gehen die Meinungen der Sektenaussteiger auseinander. Zwei sind der Meinung, sie hätten eine Therapie in Anspruch nehmen sollen, eine Interviewperson ist in Therapie, eine Person würde wieder keine

Therapie in Anspruch nehmen, und eine Person weiß es nicht. Interviewpartner 1 spricht davon, dass er es aus heutiger Sicht machen hätte sollen, da er der Meinung ist, es wäre gut für ihn gewesen. Interviewpartnerin 2 ist bis heute in Psychotherapie und zufrieden. Interviewpartnerin 3 spricht an, dass sie es wieder so machen würde wie bei ihrem Ausstieg und keine Therapie in Anspruch nehmen würde. Interviewpartner 4 überlegt, dass es durch eine Therapie vielleicht leichter gewesen wäre. Aus heutiger Sicht würde er eine in Anspruch nehmen. Interviewpartner 5 kann nicht sagen, wie er es machen würde, hat aber nicht das Gefühl, dass ihm etwas fehlen würde.

9.6 Gegenwärtige Situation

Unter dieser Kategorie werden alle Aussagen zur momentanen Situation der Interviewpartner zusammengefasst. Unterkategorien sind: Gegenwärtige Schwierigkeiten und Empfehlungen an aktuelle Sektenaussteiger.

9.6.1 Schwierigkeiten, welche auf den Ausstieg zurückzuführen sind

Interview 1:

ich dachte ja eigentlich ich kann das mit dem Vertrauen aber so mittlerweile habe ich festgestellt dass sich da wirklich arge Probleme habe. Vor allem man wurde ja echt heftig enttäuscht halt in der Zeit von allen die man kannte so ungefähr. ... Also so leicht Misanthropisch könnte ich schon sein, ja. Man merkt halt wie leicht man Menschen manipulieren kann und es wird ja knallhart aufgezeigt dass du dich auf gar keinen verlassen kannst. ... Und naja keiner will enttäuscht werden und dann doch so eine Vermeidungssituation die sich dann ergibt irgendwie. ... Ja das mit dem Vertrauen ist halt immer noch geblieben, ne ich lass auch nicht so einfach jemand komplett Fremden an mich ran und ich leg auch nicht wirklich wert irgendwelche neuen Kontakte zu knüpfen das ist noch so geblieben ... Na ja vielleicht doch ein bisschen Kontrollzwang vielleicht auch aber naja aber wahrscheinlich schon. ... ich weiß nicht seit dem Ausstieg habe ich mich glaub ich sechs Jahre lang oder sieben Jahre lang nicht verlieben können das wurde mir komplett versaut durch die ganze Situation, ne also gefühlsmäßig war ich da echt kalt

Interview 2:

ich konnte nicht, jetzt auch noch schwierig, alleine nach (Stadt) fahren äh weil ich habe Angst in (Stadt) jemanden zu treffen ... Ja und manchmal habe ich panische Angst davon jemanden von den Zeugen zu sehen oder mit ihnen zu sprechen oder sonst irgendwie (seufzt).

Interview 3:

ein extremes soziales Bedürfnis ... immer ein komisches Gefühl habe wenn ich jemanden sehe wie zum Beispiel jetzt am (Ort) mit Wachturm und Erwachet. Das ich bei dem Thema Zeugen immer noch aufhorch Automatisch. Dass sich eine Zeitlang nur von wir reden konnte, über die Zeugen. Also ich habe mich noch immer irgendwie da integriert, ich weiß nicht warum. Dass man das noch immer versucht irgendwie in Schutz zu nehmen Fall so einen Schwachsinn kommt wie, wah die dürfen ja überhaupt nichts, und die brauchen ja nur die göd und dass ich das noch immer versucht zu erklären dass das nicht so ist. Es ist immer noch ein Teil von mir den ich versuche zu erklären. Was komisch ist weil der Ausstieg ist ja schon länger her. Und ich könnt mich auch nicht mehr dort hineinfinden. Aber trotzdem versuche ich das noch irgendwie zu beschützen ich weiß nicht warum.

Interview 4:

Ja ich nehm alles viel zu ernst eigentlich ... Und ich beurteile das alles immer ich glaub das geht darauf zurück auf diese andauernden Vorträge und dass das immer alles, das ist immer so in Stein gemeißelt gewesen, das ist jetzt so da war eigentlich nie ein Dialog da oder man hat nicht darüber diskutiert find ich. Im Wachturm steht das drinnen und was in Wachturm steht ist so. Und wenn Menschen jetzt irgendwas sagen, dann merkt ich mir das und das ist so dass kategorisiere ich dann für mich so ein und die sind dann so, ja. Ja das ist so dieses schwarzweiß denken, das ist ziemlich schlimm eigentlich. ... Ich mag manchmal Leute nicht weil sie etwas sagen, ich seh die das erste Mal, dann sagen die etwas und dann sind sie schon für mich gestorben. Ganz schlimm. Also das macht mir noch immer zu schaffen und wird wahrscheinlich auch so bleiben. Nehm ich mal an.

Interview 5:

ich denke mir manchmal wenn ich nicht so aufgewachsen wäre, hätte ich vielleicht andere soziale Kompetenzen ... also ich mach immer so Gedankenexperimente was jetzt anders wäre wenn ich schon früher mit meinen Schulkollegen mehr fortgegangen wäre. Wie ich jetzt anders wäre oder wie gewisse Dinge in meiner Persönlichkeit jetzt ausgeprägter wären oder ich besser mit diversen Sachen umgehen könnte. Manchmal denke ich mir, ich hab halt was verpasst. Also ich hab nicht die gleichen Erfahrungen wie ein anderer in meinem Alter. Der sie halt gemacht hat in seiner Schulzeit, wo ich halt der brave Zeuge war.

Zusammenfassung

Die Interviewpartner berichten alle von Schwierigkeiten im Zusammenhang mit ihrem Ausstieg oder dem Leben innerhalb der Gruppe. Alle haben soziale Schwierigkeiten, allerdings in verschiedenen Formen und Ausprägungen. So berichtet Interviewpartner 1 davon, dass es ihm aufgrund seiner enttäuschenden Erfahrung sehr schwer fällt, anderen Menschen zu vertrauen. Er spricht davon, leicht misanthropisch zu sein und wenig Interesse

an neuen Kontakten zu zeigen. Weiters führt er seine Erfahrung mit Manipulation an, die ihm aufgezeigt hat, wie schnell sich Menschen dadurch verändern können. Dies ist der Grund, weshalb er keinem vertrauen möchte, da er nicht enttäuscht werden will. Als weitere Schwierigkeit gibt er einen leichten Kontrollzwang an. Auch die Schwierigkeit, sich über viele Jahre nicht verlieben zu können, gibt er an sowie gefühlsmäßig sehr kalt geworden zu sein. Interviewpartnerin 2 spricht von stark ausgeprägten Ängsten, jemanden aus der Gruppe zu treffen. Deshalb hat sie auch große Angst, alleine in die Stadt zu fahren, da sie jemanden treffen könnte. Interviewpartnerin 3 hat ein extremes soziales Bedürfnis und Schwierigkeiten mit der Abgrenzung zur Gruppe. Sie empfindet immer ein komisches Gefühl, wenn sie aktive Mitglieder trifft, und hat immer das Gefühl, die Gemeinschaft beschützen zu müssen, wenn negative Aussagen getroffen werden. Sie sieht die Gruppe als Teil von sich, den sie erklären möchte, und hat sich selbst oft dabei ertappt, in Wir-Form von der Gemeinschaft zu sprechen. Interviewpartner 4 hat große Probleme damit, von den gruppeninternen Denkweisen loszukommen. Er spricht davon, andere Menschen immer sehr ernst zu nehmen, und denkt, dies kommt daher, dass innerhalb der Gemeinschaft alles, was gesagt wurde, in Stein gemeißelt war und somit nicht mehr verändert werden konnte. Er merkt, dass er dazu neigt, Menschen zu kategorisieren und Aussagen zu bewerten, sodass es ihm oft passiert, viel zu früh mit anderen Menschen abzuschließen. Des Weiteren spricht er davon, oftmals in das von Sekten praktizierte Schwarzweißdenken zu verfallen. Interviewpartner 5 hat das Gefühl, etwas verpasst zu haben und dass er ohne das Leben in der Gemeinschaft andere soziale Kompetenzen erlangt hätte.

9.6.2 Empfehlungen an aktuelle Sektenaussteiger

Interview 1:

ja auf jeden Fall die Sache in die Hand nehmen und schnell beenden ohne irgendwie das jetzt großartig hinauszuzögern weil man verliert einfach wirklich kostbare Zeit ... und man muss natürlich sagen so schnell wie möglich, raus. Und auf jeden Fall eine Beratungsorganisation.

Interview 2:

Ich glaube, jeder muss selbst draufkommen. Es ist wahrscheinlich so wie mit Drogensüchtigen jeder muss selbst draufkommen. Ich denke Psychotherapie ist sehr gut, auch spezielle für Sekten anzubieten.

Interview 3:

keine Anrufe entgegennehmen, niemanden aufmachen die Wohnungstür, wo man weiß der ist ein Zeuge, ein überzeugter Zeuge, sich nicht von der Familie unter Druck setzen lassen, einfach den Kontakt zu den Zeugen komplett abbrechen. Sich nicht mehr überreden lassen, ja komm trink ma noch einen Kaffee und reden amal kurz ... Ich finde das erleichtert nichts, das erschwert alles. Wenn man damit brechen will, dann muss man das radikal machen. ... Wennst schon Kinder hast, die dort auch sind, die dort ihre Freunde haben. Dann ist das wieder komplett was anderes. Und dann würde ich es glaube ich auch sehr wichtig finden wenn man psychologische Hilfe in Anspruch nimmt.

Interview 4:

Also ich würde jedem empfehlen es nicht so wie ich zu machen, sondern in eine Therapie zu gehen ist wahrscheinlich viel sinnvoller. Als es nicht so zu machen wie ich, weil ich glaub es zieht sich, bis man vielleicht damit abgeschlossen hat, es zieht sich vielleicht länger, wenn man es allein probiert weil man sich selber nicht dieselben Fragen stellt wie jemand der da ein Profi ist.

Interview 5:

Was ich jedem empfehlen würde, oder versuchen würde jedem irgendwie zu helfen ist, mit anderen Aussteigern in Kontakt zu kommen und zu zeigen, dass es auch ein Leben außerhalb gibt. ... trotz alledem das der Ausstieg schwer war und halt das Weltbild sich verändert und dann fällt man halt in ein Loch. Aber die Kehrseite von dem war, das ich das Gefühl gekriegt habe, das Leben ist schön, die Welt ist nicht irgendwie dazu bestimmt vernichtet zu werden. Die Welt hat viele Facetten, man kann mit offenen Augen durchs Leben gehen und es ist schön wenn man nicht dreimal in der Woche in die Versammlung gehen muss und da eingespannt ist. Auch halt quasi sein Umfeld genießen kann. Und ich glaube, dass ich das vermitteln würde. ...

Zusammenfassung

Die Interviewpartner empfehlen unterschiedliche Vorgangsweisen, wobei einige derselben Meinung sind, es sei sinnvoll, den Ausstieg schnell zu beenden. Interviewpartner 1 empfiehlt, schnell und am besten mithilfe einer Beratungsorganisation auszusteigen, da sonst viel kostbare Zeit verlorenght. Interviewpartnerin 2 vergleicht Sektenaussteiger mit Drogensüchtigen, welche selbst erkennen müssen, was mit ihnen geschehen ist. Die Inanspruchnahme einer Psychotherapie findet sie sehr wichtig, auch eine speziell auf Sektenaussteiger ausgerichtete Therapie bezeichnet sie als sinnvoll. Interviewpartnerin 3 empfiehlt, sich von niemandem unter Druck setzen zu lassen, auch nicht von der eigenen Familie. Auch sie ist der Meinung, es sei am besten, den Ausstieg schnell zu beenden und sich nicht auf diverse Überzeugungsversuche aktiver Mitglieder einzulassen. Am besten

wäre der radikale Bruch mit der Gemeinschaft. Für Menschen, welche lange Zeit ihres Erwachsenenlebens innerhalb der Sekte waren und Kinder und/oder Partner innerhalb der Gruppe haben, empfiehlt sie eine Psychotherapie. Interviewpartner 4 ist der Meinung, wenn man es alleine versucht, dauert es zu lange, und sieht deshalb eine Psychotherapie als sinnvoll, um die Situation schneller abschließen zu können. Vor allem der Aspekt, dass man alleine anders über die Dinge nachdenkt und ein professioneller Psychotherapeut andere Fragen stellt, erscheint ihm hilfreich. Interviewpartner 5 empfiehlt den Kontakt zu anderen Aussteigern und würde versuchen, aufzuzeigen, dass es auch ein Leben außerhalb der Gemeinschaft gibt, welches lebenswert und schön ist, und die Welt nicht dazu bestimmt ist, vernichtet zu werden. Weiters würde er versuchen zu vermitteln, dass man sein Leben nicht nach einer Gemeinschaft ausrichten muss und sein Umfeld genießen kann.

Nachfolgendes Kapitel wird sich mit der Interpretation der Ergebnisse beschäftigen und diese mit den vorausgegangenen theoretischen Überlegungen verknüpfen.

10 Interpretation der Ergebnisse

Die Interviewpartner sind größtenteils innerhalb der Gemeinschaft aufgewachsen und haben sich innerhalb der Pubertät bzw. mit dem Eintritt ins Erwachsenenalter entschieden, aus der Gemeinschaft auszusteigen. Der Zeitpunkt des Eintritts war hierbei immer während einer schwierigen Lebensphase der Familie oder des Einzelnen. In Kapitel 4.3 wurde schon erwähnt, dass vor dem Eintritt meistens Probleme auftreten, welche es dem Einzelnen nicht möglich machen, sich gegen die Anwerbung der Gemeinschaft zu wehren. Aus diesem Grund sollte auch dieser Punkt Thema der Therapie sein (Vgl. Rohmann, 2002). Die Aussteiger berichten davon, dass ihr Leben innerhalb der Gemeinschaft von Pflichtgefühlen geprägt war und von der Empfindung, bestimmte Erwartungen erfüllen zu müssen. Der geschilderte Lebensverlauf innerhalb der Gemeinschaft lässt darauf schließen, dass die Aussteiger, wie in Kapitel 2.3.1 beschrieben, durch Bewusstseinskontrolle manipuliert worden sind (Vgl. Hassan, 1993).

Zusammenfassend kann gesagt werden, dass alle Interviewpartner unter dem Kontaktabbruch und/oder Konflikt mit nahestehenden Noch-Gemeinschaftsmitgliedern zu leiden hatten oder immer noch Schwierigkeiten damit haben. Aus dem Ausstieg resultierte bei allen Interviewpartnern der Umzug in eine neue Wohnumgebung. Die aus der Situation entstandene starke Lebensveränderung brachte Isolation, verletzte Gefühle, Depression, Schuldgefühle, Zorngefühle, Angststörungen und starke innere Konflikte mit sich. Diese

Aussagen stimmen mit den in Kapitel 3.3 ausgeführten Folgen eines Sektenausstieges überein. Bezugnehmend auf die auftretenden Angststörungen und die Depression erhärtet sich die Vermutung, dass die motivierende Gesprächsführung als adaptiver Ansatz der personenzentrierten Psychotherapie geeignet ist.

Trotz der genannten Schwierigkeiten und des Drucks von Seiten der Gemeinschaft beschreiben die Interviewpartner ihren Austritt als positive Veränderung, da sie aus dem strengen Regelwerk ausbrechen konnten. Der Austritt wurde bei den meisten Interviewpartnern durch ein ausschlaggebendes Ereignis bestimmt oder das Gefühl, einen Schlusstrich ziehen zu müssen. Hier rückt der schon in Kapitel 5 erwähnte Schlüsselbegriff der Selbstverwirklichungstendenz des Individuums in den Mittelpunkt, welches selbst unter ungünstigen Bedingungen ein Streben danach, zu „werden“, entwickelt (Vgl. Rogers, 1981).

Zum Thema Psychotherapie haben alle Interviewpartner eine genaue und einheitliche Ansicht. Diese Idealvorstellung eines Therapeuten, welcher auf Sektenaussteiger spezialisiert ist, bewegt sich in die Richtung, dass der/die jeweilige TherapeutIn selber Sektenaussteiger war, weitreichende Kenntnisse über das Leben innerhalb der Gemeinschaft besitzt und deren Terminologie kennt und respektiert. Hierzu zählt, die interne Bedeutung der Wörter zu kennen und somit die Verknüpfung mit dem Glauben und dem Weltbild der Gemeinschaft. Sollte der/die TherapeutIn keine eigene Sektenerfahrung besitzen, wünschen sich die Interviewpartner zumindest einen umfassenden theoretischen Hintergrund über die Gemeinschaft. Auch Hassan (1993) vertritt die Ansicht, dass Psychotherapie zwar sinnvoll, es aber von dringender Notwendigkeit ist, dass Therapeuten, welche mit Sektenaussteigern arbeiten wollen, sich mit Bewusstseinskontrolle auseinandergesetzt haben und diese in vollem Ausmaß verstehen (Vgl. Hassan, 1993). „Ihre Probleme werden oft noch dadurch verschlimmert, daß [sic] viele Psychotherapeuten und Psychiater sich nicht mit Bewußtseinskontrolle [sic] auskennen und daher nicht wissen, wie sie Menschen helfen können, die unter den entsprechenden Langzeitfolgen leiden“ (Hassan, 1993, S. 279). So spricht Hassan (1993) weiters an, dass es langfristig gesehen sogar zu Folgeschäden kommen kann, wenn Therapeuten sich nicht zur Genüge auskennen (Vgl. Hassan, 1993).

Interessant anzumerken ist, dass alle Interviewpartner eine genaue Vorstellung von einem geeigneten Therapeuten haben, jedoch nur eine Interviewpartnerin eine Therapie in Anspruch genommen hat. Die Gründe hierfür sind eine durch die Erfahrung der Manipulation entstandene Abneigung, anderen Menschen zu vertrauen, sowie die Neigung, Probleme als Konsequenz der Entscheidung auszusteigen zu verstehen und deshalb nicht als psychische Schwierigkeiten wahrzunehmen.

Die Interviewpartner berichten davon, schon während ihrer Mitgliedschaft einzelne Kontakte nach außen gehabt zu haben, obwohl dies eigentlich nicht erlaubt war. Hier lässt sich ein weiteres Mal der Einfluss von Bewusstseinskontrolle erkennen, da versucht wurde, den Kontakt zu Menschen außerhalb der Gemeinschaft einzudämmen, somit Anhängigkeiten herbeizuführen und den Informationsfluss zu kontrollieren (Vgl. Hassan, 1993).

Hilfe und Unterstützung durch nahestehende Verwandte oder Freunde wurde allen Interviewpartnern von verschiedenen Seiten bereitgestellt. Mit öffentlichen Institutionen haben die Interviewpartner gemischte Erfahrungen gemacht. Positiv hervorzuheben ist hier das Jugendamt, dessen Hilfe als sehr unterstützend beschrieben wurde, sowie die Gesellschaft gegen Sekten- und Kultgefahren (GSK), die zwar als schwer auffindbar, aber als hilfreich beschrieben wurde. Negativ hervorgehoben wurde, aufgrund von falscher Behandlung des Problems, eine städtische Beratungsstelle. Hier zeigt sich ein Bedarf an niederschweligen Beratungsinstitutionen, welche auf Sektenaussteiger spezialisiert sind.

Langzeitfolgen des Austritts bei den Interviewpartnern sind soziale Schwierigkeiten verschiedener Art und Ausprägung wie beispielsweise Verlust von Vertrauen in andere Menschen, Einsamkeitsgefühle und damit einhergehend Angst vor Ausgrenzung. Weiters besteht das Problem, sekteninterne Werte und Denkstrukturen abzulegen und seine unfreie Vergangenheit zu akzeptieren. Die ehemaligen Sektenmitglieder geben unterschiedliche Sichtweisen zur Psychotherapie, sie selbst betreffend, an. Interessanterweise würden allerdings durchgehend alle Interviewpartner aktuellen Sektenaussteigern empfehlen, die Hilfe einer Psychotherapie oder Beratungsorganisation in Anspruch zu nehmen. Auch der Aufbau von Kontakten zu anderen Aussteigern wird empfohlen sowie den Ausstieg so schnell wie möglich zu beenden.

Es zeigt sich, dass der Machtbegriff innerhalb der Therapie von besonderer Wichtigkeit ist, da die Angst vor Manipulation von den Sektenaussteigern angesprochen wurde; somit ist es sehr wichtig, dass der/die TherapeutIn den Aussteigern auf Augenhöhe begegnet. Hierbei kann auf das Kapitel 6.3 verwiesen werden (Vgl. Westra/Dozois, 2010). Die ehemaligen Mitglieder wurden mit einer neuen Wertewelt konfrontiert, somit muss die Ambivalenz gegenüber der Annahme der neuen Werte und Ablehnung der alten Werte aufgelöst werden. Die Interviewpartner berichten davon, dass sie zum Zeitpunkt des Ausstiegs Schwierigkeiten damit hatten, die gruppeninternen Werte abzulegen. Teilweise wurde berichtet, dass viele Jahre nach dem Austritt immer noch Schwierigkeiten auf diesem Gebiet bestehen. Diese Problematik könnte mithilfe der motivierenden Gesprächsführung bewältigt werden, welche die Auflösung der Ambivalenz mithilfe von intrinsischer Motivation versucht herbeizuführen.

11 Fazit

Es zeigt sich, dass ein Bedarf an auf Sektenaussteiger spezialisierten Therapeuten besteht. Ehemalige Sektenmitglieder wünschen sich einen Therapeuten / eine Therapeutin, welche(r) ihre Gruppierung und deren Lehre und Wertvorstellungen in vollem Ausmaß kennt und versteht. Der Ansatz der personenzentrierten Psychotherapie und deren Adaption mit der motivierenden Gesprächsführung scheinen für die Bekämpfung der Auswirkungen von Bewusstseinskontrolle sinnvoll zu sein, insbesondere die motivierende Gesprächsführung bei Depression und Angststörungen.

Diese Forderung der Sektenaussteiger nach einem Therapeuten, welcher sich auf eine Zielgruppe spezialisiert, wird auch in den Ausführungen von Hutterer (2005) bestätigt, wo von der „Strategie der Selbstselektion“ (S. 17) von Therapeuten gesprochen wird. Diese Selbstselektion beruht auf zwei Elementen:

1. Das Angebot von Therapeuten beruht auf deren individueller Stärke, „die dem Prinzip folgt, sich selber dort aus dem Spiel zu nehmen, wo man nicht erfolgreich sein kann“ (Hutterer, 2005, S. 17).
2. Die Therapie beruht dadurch auf einer reflektierten, intellektuellen Ebene, auf welcher sich Therapeuten ihrer eigenen Stärken und Kompetenzen bewusst sind und durch eben diese individuellen Besonderheiten eine bestimmte, für sie geeignete Klientel erreichen (Vgl. Hutterer, 2005).

Genau diese Art von differenzieller Vorgangsweise oder der Adaption der personenzentrierten Psychotherapie wird von Sektenaussteigern gefordert. In einem Kontext, bei welchem sich der Therapeut seiner Zielgruppe bewusst ist, ist es dann auch möglich, andere Therapieformen wie zum Beispiel die motivierende Gesprächsführung einzubauen. Dies wäre dann sozusagen die individuelle Arbeitsweise eines auf Sektenaussteiger spezialisierten, klientenzentrierten Therapeuten.

Weitere Forschungsmöglichkeiten auf diesem Themengebiet könnten der Frage nachgehen, weshalb Sektenaussteiger Schwierigkeiten haben, über ihre Geschichte zu sprechen. Denkbar wäre auch, die Wirkungsweise vorgeschlagener Therapieform in einer Studie mit anderen therapeutischen Methoden zu vergleichen.

LITERATUR

Arkowitz, H. / Westra, H. / Miller, W. / Rollnick, S. (2010): Motivierende Gesprächsführung bei der Behandlung psychischer Störungen. Übersetzt von: Matthias Reiss. Beltz, Weinheim, Basel.

Arkowitz, H. / Burke, B. (2010): Motivierende Gesprächsführung als integrierender Bezugsrahmen der Depressionsbehandlung. In: Arkowitz, H. / Westra, H. / Miller, W. / Rollnick, S. (Hrsg.): Motivierende Gesprächsführung bei der Behandlung psychischer Störungen. Übersetzt von: Matthias Reiss. Beltz, Weinheim, Basel. S. 151–177.

Arkowitz, H. / Miller, W. (2010): Motivierende Gesprächsführung lernen, anwenden und vertiefen. In: Arkowitz, H. / Westra, H. / Miller, W. / Rollnick, S. (Hrsg.): Motivierende Gesprächsführung bei der Behandlung psychischer Störungen. Übersetzt von: Matthias Reiss. Beltz, Weinheim, Basel. S. 1–23.

Bundesstelle für Sektenfragen: Bericht der Bundesstelle für Sektenfragen 2008–2009. Abrufbar unter: http://www.parlament.gv.at/PAKT/VHG/XXIV/III/III_00192/imfname_202122.pdf [Stand: 18.12.2011].

Cain, D. (2010): Person-Centered Psychotherapies. American Psychological Association, Washington DC.

Eimuth, K. (1997): Sekten Ratgeber. Informationen und Ratschläge für Betroffene. Herder, Freiburg, Basel, Wien.

Festinger, L. / Riecken, H. / Schachter, S. (1964): When Prophecy Fails. Harper & Row, New York.

Frohburg, I. (2011): Forschung in der Gesprächspsychotherapie. In: Kriz, J. / Slinecko, T. (Hrsg.): Gesprächspsychotherapie. Die therapeutische Vielfalt des personenzentrierten Ansatzes. 2. Auflage. Facultas Verlag, Wien. S. 206–224.

Hassan, S. (1993): Ausbruch aus dem Bann der Sekten. Psychologische Beratung für Betroffene und Angehörige. Rowohlt, Hamburg.

Hesse, H. (2003): Demian. Die Geschichte von Emil Sinclairs Jugend. Suhrkamp Taschenbuch, Frankfurt am Main.

Hutterer, R. (2005): Eine Methode für alle Fälle. Differenzielles Vorgehen in der Personenzentrierten Psychotherapie: Klärungen und Problematisierungen. In: Person 1.

Kriz, J. / Slinecko, T. (2011): Gesprächspsychotherapie. Die therapeutische Vielfalt des personenzentrierten Ansatzes. Facultas Verlag, Wien.

Kuckartz, U. (2010): Einführung in die computergestützte Analyse qualitativer Daten. 3. Auflage. VS Verlag, Wiesbaden.

Mahoney, M. / Thoreson, C. (1974): Self-Control: Power to the Person. Brooks/Cole, Monterey, California.

Mayring, P. (2002): Einführung in die qualitative Sozialforschung. Eine Anleitung zu qualitativem Denken. 5. Auflage. Beltz, Weinheim, Basel.

Mayring, P. (2010): Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken. 11. Auflage. Beltz, Weinheim, Basel.

Miller, W. / Rollnick, S. (2009): Motivierende Gesprächsführung. 3. Auflage. Lambertus, Freiburg im Breisgau.

Norcross, J. / Wampold, E. (2011): What works for whom: Tailoring psychotherapy to the person. In: Journal of Clinical Psychology. Volume 67, February 2011, S. 127–132.

Reinders, H. (2005): Qualitative Interviews mit Jugendlichen führen. Ein Leitfaden. Oldenbourg Verlag, München, Wien.

Roderigo, B. (1994): Der Ausstieg aus einer Sekte – Strategien zur Problembewältigung: Beratung und Therapie. In: Report Psychologie. 19. Jahrgang, Heft 4, S. 42-47.

Rogers, C. (1973): Entwicklung der Persönlichkeit. Psychotherapie aus der Sicht eines Therapeuten. 16. Auflage 2006. Übersetzt von: Jaqueline Giere. Klett-Cotta, Stuttgart.

Rogers, C. (1978): Die Kraft des Guten. Ein Appell zur Selbstverwirklichung. Übersetzt von: Brigitte Stein. Kindler Verlag, München.

Rogers, C. (1981): Der neue Mensch. 8. Auflage 2007. Übersetzt von: Brigitte Stein. Klett-Cotta, Stuttgart.

Rogers, C. (1983): Die klientenzentrierte Gesprächspsychotherapie. 17. Auflage 2005. Übersetzt von: Erika Nosbüsch. Fischer Taschenbuch Verlag, Frankfurt am Main.

Rohmann, D. (2002): Von Riesen und Zwergen. Überlegungen für die Arbeit mit Kultmitgliedern, -aussteigern und deren Angehörigen. In: Wege zum Menschen. Monatsschrift für Seelsorge und Beratung, heilendes und soziales Handeln. 54. Jahrgang, Heft 1, S. 105–113.

Schmid, P. (1989): Personale Begegnung. Der personenzentrierte Ansatz in Psychotherapie, Beratung, Gruppenarbeit und Seelsorge. Echter, Würzburg.

Schmid, P. (2011): Begegnung von Person zu Person. Die anthropologischen Grundlagen Personenzentrierter Therapie. In: Kriz, J. / Slinecko, T. (Hrsg.): Gesprächspsychotherapie. Die therapeutische Vielfalt des personenzentrierten Ansatzes. 2. Auflage. Facultas Verlag, Wien, S. 34–48.

Singer-Thaler, M. / Lalich J. (1997): Sekten: Wie Menschen ihre Freiheit verlieren und wiedergewinnen können. Übersetzt von: Gabriele Kuby. Carl Auer, Heidelberg.

Tscheulin, D. (2011): Psychodiagnostik und differenzielles Vorgehen in der Gesprächspsychotherapie: Grundlagen. In: Kriz, J. / Slinecko, T. (Hrsg.): Gesprächspsychotherapie. Die therapeutische Vielfalt des personenzentrierten Ansatzes. 2. Auflage. Facultas Verlag, Wien. S. 167–178.

Valentin, F. (2009): Sekten. In: Gasper, H. / Baer, H. / Sinabell, J. / Müller, J. (Hrsg.): Lexikon christlicher Kirchen und Sondergemeinschaften. Herder, Freiburg. S. 207–211.

Wampold, B. (2010): The Basics of Psychotherapy. An Introduction to Theory and Practice. American Psychological Association, Washington D.C.

Westra, H. / Dozois, D. (2010): Integration der motivierenden Gesprächsführung in die Behandlung von Angststörungen. In: Arkowitz, H. / Westra, H. / Miller, W. / Rollnick, S.

(Hrsg.): Motivierende Gesprächsführung bei der Behandlung psychischer Störungen. Übersetzt von: Matthias Reiss. Beltz, Weinheim, Basel. S. 29–55.

Zuckoff, A. / Swartz, H. / Grote, N. (2010): Motivierende Gesprächsführung als Vorbereitung auf eine Psychotherapie der Depression. In: Arkowitz, H. / Westra, H. / Miller, W. / Rollnick, S. (Hrsg.): Motivierende Gesprächsführung bei der Behandlung psychischer Störungen. Übersetzt von: Matthias Reiss. Beltz, Weinheim, Basel. S. 117–146.

Zurhorst, G. (2011): Die therapeutische Beziehung in der Gesprächspsychotherapie (GPT). Jenseits von Deutungs- und Manipulationsmacht. In: Kriz, J. / Slinecko, T. (Hrsg.): Gesprächspsychotherapie. Die therapeutische Vielfalt des personenzentrierten Ansatzes. 2. Auflage. Facultas Verlag, Wien. S. 79–92.

ABBILDUNGSVERZEICHNIS

Abb. 1: Drei-Stufen-Modell nach Rohmann (2002, S. 110)

S. 22

ANHANG I

Interviewleitfaden zur Befragung von Sektenaussteigern

Gesprächseinstieg

Vielen Dank, dass Sie sich Zeit für dieses Interview genommen haben. Ich führe dieses Interview im Rahmen meiner Diplomarbeit zum Thema personenzentrierte Psychotherapie mit Fokus auf Sektenaussteiger durch. Da Sie selbst aus einer Sekte ausgestiegen sind, betrachte ich Sie als Experte auf diesem Gebiet und möchte Ihnen deshalb einige Fragen zu dem Thema stellen. In diesem Zusammenhang sind mir Ihre persönliche Geschichte sowie Ihre Erfahrungen besonders wichtig. Da ich nicht so schnell mitschreiben kann, werde ich unser Gespräch aufzeichnen. Die Aufnahme brauche ich für die spätere Auswertung der Interviews. Alles, was Sie sagen, bleibt selbstverständlich anonym und wird vertraulich behandelt.

Das Interview wird folgende Themenbereiche behandeln:

- Ihre Vergangenheit im Bezug auf den Einstieg in die Sekte/Gemeinschaft
- Ausstieg
- Relevanz und Erwartungen an eine Psychotherapie
- Ihre gegenwärtige Situation.

Falls eine Frage unklar sein sollte, fragen Sie bitte nach. Es gibt kein Richtig oder Falsch, und alles, was Sie erzählen wollen, ist für die Untersuchung wichtig.

Vergangenheit und Einstieg in Sekte

- Erzählen Sie von Ihrer Vergangenheit im Bezug auf die Gruppierung.
 - Wie sind Sie in die Gemeinschaft gekommen?
 - Wann war der Einstieg?
- Waren/sind Ihre Angehörigen ebenfalls Mitglieder?
- Gab es zum Zeitpunkt des Einstieges besondere Probleme von Ihnen oder Ihren Angehörigen?

Der Ausstieg

- Wie lange liegt der Ausstieg zurück?
- Wie lange waren Sie Sektenmitglied?
- Was gab den Impuls zum Ausstieg?
 - evtl. Erwartungen an den Ausstieg
- Wie war die Zeit danach, aus psychischer Sicht gesehen?
 - Welche psychischen Schwierigkeiten/Auffälligkeiten gab es?
- Haben Sie sich professionelle Hilfe bei einer Beratungsorganisation gesucht?
- Mit welchen Schwierigkeiten hatten Sie zum Zeitpunkt des Ausstiegs zu kämpfen?
- Was hat sich nach dem Ausstieg für Sie verändert?
- Haben Sie zum damaligen Zeitpunkt an einen Wiedereinstieg gedacht?

Bewältigungsstrategien / Hilfe und Unterstützung bei der Bewältigung

- Was waren Ihre Bewältigungsstrategien zum Zeitpunkt des Ausstieges?
- Hatten Sie Hilfe von Freunden/Verwandten?
- Haben Sie zum Zeitpunkt des Ausstieges professionelle Hilfe wie zum Beispiel eine Psychotherapie in Anspruch genommen?

Wenn JA

- Welche Art von Psychotherapie (PT) haben Sie in Anspruch genommen?
- Welche Erwartungen hatten Sie an eine PT zum Zeitpunkt des Ausstiegs?
- Wie war die PT für Sie, konnte sie Ihre Erwartungen erfüllen?

Wenn NEIN

- Was waren die Gründe, weshalb Sie keine Psychotherapie in Anspruch genommen haben?
- Hätten Sie sich eine Psychotherapie gewünscht?
- Welche Erwartungen hätten Sie an eine Psychotherapie zum Zeitpunkt des Ausstiegs gehabt?
- Welche Hilfestellungen waren Ihnen zum Zeitpunkt des Ausstieges besonders wichtig, um mit dem Erlebten umzugehen?
- Was erwarten Sie von einem Psychotherapeuten, welcher auf Sektenaussteiger spezialisiert ist, was muss dieser leisten?

Gegenwärtige Situation und Ausblick

- Gibt es jetzt noch Schwierigkeiten, welche auf den Sektenausstieg zurückzuführen sind?
- Was würden Sie einem Menschen, der aktuell aus einer Sekte aussteigt, empfehlen?

Gesprächsabschluss

- Gibt es von Ihrer Seite noch relevante Aspekte, die Sie erwähnen wollen?

Vielen Dank für das Gespräch!

ANHANG II

Interview 1

I: Ja, wie gesagt ich führe dieses Interview im Rahmen meiner Diplomarbeit durch. Und es geht darum, herauszufinden, wie Sektenaussteiger mit Psychotherapie umgehen. Da du Sektenaussteiger bist, sehe ich dich als Experten auf diesem Gebiet. Deshalb möchte ich dich gerne zu diesem Thema befragen. Wichtig ist mir deine persönliche Geschichte und deine Erfahrungen mit der Gemeinschaft. Wir haben ausgemacht das ich Gespräch aufzeichne, es bleibt natürlich alles anonym und wird vertraulich behandelt. Ich brauche die Aufzeichnung für die spätere Auswertung dieses Interviews. Die Themenbereiche werden sein, deine Vergangenheit ihm Bezug auf die Gemeinschaft, dein Ausstieg, deine

Bewältigungsstrategien während dem Ausstieg und deine gegenwärtige Situation. Ja du kannst natürlich alles erzählen was dir einfällt oder wichtig ist, es gibt kein richtig oder falsch.

IP: Ja okay.

I: Gut dann beginnen wir mit dem ersten Thema, deine Vergangenheit und den Einstieg. Wie war das bei dir, wie bist du in die Gemeinschaft gekommen?

IP: Ja also direkt hineingeboren von klein auf.

I: Mhm

IP: Also von Anfang an, schon im Kinderwagen in die Versammlung mitgeschleppt. Eigentlich auch schon im Babybauch. Ursprünglich in (Land), da bin ich geboren ne, dann rüber nach(Land) mit fünf Jahren. Also alle Leute die ich kenne, meine gesamte Familie ist dabei. Eltern, Tanten, Onkel, aber die sind nicht hinein geboren. I: Aha wie sind die hineingekommen? IP: Die sind im Jugendalter also so mit 20 glaube ich ungefähr ca. haben sich damit beschäftigt und wurden besucht von Haus zu Haus und da haben sie dann Interesse daran gekriegt und ja dann sind sie halt konvertiert. Mein Vater war glaube ich sogar eineinhalb Jahre im Gefängnis deswegen.

I: Mhm, OK.

IP: ne, ja.

I: Also wegen den Zeugen.

IP: Also ja weil er den Kriegsdienst nicht antreten wollte.

I: Ah ok, verstehe. Also du bist dann wann ausgestiegen?

IP: Als ich 18 war bin ich ausgestiegen. Also die ganze Kindheit, Jugend richtig. Jetzt bin ich 27, also neun Jahre. Also mit 14 wurde ich offiziell getauft. Da war das halt so üblich weil alle anderen in der Versammlung sich auch taufen ließen. Und da man sowieso nichts anderes kannte da war das halt vollkommen normal, dass man sich da taufen lässt, ne. Das war nicht aus persönlicher Überzeugung, ich habe mir in dem Alter auch nicht Gedanken darüber gemacht so richtig ist das jetzt das wahre also ich hab's auch gar nicht in Frage gestellt aber ich habe auch nicht richtig daran geglaubt, ne dass war halt so und naja.

I: Ja. Und was war dann der Impuls zu deinem Ausstieg?

IP: Also das war halt, also ich muss dazu sagen zu meiner Vorgeschichte, also ich war ja nie ein ganz lieber Zeuge Jehovas. Ich habe ja, also bei uns in der Versammlung hatte sich auch

so eine Gruppierung auch gebildet von Jugendlichen und wir haben halt sehr viel Quatsch gemacht auch mit Alkohol, Sex und alles was halt ja nicht sein darf, verboten war und das wurde halt immer regelmäßig verheimlicht alles und es gab da in unserer Clique wirklich keinen der da nicht mitgezogen hat und wir waren glaube ich sieben Mann, ne also auch Frauen ne , aber ja und irgendwann ist das dann quasi aufgefliegen halt, ne und dann gab's halt Gespräche und es gab auch Beweise Fotos, anstößige Fotos, unmoralische Fotos und die sind den Ältesten in die Finger gekommen auch, ne und ja dann hat's halt geknallt, ne und das weiß ich noch ganz genau das sind die Ältesten zu meinen Eltern gegangen, ne also ich weiß noch es hat irgendwann geklingelt zu Hause keine Ahnung ich habe irgendetwas am PC gemacht und habe nur kurz durchs Fenster geguckt und gesehen das Älteste kommen ne habe mir aber nichts dabei gedacht, ne weil mein Vater war auch Ältester kann ja sein dass die irgendwelche Gespräche führen müssen ne, und die guten Ältesten haben dann quasi meinen Eltern alles offenbart was da raus gekommen ist ne und die Fotos auch gezeigt und ja dann wurde das erst an mich herangetragen so worum es da überhaupt geht das fand ich schon richtig scheiße.

I: Mhm also ist der Impuls gar nicht so von dir gekommen, sondern mehr so von außen

IP: Ja, also ich hätte schon so weitergemacht ich habe im Kopf sowieso mit alldem ganzen abgeschlossen ne das war halt die Schwierigkeit so zu sagen so, Leute ich hau jetzt auf den Tisch, ich habe keinen Bock mehr auf euch , ne

I: Also kann man dann sagen du hattest bestimmte Erwartungen an den Ausstieg?

IP: Das kam ja alles sehr sehr plötzlich. Ich hatte damals ja eine Freundin ja auch, auch Zeugin Jehovas , aber die hielt sich ja auch nicht so korrekt dran. Und wir waren zwei Jahre zusammen und wir haben damals auch schon so gedacht , Ja und irgendwann steigen wird dann aus , ne, und lassen dann alles hinter uns und all das ja. Das war ja dann ganz schlimm mit meiner Freundin also wir alle die in der Clique waren wir sind ja alle aufgefliegen, ne da konnten wir auch nichts abstreiten oder so und wirklich alle anderen die haben quasi bereut und haben ganz normal weitergemacht beiden Zeugen Zeugen Jehovas und ich war quasi der einzige der das irgendwie nicht eingesehen hat und dann bin ich halt quasi allein gelassen worden ne, und dann wirklich auf einen Schlag von allen und was mir am meisten weh tat, wirklich von meiner Freundin mit der ich ja damals zwei Jahre zusammen war ne und wir haben ja auch schon zusammen Zukunft geplant, naja ok in dem Alter, aber

I: Ja,ja

IP: Trotzdem ne, bei den Zeugen Jehovas wird man ja auch recht früh verheiratet sag ich mal so, ne und ja dann hat sie mich einfach Eiskalt verlassen quasi so von wegen Religion

ist wichtiger, ne und ja meine Eltern, natürlich gab's da Stress die waren sauer auf mich und fassungslos meine Mutter hat nur die ganze Zeit geweint ne und ja von wegen dass sie alleine im Paradies sein wird ohne mich und dass sie mich vermissen werden also die haben mir auch schon ein richtig schlechtes Gewissen gemacht, ne und dass ich mir das alles noch anders überlegen kann und alles ne und das ging dann halt so weit das ich dann gesagt habe ich ziehe aus ich habe keine Lust mehr drauf ne also psychisch belastend war das alles auf jeden Fall alles ne weil du wusstest ja gar nicht was los war so richtig auf einmal alle wollen nichts mehr mit dir zu tun haben ne und die ganzen Freunde von damals mit denen man sich so gut verstanden hat so viel Quatsch gemacht hat ne, auf einmal aus voller Überzeugung und ja ne das war ja komplett alles falsch was wir gemacht haben und auf einmal komplett andere Weltansichten von einem Tag auf den anderen ne und da denkt man sich auch was ist da los ne was ist hier falsch richtig so wie in einem schlechten Film oder aus irgendeinem Traum wo man wirklich nicht aufwachen kann so hat man sich da gefühlt, ne also ich hatte ja noch gute Freunde in der Welt sage ich mal ne, also also ich hab eigentlich schon immer Kontakte gepflegt zu Andersgläubigen oder weltlichen wie Zeugen Jehovas sagen und da hatte ich auch sehr gute Freunde sogar zwei beste Freunde denen die ich sogar besser Sachen anvertrauen konnte als den Leuten in der Versammlung also den Freunden in der Versammlung und die haben mir auch ein bisschen Halt gegeben und ja also ich war zum Glück nicht ganz alleine aber das auch nur weil ich mich nicht an diese ganzen Regeln und Empfehlungen von den Zeugen Jehovas gehalten habe. Normalerweise sollte man ja, also es wird empfohlen keine Kontakte zu andersgläubigen zu pflegen. das war richtiges, richtiges Glück, ja.

I: Und hast du dir damals auch professionelle Hilfe, also bei Beratungsorganisationen gesucht?

IP: Nein das nicht aber ich habe mich mit Drogen und Alkohol betäubt. Ich bin dann auch in eine WG gezogen und also ich muss sagen davor habe ich auch ab und zu mal einen Joint geraucht aber auch jedes Wochenende besoffen gewesen und alles. Ja und das hat sich dann halt ist dann so bei geblieben und hat sich dann auch gesteigert halt also eine Zeitlang habe ich dann fast täglich gekifft und ja das war halt so. Ja also das war dann alles so zum betäuben so ungefähr.

I: Also dein Leben hat sich stark verändert.

IP: Ja vieles also mein ganzes Leben hat sich sehr stark geändert. Ich musste ja wirklich auf eigenen Beinen stehen ne und selber Geld ran schaffen und alles und ja ich musste einfach wirklich allein zurechtkommen ne also Schwierigkeiten in dem Sinn hatte ich ja keine man musste halt alles schnell lernen man musste ja einfach also ich hab's sogar noch geschafft

mir selbst eine Ausbildung zu suchen als Mediengestalter und ja durch meinen Lebenswandel hat das auch nicht lange gehalten mit der Ausbildung und ja. Also ich muss sagen damals war ich echt dumm muss ich sagen ne also ich habe echt mir gar nicht Gedanken gemacht irgendwie. Wo ich mich echt ärger ist das ich früher nicht hinterfragt habe die ganzen Lehren, ne. Ich hab's einfach nicht hingekriegt. Ich habe mir nur gedacht, ach alles Quatsch und scheiße und doof und ja das war es dann aber auch. Ich habe das nicht gründlicher unter die Lupe genommen, ne. Also ich denke das hätte mir schon auch viel geholfen hätte ich mich damit intensiver befasst.

I: Hast du noch an die Lehren geglaubt bei deinem Ausstieg?

IP: Nein, gar nicht. Ich wollte auch auf gar keinen Fall wieder zurück.

I: Was waren deine Bewältigungsstrategien zu der Zeit?

IP: Also das Ganze bestand sehr viel aus Ablenkung, ne wie gesagt mit saufen, mit Drogen, mit PC spielen ganz krass gewesen also so richtig ja bin halt auch ein bisschen untergetaucht ne so ungefähr. Also Hilfe hatte ich damals auch keine jetzt so von den Zeugen Jehovas aber sonst waren meine Freunde eine gute Ablenkung und haben einem auch gut zugesprochen, dass ich das alles schon auch auf die Reihe kriege.

I: Hast du eine Psychotherapie in Anspruch genommen?

IP: Ne. Da bin ich nicht mal im Entferntesten auf die Idee gekommen. Ne. Also nach ein paar Jahren habe ich mich dann im Internet in so einem Forum für Sektenaussteiger angemeldet, und da waren auch viele die die gleiche Situation hatten und da habe ich mich öfter mal ausgetauscht oder einfach nur mitgelesen und sowas. Aber direkt beim Ausstieg hatte ich die Idee nicht, ne wenn ich jetzt drüber nachdenke würde ich sagen Ja möchte ich in Anspruch nehmen aber ich kann dir versichern damals auch wenn es die Möglichkeit gegeben hätte, hätte ich sie nicht in Anspruch genommen, ne. Aber jetzt mittlerweile, also neun Jahre später würde ich sagen hättest du machen sollen oder hättest dich bemühen sollen, hätte dir gut getan. Damals war das halt irgendwie wirklich auch so ein Zeichen keine Ahnung von Schwäche ähm und sich irgend welchen fremden Leuten anvertrauen ja solche Geschichten halt. Ja also ich dachte ja eigentlich ich kann das mit dem Vertrauen aber so mittlerweile habe ich festgestellt dass sich da wirklich arge Probleme habe, ne. Vor allem man wurde ja echt heftig, heftigst enttäuscht halt in der Zeit von allen die man kannte so ungefähr. Und ich habe mir auch jetzt so die Tage mal Gedanken gemacht und ich habe wirklich seit dem Ausstieg ähm kein wirklich neuen Freund kennengelernt. Also klar viele oberflächliche Bekanntschaften wo man einfach nur ja Hallo und einfach nur ein bisschen plaudert, ne aber ich habe in der ganzen Zeit keinen wirklich guten Freund gefunden, ne

keine neuen das sind immer noch die zwei, drei alten die ich noch von damals noch hab, ne seit der Schule dann noch die ich da kannte. Also ich weiß nicht also ich zeige auch nicht so wirklich Interesse daran und denke schon dass das auch mit dem Vertrauen und alles zusammenhängt. Also so leicht Misanthropisch könnte ich schon sein, ja. Man merkt halt wie leicht man Menschen manipulieren kann und es wird ja knallhart aufgezeigt dass du dich auf gar keinen verlassen kannst. Scheißegal ob das jetzt ne Religionsgemeinschaft ist oder irgendwelche anderen Leute weiß ich nicht also man mehr merkt wie schnell das gehen kann ne das die Leute, mal schnell nur Klick im Kopf macht und alles ist anders, ne. Das gibt halt einen zu denken schon, ne. Und naja keiner will enttäuscht werden und dann doch so eine Vermeidungssituation die sich dann ergibt irgendwie naja ich weiß nicht so genau.

I: Was erwartest du von einer Psychotherapie für Sektenaussteiger?

IP: Psychotherapie, ich weiß nicht so genau das beste wäre ja wenn die sich auch mit der Religion aus kennen würden das wär schon genial gewesen weil da hätte man jemanden der wirklich einen versteht, ne. Weil das können nur Zeugen Jehovas also ehemalige, ne alles andere würde keinen Sinn machen keine Ahnung jemand der da nur die Theorie kennt, ich glaube nicht, dass der sich da so hinein fühlen kann oder naja. Also einfach jemand zum Reden der sich auskennt dem man nicht alles erklären muss. Auch in Richtung kritischem Denken also dieses Forum hat mich echt zum kritischen Nachdenken gebracht, ne weil da waren ein paar gute Gedankenansätze zwar auch viel Quatsch aber hätte ich das noch früher entdeckt das hätte mir bestimmt auch geholfen. Aber damals war mir alles ziemlich Scheißegal was passiert ob ich, ob ich mich da jetzt mit Drogen oder Morgen aufwache das war im Prinzip Scheißegal, ne also ich war jetzt nicht akut Selbstmordgefährdet also ich hatte keinerlei Selbstmordgedanken aber es war halt einfach egal, komplett egal ne.

I: Was war dann eine Hilfestellung für dich mit dem erlebten umzugehen?

IP: Also ich denke ich habe mich erfolgreich betäubt bis sich dann quasi einen klaren Kopf hatte darüber nachzudenken was da überhaupt alles passiert ist also das ist wirklich ich sag mal eins, zwei, drei Jahre später passiert. Dass man sich dann so einmal wirklich Gedanken darüber gemacht hat ne wo ist man da überhaupt hineingeraten. Also früher habe ich mir ja da so keine richtig bewusst da keine Gedanken darüber gemacht, ne und naja also ich denke mal ich habe da so eine schwierige Phase überbrückt bis ich dann mal halt so einen richtig klaren Kopf hatte, ne, ja.

I: Was war denn dann eigentlich so der Impuls dass das alles dann doch gut gegangen ist. Also jetzt lebst du ja ein normales geregeltes Leben, wie hast du das geschafft, also was war da ausschlaggebend dafür?

IP: Da muss ich mal überlegen. Ja also ein Job hat da auf jeden Fall viel Struktur hineingebracht ne, ich habe ja noch Zivildienst gemacht, aber naja habe ich auch mehr gefeiert als sonst und aber dann die Ausbildung noch eine also ja die hat dann auch noch mal viel geregelt , ne und dann ist das alles mal mit der Zeit alles immer ruhiger geworden, ne. Und das habe ich mir dann alles selber gesucht und der Job hat sich dann nach der Ausbildung ergeben. Und der Zivildienst der war eigentlich so direkt nach meiner Ausbildung also da war so eine kleine Pause dazwischen da habe ich so ein bisschen gejobbt und dann habe ich Zivildienst gemacht. Ja und ab 21 ging's dann immer langsamer und immer weniger. Dann bin ich auch aus der WG ausgezogen und das hat auch gut getan weil das waren auch echte Chaoten die machen immer noch so weiter wie, ne wie früher

I: Mhm, und wie geht's dir jetzt so? Hast du noch irgendwelche Schwierigkeiten die du auf deinen Sektenhintergrund zurückführst?

IP: Ja das mit dem Vertrauen ist halt immer noch geblieben, ne ich lass auch nicht so einfach jemand komplett Fremden an mich ran, ne und ich leg auch nicht wirklich wert irgendwelche neuen Kontakte zu knüpfen das ist noch so geblieben und naja jetzt nicht so dass es mir so bewusst wäre vielleicht noch etwas tiefer wenn man so kratzt aber sonst. Na ja vielleicht doch ein bisschen Kontrollzwang vielleicht auch aber naja aber wahrscheinlich schon (lacht).

I: Was würdest du einem Menschen der jetzt aktuell aus einer Sekte aussteigt empfehlen?

IP: Ja auf jeden Fall die Sache in die Hand nehmen und schnell beenden ohne irgendwie das jetzt großartig hinauszuzögern weil man verliert einfach wirklich kostbare Zeit, wirklich kostbare Zeit was hätte ich alles machen können in der Zeit und keine Ahnung ja und ich weiß nicht seit dem Ausstieg habe ich mich glaub ich sechs Jahre lang oder sieben Jahre lang nicht verlieben können das wurde mir komplett versaut durch die ganze Situation, ne also gefühlsmäßig war ich da echt kalt und man muss natürlich sagen so schnell wie möglich, raus. Ja, ja und auf jeden Fall eine Beratungsorganisation. Die Idee finde ich genial, ja.

I: Ok, gut. Ja, gibt's noch irgendetwas was dir wichtig ist und du zum Thema sagen möchtest, was du nicht erwähnt hast?

IP: Also spontan jetzt nicht.

I: Ja also dann, Dankeschön für das Gespräch.

IP: Sehr gerne.

Interview 2

I: Vielen Dank dass du dir Zeit nimmst, wie gesagt das Interview ist für meine Diplomarbeit, da geht es um Psychotherapie für Sektenaussteiger. Da du selbst in einer Sekte warst, sehe ich dich als Expertin auf diesem Gebiet. Also ich werde dir ein paar Fragen, zu mehreren Themengebieten stellen und du kannst einfach darauf antworten was dir einfällt. In diesem Zusammenhang ist mir deine persönliche Geschichte sowie Deine Erfahrungen mit der Gemeinschaft wichtig. Weil ich nicht so schnell mitschreiben kann, würde ich das Gespräch gerne aufzeichnen, das brauche ich für die spätere Auswertung des Interviews.

IP: OK.

I: Es bleibt alles anonym und wird natürlich vertraulich behandelt. Die Themenbereiche sind deine Vergangenheit in Bezug auf die Sekte, dein Ausstieg, deine Bewältigungsstrategien und deine jetzige Situation. Was mir ganz wichtig ist, wenn eine Frage unklar ist frag bitte einfach nach, du kannst alles erzählen es gibt kein richtig oder falsch und alles was du erzählen willst ist wichtig für die Untersuchung.

IP: Ja.

I: OK, dann können wir ja beginnen. OK, dann erzähl einfach mal wie bist du in die Sekte gekommen?

IP: Mhm Mhm, ok. Das war so. Also ich bin gebürtige (Land), ich kannte die Leute schon aus (Land) von früher, ich bin hierher als Musikstudentin gekommen und dann, ich weiß es nicht genau wie oder woher sie meine Adresse hatten haben sie ständig an meine Tür geklopft. Ich habe damals im X Bezirk gewohnt. Ich glaube vorher war auch jemand aus der deutschsprachigen Versammlung da, aber ich konnte früher noch nicht sehr gut Deutsch sprechen. Dann haben sie wahrscheinlich natürlich meine Adresse an die (Sprache) Gruppe gegeben. Ja. Ja.

I: Und wann war das, wie alt warst du damals?

IP: Äh, also wie sie das erste Mal bei mir waren, war ich 20 Jahre alt. Dann sind sie 10 Jahre regelmäßig zu mir gekommen, so zehn Jahre lang habe ich mit ihnen so Kontakt gehabt. Und dann nach zehn Jahren habe ich mich taufen lassen. Also es war so, dass ich ja sehr einsam war und das waren ja doch meine Landsleute, ich hatte auch keine

deutschsprachigen Kollegen oder Bekannten gehabt. Dann sind sie plötzlich aufgetaucht und eine davon hat auch (Fach) studiert und auf demselben Gebiet Erfahrung gehabt wie ich.

I: Und wie lang warst du dann insgesamt dabei?

IP: Ähm, ich war, zuerst 10 Jahre, dann nochmal 10, ja also getauft ungefähr 10 Jahre war ich dann dort.

I: Und was hat den Impuls zum Ausstieg gegeben?

IP: Das ist ganz ganz schwer zu sagen. Es ist auch, mein Ex Mann ist gestorben, und ich musste deswegen und auch wegen beruflichen Gründen und eben verschiedenen Gründen, also ich habe einen Job gehabt in (Dorf) und das war gleichzeitig ein guter Übergang. Also zum einen war es eine neue Situation und zum anderen wollte ich auch aussteigen. Ich habe dann auch meinen Freund kennengelernt, ja ich kann nicht sagen gleichzeitig, aber am Anfang musste ich wirklich mein Leben ordnen. Also das hat jetzt nicht mit der Sekte zu tun, sondern mehr finanzielle Gründe. In diesem Moment war eigentlich ein sehr großes Problem für mich, und die Sekte hat mir eigentlich keine Hilfe angeboten sozusagen ich bin irgendwie alleine gelassen worden. Ich war sehr verzweifelt, in den zehn Jahren meiner Mitgliedschaft habe ich nicht nur gute Erfahrungen gehabt. Am Anfang bis zur Taufe war die schönste Zeit, die Leute haben sich um mich bemüht, auch wie ich mich fühle usw., aber nach der Taufe dann plötzlich haben sie sehr viel verlangt, dann war viel Pflicht, zwar nicht gezwungener Weise aber schon, für mich fast so wie Schuldgefühle. Wenn ich etwas nicht gemacht habe und dann auch beruflich und der Zeitmangel und auch meine eigenen Probleme, waren plötzlich da weil mein Glaube schwach geworden ist. Früher war es so dass ich auch wirklich betreut wurde wegen der Lehre und das hat auch natürlich in der damaligen Zeit geholfen. Weil als ich getauft wurde, war es dann so, dass sich anderen helfen musste anstatt meine Probleme zu lösen d.h. mein Problem war plötzlich umgedreht ich hatte Probleme weil ich Glaubensschwach war und das hat mich sehr gekränkt, das hat wirklich sehr wehgetan und ich wollte mich von diesem Schuldgefühl befreien. Also dieses Schuldgefühl war eine große Schwierigkeit. Und Bis jetzt gehe ich jede zweite Woche zur Psychotherapie. Und ich merke dass diese zehn Jahre und auch die gesamten 20 Jahre Mitgliedschaft sich in meinem Gehirn codiert haben. Und das ist immer sehr schwer, weil immer diese Schuldgefühle da sind und außerdem auch die Menschen die ich gekannt habe, das ist wie wenn man einen großen Fehler macht. Aber trotzdem bin ich eigene Wege gegangen und auch wenn's verboten war habe ich sehr viele Bücher gelesen die Zeugen Jehovas betreffen von ausgeschlossenen von Franz

I: Ach ja, der Gewissenskonflikt

IP: Ja genau, das habe ich alles gelesen und dann waren mir auch sehr viele Fragen klar.

I: Mhm und wie war das mit der Psychotherapie, hast du die direkt nach dem Ausstieg begonnen?

IP: Also direkt nach dem Ausstieg haben die Angststörungen begonnen, die Panikattacken. Ja. Ich habe mir sehr schwer getan, ich bin als (Beruf) tätig also ich habe sehr viele Kinder von Zeugen Jehovas unterrichtet und ich musste meinen Beruf abändern, ich konnte nicht mehr mit Zeugen Jehovas arbeiten. Das bedeutet ich musste erstens meinen Glaubensweg befreien und mich auch beruflich aufgeben, das war ganz schwer und ja sonst hat sich sehr viel ins Positive verändert. Ich habe mich selbst nicht mehr gesehen so abgeschirmt war ich. Dadurch das ich so manipuliert worden bin, dachte ich ich bin in einer geschützten Welt oder mit geschützten Leuten aber eigentlich was das Gegenteil, beruflich ist es mir auch nicht gut gegangen. Die haben unsere Mitgliedschaft nicht geschätzt, deswegen sagen auch viele Leute was beruflich zu tun ist. Weil das geht so, eine Schwester die auch Mitglied ist, sie hat denselben Glauben, deshalb sollte man das auch für sie billiger machen oder andere bestimmte Dinge machen. Ich wohne in, also ich habe damals auch schon im (Dorf) gewohnt und dann bin ich immer nach (Stadt) gefahren und habe noch dazu eine Stunde Parkplatz gesucht und eigentlich war ich eineinhalb Stunden unterwegs und zurück auch nochmal und plötzlich wollen sie nicht mehr oder solche Dinge. Und Aja du bist eh eine Schwester darum verzeihe ich dir, solche Sachen. Da ist es beruflich ganz ganz schlecht gegangen und jetzt ist es in der Hinsicht wirklich jetzt alles ganz okay. Ja und sonst meine Freundinnen mit denen ich mich gut verstanden habe, habe ich auch sehr vermisst und außerdem, wie soll ich sagen eher sozusagen Schuldgefühle wirklich, mache ich wirklich das richtige, oder nicht. Aber am meisten waren Schuldgefühle weil ich nicht in die Versammlung gegangen bin sondern nur zudem Gedächtnismahl wie soll ich sagen wichtigste Tag von denen für die Zeugen, an diesem Tag nicht erscheinen oder Ja wie soll ich sagen Schuldgefühle oder Angst, was wird passieren? Hat Gott mich deswegen verlassen und ja, aber das ist nicht wahr.

I: Mhm Und was hat dir geholfen damit umzugehen?

IP: Ähm, mein Freund, komischerweise hatte er auch mit gewissen Dingen zu tun gehabt, mit den Mormonen er hat auch schlechte Erfahrungen gehabt und natürlich durch Gespräche, ich habe auch im Internet geschaut und sehr viele Aussteiger auch die die Hilfestellen im Internet, da habe ich viele Artikel gelesen und auch die Psychotherapie hat mich selbstbewusster gemacht. Ich hatte auch sozusagen wahre Freunde für jemanden der von einer Sekte enttäuscht wurde und die Leute da hier in (Dorf) haben mir auch sehr viel geholfen. Ich bin dann in eine sozusagen andere Welt gekommen und habe gemerkt die

Leute sind sehr nett und auch ok. Also nicht nur Zeugen sind nett oder sowas und sogar die machen nicht so etwas wie ja Leviten lesen. Und die Psychotherapie mache ich jetzt schon sehr lange früher sehr oft, manchmal auch nur einmal im Monat und auch Verhaltenstherapie, Angststörungstherapie und sie kennt auch sehr viele Sektenaussteiger. Sekten sagen, Glauben macht frei aber es war das Gegenteil, der Glaube hat mich beengt und verängstigt. Jetzt bin ich wirklich selbstbewusster, d.h. ich glaube nicht an Gott, aber ich möchte selbst entscheiden können ob Gott mich liebt, auch wenn ich nach Meinung von Menschen etwas schlecht mache.

I: Wobei hat dir die Psychotherapie am meisten geholfen?

IP: Zuerst wollte ich überhaupt nicht über die Sekte reden aber durch das Vertrauen, ich wusste nicht woher meine Angststörung kommt, ich hatte Panikattacken ich konnte nicht, jetzt auch noch schwierig, alleine nach (Stadt) fahren äh weil ich habe Angst in (Stadt) jemanden zu treffen für mich ist es in (Dorf), die Leute kennen mich nicht, meine Vergangenheit ist hier irgendwie befreit, in (Stadt) irgendwie beengt. Ja und manchmal habe ich panische Angst davon jemanden von den Zeugen zu sehen oder mit ihnen zu sprechen oder sonst irgendwie (seufzt). Sozusagen ich gehe zehn Jahre lang nicht mehr in die Versammlung aber ich leide noch immer und meine Erwartung an die Psychotherapie war, ich war fast eineinhalb Jahre lang nicht arbeiten wegen den Panikattacken die Ängste waren sehr groß, ich wollte nicht so lange fahren und mein Freund hat mir sehr viel geholfen meine Erwartung war mich von den Angststörungen zu befreien aber ich wusste nicht von wo die Angst kommt. Sie hat mir erklärt Angst kommt von Verengungen.

I: Mhm. Und würdest du sagen deine Erwartungen wurden erfüllt?

IP: Ja, hat sehr viel geholfen.

I: Hattest du sonst noch Hilfestellungen zu dem Zeitpunkt?

IP: Hm was hat mir noch geholfen (2 sek. Pause). Für mich war wirklich diese Psychotherapie ganz ganz wichtig und dann auch Gespräche mit Freunden. Das mit der Psychotherapie war wirklich ein Zufall, ich habe mir gedacht mit dieser Angststörung muss ich irgendetwas machen und zuerst bin ich in eine städtische Hilfestelle gegangen, die haben mir sehr viele Medikamente verschrieben, das hat das Gegenteil bewirkt und hat nicht geholfen und die Zeit war immer knapp immer nur fünf Minuten, zehn Minuten und nur Medikamente und dann wollte ich einmal zum Friseur gehen und konnte nicht alleine gehen weil es so schwer war und mein Freund ist dann mitgegangen und ich habe ihm gesagt, bitte bleib da, geh nicht weg. Und dann hat mich die Friseurin gefragt, haben sie Panikattacken? Und ich, Ja. Und sie sagte dann, ja weil ich war auch genau so und mir hat eine Therapie

geholpen. Und ich hab gefragt welche Therapie? Und dann hat sie mir eine Adresse gegeben.

I: Aha, das ist ja interessant.

IP: Ja. Und ich konnte nie von zuhause weg, so schlimm ich konnte nicht rausgehen (2 sek Pause).

I: Was muss, deiner Meinung nach, ein Therapeut der auf Sektenaussteiger spezialisiert ist, leisten?

IP: Das ist eine sehr interessante Frage. Sie war sehr sehr vorsichtig, weil sie wusste nicht ob ich schon ausgestiegen bin. Sie hat nicht negativ gesprochen, sie hat dieses Wort Sekte auch nicht gesprochen und sie war wirklich ganz ganz vorsichtig und sie hat ganz viele Fragen gestellt und ich bin dorthin gekommen und sie hat mich gefragt, wie findest du die Situation jetzt bist du zufrieden oder nicht? Sie hatte nie schlecht geredet. Sekten sind schlecht oder so weiter nur hat sie gesagt, ich kenne Zeugen Jehovas, viele haben Angststörungen. Äh, also sie hat nicht gesagt, das ist eine Sekte es wird schwer auszusteigen. Sie hat mich begleitet sodass ich selber drauf komme (lacht) das sich selber drauf komme was mich so verengt. Also meistens hat sie mich, aber schau ich bin noch nicht geheilt, weißt du, nicht ganz geheilt das dauert, oder ich muss irgendwie der Organisation einen Brief schreiben oder ich weiß nicht etwas Schriftliches vielleicht wirklich. Ja. Sie hat sehr viel gekannt, auch die Ausdrücke, wahrscheinlich war sie sehr interessiert oder hat studiert oder jemand hat es ihr erklärt oder sehr viele Zeugen haben eine Therapie gemacht oder machen und sie hat vorher auch gesagt das ist alles anonym und sie wird nichts weiter sagen. Aber sie kennt sehr viel und sie kennt auch die Ausdrücke ganz genau, Älteste, das hat mich sozusagen beruhigt. Sie hat alles gewusst. Ich glaube ich habe manchmal auch erklärt aber sie hat dann gesagt, das habe ich gehört, gehört. Sie hat nichts von sich selber gesagt. Aber ich glaube das war sehr, sehr wichtig weil so bin ich aus mir heraus gegangen. So ich habe alles erklärt und sie hat gewusst wie alles funktioniert und sie hat nur gesagt ja ich hab das gehört. Aber das war gut weil es war so wie eine Bestätigung.

I: Und hast du jetzt noch Schwierigkeiten die du auf den Sektenausstieg zurückführst?

IP: Ja in jeder Hinsicht, in jeder Hinsicht, ja. Kleinigkeiten ja. Ich habe aber sehr, sehr viele Menschen getroffen die ich respektiere aber ich habe nicht gewusst dass es so eine Gefahr war. Ja.

I: Mhm. Was würdest du einem Menschen der gerade aus einer Sekte aussteigt empfehlen?

IP: Ich glaube, jeder muss selbst draufkommen. Es ist wahrscheinlich so wie mit Drogensüchtigen. Jeder muss selbst draufkommen. Ich denke Psychotherapie ist sehr gut, auch spezielle für Sekten anzubieten, ich war in einer Sekte ich war auch drinnen. Ich war genau in der Situation ich habe gesagt die Therapie hat mir sehr geholfen aber dann habe ich Interviews gesehen, ich war in einer Sekte und das war genau so wie meine Situation. Ja. Hat genau solche Gespräche geführt oder sich mit solchen Leuten E- Mail ausgetauscht, in Deutschland, das hat mir auch sehr viel geholfen. Man sieht, dass man nicht alleine ist. Und am besten ist jemand der die Situation kennt. Auch wenn die Therapeutin sagt ich verstehe, ist es das jemand besser versteht der selbst in der Situation war, das schafft Vertrauen.

I: Gibt es noch etwas was du sagen möchtest, was dir noch wichtig ist zu erwähnen?

IP: Nein, eigentlich nicht.

I: Ja, dann vielen, vielen Dank für das Gespräch.

IP: Vielen Dank.

Interview 3

I: Also ich habe ja schon kurz erklärt, ich brauche das Interview für meine Diplomarbeit, bei der geht es um Psychotherapie für Sektenaussteiger. Ja, du bist ja selber aus seiner Sekte ausgestiegen, deswegen sehe ich dich als Expertin auf diesem Gebiet IP: Mhm I: und würde dir gerne ein paar Fragen dazu stellen. Besonders wichtig in diesem Zusammenhang ist mir deine persönliche Geschichte sowie Deine Erfahrungen mit der Gemeinschaft. Ich kann nicht so schnell mit Schreiben deswegen will ich unser Gespräch gerne aufzeichnen das brauche ich dann für die Auswertung der Interviews. Alles was du sagst wird natürlich vertraulich behandelt und bleibt anonym. Folgende Themenbereiche werden Thema sein: deine Vergangenheit in Bezug auf die Gemeinschaft, dein Ausstieg, deine Bewältigungsstrategien und deine gegenwärtige Situation. Also wenn eine Frage unklar ist dann frag bitte einfach nach, ist überhaupt kein Problem. Und was mir noch wichtig ist, du kannst alles sagen was du möchtest, es gibt kein richtig oder falsch, ich kann alles für die Untersuchung brauchen.

IP: Ok, gut.

I: Gut, dann können wir ja mit dem ersten Thema beginnen. Erzähl mal deine Geschichte, wie bist du in die Sekte gekommen?

IP: In die Gemeinschaft bin ich gekommen nachdem meine Mutter und mein Stiefvater, äh puh, ich weiß gar nicht wie das angefangen hat, sie haben irgendetwas angefangen zu studieren, ich war damals sechs Jahre alt und irgendwie bin ich dann mit hinein gerutscht. Also wir haben angefangen plötzlich in die Versammlung zu gehen äh ich habe viele Bücher bekommen mit Bibelgeschichten und das war's dann einfach. Also ich wurde nicht gefragt ob mir das gefällt oder nicht, ich mein ich sage mal mit sechs Jahren was willst da, man kann es sowieso nicht ändern, aber ich hab's auch damals nicht als unangenehm empfunden. Es war halt einfach eine geänderte Lebenssituation, wir haben kein Weihnachten gefeiert, keinen Geburtstag und das war's eigentlich.

I: Also deine Angehörigen sind ebenfalls Mitglieder?

IP: Also ja. Meine Mutter, mein leiblicher Vater und mein Stiefvater. Ja. Wo ich sagen muss, meine Mutter und mein Stiefvater sehr fanatisch, sehr verbohrt, sehr engstirnig alles. Und mein leiblicher Vater, ich glaube er ist einfach dabei weil er seit vierzig Joa afoch dabei is, er kennt nichts anderes, er erzählt mir auch nie was über die Bibel, er nimmt nie Zeitschriften mit, wir Reden nie über Gott es ist einfach er geht in die Versammlung und des woars. Ja und meine Eltern haben am Anfang halt wahnsinnig starke finanzielle Probleme gehabt, weil mein Stiefvater glaube ich den Job verloren hat und meine Mutter, ich weiß gar nicht so genau was da war aber ich hatte auf jeden Fall das Gefühl das wir finanziell sehr aufpassen mussten, was wir ausgeben was wir essen es war kein Luxus da, das weiß ich noch ganz genau. Wir haben zwar ein Dach über dem Kopf gehabt, die Wohnung hat annehmbar ausgeschaut, aber wir sind nicht in Urlaub gefahren. Ich kann das nicht genau beschreiben ich weiß jedenfalls dass es uns finanziell aus der heutigen Sicht gesehen, uns nicht sehr gut gegangen ist.

I: Mhm. Und wie lang ist dein Ausstieg jetzt her?

IP: (lacht) Ich glaube, 13 oder 14 Jahre aber ich kann das nicht beschwören, ja. Es ist sicher schon, ja. Ich glaube ich war 13 oder 14 Jahre alt, kann das sein? Na in der Hauptschule war ich noch. Ich glaube Anfang der Lehre war das glaube ich wie ich dann ausgestiegen bin. Das heißt 14, 15 so was. Also ich war dann ungefähr neun Jahre dabei, und ich habe mich sogar taufen lassen falls das relevant ist. Ja na sicher ist das relevant, weil wenn du ja nicht getauft bist dann ist der Ausstieg sowieso etwas softer würd ich amal sagen. Der Grund dass ich mich Taufen hab lassen war ganz einfach, dass ich mir gedacht habe wenn das für meine Eltern die Lebenserfüllung ist, dann muss das für mich auch die Lebenserfüllung sein, ja und auch wenn ich gewisse Sachen total verabscheut habe, zum Beispiel das Predigen gehen ja, mich hat das permanent angekotzt. Mir war das peinlich, äh ich habe das Gefühl gehabt wenn ich auf der Straße nur geh als Kind, jeder erkennt mich als sowas, mir war das

in der Schule peinlich ich wollte einfach nicht das das irgendwer weiß aber wenn das für meine Mutter und meinen Vater, oder Stiefvater, so wichtig ist und und die so überzeugt sind, dann muss ich mich da rein Tigern, damit ich auch die Erfüllung find. Und deswegen habe ich mich Taufen lassen. Also ich habe es für sie gemacht, in der Hoffnung dass es mich auch erfüllt.

I: Mhm, verstehe. Und was hat dann den Impuls für den Ausstieg gegeben?

IP: Mein Stiefvater hat mich immer nach einer Versammlung abgefragt, ja, was wurde heute gepredigt, was hat dir gefallen, was hast du dir gemerkt, ja (lacht) das war so unser Nachhauseweg und damals war ja die (Name) auch noch in der Versammlung und wir haben eigentlich die ganze Versammlung, dadurch das ma woanders gesessen sind ah brieferln geschrieben, und ah, jedenfalls alles gemacht nur nicht zugehört, ja und mein Stiefvater hat mir halt wieder die Frage gestellt, was hat mir gefallen und ich hab drauf keine Antwort geben können, ja. Dann hab ich natürlich einen Supervortrag bekommen, warum ich dann nicht zuhör und das ist doch alles wichtig und magst du nicht ins Paradies und quak, quak, quak. Und zuhause angekommen hat mich der (Name) dann gefragt, ja willst du überhaupt noch dabei sein? Und ich habe grade in dem Moment gedacht, wenn ich jetzt nicht mein Mund aufmach, komm ich da nie raus. Und das war der, war der Punkt.

I: Und hast du damals dann irgendwelche Erwartungen an den Ausstieg gehabt?

IP: Hoffnung auf mehr Freiheit, ja. Ah, dieses ewige Zeitschriften lesen, dieses ewige du darfst das nicht hören, diese Musik, weil das hat einen weltlichen Einfluss, ja, pff ich hab das schon nicht mehr hören können. Ich wollte einfach auch mal mit Freunden weggehen auch die keine Zeugen sind. Ich wollte nicht drauf achten, wie muss ich jetzt reden, ich wollte nicht mehr predigen gehen also wirklich das war für mich echt das schlimmste, das Predigen gehen, ja. Weil wie kann ich etwas vermitteln von dem ich persönlich nicht überzeugt bin, weil es mir peinlich ist, ja. Ja, Freiheit einfach.

I: Und wie war das dann, hast du dann Schwierigkeiten gehabt?

IP: Ja, also ich habe viele Gespräche gehabt mit Ältesten, was mich ehrlich gesagt auch ziemlich belastet hat weil ich bin ja wie gesagt auch eine eigenständige Person und ich habe mich dafür entschieden dass ich aussteige und das muss ich nicht durch stundenlange Gespräche noch einmal bestätigen. Das war furchtbar. Dann natürlich meine Mutter, mein Stiefvater also meine Mutter hat in der Zeit nur geplärrt, das war furchtbar, du bist in der früh aufgestanden und die hat plärrt, du bist schlafen gegangen die plärrt, ja und das war natürlich sehr belastend für mich weil ich das Gefühl gehabt hab meine Mutter total zu enttäuschen. Das ist wie, ich hatte das Gefühl, wie wenn ich gestorben wäre für sie, ja. Die hat getrauert

so richtig. Dann Anrufe von anderen Zeugen, ja was is da los, warum jetzt und des darf jo ned woa sei, also einfach Druck. Dadurch das ich noch zuhause gelebt hat war dann auch die Zeit danach furchtbar, das ist auch ein Grund warum ich dann mit 16 ausgezogen bin. Ziemlich radikal weil, ich hab dann natürlich angefangen zu rauchen, ich habe angefangen zum weggehen, ah ich habe angefangen Alkohol zu trinken (lacht) und äh ich bin nach Hause gekommen und ich musste mich irgendwie total verstellen als hätte ich nicht geraucht, als hätt ich keinen Alkohol getrunken, als hätt ich kan Spaß ghabt, ja. (seufzt) Es war eine totale Distanz. Ich habe nicht mit meiner Mutter reden können über meinen ersten Freund, es war schrecklich. Also eigentlich war ich wie eine Untermieterin dort, ja. Und der (Name) hat noch immer verlangt, dass ich mich benehme als wär ich noch immer bei den Zeugen. Und das habe ich irgendwie nicht eingesehen. Ja, weil ich hab mir damals ein Ohrpiercing machen lassen und der hod mi hoibad zsaumgeschlogn weil i des gmocht hob, ja. Ich hab das sofort rausgeben müssen, dann Zigaretten habe ich keine in meinem Rucksack haben dürfen, ah Musik hab ich sowieso nicht hören dürfen daheim und einmal habe ich Zigaretten mitgenommen, daraufhin hat er mich mit so einem Quelle Katalog zsaumgeschlogn, und das war der Grund warum ich dann ausgezogen bin. Weil des afoch ned funktioniert, ja.

I: Und hast du damals Hilfe von jemandem bekommen?

IP: Mir fällt jetzt ehrlich gesagt keine Person ein, die mich da raus gezogen hätte. Das einzige war das eine Freundin von mir zu der Zeit auch weggegangen ist, von den Zeugen, die ja leider nicht getauft war, deswegen hat sie das alles ja auch nicht so mitbekommen, weil das wie gesagt eine ganz eine andere Ausgangssituation ist. Also ich habe am Anfang ja auch mitbekommen wie wir noch im (Ort) gewohnt haben das mich Brüder und Schwestern gesehen haben auf der Straße und beinhart die Straßenseite gewechselt haben, ja. Das aus da Bim ausgstiegn sind wies mich gsehn ham, ja. Also das waren schon so Sachen wo ich mir gedacht habe, Hallo? Wir haben jahrelang miteinander irgendwie Harmoniert, wir sind Essen gegangen, du hast ja doch auch deinen Spaß bei die Zeugen, na ich mein es is ja ned so das du da deine Sachen runter liest und dann vergiss mich, es is ja trotzdem auch ein sozialer Kontakt da wost Freude hast. Und diese Leute ham dich gschnittn als hättst die Pest. Das hat ziemlich wehtan und pff mir fällt jetzt wirklich keine Person ein die mich da jetzt wirklich rausgezogen hätte. Es war einfach meinen Überlebenswille, sage ich amal, es war auch damals der Chef bei meiner Firma sehr nett weil ich bin ja dann zum Jugendamt gehen und hab gesagt ich geh nicht mehr heim und der hat mich da auch irgendwie unterstützt das sich dann nicht mehr nach Hause muss und lauter solche Sachen. Aber so direkt vom Ausschluss kann ich dir niemand sagen. Und das mim Jugendamt ist mir dann eingefallen weil ich ja auch noch nicht volljährig war und ich muss sagen das war auch

ein rotes Tuch beim Jugendamt ich war dann auch in so einem Krisenzentrum, wo der (Name) und meine Mama auch nicht rein haben dürfen, außer mit Psychologen, wo der (Name) den kompletten Ausraster bekommen hat, und der Psychologe hat dann gesagt, ja und auf das hinauf gehns gleich. Und das war auch zum Beispiel eine Sache, die hat mir sehr geholfen, weil der (Name) war immer der einschüchternde und und ja ich muss sagen ich hab schon sehr viele watschen kriegt, ja. Also so heil wie das immer alles dargestellt wird ist das nicht abgrenzt.

I: Was hat sich nach dem Ausstieg dann für dich verändert?

IP: Hm was hat sich verändert. Hm Ja, ich hab Dinge machen dürfen, die ich die ich vorher nicht machen durfte zum Beispiel Musik hören was ich will, ah Bücher lesen was ich will, außer die Zeitschriften, das Beten vorm Essen ist weggefallen, einfach Spaß haben das ist dazugekommen und und dieses du musst nur nach, nach der Bibel leben und und nur die ganze Welt dreht sich um die Religion von die Zeugen, das ist komplett weggefallen. Dieser permanente psychische, ich weiß gar nicht, Druck. Ich kann's gar nicht so wirklich beschreiben. Immer damit ma das Gehirn irgendwie freiwäscht, so is ma das vorkommen, ja damit man rundherum die ganze Welt die was existiert verliert ja und nur in dieser Gemeinschaft lebt so is ma das Vorkommen. Alles andere existiert nicht, aber es existiert ja trotzdem.

I: Und hast du manchmal daran gedacht, dass du wieder einsteigen möchtest?

IP: Stellenweise, die ersten Jahre danach schon. Ich war auch auf einem Sommerkongreß, kann ich mich auch noch ganz genau erinnern im (Ort) wo i ma dacht hab pfff was wär jetzt mit mir wenn ich wieder dort wär. Nur es hat einfach so viele Nachteile. Man sehnt sich ja nur nach dieser Gemeinschaft sag ich amal. Das ist das einzige nachdem man sich sehnt. Aber so selber nach der Religion und an den Glauben habe ich mich nie irgendwie so positiv zurückerinnern können. Das war einfach nur rein die Gemeinschaft, dass alle im Sommer ich weiß nicht wie viele 1000 Leute sind, auf diesen Sommerkongreß gehen. Die Stimmung irgendwie, das wars. Ja und auch der Gedanke, ich wüsst dass wenn ich wieder zurückgehen würd mit meiner Mutter und meinem Stiefvater alles wieder passen würd. Das waren alles immer nur kurzzeitige Gedanken. Nur ich find, die Realität hat mich einfach mehr als deren Unrealität.

I: Was waren deine Bewältigungsstrategien bei deinem Ausstieg?

IP: Ja ich war ja beim Jugendamt und auch mein Chef der mich dann zum Jugendamt gebracht hat, der auch dann gesagt hatte ich bin der Chef von der (Name), die geht da sicher nimmer zruck, ah ich glaube ich hab dann sogar Urlaub bekommen von ihm weil er

gesagt hat Regel das amal alles, ja dann bin ich in eine WG gezogen wo ich eigentlich allein war, also die hat drei Zimmer vermietet oben am Dachboden, und ich bin dort alleine eingezogen im (Ort) und dann war eigentlich mein Exfreund der der was ziemlich viel unterstützt hat. Weil mim Lehrlingsgehalt auskommen, das war immer so ein Problem (lacht). Und ich muss sagen, seine Familie hat mich da auch irgendwie durchgefüttert, mag ich jetzt amal sagen, seine Mutter hat mich immer eingeladen zum Essen ist mit mir einkaufen gegangen, also eigentlich das was meine Mutter mit mir machen hätte sollen, ja. Das ist das was mir geholfen hat, auch finanziell. Was, was ich noch gemacht hab ist das ich diese ganzen Zeitschriften, Bibel, wir haben ja auch diese Riesengroßen Bände gehabt wo alte Zeitschriften drinnen waren, aus dem Jahre Schnee, ja die habe ich alle genommen und weggeschmissen und habe mich richtig befreit gefühlt wie ich das weggeschmissen hab.

I: Und gabs dann sonst noch Hilfestellungen?

IP: Nein fällt mir nichts ein. Ich hab dann auch nicht versucht, das alles weltlichen das irgendwie zu erklären. Dadurch dass mir das sowieso immer unangenehm war das preiszugeben dass ich eine Zeugin Jehovas bin, habe ich das auch gar nicht getan. Also im Endeffekt hätts auch gar keiner gewusst, ja und ja deswegen war das unnötig dass ich versucht hätte das irgendjemanden fremden beizubringen das ich gerade ausgeschlossen worden bin und dass mich das belastet und dass mich die Leute nicht mehr Grüßen und so Sachen, deswegen habe ich das auch gar nicht erzählt und auf alle Fälle versucht das alles mit mir selbst auszumachen. Und wie gesagt dadurch dass du dann auch weltlichen Kontakt haben durftest, bin ich dann noch einfach mit die Leute weggangen und das war auch schon amal einiges wert. Ob die jetzt gewusst haben, das ich gerade ausgestiegen bin oder nicht, aber ich war unter Leuten, ich war unterwegs und das ist er auch schon mal viel wert. Ich mein man ist jung, man geht gemeinsam weg und dann trinkt man auch mal was.

I: Mhm. Hast du bei deinem Ausstieg eine Psychotherapie in Anspruch genommen?

IP: Nein.

I: Was ist der Grund dass du keine gemacht hast?

IP: Ich wäre gar nicht auf die Idee gekommen, es ist mir gar nicht eingefallen. Außerdem habe ich das nicht so als psychisches Problem, mein sicher war das ein psychisches Problem, aber (seufzt) ich habs nicht so schrecklich gfunden, weil ich mir gedacht hab ich bin jetzt endlich frei. Und deswegen darf mich das auch nicht mehr belasten. Ich tu einfach das was mir gefällt. Und deswegen darf ich jetzt nicht traurig sein. Und das war eigentlich meine Hilfe. Also ich wär nicht auf die Idee gekommen, dass ich sag ich bin psychisch jetzt so fertig, dass ich unbedingt Hilfe brauch.

I: Mhm, verstehe.

IP: Und ich glaub ich würds wieder so machen. Aber ich würde wahrscheinlich früher ausziehen. Dass dieser Terror mal komplett gleich mal weggefallen wäre. Ich mein wie gesagt es ist auch für Eltern sehr schwer, aber man muss auch den freien Willen irgendwie lassen.

I: Mhm (2 min WC Pause)

IP: So bin wieder da, Entschuldigung.

I: Kein Problem, dann machen wir einfach mal weiter. Die letzte Frage war, warum du keine Psychotherapie in Anspruch genommen hast, möchtest du noch was dazu sagen?

IP: Äh, nein.

I: Ok, dann wüsst ich gerne welche Hilfestellungen dir besonders wichtig waren um mit dem Erlebten umzugehen?

IP: Soziale Kontakte. Also viel unter Leute sein, viel mit Leuten Spaß haben. Nicht allein sein. Also allein sein war in der Anfangszeit furchtbar. Weil ich immer das Gefühl gehabt habe, ich fall in so ein depressives Loch und das dauert ewig lang bis ich mich dann wieder raus sehe. Deswegen habe ich geschaut so viel wie möglich raus Kino, äh im Sommer auf die (Ort), einfach immer raus, viel Unternehmen. Ja nicht alleine sein.

I: Hast du Vorstellungen was ein Psychotherapeut der sich auf Sektenaussteiger spezialisiert können muss?

IP: Das weiß ich ganz genau. Erstens müsste er selber aus einer Sekte kommen, dass wär für mich ganz wichtig. Weil, ich kann nicht über ein Thema reden was ich nicht selber erlebt hab. Wo ich mich nur reingelesen habe. Wo ich nur Berichte darüber gesehen habe, wenn ich nicht weiß wie das ganze funktioniert wirklich. Was da für ein Zusammenhalt ist zum Beispiel. Dass man das am Anfang gar nicht so mitkriegt (seufzt). Dass es auch schöne Seiten in einer Sekte gibt, ja, weil die meisten legen ja das immer dar als wär das so furchtbar und „O mein Gott, was musstest du alles tun!“ und bla bla bla, wo ich dann sag Hallo so woa des oba ned. Die woiten ned nua des Göd. Es war nicht alles schlimm. Das würde ich von jemandem erwarten, der was das einfach nicht so darstellt als wäre das der Satan in Person gewesen. Und wir mussten uns da alle nackt ausziehen und herumtanzen. Totaler Schwachsinn. Also das er ungefähr eine Ahnung hat wie sich das alles anfühlt. Und ich würd das schon toll finden wenn er selber ein Sektenaussteiger ist. Und ich find die Psychotherapie sollte leisten, weil es mir persönlich sehr geholfen hat, dass man sich nicht eingelt. Dass man wie gesagt nicht allein ist, dass man schaut das die Leute rauskommen

damit man nicht so viel Zeit hat zum überlegen oder über Kränkungen nachzudenken oder sich wieder versucht in diese Gemeinschaft hinein fühlen zu wollen. Dass die schauen dass das soziale Netz um einen herum funktioniert.

I: Das heißt, die Psychotherapie sollte dich motivieren rauszugehen

IP: Richtig

I: Dir den nötigen Selbstwert geben zu sagen, ich kann das.

IP: Richtig, ja. Das, das würd ich von der erwarten.

I: Gut, ja. Würdest du sagen, dass du jetzt noch Schwierigkeiten hast die du auf deinen Ausstieg zurückführst?

IP: Hm. Ja das habe ich dir eh vorher schon erklärt, ich glaub so Leute wie wir, haben ein extremes soziales Bedürfnis. Also wie gesagt ich kann mir keinen Ex Zeugen vorstellen der was den ganzen Tag zuhause sitzt und Bücher liest. Sondern wir brauchen einfach immer jemanden mit dem wir reden können. Ja, ich glaub das ist unser Fehler wenn man es so annimmt. Obwohl ich auch glaube dass jeder Mensch soziale Kontakte braucht. Fehler! Ich möchte auch sagen das sich noch immer Zeugen erkenne auf der Straße, ja und ich immer ein komisches Gefühl habe wenn ich jemanden sehe wie zum Beispiel jetzt am (Ort) mit Wachturm und Erwacht, ja. Dass sich bei dem Thema Zeugen immer noch aufhorch automatisch. Dass sich eine Zeitlang nur von mir reden konnte, über die Zeugen. Also ich habe mich noch immer irgendwie da integriert, ich weiß nicht warum. Ahm. Dass man das noch immer versucht irgendwie in Schutz zu nehmen falls so einen Schwachsinn kommt wie, wah die dürfen ja überhaupt nichts, und die brauchen ja nur dei Götter und dass ich das noch immer versucht zu erklären dass das nicht so ist. Es ist immer noch ein Teil von mir den ich versuche zu erklären. Was komisch ist weil, der Ausstieg ist ja schon länger her. Und ich könnt mich auch nicht mehr dort hineinfinden. Aber trotzdem versuche ich das noch irgendwie zu beschützen ich weiß nicht warum.

I: Was würdest du einem Menschen der jetzt gerade aktuell aus einer Sekte aussteigt empfehlen?

IP: Das gescheiteste wäre, keine Anrufe entgegennehmen, niemanden aufmachen die Wohnungstür äh, wo man weiß der ist ein Zeuge, ein überzeugter Zeuge, sich nicht von der Familie unter Druck setzen lassen, einfach den Kontakt zu den Zeugen komplett abbrechen. Sich nicht mehr überreden lassen, ja komm trink ma noch einen Kaffee und reden amal kurz, vergiss es, ja. Ich finde das erleichtert nichts, das erschwert alles. Wenn man damit brechen

will, dann muss man das radikal machen und das versuchen ja die Zeugen durch diese sinnlosen stundenlangen Gespräche wieder rückgängig zu machen.

I: Versuchens wieder in die andere Richtung.

IP: Richtig, aber warum hast du dich denn dafür entschieden. Das ist ja nichts dass von heute auf morgen entscheidest sondern du hast dir das ja auch überlegt.

I: Und würdest du sagen, es ist besser das alleine durchzumachen, also so wie du so quasi für sich selbst, oder wäre es schon auch ok Hilfe zu suchen und in Anspruch zu nehmen?

IP: ist das alle Fälle ok, ja. Ich denk ma mal wenn man schon in einem ganz anderen Alter dabei ist, ich mein mit 15, 16 was glaubst du da, da gehört ja sowieso die Welt dir (lacht). Da hat man ja einen ganz anderen Kämpfergeist als wie sag ich mit 30. Wennst schon Kinder hast, die dort auch sind, die dort ihre Freunde haben. Dann ist das wieder komplett was anderes. Und dann würde ich es glaube ich auch sehr wichtig finden wenn man psychologische Hilfe in Anspruch nimmt.

I: Ja, das wars dann eigentlich eh schon, gibt's von deiner Seite her noch irgendwelche relevanten Aspekte die du gerne noch sagen möchtest?

IP: Hm. Ja ich will einfach nur sagen das ich den Glauben jetzt komplett anders sehe als damals ihn die Zeugen. Ich habe mich auch damals, das ist jetzt sicher schon neun Jahre her, da gibt es im Internet so eine eigene Seite mit Sektenaussteigern, da habe ich mich auch viel durchgelesen und da ist mir auch der Knopf aufgegangen das bei den Zeugen viel mit Angst gespielt wird. Man hat Angst vor Harmagedon, man hat Angst nicht zu überleben, man muss das beste geben, ah ja man darf ja keinen weltlichen Einfluss haben. Dass das alles nur ein Schutzmechanismus ist, damit man auch ja dort bleibt. Und das habe ich damals überhaupt nicht so gesehen. Weil es war damals ganz normal dass Harmagedon irgendwann kommt. Und ja halt dass man sein Wort verkünden muss, und quak quak quak, du weißt dass eh alles selber, ja, aber ich hab das nicht so als Angst empfunden. Was ich jetzt im nachhinein aber schon so sehe.

I: Ja, jetzt wo du das ansprichst ist das auch ein sehr interessanter Punkt, hattest du bei deinem Ausstieg Schwierigkeiten mit diesen Ängsten?

IP: Ja also ich hab wahnsinnige Schwierigkeiten, also gehabt die einzige Schwierigkeit die ich heute immer noch hab ist, sollte mit mir ein Unfall sein ich wüsste nicht, ob ich Blut annehme. Ich finde das komisch, aber das ist noch immer in meinem Kopf drinnen. Und ich persönlich will es noch immer nicht, ja, das ist das einzige mit dem ich und am Anfang halt wie meine Mutter gesagt hat, ja du kommst nicht ins Paradies, ich seh dich nie wieder, ich

seh dich nie wieder, du bist für mich gestorben und quak, quak, quak, da habe ich mir schon gedacht, boah, bei allem was ich getan habe was nicht in Ordnung war wie zum Beispiel rauchen, mir gedacht habe, deaf i des jetzt wirklich? Oder der erste Sex dann, oh mein Gott ich hab vorher nicht geheiratet, ist schon immer wieder aufgetaucht in meinem Kopf. Ich hab das aber nicht mitteilen können. Weil wie gesagt ein Außenstehender versteht das nicht. Ich weiß nur, dass ich diesen psychischen Druck sehr wohl mitbekommen habe aber doch meine Unbeschwertheit noch besser verkraften hab können, wie jemand der in einem anderen Alter aussteigt. Oder angenommen ich hätte einen Zeugen geheiratet, pff ich möchte nicht wissen wie dann der Ausstieg gewesen wäre, wenn ich den Partner aufgeben muss eigentlich, ja. Und ich verstehe ja auch warum viele drinnen sind. Weil es ist ja eigentlich schon gemütlich, du siehst dich irgendwo auf die Straße und grüßt dich und du weißt du gehörst zu dieser Gruppe im (Ort) mit 50 Leuten oder 60. Ja, So ist das.

I: Ja dann Dankeschön.

IP: Bitte.

Interview 4

I: Ja also Danke dass du dir Zeit genommen hast für das Gespräch, ich habe dir eh schon kurz erklärt das es in meiner Diplomarbeit um Psychotherapie für Sektenaussteiger geht. Du bist selbst aus einer Sekte ausgestiegen, deswegen sehe ich dich als Experten auf diesem Gebiet und würde dir gerne ein paar Fragen zu den Themen stellen. In dem Zusammenhang interessieren mich vor allem deine Geschichte und Deine Erfahrungen innerhalb der Gemeinschaft. Es wird alles natürlich vertraulich behandelt und bleibt anonym. Es wird um folgende Themenbereiche gehen also um deine Vergangenheit innerhalb der Sekte, dein Ausstieg, deine Bewältigungsstrategien, und deine gegenwärtige Situation. Wenn irgendwas unklar ist, frag bitte einfach nach, alles was du sagst ist wichtig für die Untersuchung es gibt kein richtig oder falsch.

IP: Ok, alles klar

I: Ok, dann fangen wir einfach mal an, mit dem ersten Thema, den Einstieg in die Gemeinschaft. Erzähl mal, wie war das, wie bist du da hineingekommen?

IP: Ja ich bin hineingeboren worden.

I: Mhm. Und wie war das bei deinen Eltern, sind die auch schon in der Gemeinschaft aufgewachsen?

IP: Ähm ja, mein Vater war glaube ich elf oder so, also seine Eltern waren vorher nicht dabei und haben sich dann irgendwie dafür interessiert und deswegen ist er dann auch quasi da mit reingekommen und meine Mama glaube ich ist hinein geboren worden. Das war glaub ich schon bevor sie auf die Welt gekommen ist. Also mein Einstieg war dann sozusagen per Geburt.

I: Sind deine Angehörigen noch Mitglieder?

IP: Sind eigentlich alle noch dabei. Ich weiß nicht ob das jetzt so dazu passt, aber ich weiß von meinem Vater, dass er jetzt auch nicht so der überzeugte Zeuge immer schon war und am Anfang nicht so der Fan davon war. Also auch wie er schon mit meiner Mama zusammen war, hat er auch schon lange Auszeiten gehabt und so wie er, ich glaube 28 war bis 35 oder so war er nicht dabei. Also er war da eher so nicht so überzeugt davon. Also es hat dem anscheinend auch nicht so getaugt, was dann dazu geführt hat das er eliminiert worden ist (lacht) keine Ahnung ich weiß auch nicht wie das genau abgelaufen ist. Und dann wars so, dass meine Mama irgendeine Affäre mit irgendeinem Typen gehabt hat. Ja und vielleicht war das dann auch so der Zeitpunkt dass mein Vater wieder zurück gekommen ist weil er vielleicht meiner Mama zeigen wollte dass er sie liebt oder keine Ahnung aber ich glaub dass das so war, weil ihr das halt wichtig war. Aber warum sie dann eine Affäre hatte weiß ich auch nicht (lacht) also das lassen wir mal offen stehen.

I: Also ok, das heißt dein Vater war dabei, ist dann wieder weg gegangen und wieder zurückgekommen wegen einer Situation die nicht sehr Ideal für die Beziehung mit deiner Mutter war.

IP: Ja genau.

I: Wie lang ist denn dein Ausstieg jetzt her?

IP: Boa das sind Fragen, das ist schwer. Ich glaube sechs, sieben Jahre oder so sieben oder sechs keine Ahnung weiß ich nicht genau. Also meine endgültiger Ausstieg, da war ich 22 Jahre alt.

I: Was hat denn damals den Impuls zum Ausstieg gegeben?

IP: (3 sek Pause) ich hab halt einfach keine Lust mehr gehabt, dass war jetzt kein so ein, also kein Erlebnis dass ich hatte. Ich hab halt einfach, ich dachte mir einfach es ist an der Zeit glaube ich da mal einen Schlussstrich drunter zu ziehen weil ich keine Ahnung keine Lust mehr hatte da dreimal, viermal in der Woche in die Versammlung zu gehen.

I: Und hast du irgendwelche Erwartungen dran gehabt?

IP: Nein also Erwartungen habe ich keine dran gehabt, also außer dass ich mich vielleicht freier fühl oder keine Ahnung selber entscheiden kann was ich am Freitag Abend mache und nicht mich angewandln muss nach der Arbeit und irgendwo hinfahren muss.

I: Und wie war das dann so für dich, hast du Schwierigkeiten gehabt mit denen du gekämpft hast?

IP: Also in welche Richtung?

I: In jegliche Richtung eigentlich, also hattest du zum Beispiel Schwierigkeiten Alltag oder psychische Schwierigkeiten?

IP: Nein also eigentlich nicht, ich habe Glück gehabt in der Arbeit wo ich war äh da waren ein paar sehr nette Leute mit denen ich noch immer Kontakt habe und von daher war es nicht so schwer für mich, irgendwie Anschluss zu finden oder so. Und dadurch, ja ich bin eh viel mim (Name) unterwegs und der war ja auch, ja ich mein der is nie so wie ich dabei gewesen offiziell, von dem her war es jetzt nicht so schlimm, dass ich mich alleine gefühlt hätte und nicht mehr gewusst hätte wo. Und ich hatte auch Rückhalt von meiner Schwester, die ja vor mir schon abgehaut ist. Also (Name, Name) und der (Name) und Arbeitskollegen eigentlich auch das hat eigentlich gepasst. Also Schwierigkeiten habe ich nie gehabt, aber ich bin einfach sehr Zornig auf das ganze. Keine Ahnung ist unfair jemanden einfach sein Leben zu verbauen nur weil man jetzt zufällig das Kind von (Name) und Name) ist. Das finde ich halt hart weil einem vielleicht viele Freundschaften entgangen sind weil man halt nicht überall mitmachen konnte oder weil man nicht das macht was die anderen Leut machen. Oder ein übertriebenes moralisches Bewusstsein hat und deswegen einfach nicht leben kann. Oder Blödsinn machen kann weil man immer nachdenkt. Ja.

I: Also das heißt du warst sehr zornig.

IP: Ja, ich wollte sogar die Versammlung anzünden (beide lachen). Das wär cool gewesen. Ja. Natürlich hätte ich niemanden verletzt, so bin ich nicht, aber so ein kleiner Brand wär schon cool gewesen (lacht). Ja und Schuldgefühle hatte ich vielleicht nur so meinen Eltern gegenüber, weil sie halt von mir etwas erwartet haben was ich Ihnen nicht geben konnte. Das war am Anfang sehr schwer, weil ich sie lange nicht gesehen habe eigentlich oder sehr wenig Kontakt zu Ihnen hatte. Die ersten paar Jahre.

Der Kellner serviert das Essen, ca. 15 min Pause.

I: Ja ok, also wir waren bei den psychischen Schwierigkeiten nach dem Ausstieg, du hast erwähnt, dass du sehr zornig warst und Schuldgefühle deinen Eltern gegenüber gehabt hast.

IP: Ja, sonst weiß nicht welche Schuldgefühle kann man noch haben?

I: Ja keine Ahnung, manche haben ein schlechtes Gewissen weil sie noch dran glauben oder so.

IP: Ach so nein überhaupt nicht habe ich eigentlich nie. So wirklich. (lacht).

I: Hast du irgendwie auch mal professionelle Hilfe gesucht oder so?

IP: Nein hab ich nicht, was vielleicht schlecht war, aber ich habe immer gedacht das ziehe ich alleine durch.

I: Hast du das ganz bewusst so entschieden, oder war das einfach so?

IP: Nein ich hab mir das ganz bewusst gedacht. Ich war mir aber schon dessen bewusst das man sich helfen lassen kann aber das bin ich vom Typ her eher nicht, ich lass ma nicht helfen, wenn dann mach ich das selber (lacht).

I: Und hat sich nach deinem Ausstieg etwas verändert, also was war anders in deinem Leben?

IP: Hm. Was war anders in meinem leben. Naja also ich weiß es nicht, ich hab halt irrsinnig viel Kontakt zu meinen Arbeitskollegen damals gehabt und wir sind viel unterwegs gewesen und so und ich musste kein schlechtes Gewissen haben wenn ich jetzt keine Ahnung bis vier in der früh noch was trinken bin. Ich hab's einfach gemacht und das war irgendwie so man hat tun und lassen können was man mag und es schaut dich keiner schief an in der Versammlung weil du nicht da warst oder so es war einfach wurscht. Ja und man musste sich nicht mehr die ganze Zeit irgendwelche Predigten anhören wo man nicht mehr danach leben, vielleicht die Werte nicht schlecht findet, aber jetzt nicht unbedingt das darfst und das darfst nicht und immer in diesem strengen Regelwerk drinnen sein. Das ist halt weggefallen.

I: Und hast du jemals, ich sag jetzt mal, ein Jahr oder zwei Jahre danach jemals daran gedacht, wieder zurückzugehen?

IP: (3 sek Pause) Nein eigentlich nicht.

I: Ok. Was waren denn so deine Bewältigungsstrategien um mit dem erlebten umzugehen?

IP: Party. Also eigentlich andauernd und ich war nie zu Hause. Also im ersten Teil war ich nie zu Hause. Also ich war eigentlich alle zwei Tage immer unterwegs, bis zur Schlafenszeit. Und dann einfach pennen gehen und arbeiten und im zweiten Teil habe ich dann einfach

zum WOW (Anm. C.G. World of Warcraft) spielen begonnen und WOW gespielt quasi zur Ablenkung.

I: Also du hast dich dann eigentlich in eine andere Welt geflüchtet.

IP: Ja, sozusagen. Genau ja. Ja und sonst hatte ich meine Schwester und ihren Freund bei denen war ich auch oft am Wochenende oder so, waren wir immer dort. Haben zusammen irgendwas gemacht, Film geschaut oder war eigentlich ur oft dort, ja. Die haben halt viel mit mir unternommen und so, also von dem her.

I: Was waren die Gründe, dass du keine Psychotherapie in Anspruch genommen hast?

IP: Hm. Naja (2 sek. Pause) ich glaub, ich weiß nicht, ich wollt das einfach alleine bewältigen. Ich weiß zwar nicht warum genau aber, ich steh auf Herausforderungen. Na ich hab ma einfach gedacht, jetzt bin ich ausgetreten jetzt muss ich auch allein damit klar kommen. Das ist eigentlich so, also jetzt im Nachhinein betrachtet ist das eigentlich so, ich glaub mir, ich hätte mir vielleicht leichter getan oder es wär irgendwie keine Ahnung, was dann, wie ich dann wär vielleicht wäre ich ganz anders jetzt, aber es ist halt so gewesen. Also ich hab mich da eigentlich ganz bewusst dagegen entschieden, auch weil, keine Ahnung ich rede nicht so gern über mich wenn ich ehrlich bin. Also von daher ist es mir nicht so angenehm da jetzt zu einem komplett Fremden zu gehen und da jetzt über irgendwas zu sprechen, ich weiß nicht.

I: Also hättest du dir eine Psychotherapie gewünscht?

IP: Im Nachhinein jetzt schon, vorher nicht weil irgendwie für mich, ich habe nicht mal dran gedacht wenn ich ehrlich bin. Ich war eher so Einzelkämpfer mäßig.

I: Wenn du jetzt sagst, im Nachhinein hättest du schon gern eine gehabt, welche Erwartungen hättest du dann an eine Psychotherapie?

IP: Das ist eine schwere Frage wenn man noch keine hatte

I: Ja. Was stellst du dir so vor, wenn du daran denkst?

IP: Naja, Hm (3 sek. Pause). Was vielleicht nicht schlecht ist, obwohl ich vorher gesagt habe das ich mit niemanden wildfremden reden will, ist vielleicht auch nicht schlecht mal mit jemanden zu reden der das ganze wertfrei sieht was man ihm erzählt und man das alles einfach so loswerden kann. Was ein sehr großer ist, weil der bewertet dich jetzt nicht welche Worte du wählst oder was du sagst, das ist ihm Scheißegal, und der kennt auch deinen Hintergrund vielleicht nicht so, weil man einfach so jemand erzählen kann und der hört zu.

I: Also einfach drüber reden was du gerade erlebst.

IP: Genau.

I: Welche Hilfestellungen waren dir zum Zeitpunkt deines Austritts besonders wichtig?

IP: Keine Ahnung dass ich voll cool war und der stärkste Schami der Welt war obwohl es eine schwache Klasse war. Ich weiß nicht das hat mir irgendwie getaugt weil ich auch mal was zsam bracht hab sozusagen. Obwohls fiktiv im Endeffekt war aber. Und ich habe bewusst eine Klasse gespielt die schwach ist oder die nicht sehr repräsentiert war weil sie einfach zu schwach gechalenged war von den Herstellern. Aber dann habe ich mit denen umso größeren Erfolg gehabt weil ich mich da rein gebissen hab. Weil alle geschaut haben ahm aha ok es gibt das und das was du erreicht hast während des Spiels und das Team besiegt hast obwohl der stärkere Schami der stärkste ist normalerweise aber das war eigentlich nicht so. Ja und das hat mir dann auch dabei geholfen zu sagen dass wenn man etwas konzentriert macht und dabei bleibt, es dann auch schafft. Wenn man auch dahinter ist und ahm ja irgendwie Regeln sozusagen. Weil im Prinzip alle die das Spiel spielen würden das nicht machen weil das viel zu mühsam ist sozusagen oder quasi fast unmachbar und allein auf dem Ziel steht der andere ist besser, ja. Aber ich bin halt irgendwie gegen starre Regeln und Verbote und obwohl es mir am Sack gegangen ist, hab ich das auch durchgezogen. Obwohl ich das vorher wusste bevor ich das angefangen hab das es zach wird aber stunden stunden stunden.

I: Hast du eine Herausforderung gesucht.

IP: Ja immer.

I: Was hättest du für Erwartungen an einen Psychotherapeuten der auf Sektenaussteiger spezialisiert ist?

IP: 5 sek Pause. Ähm naja ich würd sagen, er muss irgendwie aus irgendeiner Richtung sagen wirs mal so, Erfahrung aus erster Hand haben weil sonst weiß er nicht worüber er spricht. Das heißt er muss selber mal bei irgendeiner, was auch immer für eine Sekte gewesen sein, aktiv weil sonst weiß er nicht worum es geht meiner Meinung nach. Du kannst nicht zu irgendeinem gehen, kann man sich halt schwer vorstellen wie das ist wenn man bei sowas ist und irgendwie in so einer Gruppe ist und ich glaub das ist sehr wichtig eigentlich. Weil keine Ahnung ich geh ja auch nicht zum Billa wenn ich meine Waschmaschine repariert haben will. Und der sich in der, was ich halt auch wichtig find glaube ich, der sich in der Terminologie auskennt. Ich mein natürlich der kann nicht bei jeder Sekte gewesen sein, logischerweise, aber der muss sich halt auch im Prinzip damit beschäftigt haben worum es

da geht, was machen die genau, wie läuft das ab wie sprechen die oder so. Weil wenn man das erst alles erklären muss ist das ur mühsam.

I: Gibt's jetzt noch Schwierigkeiten die du auf deinen Ausstieg oder deine Zeit in der Gemeinschaft zurückführen würdest?

IP: Schwierigkeiten. Ja ich nehm alles viel zu ernst eigentlich, also keine Ahnung wenn ich jetzt mit irgendwem red und der macht keine Ahnung, manchmal reden Leute halt einfach irgendwas und ich nehme alles immer viel zu ernst. Und ich beurteile das alles immer ich glaub das geht darauf zurück auf diese andauernde, andauernden Vorträge und dass das immer alles, das ist immer so in Stein gemeißelt gewesen, das ist jetzt so da war eigentlich nie ein Dialog da oder man hat nicht darüber diskutiert find ich. Im Wachturm steht das drinnen und was im Wachturm steht ist so. So ist das. Und wenn Menschen jetzt irgendwas sagen, dann merkt ich mir das und das ist so, dass kategorisiere ich dann für mich so ein und die sind dann so, ja. Ja das ist so dieses schwarzweiß denken, das ist ziemlich schlimm eigentlich. Also das kommt immer so auf die Situation darauf an, wann jemand etwas sagt und man muss nicht deswegen ein schlechter Mensch sein oder wie auch immer. Ich mag manchmal Leute nicht weil sie etwas sagen, ich seh die das erste Mal, dann sagen die etwas und dann sind sie schon für mich gestorben. Ganz schlimm. Also das macht mir noch immer zu schaffen und wird wahrscheinlich auch so bleiben. Nehm ich mal an.

I: Was würdest du einem Menschen der jetzt aktuell aus einer Sekte aussteigt empfehlen?

IP: Also ich würde jedem empfehlen es nicht so wie ich zu machen, sondern in eine Therapie zu gehen ist wahrscheinlich viel sinnvoller. Als es nicht so zu machen wie ich, weil ich glaub es zieht sich, bis man vielleicht damit abgeschlossen hat, es zieht sich vielleicht länger, wenn man es allein probiert weil man sich selber nicht dieselben Fragen stellt wie jemand der da ein Profi ist.

I: Ja, passt. Gibt's von deiner Seite noch was, was du noch erwähnt haben möchtest?

IP: Ähm. Nein. (lacht) Ich glaub. (2 sek. Pause) Steigen Mormonen auch aus?

I: Mormonen ja. Eigentlich ist das sehr ähnlich wie bei den Zeugen. Aber da habe ich leider nicht so viel Einblick. Aber es gibt dieses Netzwerk Sektenaussteiger im Internet und da sind Mormonen und Zeugen Jehovas drinnen.

IP: Ah Ok. Hm.

I: Ok dann Danke für deine Offenheit.

IP: Ja ich bin halt immer sehr kurz und prägnant.

I: Das war perfekt.

Interview 5

I: Ich bedanke mich erstmal für das Interview. Ich habe dir ja eh schon gesagt worum es ungefähr geht in der Arbeit, also um Psychotherapie für Sektenaussteiger. In dem Zusammenhang interessiert mich halt deine persönliche Geschichte, und deine Erfahrungen in der Zeit und in der Zeit danach, dem Ausstieg. Ja, weil ich nicht so schnell schreiben kann nehme ich es auf, die Aufnahme brauche ich dann für die Auswertung der Interviews das bleibt alles anonym und wird vertraulich behandelt. Also es geht um folgende Themenbereiche. Deine Vergangenheit in Bezug auf den Einstieg in die Gemeinschaft, deinen Ausstieg, was waren deine Bewältigungsstrategien, welche Hilfe und Unterstützung hattest du bei der Bewältigung und um deine jetzige Situation, also ob du noch Schwierigkeiten hast. Falls eine Frage unklar ist frage bitte einfach nach. Es gibt kein richtig oder falsch du kannst alles erzählen das kann ich alles gut brauchen für die Auswertung.

IP: Mhm

I: Ok gut. Dann fangen wir mal mit der Vergangenheit an. Also erzähle erst mal einfach wie das war, wie bist du in die Gemeinschaft gekommen, wie war das damals?

IP: Ich bin rein geboren, d.h. ich bin schon so aufgewachsen und seitdem ich mich erinnern kann war halt also war die Teilnahme also an den Versammlungen. Das war schon seit dem ich mich erinnern kann Teil meines Lebens.

I: Sind deine Angehörigen auch Mitglieder?

IP: Ähm, meine Mutter und ihr jetziger Mann, also mein späterer Stiefvater auch. Mein leiblicher Vater nicht, also er war es nie und das war eigentlich ja also ich mein diese Differenzen zwischen meinen Eltern waren auch der Grund warum sie sich dann geschieden haben.

I: D.h. das wäre dann irgendwie auch schon meine nächste Frage, ob es zum Zeitpunkt beim Einstieg deiner Mutter besondere Probleme gegeben hat, dass sie dann Zuflucht gesucht hat in der Gemeinschaft.

IP: Das kann ich nur aus ihren Erzählungen heraus rekonstruieren, also (2 sek. Pause) bei ihr war es so, dass sie auch in einem religiösen Haus aufgewachsen ist, also sie, ihr Vater

war sehr religiös auf die Bibel bezogen und sie hat halt auch das christliche Weltbild gehabt, aber in der Zeit wo sie dann angesprochen wurde. Sie wurde an der Tür angesprochen beim Haus zu Haus Dienst und das war zu einer Zeit wo sie sich halt gedacht hat es muss mehr gehen im Leben. Und ja von einigen ihrer Erzählungen weiß ich auch schon das sie geglaubt hat es gibt einen Teufel und so. Und sie hat mir einmal erzählt, dass sie einmal krank war, und aufgewacht ist und sich nicht bewegen konnte und halt gemeint hat das ist jetzt der Teufel und so. Ich glaube dafür gibt es auch eine Diagnose in der Psychologie. Eine Hypnagoge Halluzination, oder so kann man das glaube ich erklären. Das einfach ein Phänomen das jedem von uns passieren kann das einfach wenn man aufwacht vom Schlaf.

I: Ah Ja die Realität nicht trennen kann vom der

IP: Genau, genau und das Nervensystem das nicht, also das sind dann so wo dann halt Leute auch glauben Sie sind Außerirdischen entführt worden.

I: Und das war dann halt der auslösende Moment für sie also irgendwie so.

IP: Naja ich denk schon, das dürfte sicher eine Rolle gespielt haben. Ich glaube es war in einer Phase in der sie Sinn gesucht hat im Leben und jedes Erlebnis was sie halt ihrem Weg mit bestärkt hat in ihrem Leben und in ihrer Ansicht dass sie halt jetzt irgendetwas tun muss .

I: Ja du warst damals noch nicht auf der Welt oder war sie schon Schwanger mit dir.

IP: Kurz davor war das glaube ich.

I: Wie lange liegt dein Ausstieg jetzt zurück?

IP: 2007. fünf Jahre. Ja ich war 21 als ich ausgestiegen bin, ich habe mich mit 17 taufen lassen aber ich war de facto schon länger also schon länger als getaufter irgendwie aktiv.

I: War das deine Entscheidung?

IP: Es war schon meine Entscheidung, aber es war halt üblich. Meine Freunde haben sich zu der Zeit halt auch taufen lassen. Es war halt Lauf des Lebens. (lacht)

I: Hast du dich damals von Herzen taufen lassen?

IP: Ja ich war schon überzeugt, ich war schon überzeugt.

I: Was hat damals den Impuls zum Ausstieg gegeben?

IP: Na ja es waren die Lebensumstände zu der Zeit wo ich mich dann verliebt hatte und sich dieses Verhältnis dann nicht vereinbaren ließ. Meine Freundin, meine jetzt noch immer Freundin, meine jetzige Lebensgefährtin, die Beziehung wollte ich dann, habe ich am Anfang

geheim gehalten, weil ich (2 sek. Pause) es war eine unangenehme Situation, aber es ist dann später schon raus gekommen. Und dann habe ich auch einen Druck verspürt von seiten der Ältesten, dass das halt nicht geht weil ich eine Vorbildwirkung hab.

I: Hattest du irgendwelche Ämter in der Versammlung?

IP: Ich war kurz davor Dienstadtgehilfe zu werden, aber naja sagen wir so, das ganze, der Ausstieg war damals so, als ich die (Name) kennen gelernt habe. Und zwar habe ich da schon was Verbotenes gemacht unter Anführungszeichen indem ich mit einem Studienfreund fortgegangen bin und dort habe ich sie dann kennengelernt. (3 sek. Pause) Aber ich bin fortgegangen da ist mir nicht so gut gegangen, also das war auch Liebeskummer, und ja da ist mir ziemlich mies gegangen emotional war halt dann so äh ja. Naja das sollte halt der Versuch werden mich aufzumuntern, dann sind wir fortgegangen und dann hab ich sie kennengelernt. Ja (lacht) also auf lange Sicht gesehen und kurzfristig auch ja war das erfolgreich. Naja wie war das dann (2 sek. Pause) war ich weiß nicht was da jetzt noch kommt.

I: Erzähl einfach.

IP: (3 sek. Pause) Ja es war dann so, dass halt diese unerwünschte Beziehung, oder nicht gerne gesehene Beziehung, dann halt doch bekannt wurde und ich eben dann konfrontiert wurde und (2 sek. Pause) es war so der Druck dass ich doch die Beziehung beenden sollt, weil ich schon fast eine Vorbildwirkung hätt, und ich sonst halt alle Vorrechte abgeben muss die ich hatte, also Vorrechte unter Anführungszeichen. Ich hab halt schon gebetet während den Zusammenkünften, und während der Dienstzusammenkunft auch schon Ansprachen, also Programmpunkte gehabt, also eigentlich unüblich jetzt im Nachhinein gesehen da das eigentlich nur Dienstadtgehilfen machen durften. Aber wir hatten halt äh Personalmangel (lacht). Dann habe ich das halt auch gemacht oder machen dürfen. Das war dann halt so, ich soll das doch alles überdenken und irgendwann hat mir dann der VA, Vorsitzführende Aufseher sogar ein Ultimatum gesetzt, er hat mir einen Zeitpunkt sogar genannt wann ich die Beziehung beenden soll, oder. Und ich hatte einen inneren Konflikt zu der Zeit, weil ich ja doch noch überzeugt war von der Richtigkeit, vom Weltbild, aber andererseits doch meine Gefühle für die (Name) zu stark waren. Ich erinnere mich noch genau als sie dann zu mir gesagt hat ob Gott nicht will das ich sie lieb, das war halt dann, das hat mich dann längere Zeit beschäftigt und hab mir dann gedacht ich möchte jetzt keine Entscheidung treffen die dann in irgendeiner späteren Lebensphase bereuen würde. Das war dann der Zeitpunkt wo ich mich dann, ja das war irgendwie so ein wie ein übertreten der Schwelle eigentlich und habe mir dann gedacht ist scheiß egal was alle von mir denken, und ich will jetzt Distanz haben und ich hab mich da noch nicht entschieden gehabt ob ich von den Zeugen weg bin,

weil ich wie gesagt nach wie vor noch überzeugt war von der Richtigkeit, aber das war so ein erstes Abstand gewinnen und reflektieren und in mich gehen. Was will ich jetzt wirklich, und egal welche Entscheidung ich jetzt treffen muss es meine eigene Überzeugung sein.

I: Also du hast das eigentlich sehr bewusst gemacht, du hast dir bewusst Zeit genommen für die Entscheidung.

IP: Ja also es war irgendwie ich hatte das Gefühl ich bin jetzt, ich stehe jetzt an der Wand und ich verspüre den Druck von Seiten der Versammlung dass ich etwas machen muss. Aber ich war so an dem Punkt an dem ich sag, aus habts mich gern. Es ist mir egal was ihr jetzt sagt, oder denkt. Zu der Zeit habe ich dann auch angefangen eher seltener in die Zusammenkünfte zu gehen. Hab dann halt mehr Sachen gemacht die mir, also wichtiger erschienen sind. Es war eine ziemliche gehetzte Zeit zu der Zeit weil, durch mein Studium war ich auch recht angespannt. Ich hab halt, ich bin nach Hause gekommen hab meine Studiensachen erledigt, hab mich angezogen. Das war so richtig so ein, wie sagt man so ein lauf so ein Hamsterrad. Wo ich nicht einfach nimm wirklich denken und halt einfach meine Aufgaben so Schritt für Schritt erledigt habe. So schlafen gehen, aufstehen, schlafen und fängt von vorne an. Das war dann so die Zeit wo ich so angefangen hab, nein ich ruh mich jetzt aus ich kann nicht mehr, ich möchte mir jetzt Zeit für mich nehmen. Und das war auch die Zeit wo ich dann den Mut gehabt hab, dann halt auch äh über die Gemeinschaft selber zu lesen auch so. Das war dann mehr oder weniger zufällig das ich dann auch über Abtrünnigen-Literatur wie das so schön heißt, gestolpert bin (3 sek Pause) was halt voll ein Tabu war. Ich hatte dann schon, wie ich mir das dann angeschaut hab, hab ich schon auch immer ein schlechtes Gewissen gehabt, ich hatte das Gefühl das ich irgendetwas Verbotenes mach, aber letztendlich habe ichs dann doch gemacht.

I: Das Buch hat dir dann weitergeholfen?

IP: Geholfen? Es war schrecklich.

I: OK es war schrecklich.

IP: Es war schrecklich es war ich meine, du liest Sachen von denen du vorher nichts gewusst hast. Und es war befremdend. Ich hab dann auch dieses Buch gelesen von Raymond Franz, also zumindest Passagen weil das Buch selber hatte ich nicht und das hat man auch nicht kaufen können zu der Zeit, weil es auf Amazon ausverkauft war und sonst hab ich nicht gewusst wo ich es herkriegern sollt, weil es einfach nicht mehr aufgelegt wurde. So 2000, kurz vor 2007, (3 sek Pause) ich mein es waren so ich glaub es waren so Passagen wie Kapitel elf und zwölf, wo er dann beschreibt über seinen Ausstieg, halt über diese Treffen und die Meetings der leitenden Körperschaft, wie das da vor sich ging. (5 sek.

Pause) Genau weiß ich gar nicht mehr. Auf jeden Fall, das was ich gelesen hab war, ich weiß nicht, soll ich das jetzt glauben? Aber wenn es stimmt, dann ist es doch irgendwie komisch, es war irgendwie (3 sek. Pause) irgendwie komisch.

I: Und hast du dann in der Zeit psychische Schwierigkeiten gehabt?

IP: Also in der Phase, also vor dem Ausstieg, ich mein das ganze, hat sich in einem relativ kurzen Zeitraum abgespielt, ich mein es war, von November 2006 (3 sek. Pause) also eigentlich Anfang, nein Oktober wars, Oktober (2 sek. Pause) wo es mir so schlecht gegangen ist und im April 2007 bin ich schon ausgestiegen. Also es war recht, recht dicht alles, dicht bei einander. Und die Zeit die ich mir dann halt frei genommen hab, von den Zusammenkünften hab ich mich dann halt aktiv mehr damit befasst mit der Geschichte der Zeugen und das ist dann eigentlich das was ich von klein auf, also wo ich da drin bin. (5 sek. Pause) Und es war, es war nicht weniger Stressig weil ich zu der Zeit halt in der Versammlung selber nicht, nicht den Anschein machen wollt das ich jetzt weg bin vom Fenster, sondern ja noch da bin und es halt nicht leicht ist und zeitlich, halt zeitlich sehr beschränkt bin, eingeschränkt bin, was auch stimmte, weil ich mich, also sehr viel Zeit dafür aufgewendet habe, mich zu beschäftigen mit den Zeugen (3 sek. Pause) aber je mehr ich mich halt beschäftigt hab, ich mein in der Zeit hab ich dann auch Kontakt aufgenommen mit dem (Name eines Ausstiegsberaters), weiß nicht ob du den kennst ?

I: Ja, vom hören.

IP: Der hat mich dann auch verwiesen auf die Gesellschaft gegen Sekten und Kultgefahren, von dem hab ich dann auch das Buch „Der Gewissenkonflikt“ bekommen, was ich dann auch verschlungen hab, der hat viel Zeit für meine Beschäftigung mit der Literatur aufgewendet und je mehr ich davon gelesen hab, desto mehr ist dann quasi das Gefühl in mir entstanden, mein Weltbild bricht zusammen und ich verliere jetzt den Boden unter den Füßen. Aber es war die Neugier dann doch größer als die Angst davor, es war auf der einen Seite mehr, wenn ich jetzt so zurückdenke, (6 sek Pause) das Gefühl da jetzt etwas verbotenes zu machen und das hat sich dann aufgelöst mit der Zeit in ein Gefühl, ok ich muss da raus. Aber ich muss das so machen, das ich, also ich hab gewusst es gibt keinen eleganten Abgang. Aber ich habe mich doch vorbereitet, ich habe ja einen Ausstiegs, eine Ausstiegserklärung geschrieben. Ich hab da auch sehr viel Zeit investiert, das alles zusammen zu schreiben und zwar wirklich darauf vorbereiten, in der Zeit wo ich das halt vorbereitet habe, hat halt doch dann niemand geahnt, dass ich da raus gehe, da raus will.

I: Achso das war für die alle dann ziemlich erschreckend, irgendwie

IP: Es war überraschend, ja. Ich habe gewusst, wenn ich sage ich habe jetzt meine Zweifel, dann werde ich sofort, schwupp, in den Herdengriff, ich weiß nicht wie soll ich sagen, also wenn ich meine Zweifel kundtue, den anderen gegenüber, und halt aktiv dann bearbeitet, das wollte ich eigentlich vermeiden. Also habe ich, ich war sehr berechnend (lacht) also ich habe alles gut kalkuliert. Aber es war schwierig, es war wirklich schwierig also es war ??? nicht leicht. Also ich war selbst nach meinem Ausstieg, war ich noch sehr gläubig, wenn ich jetzt vorwegnehme, dass ich jetzt eigentlich nicht mehr gläubig bin, ich hab schon noch geglaubt an das konkrete Christentum, dass es gut und richtig ist, aber der Weg den die Zeugen gehen, ein falscher ist. (3 sek. Pause) Eben auch mit der Beschäftigung mit der Geschichte der Zeugen, so der Gründer, der Russell, ich mein was der gepredigt hat, das war ja die absolute Wahrheit da gibt es ein Zitat, ein Wachturm glaub ich ist das, wenn man nur seine Literatur liest, also wenn man die Bibel liest aber nicht seine Literatur, dann kennt man die Wahrheit nicht oder kann sie nicht sehen. Aber wenn man nur seine Literatur liest und die Bibel nicht, dass man ein volles Verständnis hat für die Wahrheit. Und ich mein der wird ja heute noch sehr hoch verehrt. Also er wird nicht verehrt von den Zeugen aber er wird halt doch als wie soll ich sagen, als Pionier und als Vorbild gesehen. Also sozusagen, dass er was gutes gemacht hat und wenn man seine Literatur liest dann versteht man das das eigentlich kompletter Blödsinn war was er geschrieben hat und hat sich eigentlich nur verschlechtert mit seinem Nachfolger dem Rutherford. Das ist halt der, wo ich mir, den ich mir halt so richtig als Sektenguru vorstelle.

I: Würdest du sagen, dass dieses ganze Nachforschen eine Art Bewältigungsstrategie war, damit du aus der ganzen Sache rausfindest?

IP: Ja schon, aber es war auch, (3 sek. Pause) es war, nicht nur eine Bewältigungsstrategie sondern (5 sek. Pause) also nicht in dem Sinne das ich jetzt raus rausgehe mit der Sekte abschließe und dann quasi mir so schlecht geht und ich mich dann erst dann damit beschäftige, sondern ich hab mich schon vorher damit beschäftigt und das hat mich dann in der Überzeugung bestärkt, dass ich rausgehe. Also das ich nicht dem nachhänge quasi ob das jetzt Bestrafungen sind, das jetzt der Kontakt mit mir eingeschränkt ist, die sozialkontakte abbrechen und so und das ich dann trotzdem glaube es ist die Wahrheit sozusagen und das war halt eine Bestärkung dass das nicht die Wahrheit ist und ich deshalb raus muss.

I: Was hat sich nach dem Ausstieg dann für dich verändert?

IP: Ja also ich hab schon gewusst, also das der Kontakt mit mir abgebrochen wird, von allen Seiten, ähm was ich schon bedauere weil ich mein, ich hab auch also meinen besten Freund damals, den habe ich auch nicht eingeweiht ich habe ihm nur, wie wir gechattet haben, weil

er ist aus (Ort) also ich bin ursprünglich auch aus (Ort) bin aber dann fürs Studium nach (Ort) gezogen. Und wir haben halt jeden Tag immer gechattet so, quasi immer wenn wir vorm Computer gesessen sind, waren wir in Verbindung. Und da habe ich ihm damals halt so quasi angedeutet, dass da halt manche Sachen nicht stimmig sind. (3 sek. Pause) Ja aber ich mein, ich hab dann schon gemerkt das er da nicht wirklich drauf einsteigt oder es halt nicht überreißt, ich wollt auch nicht offen ansprechen drauf, weil mir klar war, das er nicht aufhören wird. Weil es ist eine große Familie gewesen aus der er kommt, wo halt alle oder fast alle irgendwie drinnen waren und er auch erst unlängst Dienstadtgehilfe wurde, also da voll mitgenommen wurde zu diesen Schulungen und so, und da war mir klar, das er da nicht raus kann. Ja ich habe im letztendlich auch eine Kopie von dieser Erklärung geschickt, also eine personalisierte. Also ich habe das nicht wahllos ausgeschickt, sondern nur den Leuten die mir halt im engeren Kreis was bedeuten. Denen hab ich dann quasi auch noch was zusätzlich geschickt, persönlich. Ja das hat mir wehgetan, vor allem weil er im darauffolgenden Sommer Heiraten wollte und ich dann Trauzeuge werden sollte, das war halt schon ein bisschen bitter. Aber ja, dass war mir dann untern Strich wichtiger, das ich da draußen bin. Und ja, mein Umfeld habe ich bewusst verändert , ich bin dann zu meiner Freundin gezogen, zu ihren Eltern eigentlich weil sie noch keine eigene Wohnung hatte, aber sie haben mir angeboten dass ich zu ihnen ziehen kann und das habe ich angenommen. Weil ich ja, ich wäre halt alleine in der Wohnung gewesen, also in meiner alten Wohnung und ober mir hat eine ältere Schwester gewohnt und die hat halt immer regelmäßig Besuch gehabt auch von allen. Und ich habe mich von ihr verabschiedet, also sie hat eigentlich schon als erste gewusst von meinem Ausstieg. Weil ich mit ihr als aller erste geredet habe und es war schon traurig, aber es war klar, das das ich da weg muss. Auch wenn es schwierig ist und die Leute dir dann von einem Tag auf den anderen nicht mehr Hallo sagen. Da hab ich mich dann bewusst dafür entschieden, dass ich meine Umgebung ändere.

I: Und hattest du dann Hilfe von Freunden und Verwandten?

IP: Ja ich bin eine Zeitlang zur GSK gegangen, weiterhin, hab mich aktiv auch in diesem Sektenforum beteiligt, ich mein jetzt bin ich nicht mehr aktiv weil es nicht mehr, Forum Sektenausstieg, kennst du das?

I: Jaja

IP: Hab mich auch beteiligt in der Studivz Gruppe, also auch aktiv Beiträge gepostet, also auch eine Zeit lang dann nicht aufgehört, also es war dann nicht so, dass wie ich draußen war aus der Gruppe mich dann nicht mehr beschäftigt hätte damit, also mit der Literatur, also ich meine das habe ich schon gemacht, weil es doch ein, noch immer ein Teil von mir war, aber halt in einer anderen Form. Ähm. Ich hab meinen Freunden, nicht gewusst haben, dass

ich bei den Zeugen bin, hab ich gesagt das ich bei den Zeugen bin, oder war. Vor meinen Ausstieg hab ich gesagt, dass ich da noch drinnen bin, dass ich aber rausgehe jetzt.

I: Also du hattest auch wie du noch bei den Zeugen warst Kontakte zu Außenstehenden.

IP: Ja meine Studienkollegen, die haben nicht gewusst, das ich Zeuge bin. Mir war das peinlich, ich weiß zwar nicht warum, aber. Ja vor allem es ist, ich mein selbst wenn ich sage ich war überzeugt von dem Weltbild, also die ganze Zeit, hab ich doch manchmal so überlegt, ich mein ja, was ist eigentlich wenn das doch nicht stimmt. Ich mein wirklich so, mit 17 wie wir in der Schule also 1984 von George Orwell gelesen haben. Das ist mir sehr ähnlich vorgekommen, also quasi wenn jemand etwas falsches sagt, man gleich zu den Ältesten rennen muss und. Also ich hab dann wieder dran erinnert zur Zeit meiner Loslösung, ich hab auch mit meinem, also (Name) meinem damals besten Freund, quasi auch das Buch empfohlen und auch den Film, weil wir waren eigentlich begeisterte Kinogehrer und wir haben eigentlich immer den selben Geschmack gehabt und so, so für diese Außenseiter Filme. Und wie haben auch diskutiert darüber und und ich hab gehofft das das dann auch irgendwie, das er assoziiert dass das irgendwie sehr enge Strukturen sind, totalitäre Strukturen, aber ja. Bei ihm hats nicht funktioniert. Auf jeden Fall, ja es war mir unangenehm. Ich wollte auch unter meinen Studienkollegen nicht als der Bibelfreak gelten. Ich mein auch wenn ich nicht mitgemacht habe bei den Feiern und so, bei den Partys. Glaub schon ich hab mehr so dieses Konservative Image gehabt, aber halt nicht dieses Zeugen-Bibel-Kind Image. Äh ja, also das hab ich nicht an die große Glocke gehängt. Einem Studienkollegen hab ich es dann einmal erzählt. Aber auch eher so nebenbei.

I: Hast du zum Zeitpunkt deines Ausstiegs professionelle Hilfe, wie zum Beispiel eine Psychotherapie in Anspruch genommen?

IP: Nein aber ich war bei der GSK. Ja es gibt da einmal im Monat, oder einmal in zwei Monaten, ich weiß jetzt gar nicht. Da gibt's dann immer so, so ein treffen so mit einem Vortrag über ein spezifisches Thema und dann halt Diskussion.

I: Und war da auch so psychologische Betreuung dabei?.

IP: Nein eigentlich keine psychologische Betreuung, zumindest nicht bei diesen Meetings, aber man kann sich Beratung einholen. Ich mein dafür ist die Stelle da, aber ich war quasi nur zu diesen Treffen, weil ich eben auch den (Name) treffen wollte und dann hab ich halt andere Aussteiger auch kennengelernt und das hat mir schon viel gegeben, dass wir uns dann halt unterhalten haben und quasi gegenseitig Erfahrungen ausgetauscht haben. Er hat dann, die anderen haben dann erzählt wie sie quasi ausgestiegen sind, was bei ihnen halt da die Geschichte war und die Erlebnisse und ich hab ja auch dieses Buch vom Raymond

Franz gelesen, wo er seine eigenen Erfahrungen erzählt und auch das Buch von Stephen Hassan, Ausbruch aus dem Bann der Sekten das war halt dann so, so der der Kontakt, es gibt nicht nur die Zeugen, sondern andere Gruppen sind eigentlich genauso, oder ähnlich organisiert. Ja, das hat mir auch sehr geholfen. Ich hab auch andere Literatur, ich glaub vom ?? habe ich noch was, aber das habe ich dann bald aufgehört zu lesen, weils nicht interessant war oder ich halt nicht als interessant empfunden hab. Ich hab dann noch wissenschaftliche Paper, bei dem GSK Treffen waren da immer welche aufgelegt glaub ich, genommen da war eben dieser (Name) der hatte da das Problem mit seiner Tochter, die in diese Norweger Bewegung gerutscht ist, er hat sich dann mit der Problematik von diesen beschäftigt.

I: Um noch mal auf das Thema Psychotherapie zurückzukommen. Was waren die Gründe, dass du keine Psychotherapie in Anspruch genommen hast?

IP: Hab nicht das Gefühl gehabt, dass ich eine Therapie machen will, also ich weiß nicht, ich hab nicht das Gefühl gehabt, dass ich das jetzt machen will, also ich weiß nicht ob das jetzt richtig ist oder nicht, aber halt irgendeinem außenstehenden der sich wirklich nicht auskennt damit, was da bei den Zeugen vorfällt ob mir das mehr hilft als wenn ich mich in Foren oder so mit anderen austausche. Wobei mir diese bei den Meetings, die Vorträge von der Frau Professor (Name) schon auch geholfen haben. Da sie halt sehr allgemein auch die Problematik vorträgt und auch wie sich dann Angehörige fühlen und ich hab dann auch erst erkennen können, was eigentlich meine eigenen Emotionen waren, während dieser ganzen Zeit, ich hab mich da wiederfinden können und ja aber trotzdem ich hab irgendwie nicht das Gefühl gehabt, dass ich das jetzt machen müsst. Ich weiß nicht, ich weiß auch nicht ob ich das jetzt brauchen würd oder ob es mir jetzt noch helfen würde. Es ist auch schwer zu sagen ob es im Nachhinein besser gewesen wäre. Also jetzt im Nachhinein gesehen, ich spüre nicht, dass mir etwas abgegangen wäre, also hab ich nicht das Gefühl, das mir jetzt mehr geholfen gewesen wäre. Ich mein, ich weiß nicht, vielleicht habe ich jetzt noch irgendwelche Eigenheiten, (2 sek. Pause) was ich weiß ist, dass ich ab und zu, also jetzt ist es nicht mehr so, das ich einen Traum gehabt habe, in dem ich jetzt bei den Zusammenkünften bin, aber mich schon losgelöst habe von dem Weltbild und ich mir denk, ma warum bin ich jetzt noch da, das ist die ur Zeitverschwendung, eigentlich sollte ich jetzt was anderes machen. Und das hat sicher auch damit zu tun, das ich während der Loslösung, also während der Zeit wo ich mich auf meinen Ausstieg vorbereitet habe, wo ich vielleicht doch einmal im Monat noch in die Versammlung gekommen bin, quasi pro forma und dann in Gedanken schon meistens abgeschweift bin und bei irgendwas anderem war. Kann sein das das von daher rührt, auf jeden Fall hat mich der Traum dann noch einige Zeit nach meinem Ausstieg auch noch ähm is dann noch aufgetaucht, aber es ist nicht irgendwas was, es war nicht so ein ängstlicher

Traum, hab ich eigentlich nicht gehabt , also jetzt nicht irgendwas wo ich sag boah akut, was jetzt voll auf meine Psyche geschlagen hätte.

I: Welche Hilfestellungen waren dir zum Zeitpunkt deines Ausstieges besonders wichtig um mit dem erlebten umzugehen?

IP: Der Kontakt mit Co-Aussteigern. Leuten die gleiche Erfahrungen machen und die halt ähnlich beschreiben, dass es ihnen mies gegangen ist. So das Gefühl, dass man jetzt nicht alleine ist. Weil, es ist als Zeuge, das einem die ganze Zeit suggeriert wird, das wenn man aussteigt, dass man dann alleine ist. Ausgestoßen. Weil man sollte ja auch keine Kontakte, also mit Weltlichen haben und in der Gemeinschaft bleiben, also ich glaub das ist schon eine wirkungsvolle Waffe, allerdings die Möglichkeit das man sich austauscht mit anderen übers Internet, ich glaube das ist schon eine große Hilfestellung. Also das Gefühl zu haben, man ist nicht allein. Es gibt Hunderttausende die das gleiche durchmachen, die gleichen Empfindungen auch haben, die die das auch bewältigen.

I: Was erwartest du von einem Psychotherapeuten der sich auf Sektenaussteiger spezialisiert?

IP: (7 sek. Pause)

I: Was muss dieser können?

IP: Also ich sag mal, ich hatte das Gefühl, das sich jemand der nicht wirklich weiß wie sich das anfühlt, das fällt mir irgendwie schwer zu dem ja also oder mich auszutauschen. Ich mein ich kann natürlich meine, meine Gefühle beschreiben oder so. Aber es ist doch was anderes wenn ich weiß, hey der weiß wie das ist. Und das hat mich auch sehr be, also das hat mir auch sehr geholfen, also ich hab mit anderen Aussteigern geredet, ob die wissen wie sich das im Predigtendienst anfühlt. Die wissen wie das ist, wenn man da an der Tür steht und man hofft das keiner an die Tür kommt. Also diese ganzen, also nicht nur die Ausstiegsängste sondern auch wie es sich anfühlt in der Gruppe selber zu sein. Ich glaube das ist halt doch was anderes wenn man sich sicher sein kann, dass der andere weiß wie sich das anfühlt. Wie sich die faden Vorträge in der Versammlung anfühlen, oder das der halt auch jemanden in der Versammlung kennt, der vielleicht ein ältester ist. Jemand der das Vokabular kennt und dem man nicht alles erklären muss, was ein Königreichsdienst ist und ein Kreisaufseher, genau. Ist auch wichtig das er das Vokabular respektiert, ich mein du kannst das ganze Vokabular mit Bibelstellen verknüpfen, das ist irgendwie wichtig. Auch die überladenen Wörter. Auch so dieses, ja also das man die andere Bedeutung kennt, die Bedeutung von den Wörtern die sie bei den Zeugen haben. Oder ja was gibt's da noch, einfach dieses vertraut sein mit dem Glauben. Mit dem Weltbild.

I: Würdest du sagen, dass du jetzt noch Schwierigkeiten hast, die du auf deine Sektenerfahrung zurückführst?

IP: Naja, so das ich Ängste oder so hab, oder das Gefühl hab ich muss jetzt zurück eher nicht, aber sozial, ja. Ich denke mir manchmal wenn ich nicht so aufgewachsen wäre, hätte ich vielleicht andere soziale Kompetenzen, oder ja wenn ich schon früher quasi mit meinen, also ich mach immer so Gedankenexperimente was jetzt anders wäre wenn ich schon früher mit meinen Schulkollegen halt mehr fortgegangen wäre, oder so. Wie ich jetzt anders wäre oder wie gewisse Dinge in meiner Persönlichkeit jetzt ausgeprägter wären oder halt oder ich besser mit diversen Sachen umgehen könnte. Manchmal denke ich mir, ich hab halt was verpasst, ja. Also ich hab nicht die gleichen Erfahrungen wie ein anderer in meinem Alter. Der sie halt gemacht hat in seiner Schulzeit, wo ich halt der brave Zeuge war. Ja, das. Also solche Sachen höchstens.

I: Was würdest du einem Menschen der aktuell aus einer Sekte aussteigt empfehlen?

IP: Schwierige Frage, ich glaube da gibt es keine allgemeine Antwort. Ich kann nur sagen, was mir geholfen hat. Aber ich weiß halt, wie das bei mir war aber nicht bei jedem. Was ich jedem empfehlen würde, oder versuchen würde jedem irgendwie zu helfen ist, mit anderen Aussteigern in Kontakt zu kommen und zu zeigen, dass es auch ein Leben außerhalb gibt. Das das Leben halt viele schöne Seiten hat, das ist auch das was ich halt gefunden habe, trotz alledem das der Ausstieg schwer war und halt das Weltbild sich verändert und dann fällt man halt in ein Loch. Aber die Kehrseite von dem war, das ich das Gefühl gekriegt habe, das Leben ist schön, die Welt ist nicht irgendwie dazu bestimmt vernichtet zu werden. Die Welt hat viele Facetten, man kann mit offenen Augen durchs Leben gehen und es ist schön wenn man nicht dreimal in der Woche in die Versammlung gehen muss und da eingespannt ist. Auch halt quasi sein Umfeld genießen kann. Und ich glaube, dass ich das vermitteln würde.

I: Würdest du sagen, das Angebot von der GSK ist niederschwellig genug?

IP: Was?

I: Also das es, leicht auffindbar ist für jemanden der aktuell Hilfe sucht.

IP: Nein. Ich glaub es müsste präserter sein. Ja es müsste präserter sein. Also ich habs ja nur, also meine Geschichte, im Sektenausstiegsforum gepostet, wobei ich halt dann quasi auch Wörter benutzt habe wie Matura und so, die halt darauf schließen lassen, dass ich aus (Land) komme, worauf mich der (Name) angeschrieben hat. Also er hat mich quasi gefunden und dann quasi auf diese GSK hingewiesen. Und ich glaube die Homepage, wo ich das letzte mal dort war, war halt ziemlich, ja. Also das sollte auf jeden Fall präserter sein.

I: Ok, gibt es von deiner Seite noch Aspekte die du gerne erwähnen möchtest?

IP: Was mir eingefallen hab ich eigentlich alles gesagt, wahrscheinlich werden mir am Heimweg noch 1000 Sachen einfallen aber, na.

I: Dann vielen Dank für deine Offenheit.

IP: Bitte gern.

CURRICULUM VITAE

Name: Christina Götz

Geburtsort/-datum: Wien, 14.07.1984

AUSBILDUNG

1990-1994	Volksschule Wien
1994-1998	Hauptschule Wien
1998-2003	Höhere Graphische Bundes-Lehr- und Versuchsanstalt
2003	Matura
seit 2005	Diplomstudium Pädagogik, Universität Wien

PRAKTIKA

2009	Wissenschaftliches Praktikum an der Universität Wien (Projekt „Brücken schlagen“ – Equalizent, - Evaluation des Projektes. Leitung: Dr. ⁱⁿ Helga Fasching, Mag. ^a Petra Pinetz)
2009	Wissenschaftliches Praktikum Universität Wien (Projekt „Math goes design - Design goes Maths“ - Erstellung des Abschlussberichtes. Leitung: Dr. ⁱⁿ Eva Sattlberger)