

Fast alle zwei Minuten

Olivia zieht ihr Shirt aus

Kalte Hände

Nackte Haut

Es sieht ihr gar nicht ähnlich

Jemanden so nahe an sich heranzulassen

Und vielleicht war das auch dämlich

Sie ist sich nämlich

gar nicht so sicher, ob sie das überhaupt möchte

Aber er scheint zu wollen

Und das hat er auch schon oft gesagt

Und wenn er unbedingt will,

Dann kann sie ihm sicher vertrauen,

Dann wird doch sicherlich nichts dabei sein

Das hat er ja selbst so gesagt

Und er hat ja auch schon oft gefragt

Und deswegen gibt Olivia

Nach

*„Bei sexueller Gewalt in Partnerschaft und Ehe ist in neun von zehn Fällen die Gewalt ausübende Person männlich. [...] Sexuelle Gewalt in der Beziehung kommt in allen soziokulturellen [...] Milieus und Altersgruppen vor.“*

[www.frauenberatung.ch](http://www.frauenberatung.ch)

Und sie weiß,

Dass er sie jetzt nur liebt,

Weil er es später nicht mehr tut

Und sie gibt was sie kann

Aber zu viel ist immer noch nicht genug

Dann kann sie noch so viel für ihn da sein und putzen und lieben und kochen

Am Ende ist es dann wieder Faust auf Knochen

Und zurück bleiben blaue Flecken und Make-Up-Sex

*„Fast alle zwei Minuten wird in Deutschland ein Mensch Opfer von Häuslicher Gewalt. Jede Stunde werden mehr als 14 Frauen Opfer von Partnerschaftsgewalt. Beinahe jeden Tag versucht ein Partner oder Expartner, eine Frau zu töten. Die deutlich gestiegenen Zahlen zeigen die traurige Realität: Gewalt gegen Frauen ist ein gesamtgesellschaftliches und alltägliches Problem. [...]“*

*Bundesfamilienministerin Lisa Paus, 11.07.2023*

Olivia raucht

Die Zigarette danach

Das Nikotin

Ist nur das Trostpflaster

Adrenalin, Serotonin, Dopamin

Gegen das graue Gefühl

Das selbst vom Duschen nicht mehr weniger werden will

Er liegt schwer atmend auf der Couch,

Sonst ist es in der Wohnung totenstill

Und Olivia braucht nicht nur eine Zigarette,

Olivia bräuchte auch Hilfe

Aber vor allem braucht sie gerade noch einen Brandy

Oder ein Glas Wein

Ist ja auch eigentlich ganz egal

Hauptsache betrunken,

Hauptsache, nicht ganz bei Sinnen sein

Hauptsache ruhiggestellt

Hauptsache, es hilft

Oder tut wenigstens so, als ob

*„Fortlaufende Misshandlung kann die Symptome einer PTBS entstehen lassen. In der eigenen Partnerschaft misshandelt zu werden und sich dieser Misshandlung nicht entziehen zu können, ist traumatisierend.*

[...]

*Viele Betroffene versuchen, ihr Leid durch "Selbstmedikation" zu lindern und greifen zu Alkohol und/oder [...] Medikamenten. Dies verschafft allerdings nur kurzfristig Linderung.“*

[www.re-empowerment.de](http://www.re-empowerment.de)

Selbst ihren Freunden ist es aufgefallen

Und deswegen hat Olivia jetzt keine mehr

Und sie fehlen ihr auch sehr

Einsam ist Olivia mit ihm

Aber ohne ihn wäre sie noch einsamer

Zu zweit sind sie wenigstens gemeinsam einsam

Irgendwie wie ein Einsamkeitsteam

Und das ist immer noch ein bisschen besser als alleine einsam zu sein

Oder?

*„Formen von psychischer Gewalt [...]*

*Dazu zählen unter anderem:*

*Isolation der Betroffenen von Freund\*innen, Familie und anderen Sozialkontakten, z.B. durch Verbreiten von Lügen über nahestehende Personen, Schaffen räumlicher Distanz, Bestehen auf ein gemeinsam genutztes Telefon etc.“*

[www.frauenhauskoordinierung.de](http://www.frauenhauskoordinierung.de)

Und irgendwann bricht Olivias Teampartner in Sachen Einsamkeit

Ihr nicht nur die Nase,

Sondern noch ein paar andere Knochen

Drei Rippen und den Arm und das Schlüsselbein

Trotz da sein und putzen und lieben und kochen

Ist da nur noch Hass und Angst und Wutgeschrei

Und die Nachbarn rufen die Polizei

"Jetzt ist alles gut,  
Jetzt ist alles vorbei"  
Sagt der Beamte,  
Aber Olivia sieht ihn tränenblind aus geschwollenen Augenlidern an  
Und am liebsten würde sie kotzen  
Weil der Mann gar keine Ahnung hat  
Von Einsamkeit und von Gewalt und Liebe und von Abhängigkeit  
und überhaupt hat er doch von nichts eine Ahnung

Wo soll sie denn hin,  
Wenn die gebrochenen Knochen geheilt sind, ihr Herz aber noch nicht  
Wo soll sie denn hin,  
Wenn das Krankenhaus keinen Platz, kein Bett und keine Zeit mehr für sie hat,  
Wo soll sie denn hin,  
Wenn ihre Freunde nur den Kopf schütteln  
"Wir haben es dir doch gesagt, Olivia,  
warum hast du denn nicht gehört, Olivia,  
sorry, Olivia,  
aber das musst du jetzt alleine regeln,  
Olivia."

Und das macht Olivia  
Olivia geht  
Zur Selbsthilfegruppe  
Worte sind ihr noch nie so schwergefallen  
Aber sie lassen sie ganz leicht zurück  
Scheue Blicke  
Stühlerücken  
Und dann sitzt da Chris

Chris ist der einzige Mann in der Gruppe  
Chris ist eigentlich ein ganz normaler Typ  
Chris ist ü 30  
Chris geht gern in die Kirche  
Chris mag Spaghetti,  
Chris ist Vegetarier  
Chris wird von seiner Frau geschlagen  
Chris versteckt Angst und Scham und blaue Flecken  
Unter seinem Sommersprossenlächeln  
Und einem dicken Pullover

*„Die Zahlen von polizeilich registrierter Gewalt steigen nahezu kontinuierlich an, in den letzten fünf Jahren um 13%. Doch viele Taten werden der Polizei nicht gemeldet, etwa aus Angst oder Scham.“*

*Bundesministerium des Innern und für Heimat*

In der Kneipe riecht es nach Alkohol und kaltem Rauch  
Und Chris hat Löcher im Bauch  
Die haben seine Kumpels ihm da reingefragt  
Warum hast du nicht nein gesagt  
Warum hast du dich nicht gewehrt  
Warum nicht beschwert  
Warum hast du das überhaupt zugelassen  
Du bist doch so groß  
Und sie so klein  
Das kann doch nicht dein Ernst sein  
Chris, warum erzählst du sowas  
Lüg uns doch nicht an  
Aber Chris lügt nicht  
Und er wünscht sich,  
sie würden ihm glauben

Aber weil sie es nicht tun,  
Schweigt und erträgt er  
sich mit ihr  
Danach  
Ganz eng umschlungen  
In Restalkoholentschuldigungen

*„Insbesondere männliche Opfer haben Schwierigkeiten, über Gewalterfahrungen zu sprechen. Ein Grund kann sein, dass die Gewalt, die Männern widerfährt, von ihrem Umfeld oder sogar von ihnen selbst oftmals nicht als solche wahrgenommen wird.*

*Rollenbilder und Vorurteile – wie vom starken Mann, der sich selbst wehren kann – begünstigen ein Klima des Schweigens und der Scham bei den Betroffenen.“*

[www.sozialministerium.baden-wuerttemberg.de](http://www.sozialministerium.baden-wuerttemberg.de)

Olivia und Chris gibt es nicht  
Zumindest nicht so  
Die beiden sind erfunden,  
Aber ihre Probleme sind real.  
Olivia ist nicht die einzige Frau, die Dinge tut,  
die sie eigentlich nicht möchte,  
Sie ist nicht die einzige,  
Die nicht nur physisch,  
sondern auch psychisch täglich verletzt wird

Und genauso wenig ist Chris der einzige Mann,  
Der Gewalt erfährt,  
Sich aber nicht traut, sich zu öffnen,  
Weil er sich vorkommt wie ein Versager

Menschen wie die beiden gibt es überall  
Denn fast alle zwei Minuten  
Wird in Deutschland ein Mensch Opfer von Häuslicher Gewalt  
Die Frau, die morgens beim Bäcker hinter der Theke steht,  
ist vielleicht eine Olivia  
Und der nette Mann in der Bahn,  
der mit den Sommersprossen,  
ist vielleicht ein Chris

Auch wenn sie Angst haben,  
zu sprechen,  
Muss man ihnen eine Stimme geben  
Denn wegschauen  
Ist fast genauso schlimm wie zuschlagen  
Das würden Olivia und Chris wahrscheinlich beide so sagen  
Wenn sie sich trauen würden