

Der Schmerz bleibt ein Leben lang

Vergewaltigt: Wie sich Natalia Zollitsch ins Leben zurückkämpfte und anderen Mut macht

VON DANIELA POHL

Es geschah am helllichten Tag, diesen Sonntag mitten in Sendling: Eine 23-jährige wird vergewaltigt, ganz in der Nähe der Großmarkthalle (wir berichteten). Ein Lastwagenfahrer hatte die junge Frau in sein Fahrzeug gezerzt, sich über sie hergemacht. Wenig später schnappt die Polizei den Täter. Gewalt gegen Frauen – jedes Jahr gibt es rund 10 000 Vergewaltigungen in Deutschland. Die Opfer kämpfen oftmals lebenslang mit den Folgen der Tat. Unsere Zeitung sprach mit einer Münchnerin, die vor Jahren vergewaltigt wurde.

Natalia Zollitsch wird im August 29 Jahre alt. „Ich freue mich aufs Älterwerden“, sagt die Münchnerin. „Je älter man wird, desto mehr Erfahrungen sammelt man.“ Und je mehr Zeit vergeht zwischen heute und der schlimmsten Nacht ihres Lebens. Natalia wurde mit 21 Jahren vergewaltigt.

Die Sendlingerin spricht mit fester Stimme. Wie oft ihr die schrecklichen Bilder dieser Nacht in Gedanken erschienen sind, kann man nur erahnen – laut ausgesprochen hat sie das Erlebte bis vor einigen Monaten noch nie.

„Wir waren feiern mit einer größeren Gruppe“, erzählt sie. Nach dem Clubabend habe sie mit ein paar Leuten bei einem Bekannten



Natalia wurde mit 21 vergewaltigt. Viele Jahre konnte sie nicht darüber sprechen.

FOTO: ACHIM SCHMIDT

übernachtet. „Ich bin allein ins Büro gegangen, da war eine Couch.“ Dort schlief sie ein. „Ich bin aufgewacht, als jemand meine Beine gespreizt hat und mir die Strumpfhose zerrissen hat und sich auf mich gelegt hat.“ Schlaftrunken und ver-

wirrt versuchte sie sich zu wehren, schrie den Angreifer an, aufzuhören. Doch sie hatte keine Chance. „Er hat mir den Mund zugehalten und mich vergewaltigt.“

Fast acht Jahre sind seither vergangen. Heute geht es der 28-jährigen gut. Doch hinter

ihm liegt ein harter Weg. „Mir fiel es am Anfang nicht schwer, die Sache zu verdrängen“, sagt sie. In dem Moment, wo sie Gedanken zuließ, ergriffen Schuldgefühle und Scham Besitz von ihr. War sie Schuld an dem, was passiert ist? Heute weiß sie:

nein! „Niemand hat Schuld, außer der Täter.“

Sie vergrub die düsteren Gedanken tief in ihrem Inneren, machte einfach weiter, „ich habe funktioniert“. Sie studierte damals Biologie und Chemie auf Lehramt, hatte viele Freunde. „Aber

meine Unbeschwertheit war weg.“ Sie fühlte sich leer, stellte ihr Leben in Frage, schmiss ihr Studium.

Sie begann eine Therapie. „Ich hatte depressive Neigungen. Mich hat nichts mehr glücklich gemacht.“ Woher die Leere in ihr kam, fand sie erst im Laufe der Therapie heraus. „Wir sind auf dieses Erlebnis gestoßen.“ Auf diese Nacht, die sie so gut weggesperrt hatte, damit ihr die Gedanken daran ja nicht gefährlich werden konnten.

Heute weiß sie: „Emotionen zuzulassen bedeutet Stärke.“ Nach und nach fand sie wieder zu sich, orientierte sich beruflich neu und begann eine Ausbildung zur Kauffrau für Marketing und Kommunikation. Die Kraft über ihr Schicksal zu sprechen, fand Natalia erst vor Kurzem. „Es war immer noch eine Barriere zwischen mir und meinen Liebsten. Die wollte ich einreißen.“

Also nahm sie all ihren Mut zusammen – und redete. Mit ihren Freunden, ihren Eltern. Und irgendwann sogar mit der ganzen Welt: Als Mitarbeiterin der „Agentur Mensch“ hat sie für den Frauennotruf München an der neuen Kampagne SPEAKUP (siehe Interview unten) mitgearbeitet. In dem Instagram-Video erzählen von sexualisierter Gewalt betroffene Frauen ihre Geschichten. Mutig, stark und laut. Eine der Frauen ist Natalia.

IN KÜRZE

Jugendliche Schläger im Englischen Garten

Eine Gruppe Jugendlicher wollte im Englischen Garten am Samstagnachmittag friedlich den Christopher Street Day feiern – stattdessen wurde sie Opfer einer heftigen Attacke. Ein 16-jähriger aus dem Landkreis München, der mit zwei Freunden unterwegs war, soll einem 16-jährigen aus Freising eine Regenbogenfahne entrissen haben. Der hatte diese um den Hals getragen. Daraufhin gingen die beiden Gruppen aufeinander los. Der 16-Jährige aus dem Landkreis München schubste einen 15-jährigen aus dem Landkreis Freising zu Boden. Sein Freund (15) trat erst den am Boden Liegenden und schlug dann eine 15-jährige ins Gesicht. Die drei Angreifer konnten zunächst fliehen, wurden aber von der Polizei geschnappt und vorläufig festgenommen. pp

Fahrrad fliegt bei Streit in die Isar

Ein wütender Fußgänger hat ein Fahrrad in die Isar geworfen. Der 58-jährige war am Montagabend auf der Thalkirchner Brücke unterwegs, als ihm ein Radler auffiel, der auf dem Gehsteig fuhr. Er sprach den 44-jährigen an, beide stritten laut Polizei. Der Fußgänger schlug den Pedalritter auf den Rücken und warf dessen Rad in die Isar. Die Polizei nahm ihn fest. pp

Facetten des Alten Botanischen Gartens

Um den Alten Botanischen Garten, seine Geschichte und seine Nutzung geht es in den künstlerischen Aktionen und Gesprächen des Projekts „im Grünen; zentral, offen, alt“, das der Münchner Kunstpavillon von Mitte Juli bis Mitte September veranstaltet. Eine Motiv-Tafel mit Umgebungsplan weist ab morgen auf der Kunst-Insel am Lenbachplatz auf die Aktion und historische Elemente des Gartens hin. Dort überlagern sich die zentrale und beste Lage mit einem sogenannten sozialen Brennpunkt in der Nähe des Hauptbahnhofs. Hier trifft die Kolonialgeschichte des Botanischen Gartens im 19. Jahrhunderts auf die Umgestaltung zum Park durch die Nazis und den gewerkschaftlich organisierten Wiederaufbau des Kunstpavillons nach dem Zweiten Weltkrieg. Das Programm mit Interventionen zu Aktivitäten, Interventionen und Gesprächen wird morgen auf www.kunstpavillon-im-gruenen.org sowie mit Aushängen vor Ort veröffentlicht. Der Eintritt ist jeweils frei. 16

Luftqualität in München

Das Bayerische Landesamt für Umwelt meldete gestern um 16 Uhr folgende Werte (Mikrogramm pro Kubikmeter; Feinstaub PM10: gleitender 24-Stunden-Mittelwert; Stickstoffdioxid: höchster 1-Stunden-Mittelwert im Zeitraum von 0 bis 16 Uhr, gesetzlicher Stunden-Grenzwert 200 µg/m³).

Messstelle	NO ₂	Feinstaub
Johanneskirchen	24	11
Landshuter Allee	70	18
Stachus	41	21

■ sehr gut ■ gut ■ befriedigend
■ ausreichend ■ schlecht ■ sehr schlecht

„Viele betroffene Frauen haben Angst“

Eine Traumaberaterin erklärt im Interview, warum es so schwierig ist, über erlittene Gewalt zu sprechen

Der Frauennotruf München hilft Frauen, die sexuelle Belästigung, Übergriffe und Gewalt erlebt haben. Traumaberaterin Theresa Schmeisz (33) erklärt im Interview, warum es für viele betroffene Frauen so schwierig ist, sich jemandem anzuvertrauen.

Frau Schmeisz, ist sexualisierte Gewalt gegen Frauen immer noch ein Tabu-Thema in unserer Gesellschaft?

Leider ist das so. Das merken wir schon alleine daran, dass

jede siebte Frau in Deutschland in ihrem Leben von sexualisierter Gewalt betroffen ist. Nur die Hälfte davon spricht darüber.

Warum ist das so?

Viele Frauen haben Angst, dass man ihnen nicht glaubt und die Schuld bei ihnen gesucht wird. Das erleben wir täglich in unserer Arbeit. Deshalb haben wir auch die Kampagne SPEAKUP gestartet.

Was soll die Kampagne bewirken?



Theresa Schmeisz (33) Traumaberaterin

Sie richtet sich nicht nur an betroffene Frauen, sondern vor allem an die Gesellschaft. Wir wollen ein Bewusstsein für das Thema sexualisierte Gewalt schaffen. Wir hoffen, dass sich möglichst viele Menschen auf die Seite der Betroffenen stellen und dass den Frauen geglaubt wird. Das ist so wichtig.

Wie viele Frauen melden sich beim Frauennotruf?

Wir hatten telefonisch 1125 Erstkontakte im Jahr 2020. Davon waren 68,4 Prozent

selbst betroffen, die anderen waren Angehörige oder Freunde.

Wie hilft der Frauennotruf?

Wir unterstützen in allen Bereichen. Die Frau entscheidet. Es geht ganz viel darum, die Kontrolle zurückzubekommen. Manche können gar nicht darüber sprechen, andere möchten Unterstützung bei einer Anzeige oder Therapie. Die meisten Frauen melden sich erst Wochen, Monate oder sogar Jahre spä-

ter. Daran sieht man wie groß die Hürde ist darüber zu sprechen.

Welche Schicksale haben die Frauen erlitten?

Es gibt alles. Aber der Fall, dass eine Frau nachts im Park von einem Unbekannten überfallen wird, ist sehr selten. Der Großteil der Taten spielt sich im familiären Umfeld oder Bekanntenkreis ab.

Interview: Daniela Pohl

Mehr Informationen gibt es unter www.speakupmovement.de

Sisi Top

FREIZEIT-EXPRESS Gewinnen Sie mit unserer Zeitung und dem MVV Museums-Erlebnisse

Sommer, Sonne – und jede Menge Spaß! Unser München und die Gegend drumherum sind ein Freizeit-Paradies, in dem es so viel zu erkunden gibt. Für unsere Leser haben wir da ein ganz besonderes Schmankerl: unseren Freizeit-Express! Zusammen mit dem Münchner Verkehrs- und Tarifverbund verlosen wir insgesamt über 300 Tickets: vom Abenteuer im Kletterpark bis zum Biergartenbesuch. Der MVV spendiert die Tickets dazu – für eine spannende Hin- und Rückfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Getreu dem Motto: „Wir bringen zusammen, was zusammengehört.“ Und das alles gratis für Sie, liebe Leser! Heute staunen wir in Museen – von Possenhofen bis Salzburg.

• **Sisi-Museum:** Die junge Elisabeth verbrachte im Schloss Possenhofen mit ihren Eltern und Geschwistern die Sommerzeit. Wie sie dort lebte, erfahren Besucher im Kaiserin-Elisabeth-Museum. Das Leben von Kaiserin Elisabeth von der Jugend in München und am Starnberger See bis zum jähren Ende, dem Attentat am Genfer See, kann man

in einem Rundgang entdecken. Das Museum bietet ein spezielles Kinder- und Jugendprogramm an. Die Ausstellungsfläche ist ebenerdig und barrierefrei. Der Gewinn: einmal Familieneintritt. Stichwort: **Elisabeth**
 • **Jexhof:** Der denkmalgeschützte Jexhof im Landkreis Fürstfeldbruck ist ein Bauernhofmuseum zum Entdecken und Erleben. Hier können Kinder und Erwachsene die Geschichte des ländlichen Lebens um 1900 hautnah nachvollziehen. Dabei gibt es nicht nur originale Bauwerke, Geräte und Gegenstände zu sehen, sondern wechselnde Ausstellungen zeigen auf vielfältige Weise das damali-



Auf den Spuren von Sisi wandeln die Besucher im Kaiserin-Elisabeth-Museum in Possenhofen.

FOTO: PRIVAT

So kommen Sie hin

Kaiserin-Elisabeth-Museum: Dorthin geht es von München mit der S-Bahnlinie S6 in Richtung Tutzing bis zum Bahnhof Possenhofen, in direkter Museumsnähe.

Jexhof: Ihn erreicht man mit der MVV-Regionalbuslinie 804 vom S-Bahnhof Grafath aus. Der Bus verkehrt von Montag bis Samstag stündlich. Das MVV-RufTaxi fährt auf Bestellung, wenn die Buslinien pausieren – vor allem abends, an Wochenenden und Feiertagen.

Vor dem Jexhof hält die Linie 8400. **Ismaninger Museum:** Mit der S-Bahn-Linie S8 geht es alle 20 Minuten bis zum Bahnhof Ismaning. Von dort führt ein etwa zehnteiliges Fußweg bis zum Museum. **Bibelwelt Salzburg:** Mit den Zügen der BRB (Netz Chiemgau-Inntal) erreichen Sie vom Ost- oder Hauptbahnhof direkt den Salzburger Hauptbahnhof. In fünf Minuten erreicht man zu Fuß die Bibelwelt.

gen. Dazu gibt es Veranstaltungen wie einen Bauernmarkt, Konzerte oder Thementage. Besonders für Familien ist der Jexhof immer wieder ein spannendes Ausflugsziel. Der Gewinn: sechs Mal eine Familien-Jahreskarte. Stichwort: **Jexhof**

• **Ismaning:** Gleich zwei Museen können in Ismaning besucht werden. Das Schlossmuseum beheimatet eine Dauerausstellung mit Objekten, Dokumenten und Bildern zur Kulturgeschichte des Ortes. Das Kallmann-Museum bietet einen Überblick über das Werk des Malers Hans Jürgen Kallmann. Jährlich finden Sonderausstellungen statt, die sich mit Kunst des 20. Jahrhunderts und zeitgenössischer Kunst befassen. Der Gewinn: zehn Kombikarten. Stichwort: **Ismaninger Museen**

• **Bibelwelt:** In der Elisabethkirche in Salzburg entdecken die Besucher auf 1000 Quadratmetern den Schatz der Bibel in einer europaweit einzigartigen Erlebniswelt. Die Geschichten der Bibel können sie nicht nur sehen, sondern auch begreifen, fühlen, riechen. Die Bibelwelt gleicht

weniger einem Museum, sondern eher einem Abenteuer-spielplatz. Die Besucher betreten das Erlebnishaus durch ein überdimensionales Ohr. Im Inneren der Kirche sind die Geschichten von Jesus und Paulus dargestellt. In der Bibelwelt gibt es einen orientalischen Markt und eine 40 Quadratmeter große Mittelmeer-Landkarte, die die Reisen des Apostel Paulus darstellt. Finstere Gänge mit wackeligen Böden vermitteln die Leidensgeschichte Jesu. Der Gewinn: fünf Familienkarten. Stichwort: **Bibelwelt**

SO MACHEN SIE MIT

Nennen Sie bitte unter der Telefonnummer 01378/80 66 32 (Telemedia Interactive GmbH; pro Anruf 50 Cent aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunk abweichend) das Kennwort und geben dazu Name und Anschrift an. Der MVV benachrichtigt alle Gewinner und versendet die Tickets. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Weitere Informationen zur Aktion und zu den Sponsoren im Internet unter www.mvv-muenchen.de. Viel Glück!