In eigenen Worten

Auf der Suche nach einer Sprache
über sexualisierte Gewalt

Ein Projekt des Q.U.I.C.H.E.-Kollektivs
für ‚De tu puño y letra (By Your Own Hand)' von Suzanne Lacy

Q.U.I.C.H.E.

MUSEUM TINGUELY
EIN KULTURENGAGEMENT VON ROCHE

Welche Worte geben dir Kraft, wenn du von erfahrener sexualisierter Gewalt sprichst?

Wie kann Scham die Seite wechseln?

Wie würdest du antworten, wenn eine betroffene Person sich dir anvertraut?

Q.U.I.C.H.E. ist ein Schreibkollektiv aus Basel. Sprache ist unser Werkzeug. Wir sind allerdings nicht nur ein Kollektiv, das schreibt. Wir sind auch ein Kollektiv, das diskutiert und über Sprache nachdenkt.

Dieses Q.U.I.C.H.E. Fanzine No. 5 wurde im August 2025 mit der Unterstützung des Museums Tinguely und der Abteilung Kultur Basel-Stadt gedruckt.
Auflage: 100 Exemplare, schön verteilt auf rosa und hellblaue A4-Seiten.

Dieses Fanzine erscheint im Rahmen der Ausstellung
‚Suzanne Lacy: By Your Own Hand'
9. April – 7. September 2025, Museum Tinguely, Basel,
kuratiert von Dr. Sandra Beate Reimann

Q.U.I.C.H.E. möchte sich bei allen Menschen, die uns geschrieben haben und die mit ihren Gedanken und Worten dieses Projekt erst möglich gemacht haben, ganz herzlich bedanken. Unsere Erwartungen wurden in jeder Hinsicht übertroffen und wir freuen uns sehr über so viel Zuspruch und Post.

Das Museum Tinguely kooperiert für die Ausstellung mit der Opferhilfe beider Basel.
Hier bekommst du Hilfe und weiterführende Informationen:
Opferhilfe beider Basel, www.opferhilfe-beiderbasel.ch , T +41 61 205 09 10

In eigenen Worten

Einleitung

„It's necessary not to be afraid, I told myself, necessary to write in order to heal, share the pain with others."

Mit diesen Worten schliesst die Videoinstallation ‚De tu puño y letra (By Your Own Hand)' (2014–2015/2019) von Suzanne Lacy.

Es ist notwendig zu schreiben, um zu heilen. Es ist notwendig, den Schmerz mit anderen zu teilen. Aber wie? Wir haben während Gesprächen über die Ausstellung von Suzanne Lacy gemerkt, wie schwierig es ist, eine gemeinsame Sprache – oder überhaupt eine Sprache – für sexualisierte Gewalt zu finden. Wie können Texte und Gespräche entstehen, wenn doch ein Aspekt der Gewalt oftmals das „Zum-Schweigen-Bringen" ist? Wenn die Sprache, die wir verwenden, doch auch die Sprache des Patriarchats darstellt? Wenn wir Gefahr laufen, Gewalt zu reproduzieren?

Suzanne Lacy thematisiert seit den 1970er Jahren sexualisierte Gewalt. ‚De tu puño y letra' zeigt männlich gelesene Personen, die in einer Stierkampfarena in Quito nacheinander Auszüge aus Briefen vorlesen. Die Briefe sind Zeugnisse sexualisierter und häuslicher Gewalt – vorwiegend aus der Perspektive weiblich gelesener Betroffener. Die Briefe waren ursprünglich im Rahmen einer Kampagne ‚Cartas de Mujeres' (2011-2012) zur Bekämpfung der Gewalt gegen Frauen gesammelt worden.

Inspiriert von diesen Zeugnissen und dem Projekt ‚The Race Card Project' (2010–heute) der Journalistin Michele Norris, das sechs-Wort-Geschichten zu den Themen race und Identität sammelt, hatten wir die Idee, zu einem interaktiven Schreibprojekt aufzurufen. In Form von Postkarten und einem Briefkasten, die wir im Museum Tinguely platzieren durften. Wir haben die Besuchenden dazu eingeladen, anonym und in wenigen Sätzen ihre Gedanken zum Thema sexualisierte Gewalt zu teilen.

Dazu haben wir Fragen gestellt:
„Wie würdest du antworten, wenn eine betroffene Person sich dir anvertraut?"
„Welche Worte geben dir Kraft, wenn du von erfahrener sexualisierter Gewalt sprichst?"
„Wie kann Scham die Seite wechseln?"

Und wir haben sehr viele Antworten bekommen.

Bei der Auswahl der Fragen war uns wichtig, dass sie möglichst verständlich und eindeutig sind. Wir wollten, dass die Betroffenenperspektive im Zentrum steht. Und, dass die Fragen sich mit Sprache und mit Worten beschäftigen. Ausserdem haben wir uns für den Begriff ‚sexualisierte Gewalt' entschieden und nicht für ‚häusliche' oder ‚geschlechtsspezifische Gewalt'.

Suzanne Lacy hat das Genre der Social Practice in der Kunst geprägt. Auch wir verorten uns darin und sehen unsere Arbeit als soziale Praxis, als Intervention. Unser Vorhaben war es, in Richtung einer neuen Sprache für sexualisierte Gewalt zu arbeiten – im sorgfältigen Sammeln von Stimmen und durch das Erkennen von Gemeinsamkeiten.

Dieses Zine bildet eine kollektiv gefundene Sprache ab. Es zeigt eine kuratierte Auswahl an Antworten. Ergänzt durch Texte des Q.U.I.C.H.E.-Kollektivs, die darauf reagieren. Viele Stimmen kommen darin zu Wort. Wir finden, dass ein essenzieller Teil vom Umgang mit sexualisierter Gewalt ist, Menschen dazu zu ermutigen, sich auszudrücken. Auch hier in der Schweiz. Gerade hier in der Schweiz. Amnesty International zufolge hat mindestens jede fünfte Frau in der Schweiz bereits einen sexuellen Übergriff erlebt. Alle zwei Wochen geschieht ein Femizid. Die Geschichten aus ‚De tu puño y letra' sind aus Lateinamerika, aber sexualisierte Gewalt ist überall ein Thema.

Die Flut von Postkarten hat gezeigt, dass es einen Bedarf gibt, sich auszudrücken. Und eine Dringlichkeit. Die Antworten haben uns berührt, aufgewühlt, traurig, wütend, resigniert und manchmal sprachlos gemacht. Sie haben uns ermutigt und bestärkt und sie haben uns Hoffnung gegeben. Dieses Zine ist keine Datenerhebung. Vielmehr ist es ein Ventil und ein Angebot für eine Erweiterung und Weiterführung der Diskussion. Und es ist unser Versuch, die Ausstellung von Suzanne Lacy – und allem voran die Wahrheit darin – zu verarbeiten.

Schaut gut zu euch beim Lesen <3

Das Q.U.I.C.H.E.-Kollektiv

Welche Worte geben dir Kraft, wenn du von erfahrener sexualisierter Gewalt sprichst?

Auswahl an Antworten

Widerstand

Wut

Mut

Befreiung

angenommen sein

Ich glaube dir.

Ich glaube dir.

Was du erlebt hast, war unrecht.

Würde erhalten

Danke, dass du dich mir anvertraut hast – oder ähnliche einfühlende Reaktionen. Tut mir leid, dass dir so was passiert ist! Kann ich dich irgendwie unterstützen?

Wahrgenommen werden!!!

Nicht allein sein mit dieser Demütigung.

Du bist nicht allein.

Es passiert auch anderen.

Alle die, die schon darüber gesprochen haben, geben mir Kraft.

Ich bin nicht allein. Du bist nicht allein.

Sprich darüber

Sororité – Schwesternschaft – Sorority

Oft wurde, was ich erzählt habe, nicht ernst genommen oder mir die Schuld gegeben, was sehr entmutigend ist.

Du hast keine Schuld.

Es ist nicht deine Schuld.

Es war nicht deine Schuld.

Es ist nicht deine Schuld!

Ich bin nicht Schuld.

Es ist nicht meine Schuld. Egal was mein Kopf sagt. Es ist nicht meine Schuld gewesen.

Ich bin nicht zu viel.

Ich bin nicht das Opfer.

Du kannst nichts dafür!

Er hat etwas Falsches getan.

Er hat sich falsch verhalten, nicht du!

I don't let them the power to do this to me.

Safe – healthy and well

It is my body. It is my rules. I respect the rules of your body. Respect mine in return.

Es ist erschreckend zu hören, wie so viele Frauen immer noch tagtäglich Gewalt und Unterdrückung erleben.

Diese Geschichten geben mir Mut, andere aufzuklären und ihnen zu zeigen, wie wichtig es ist, Frauen zu schützen. Diese Welt sollte keinen Platz haben für Gewalt. Niemals.

Ich habe bis jetzt gar nicht gewusst, dass es Menschen gibt, die so schrecklich sind und ich hoffe, dass diese Menschen es bereuen und einsehen, wie schlimm das ist.

Unglaublich beeindruckend. Es wäre schön, wenn das weltweit zur gleichen Zeit stattfände und eine Form von Begegnung und Diskurs entstünde, der Heilung und Transformation einleitete.

Ich finde, eine allgemeine Antwort dazu gibt es nicht. Und ich frage mich, ob meine Antwort überhaupt wichtig ist – oder nicht viel mehr die Kraft dieser Person, diese Taten auszusprechen. In dieser Situation geht es nicht um mich – sondern um die betroffene Person. Anstatt zu antworten, würde ich fragen, nach ihren Bedürfnissen, ich würde fragen, wie ich sie maximal unterstützen kann.

Beeindruckend traurig – wichtig, diese Erzählungen zu veröffentlichen – auf dass sie für immer eine Gesellschaft verändern!

Keine

Unfairness

Ungleichheit, Unfairness

Slay queer!

Woman lives matter

Es ist Zeit, dass die Männer aus ihrer Verrenkung und wieder zu sich kommen – durch den Zufluss der Liebe, die ihnen fehlt.

Apprenez à vos fils à respecter les femmes car j'apprends à mes sœurs à casser des bouches !

Freiheit, Macht, Selbstbestimmung, Erfüllung, sich selbst sein

I persevere. I strive, I am joyful, I flourish. I deserve more than just survival, and my aggressor does not get to take my essence.

Wenn ich weiss, dass ich mich trotz Schock noch wehren konnte, nicht ‚freeze' war. Aber passiert ist es trotzdem.

Du bist richtig, so wie du bist.

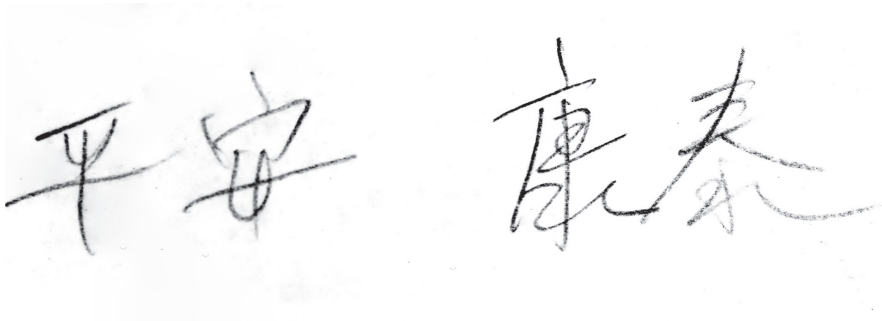
Break the circle … to gain freedom.

Being in a safe place, with people that love me and care about what I say. This project is NECESSARY.

I never thought about speak up or even mentioned again in my whole life. Till I heard there is another little girl might experience the same thing…

Welche Worte geben dir Kraft, wenn du von erfahrener sexualisierter Gewalt sprichst?

Gedanken von Q.U.I.C.H.E.



„Vielleicht sind diese Worte etwas leer und werden erst ausdrucksvoll oder kraftvoll durch ihre Wiederholung," meinte Mei am Ende unseres Gesprächs. Wir sassen schwitzend zwischen trocknender Farbe an einer Art Gemeinschaftstisch, wo ich durch die Erklärungen und Kontextualisierungen von Ruowen Mei und Yao Hsiao-Yen die Bedeutung von zwei Zeichen zu erfassen versuchte. Die Zeichen gehören zu einer Sprache, die ich weder lesen noch verstehen kann.
Zuvor hatte die wiederholte Verwendung gewisser Worte auf den anderen Antwortkarten in mir ein unangenehm zwiespältiges Gefühl hervorgerufen. Deshalb bin ich, die kleine braune Karte mit ihrer noch offenen Möglichkeit in der Hand tragend, an einem überhitzten Sonntagnachmittag mit dem Velo zum Dreispitz gefahren.

Ich lernte: Das erste Zeichen bedeutet ‚sicher' in einem generellen Sinn. Also historisch zum Beispiel ‚sicher sein können', dass das Wetter gut bleibt und so eine gute Ernte ermöglicht. In Kombination mit anderen Zeichen drückt es verschiedene gute Wünsche aus: „sicher – gesund und wohlauf" oder „sicher – Jahr für Jahr". Mitmenschen Gutes wünschen, selbst wenn – oder vielleicht gerade weil – das Ergebnis nicht beeinflusst werden kann. In der obenstehenden Kombination ist es ein Wunsch, der durch seine rituelle Neujahrsassoziation und seine immer gleichbleibende Wiederholung schon eher einem Gebet gleicht.

*Im westlichen Kontext hat das Wort ‚Sicherheit' für mich einen eher schalen Nachgeschmack. Denn Sicherheit ist bekanntlich: 1. Ein Schlagwort für konservative, polizei- und militäraffine Politiker*innen, die oft nur rechtmässigen Bürgern (absichtlich nicht gegendert) zusteht. Die vulnerabelsten Teile der Bevölkerung werden hingegen als Bedrohung betrachtet. 2. Sicherheit als Teil einer ‚community of values', die vorgibt, dass alle Menschen einer Gesellschaft bestimmte liberale Werte teilen und nach ihnen leben. So wird Sicherheit auf unreale Weise homogenisiert und einzig hegemoniale Werte werden ‚gesichert'; 3. Sicherheit als ein Menschenrecht, von dem ein Grossteil der Weltbevölkerung schrecklicherweise nicht Gebrauch machen kann.*

All diese ‚sicher' meint das hier benutzte Zeichen – sofern ich das richtig verstanden habe – nicht. Diesem ‚sicher' scheint nicht nur ein menschliches (und vielleicht sogar aussermenschliches) Grundbedürfnis nach Nahrung und Leben eingeschrieben zu sein, sondern es erscheint als eine Art Mantra für nachhaltige Beziehung(en). Können wir, trotz oder gerade dank der angebrachten Wut, über die vielen im Kontext der Frage wiederholten Schuldzuschreibungen hinaus schreiben und hinaus schreiten? Können wir uns ‚sicher' fühlen, ohne dieses Gefühl über die Wege des Rechts, der Gewalt und des Militärs verteidigen zu müssen? Können wir uns darauf konzentrieren, eine Sicherheit anzustreben, die auf einer tiefen Verbundenheit beruht, deren Eckpfeiler Vertrauen, Freundschaft und Selbstbestimmung sind? Bitte nicht falsch verstehen: Nein, die Personen, die sexualisierter Gewalt ausgesetzt sind, tragen

keine Schuld an der Gewalt, die ihnen widerfährt. Und ja, ich wünsche mir, dass alle Personen, die sexualisierter Gewalt ausgesetzt waren, sagen, hören, fühlen können: „Es ist nicht meine Schuld." Ich habe gelernt, dass es für betroffene Personen stärkend sein kann, diesen Satz zu sagen, zu wiederholen wiederholen wiederholen und so seine Bedeutung zu verinnerlichen: „Es ist nicht meine Schuld."

Gleichzeitig stelle ich mir vor – mein leicht utopischer Ansatz – dass wir unsere Energie vor allem dahingehend investieren, die gesellschaftlichen Strukturen so umzubauen, dass wir sichere Beziehung(en) lernen und leben können. Ich denke, dass einer solchen Umstrukturierung ein prozesshaftes Umfühlen, Umfunktionieren und Umdenken zugrunde liegt.
Dieser Anspruch mag fast so gross und unbeeinflussbar erscheinen wie das Wetter. Deshalb kommen hier die Worte, die Sprache, die Denkmuster und die Vorstellungskraft ins Spiel. Um darauf Einfluss zu nehmen, schlage ich vor, eine Sammlung von Worten, die keine Machtwörter sind, von deren Wiederholung ich mir aber Machtvolles verspreche, zu beginnen. In diese Sammlung sollte das neue ‚sicher' sofort aufgenommen werden.

Ich lernte: Das zweite Zeichen enthält ‚ka', eine Silbe, die körperliche Stärke meint. Eine Art ausdauernde physische Stärke des Körpers, die bis ins hohe Alter überdauern kann. Eine Stärke, die Menschen haben müssen, damit sie ihr ganzes Leben lang physischer Arbeit auf dem Feld nachgehen konnten und ihre Körper eine sehnige Stärke davontrugen. Eine Stärke, die ich meinem Körper selbst im besten Gym nicht antrainieren kann, wenn dieser nebenher achteinhalb Stunden am Tag auf einem Bürostuhl sitzt. Vielleicht romantisiere ich gerade Feldarbeit aus meiner privilegierten Position in unserem post-industriellen Zeitalter. Trotzdem stelle ich mir jetzt eine Art generationenübergreifende Hartnäckigkeit vor, eine Ausdauer, die uns Frauen und unseren Verbündeten abverlangt wird, um die Weichen unserer dominanten und dominierenden Struktur umzustellen, neue Wege zu erschliessen und unsere Selbstbestimmung weitertreiben zu können. Dafür müssen wir keine fixe oder homogene Vision teilen. Ich meine, dass es ausreicht, wenn unsere Langzeitvorstellungen davon, was unser Erfolg bedeutet, übereinstimmen.Ich schlage vor, einer solchen Langzeitvorstellung folgende Worte hinzuzufügen: ‚Würde erhalten,' ‚Befreiung,' ‚angenommen sein.'*

sicher - Würde erhalten - Befreiung - angenommen sein

Beim Lesen der Antwortkarten ist noch ein anderes Wort bei mir hängen geblieben. Da stand nur: keine. Denn selbst wenn wir so oft über Sichtbarmachen und (Mit)teilen reden, schreiben und denken, schwebt diese Antwort immer irgendwo mit. Sprache drückt zwar Erlebtes, Gefühle und körperliche Erfahrungen aus, kann aber immer nur eine Annäherung bleiben. Sprache stellt zwar verschiedene Transportvehikel zur Verfügung, um individuelle Erlebnisse ausserhalb des erlebenden Körpers ‚verständlich' zu machen, doch bleibt unsicher, ob nicht ihr Sinn umgeleitet oder entleert wird. Sprache kann die Hoffnung auf Veränderung in sich tragen, auch wenn diese für den sprechenden Körper möglicherweise zu spät kommt. Sprache kann die Vorstellung, dass die Gewaltwiederholung unterbrochen wird, zu einer Möglichkeit machen. Auf einer Karte stand: „Ich habe in meinem ganzen Leben nicht gedacht, es anzusprechen oder auch nur nochmals zu erwähnen. Bis es ein anderes kleines Mädchen gab, das möglicherweise dasselbe erlebt…"

Sie sind nicht allein. Wir sind nicht allein.
Zusammen.
Wenn auch nicht gleich. Zusammen.

sicher - Würde erhalten - Befreiung - angenommen sein - zusammen

wiederholen wiederholen wiederholen

Wie kann Scham die Seite wechseln?

Auswahl an Antworten

Sprechen! To talk! Parler! Hablar!

It never.

stories of survival must be shared. People must see how much it hurts, the weight of being a 'victim', having that label. And we must stop forgiving rapists, as long as the victims are blamed, they must be seen as guilty.

Indem Mann/Frau/ über ‚schamvolle', ‚schambesetzte' Themen spricht. Damit die ‚schamvollen Themen' verschwinden! ‚Scham müsste definiert sein' ist ein gesellschaftliches ‚Produkt' aus der Welt des Menschen entstanden. Was ist Scham überhaupt?*

Indem ich sie öffentlich mache, eine Anzeige erstatte, den Täter damit konfrontiere. Doch leider war mir das erst Jahrzehnte danach möglich.

Die Sichtbarmachung von Sexualverbrechen. Also zB., dass alle Menschen, die jemals eine Person vergewaltigt haben, gebrandmarkt werden.

‚Durch das Teilen der Scham können die Wunden versorgt werden.' Aus der Scham in die Leidenschaft gehen, um zu heilen, zu kämpfen, wieder Lebendigkeit zu spüren!

Scham kann und muss die Seite wechseln - durch offene und stete Konfrontation der Täter, durch nicht direkt Beteiligte und für gesellschaftlichen Wandel.

Indem wir eine Sprache für die Gewalt finden - gemeinsam und solidarisch.

Weniger Toleranz für Frauen als sexualisierte Objekte in Darstellungen in Medien, Kunst.

Man muss den Mut finden, offen über das Erlebte zu reden und so das Teilen zu normalisieren. Gisèle Pélicot hat es uns vorgemacht, jetzt müssen wir folgen , um nachhaltig Veränderung herbeizuführen. Trau dich, ich glaub an dich!

immer und immer öfter darüber reden, wie ‚Menschlichkeit' alle! betrifft und neu definiert werden muss.

*Die Scham kann die Seite wechseln, indem WIR (jede*r einzelne) klar definieren, dass Täter*innen von sexuellem Missbrauch TÄTER*INNEN sind. Ihnen gebührt Scham. Die Schuld ist auf ihrer Seite. Je mehr wir darüber reden und dies klarstellen, desto mehr wird sich die Wahrheit als solche manifestieren.*

Indem vor allen Dingen nahestehende den ferflickten Mund öffenen

Siehe Frankreich, die Frau, die auf die öffentliche Vorführung der Filme bestanden hat, trotz des Inhaltes! Wer Gewalt vollzieht, ist schuldig! Wer schweigt ist mitschuldig

Fragen an den Täter: Was wäre, wenn dir das angetan worden wäre? Entschuldigung und symbolische Wiedergutmachung. Einwilligung zu therapeutischer Behandlung.
Indem wir Betroffene von Gewalt ernst nehmen, ihnen zuhören und sie unterstützen!

You have the power to bring change. Don't be afraid to stand up for yourself. You are an amazing human being that deserves respect and love.

So wie die Dame, die den Prozess gegen ihren Ehemann öffentlich gemacht hat (Frankreich). Opfer sind nicht die, die sich schämen müssen.

Geht ganz einfach, wenn man drin steckt.

Indem ich darüber rede, was geschehen ist. Indem ich das Gegenüber damit konfrontiere. Indem ich aufhöre, die Schuld bei mir zu suchen.

Die Gesellschaft = alle muss gerechter werden und Frauen Freiheit ermöglichen - die Freiheit, alles zu tun, was sie möchten.

Die Scham ist nicht beim Opfer, sondern beim Täter! Wenn wir daran arbeiten, andere davon zu überzeugen, werden wir das auch irgendwann erreichen.

Das Patriarchat muss zerschlagen werden. Männer müssen sich über die heutigen ewigen Zustände der Gewalt bewusst werden!

Sadly I'm not sure shame can swap sides as the perpetrators will never leave themselves open to feel the shame.

Frauen anhören, Frauen* glauben schenken, Raum für Opfer sexualisierter Gewalt geben und diese Verbrechen endlich als das anerkennen, was sie sind. Patriarchaler Machtmissbrauch. Künstlern wie Rammstein keine Bühne geben. Konsequenzen auf diese Taten folgen lassen. Prävention, Vermitteln von anderen Männlichkeiten. Frauen nicht sexualisieren…*

Wie können wir mit Menschen umgehen, die völlig empathieunfähig sind? Wird sich ein Trump je schämen?

Take down patriarchy!

Unsere Gesellschaft muss die Haltung zu Penetration und 'männlicher Stärke' komplett überdenken. ‚Der Mann' sollte verstehen lernen, die ‚starke Hand' ist zum Helfen da nicht zum Zerstören. Wieso suchen sie sich tolle Frauen und zerstören sie bald mit ihrer falschen Kraft?? Wollen sie wirklich kaputte Frauen??

Vom Einzelfall zur strukturellen Gewalt. Geschlechterspezifische Gewalt zeigt sich in körperlicher Gewalt, aber auch in Unterdrückung und Dominanz im Alltag. Warum denken Männer, dass ihnen aufgrund ihres Geschlechts Überlegenheit zusteht? Warum brauchen sie Macht, Dominanz, Kontrolle fürs Selbstbild? Eine Aufgabe für den Mann, sich damit auseinander zu setzten!

I am often shoked by violence. I think of myself as a sensitive non-violent person. Then I was talking to my mom on the phone and she laughed upon that remark. She reminded me how I would hit boys in school. It is true. There was a time boys got trash and daring and I would slap their face with strength and courage I always forgot I had. I even did it when they said things instead of doing them. Eventually they would look funny at me and with one look back they set themselves straight. I never got in trouble.

In dem sie gesehen, angenommen und verarbeitet wird. Oft fängt dieses Gefühl viel früher an, bevor einer angeblichen Situation oder Tat.

language used to discuss. she was killed versus she was murdered / beliving victims / not viewing someone as different after they experience sexual assault / not normalizing misoginous language

this event should occur monthly in any and every city in the world!

Mann kann lernen, sich selbst zu vertrauen und weg von den Menschen zu gehen, die einem nicht gut tun.

I watched this with my II year old daughter. It kills me that she has to learn about this… but she also has to know that her body is hers and she has a voice.

mehr Freiheit für die Frau und ihre Entscheidungen

LEIDer kann sie das gar nicht!

cuando tocas fondo y ya no te sientes

durch Öffentlichkeit / kein Schweigen mehr

Indem durch prominente Anwälte die Täter zu Opfern verunglimpft werden. Der/die Missbrauchte zum Schweigen gebracht und als Unglaubwürdig diffamiert. kurzfristig und immer möglichst braucht es klare Positionierungen von Institutionen wie Justiz/Politik/ Schulen/ etc. gegen solche Gewaltformen einerseits. Andererseits müssen Männer privat anderen Männern* gegenüber (pro-)aktiv ebenfalls unmissverständlich Haltung bekenne, inakzeptables Verhalten verurteilen und sanktionieren. Offen oder ‚subtil' frauenverachtende Männergruppen müssen auch von innen heraus problematisiert werden. längerfristig gibt es nachhaltigen Bedarf für Bildungs- und Vernetzung Angebote, welche sich an männlich sozialisierte Personen richten. Ob das dann M-Klubschulen-eske Kurse anbietet, welche Fragen wie „Was ist das Patriarchat?" oder „Wie kann ich gewaltfrei kommunizieren?" abdecken oder eher Fokus legt auf soziale Vernetzung unter Männern*, welche Alternativen suchen zu konservativ-rigiden Gruppierungen, wäre abzuklären. Wichtig scheint mir, dass Männer* diese Projekte zentral mittragen und gestalten und die Arbeit in solchem Kontext fair entlohnt wird, sprich diese Projekte brauchen und verdienen öffentliche Subventionierung (zumal sie systemische Defizite aufarbeiten und auszugleichen versuchen). Männlich sozialisierte Personen, welche sich in ihrer Lebensrealität verloren fühlen, zumal ihnen patriarchale Macht a) als erstrebenswert verkauft wurde, und b) gleichzeitig für die wenigsten und immer auf Kosten anderer nur erreichbar ist (sprich: Enttäuschung), solche Personen müssen Anschluss und Weiterbildungsmöglichkeiten angeboten bekommen, welche auf interdisziplinär feministischen Idealen fussen. Glaube ich. (Statt rechtsradikale incel-Scheisse).*

Wie kann Scham die Seite wechseln?

Gedanken von Q.U.I.C.H.E.

Ich habe mich als Teil von Q.U.I.C.H.E. dem Projekt ‚In Your Own Words' angeschlossen – wohlwissend, dass das Thema sexualisierte Gewalt für mich als Betroffene schwierig werden wird. Wir – als Kollektiv – haben den Versuch unternommen, mithilfe der Partizipation von Ausstellungsbesuchenden eine gemeinsame Sprache für sexualisierte Gewalt zu finden. Die Frage „Wie kann ein Dialog entstehen, wenn ein Teil der Gewalt das Zum-Schweigen-Bringen ist?" stand während der Projektentwicklung im Fokus. Das Zum-Schweigen-Bringen bedeutet, dass Betroffene das Erlebte aufgrund vorherrschender Machtstrukturen für sich behalten, darüber schweigen. Mit Sicherheit bestehen grosse Hürden, was das Offenbaren von erlebter sexualisierter Gewalt betrifft – nicht zuletzt aufgrund der Scham, die zur ständigen Begleiterin wird.

Zu der Zeit, als ich mich mit den Antworten auf die Frage „Wie kann Scham die Seite wechseln?" beschäftigt habe, durchlief ich selbst in meiner Therapie einen Prozess, der durch die Komplexität des Erlebens von Scham geprägt war. Ich wollte auf die Antworten auf den Postkarten reagieren, sie einordnen. Aber ich realisierte: Das Zum-Schweigen-Bringen ist real. Ich befinde mich gerade mitten in diesem Prozess, er ist keineswegs abgeschlossen. Und das Gefühl der Sprachlosigkeit ist so umfassend, dass ich auf die vor mir liegenden Antworten gerade nicht anders reagieren kann, als mit dieser Reflexion. Das ist auch eine Realität. Mein Status Quo ist, dass die Scham mir nicht von aussen genommen werden kann – ich muss sie zuerst selbst verstehen lernen.

Der einzige Dialog, der mir in diesem Moment möglich ist, ist der mit meiner Therapeutin. Deshalb habe ich mich dafür entschieden, dass mein Schweigen zu besagter Frage und ihren Antworten kein Ich-wurde-zum-Schweigen-gebracht ist, sondern vielmehr schlichte Sprachlosigkeit. Gewisse Situationen, gewisse Personen, ein gewisser Ort und eine gewisse Zeit können anstatt einer Sprachfindung eben auch eine gemeinsam erlebte Sprachlosigkeit bewirken. Ich möchte meine Sprachlosigkeit für den Moment neben einer Auswahl an Postkarten stehen lassen. Darin können viele Antworten und Anregungen gefunden werden.

Wie würdest du antworten, wenn eine betroffene Person sich dir anvertraut?

Auswahl an Antworten

Ich würde mich zunächst für ihr Vertrauen bedanken und ihr zusichern, dass unser Gespräch unter uns bleibt. Dann würde ich fragen, wie es ihr aktuell geht, ob sie an einem sicheren Ort wohnt, professionelle Hilfe bekommt und bei der Polizei war. Ich würde ihr, so gut es geht, beistehen wollen und ihr zeigen, dass es gut ist, sich jemandem anzuvertrauen und Hilfe zu holen.

Danke, dass du dich mir anvertraut hast. Es tut mir sehr leid, dass dir so etwas passiert ist. Kann ich dich irgendwie unterstützen?

Ich höre dich und es tut mir unendlich leid. Ich hoffe, du wirst es irgendwann verarbeiten können.

Komm hier. Ich höre zu. Ich kann hier nicht helfen. Du sollst ihr selber helfen. Ich bin bei dir, manchmal.

Ich ermutige sie mir zu erzählen, was passiert ist. Würde meine eigene Erfahrung teilen. Sie unterstützen (Vermittlung von professionellen Stellen etc.)

Ich würde versuchen, dieser Person meine aufrichtige Anteilnahme zu vermitteln, zuzuhören, nicht zu ‚werten' oder zu verharmlosen. Das was die betroffene Person erleben musste (oder immer noch erlebt) ist prägend und kann evtl. nie mehr vergessen werden. Ich würde die Person unterstützen in der Form, die gewünscht wird.

Danke für dein Vertrauen. Wie kann ich dich begleiten in deinem ‚nicht fassbaren' Schmerz? ich bin für dich da. Von Frau für und zu Frau <3

In den Arm nehmen. Zuhören. Hilfe anbieten.

Nie darf jemand deine körperliche Grenze überschreiten. Nie! Immer ist es ein Übergriff!

Gut, redest du darüber. Ich bin für dich da! Wir holen ‚uns'/dir Hilfe.

THANK YOU FOR OPENING UP TO ME. Take all the time you need to heal. It won't be easy but you are strong. You won't be strong everyday but that is okay. I love you.

I woul tell them that that experience doesn't define them, that it is possible to move forward and learn to get away from another similar situation in the future. That they matter and have so many good things left to live.

ICH HÖRE DIR ZU

ICH HÖRE DICH. ICH SEHE DICH. ICH GLAUBE DEINE GESCHICHTE.

Ich würde der Person sagen, dass ich es niemandem weiter sag und ich würde ihr helfen.

Dass es mutig ist und ich dieses Vertrauen als Geschenk sehe. Ich würde mich dafür bedanken und ihr mitteilen, dass dieses Anvertrauen an einem sicheren Ort ist bei mir und dass das Gesagte von dieser Person weder verurteilt noch gewertet ist und dass, egal, was passiert, sie geliebt ist.

Ich hätte Mitgefühl und würde sie/ihn unterstützen. Nicht sprachlos bleiben.

Ich würde zuhören, dann fragen, wie ich helfen kann. Und zuletzt eine dafür ausgebildete Person vorschlagen.

„Es ist gut, dass du mit mir gesprochen hast. Ich helfe dir. Was kann ich für dich tun?"

Trost spenden, Anteilnahme, mich bedanken für das Vertrauen und unbedingt zur professioneller Hilfe ermutigen. Anbieten mitzugehen und einfach da sein.

I think I would feel an element of shame or sadness that they have experienced this and I didn't know. And then a sense of privilege and responsibility that they shared with me.

Gemeinsam das Leid/den Schmerz ‚aus-halten', tragen.

Das Geheimnis für mich behalten.

Unfortunately, I am a woman. Many, many people have opened up to me, shared stories of their experiences, times they said no, been pressured into saying yes, ran, hid, begged, fought.

It is a universal burden for women and girls. I was first raped when I was 14. I am now 22. Still get nightmares, still scared to say his name. No one would even believe me if I did.

Ich war fassungslos, als sie mir alles erzählt hat. Wir waren auf einer Party, bei der wir dann übernachtet haben. Ich war betrunken und habe deswegen die ganze Nacht durchgeschlafen. Sie ist später ins Bett mit ihrem Ex, im selben Zimmer wie ich. Dann hat er sie vergewaltigt. Ich wurde nicht wach, auch wenn sie gehofft hatte, ich würde ihr helfen. Dann am nächsten Morgen als sie mir alles erzählte, hatte ich Schuldgefühle. Wäre ich wachgeworden, hätte ich weniger getrunken? Ich hätte es verhindern können… Therapie und Hilfe lehnt sie bis heute ab, und ich kann nur als Freund da sein.

Erstmal: zuhören! Dasein!
Dann: Wie kann ich dir helfen?

Es ist nicht deine Schuld!

Ich habe keine Gewalt erfahren. Ich bin glücklich und zufrieden. Ich bin privilegiert, ich weiss. Aber ich bin für dich da. Vielleicht kann ich etwas von meiner Freude geben. Wenn nicht, dann bin ich da. Für dich.

Ich würde der Frau meine Hilfe beim sofortigen Verlassen des Mannes anbieten.

Ich finde, eine allgemeine Antwort dazu gibt es nicht. Und ich frage mich, ob meine Antwort überhaupt wichtig ist - oder nicht vielmehr die Kraft dieser Person diese Taten auszusprechen. In dieser Situation geht es nicht um mich - sondern um die betroffene Person. Anstatt zu antworten, würde ich fragen nach ihren Bedürfnissen. Ich würde fragen, wie ich sie maximal unterstützen kann.

Gut, dass du es nicht für dich behalten hast. Das musst du nicht alleine ertragen. Erstatte eine Anzeige. Ich helfe dir.

Ich würde der Person aufmerksam zuhören und sie ernst nehmen, und dann wenn nötig eine Lösung finden oder halt einfach für die Person da sein.

Listen without judgement and with kindness and empathy <3

Du bist in Sicherheit, sprich, ich höre dir zu und glaube dir. Du bist wertvoll und würdig.

Ich würde zuhören, empathisch sein, ihr den Raum geben, den sie braucht. Sich jemandem anvertrauen benötigt sehr viel Mut und Kraft, zeugt von Stärke und möglicherweise auch von einem intrinsischen Wunsch nach Veränderung. Wenn angebracht, würde ich meine Hilfe anbieten, aber nur, wenn die Person dies wünscht und zulassen kann. Ich wenn nur zu gut, wie sich all das anfühlen kann…

Danke für deine Offenheit, ich werde sie vertraulich für mich behalten.

Es kommt auf den Moment, Situation an. Im Besonderen da sein.

DANKE! ICH KANN MIR VORSTELLEN, DASS DAS NICHT EINFACH WAR ZU ERZÄHLEN. WIE KANN ICH GERADE FÜR DICH DA SEIN?

Ich bin bei dir. Immer!

Was kann ich für dich tun? Es ist deine Entscheidung etwas zu ändern oder den Status Quo beizubehalten! Egal wie, ich helfe dir!

A pause. Thoughtful. Un-understandable, heart crushing sadness.

Scusi, ich wür gern hälfe aber bin überfordert!

Ich würde ihm/ihr ohne Unterbrechung zuhören. Empathisch umgehen. Und fragen: was kann ich jetzt für dich machen? Eine Umarmung.

Trenne dich, er wird sich nie ändern, auch wenn er dich noch so um Vergehbung anfleht und sagt, dass es dich liebt. Du bist nicht schuld. Das einzige, was er braucht, ist eine Therapie. Ohne die wird es immer schlimmer.

Darüber sprechen hilft dir hoffentlich. Ich höre dir zu und verstehe dein Leid. Bei der Heilung kann ich dich unterstützen bzw. dir Wege zeigen, wie es möglich wird. Und wenn der Schmerz immer bleiben wird, bekommt er einen Rahmen, wo er vielleicht erträglicher wird.

Ich würde auf empathische Weise zuhören. Dann die Person fragen, was sie gerade benötigt und ob wir eine Lösung zusammen finden sollen.

Wie würdest du antworten, wenn eine betroffene Person sich dir anvertraut?

Gedanken von Q.U.I.C.H.E.

Fast 30 Jahre, seitdem ich als Kind sexuell missbraucht wurde. Fast 30 Jahre, seitdem ich Reaktionen anderer auf meine Geschichte bekomme: verbal, non-verbal, paraverbal. Fast 30 Jahre im Kampf um Anerkennung, Trost, Sicherheit. Die Vielfalt der (wiederkehrenden) Reaktionen habe ich in diesem Text darzustellen versucht.

Wellen

die vorgehaltene hand
vor dem mund
augen
aufgerissen
augenbrauen hochgezogen
es tut mir so leid
das wusste ich nicht
wann ist das denn passiert
warum hast du nichts gesagt
warum hast du
nichts früher gesagt
ich bin für dich da
egal
was ist
was hattest du denn an
was hast du getan
wie konnte
es so weit kommen
was machen wir nun
scheisse
scheisse
scheisse
es tut mir
so leid
warum bist du
nicht gegangen
hast du dich gewehrt

was hast du getan

wie hast du dich verhalten
was hast du danach getan
davor

nein
es war sicher
nicht deine schuld
vielleicht
hättest du aber
vorsichtiger sein sollen
vielleicht
hättest du
was anderes anziehen sollen
vielleicht
nicht so spät
alleine
nach hause laufen sollen
nein
es ist
sicher nicht deine schuld
nein, ganz bestimmt nicht
ich bin für dich da
höre dir zu
halte dich im arm
umarme dich
so lange
bis der schmerz nachlässt
nehme deine hand
und begleite dich
durch das
auf
und
ab
bist du immer noch traurig
immer noch wütend
immer noch angespannt

du musst
die vergangenheit
hinter dir lassen

das Geschehene
ist
geschehen
du
musst
einen weg finden
loszulassen
zu vergessen

was sind denn
flashbacks
hmmm
ok
ja
das klingt übel
bist du in therapie
ja
geh mal da hin
die können dir sicher helfen
du musst
die vergangenheit
ruhen lassen
du musst lernen
zu vergessen
es
ist
passiert
es kann nicht mehr
rückgängig gemacht werden
oh mein
gott
WAS
das
ist absolut schrecklich

das wusste ich nicht

danke
für dein vertrauen
du bist so stark
du bist eine kämpferin

weisst du
wie viel du eigentlich meisterst
nur schon
dass du da bist
und
weiter machst
ich bin stolz auf dich
ich werde dich beschützen
bei mir bist du sicher
ich halte dich fest
und lass erst los
wenn du aufgehört hast zu weinen
ja
ich bleibe
egal
wie lange es geht
ich bin für dich da
ich gebe mein bestes
vielleicht hilft
traumatherapie
oder
psychedelika
oder einfach mal
chillen
vergessen
nicht mehr daran denken
weinst du wieder
ich weiss nicht mehr weiter

ich will für dich da sein
aber ich weiss nicht wie
für mich ist es auch schwer
du musst
vergessen
du musst
das ganze
verarbeiten
weinst du wieder

du musst vergessen
weine nicht
ich kann nicht mehr
du musst vergessen

ich will
vergessen

hör auf
weinst du wieder
ich bin für dich da
ich höre dir zu
ich nehme deine hand

weinst du wieder
du musst

vergessen
du kannst das

ich
glaube

dir
ich
glaube
an
dich

Suzanne Lacy: By Your Own Hand

Sandra Beate Reimann

Gewalt und Tod treffen die Menschen nicht gleich. Je nach sozialem Geschlecht – aber auch abhängig von Wohlstand oder Race – sind Menschen sehr unterschiedlich davon betroffen. Geschlechtsspezifische Gewalt ist alltäglich und weit verbreitet, erfährt aber erst seit wenigen Jahren vermehrt Aufmerksamkeit in Politik und Gesellschaft. Sie ist das Thema der Videoinstallation De tu puño y letra (By Your Own Hand) (2014–2015/2019) von Suzanne Lacy. Die in Los Angeles lebende Künstlerin ist Pionierin feministischer und aktivistischer Performancekunst. Mit ihrer partizipativ ausgerichteten und häufig in Zusammenarbeit mit lokalen Gemeinschaften entstehenden Social Practice engagiert sich Lacy gegen gesellschaftliche Missstände und für marginalisierte Gruppen. Schon seit den frühen 1970er-Jahren thematisierte sie Vergewaltigungen, gab den betroffenen weiblich gelesenen Personen eine öffentliche Stimme und benannte die patriarchalen Ursachen dieser Gewalt.

In der Videoinstallation De tu puño y letra (By Your Own Hand) (2014–2015/2019) treten nacheinander männlich gelesene Personen vor, die in sachlichem Ton Auszüge aus Briefen lesen. Es sind erschütternde Zeugnisse brutaler geschlechtsspezifischer und häuslicher Gewalt, welche eine tiefe Beklemmung hinterlassen. Sie reichen von sexuellen Übergriffen bis hin zu Gruppenvergewaltigung und Femizid. Die Filmaufnahmen entstanden in einer Stierkampfarena in Quito, einem männlich konnotierten Raum, der traditionell von Gewalt und Dominanz geprägt ist. Die kreisförmige Anordnung der Projektionen versetzt das Ausstellungspublikum selbst in die Mitte der Arena und konfrontiert es direkt mit den Worten und Blicken der Akteure. Die lebensgrosse Darstellung macht die körperliche und emotionale Herausforderung ihres Auftrittes spürbar.

Die bewusste Entscheidung, männlich gelesene Personen die Zeugnisse weiblich gelesener Gewaltopfer vortragen zu lassen, unterstreicht die Rolle des Patriarchats als strukturelle Grundlage dieser Gewalt. Zugleich wird die Diskrepanz zwischen den männlichen Stimmen und den weiblichen Erfahrungen zu einem zentralen Element, das zum Nachdenken anregt und eine Reflexion über Geschlecht, Macht und Glaubwürdigkeit ermöglicht.

Q.U.I.C.H.E.

Instagram: q.u.i.c.h.e.collective
Mail: kisses@quiche.love
Website: www.quiche.love

Basel, 2025

Kanton Basel-Stadt
Kultur