



Sind Sie von Gewalt betroffen?
Hier bekommen Sie Hilfe:
Bei akuter Gefahr rufen Sie immer die Polizei unter der Notrufnummer 110 an. Auf der Internetseite des Bundesverbands Frauenberatungsstellen und Frauennotrufe (BFF) finden Sie Beratungsstellen in ihrer Nähe. Das Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ ist unter 116 016 erreichbar. Opferte-
lefon des Weißen Rings: 116 006 (bundesweit, kostenfrei, täglich von 7 bis 22 Uhr).
Von Gewalt betroffene Männer finden Unterstützung bei der Hilfetelefon-hotline „Gewalt an Männern“: 0800 1239900.

Oft beginnt es mit Verbalattacken

Kommt es in Liebesbeziehungen zu Gewalt, sind die Betroffenen meist Frauen. Noch herrscht wenig Bewusstsein darüber, dass auch manipulatives und einschüchterndes Verhalten des Partners Gewalt ist. Wie zeigt sich seelischer Missbrauch in Beziehungen?

Von Kristina Auer

Schlagen, Schubsen, Bedrohungen oder sexuelle Übergriffe – das sind alles Formen von Gewalt in einer Liebesbeziehung. Trotzdem werden jedes Jahr Hunderttausende Menschen in Deutschland in ihrer Beziehung Opfer solcher Angriffe. Zahlen des Bundeskriminalamts zufolge sind 80 Prozent der Betroffenen Frauen. Nach wie vor ist die Dunkelziffer der Fälle hoch.

Doch was, wenn der Partner „nur“ abfällige Bemerkungen macht, die Nachrichten auf dem Handy kontrolliert oder bei Konflikten ständig damit droht, sich zu trennen – aber nicht körperlich aggressiv wird? Ist das schon Gewalt oder noch „normal“?

Expertin warnt vor Gewaltspirale

„Es gibt viele Klischees darüber, wie man sich Betroffene von häuslicher Gewalt vorstellt“, sagt Claudia Igney vom Bundesverband Frauenberatungsstellen und Frauennotrufe (BFF). In vielen Köpfen herrsche das Bild der Frau mit blauem Auge oder gebrochenem Bein. Doch das treffe längst nicht in allen Fällen zu.

Verschiedene Studien gehen davon aus, dass etwa ein Drittel bis drei Viertel aller Frauen im Laufe ihres Lebens von Gewalt in der Partnerschaft betroffen sind. Das missbräuchliche Verhalten beginnt

dabei meist schon Monate oder sogar Jahre vor dem ersten körperlichen Angriff. „Häufig passiert es schleichend“, betont Igney. Viele Betroffene berichteten davon, dass die Beziehung zu Beginn sehr liebevoll und glücklich gewesen sei. Irgendwann kippe die Zuneigung und Verbundenheit um in Macht- ausübung.

Erste Anzeichen von Partnerschaftsgewalt seien oft kleine Grenzüberschreitungen, erklärt Igney. „Er verbietet ihr, sich mit ihren Freundinnen zu treffen, oder sagt abwertende Dinge vor Freunden und Bekannten.“ Häufig geht es dabei zunächst nicht um tätliche Angriffe, sondern vor allem um Macht und Kontrolle.

In manchen Beziehungen bleibt es „nur“ bei psychischer Gewalt. Sie kann aber auch ein Warnsignal für drohende körperliche Übergriffe sein. Igney beschreibt eine „Spirale der Gewalt“: Männer, die ein psychisch missbräuchliches Verhalten zeigten, würden später häufig auch physisch gewalttätig. Was mit kleinen, verbalen Angriffen beginnt, ende dann in schwerer körperlicher oder sexueller Gewalt – bis hin zum Tötungsdelikt.

Umso problematischer ist es, dass die Anzeichen oftmals nicht als Gewalt erkannt werden. Dazu komme teils ein fataler Gewöhnungseffekt, erklärt Igney: „Je häufiger die Übergriffe werden, desto schwieriger wird es irgend-

wann, sie überhaupt noch als Grenzverletzungen wahrzunehmen“, sagt Igney. Viele Frauen berichteten, die alltägliche Gewalt sei für sie irgendwann normal geworden.

„In der öffentlichen Wahrnehmung ist psychische Gewalt noch überhaupt nicht präsent“, sagt Julia Schaffner, Geschäftsführerin von „Frauen* beraten Frauen*“ in Wien. Der Verein hat ein Handbuch erstellt, das über die verschiedenen Formen von Gewalt aufklärt. Selbst den Betroffenen sei oftmals nicht bewusst, dass sie Gewalt erfahren. Häufig werde den Frauen zudem von den Tätern eingeredet, dass sie selbst schuld an den Vorfällen seien, sagt Schaffner. „Wenn Frauen mit Gewalterfahrungen in die Beratung kommen, glauben sie meistens, dass sie selbst das Problem sind“, berichtet Schaffner. „Erst im Lauf des Gesprächs wird dann klar, dass sie in einer Gewaltbeziehung leben.“

Betroffene Frauen haben häufig Schuldgefühle

Selbstbeschuldigungen seien eine typische Folge von Gewalterfahrungen, erklärt auch Anette Kersting, Direktorin der Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie des Universitäts-klinikums Leipzig. Dort ist vor Kurzem eine Befragungsstudie zum Thema Partnerschaftsgewalt gestartet. Neben den Schuldgefühlen entstehe bei vielen Betroffenen auch Scham über das Erlebte. „Sie sorgt dafür, dass man sich noch weniger seiner Umgebung öffnet“, sagt die Expertin. Selbst wenn sie sich über die erlebte Gewalt im Klaren seien, blieben dadurch viele Betroffene allein mit ihren Erfahrungen. Hinzu komme die Stigmatisierung von Gewalter-

Wenn alle Kumpels schon beim ersten blöden Spruch sagen würden: „Hey, was ist das für ein Scheiß, das ist nicht okay und das ist auch nicht männlich!“ – dann würde das viel verändern.

Claudia Igney, Bundesverband Frauenberatungsstellen und Frauennotrufe

In der öffentlichen Wahrnehmung ist psychische Gewalt noch überhaupt nicht präsent.

Julia Schaffner, Soziologin

fahrungen. „Menschen im Umfeld denken vielleicht: Warum wehrt sich die Frau nicht, warum verlässt sie ihn nicht?“, sagt Kersting. Dieses Unverständnis führe auch dazu, dass die Gewalt verschwiegen werde.

Ein weiteres Problem: Psychische Gewalt stellt in den meisten Fällen keinen Straftatbestand dar und kann deshalb auch nicht angezeigt werden. „Anders als blaue Flecken und Verletzungen lässt sich psychische Gewalt auch nicht dokumentieren“, sagt Julia Schaffner. Betroffene können daher oftmals nur schwer nachweisen, dass ihnen Gewalt widerfährt.

Gewalt kann schwere psychische Erkrankungen verursachen

Psychische Gewalt hat für die Betroffenen gravierende Folgen: Ständige Bedrohung und Abwertung erzeugten einen enormen psychischen Stress, betont Claudia Igney vom BFF. „Das zermürbt einen Menschen.“ Dass Gewalterfahrungen schwere psychische Krankheiten hervorrufen können, ist auch medizinisch belegt. „Die Wahrscheinlichkeit, eine depressive Störung, posttraumatische Belastungsstörung oder Angsterkrankung zu entwickeln, ist bei Betroffenen von interpersoneller Gewalt deutlich erhöht“, sagt Klinikdirektorin Anette Kersting. Auch Suizidgedanken träten vermehrt auf.

Sich aus der Gewaltspirale zu befreien, ist für betroffene Frauen daher mit enormer Anstrengung verbunden – selbst wenn die Erkenntnis längst da ist, dass es sich um Gewalt handelt. „Subjektiv erscheint es den betroffenen Frauen oft schlimmer, sich zu trennen, als die Situation weiter auszuhalten“, sagt Kersting. Auch finanzielle Zwänge oder die Sorge vor weiterer gesellschaftlicher Stigmatisierung können Ursachen dafür sein, aber auch Drohungen des Partners. „Das Risiko, getötet zu werden, ist für eine gewaltbetroffene Frau in der Zeit der Trennung am allerhöchsten“, betont Claudia Igney. Wo kann die Gesellschaft anset-

zen, um der Gewalt in Partnerschaften entgegenzuwirken? Kampagnen wie „Liebe ohne Gewalt“ oder „Wege aus der Gewalt“ des Paritätischen Wohlfahrtsverbands wollen für das Thema sensibilisieren. Das sei wichtig, um das Unrechtsbewusstsein zu stärken, sagen die Expertinnen.

Claudia Igney wünscht sich mehr Kampagnen, die auch die potenziellen Täter in die Verantwortung nehmen. Dazu gehöre, Männerbilder zu hinterfragen, um einen gesellschaftlichen Wandel zu bewirken. Gerade Männer dürften nicht wegschauen, wenn sie in ihrem Umfeld Gewalt von anderen Männern miterleben. „Wenn alle Kumpels schon beim ersten blöden Spruch sagen würden: ‚Hey, was ist das für ein Scheiß, das ist nicht okay und das ist auch nicht männlich!‘ – dann würde das viel verändern“, sagt Igney.

„Auch die Förderung von gleichberechtigten Beziehungen ist Gewaltprävention“, sagt Julia Schaffner. Wenn die Aufgaben und Pflichten in einer Partnerschaft gleich verteilt seien, sinke das Risiko eines ungleichen Machtverhältnisses, und damit auch von Gewalt. Zu dieser Gleichberechtigung gehört auch die Fähigkeit, über Konflikte zu kommunizieren. „Sich respektvoll auf Augenhöhe zu streiten muss man gelernt haben“, sagt auch Claudia Igney.

In der frühkindlichen Erziehung und in der Jugendarbeit gibt es nützliche Ansätze zur Vorbeugung

gegen Gewalt. Dazu gehört die Stärkung von Unrechtsbewusstsein, ebenso wie die Fähigkeit, sich gegen Aggressionen zur Wehr zu setzen. Mädchen und Frauen werde laut Schaffner noch immer häufig beigebracht, lieb und ruhig zu sein und sich selbst zurückzunehmen. Aus diesem Rollenbild auszu- brechen sei ein erster Schritt.

Wissen über Gewalt könne etwa in der Polizei- oder Lehrkräfteausbildung noch stärker vermittelt werden, empfiehlt Prof. Anette Kersting. „Dazu gehört auch ein Verständnis dafür, dass es meistens eine gewisse Zeit dauert, bis sich eine Frau aus der Situation befreien kann“, sagt Kersting. Auch Beratungsstellen für gewalttätige Männer seien ein wichtiger Ansatz. „In den Biografien vieler Täter wird deutlich, dass sie selbst auch einmal Opfer waren.“ Um diesen Teufelskreis zu durchbrechen, brauche es Anlaufstellen für Männer, die sich ändern wollen.

Mehr Geld für die Beratungsstellen und mehr Plätze in Frauenhäusern werden von vielen Seiten gefordert. „Die Unterstützungssysteme sind immer am Rande der Kapazitätsgrenzen“, sagt Igney. Um mehr Prävention und Sensibilisierungsarbeit leisten zu können, brauche es mehr finanzielle Mittel. „Partnerschaftsgewalt kann jede Frau treffen“, betont Igney. „Deshalb wäre es wünschenswert, dass das Thema nicht nur einmal im Jahr zum Aktionstag in den Fokus rückt.“

Merkmale psychischer Gewalt

■ **Die Kampagne „Liebe ohne Gewalt“** des Modelabels Yves Saint Laurent benennt neun Merkmale von psychischer Gewalt in Beziehungen:

■ **Ignoranz:** Den Partner oder die Partnerin bei Konflikten mit Nichtbeachtung bestrafen.

■ **Erpressung:** Zum Beispiel mit Trennung, wenn sich das Gegenüber nicht so verhält wie gewünscht.

■ **Demütigung:** Beleidigungen und herabwürdigende Aussagen auch vor anderen.

■ **Manipulation:** Der Versuch, das Verhalten der anderen Person zu beeinflussen und dadurch ein Machtungleichgewicht aufzubauen.

■ **Eifersucht:** Wenn jemand alle Aktivitäten und Interessen der Beziehungsperson herabwürdigt und die uneingeschränkte Aufmerksamkeit für sich selbst einfordert.

■ **Kontrolle:** Vorschriften zu Verhalten oder Kleidung.

■ **Eingriff in die Privatsphäre:** Nachrichten auf dem Handy lesen, Passwörter verlangen oder jeden Schritt der Partnerin oder des Partners mit Spyware verfolgen.

■ **Isolation:** Der Versuch, Partnerin oder Partner von Freunden und Familie zu trennen.

■ **Einschüchterung:** Durch Drohungen und Wutausbrüche eine Angstkulisse erschaffen, die Widerspruch unmöglich macht.



Wer hat die Oberhand? Kommt es zu körperlichen Übergriffen in der Beziehung, geht es dabei in erster Linie um Machtausübung. FOTO DPA