Gewalt im Alltag

ist ein Projekt der

Karin und Walter Blüchert Gedächtnisstiftung

Warum ist es so schwer, sich Hilfe zu holen?

… bei erlebter häuslicher oder sexualisierter Gewalt

Ablauf des Vortrags

- Vorstellung Referentin und Thema
- Die Situation von Betroffenen
  - Kindern und Jugendlichen
  - Erwachsenen
- Was kann eine Person tun, die häusliche Gewalt und/oder sexualisierte Gewalt erlebt?
- Gute Gründe, sich keine Hilfe zu holen
  - Schuld
  - Scham
- Was hilft denn überhaupt?
- Was ist wichtig, wenn ich helfen möchte?
- Fazit

Vorstellung

der Referentin

- Urte Paulsmeier
- Sozialpädagogin
- seit 25 Jahren in der Fachberatungsstelle gegen sexuelle Gewalt, Dolle Deerns e.V. in Hamburg Niendorf
- Beratung für Mädchen und junge Frauen die sexualisierte Gewalt, in welcher Form auch immer, erlebt haben oder noch erleben.

Häusliche Gewalt und sexualisierte Gewalt

- Sexualisierte Gewalt im familiären oder nahen sozialen Umfeld ist häusliche Gewalt
- In Fällen von häuslicher Gewalt ist sexualisierte Gewalt häufig ein Teil der Gewalt
- Deshalb passen die beiden Themen Häusliche Gewalt und sexualisierte Gewalt sehr gut zusammen
- … und warum ist es so schwer, sich Hilfe zu holen?

Die Situation der Betroffenen

- jede Reaktion auf Gewalt, auf häusliche Gewalt sowie aufsexualisierte Gewalt, ist eine gesunde Reaktion auf ein ungesundes Ereignis
- Die betroffene Person erlebt heftigste Gewalt in ihrem eignen Zuhause
- bitte stellen Sie sich das mal vor: da wo Sie leben, da wo Sie vertrauen, da passiert etwas Unglaubliches, etwas Unaussprechliches …
- es wird also bei der theoretischen Vorstellung schon deutlich, dass es schwer ist, darüber zu reden

Kinder und Jugendliche

- Es ist ein Unterschied, ob Kinder und Jugendliche Gewalt, körperliche und sexualisierte Gewalt erleben oder ob Erwachsene Gewalt erleben
- Kinder und Jugendliche sind viel extremer abhängig von ihrem Zuhause, materiell wie emotional
- Für Kinder und Jugendliche ist es noch viel schwieriger, sich jemandem anzuvertrauen
- Zu diesem Thema später noch etwas mehr Information

Wir können davon ausgehen:

- Kein Mensch möchte häusliche Gewalt oder sexualisierte Gewalt erleben!
- Kein Mensch möchte, dass das weiter geht, dass es sich wiederholt!
- Kein Mensch möchte, dass die Situation womöglich eskaliert, also dass es vielleicht NOCH schlimmer wird

… und …

- Jeder Mensch möchte glücklich sein
- Jeder Mensch möchte unversehrt sein
- Jeder Mensch möchte in Nähe und Frieden mit anderen leben

Was kann eine Person also tun, die häusliche oder sexualisierte Gewalt erlebt? Was tut die Frau im Film?

- sich anpassen
- sich verstecken
- sich einreden, es werde alles wieder gut
- das eigene Verhalten ändern, weil es ja „meine Schuld“ ist
- alles Erdenkliche tun, um das eigene (Familien) Leben zu schützen

… oder …

- sich eigestehen, „ich erlebe Gewalt“
- sich eingestehen „meine Beziehung kann so nicht weiter gehen“
- sich eingestehen „mein Lebensmodell ist gescheitert“

BITTE stellen Sie sich vor

- das Kartenhaus des Lebens bricht zusammen
- ich muss hier raus, es ist vorbei
- die Person, der ich mein Leben anvertraut habe, tut mir und/oder meinen Kindern heftigste Gewalt an
- Diese Erkenntnis ist der schwerste Schritt!
- Diese Erkenntnis ist ein entscheidender Schritt!
- Diese Erkenntnis ist schwer und schmerzhaft
- Ohne die Erkenntnis, dass es so nicht weiter geht, kann Hilfe holen nicht in Erwägung gezogen werden

Unterschiede zwischen Kindern und Jugendlichen

die häusliche, sexualisierte Gewalt erleben

- Untersuchungen belegen, dass Kinder und Jugendliche intuitiv, fast instinktiv den Schutz ihrer Familie, die sie lieben, von denen sie abhängig sind, als oberste Priorität im Leben einordnen
- Die emotionale Sicherheit, dort bleiben zu können, wo ich mich zu Hause fühle, steht immer an erster Stelle!
- Die Sorge um die eigene Sicherheit oder Unversehrtheit ist nachrangig!
- häufig wird Kindern zusätzlich eingeredet, dass das, was ihnen passiert, zu ihrem Besten sei, dass das okay ist, dass das nur aus Liebe passiere.
- Das ist wichtig, zu wissen! Kinder können ihre Familien nicht ans Messer liefern, weil sie damit ihre eigene Existenzgrundlage zerstören würden
- Diese Reaktion, dieser Instinkt ist verständlich!
- Es gibt kein Paradies, wo alles wieder gut wird. In der Regel gibt es die öffentliche Erziehung

Gute Gründe, sich keine Hilfe zu holen

Die schlimmsten Gefühle, die man haben kann, die eine Person davon abhalten, sich anzuvertrauen: Schuld und Scham

Schuld

- dir glaubt sowieso keiner
- siehst du, was du anrichtest, wozu du mich bringst? (sagt der Mann im Film zu seiner Frau)
- Manipulation durch Täter oder Täterinnen
- „Nur weil du so bist, wie du bist, habe ich das getan/ muss ich so etwas mit dir tun“
- was habe ich getan, dass dieser Mensch so ausrastet?
- in der Dynamik habe ich auch agiert
- wenn ich selber schuld bin, hätte ich es doch auch verhindern können! (dies fühlt sich im Umkehrschluss manchmal an wie eine Art Selbstermächtigung, ich hätte ja …)
- ich habe mein Kind nicht rechtzeitig geschützt

Gute Gründe, sich keine Hilfe zu holen

Die schlimmsten Gefühle, die man haben kann, die eine Person davon abhalten, sich anzuvertrauen: Schuld und Scham

Scham

- dass mir sowas passiert
- dass ich mich nicht schützen konnte
- nach außen wirken wir wie eine heile Familie
- dass ich nicht früher STOP gesagt habe
- dass ich nicht früher gegangen bin
- dass ich mein Kind nicht rechtzeitig geschützt habe

Gute Gründe, sich keine Hilfe zu holen

Die schlimmsten Gefühle, die man haben kann, die eine Person davon abhalten, sich anzuvertrauen: Schuld und Scham

Scham

- alle werden mich ab sofort nur noch als Opfer wahrnehmen
- ich bin beschmutzt
- ich bin so eine, mit der man das machen kann
- ich habe mich so in diesem Menschen getäuscht
- was werden unsere gemeinsamen Freunde, unsere Verwandten von mir, von uns denken?

Hürden und Widersprüche

- der Mensch, der mir das antut, war oder ist ein Mensch, den ich liebe
- es gibt auch jetzt immer wieder gute Tage
- ich kann den Kindern doch den Vater nicht wegnehmen
- wo soll ich hin?
- ich verliere mein Zuhause
- die Kinder verlieren ihr Zuhause
- ich bin materiell abhängig
- werde ich jemals einen anderen Partner/eine andere Partnerin finden?

Ängste sich Hilfe zu holen

- wird mir geglaubt?
- muss ich hier ausziehen?
- behalte ich die Kontrolle (z.B. darüber, ob eine Anzeige erstattet wird)
- MUSS ich vor Gericht aussagen?
- schaffe ich das?
- wer steht mir überhaupt bei?
- Werde ich für verrückt erklärt?
- werden ihm die Kinder zugesprochen?

Was hilft denn überhaupt?

- dass mir geglaubt wird
- dass mir jemand zuhört
- dass mir niemand Vorwürfe macht
- dass mir nicht die Schuld gegeben wird für das, was passiert ist
- dass alle meine Gefühle da sein dürfen, auch die Schuldgefühle
- dass wir dasitzen und zusammen einen Tee trinken und gar nicht die ganze Stunde reden müssen
- dass ich weinen darf, dass ich wüten darf, dass ich schweigen darf, dass ich lachen darf
- dass wir hier in der Beratung auch oft lachen

Was hilft denn überhaupt?

- dass ich weiß, meine Mutter hat auch jemanden zum reden
- dass jemand für mich da ist
- dass meine Mutter mir geglaubt hat und nicht meinem Vater
- dass es Menschen gibt, die nichts davon wissen und mich ganz normal behandeln
- dass es Menschen gibt, die davon wissen und mich trotzdem ganz normal behandeln
- dass ich trotzdem mit meinen Freund*innen feiern gehe, dass ich lustig sein kann und Spaß haben kann
- dass ich nicht auf meine Gewalterlebnisse reduziert werde

Welche Hilfe ist wofür gut?

Sich vertrauenswürdigen Personen zu offenbaren

- Eltern, Geschwister, Verwandten
- Freund*innen
- Lehrer*innen, Ausbilder*innen

Beratungsstellen

- Frauenberatungsstellen
- spezialisierte Beratungsstellen zu
  - häuslicher Gewalt
  - sexualisierter Gewalt

Welche Hilfe ist wofür gut?

Rechtsbeistand, Rechtsanwältin/Rechtsanwalt

- wichtig, bevor eine Anzeige erstattet wird
- um zu klären, ob die Taten Straftatrelevant sind und ob es Beweise gibt
- um zu klären, ob eine Anzeige überhaupt sinnvoll ist

Welche Hilfe ist wofür gut?

Polizei

- nimmt jede Anzeige auf
- Anzeige erstatten NUR nach (juristischer) Beratung!
- sexualisierte Gewalt und häusliche Gewalt sind Offizialdelikte, d.h. die Anzeige kann meistens nicht zurückgezogen werden, sondern die Polizei MUSS ermitteln
- hat den Auftrag, gegen Straftaten zu ermitteln und NICHT, die Opfer zu schützen
- eine Aussage, mehrere Aussagen, das gesamte Strafverfahren kann sehr belastend sein
- dies ALLES muss gut überlegt sein, bevor eine Anzeige erstattet wird!

Was ist wichtig, wenn ich helfen möchte?

- Zuhören
- das Erzählte nicht in Frage stellen
- da bleiben, auch wenn man am liebsten weglaufen möchte
- keine ungefragten Ratschläge geben
- sich selber Hilfe holen, z.B. anonym in einer Beratungsstelle
- NICHTS gegen den Willen der Betroffenen tun!
- NICHTS über den Kopf der Betroffenen hinweg tun!

Fazit

- Es gibt gute Gründe, sich keine Hilfe zu holen!
- Es gibt keinen Grund, einem Menschen vorzuwerfen, er hätte sich keine Hilfe geholt!
- Zu sagen: „Warum bist du denn nicht früher zu mir gekommen?“ kann man sich gepflegt sparen!!!
- Wenn es das Vertrauen oder auch nur eine kleine Hoffnung gibt, dass HILFE auch hilfreich sein könnte, das heißt, dass sich die Lebenssituation WIRKLICH verbessern könnte, holen Menschen sich auch Hilfe!
-
- Und dann ist es wichtig, dass wir da sind, dass ihr da seid, dass Menschen füreinander da sind und sich eggenseitig unterstützen!

Weitere Fragen?

VIELEN DANK

… für Ihre Aufmerksamkeit!

Urte Paulsmeier

Dolle Deerns e.V.