

## **Was unter Gewalt zu verstehen ist...**

Es gibt verschiedene Formen von Gewalt. Diese sind:

- körperliche Gewalt (z. B. stoßen, schlagen, treten, würgen, festhalten, fesseln, verbrennen, sonstige Verletzungen zufügen, mit Dingen beworfen werden, Essensentzug ...)
- sexualisierte Gewalt (z. B. Vergewaltigung, gegen den Willen zu sexuellen Handlungen gezwungen werden, sexuell angegriffen werden, als Sexobjekt behandelt werden ...)
- psychische Gewalt (z. B. kontrolliert werden, mit wem Sie sprechen, was Sie tun, für verrückt erklärt werden, bedroht werden, dass Ihnen die Kinder weggenommen werden, eingeschüchtert oder beleidigt werden, in Angst versetzt werden, Sie für die Gewalt verantwortlich machen, Ihnen die Schuld geben, Sie vor anderen erniedrigen oder demütigen...)
- ökonomische Gewalt (Verbot oder Zwang zur Arbeit, Geld zugeteilt bekommen, etwas verweigert oder weggenommen bekommen, den Zugriff auf das Konto verwehrt bekommen, kontrolliert werden, was ausgegeben wird ...)
- soziale Gewalt (Privilegien ausnutzen, Sie wie eine Bedienstete behandeln, Entscheidungen für Sie oder ohne Sie treffen, Ihre Kontakte einschränken und überwachen ...).

Häusliche Gewalt ist meistens kein einmaliges, außergewöhnliches Ereignis. Es handelt sich vielmehr um ein vielschichtiges Misshandlungsverhalten, das dazu bestimmt ist, Macht und Kontrolle über eine andere Person, ihr Handeln und Denken zu gewinnen.

Körperliche und sexuelle Gewalt sind oft nur Teil des Verhaltens. Meistens kommen andere Beeinträchtigungen hinzu. Bei Betroffenen wächst dadurch die Angst vor dem nächsten, unkalkulierbaren Gewaltausbruch. Dabei kommt häusliche Gewalt in allen Schichten und Nationalitäten vor.

Die Gewalt entwickelt oft eine eigene Dynamik. Die US-amerikanische Psychologin Walker beschreibt die Dynamik mit dem „Kreislauf der Gewalt“ und benannte drei miteinander verwobene Phasen: den „Spannungsaufbau“, den „Gewaltausbruch“ und die „Entschuldigungs- und Entlastungsversuche“. Die letzte Phase, in der der gewalttätige Mensch seine Tat bereut und Besserung gelobt, macht es Betroffenen schwer, die Misshandlungsbeziehung zu beenden.

Dieser Kreislauf bewirkt, dass die Gewalttätigkeiten immer schlimmer und/oder immer häufiger passieren. Die Entlastungs- und Entschuldigungsphasen verringern sich.

## **...und wie ihre Folgen sind...**

Die Gewaltopfer verlieren dabei immer mehr Selbstvertrauen; fühlen sich immer ohnmächtiger, minderwertiger und immer mehr ausgeliefert; werden dabei aber auch immer abhängiger vom Täter, so dass eine Ablösung immer schwieriger wird.

Folgen sind oft gesundheitliche Störungen; neben Verletzungen durch offene körperliche Gewalt kommt es häufig zu unspezifischen Störungen, die nicht auf den ersten Blick mit der Gewalt in Zusammenhang zu bringen sind.

Dazu zählen psychische Störungen wie

- vegetative Übererregung und Nervosität
- Ängste
- Depressionen
- Schlafstörungen
- Suchtmittelmissbrauch
- Suizidalität

sowie psychosomatische Störungen wie

- Essstörungen
- Migräne
- Chron. Magen-Darmbeschwerden
- Unterleibsbeschwerden

Häufig sind dies Folgen länger andauernder, subtilerer Gewaltformen wie psychischer Gewalt, ökonomischer Gewalt oder sozialer Gewalt. Wichtig ist, zu wissen, dass Gewalt sich nicht nur auf körperlicher Ebene abspielt; die anderen Gewaltformen sind als solche schwerer zu erkennen und schwerer beweisbar, aber gerade deshalb auch um so gefährlicher.

Wenn Sie Gewalt erfahren und den Kreislauf bei sich selbst auch feststellen können, oder auch bei anderen Menschen in Ihrem Umfeld beobachten, benötigen Sie Hilfe und Unterstützung. Niemand muss und sollte mit diesem Problem allein bleiben.

**Sollten Sie Hilfe suchen, können Sie sich auch wenden an:**

Frau Dr. Bettina Linnhoff, Ärztin beim Kreis Soest (Tel.: 02921 / 30 2147)

Frau Gudrun Hengst, Abteilung Jugend und Familie (Tel.: 02921 / 30 2056)

Frau Petra Nagel, Gleichstellungsbeauftragte beim Kreis Soest (Tel.: 02921 / 30 2273)