

DAS SCHWEIGEN BRECHEN

Barbara Sax

Wenn eine Frau beschliesst, sich gegen Lebensbedingungen zu wehren, die aufgrund einer gewalttätigen Partnerschaft unerträglich geworden sind, und sich Hilfe zu holen, so ist dies meist ein prägender Moment in ihrem Leben. Auszubrechen – auch aus der entwürdigenden und schmerzvollen Gewalterfahrung – erfordert immer den Mut, Bekanntes zu verlassen und sich der Unsicherheit von Neuem zu stellen. Frauen, die diesen Schritt schaffen, brauchen Kraft und einen starken Lebenswillen.

Mutig und entschlossen, unsicher, hin- und hergerissen, manchmal verzweifelt oder resigniert. In solch unterschiedlichen Verfassungen kommen Frauen auf die Beratungsstelle für Frauen gegen Gewalt, um sich gegen Demütigung, Unterdrückung, physische und/oder sexuelle Gewalt zu wehren. Meist geht ihrem Schritt eine längere Leidenszeit voraus. Der Weg aus der Gewalt ist nicht einfach und so wie es unterschiedliche Arten von Gewaltverhältnissen gibt, gibt es ebenso vielfältige Strategien, die Gewalt zu ertragen, oder eben sich von ihr zu befreien.

Errungenschaften der Frauenbewegung

Lange Zeit wurde Gewalt in Partnerschaft und Familie als «normal» und «Privatsache» betrachtet. Es ist ein Verdienst der Frauenbewegung, dass eine gesellschaftliche Enttabuisierung stattfand und ein Umdenken einsetzte. Dem politischen Widerstand der Frauenbewegung der siebziger und achtziger Jahre ist es zu verdanken, dass Frauenhäuser, Beratungsstellen und Nottelefone für vergewaltigte und geschlagene Frauen entstanden. Er war wegberaubend für die heutige gesellschaftliche und staatliche Ahndung Häusli-

cher Gewalt.

Unter Häuslicher Gewalt verstehen wir physische, psychische oder sexuelle Gewalt, die im sozialen Nahraum geschieht zwischen Menschen, die in vertrauter, naher Beziehung zueinander stehen. Verbale Demütigungen und Kontrolle bis hin zur sozialen Isolierung gehören ebenso dazu wie physische Gewalt, Zwang zu sexuellen Handlungen, Suizidandrohungen oder das Vorenthalten von Geld. Auch Gewalt nach einer Trennung, Stalking (Belästigung, Telefonterror, Verfolgung) gilt als Teil Häuslicher Gewalt. Sie wird mehrheitlich von Männern ausgeübt, in manchen Fällen auch von Frauen, selten von Jugendlichen gegenüber anderen Familienmitgliedern. Vorwiegend Frauen sind von der Gewalt betroffen. Jede fünfte Frau erlebt in ihrem Leben mindestens einmal physische und/oder sexuelle Gewalt in einer Partnerschaft und nahezu 50 Prozent aller Frauen erleben psychische Gewalt im Rahmen von Partnerschaft und Familie. In sehr vielen Fällen erleiden Kinder die Gewalt mit, als direkt Betroffene oder als ZeugInnen gewalttätiger Vorfälle zwischen den Eltern. Häusliche Gewalt kommt in allen sozialen Schichten vor, patriarchale Machtan-

sprüche und Rollenverteilung, psychische Störungen oder belastende sozioökonomische Bedingungen begünstigen sie.

Am Anfang steht der Schock

Frauen reagieren mit unterschiedlichen Anpassungs-, Überlebens- und Widerstandsstrategien auf Gewalt. Häufige Anpassungsreaktionen sind passiver und resignativer Art, denn für manche Frauen ist es immer noch «naturegeben», Opfer patriarchaler Gewalt zu sein. Zuweilen haben sie das schon in ihrer Kindheit so erfahren und oft ist ihr Selbstbewusstsein so gering oder ihre psychische und ökonomische Abhängigkeit so gross, dass sie sich die Schuld an ihrer Situation selbst zuschreiben.

Ein Gewalterlebnis löst meist Schock, Fassungslosigkeit oder Lähmung aus. Folgt dieser Empfindung die Scham, so zieht sich die Frau eher zurück, als dass sie sich wehren würde. Es kann sein, dass sie verdrängt oder verleugnet, was geschah, nach Erklärungen und Entschuldigungen sucht und eventuell die Gewalt bagatellisiert. Sie ist sich zwar bewusst, dass etwas nicht in Ordnung ist, ist aber hin- und hergerissen zwischen dem Wunsch nach einem Ende der Gewalt und der Hoffnung auf eine Verbesserung der Beziehung. Gleichzeitig ist es für sie unvorstellbar, sich jemandem anzuvertrauen, weil sie sich ihrer Situation schämt. So hält sie fest am «trotz allem» geliebten Partner oder am Bild der intakten Familie. Dieser Zustand der Ambivalenz und Entscheidungsunsicherheit kann sich über lange Zeit hinziehen. Oft dauert es sehr lange, bis Frauen

es wagen, das Schweigen zu durchbrechen. Weil die Angst sie lähmt oder weil sie befürchten, die Gewalt eskaliere dann erst recht. Viele wenden sich erst dann an Aussenstehende oder nehmen Hilfsangebote in Anspruch, wenn sie so erschöpft sind, dass sie es nicht mehr länger aushalten oder wenn die Gewalt immer massiver wird und sich nicht länger verstecken lässt.

Es gibt aber auch Frauen, die zurückschlagen und Frauen, die Gewalt nicht tolerieren, sondern sich nach ersten Anzeichen aggressiven Verhaltens, spätestens aber nach einem ersten Vorfall, grundsätzliche Gedanken der Distanzierung und des Weggehens machen oder sich so schnell als möglich und kompromisslos von Partner oder Partnerin trennen.

Wie ausbrechen?

Gesellschaftliche Normen und Geschlechterstereotypen tragen dazu bei, dass sich Frauen gegenüber Männern oft immer noch eher zurücknehmen und ihr eigenes Wohl hintenanstellen. Auch wenn die Gleichberechtigung zwischen den Geschlechtern sich verbessert hat, so wirken geschlechtsspezifische Rollenzuschreibungen und Machtverhältnisse doch immer noch in den Köpfen und somit in die einzelnen Beziehungen und Familien hinein. Für viele Frauen ist es denn auch heute noch schwierig, die eigenen Grenzen zu erkennen, Nein zu sagen, sich ihren Raum zu nehmen, sich Respekt zu verschaffen, Respekt einzufordern.

Es gibt jedoch Möglichkeiten, um der Gewalt in einer Beziehung Einhalt zu gebieten oder

aus einer Gewaltbeziehung auszusteigen. Der erste Schritt besteht immer darin, das Schweigen zu durchbrechen, sich jemandem anzuvertrauen und zu benennen, was belastet, beschämt und ängstigt. Das allein schon erleichtert. Mit jemandem zu reden, macht der betroffenen Frau bewusst, dass sie nicht allein ist, und schafft eine erste Distanz zum Vorgefallenen. Vertrauenspersonen aus dem nahen Umfeld können GesprächspartnerInnen sein, Mitarbeiterinnen von Beratungsstellen, ÄrztInnen, Behörden oder die Polizei.

Nach erlebter Gewalt fühlt sich in der Regel jede Person erst einmal tief verunsichert und hilflos. Es ist dann wichtig, äusserlich so schnell als möglich Schutz und Sicherheit zu erfahren, um überhaupt eine Chance zu haben, auch innerlich wieder ein Gefühl des Geschütztseins aufbauen zu können.

Professionelle Hilfsangebote

Manchmal haben Frauen nicht genügend Kraft, sich selbst aus ihrer Situation zu befreien. Wenn gewaltbetroffene Frauen sich entscheiden, professionelle Hilfe aufzusuchen, erfahren sie mit diesem Schritt einerseits die Kraft, die im Widerstand gegen unerträgliche Situationen steckt. Denn aus demütigenden Situationen auszubrechen bedeutet auch, die eigene Würde wieder besser zu spüren. Das stärkt. Andererseits tauchen plötzlich grosse Unsicherheiten auf, war es doch oft gerade die ökonomische oder psychische Abhängigkeit, die die Frauen in der Gewaltbeziehung verharren liess. Wie werden sie ihr zukünftiges Leben meistern? Wie kommen

die Kinder klar mit der neuen Situation? Wie wird ihr Umfeld auf den Schritt reagieren, wie ihr Partner, ihre Partnerin? Ist Rache zu befürchten, Trennungsgewalt oder gar ein Suizid? Hätten sie die Kraft, dem standzuhalten und würden sie es schaffen, die Schuld nicht auf sich zu nehmen? – Nebst diesen schwierigen Fragen kämpfen die Frauen mit ihrem Selbstbild, denn oft haben sie nicht nur gegenüber Aussenstehenden verschwiegen, was ihnen geschah, sondern auch sich selbst gegenüber. Jetzt aber liegt das ganze Ausmass ihrer verzweifelten Situation plötzlich schonungslos da. Wie konnten sie es zulassen, so erniedrigt zu werden?

Auf der Beratungsstelle oder im Frauenhaus finden die Frauen Unterstützung durch kompetente und einfühlsame Fachfrauen, mit denen sie ihre Situation besprechen und nach geeigneten Lösungen suchen können. Manchmal zeichnet sich schon während eines einmaligen Beratungskontaktes ein Lösungsansatz ab. Ist die Situation aber komplexer, so kann ein Frauenhausaufenthalt sinnvoll sein, oder aber eine längere ambulante Krisenintervention und Begleitung in einem individuellen Beratungsprozess. Ist eine Frau Opfer von Häuslicher Gewalt, hat sie Anspruch auf Opferhilfe nach dem Opferhilfegesetz.

Konsequentes Intervenieren

Die letzten zwanzig Jahre haben im Bereich der Bekämpfung von Häuslicher Gewalt zu einem Umdenken geführt. Heute interveniert der Staat bei Gewalt in

Ehe- und Partnerschaft, und diverse private und staatliche Stellen werden involviert. Dass bei Gewaltereignissen konsequent interveniert wird, ist ein wichtiges Signal und erleichtert es den Opfern, sich zu wehren. Am Anfang der Kette steht oft die Polizei, die in akuten Situationen von NachbarInnen oder der misshandelten Frau selbst gerufen wird. PolizistInnen sind daher häufig die ersten Aussenstehenden, die von der Gewalt erfahren. Sie haben die Aufgabe, für Schutz und Sicherheit der Gewaltbetroffenen zu sorgen. Die meisten Kantone können Schutzmassnahmen anordnen. Im Kanton Zürich sind dies eine Wegweisung, ein Betret- und Kontaktverbot gegenüber der gefährdenden Person im Rahmen des Gewaltschutzgesetzes. Neben dem Schutz bezweckt dieses staatliche Eingreifen eine Deeskalation der Gewalt.

Prävention

Nicht jeder Fall von Gewalt in Ehe oder Partnerschaft ruft den gesamten Apparat auf den Plan. In «leichten Fällen» wie nach einem einzelnen, situativen Gewaltereignis oder bei aggressivem Drohen kann es genügen, in Gesprächen mit einer neutralen Drittperson Ursachen und Hintergründe des Konfliktes und des eigenen Konfliktverhaltens zu beleuchten, um Verhaltensänderungen und neue Rollenverteilungen zu entwickeln. Wenn der gewaltausübende Partner einsichtig ist, und bereit, sein eigenes Verhalten zu reflektieren, kann es sinnvoll sein, wenn er sich in ein Antiaggressions- oder ein Täterprogramm begibt. Für Frauen bieten Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungs-

kurse eine Möglichkeit, um zu lernen, selbstbewusster und selbstbestimmter zu handeln und sich auch so zu verhalten.

Aufklärung und Engagement

Im Einzelfall wenden Frauen verschiedene Strategien an, um sich vor Gewalt zu schützen und zu wehren. Es braucht Mut, den ersten Schritt zu tun, und das Schweigen zu durchbrechen. Der Widerstand der Frauenbewegung hat Erfolge gebracht. Häusliche Gewalt ist nicht mehr ‚salonfähig‘ und wird heute staatlich bekämpft. Um jedoch weiterhin wirksam gegen Gewalt an Frauen und Kindern anzugehen, braucht es auch in Zukunft Anstrengungen und Ressourcen. Vor allem dann, wenn wir nicht wollen, dass sich Gewaltmuster von Generation zu Generation fortsetzen. –

Zur Autorin

Barbara Sax ist dipl. Soziale Arbeit FH, Mitarbeiterin und Co-Leiterin der *bif*, Beratungs- und Informationsstelle für Frauen in Zürich.

Die *bif* ist eine anerkannte Opferhilfeberatungsstelle des Kantons Zürich, spezialisiert auf Beratung von Frauen, die von Gewalt in der Ehe und Partnerschaft betroffen sind.

www.bif-frauenberatung.ch