



*Wenn sie das Böse
schweigend hinnimmt,
wird Stille zum
Verbrechen.*

(Anonym)

Die Dynamik der
Häuslichen
Gewalt

Dr. Mable C. Dunbar

©2016 Women's Ministries Department
North American Division of Seventh-day Adventists®
12501 Old Columbia Pike, Silver Spring, MD 20904 www.nadwm.org

Das Manuskript wurde von der Abteilung Frauen der Nordamerikanischen Division der Siebenten-Tags-Adventisten erstellt, welche sich alle Rechte daran vorbehält.

Autorin: Dr. Mable Dunbar
Redaktion: Carla Baker
Design und Layout: Ani Holdsworth
Projektleiterin: Erica Jones

Übersetzung: Erika Egervari

Alle Rechte, einschließlich das der Übersetzung, vorbehalten. Ohne die schriftliche Genehmigung des Rechtsinhabers darf der Inhalt dieser Broschüre nicht übersetzt, in anderen Büchern oder Veröffentlichungen verwendet oder kopiert werden. Es ist ausdrücklich verboten, den gesamten Inhalt als Verteilbroschüre oder zum Wiederverkauf zu drucken.

INHALTSVERZEICHNIS

Impressum.....	2
Inhaltsverzeichnis	3
Über die Autorin.....	3
Was ist „Häusliche Gewalt“?	4
Das Problem	4
Die Fakten.....	5
Eigenschaften von Tätern und Opfern	6
Der Kreislauf der Gewalt.....	14
Arten der häuslichen Gewalt.....	16
Bibelstellen, die missbraucht werden, um häusliche Gewalt zu rechtfertigen.....	19
Bibeltexte für eine gewaltfreie Beziehung	20
Befreiende Bibeltexte für die Opfer	21
Befreiende Bibeltexte für die Täter	22
Wie wir häusliche Gewalt billigen	23
Wenn wir schweigen	24
Die Auswirkungen von häuslicher Gewalt.....	25
Wie reagiert man persönlich und als Gemeinschaft auf häusliche Gewalt?	27
Sicherheitsplan für Opfer, die unter Polizeischutz stehen.....	29
Sicherheitsplan für Opfer, die eine missbräuchliche Beziehung beenden wollen.....	30
Sicherheitsplan für Opfer, die in einer missbräuchlichen Beziehung ausharren wollen	30
Wo findet man Hilfe?	31

ÜBER DIE AUTORIN



Dr. Mable C. Dunbar hat die Organisation „Women’s Healing and Empowerment Network“ als christliche Antwort auf häusliche Gewalt gegründet und leitet sie als Vorsitzende. Sie hat als Familientherapeutin promoviert und arbeitet als niedergelassene Beraterin, Psychotherapeutin, Beraterin für Opfer häuslicher Gewalt und Spezialistin für Krisenintervention.

Mehr Information über „Women’s Healing and Empowerment Network“ findet man unter ☎ 001-509-323-2123, ✉ info@whennetwork.com und 💻 www.whennetwork.com

WAS IST „HÄUSLICHE GEWALT“?

Häusliche Gewalt – auch als häuslicher Missbrauch, Partnermissbrauch, Misshandlung, familiäre Gewalt bekannt – beschreibt ein Verhaltensmuster, bei dem der Missbrauch von einem Partner begangen wird, der in einer engen Beziehung zu seinem Opfer steht, wie sie durch Ehe, Zusammenleben, Verabredungen oder Familie entsteht. Frauen, Männer und Kinder leiden darunter. Der Täter strebt nach Macht und absoluter Kontrolle über seine Umgebung.

DAS PROBLEM

„Ich glaube, dass es einen Teufel gibt, und das ist sein Plan: Erstens möchte er, dass niemand Kinder bekommt. Zweitens, wenn sie empfangen wurden, sollen sie getötet werden. Wenn sie nicht durch eine Abtreibung umgebracht werden, möchte er sie vernachlässigt oder körperlich, geistig, seelisch und sexuell misshandelt sehen. Auf die eine oder andere Art wollen die teuflischen Legionen, dass Kinder zerstört werden, denn sie sollen die zukünftigen Anführer und Leiter werden. Wenn es gelingt, ein Kind zu entstellen, wird aus ihm ein entstellter Erwachsener, der seine Qual an die nächste Generation weitergibt.“ (Terry Randall in *TIME Magazine*, 21. Oktober 1991).

„Das Problem von ehelicher Gewalt liegt nicht beim Feminismus, beim säkularen Humanismus oder einer schwachen Führung im Heim. Es ist das Problem des Bösen, ungesehen und unbekämpft.“ (James und Phyllis Alsdurf, *Battered Into Submission*, Illinois: Varsity Press, S.61)

„Menschen mit starkem Glauben halten länger in missbräuchlichen Beziehungen aus, weil diese oft mit ihren Lehrpunkten vermischt werden.“ (Dr. Nancy Nason-Clark, *When Terror Strikes the Christian Home*. Ansprache bei der Awakening Conference 2008 in Ft. Lauderdale, Florida).

„Die Herrschaft der Gewalt in vielen Heimen ist der grundlegende Beweis für das Wirken des satanischen Reiches, das daran arbeitet, Ordnung, Liebe und Glück in menschlichen Beziehungen zu zerstören. Erst, wenn wir das Schlachtfeld der häuslichen Gewalt betreten und bereit sind, das Böse zu bekämpfen, werden unsere Anstrengungen, den Missbrauch zu beenden und Familien umzuwandeln, Erfolg haben können. Wir können nicht das Böse als eine unbestimmte geistliche Gewalt, die nichts mit menschlichem Verhalten zu tun hat, abtun. Das Böse ist in einem persönlichen Wesen begründet: Satan. Wenn Menschen sich gewalttätig, feindselig, streitsüchtig, betrügerisch verhalten, sammeln sie sich sozusagen einen Reichtum an bösen Schätzen im Wirtschaftssystem Satans und erlauben ihm, ihren Charakter dem seinen anzugleichen und sie als sein eigen zu übernehmen. Ob man die Sprache der Psychologie oder der Theologie benutzt, die Wahrheit bleibt bestehen: Böse Taten sind Sünden. Sie stellen einen Angriff auf Gottes Moralgesetz dar. Sie trennen den Übeltäter von Gott und von seinen Mitmenschen ...“ (James und Phyllis Alsdurf, *Battered Into Submission*, Illinois: Varsity Press, 1986, S.62).

„Weiters vermuten wir, dass die Gewalt, welcher Frauen in der christlichen Umgebung ausgesetzt sind, meistens nicht körperlich ist. Unsere Forschungen haben ergeben, dass der seelische Missbrauch und die Unterdrückung der christlichen Frauen viel häufiger auftreten als körperliche Gewalt. Tatsächlich müssen Männer, die sich in Gottes Augen den Frauen überlegen fühlen, normalerweise nicht auf rohe Gewalt zurückgreifen. Wenn ein Mann seine Frau seelisch überwinden und seine Taten durch eine falsche Anwendung der Heiligen Schrift rechtfertigen kann, ist körperliche Gewalt nebensächlich. Es gibt viele Arten, Gewalt auszuüben, das zu beschädigen, was Gott geschaffen hat.“ (Ibid, S.150)

DIE FAKTEN

Durchschnittlich werden in den Vereinigten Staaten von Amerika jede Minute 24 Menschen Opfer von Vergewaltigung, körperlichem Missbrauch oder Verfolgung durch einen nahestehenden Menschen – das sind über 12 Millionen Männer und Frauen in einem Jahr.

(<http://www.cdc.gov/ViolencePrevention/index.html>).

Fast drei von zehn Frauen (29 Prozent) und einer von zehn Männern (10 Prozent) in den Vereinigten Staaten haben Vergewaltigung, körperliche Gewalt oder Verfolgung durch einen Lebensgefährten erlitten und über die Auswirkungen auf ihre Gesundheit berichtet.

(<http://www.cdc.gov/violenceprevention/intimatepartnerviolence/index.html>)

40 bis 60 Prozent aller Kinder, die in Familien leben, in denen Erwachsene missbraucht werden, erleiden selbst direkte Gewalt. Alle erleben indirekte Gewalt.

(Wright R.J.: Wright R.O.; Isaac N.E.;1997, *Response to battered mothers in the pediatric emergency department: A call for an approach to family violence*, Pediatrics 1997, vol. 99, no.2. S.186-192)

Die Religion ist KEIN Hinderungsgrund ... es gibt genauso viel Missbrauch (ehelich, familiär und sexuell) in christlichen Heimen als anderswo.

(Lee Bowker, „Religious Victims and Their Religious Leaders: Services Delivered to One Thousand Battered Women by the Clergy,“ *Abuse and Religion*, S.230-31).

EIGENSCHAFTEN VON TÄTERN UND OPFERN

Woher kommen die Täter? Liegt das missbräuchliche Verhalten verborgen, bis die Täter auf jemanden treffen, den sie überwältigen und zu Opfern machen können? Greifen sie alle an, oder nur besondere Menschen? Entwickelt sich das gewalttätige Verhalten im Lauf des Lebens oder tritt es ganz unvermutet auf, weil ein auslösendes Ereignis geschehen ist? Dies sind einige Fragen, die uns durch den Kopf gehen, wenn wir von schrecklichen Verletzungen und entsetzlichen Todesfällen erfahren, die von Menschen verursacht wurden, welche ihrer Lebensgefährten missbraucht haben. Wenden wir uns zuerst den Tätern zu und sehen wir, was wir über sie erfahren können.

ANMERKUNG: Der Einfachheit halber verwenden wir „er“ für den Täter, und „es“ für das Opfer. Dennoch ist es so, dass Täter UND Opfer männlich oder weiblich sein können.

Der Täter

1. ÜBERSTÜRZTER BEZIEHUNGSaufbau

Manchmal sucht ein Missbraucher innerhalb von wenigen Wochen oder Tagen nach dem ersten Treffen eine verbindliche Beziehung mit seinem Opfer. Er drängt sehr darauf und vermittelt den Eindruck, dass es der einzige Mensch ist, der ihm helfen kann, dass er es braucht und dass er ohne es verloren ist. Weil das Opfer das Gefühl, gebraucht zu werden, schätzt und sich danach sehnt, sich um jemanden zu kümmern, findet es diese Vorgehensweise attraktiv und verpflichtet sich, selbst gegen sein eigenes besseres Wissen und den Rat anderer. Vielleicht hat es bereits in der Vergangenheit Missbrauch erlebt und fühlt sich nun wertgeschätzt, weil hier jemand zu sein scheint, der es *wirklich* liebt und begehrt. Die Absicht des Täters ist hingegen, es fest in seinen Griff zu bekommen, bevor es ihn tatsächlich richtig kennenlernt.

2. ABSONDERUNG

Während sich die Beziehung vertieft, nimmt der Täter den Großteil der Zeit seines Opfers in Anspruch. Er sagt ihm, dass er jeden freien Augenblick mit ihm verbringen wolle, weil er nicht aufhören könne, an es zu denken und es so sehr vermisse. Er überzeugt es davon, dass es die Gesellschaft anderer Menschen nicht benötige, weil seine Liebe mehr als genug für es sei. Mit der Zeit löst sich das Unterstützungsnetzwerk des Opfers auf, denn der Täter ist immer da und beansprucht seine Zeit, seine Energie und Aufmerksamkeit. Es dauert nicht lange, bis das Opfer den Kontakt zu seinen Verwandten und Freunden verliert und von ihm gefühlsmäßig abhängig wird. Der Täter überzeugt es davon, dass es nur ihn in ihrem Leben braucht und dass die anderen Leute nicht wissen, wieviel es ihm bedeutet. Das Opfer glaubt ihm das, weil es seine Bestätigung für sein Selbstwertgefühl benötigt. Der Täter möchte verhindern, dass andere Menschen es davon abhalten, mit ihm eine Beziehung zu führen.

3. MANIPULATION UND ÜBERWACHUNG

Gleich zu Beginn der Beziehung zeigt der Täter einige Anzeichen dafür, dass er kontrollsüchtig und besitzergreifend ist. Anfänglich interpretiert das Opfer das als „Eifersucht“ anderen gegenüber und als Zeichen dafür, wie sehr er es liebt. Während die Beziehung sich vertieft, versucht es, ihm Sicherheit zu vermitteln, indem es ihm versichert, dass er der einzige Mann in seinem Leben sei. Er beginnt damit, es zu überwachen: Wohin es geht, was es tut, wen es trifft, was es anzieht, wie es sich herrichtet, mit wem es befreundet ist ... Manchmal wird der Täter zornig, wenn es zu spät zu einem Treffen mit ihm erscheint. Er beschuldigt das Opfer, zu flirten, untreu zu sein oder mit anderen zu schlafen. Es wird immer schwieriger für es, seine normalen Tätigkeiten auszuführen, wie die Schule zu besuchen, in die Gemeinde zu gehen oder an Partys teilzunehmen. Er überrascht es an seinem Arbeitsplatz oder ruft es oft an, um sicherzustellen, dass es genau dort ist, wo es sein sollte. Die Ansichten seines Opfers interessieren den Täter nicht. Seine Meinungen, Einstellungen, Glaubensgrundsätze und Wertvorstellungen müssen sich immer durchsetzen. Er trachtet danach, das Denken, die Meinung, die Zeiteinteilung und die Umgebung seines Opfers zu beeinflussen und zu kontrollieren, um seine Weltanschauung der seinen gleichzuschalten.

4. MANIPULATION UND ÜBERWACHUNG DER ANDEREN

Der Umgebung gegenüber ist der Täter sehr einnehmend und überzeugt alle außerhalb des engsten Familienkreises, dass er ein guter Mensch sei. Er wirkt auf die meisten wie der ideale Ehemann, Vater oder Lebensgefährte. In vielen Fällen wird das Opfer als der Problemfall in der Beziehung angesehen und der Täter bemitleidet, weil es „diese Art von Frau“ ist. Ahnungslose Leute werden vom Täter an der Nase herumgeführt und dazu gebracht, ihn als Opfer anzusehen. Die Absicht hinter diesem Verhalten ist, dass andere das Opfer für verrückt halten, sich auf dessen Fehler konzentrieren und dabei seinen eigenen Missbrauch völlig übersehen.

5. UNREALISTISCHE ERWARTUNGEN

Der Täter verlangt von seinem Opfer, alle seine Bedürfnisse zu befriedigen. Er versucht zu begründen, dass es – wenn es ihn wirklich lieben würde – seine Bedürfnisse errahnen und befriedigen würde. Das Opfer sollte zu jeder Zeit bereit sein, das zu tun, was für ihn gut wäre. Er weckt in ihm Schuldgefühle, wenn sein Leben nicht so verläuft, wie er es haben will, und beschuldigt es, wann immer irgendetwas nicht nach seinem Plan verläuft. Er erwartet von seinem Opfer, alles aufzugeben, damit seine eigenen Träume in Erfüllung gehen könnten. Der Täter erstellt Regeln und Richtlinien, ändert sie aber, sobald es ihm gefällt, und erwartet trotzdem, dass das Opfer sich zu jeder Zeit streng danach richten würde. Sein Ziel ist, dessen Selbstwert zu vernichten und ihm das Gefühl zu geben, unfähig, unzulänglich und untüchtig zu sein.

6. LAUNENHAFTIGKEIT

Die Launenhaftigkeit des Täters verwirrt das Opfer. Manchmal ist er sehr liebevoll und mitfühlend, aber zu anderen Zeiten ist er hasserfüllt, rachsüchtig und überkritisch. Sehr oft weisen Täter rasch wechselnde, extreme Stimmungsschwankungen auf, die an „Dr. Jekyll und Mr. Hyde“ erinnern. Einige mögen dies als „Geisteskrankheit“ entschuldigen. Es ist jedoch so, dass der Täter – obwohl er unzweifelhaft seelische Probleme hat – sich durchaus beherrschen kann, um so seine Umgebung zu täuschen und seinen Missbrauch zu verbergen, was einem Geisteskranken nicht möglich wäre. Das Opfer wird darüber hinaus so sehr eingeschüchtert, dass es alles versucht, um ihn bei guter Laune zu halten und zu verhindern, dass er wütend wird. Seine Absicht ist, es dadurch an ihn zu binden, indem er ihm das gewährt, was es sich am meisten wünscht – seine Liebe und seine Zuwendung; sobald er befindet, dass sein Opfer es sich verdient hat.

7. BESCHULDIGUNGEN UND DEMÜTIGUNGEN

Der Täter schiebt seinem Opfer (und allen andern Menschen) die Schuld an seinen Problemen zu, falls er überhaupt zugibt, welche zu haben. Wenn man ihm dies vorhält, wird er zornig, schlägt zurück und beschwichtigt seine verletzten Gefühle, indem er das Opfer und andere angreift. Wenn er einen Fehler begeht, behauptet er, dass es oder jemand anderer Schuld daran sei. Er lastet dem Opfer sogar seine negativen Gefühle an, denn wenn es *richtig* gehandelt oder gesprochen hätte, würde es nicht so wirken, als ob er versagt hätte. Er beschämt sein Opfer so lange, bis es glaubt, dass es der Grund für die Fehler und das Versagen des Täters sei, weil es nicht wüsste, „wie man mit einem Mann richtig umgeht“. Dieser möchte es (und andere) für sein Benehmen verantwortlich machen – wenn er gewalttätig wird, ist es „deren eigene Schuld“.

8. SEXUELLE GEWALT

Der Täter drängt sich seiner Partnerin auf und will seine sexuellen Bedürfnisse um jeden Preis erfüllt haben. Ihre Befriedigung kümmert ihn wenig oder überhaupt nicht, er könnte sogar auf Vergewaltigung zurückgreifen. Er verlangt Geschlechtsverkehr, auch wenn sie müde oder krank ist. Er zwingt sie, gegen ihren Willen Pornographie zu konsumieren, „um sie in Stimmung zu bringen“. Dadurch will er sie ängstigen und ihr klar machen, dass sie nichts als sein Besitz ist.

9. STARRE ROLLENBILDER

Die Gefühle des Täters Frauen gegenüber sind oft negativ. Er spricht abwertend über sie und demütigt sie. Frauen müssen eine bestimmte Rolle übernehmen (abhängig, unterwürfig, gehorsam), während Männern eine andere Rolle zukommt (als Anführer, der die Entscheidungen trifft und durch Härte herrscht). Sein Ziel ist, das Opfer in diese Form zu pressen.

10. NIEDRIGES SELBSTWERTGEFÜHL

Insgeheim hat der Täter eine schlechte Meinung von sich selbst und fühlt sich bedroht, wenn sein Gegenüber ihn auf irgendeinem Gebiet übertreffen sollte. Dann greift er zu Herabwürdigungen, Beschimpfungen und anderen Formen der seelischen Gewalt, um sich zu behaupten. Er glaubt, nicht gut genug zu sein, deshalb gibt es ihm ein Gefühl der Genugtuung und Selbstbestätigung, wenn er sich anderen überlegen zeigen kann. Er wertet andere ab, um sich besser zu fühlen.

11. FAMILIENGESCHICHTE DES MISSBRAUCHS

Bereits als Kind hat der jetzige Täter Gewalt erlebt oder mitangesehen. Daraus hat er gelernt, dass der Einsatz von Gewalt oder Zwang ein Mittel ist, seine Wünsche durchzusetzen. Entweder hat er miterlebt, wie sein Vater seiner Mutter Gewalt antat, oder wurde selbst von Eltern, Geschwistern oder Verwandten missbraucht. Wenn er in der Vergangenheit selbst jemanden missbraucht hat, ohne zur Rechenschaft gezogen zu werden, ist es sehr wahrscheinlich, dass er es wieder tun wird. Weil sein Verhalten nicht in Frage gestellt wird, nimmt er an, dass es normal sei. Er will seine Art zu leben weiterführen, die ihm als richtig erscheint und die gewünschten Resultate zeigt, weil er Angst davor hat, dass er die Macht und die Kontrolle über seine Umgebung verlieren könnte, wenn er sich ändern würde.

12. GRAUSAMKEIT UND ZERSTÖRUNGSWUT

Der Täter neigt dazu, zu Tieren grausam zu sein, bestraft sie brutal oder kümmert sich nicht um ihre Schmerzen und ihr Leid. Diese Grausamkeit tritt auch zu Tage, wenn er anderen Menschen Dinge abverlangt, die außerhalb ihrer Fähigkeiten liegen. Er könnte zum Beispiel ein Baby schlagen, weil es eingenässt hat. Er zerstört absichtlich Gegenstände, die dem Opfer gehören und für es wertvoll sind, und beschwert sich anschließend über dessen Empfindlichkeit. Sein Ziel ist, alles loszuwerden, das nicht seiner Autorität unterworfen ist.

13. ÜBEREMPFINDLICHKEIT

Der Täter fühlt sich schnell beleidigt und denkt, dass es alle auf ihn abgesehen haben. Der kleinste Rückschlag wird als persönlicher Angriff gewertet. Er tobt und beklagt sich über die Ungerechtigkeiten des Daseins, die ihm widerfahren sind, obwohl diese Ereignisse normale Bestandteile des täglichen Lebens sind, wie die Anordnung von Überstunden, ein Strafmandat, die Notwendigkeit, etwas noch einmal erledigen zu müssen usw. Er will als perfekt und überlegen angesehen werden und den Mangel an Kontrolle über sein Leben und seine Gefühle verbergen.

14. EINSCHÜCHTERUNG

Der Täter setzt Verhaltensweisen ein, die als Vorboten körperlicher Gewalt angesehen werden können, schlägt auf die Wand ein, wirft mit Gegenständen oder beschimpft sein Opfer lautstark. Eine Frau berichtet, auf welche Weise ihr Partner sie und die Kinder so eingeschüchtert hat, dass sie ihm aufs Wort gehorchten. Er habe sie niemals geschlagen, aber als er herausfand, dass sie sich vorgenommen hatte, ihn zu verlassen, befahl er ihr und den drei Kindern, sich vor ihm aufzustellen. Dann griff er sich ihren Hund, brach ihm das Genick und sagte, dass er dasselbe mit ihr und den Kindern tun würde, wenn sie ihn jemals verlassen würde. Dieser Vorfall schüchterte sie so sehr ein, dass es Jahre dauerte, um diese fürchterliche Beziehung zu beenden. Der Täter will unter keinen Umständen verlieren.

15. VERDRÄNGTE AGGRESSION

Ob absichtlich oder unbewusst sucht der Täter Fehler an etwas, das nichts mit seinen tatsächlichen Problemen zu tun hat. Anstatt seine eigenen Bedürfnisse und Probleme zu überdenken, lenkt er seinen Zorn auf andere Dinge. Er beginnt damit, zu begründen, warum sein Chef ihn falsch beurteilt hat. Dann steigert er sich in seine Wut hinein, doch anstatt seinen Vorgesetzten zu konfrontieren, lässt er seinen Zorn an seinem Opfer aus. Er reagiert sich an denen ab, die er unter seiner Kontrolle hat, anstatt zu riskieren, von Leuten bestraft zu werden, die Gewalt über ihn haben.

Es ist sehr wichtig, noch einmal zu betonen, dass in 25 Prozent aller berichteten Fälle Frauen die Täter sind. Täterinnen zeigen oft die gleichen Wesenszüge und Vorgehensweisen wie ihre männlichen Gegenstücke, und männliche Opfer können ähnliche Eigenschaften aufweisen wie weibliche.

JEDER MANN UND JEDE FRAU KANN
ZUM OPFER ODER ZUM TÄTER WERDEN!

Das Opfer

Nun folgen Eigenschaften, die bei Missbrauchsopfern auftreten. Während jedoch vorangegangener Missbrauch und geringes Selbstwertgefühl Risikofaktoren für neuerlichen Missbrauch darstellen, ist niemand davor gefeit, selbst zu einem Opfer zu werden. Beschämung, Schock oder die Angst um das Wohlergehen der Kinder können das Opfer in einer Beziehung mit dem Täter gefangen halten. Studien zeigen auch, dass Frauen, die erwarten, von Gott auf wundersame Weise aus ihrer Not befreit zu werden, ohne selbst etwas dagegen zu unternehmen, in besonderem Maße dazu neigen, in einer missbräuchlichen Beziehung auszuharren.

1. ÜBERSTÜRZTER BEZIEHUNGSaufbau

Vermutlich wurde das jetzige Opfer in früheren Beziehungen verletzt oder fühlt sich nicht gut genug, um seiner selbst willen geliebt zu werden. Es leidet unter einem mangelhaften Selbstwertgefühl. Es fällt ihm schwer, sich selbst zu schützen. Die gefährdete Frau hat das Gefühl, dass sie den Forderungen eines Mannes, der ihr seine intensive Aufmerksamkeit zukommen lässt, nachgeben müsse, weil er vielleicht ihre einzige Chance auf eine intime Beziehung oder eine Ehe sein könnte.

2. ABSONDERUNG

Meist fühlt sich das Opfer einsam und denkt, dass niemand versteht, worunter es leidet. Es zieht sich von seiner Familie und seinen Freunden zurück, um seinen Partner nicht zu verärgern. Andere Menschen, vor allem solche mit starken Persönlichkeiten und Autoritätspersonen, schüchtern es ein. Obwohl es sich selbst zurückzieht, hat das Opfer Angst davor, abgelehnt und verlassen zu werden.

3. ÜBERTRIEBENE SELBSTKRITIK

Das Opfer wiederholt ständig die negativen Bewertungen, die es von seiner Herkunftsfamilie oder anderen wichtigen Menschen vernommen hat, und beurteilt sich selbst und andere gnadenlos aufgrund dieser Verurteilungen, ohne in Frage zu stellen, ob diese wahr oder zutreffend wären. Weil es oft kaum Kontakt zu Freunden oder Familienangehörigen pflegt, die ihm positive Rückmeldungen schenken und ihren Wert betonen könnten, hört es immer wieder und ausschließlich die negativen Aussagen seines Peinigers. Das Opfer hat das Gefühl, auf den meisten Gebieten hoffnungslos zu versagen.

4. SUCHE NACH LOB, BESTÄTIGUNG, ANERKENNUNG UND ANNAHME

Weil das Opfer verzweifelt nach Liebe, Annahme, Bestätigung und Lob sucht, wird es alles tun, damit die Leute es mögen. Um niemanden zu verletzen, bleibt es auch in Situationen und Beziehungen treu ergeben, bei denen es offensichtlich ist, dass seine Hingabe unverdient ist.

Auf diese Weise lockt es Menschen an, die gefühllos sind und eine suchterzeugende Persönlichkeit an den Tag legen.

5. SCHULDZUWEISUNGEN

Das Opfer sieht sich in seiner Rolle gefangen, gibt anderen die Schuld an den Umständen und fühlt sich zu bestimmten auftretenden Menschen hingezogen, die Verantwortung übernehmen. Es verwechselt Liebe mit Mitleid und neigt dazu, Menschen zu lieben, um die es sich kümmern oder die es retten kann. Wegen seiner intensiven Sehnsucht danach, gebraucht zu werden, sieht das Opfer die Abhängigkeit des Täters von ihm als „Liebe“ an.

6. EXTREMES VERANTWORTUNGSBEWUSSTSEIN ODER VÖLLIGE VERANTWORTUNGSLOSIGKEIT

Das Opfer übernimmt entweder die Verantwortlichkeit dafür, sämtliche Probleme der anderen zu bewältigen, oder erwartet von den anderen, die seinen zu lösen. Das kommt daher, dass der Täter ihm einredet, dass es an allem, was er tue, schuld sei. Nun scheint es darauf zu warten, von jemand anderem aus seiner Beziehung gerettet zu werden, ob von Gott oder einem Mitmenschen. Es lehnt die Verantwortung für sein Leben und seine Entscheidungen ab.

7. CO-ABHÄNGIGKEIT

Das Opfer hat in seinen Beziehungen Probleme mit Intimität, Sicherheit, Vertrauen und Verpflichtungen. Weil der Täter es dazu bringt, sich auf seine Bedürfnisse, Wünsche und Anforderungen zu konzentrieren, verliert das Opfer den Blick auf sein eigenes Selbst. Aus Mangel an klar definierter persönlicher Abgrenzung wird es in die Bedürfnisse und unberechenbaren Launen seines Partners verstrickt.

8. KONTROLLSUCHT

Ein missbrauchter Mensch hat das starke Bedürfnis danach, ebenfalls Kontrolle auszuüben. Der Täter lenkt die Aufmerksamkeit seines Opfers auf die alltäglichen Entscheidungen zurück, wie die Essenszeiten, die Kleidung oder die Hausordnung. Das Opfer hofft, dass das genaue Einhalten dieser Regeln es vor neuerlicher Gewalt schützen würde. Wenn der Täter es verletzt und kritisiert, weil die Regeln nicht zu seinem Wohlgefallen eingehalten wurden, bekommt das Opfer das Gefühl, dass es etwas falsch gemacht habe und versucht, seine Lebensumstände noch besser in den Griff zu bekommen. Jede Veränderung führt zu starken Ablehnungsreaktionen, besonders bei solchen Dingen, über die das Opfer keinerlei Kontrolle hat. Das ist sein Überlebensmechanismus.

9. ABHÄNGIGKEIT

Die Persönlichkeit des Opfers ist von Abhängigkeit geprägt, es hat panische Angst davor, verlassen zu werden. Aus diesem Grund bleibt es in Beziehungen und Lebensumständen gefangen, die schädlich für sein Wohlbefinden sind. Seine Ängste und Abhängigkeit halten es davon ab, zerstörerische Beziehungen zu beenden und in erfüllende einzugehen. Weil das Opfer sich nicht als liebenswert wahrnimmt, fällt es ihm schwer oder ist es ihm unmöglich zu glauben, dass irgendjemand es um seiner selbst willen lieben könnte. Darum tut es alles, um anderen zu gefallen, in der Hoffnung, gut genug zu sein, um ihre Liebe verdienen zu können. Es fällt dem Opfer schwer, eine gesunde Beziehung, in der seine Bedürfnisse berücksichtigt und erfüllt werden, zu verstehen und in Worte zu kleiden.

10. VERLEUGNETE GEFÜHLE

Oft verleugnet, bagatellisiert oder unterdrückt das Opfer seine Gefühle aufgrund seiner traumatischen Kindheit oder der schmerzenden Beziehung, in der es jetzt gefangen ist. Es kann sein, dass ihm nicht bewusst ist, welche Auswirkungen diese Unfähigkeit, seine Gefühle wahrzunehmen und auszudrücken, auf sein Leben gehabt hat. Enge Beziehungen aufrecht zu erhalten fällt ihm schwer. Oft beschreibt es sich als „gefühllos“.

11. HILFLOSIGKEIT UND HOFFNUNGSLOSIGKEIT

Verleugnung, Einsamkeit, Kontrollzwang, Scham und unbegründete Schuldgefühle sind oft die Erblasten der Herkunftsfamilie des Opfers. Daraus erwachsen Gefühle der Hoffnungslosigkeit und der Hilflosigkeit. Das Opfer sieht sich selbst als besiegt an, denn es hat gelernt, dass nichts, was es tun würde, eine positive Veränderung bewirken könnte. Es ist sich sicher, nichts richtig machen zu können, und diese Gewissheit wird von seinem Peiniger verstärkt. Das Opfer glaubt, dass es nicht genügend oder überhaupt keine Kraft hat, um die Kontrolle über sein eigenes Leben oder die es umgebenden äußeren Umstände zu übernehmen.

12. IMPULSIVITÄT

Ein Missbrauchsopfer kann manchmal einen festen Standpunkt einnehmen, ohne vorher ernsthaft über alternatives Verhalten oder mögliche Folgen seiner Handlungsweise nachgedacht zu haben. Weil es nur selten die Gelegenheit hat, seine eigenen Entscheidungen zu treffen, kann es vorkommen, dass vorschnelle, unkluge Beschlüsse gefasst werden, da das Opfer nicht gewohnt ist, die eigene Willenskraft richtig einzusetzen. Manchmal reagiert es verwirrt, legt Selbsthass an den Tag und fühlt sich von anderen betrogen.

13. ERNSTHAFT UND BELASTET

Es fällt dem Opfer schwer, Spaß zu haben – vor allem, wenn es eine beschwerliche Kindheit erlebt hat. Stell dir die Angst vor, unter der jemand leidet, weil er das Gefühl hat, sich ständig für sein Benehmen, seinen Aufenthaltsort, seine Entscheidungen und Taten rechtfertigen zu

müssen. Ständige Kritik und die enttäuschten Erwartungen von einer glücklichen Beziehung zehren die Freude am Leben auf.

DER KREISLAUF DER GEWALT

PHASE 1: DIE SPANNUNG STEIGT AN

1. In dieser Phase treten kleinere Missbrauchsfälle auf. Das Opfer versucht oft, den Täter zu beruhigen und ist bemüht, jeden seiner Wünsche sofort zu erfüllen. Es verhält sich gefügig oder versucht, dem Täter aus dem Weg zu gehen. Es bleibt nicht nur in seiner bedrohlichen Umgebung, sondern glaubt sogar, dass es den Zorn des Peinigers verhindern kann.
2. Das Opfer ist an der Wirklichkeit nicht interessiert, sondern wünscht sich nur, dass die Gewalt aufhören möge. Es verleugnet den eigenen Zorn und versucht, die Situation vernunftmäßig zu erklären. Außerdem tut es alles, um die Umstände und Menschen in der Umgebung des Täters so zu beeinflussen, dass alles vermieden wird, was einen Angriff provozieren könnte.
3. Die seelische Anspannung kann familiäre Gründe (Finanzen, Gesundheitsprobleme, Kinder ...) haben oder durch die Umgebung (Arbeitsplatz, Arbeitslosigkeit, Familienmitglieder, Einsamkeit ...) hervorgerufen werden. Sogar Ereignisse, die an und für sich positiv sind, wie ein neugeborenes Baby, eine Beförderung am Arbeitsplatz usw. können zusätzlichen Stress verursachen.
4. Dem Opfer gelingt es vielleicht, den Gewaltausbruch hinauszuzögern, aber es kann ihn nicht verhindern. Wenn es keine Möglichkeit gibt, den Zorn gewaltfrei abzureagieren oder den aufgestauten Ärger zu verarbeiten, steigert sich die Spannung im Täter, bis es zur „Explosion“ kommt.

PHASE 2: ENTLADUNG DER GEWALT

1. In der ersten Phase kommt es zu einem Punkt, wo das Opfer nicht mehr in der Lage dazu ist, die Umgebung wie gewünscht zu gestalten. Der Prozess verselbständigt sich und ist nicht mehr zu kontrollieren oder auch nur vorherzusagen. Sowohl der Täter als auch das Opfer erkennen, dass die Entladung der Gewalt, die sich aufgestaut hat, unvermeidlich ist.
2. Der Täter akzeptiert normalerweise die Tatsache, dass seine Wut außer Kontrolle geraten ist. Anfänglich kann er sein Verhalten noch vor sich selbst rechtfertigen, doch während des Zornausbruchs kommt er an einen Punkt, an dem er selbst nicht mehr versteht, was mit ihm geschehen ist.
3. Diese Phase wird gewöhnlich durch ein äußerliches Ereignis oder den innerlichen Zustand des Täters ausgelöst.
4. Manchmal provoziert das Opfer die Eskalation auf Phase 2, um „es hinter sich zu bringen“; nicht, weil es die Gewalt genießen würde, sondern weil die Spannung unerträglich wird.

Das geschieht, wenn die Beziehung lange genug besteht, dass beide Beteiligten den Verlauf erkannt haben und das Opfer weiß, was nach Phase 2 zu erwarten ist.

5. Diese Phase dauert nicht so lange an wie die erste und die dritte, und verläuft normalerweise in der Privatsphäre. Völliger Kontrollverlust und Unberechenbarkeit zeichnen sie aus.
6. Die Angriffe sind ernstgemeint. Jeder Versuch, den Täter zu beschwichtigen oder ihm etwas zu erklären, steigern nur seine Wut. Er ist oft nicht mehr in der Lage, seinen Angriff zu beenden, selbst wenn das Opfer bereits schwer verletzt ist. In dieser Situation wird üblicherweise die Polizei gerufen, oder es kommt zu Todesfällen. Hier muss eingegriffen werden!
7. Nach dem Übergriff beginnt Phase 3.

PHASE 3: FLITTERWOCHEN

1. Die Anspannung, die sich in Phase 1 aufgebaut und in Phase 2 entladen hat, ist verschwunden. Diese Ruhezeit wird sowohl vom Opfer als auch vom Täter begrüßt.
2. Der Täter legt ein besonders anziehendes, liebevolles, freundliches und reuiges Wesen an den Tag (Dr. Jekyll und Mr. Hyde!). Er glaubt selbst daran, dass er sein Opfer nie wieder verletzen wird, weil es „die Lektion gelernt hat“. Er überzeugt alle davon, dass es ihm ernst ist. Oftmals bittet er um Vergebung. Sein Verhalten ist so bezaubernd, dass es dem Opfer leicht fällt zu glauben, dass nun sein „wahres“ oder „neues Ich“ zum Vorschein gekommen wäre. Jetzt ist das Opfer am meisten verletzlich; es wiegt sich in falschen Hoffnungen, weil es dem Täter glauben möchte. Es fühlt sich oft einsam und verlassen.
3. Wenn das Opfer flieht, steigert der Täter seine Versuche, es wieder zu kontaktieren. Er bittet um Vergebung und macht viele Versprechungen. Er sucht Hilfe (Täterberatung, Religion), weil er glaubt, dass dieses Verhalten es ihm ermöglicht, sein Opfer zurückzubekommen, und bringt Freunde, Verwandte und andere (auch Prediger!) dazu, ihm dabei zu helfen. Weil diese an seine Ernsthaftigkeit glauben, arbeiten sie oft daran, das Paar wieder zusammenzubringen und wecken im Opfer Schuldgefühle, weil es seinen Partner verlassen hat. Wenn jedoch das Opfer zu früh zurückkehrt, beendet der Täter seine Therapie, kommt nicht mehr in die Gemeinde usw. und der Kreislauf der Gewalt beginnt von vorne.
4. Wenn das Opfer beim Täter bleibt, erleben sie eine Zeit der intensiven Liebe, welche sie fester aneinander bindet.
5. Wenn diese Phase vorüber ist, schreitet die Beziehung zu Phase 1 zurück und der Kreislauf wiederholt sich.

Die Zeitabläufe der Phasen sind jedes Mal unterschiedlich. Die Gewalt nimmt bei jedem Kreislauf zu, das Selbstwertgefühl aller Beteiligten nimmt ab.

ARTEN DER HÄUSLICHEN GEWALT

Häusliche Gewalt umfasst ein weites Spektrum von Missbrauchsarten. Sie tritt normalerweise nicht als einmaliges Ereignis auf, sondern zeigt sich als Teil des Zwangsmusters von kontrollierendem Verhalten. Nicht alle der erwähnten Handlungen sind gesetzlich verboten. Auch hier gilt: Jeder kann zum Opfer oder zum Täter werden!

KÖRPERLICHE GEWALT

- ⊙ Schlagen
- ⊙ Anstoßen, anschubsen
- ⊙ Die Treppe hinunterstoßen
- ⊙ Treten
- ⊙ Mit Gegenständen schlagen
- ⊙ Festhalten
- ⊙ Niederhalten
- ⊙ Den Kopf gegen die Wand oder den Boden schlagen
- ⊙ „Blaue Augen“ verpassen
- ⊙ Beißen
- ⊙ Knochen brechen
- ⊙ Verbrennen
- ⊙ Verbrühen
- ⊙ Schütteln
- ⊙ Ersticken oder würgen
- ⊙ Hände und/oder Füße fesseln
- ⊙ Mit Gegenständen werfen
- ⊙ Eine Waffe einsetzen
- ⊙ Erstechen
- ⊙ Entkleiden
- ⊙ Alkohol- oder Drogenkonsum erzwingen
- ⊙ Medikamente verweigern
- ⊙ Hilfen bei der Betreuung versagen
- ⊙ Den Kopf unter Wasser halten

SEXUELLE GEWALT

- ⊙ Vergewaltigung
- ⊙ Zu jeder Zeit und an jedem Ort Sex erzwingen
- ⊙ Sex verweigern

- ⊙ Mit Affären demütigen
- ⊙ Vor dem Opfer mit anderen sexuell verkehren
- ⊙ Die Sexualität des Opfers kritisieren oder verleugnen
- ⊙ Sofort nach dem Missbrauch Sex erzwingen
- ⊙ Sexuelle Handlungen erzwingen, die das Opfer ablehnt
- ⊙ Erzwungener Konsum von Pornografie
- ⊙ Sadomasochistische Tätigkeiten aufzwingen
- ⊙ Das Opfer dazu zwingen, sexuelle Handlungen mit anderen oder vor anderen durchzuführen
- ⊙ Verhütungsmittel verweigern
- ⊙ Abtreibung erzwingen
- ⊙ Die Kinder des Opfers sexuell missbrauchen

EINSCHÜCHTERUNG

- ⊙ Das Opfer durch Blicke, Taten und Handbewegungen ängstigen
- ⊙ Gegenstände zerstören, vor allem solche, die das Opfer wertschätzt
- ⊙ Rücksichtsloses Fahren
- ⊙ Anderen gegenüber Gewalt anwenden, um das Opfer einzuschüchtern
- ⊙ Die Kinder oder Haustiere des Opfers quälen
- ⊙ Damit prahlen, wie der Täter anderen Schmerz zugefügt hat

- ⊙ In einen Raum einsperren
- ⊙ Den Besitz oder die Kleidung des Opfers wegnehmen
- ⊙ Andere einschüchtern, damit sie nicht eingreifen
- ⊙ Belästigung nach der Trennung

DROHUNGEN

- ⊙ Drohbriefe schreiben oder Drohanrufe machen
- ⊙ Den Zugang zum Telefon verwehren
- ⊙ Spott
- ⊙ Demütigung
- ⊙ Körperliche und/oder sexuelle Gewalt androhen
- ⊙ Mit Waffen oder Gegenständen bedrohen
- ⊙ Morddrohungen
- ⊙ Damit drohen, die Kinder des Opfers zu entführen
- ⊙ Damit drohen, einen geliebten Menschen oder ein Tier zu quälen
- ⊙ Selbstverletzungen oder Selbstmord androhen
- ⊙ Abschiebung androhen
- ⊙ Damit drohen, das Opfer von seiner Familie oder Gemeinschaft zu trennen
- ⊙ Den Verlust der Arbeitsstelle androhen
- ⊙ Dinge, die dem Opfer peinlich sind, öffentlich machen

ISOLATION

- ⊙ Die Bewegungsfreiheit einschränken
- ⊙ Das Opfer daran hindern, Termine wahrzunehmen

- ⊙ Die Zeiteinteilung überwachen
- ⊙ Auf jedem Schritt begleiten
- ⊙ Überall hin verfolgen
- ⊙ Entscheidungen für das Opfer treffen
- ⊙ Überstunden erzwingen
- ⊙ Von der Arbeit abhalten
- ⊙ Von der Familie und den Freunden trennen
- ⊙ Die Familie und die Freunde einschüchtern, damit sie das Opfer nicht mehr kontaktieren
- ⊙ Die Familie und die Freunde gegen das Opfer aufbringen
- ⊙ Von der Gemeinschaft ausschließen
- ⊙ Dem Opfer einreden, dass sich niemand um es kümmert
- ⊙ Die persönlichen Dokumente, Zeugnisse und Pässe wegnehmen
- ⊙ Den Kindern des Opfers Lügen über ihre Mutter erzählen
- ⊙ Die Kinder abholen lassen
- ⊙ Zwanghaft eifersüchtig und besitzergreifend sein
- ⊙ Keine Privatsphäre dulden
- ⊙ Fluchtversuche verhindern

SEELISCHE GEWALT

- ⊙ Das Opfer zwingen, Dinge an die exakte Stelle zurückzulegen
- ⊙ Mit endlosen Kleinigkeiten beschäftigen
- ⊙ Aufträge wiederholen lassen, weil die Ausführung kritisiert wurde
- ⊙ Routinen erzwingen und sie zu jeder Zeit ändern
- ⊙ Verhindern, dass das Opfer schläft, isst oder das WC benutzt

- ⊙ Zuneigung entziehen
- ⊙ Nicht beachten
- ⊙ Immer wieder verhören
- ⊙ Unberechenbares Verhalten
- ⊙ Versprechen immerfort brechen
- ⊙ Das Opfer zwingen, etwas zu tun, das es nicht will, um „seine Liebe zu beweisen“.

MATERIELLER MISSBRAUCH

- ⊙ Verhindern, dass das Opfer einen Arbeitsplatz findet oder behält
- ⊙ Das Studium verhindern
- ⊙ Die Arbeit des Opfers zerstören
- ⊙ Das Geld wegnehmen
- ⊙ Persönlichen Geldbesitz verbieten
- ⊙ Belege für alle Ausgaben fordern
- ⊙ Geld erbitten und erbetteln lassen
- ⊙ Das Opfer über seine Ansprüche falsch informieren
- ⊙ Schulden aufhäufen und vom Opfer bezahlen lassen
- ⊙ Zum Betrug zwingen
- ⊙ Geldgeschenke erzwingen
- ⊙ Den Namen nicht am Bankkonto oder Kreditvertrag angeben
- ⊙ Verhindern, dass das Opfer Zahlungen durchführen kann

VERBALE GEWALT

- ⊙ Anschreien und Brüllen
- ⊙ Beleidigen
- ⊙ Fähigkeiten schlechtmachen

- ⊙ Behaupten, das Opfer sei verrückt, hässlich, dumm, wertlos, faul, eine schlechte Mutter ...
- ⊙ Autorität untergraben
- ⊙ Kleidung vorschreiben
- ⊙ Dazu zwingen, den Missbrauch als „normal“ anzuerkennen
- ⊙ Dem Opfer einreden, dass niemand ihm glauben würde
- ⊙ Vorgeben, dass der Missbrauch „nur aus Liebe“ geschehen würde

VERNIEDLICHUNG, VERLEUGNUNG

- ⊙ Den angerichteten Schaden verniedlichen
- ⊙ Den Missbrauch leugnen
- ⊙ Dem Opfer die Schuld geben

GEISTLICHER MISSBRAUCH

- ⊙ Dem Opfer das Gefühl geben, es wäre seine christliche Pflicht zu bleiben und zu dulden
- ⊙ Die Bibel missbrauchen, um Gewalt zu rechtfertigen
- ⊙ Die Bibel missbrauchen, um die Überlegenheit des Mannes zu verteidigen
- ⊙ Weibliche Führungskräfte in der Gemeinde verachten
- ⊙ Gott als rachsüchtig und grausam darstellen

BIBELSTELLEN, DIE MISSBRAUCHT WERDEN, UM HÄUSLICHE GEWALT ZU RECHTFERTIGEN

Opfer, die Christen sind, verharren oft in missbräuchlichen Beziehungen, weil Bibeltexte vom Podium aus auf eine Art und Weise falsch zitiert und falsch ausgelegt werden, die ihnen keinen Ausweg lässt.

„Der Mann ist das Haupt seiner Frau, wie Christus das Haupt seines Leibes - der Gemeinde - ist, für die er sein Leben gab, um sie zu retten.“ (Epheser 5,23 NLB)

„Dann sind sie also nicht mehr zwei, sondern eins, und niemand soll sie mehr trennen, denn Gott hat sie zusammengebracht.“ (Matthäus 19,6 NLB)

„Ich aber sage: Wehrt euch nicht, wenn euch jemand Böses tut! Wer euch auf die rechte Wange schlägt, dem haltet auch die andere hin.“ (Matthäus 5,39 NLB)

„Liebt eure Feinde! Segnet die, die euch verfluchen, tut denen Gutes, die euch hassen. Betet für die, die euch verfolgen!“ (Matthäus 5,44 NLB)

„Die Frauen sollen in den Gemeindeversammlungen schweigen. Es gehört sich nicht, dass sie sprechen. Sie sollen sich unterordnen, wie es im Gesetz steht.“ (1.Korinther 14,34 NLB)

„So wie die Gemeinde sich Christus unterordnet, sollt ihr Ehefrauen euch auch euren Männern in allem unterordnen.“ (Epheser 5,24 NLB)

„Ebenso sollt ihr Ehefrauen euch euren Ehemännern unterordnen, auch dann, wenn sie nicht an die Botschaft Gottes glauben. Das Beispiel eures Lebens wird sie mehr überzeugen als alle Worte. Sie werden für Gott gewonnen werden ...“ (1.Petrus 3,1 NLB)

„Hört auf, andere zu verurteilen, und ihr werdet auch nicht verurteilt werden. Hört auf, andere zu tadeln, oder es wird euch ebenso ergehen. Vergebt, und euch wird auch vergeben werden.“ (Lukas 6,37 NLB)

„Deshalb sage ich noch einmal, dass jeder Ehemann seine Frau so lieben soll, wie er sich selbst liebt, und dass die Ehefrau ihren Mann achten und respektieren soll.“ (Epheser 5,33 NLB)

„Ihr Ehefrauen sollt euch euren Männern unterordnen, so wie ihr euch dem Herrn unterordnet.“ (Epheser 5,22)

„Die Ehefrau gibt ihrem Mann das Recht über ihren Körper, und ebenso gibt der Ehemann seiner Frau das Recht über seinen Körper.“ (1.Korinther 7,4 NLB)

BIBELTEXTE FÜR EINE GEWALTFREIE BEZIEHUNG

GEGEN KÖRPERLICHE GEWALT

„Genauso müssen auch die Ehemänner ihre Frauen lieben, wie sie ihren eigenen Körper lieben. Denn ein Mann liebt auch sich selbst, wenn er seine Frau liebt. Niemand hasst doch seinen eigenen Körper, sondern sorgt liebevoll für ihn, wie auch Christus für seinen Leib, also für die Gemeinde, sorgt.“ (Epheser 5,28-29 NLB)

„Lieber Freund, ich bete, dass es dir in jeder Hinsicht gut geht, und dass dein Körper so gesund ist, wie ich es von deiner Seele weiß.“ (3.Johannes 1,2 NLB)

GEGEN SEELISCHE GEWALT

„Ebenso gilt für euch Männer: Euer Verhalten gegenüber euren Frauen soll von Achtung geprägt sein. Begegnet ihnen verständnisvoll, denn sie sind die Schwächeren. Und vergesst nicht, dass sie wie ihr das ewige Leben von Gott geschenkt bekommen, damit eure Gebete nicht vergeblich sind.“ (1.Petrus 3,7 NLB)

GEGEN MATERIELLEN MISSBRAUCH

„Diejenigen jedoch, die nicht für ihre eigenen Verwandten sorgen – besonders wenn sie im selben Haushalt leben –, haben damit verleugnet, was wir glauben. Solche Leute sind schlimmer als Ungläubige.“ (1.Timotheus 5,8 NLB)

GEGEN SEXUELLE GEWALT

„Ordnet euch aus Achtung vor Christus bereitwillig einander unter.“ (Epheser 5,21 NLB)

GEGEN KINDESMISSBRAUCH

„Und ihr Väter, seid nicht ungerecht gegen eure Kinder. Erzieht sie vielmehr mit Disziplin und zeigt ihnen den richtigen Weg, so wie es Christus entspricht.“ (Epheser 6,4 NLB)

GEGEN DROHUNGEN

„Auch wenn es früher in euch finster war, seid ihr jetzt vom Licht des Herrn erfüllt; deshalb lebt nun auch als Kinder des Lichts! Denn dieses Licht in euch bringt lauter Güte, Gerechtigkeit und Wahrheit hervor.“ (Epheser 5,8-9 NLB)

DAS „MÄNNLICHE VORRECHT“

„Genauso müssen auch die Ehemänner ihre Frauen lieben, wie sie ihren eigenen Körper lieben. Denn ein Mann liebt auch sich selbst, wenn er seine Frau liebt.“ (Epheser 5,28 NLB)

GEGEN EINSCHÜCHTERUNG

„Wende dich ab vom Bösen und tue Gutes. Bemüht euch, mit anderen in Frieden zu leben. Der Herr beschützt die, die das Rechte tun, und er wird ihre Gebete hören. Der Herr wendet sich gegen die, die Böses tun.“ (1.Petrus 3,11-12 NLB)

BEFREIENDE BIBELTEXTE FÜR DIE OPFER

„Denn Gott hat uns nicht einen Geist der Furcht gegeben, sondern einen Geist der Kraft, der Liebe und der Besonnenheit.“ (2.Timotheus 1,7 NLB)

„Denn ich weiß genau, welche Pläne ich für euch gefasst habe“, spricht der Herr. „Mein Plan ist, euch Heil zu geben und kein Leid. Ich gebe euch Zukunft und Hoffnung.“ (Jeremia 29,11 NLB)

„Auch wenn Berge weichen und Hügel beben, soll meine Gnade nicht von dir gehen; und der Bund meines Friedens soll niemals wanken“, spricht der Herr, der Erbarmen mit dir hat.“ (Jesaja 54,10 NLB)

„Du wirst Mut fassen, weil du Hoffnung hast. Du wirst Geborgenheit finden und dich unbesorgt zum Schlafen hinlegen. Niemand wird deinen Schlaf stören, und viele Menschen werden sich bemühen, dir zu gefallen.“ (Hiob 11,18-19 NLB)

„Ich lasse euch ein Geschenk zurück - meinen Frieden. Und der Friede, den ich schenke, ist nicht wie der Friede, den die Welt gibt. Deshalb sorgt euch nicht und habt keine Angst.“ (Johannes 14,27 NLB)

„Ich habe dich schon immer geliebt. Deshalb habe ich dir meine Zuneigung so lange bewahrt.“ (Jeremia 31,3 NLB)

„Herr, komm schnell und erhöre mich, denn meine Verzweiflung wird immer größer. Wende dich nicht von mir ab, sonst sterbe ich. Lass mich schon am Morgen deine Gnade erfahren, denn ich vertraue auf dich. Zeige mir einen Weg, den ich gehen soll, denn ich habe dich darum gebeten. Rette mich vor meinen Feinden, Herr, ich flüchte zu dir, um Schutz zu suchen. Lehre mich, deinen Willen zu tun, denn du bist mein Gott. Dein guter Geist führe mich auf einem sicheren Weg. Um der Herrlichkeit deines Namens willen, Herr, rette mich. Weil du ein gerechter Gott bist, befreie mich aus dieser Not.“ (Psalm 143,7-11 NLB)

„Doch du, Herr, umgibst mich mit deinem Schutz, du bist meine Ehre und richtest mich auf.“
(Psalm 3,4 NLB)

„Ich betete zum Herrn, und er antwortete mir und befreite mich von allen meinen Ängsten. Die von ihm Hilfe erhoffen, werden vor Freude strahlen, und sie werden nicht vor Scham erröten.“
(Psalm 34,5-6 NLB)

„Hab keine Angst: Du wirst nicht enttäuscht werden. Schäme dich nicht, denn du wirst dich nicht lächerlich machen. Die Schande deiner Jugend wirst du vergessen und nicht mehr an die Schmach deiner Witwenschaft denken ...“ (Jesaja 54,4 NLB)

„Keine Waffe, die gegen dich geschmiedet wird, wird erfolgreich sein. Und wer dich vor Gericht verklagt, den wirst du widerlegen. Alle diese Dinge werden den Dienern des Herrn zugutekommen; von mir wird ihre Rechtfertigung ausgehen. Ich, der Herr, gebe darauf mein Wort!“ (Jesaja 54,17 NLB)

BEFREIENDE BIBELTEXTE FÜR DIE TÄTER

„Seid stattdessen freundlich und mitfühlend zueinander und vergebt euch gegenseitig, wie auch Gott euch durch Christus vergeben hat.“ (Epheser 4,32 NLB).

„Liebt einander mit aufrichtiger Zuneigung und habt Freude daran, euch gegenseitig Achtung zu erweisen.“ (Römer 12,10 NLB)

„Da Gott euch erwählt hat, zu seinen Heiligen und Geliebten zu gehören, seid voll Mitleid und Erbarmen, Freundlichkeit, Demut, Sanftheit und Geduld. Seid nachsichtig mit den Fehlern der anderen und vergebt denen, die euch gekränkt haben. Vergesst nicht, dass der Herr euch vergeben hat und dass ihr deshalb auch anderen vergeben müsst.“ (Kolosser 3,12-13 NLB)

„Aus der Ehrfurcht vor Gott entspringt die Liebe zu den Gläubigen, und aus dieser schließlich die Liebe zu allen Menschen.“ (2.Petrus 1,7 NLB)

„Liebe Kinder, wir wollen nicht nur davon reden, dass wir einander lieben; unser Tun soll ein glaubwürdiger Beweis unserer Liebe sein.“ (1.Johannes 3,18 NLB)

„Müsstest du da nicht auch mit diesem Diener Mitleid haben, so wie ich Mitleid mit dir hatte?“ (Matthäus 18,33 NLB)

„Tragt euren Teil dazu bei, mit anderen in Frieden zu leben, so weit es möglich ist!“ (Römer 12,18 NLB)

„Bemühen wir uns also um Frieden miteinander und versuchen wir, einander im Glauben zu stärken!“ (Römer 14,19 NLB)

„Aber die Weisheit, die von Gott kommt, ist vor allem rein. Sie sucht den Frieden, ist freundlich und bereit, nachzugeben. Sie zeichnet sich durch Barmherzigkeit und gute Taten aus. Sie ist unparteiisch und immer aufrichtig.“ (Jakobus 3,17 NLB)

„Spornt euch gegenseitig zu Liebe und zu guten Taten an.“ (Hebräer 10,24 NLB)

„Schließlich sollt ihr alle einig sein, voller Mitgefühl und gegenseitiger Liebe. Seid barmherzig zueinander und demütig.“ (1.Petrus 3,8 NLB)

„Liebe Freunde, ich schliesse meinen Brief mit diesen letzten Worten: Freut euch. Ändert euer Verhalten. Ermutigt einander. Haltet fest zusammen und habt Frieden untereinander. Dann wird der Gott der Liebe und des Friedens mit euch sein.“ (2.Korinther 13,11 NLB)

WIE WIR HÄUSLICHE GEWALT BILLIGEN

Wenn wir nicht auf die Hilferufe der durch häusliche Gewalt verletzten Menschen reagieren, billigen wir sie.

Wenn wir unseren Kopf in den Sand stecken und vorgeben, dass häuslicher Missbrauch nicht in „unserer Gemeinde“ oder „unseren Heimen“ existiert, dann verlängern wir seine Gewalt Herrschaft.

Wenn wir nicht persönlich die Verantwortung für unseren unbewältigten Zorn übernehmen, der die Folge unserer Verletzungen und Schmerzen ist, oder uns weigern, professionelle Hilfe anzunehmen und stattdessen unsere Wut an anderen auslassen, halten wir die häusliche Gewalt lebendig.

Wenn ältere Frauen in missbräuchlichen Beziehungen ausharren, geben sie den jüngeren Frauen damit zu verstehen, dass es richtig ist, Gewalt zu erdulden – wegen der Kinder, der Ehe oder der Gemeinde.

Wenn ältere Männer Frauen keinen oder wenig Respekt zollen und herabwürdigende Bemerkungen über ihre Aufgaben, Körper oder Fähigkeiten machen, wird die Verachtung für das weibliche Geschlecht in den jüngeren Männern bestärkt.

Wenn Eltern sich gegenseitig verletzen, keine gesunden Verhaltensmuster vorleben und keine sichere Umgebung schaffen, in der ihre Kinder wachsen und gedeihen können, tragen sie dazu bei, den Kreislauf der Gewalt an die nächste Generation weiterzugeben.

Wenn Prediger es verhindern, dass gewalttätige Gemeindeglieder unter korrigierende Seelsorge gestellt werden oder wenn sie selbst ihre Geschwister missbrauchen, um ihre Machtposition zu stärken, sorgen sie bei ihren Gemeindegliedern für eine fortwährende missbräuchliche und unsichere religiöse Erfahrung und Umgebung.

Wenn Gemeindeleiter und -mitarbeiter es versäumen, Gewalttäter für ihre Handlungen zur Rechenschaft zu ziehen, indem sie es ihnen ermöglichen, in andere Gemeinden zu wechseln, ohne sich professioneller Hilfe zu unterziehen, um ihre Probleme zu lösen, verewigen sie die missbräuchlichen Systeme der Anbetung und der Gemeindeleitung. Das gilt auch dafür, wenn sie es versäumen, Aufklärungsprogramme gegen häusliche Gewalt durchzuführen oder zu fördern.

Wenn Lehrer und Erzieher ihre Studenten nicht respektieren und ihre Meinungen, Gedanken und Äußerungen herabwürdigen, erinnern sich diese an ein kontrollsüchtiges und missbräuchliches Erziehungssystem.

Wenn Gemeindeleiter und Gemeindeglieder Programme, Gottesdienste oder Einrichtungen, die für die Sicherheit, Heilung und Unterstützung von Opfern und Tätern sorgen, nicht unterstützen (weder finanziell noch auf eine andere Weise), tragen sie dazu bei, die häusliche Gewalt weiterleben zu lassen.

Wenn Menschen ausgegrenzt, kritisiert, verurteilt, an den Rand gedrängt, ausgeschlossen und abgewertet werden, nur weil sie eine missbräuchliche Beziehung verlassen oder sich aufgrund von häuslicher Gewalt scheiden lassen wollen, ermutigen wir sie (vielleicht unabsichtlich), entweder in dieser Beziehung auszuharren oder die Gemeinde zu verlassen.

WENN WIR SCHWEIGEN

„Schweigen bedeutet Zustimmung.“

(Anonym)

„Wenn sie das Böse bestärkt, wird die Stille zum Verbrechen.“

(Anonym)

„Am Ende werden wir uns nicht an die Worte unserer Feinde erinnern, sondern an das Schweigen unserer Freunde.“

(Martin Luther King, Jr.)

„Die tiefgehendsten Aussagen werden oft durch Schweigen ausgedrückt.“

(Lynn Johnston)

„Nichts zu sagen ... sagt manchmal am meisten.“

(Emily Dickinson)

DIE AUSWIRKUNGEN VON HÄUSLICHER GEWALT

AUF DIE OPFER

- ⊙ Absonderung von Mitmenschen
- ⊙ Depressionen
- ⊙ Verstärkter Alkohol- und Drogenkonsum
- ⊙ Fehlstunden an der Arbeitsstelle
- ⊙ Verringerte Leistung
- ⊙ Seelische Probleme
- ⊙ Geringes Selbstwertgefühl
- ⊙ Geringe Selbstachtung
- ⊙ Krankheiten
- ⊙ Unterdrückter Zorn
- ⊙ Schmerzen und Verletzungen
- ⊙ Bleibende körperliche Schäden
- ⊙ Hilflosigkeit
- ⊙ Armut
- ⊙ Märtyrerhafte Einstellung
- ⊙ Essstörungen
- ⊙ Zwangshandlungen
- ⊙ Tod

AUF DIE KINDER

- ⊙ Entwicklungsverzögerung
- ⊙ Seelische Probleme
- ⊙ Geringes Selbstwertgefühl
- ⊙ Geringe Selbstachtung
- ⊙ Krankheiten
- ⊙ Angst und Zorn steigern sich
- ⊙ Nachahmung der Gewalt
- ⊙ Frühreife
- ⊙ Schulschwänzen
- ⊙ Probleme mit Kommunikation
- ⊙ Schlechte Noten
- ⊙ Verwirrtes Rollenbild
- ⊙ Respektlosigkeit vor Autoritäten
- ⊙ Gesundheitsprobleme
- ⊙ sexuelle Freizügigkeit

AUF DIE TÄTER

- ⊙ Der Glaube daran, dass Macht und Kontrolle rechtmäßig durch Gewalt erzwungen werden können, verfestigt sich
- ⊙ Steigerung des gewalttätigen Verhaltens
- ⊙ Konfrontationen mit der Polizei nehmen zu
- ⊙ Seelische Probleme
- ⊙ Verminderte Selbstachtung

AUF DIE GESELLSCHAFT

- ⊙ Steigende Kriminalitätsrate
- ⊙ Kostensteigerung für Rechtsprechung, Polizei, medizinische und psychologische Hilfe
- ⊙ Kostensteigerung für Strafvollzug
- ⊙ Verlust an Arbeitszeit
- ⊙ Weitergabe des Kreislaufes der Gewalt an folgende Generationen
- ⊙ Sinkende Lebensqualität
- ⊙ Familien zerbrechen

AUF DIE GEMEINDE

- ⊙ Verlust von Mitgliedern, weil Opfern nicht geglaubt wird und sie nicht beschützt werden
- ⊙ Irrglaube, dass Gott sich nicht um die Opfer kümmert
- ⊙ Irrglaube, dass Gott auf der Seite der Mächtigen steht
- ⊙ Falsche Darstellung der Liebe Gottes zu seinen Kindern
- ⊙ Missbrauch von Bibeltexten, um falsche Vorstellungen von Leiterschaft, Unterordnung, Regeln und Rollenbildern zu rechtfertigen
- ⊙ Anzeigen und Gerichtsverfahren

- ⊙ Enttäuschung über die Gemeinde und wie sie ihre Lehrpunkte anwendet
- ⊙ Kritiksucht, Perfektionismus und Richtgeist dominieren das Gemeindeleben
- ⊙ Schwindendes Vertrauen in die Führerschaft
- ⊙ Verlust des Respektes vor Autorität
- ⊙ Ausbreitung von Weltlichkeit und Materialismus
- ⊙ Der Glaube an die Bruderschaft und Schwesternschaft in Christus geht verloren.
- ⊙ Es scheint, als ob die Gemeinde mehr an Regeln und Traditionen interessiert wäre als an biblischen Prinzipien.
- ⊙ Der Eindruck entsteht, dass die Gemeinde mehr Wert darauf legt, was Mitglieder für sie tun (oder tun könnten) als darauf, wer sie durch Gottes Gnade sind (oder sein könnten).

WIE REAGIERT MAN PERSÖNLICH UND ALS GEMEINSCHAFT AUF HÄUSLICHE GEWALT?

„Die Behandlung von Familien, die Gewalt und Missbrauch erlebt haben, muss die Bedürfnisse der ganzen Person beinhalten. Deshalb ist es unmöglich, die Wichtigkeit eines gemeinsamen Verständnisses und einer engen Zusammenarbeit zwischen säkularen und religiösen Helfern bei der Bewältigung von häuslicher Gewalt zu stark zu betonen.“ (Marie M. Fortune, „A Workshop Manual for Clergy and Other Service Providers“, herausgegeben vom Center for the Prevention of Sexual and Domestic Violence)

- ⊙ Bilde dich selbst weiter und lerne die Dynamik von häuslicher Gewalt kennen: lies Bücher, schau dir Videos an, besuche Workshops und Seminare ...
- ⊙ Bereite dich vor, indem du zu Organisationen, die in deiner Nachbarschaft Schutz, Beratung, Unterstützung und andere benötigte Dienste für Opfer und Täter bereitstellen, Kontakt aufnimmst und deine Hilfe anbietest.
- ⊙ Fördere eine auf die Opfer fokussierte Reaktion auf Gewalt und Zugang zu Gemeinschaftsmitteln.
- ⊙ Ziehe Täter zur Verantwortung.
- ⊙ Stelle sicher, dass alle Mitglieder der Gesellschaft, auch aus benachteiligten Schichten, die von häuslicher Gewalt betroffen sind, angehört werden und Zugang zu den ihrer Kultur entsprechenden Hilfen und Mitteln erhalten.
- ⊙ Sorge dafür, dass die Öffentlichkeit häusliche Gewalt als gesellschaftliches Problem wahrnimmt und eine gemeinsame Verantwortung sowohl zur Verhütung als auch zur Bewältigung von Gewalttaten übernimmt.
- ⊙ Baue eine aufeinander abgestimmte Reaktion der Gesellschaft auf häusliche Gewalt auf, die Vertreter der Polizei und des Schulsystems, Therapeuten, Staatsanwälte, Kinderschutzzentren, Geistliche, Ärzte, Opferanwälte, Politiker, Bewährungshelfer, Programme für Täter und gegen den Missbrauch von Senioren einschließt.
- ⊙ Kontaktiere die zuständigen Stellen, um sicherzugehen, dass Gesetze beschlossen und durchgesetzt werden, die häusliche Gewalt verhindern, Schutz und Dienste für die Opfer bereitstellen und die Täter zur Verantwortung ziehen.

SICHERHEITSPLAN FÜR OPFER, DIE UNTER POLIZEISCHUTZ STEHEN

- ⊙ Gehe zur Polizei und suche um Polizeischutz an.
- ⊙ Wenn möglich, bringe Zeugen zur Gerichtsverhandlung mit, die keine nahen Angehörigen sind, denn von Familienmitgliedern könnte das Gericht annehmen, dass sie für dich lügen.
- ⊙ Führe ein Tagebuch und notiere JEDEN Übergriff des Täters.
- ⊙ Rufe JEDESMAL die Polizei, wenn der Täter das Kontaktverbot übertritt.
- ⊙ Halte Kontakt zur Außenwelt, z. B. zu Nachbarn, Gemeindegliedern, Lehrern, Arbeitskollegen ...
- ⊙ Verteile Fotos und Kopien der Gerichtsurteile an deinen Arbeitgeber, an der Schule deiner Kinder usw. Erlaube nicht, dass deine Kinder die Schule verlassen, wenn die Person, die sie abholt, nicht das richtige Kennwort weiß.
- ⊙ Richte ein Notfallsystem ein, das dir hilft, wenn der Täter zu dir nach Hause kommt.
- ⊙ Ändere deinen Tagesablauf, wechsle deine Telefonnummer und tausche deine Schlösser aus.
- ⊙ Vereinbare mit deinen Kindern einen Notfallcode, damit sie die Polizei rufen oder zu den Nachbarn flüchten, wenn es gefährlich wird.

SICHERHEITSPLAN FÜR OPFER, DIE EINE MISSBRÄUCLICHE BEZIEHUNG BEENDEN WOLLEN

- ⊙ Suche alle wichtigen Dokumente zusammen, wie Geburtsurkunden, Heiratsurkunde, Staatsbürgerschaftsnachweise, Verschreibungen, Sozialversicherungskarte, Steuerbescheide, Lohnzettel (auch vom Ehepartner), Krediturkunden, Kreditkartenabrechnungen ...
- ⊙ Finde einen sicheren Zufluchtsort.
- ⊙ Fertige eine zusätzliche Schlüsselgarnitur an und übergib sie mit Kopien der wichtigen Dokumente an einen Freund oder ein Familienmitglied, dem du vertrauen kannst.
- ⊙ Spare Geld und verstecke es oder gib es einem Freund oder Familienmitglied zur Aufbewahrung.
- ⊙ Sorge für ein sicheres Transportmittel.
- ⊙ Vereinbare Notsignale mit einem zuverlässigen Freund, um zu melden, wann es Zeit für die Abreise ist oder dass die Polizei gerufen werden muss.
- ⊙ Verlasse die Wohnung, wenn der Täter nicht zu Hause ist.
- ⊙ Lass den Täter nicht wissen, dass du vorhast, ihn zu verlassen.

SICHERHEITSPLAN FÜR OPFER, DIE IN EINER MISSBRÄUCLICHEN BEZIEHUNG AUSHARREN WOLLEN

- ⊙ Entwickle einen Sicherheitsplan für die Zukunft, falls du dich plötzlich in Gefahr befindest.
- ⊙ Bereite ein „Fluchtpaket“ (mit Geld, Kleidung, Ausweisen, Dokumenten ...) vor und verstecke es an einem sicheren Ort.
- ⊙ Besuche eine Selbsthilfegruppe für Opfer häuslicher Gewalt.
- ⊙ Sondere dich nicht ab, soweit es dir möglich ist.
- ⊙ Mache dir bewusst, dass der Kreislauf der Gewalt sehr wahrscheinlich weitergeht und sich verstärken kann, wenn nicht auf irgendeine Art eingegriffen wird.

WO FINDET MAN HILFE?

- © D: www.sta-frauen.de → Angebote → EndItNow (Adressen, Kontaktmöglichkeit)
www.sexueller-gewalt-begegnen.de
www.wildwasser.de (☎ 06142 965 760)
- © A: www.frauen.adventisten.at → Angebote → EndItNow
www.sexueller-gewalt-begegnen.at
www.frauenhelpline.at (☎ 0800 222 555)
- © CH: www.sta-frauen.ch → EndItNow (Adressen, Kontaktmöglichkeit)
www.sexueller-gewalt-begegnen.de
www.147.ch (☎ 147)

Im akuten Notfall muss sofort die Polizei benachrichtigt werden!

„AM ENDE WERDEN WIR UNS NICHT
AN DIE WORTE UNSERER FEINDE ERINNERN,
SONDERN AN DAS SCHWEIGEN
UNSERER FREUNDE.“
(MARTIN LUTHER KING, JR.)

enditnow®
Brich das Schweigen über Gewalt