

First do not harm.

Häusliche Gewalt während der Quarantäne

BARBARA DOSS

„Als die Quarantäne über mich hereinbrach, dachte ich nicht: „Oh Gott, das gefährliche Virus.“ Ich dachte: „Oh Gott, er ist zuhause.““

Eine aktuelle Studie der TU München zum Thema ‚Gewalt an Frauen und Kindern in Deutschland während COVID-19-bedingten Ausgangsbeschränkungen‘ bestätigt internationale Berichte (vgl. Kumar, 2020) oder die Warnungen der WHO, dass Frauen während der coronabedingten Quarantäne verstärkt Opfer von häuslicher Gewalt wurden.

Der folgende Artikel erzählt die Geschichte einer betroffenen Frau¹ und versucht ihre Erlebnisse theoretisch einzubetten. Selbstverständlich sind aus einem Einzelfall nur begrenzte Schlüsse zu ziehen, doch es geht in diesem Artikel darum, einen individuellen Hilfesuchprozess zu rekonstruieren und darauf basierend die Frage zu erörtern, ob, und wenn ja, wie man mit salutogenetischem Blick auf das Problem der häuslichen Gewalt Erkenntnisse ableiten kann, die die Betroffenen darin unterstützen, einen kohärenten und auf ihren individuellen Bedürfnissen beruhenden Weg zu finden und einzuschlagen.

„Mediale Berichte über häusliche Gewalt bedauerte ich, und sie machten mich traurig und betroffen. Aber sie hatten nie etwas mit mir persönlich zu tun. Gewaltopfer waren in meinem Kopf Frauen mit großen Sonnenbrillen, die Spuren von Schlägen in ihrem Gesicht verdecken. Frauen, die in Ambulanzen Ausreden für Hämatome und alte Spuren von Verletzungen suchen und Fragen von Medizinern ausweichen. Dass ich auch eine dieser Frauen bin, wäre mir nicht in den Sinn gekommen.“

¹ Das Zustandekommen des Artikels basiert auf Vertrauen: es werden auf Vereinbarung keine biografischen Informationen genannt und es wird nicht über die Umstände bezüglich des Kontakts mit der Autorin informiert. Wörtliche Zitate sind kursiv und mit („...“) Anführungszeichen markiert.

Was ist Gewalt?

Diese scheinbar banale Frage war die schwerste und schmerzhafteste, die sich Frau N., wie sie im Folgenden anonymisiert genannt werden wird, im April dieses Jahres während des coronabedingten Lockdowns stellen musste. Durch das abrupte und unvorbereitete ‚Zusammengesperret-Sein‘ waren die bereits jahrelangen Spannungen zwischen ihr und ihrem Ehemann unerträglich geworden. Die Beziehung und die Aufgabenteilung waren nach über 15 Jahren noch immer nicht eingespielt, geschweige denn ausgewogen, obwohl das Bedürfnis von Frau N. nach Teamwork, insbesondere durch die gemeinsamen Kinder, immens war. Sie fühlte sich allein, von ihrem Mann im Stich gelassen, und, als Mensch „irrelevant“.

[„[...] Am Vormittag des 20.04.2020 forderte die Antragstellerin den Antragsgegner auf, dass er ihr zumindest zuhören sollte, wenn sie mit ihm sprach. Der Antragsgegner fuhr daraufhin mitten im Gespräch mit seinem Auto weg. Die Antragstellerin war dadurch verärgert, da die Ausgangsbeschränkungen noch aufrecht waren und er durch sein Verhalten die Gesundheit der Familie gefährdete. Als der Antragsteller gegen 10 Uhr wieder nach Hause kam, stellte die Antragstellerin ihn zu Rede. Daraus entwickelte sich ein lautstarker Streit. Der Antragsgegner drängte die Antragstellerin gegen die Wand des Stiegenhauses. Er drückte seinen Unterarm gegen den Halsbereich der Antragstellerin. Durch diesen körperlichen Angriff erlitt die Antragstellerin Verletzungen in Form von Abschürfungen und Hämatomen an den Armen (siehe Fotos). Die Antragstellerin wurde auch in Angst versetzt.“] (Auszug aus dem Antrag auf Wegweisung²)

² entspricht Antrag auf Platzverweis (D)

(Rück-)blick auf die Beziehungsdynamik

Frau N. vermisste das Gefühl, gesehen, gehört, respektiert zu werden. Sie fühlte sich als Stütze, als Versorgerin, als die Familienbasis; als Frau hatte sie den Eindruck, den Erwartungen ihres Mannes („*souverän sein, ausgeglichen, belastbar, stets verfügbar, stark aber nicht zu emanzipiert, fröhlich aber nicht zu lustig, klug und erfolgreich aber nicht zu sehr*“) nicht genügen zu können. Als Mensch empfand sie ihre Situation als ein „*Kriegsgebiet*“, in dem sie „*täglich erschossen werden könnte*“; „*nicht körperlich, aber emotional und psychisch*“. Sie verstand sich selbst „*als in Frieden Gekommene*“, die eigentlich „*möchte, dass es allen gut geht*“, und sich jetzt in einer „*ganz falschen Rolle*“ als „*Kämpfende*“, „*Sich-Verteidigende*“, als „*Angreiferin*“, wie ihr Mann ihr vorwarf, oder, wie es in der Familie ihres Mannes ausgedrückt wurde, „*als Frau mit einer schwarzen Seele*“ gedrängt fühlte, die überhaupt nicht ihrem Wesen entsprach. Sie fühlte sich kampfmüde, erschöpft, verwirrt und wusste nicht mehr, ob sie den entwertenden Zuschreibungen glauben sollte, oder dem inneren „*kleinen Keim*“, der immer wieder aufbegehrte, und die Behandlung als ungerecht empfand. Doch, so fragte sie sich, „*was ist wahrscheinlicher: dass alle [Anm.: die Familie ihres Ehemannes] daneben liegen, oder dass ich tatsächlich so ein schlechter Mensch bin, wie sie sagen?*“

Schon Jahre zuvor war es während eines Streits zu einem körperlichen Übergriff gekommen, der im Nachhinein von ihrem Mann als Provokation und „*notwendige Verteidigung*“ gerechtfertigt wurde, verbunden mit dem Nachsatz „*Jeder normale Mann würde dich schlagen*“. Diese Aussage hatte sich angefühlt, als sei ihr „*die Seele zerrissen worden*“, da es ihr jede Hoffnung auf etwas ‚Anderes‘ raubte.

Die Spuren des körperlichen Übergriffs waren „*nicht so schlimm*“, sondern „*am schlimmsten*“ sei bei diesen beiden Vorfällen die „*Möglichkeit für ...alles*“ gewesen, eine Art freier Fall, weil alle Hemmungen und Tabus aufgehoben schienen; es war das „*spürbare Ende jedes Mitgefühls*“. Er hätte „*alles tun können*“, und hätte „*für alles einen guten Grund gefunden*“.

Im steten Wechsel zogen schlechte, aber dann auch wieder gute Phasen, die Frau N. explizit betonen möchte, ins Land, die vor allem von Ambivalenzen wie „*Funktionieren Wollen*“, „*Flüchten Wollen*“ und dann „*doch wieder Durchhalten und sich Hoffnungen machen*“ geprägt waren. Frau N. betonte und führte sich immer wieder vor Augen, dass auch viel Gutes passierte, viele Erfolge gefeiert werden konnten, und die Konflikte für sie durchaus auch als ein „*positives Sprungbrett*“ dienten und Energie für Neues aufbrachten: zum Beispiel das Beginnen eines neuen Berufs, obwohl ihr Mann sie darauf drängte, seine „*Assistentin*“ zu werden und ihren Job aufzugeben. Durch das Streben nach Veränderung entwickelte (und bildete) sie sich weiter; sie besuchte Kurse, kam mit neuen/anderen Menschen und Lebenskonzepten in Kontakt und lernte auf allen Ebenen dazu (u. a. sich verbal und emotional auszudrücken). Rasch stellten sich Erfolge ein, und je mehr Frau N. an Selbstbewusstsein gewann, desto mehr Gegenwind erfuhr sie vonseiten ihres Mannes. „*Ich war unterschwellig unglücklich. Innen*

drin latent traurig und wütend. Aber ich habe es sehr oft nicht gespürt. Und, ich glaube nicht wirklich an das ‚Glücklich Sein‘. Ich glaube, Glück ist Definitionssache, und wenn, harte Arbeit.“

Das Außen kommt hinzu

Als Frau N. am Tag der Eskalation die Polizei zu Hilfe rief, kam eine Kaskade in Gang, die sich nicht mehr verdrängen ließ. Während ihrem Mann ein 14-tägiges Betretungsverbot ausgesprochen wurde, wurde sie von der Polizei befragt, ‚warum sie nicht früher gegangen sei‘ und ‚warum sie mit ihm Kinder‘ habe. Diese Fragen erlebte Frau N. als beschämend, konfrontativ und im Grunde nicht beantwortbar, und sie sollten noch viele Male durch andere Behörden und Institutionen gestellt werden. Durch die darauf folgende Beratung durch ein Gewaltschutzzentrum, das Frau N. von Amts wegen telefonisch kontaktierte, hörte sie zum ersten Mal, dass sie in einer gewalttätigen Beziehung lebe. Obwohl sie von Beginn an unter der Beziehung diffus gelitten hatte, was sich in den ersten Monaten als „*Verlust von Energie*“ und „*immer unsicherer Werden*“ gezeigt hatte, und in die Erkenntnis, dass sie weder Mitspracherecht noch Gleichwertigkeit besaß, übergang, und sich letzten Endes in die genannten Situationen zuspitzten, war ihr der Gedanke, sie sei ein ‚Gewaltopfer‘ (als Begriff) nicht in den Sinn gekommen. Sie hatte, wie im Anfangszitat genannt, ein vollkommen anderes, gesellschaftlich geprägtes Bild von gewaltbetroffenen Frauen im Kopf. Die auf die Erkenntnis folgenden Tage erlebte sie als eine Mischung aus Schock, extremer Unsicherheit, Ambivalenzen und Ängsten. Gleichzeitig versuchte sie ihren Kindern Halt zu geben und weiter zu ‚funktionieren‘. Auch der Gedanke an ihren Mann, und wie es ihm gehe, quälte sie. Noch nie war ihr „*Ich möchte, dass es allen gut geht*“ in so viele Scherben zerbrochen. Hilfe und Unterstützung aus dem Umfeld war nicht vorhanden; die täglichen Telefonate mit dem Gewaltschutzzentrum die einzige Möglichkeit, über das Erlebte zu sprechen; wengleich sie immer mehr Druck auf eine ‚Entscheidung‘ bekam. Sie versuchte Klarheit zu gewinnen und begann zu kategorisieren und zu katalogisieren, was den Unterschied zwischen einer Gewaltbeziehung und einer „normalen“ Beziehung „mit schlechten Phasen“ darstellt, und versuchte, überhaupt eine Definition von Gewalt zu finden.

Sie kam zu dem Schluss, dass sie am meisten darunter gelitten hatte, dass sie in all den Jahren kaum oder keine Möglichkeit gehabt hatte, Grenzen zu setzen; ein „Nein“ ihrerseits wurde prinzipiell schlichtweg übergangen, auch von der Familie ihres Ehemannes. Sie vermisste Empathie von seiner Seite; ein Mitteilen von Bedürfnissen reichte für gewöhnlich nicht aus, um ihren Mann dazu zu bringen, (auf) sie zu achten und von seinen eigenen Bedürfnissen abzusehen. Gespräche darüber brachten kein Verständnis und kein Verstehen; sie offenbarten nur, dass die beiderseitigen Wahrnehmungen diametral und unvereinbar ohne Hoffnung auf Konsens gegenüberstanden. Der Kampf um die ‚Wahrheit‘ und die Machtposition, diese zu definieren, war ein

zermürbender. Dadurch, dass ihre Empfindungen und Wahrnehmungen stets als falsch und nichtzutreffend korrigiert wurden, und ihr Mann ihr vorwarf, sie würde seine guten Absichten nicht erkennen und „*immer alles negativ sehen*“, fühlte sie sich immer mehr als „*Verrückte*“. Sie fühlte immensen Druck, stets funktionieren zu müssen (den sie sich auch selbst hochgradig machte) und durfte sich keine „*Schwächen*“ (insbesondere starke Emotionen wie Wut) leisten, da diese sofort pathologisiert (sie gehöre „*in die Psychiatrie*“) wurden. In Gesprächen ihrem Mann Anvertrautes, wie z. B. Lebensschicksale und Charaktere in ihrer Herkunftsfamilie, kam als „*Gesprächsmunition*“ zurück (es sei angesichts ihrer „*kranken Familie*“, wie es ihr Mann nannte, offensichtlich, „*dass die Probleme an ihr*“ lägen).

Sie konnte vier Hauptprobleme der Beziehung identifizieren: ein ungleiches Machtverhältnis (eine „*Schiefelage*“), das symbolisch mit „*der Eine steht in der Sonne, der Andere im Schatten*“ beschrieben werden konnte, mangelnde Achtsamkeit und Feinfühligkeit im Umgang mit ihr und das Nicht-Einhalten von Grenzen. Dies spiegelte sich auch in der Kommunikation wider, die das vier große Hauptproblem darstellte.

Kaum hatte sie diese Kennzeichen von Gewalt für sich formuliert, setzte ein neues Gefühlschaos ein: Sie fragte sich, inwieweit sie denn selbst Grenzen einhalte, gewaltfrei kommuniziere, und auch selbst – wenn auch ungewollt – Gewalt ausübe.

Im Bewusstsein, dass „*auch sie selbst viele Fehler macht*“ (wobei sie bei sich selbst höhere Maßstäbe ansetzte und strenger urteilte), fühlte sie sich unglücklich mit jeder Art von Verurteilung und auch mit der Täter-Opfer-Dichotomie. Sie wollte weder, dass sie ein ‚Opfer‘ sei, noch ihr Mann ein ‚Täter‘, da diese Rollen „*sehr praktische Opferschalen*“ seien, „*in die man ganz leicht alles unterbringen kann*“. Sie kreiste gedanklich nächtelang an der Einordnung von Schuld, Verantwortung, Mitschuld und Mitverantwortung und kam immer von Neuem zu dem Schluss, dass, wenn es auch zunächst schwerfiel, Empathie der Schlüssel aus dem Dilemma sei. Trotz allem Geschehenen wollte sie (weiter) versuchen, die Welt ihres Ehemannes zu verstehen und seine – aber auch ihre (!) – Handlungen weder anklagend noch entschuldigend nachzuvollziehen. Insgeheim bestand ihre Hoffnung darin, dass auch das soziale Umfeld, das nun (unfreiwillig) hinzugezogen worden war, diese Empathie aufbringen würde. Sie erlebte jedoch Gegenteiliges: Nachbarn, die von der Polizei aufmerksam gemacht worden waren, ein hinzugezogener Rechtsanwalt, Behörden, psychosoziale Berater, usw. – alle richteten den Fokus auf sie und konnten es nicht verstehen: Warum hatte sie es zugelassen? Warum blieb sie ‚bei so einem‘? Was stimmte mit ihr nicht? War sie bindungsge-stört? Dissoziativ? Eine Verdrängerin? Schwach? Dumm? – Fragen, die sich auch Frau N. stellte.

Lösungen und Ursachen waren vom Außen rasch identifiziert; sie waren einfach („scheiden lassen und ihn zahlen lassen“) und sie verortete den Vorwurf, es läge ganz klar an ihr (sie ‚verdränge‘, sie ‚lässt sich alles gefallen‘, etc.). Insgesamt wurde von ihr etwas erwartet, das Frau N. „*Trennungsperformance*“ nannte; sie sollte dem

Opferschema entsprechen, leiden, aber nicht zusammenbrechen, sich für ‚das Richtige‘ entscheiden und sich ‚wehren‘, was konkret bedeutete, eine dauerhafte Wegweisung zu beantragen und sich danach unverzüglich scheiden zu lassen.

Als das „Außen“ hinzukam, spürte Fr. N. immensen zusätzlichen Druck und „*fürchterliche Scham*“. Sie fühlte sich bloßgestellt und empfand Angst, Wut und Trauer, dass nun ein sozialer Schaden entstanden sei, der irreversibel sei.

An diesem Punkt bereute sie es, die Polizei hinzugezogen zu haben.

Das Gewaltschutzzentrum bot Unterstützung an, die einerseits sehr hilfreich war, da sie Bewusstsein schaffte und Frau N. sprechen konnte, ohne verurteilt zu werden. Es lief jedoch darauf hinaus, den Gang vor Gericht vorzubereiten, und für diese Entscheidung war Frau N. nicht bereit. Sie musste erst mit ihrem eigenen Schock, dem Funktionieren für die Kinder, dem Auffangen derer Gefühle und Bedürfnisse, dem eigenen Gefühls- und Gedankenchaos und dem Druck, sich richtig zu entscheiden, zurechtkommen, und dafür reichten zwei Wochen Wegweisung nicht aus. Ihr Mann drängte auf das Wieder-Heimkommen, führte am Ende des Betretungsverbots ein langes Gespräch mit ihr, zeigte sich geläutert, einsichtig und voller Änderungspläne. Wieder wusste sie nicht, ob sie wieder Vertrauen schöpfen, an der Beziehung arbeiten oder sich abgrenzen, „*hart bleiben*“ und einen Schlusstrich ziehen sollte (wobei sie nicht an einen „Schlusstrich“ glaubte, da die Verbindung aufgrund der Kinder weiter bestehen würde), und/oder ob sie manipuliert wurde (und, wenn ja: von welcher Seite? Vom Ehemann? Von den Beratern?).

Sie las ihre alten Tagebücher, und erkannte, dass sie von Anfang an unter einer „*Friss oder stirb-Haltung*“ ihres damaligen Lebensgefährten und späteren Ehemanns gelitten hatte. Sie war in ein Manipulationssystem verstrickt, das darauf abzielte, sie zu schwächen, indem es ihr Vertrauen in sich selbst angriff: ihre Wahrnehmungen wurden als völlig falsch abgewertet; sie könne (oder wolle, so der Vorwurf) „*die Wahrheit*“ nicht sehen; Gespräche drehten sich so lange im Kreis, bis sie ihren eigenen Gedanken und Gefühlen nicht mehr traute, und vieles mehr.

Sie konnte also nach der ersten Frage, was Gewalt sei, eine zweite Frage für sich beantworten: der Unterschied zwischen einer „*normalen*“ Beziehung „*mit auch schlechten Zeiten*“ und einer pathologischen/gewalttätigen Beziehung bestand darin, dass die Ungleichheit, die Unausgewogenheit und die fehlende Gleichwertigkeit an Bedürfnissen, Möglichkeiten und insbesondere dem beiderseitigen Recht, Grenzen zu ziehen, Nein zu sagen, von Anfang an und unverändert fortan so gelebt worden war.

Welche Konsequenz sollte sie nun aus dieser Erkenntnis ziehen?

Von Ambivalenzen und Unsicherheiten tage- und nächtelang gequält, kam Fr. N. zu dem Schluss, dass sie nur eine „*richtige Frage*“ heraus und zu einer Entscheidung führen könnte. Diese war überraschend schnell gefunden und führte zu einer ersten verspürten Erleichterung: Sie hatte sich die Frage viel zu selten gestellt, „*was ich eigentlich will. Und nicht nur will, sondern auch*

möchte. Denn das ist noch einmal etwas anderes, da ist nicht so viel Ego dahinter, sondern das „was möchte ich“, da geht's darum, was wünsche ich mir, was würde mir denn Freude machen. Also habe ich mir ein kleines Post-it genommen, und versuchte zu notieren, was ich gerne möchte. (lacht) Und da dachte ich ‚Schau, da hama's schon³. Einen kleinen Zettel für meine Lebenswünsche!‘ und dann habe ich den Kopf geschüttelt und mir einen großen Zettel genommen.“

Der vorausgegangene Hilfesuchprozess

Frau N. hatte sich – und dieses Streben erscheint biografisch bedingt – stets zu ‚verbessern‘ versucht; sie wollte „dazulernen“, an sich arbeiten und nicht zuletzt durch ihren Beitrag auch mehr Wertschätzung, Achtung, Empathie, Respekt und Gleichwertigkeit in die Beziehung (und auch in ihr Umfeld) bringen.

Sie bezog die Ursache des Fehlens dieser wichtigen Elemente jedoch zunächst auf sich und machte sich selbst Vorwürfe; z. B. nicht richtig zu kommunizieren, und/oder die Dinge „falsch“ zu sehen, nicht gut genug zu handeln, usw.. Sie verstand sich selbst nicht: Warum fühlte sie sich mit der Beziehung so überfordert? Was stimmte (mit ihr) nicht?

Sie konsultierte zwei Jahre lang eine Therapeutin, die nach der klientenzentrierten Methode arbeitete. Frau N. erfuhr dadurch, dass man „alles positiv“ sehen könne (und sollte), und die Lösung „in ihr“ läge. Dass sie nichtsdestotrotz keine ‚Lösung‘ fand, machte ihr zu schaffen, und sie erkannte erst später, dass es dafür auch ‚die andere Seite‘, sprich, ihren Mann, dazu braucht. Sie initiierte eine Paartherapie, die beim ersten Termin zustande kam; beim zweiten Termin saß Frau N. der Therapeutin alleine gegenüber. Nach der dritten Sitzung, die wieder gemeinsam stattfand, wurde das Vorhaben abgebrochen, da Herr N. Misstrauen aussprach, da die Frauen „ohne ihn“ gesprochen hatten.

Da Frau N. bereits damals die Kommunikation als Kernproblem erkannte, bildete sie sich im Bedürfnis nach Gehört Werden und dem Suchen nach einer Gesprächsbasis zum Thema Gewaltfreie Kommunikation weiter; erkannte jedoch in der Umsetzung zuhause bald, dass die Gesprächstechnik nur „Gesprächskosmetik“ sei, wenn die Haltung dahinter nicht stimmte. Wenn sich das Gegenüber vom Bedürfnis und Gefühl des Anderen nicht berühren ließ und/oder es nicht zulassen konnte/wollte, konnte auch der „perfekt formulierte Satz“ zu keiner Verbundenheit im Gespräch führen.

Zugleich führten ihre Fort- und Weiterbildungen zum Thema Kommunikation zu einem Paradoxon: Herr N. konnte der ‚neuen Sprache‘ von Frau N. nicht mehr folgen; sie hatte sich so weit von ihrer Alltagssprache entfernt, dass sie – so die Vermutung der Autorin – verbal überlegen war bzw. wurde, und Herrn N. damit in eine ohnmächtige bzw. geschwächte Position drängte, in der sich Gefühle von Hilflosigkeit und Ausgeliefertsein (eventuell auch als Angriff auf die Männlichkeit?) möglicherweise stauten und in eine körperliche Gegenwehr ausbrachen.

³ Übersetzung: ‚Da haben wir es schon‘

In der Akutsituation des ersten tätlichen Übergriffs begriff Frau N. ihre soziale Isolation und ihr mittlerweile nicht nur empfundenes, sondern gelebtes „Alleine Sein“. Ein Telefonat mit ihrem Vater, der, nebenbei bemerkt, bei der telefonischen Seelsorge arbeitete, gab ihr mit, dass „die Frau dem Manne untertan“ sei, so stünde es in der Bibel, und dass sie es „mit ihrem Feminismus selbst provoziert“ hätte. Sie vertraute sich einem Humanenergetiker an und bekam als Antwort, dessen „schamanischer Führer“ hätte immer gesagt, „ein paar Watschen müssen in einer Ehe drin sein“. Eine Freundin aus alten Tagen riet ihr, sie müsse „halt in ein Frauenhaus gehen“, wirkte aber darüber hinaus emotional ungerührt. Eine Psychiaterin, von der Frau N. wissen wollte, ob sie denn „verrückt“ sei, riet zu Medikamenten zur Beruhigung. Die Psychologin, die sie am Ende aufsuchte, erklärte nach mehreren Sitzungen, sie müsse „halt schon auch mal wertschätzen, dass Sie jemand liebt!“.

Rückblickend führten die Enttäuschungen, die sie auf ihrer Suche nach Hilfe erfuhr, zu einem zunehmenden Verlust von Selbstvertrauen („Vielleicht spinne ich“) und einem Gefühl von Hilflosigkeit, das sich in Trauer, Frust und wachsender Wut und Hass ausdrückte.

Diese Entwicklung nahm auch Herr N. wahr, und führte letztendlich dazu, dass er eine Eheberatung vorschlug. Trotz all der vorausgegangenen Erfahrungen überwand Frau N. ihr Misstrauen in der Hoffnung, die Beratung würde Klärung und Verständnis bringen. Doch obwohl die Situation in all ihrem Leid geschildert und beim Namen genannt wurde, und dem Berater auch, wie er erklärte, die vorgegebene Vorgehensweise bei Gewalt- und Grenzüberschreitung bekannt war, hielt er diese nicht ein, sondern stützte sich ausschließlich auf das Vermitteln der ‚Gewaltfreien Kommunikation‘. Frau N. bekam erneut zu hören, dass sie die Situation durch ihr „falsches Kommunizieren“ selbst verursacht habe; dass sie die „Kommunikationsregeln“ nicht einhielt, ihr Leid „unverständlich“ sei, wo ihr Mann sich doch „so bemühe“.

Frau N. hatte nach einem halben Jahr das Gefühl, als würde die Beratung ihren letzten inneren Halt zerstören, und brach sie ab, als sie merkte, dass sie, wie sie es empfand, einer „Blindheit des Beraters“ ausgeliefert war und sie die Beratung geradezu retraumatisierte.

Frau N. zog aus diesen Erlebnissen den Schluss, dass es an ihr allein liege, und sie allein die Verantwortung übernehmen müsse; dass sie ihre Wünsche, Bedürfnisse und Ziele in erster Linie für sich selbst definieren, genau formulieren und umsetzen musste, um in die Richtung eines stimmigen Lebens zu gehen.

An dieser Stelle soll die Geschichte von Frau N. auf ihren Wunsch hin nicht weiter erzählt werden. Sie möchte nicht als Vorbild für andere betroffene Frauen (die ohnehin bereits unter hohem psychischen und sozialen Druck stehen) dienen und eine ‚richtige Entscheidung‘ vorführen. Stattdessen soll das Erzählen ihrer Geschichte Vorannahmen und Stereotype in Frage stellen, verdeutlichen, was im konkreten Einzelfall vonseiten der hinzugezogenen Institutionen und Einrichtungen geholfen hätte, und, am Wichtigsten, zur Reflexion anregen, um ein sensibles Gespür für das Thema zu entwickeln.

Theoretische Einbettung

„Die Probleme der Gewaltforschung beginnen bereits mit der genauen Festlegung, was als Gewalt gelten soll.“

Heitmeyer, Hagan, 2002, S. 16

Es erscheint nachvollziehbar, dass Frau N. Schwierigkeiten in der Definition von Gewalt hatte, da selbst die wissenschaftliche Literatur hierüber Diskurse führt. Der beschriebenen Situation von Frau N. kommt die Definition von Bossart u. a. (2002) am nächsten, die häusliche Gewalt wie folgt beschreibt:

- ◆ Zwischen der gewaltausübenden Person und dem Opfer besteht eine emotionale Bindung, die oft auch mit einer Trennung/Scheidung nicht gelöst ist.
- ◆ Die Gewalt wird meist in der eigenen Wohnung ausgeübt. Diese Tatsache hat Konsequenzen für das Sicherheitsgefühl des Opfers.
- ◆ Die körperliche und/oder psychische Integrität wird durch Ausübung oder Androhung von physischer, sexueller oder schwerer psychischer Gewalt verletzt.
- ◆ Die gewaltausübende Person nützt ein Machtgefälle in der Beziehung aus.

Einer der Gründe, warum diese Situation so lange aufrechterhalten worden war, könnte sein, dass auf beiden Seiten (!) kein Bewusstsein über diese Art von Gewaltausübung bzw. generell, was Gewalt darstellt, vorhanden gewesen war. Die Wucht der Erkenntnis darüber war unermesslich, und führte sowohl bei Frau N. als auch Herrn N. zu Schock, Trauer und Bedauern. (Man hatte es „aus tiefstem Herzen“ so „nicht gewollt“.) Umso schwerer fiel nachvollziehbarerweise die Opfer-Täter-Zuschreibung. Petzold (2014, S. 13) beschreibt ein Opfer-Täter-Dreieck, in dem „die Rollen fliegend wechseln, weil jeder beides als Potential in sich hat“. Entgegen der Rechtssprechung gibt es also eine Dynamik, in der die Zuschreibung „unschuldiges Opfer“ und „Täter, der unschuldig gemacht wird“ (ebda.) so nicht mehr funktioniert. Frau N. löste dieses Dilemma durch „Empathie“, was vom Außen eher negativ und als unverständlich bewertet wurde.

Die von Petzold ebenfalls angesprochene Wichtigkeit von „Achtsamkeit mit sich selbst und anderen“ (ebda, S. 17) wurde von Frau N. identifiziert, und mit der Frage nach „Was möchte ich“ gefördert. Petzold regt noch viele weitere Fragen an, die zu mehr stimmiger Verbundenheit führen können, und sollten wünschenswerterweise im Kanon der Hilfeleistenden, insbesondere von BeraterInnen und TherapeutInnen, vorhanden und präsent sein.

Im Sinne der Eigenverantwortung hatte es natürlich an Frau N. gelegen, sich Fragen nach ihren Wünschen, Zielen und Bedürfnissen im Laufe des Lebens immer wieder zu stellen, und auch Konsequenzen aus den Antworten (!) zu ziehen. Aber auch die hinzugezogenen Hilfeleistenden hätten im vorliegenden Fall

gut daran getan, zu motivieren, sich diese Fragen zu stellen. Man könnte den Eindruck gewinnen, dass Frau N. eher Ratschläge und Vorgaben erhalten hatte, und wenn sie gefragt worden war, ob sie etwas ‚will‘, es im Grunde Ja-oder-Nein-Möglichkeiten gewesen waren, wobei relativ deutlich impliziert wurde, was die ‚richtige‘ Wahl sei. Entscheidungen, die diesen Erwartungen nicht entsprachen, wurden tendenziell pathologisiert und als Symptom von Abhängigkeit, Verdrängung, Schwäche, usw. abgewertet. Der Weg zur Lösung war behördlich vorgegeben und fokussierte auf eine Klage bzw. die Trennung vom Ehemann. Doch wie wäre es danach weitergegangen? Kann es bei solch komplexen Konstellationen überhaupt eine eindimensionale ‚Lösung‘ geben? Was hätte und hatte wirklich geholfen?

Salutogenetische Perspektive

Nicht nur anhand des Hilfesuchprozesses von Frau N. drängt sich der Eindruck auf, dass Bewusstseinsarbeit bei TherapeutInnen und BeraterInnen, die wissentlich und vor allem unwissend (!) mit Gewaltopfern als KlientInnen arbeiten, vonnöten ist. Darauf weisen auch viele Initiativen⁴, die aktuell gestartet werden, und die Sensibilisierung von GesundheitsprofessionistInnen anstreben, hin:

„Manche Ärztinnen und Ärzte behandeln von häuslicher Gewalt Betroffene und wissen es eventuell gar nicht. Denn viele Betroffene, vornehmlich Frauen und Mädchen, geben sich aus Scham oder Angst vor Unverständnis nicht zu erkennen. Mit neuen Informationsangeboten wollen wir medizinische Fachkräfte für das Thema häusliche und sexualisierte Gewalt stärker sensibilisieren, um Gewaltopfer besser zu erreichen und Hilfen anzubieten.“ [www.cora-mv.de, zuletzt geprüft am 25.10.2020]

Wenngleich Sensibilität und Behutsamkeit generell in der Therapiesituation essentiell sind, so gelten hier salutogenetische Prinzipien in ganz besonderem Maße, so die Forderung dieses Artikels.

Analog zu den Kriterien salutogenetischen Handelns, formuliert vom Dachverband für Salutogenese (vgl. Petzold, 2008), und ergänzt durch die eigene therapeutische Arbeit der Autorin, werden im Folgenden Eckpunkte in der Zusammenarbeit, Beratung und Therapie von Gewaltopfern formuliert und zur Diskussion gestellt, die wünschenswerterweise von weiterführender Forschung empirisch überprüft und auf ihre Stimmigkeit hin reflektiert werden:

1. Auf Stimmigkeit, Kohärenz, Verbundenheit aufbauende Kommunikation

Die Autorin plädiert dafür, kein programmatisches, standardisiertes Hilfsangebot anzuwenden, sondern auf die individuellen Bedürfnisse der gefährdeten Person unter Berücksichtigung ihres sozialen, kulturellen und biografischen Kontexts sowie

⁴ Exemplarisch: www.cora-mv.de, www.bmfsfj.de (Aktionsplan II der Bundesregierung zur Bekämpfung von Gewalt gegen Frauen), www.vhs.ktn.at, www.toolbox-opferschutz.at

der aktuellen Phase, in der sie sich befindet, einzugehen, und gemeinsam ein stimmiges Hilfskonzept zu entwerfen. Selbst das bestens gemeinte Angebot an Hilfestellungen kann überfordern, wenn es nicht auf seine Stimmigkeit (sprich, unter sensibler Berücksichtigung der aktuellen Phase im Betreuungsprozess, der Bedürfnisse der Betroffenen, usw.) hin reflektiert wurde.

2. Wertschätzung und Respektieren (des Weges)

An dieser Stelle sei auf Welter-Enderlin und Hildenbrand (2004) sowie Hildenbrand (2008) verwiesen, die dazu anregen, Fälle in ihrer biografischen und systemischen Verbundenheit mit dem Geschehen zu betrachten; d. h. Wertschätzung und Respekt bilden die Basis der therapeutisch-beratenden Arbeit. Man könnte beispielsweise die „Anpassungsprozesse“, die Gewaltbetroffene „durchlaufen haben, um die Situation aushaltbar zu machen“ (Abschlussbericht SoFFI K, 2004, S. 148) als mögliche Ressourcen wertschätzen, ohne implizite Annahmen und Vorgaben, was das ‚Richtige‘ gewesen wäre; aber auch Entscheidungen, die die Zukunft betreffen, sollen nicht pathologisiert und/oder abgewertet werden.

In den Definitionen von Gewaltbeziehungen, die auf Machtprozesse fokussieren (vgl. Hagemann-White, 1992, S. 127), schwingt implizit das Momentum der Unveränderlichkeit mit. Sieht man jedoch auf das Geschehene als Weg, und, um es mit Antonovsky auszudrücken, als ‚Kontinuum‘, in dem Veränderung/Entwicklung (auch zum Positiven hin!) jederzeit möglich ist (vgl. Antonovsky, 1997, S. 23), so gerät die These, die Gewalt würde in einem Machtgefälle von Anfang an und unveränderbar ausgeübt werden, ins Wanken. Aus diesem Grund – so die Annahme der Autorin – bot der Begriff der ‚Gewaltbeziehung‘ Frau N. nur anfänglich, und maximal als Einordnung des Geschehenen (und somit zur Förderung der ‚Verstehbarkeit‘) Hilfe; doch analog zum Krankheitsbegriff in der Pathologie (‚die Krankheit (der Gewalttäter) muss weg‘) und konträr dazu der salutogenetischen Perspektive eines fortwährenden Pendelns zwischen Gesund- und Krankmachendem, hätte Frau N. mit einem dynamischeren Konzept, das Veränderung (und auch Hoffnung!) zuließe, in weiterer Folge mehr anfangen können.

3. Die Ausrichtung auf lebenswerte

Ziele / Ressourcenorientierung

Therapeutische bzw. psychosoziale Arbeit soll sich nicht nur am (gerichtlichen) ‚Kampf‘ ausrichten, sondern unvoreingenommen fragen, was die betroffene Person möchte. Dies können auch weiter gedachte Ziele sein, wie das (Wieder-)Empfinden von Sicherheit, Lebensqualität, Freude, sich Emanzipieren, usw.. Wichtig ist dabei, konkret zu werden: Was genau versteht die Person unter Sicherheit? Wie definiert sie Lebensqualität? Welche Konsequenzen ergeben sich daraus? Was oder wer kann dabei unterstützend wirken?

4. Die Wertschätzung der Person bzw. des Individuums

(Das Bewahren von) Empathie auf allen Ebenen und gegenüber allen beteiligten Personen ist zentral. Das Individuum soll sozial bzw. gesellschaftlich nicht in eine Norm gepresst werden; dies betrifft sowohl die Opfer- als auch die Täterrolle. Auch die Hilfeleistenden selbst sind aufgefordert, eigene Vorstellungen und Werturteile zu reflektieren und empathisch zu agieren:

„[...] sinnvoll erscheint es daher als Beraterin auch eine Perspektive einzunehmen, die die subjektive Wirklichkeitskonstruktion einer von häuslicher Gewalt betroffenen Frau besser versteht. Die Handlungen der Frauen können als notwendiger Ausdruck für selbsterhaltendes Verhalten verstanden werden. Dafür bedarf es auf Seiten der Beraterinnen der Kompetenz, Hinweise auf die subjektive Befindlichkeit der Frauenhausfrauen herauszufinden und sich annähernd in ihre Innenwelt hineinzusetzen.“ (Schultheiß, 2014, S. 59)

Dazu gehört sinnvollerweise, das Geschehen in seiner biografischen Verknüpfung zu betrachten. Biografische Elemente aus dem Leben von Frau N. im vorliegenden Artikel zu nennen, war ein vereinbartes und undiskutierbares No-Go. Zu sehr hatte das Vertrauen gelitten; zu oft hatte Frau N. erlebt, dass ihre Familiengeschichte als Boomerang zurückkam und zur Pathologisierung ihrer Person verwendet (bzw. missbraucht) worden war.

Man kann aber auch ohne die Nennung konkreter Fakten den Schluss ziehen, dass Frau N. bereits einen beachtlichen Entwicklungsweg gegangen war. Wofür könnten also ihre Erlebnisse und die daraus resultierenden Handlungen und Nicht-Handlungen – im Nachhinein betrachtet – gut gewesen sein?

Frau N. hatte unter anderem gelernt, Bedürfnisse auszudrücken (wobei sie zunächst überhaupt das Konzept eines ‚Bedürfnisses‘ erarbeiten und verstehen musste), ihre Reflexionsfähigkeit erweitert und ihre Erfahrungen in ‚Gold‘, sprich, in Empathie und Lebenserfahrung umgewandelt, auch wenn die Situation nach außen hin unverändert schien. Sie hatte immer wieder den Mut gefasst, Hilfe zu suchen, obwohl sie enttäuscht worden war. Sie verfiel nicht in Zynismus und Resignation, sondern konnte sich die Hoffnung bewahren und immer wieder neue Schritte setzen. Darüber hinaus hatte sie die Stärke, sich aus den Gegebenheiten heraus zu emanzipieren, indem sie sich für einen ‚eigenen‘, authentischen Weg entschied: sowohl im Umgang mit ihrer Beziehung, als auch in Bezug auf die angebotenen Lösungsvorschläge ihrer BeraterInnen.

5. Das Bewusstsein um die Prozesshaftigkeit

(und ihrer unterschiedlichen Phasen)

Dieser Punkt soll unterstreichen, was auch Antonovsky (1997, S. 26) formulierte: Ist Gefahr im Verzug, ist schnelles und durchaus an Pathologien orientiertes Handeln angesagt und sinnvoll (Die symbolische „Rettung des Ertrinkenden“ oder sein Bild von der „Axt im Kopf“). Es geht nicht darum, dass PolizistInnen bessere TherapeutInnen werden, oder Juristen dichotomisierendes (Wer ist das Opfer/wer der Täter) Handeln aufgeben. Entspricht

es dem Bedürfnis des ‚Opfers‘, einen Schlusstrich zu ziehen und u. a. mit rechtlicher Unterstützung (großen) Abstand zum Täter zu schaffen, so ist es ein Segen, dass die Rechtssprechung dazu vorhanden ist und praktiziert wird.

Nichtsdestotrotz soll aber ein zweiter Aspekt nicht vernachlässigt werden: die Hilfeleistenden täten gut daran, auch den *Umgang* mit dem Erlebten zu unterstützen; mit größter Sorgfalt, Sensibilität und Behutsamkeit zu agieren, und das Opfer-Täter-Dreieck, wie es von Petzold beschrieben wird, (auch durch ihre eigene Haltung) möglichst nicht zu befeuern.

Aus dem hier rekonstruierten Hilfesuchprozess kann man erkennen, dass das Gefühl von ‚etwas stimmt nicht‘, ‚irgendwas macht mich energielos, traurig und wütend‘ sehr bald zum Aufsuchen einer Reihe von TherapeutInnen, BeraterInnen (und sogar einem Humanergetiker) führte. Die Hilfsangebote waren zwar bestimmt gut gemeint und nicht ‚falsch‘, konnten jedoch offenbar nicht als Hilfe in der jeweiligen Phase integriert werden, passten nicht zu ihr als individuelle Person, und sie wurden sogar teilweise als konfrontativ aufgefasst (z. B. ‚die Lösung liegt in Ihnen‘). Von der Methodik aus gesehen waren sie vermutlich sowohl richtig als auch stimmig; entsprangen jedoch tendenziell aus der Position des/der ‚Wissenden‘, und weniger aus der nicht-absichtsvollen, ‚fragenden‘, ‚erfahren-wollenden‘ Haltung, die vielleicht zum Entwerfen von stimmigeren Ideen hätte führen können.

6. Selbstorganisation und -regulation

Die Selbstregulation und Selbstheilungsfähigkeit eines Menschen wird aus dem salutogenetischen Blickwinkel mehrdimensional in seinen familiären, gemeinschaftlichen, kulturellen, globalen sowie auch universellen Bezügen gesehen. Für eine Selbstregulation ist sowohl das Innen als auch das Außen maßgeblich; dabei kommen nur selten lineare Ursache-Wirkungs-Prozesse vor.

Der Mensch wird vorwiegend nicht als Opfer gesehen, sondern als ein sich letztendlich autonom regulierendes System in einem größeren System. Im Bewusstsein um die Phasenhaftigkeit kann es selbstverständlich dazu kommen, dass die Selbstregulation eingeschränkt oder vorübergehend nicht möglich ist. Es soll aber nicht generell davon ausgegangen und das gesellschaftlich geprägte Bild vom ‚ausgelieferten Opfer‘ rekonstruiert werden.

„Bislang galt das Interesse der Frage, warum Frauen bei Misshandlern bleiben und nicht gehen, und eine der Theorien, die dieses Verhalten erklärt, zeigte eine Spirale, bei der der Mann immer gewalttätiger und die Frauen immer handlungsunfähiger, hilfloser und an den Mann gebunden werden. Wir sehen hier aber eine Entwicklung, bei der der Mann gewalttätiger wird und gleichzeitig die Handlungsmacht der Frau zu- und nicht abnimmt und die Frau sich zunehmend löst. Diese Beobachtung, die Antworten auf die ebenso wichtige Frage liefert, warum Frauen gewalttätige Partner verlassen, lässt sich mit dem klassischen Modell der in immer größere Abhängigkeit führenden Gewaltspirale nicht vereinbaren. Ein neues theoretisches Konzept, das von einem Prozess

mit immer neuen Ausgangsbedingungen ausgeht, wäre hier angemessener.“ (Abschlussbericht SoFFI K 2004, Seite 44)

Wie zuvor angedeutet, wuchs Frau N. offenbar innerlich trotz der (oder befeuert von den?) äußerlichen großen Schwierigkeiten. Möglicherweise drehte sich das ungleiche Machtverhältnis, das sie beklagt hatte, dadurch auf einer anderen Ebene paradoxerweise genau in das Gegenteil: Sie befand sich in Bezug auf Weiterentwicklung und Transformation nun am oberen Ende der ‚Schieflage‘ und ihr Ehemann geriet dadurch in eine schwächere, ohnmächtigere und ihr (z. B. in Bezug auf Verbalisierungsfähigkeit) nicht mehr gewachsene Position.

Es bedürfte demzufolge einer prozessualen Betrachtung und eines dynamischen (theoretischen) Machtbegriffs, um eine Gewaltspirale im Gesamten zu erfassen.

7. Die Auflösung von dichotomen (vereinfachenden) Sichtweisen

Ergänzend zur juristischen Aufgabe, die Opfer, Täter, Gefährder, Gefährdete usw. zu definieren und Schaden zu bemessen, wären BeraterInnen und TherapeutInnen, aber auch Polizei und RechtsberaterInnen von Gewaltopfern aufgefordert, Mehrdimensionalität zuzulassen; wie z. B. mehrere Möglichkeiten in Betracht zu ziehen, Probleme sowie Lösungen nicht zu vereinfachen, und zu hinterfragen, ob das Konzept einer endgültigen „Lösung“ aus einer dynamischen Perspektive überhaupt aufrechtzuerhalten ist.

Conclusio

Der Artikel plädiert dafür, gesellschaftliche Opferstereotype zu hinterfragen und ergänzend zu standardisierten Hilfs- und Unterstützungsangeboten vonseiten der Justiz und Polizei sowie Gewaltberatung kohärente Wege in der therapeutischen und psychosozialen Arbeit mit Gewaltopfern⁵ zu entwickeln, die auf dem individuellen Bedürfnis der Betroffenen in Achtung der Phase, in der sie sich befinden, basieren. Jeder ‚Fall‘, jedes Schicksal einer betroffenen Frau, böte sowohl BeraterInnen und TherapeutInnen als auch Polizei und rechtlichen VertreterInnen die Möglichkeit, die eigenen angebotenen Hilfskonzepte (neu) zu reflektieren und auf ihre Stimmigkeit hin (selbst-)kritisch zu überprüfen, sprich daraufhin, ob sie tatsächlich ‚Hilfe‘ für das konkrete Individuum darstellen, oder eher aus einer normativen Vorstellung, was das ‚Richtige‘ sei, entspringen.

Im Bewusstsein um die Mehrdimensionalität des Problems der häuslichen Gewalt erscheinen Lösungen wie ‚der Täter muss weg‘ nur als erster Schritt, dem auf das Thema sensibilisierte therapeutische sowie psychosoziale Arbeit, die mehr Ebenen berücksichtigt, folgen sollte. Die dazu auf ein Fallbeispiel bezogenen angeregten salutogenetisch orientierten Prinzipien wie die Auflösung von Dichotomien, das Bewahren von Empathie und

⁵ Im Artikel wird nicht das Thema der Gewalt an Kindern sowie an Männern behandelt, die jedoch zweifelsohne ebenfalls gelebte Realität ist. Sie soll nicht in ihrem Ausmaß und in ihrer Bedeutung in Frage gestellt werden.

Wertschätzung, das Beachten von Individualität und stimmiger Kommunikation sowie die Orientierung an Ressourcen mögen wünschenswerterweise in weiterer Forschung und Diskussion auf ihre Stimmigkeit empirisch überprüft werden.

Auch wenn – oder besonders weil – wir die Salutogenese als ein so wertvolles Gut betrachten, müssen wir uns stets vor Augen halten, dass sie, wenn nicht mit viel Behutsamkeit und Sensibilität nähergebracht und als neue Art des Umgang bzw. als neue Sichtweise eingeführt und vorgestellt wird, falsch aufgefasst werden und als konfrontativ und schlimmstenfalls als zynisch empfunden werden könnte.

Salutogenese heißt nicht, auch wenn sie des Öfteren so rezipiert wird, etwas ‚positiv zu bewerten‘. Das Leid von Gewaltopfern wird anerkannt und nicht relativiert. Häusliche Gewalt richtet Schaden an Leib und Seele an, der kaum bemessen werden kann.

Salutogenese ist eine Haltung, die nicht auf die Betroffenen Druck ausüben will, in Zeiten von großer Angst und Schmerz etwas ‚anders‘ und/oder ‚positiv‘ zu sehen. In Extremsituationen ist es mehr als verständlich, wenn man gerettet, bewahrt, beschützt und von pathogenetisch orientierten Angeboten unterstützt werden möchte. Es gibt aber weitere, wichtige Ebenen, und so richtet sich der Artikel auch in erster Linie an die Hilfeleistenden und, weil jede/r von uns potentiell zum Helfer werden kann, im größeren Sinne an die Gesellschaft. Er möchte Bewusstsein schaffen, dazu ermuntern, manches anders/neu zu sehen, und insbesondere zu (mehr) Sensibilität und Empathie anregen.

www.frauenhelpline.at

www.gewaltinfo.at

www.frauen-gegen-gewalt.de

www.hilfetelefon.de

www.opferhilfe-schweiz.ch

www.143.ch

Literatur

- Antonovsky, A.: Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit. Deutsche Herausgabe von Alexa Franke. Tübingen: Dgvt, 1997
- Bossart E., Huber B., Reber M.: Was ist häusliche Gewalt? Ein Definitionsversuch. In: Kantonsgericht St. Gallen, II. Zivilkammer in Zusammenarbeit mit dem Projekt Gewalt.Los (Hrsg.): Mitteilungen zum Familienrecht, Sonderheft Häusliche Gewalt, Dezember 2002, Seite 23-26
- Hagemann-White, C.: Strategien gegen Gewalt im Geschlechterverhältnis. Bestandsanalyse und Perspektiven. Forschungsberichte des BIS 4, Pfaffenweiler: Centaurus, 1992
- Heitmeyer, W., Hagan, J. (Hrsg.): Internationales Handbuch der Gewaltforschung. Westdeutscher Verlag, Wiesbaden, 2002
- Hildenbrand, B.: Fallverstehen in der Begegnung – ein Konzept therapeutischen Handelns. Plenumsvortrag im Themenblock I: Salutogenetische Orientierung in der Aus-, Fort- und Weiterbildung von Gesundheits- und Sozialberufen. In: Der MENSCH. Zeitschrift für Salutogenese und anthropologischer Medizin. Heft 39 / 1 – 2008, Seite 13-18
- Kumar, A.: COVID-19 and Domestic Violence: A Possible Public Health Crisis. In: Journal of Health Management, 22 (2), 2020, Seite 192-196
- Petzold, D.: Kriterien für eine ‚salutogenetische Orientierung‘. In: Der MENSCH. Zeitschrift für Salutogenese und anthropologischer Medizin. Heft 39 / 1 – 2008, Seite 47
- Petzold, D.: Selbsthilfe, Selbstregulation & Kommunikation. Vom Jammern in der Opferrolle hin zu mehr Autonomie. In: Der MENSCH. Zeitschrift für Salutogenese und anthropologischer Medizin. Heft 48 / 1 – 2014, Seite 11-17
- SoFFI K. Sozialwissenschaftliches Frauenforschungsinstitut der Kontaktstelle praxisorientierte Forschung e.V. an der Evangelischen Fachhochschule Freiburg: Abschlussbericht Forschungsprojekt Wissenschaftliche Untersuchung zur Situation von Frauen und zum Beratungsangebot nach einem Platzverweis bei häuslicher Gewalt, 2004
- Steinert, J., Ebert C.: Gewalt an Frauen und Kindern in Deutschland während COVID-19-bedingten Ausgangsbeschränkungen: Zusammenfassung der Ergebnisse, TU München, 2020, <https://www.hfp.tum.de/globalhealth/forschung/covid-19-and-domestic-violence> [zuletzt geprüft am 10.10.2020]
- Welter-Enderlin R., Hildenbrand, B.: Systemische Therapie als Begegnung. Konzepte der Humanwissenschaften, Klett-Cotta, 4., völlig überarbeitete und erweiterte Auflage, 2004
- Schultheiß, W. E.: Bindungsmuster von Frauen, die Opfer von häuslicher Gewalt wurden. Diss., Johann-Wolfgang-Goethe Universität Frankfurt am Main, 2014
- WHO: COVID-19 and violence against women. What the health sector/system can do, <https://www.who.int/reproductivehealth/topics/violence/en> [zuletzt geprüft am 10.10.2020]

Barbara Doss

studierte Soziologie, Gesang, Gesangspädagogik und Musiktherapie und arbeitet als Musiktherapeutin in der Erwachsenenakutpsychiatrie und als Gesangslehrerin mit Jugendlichen. Sie lebt in Oberösterreich und ist glückliche Mama von vier Kindern.

