



"Das Geflecht von wechselseitigen Abhängigkeiten zwischen individuellem Verhalten, Sozialisationsagenten, sozialer Schicht und sozialem System in Bezug auf aggressives Verhalten deutlich herauszuarbeiten, ist eine Aufgabe, die dringend anzugehen ist".

Selg, H. (1974). Menschliche Aggressivität. Göttingen: Hogrefe

Im Folgenden wird auf das Informationsblatt Häusliche Gewalt, Gewaltspirale vom Eidgenössischen Büro für Gleichstellung von Frau und Mann, auf die Publikation Von Angst bis Zuflucht sowie auf Beobachtungen und Erfahrungswerte Bezug genommen.

Um ein Verständnis für das Verhalten von Opfern, sowie für wiederkehrend gewaltdominierte Situationen beziehungsweise Beziehungen zu erhalten, ist es hilfreich sich mit der sogenannten Gewaltspirale und ihren vier nachfolgend aufgeführten, sich stets wieder wiederholenden Phasen zu beschäftigen:

1. Phase: Spannungsaufbau (hochschaukelnd, verschärfend)
2. Phase: Entladung beziehungsweise Gewaltausbruch (Eskalation)
3. Phase: Latenz- oder "Honeymoon-Phase"
4. Phase: Abschieben der Verantwortung indem die Schuld für den Gewaltausbruch des Partners/der Partnerin bei anderen gesucht wird

Die Phase des Spannungsaufbaus ist geprägt von abwertenden und demütigenden Worten und Aussagen, angeschrien und beschimpft werden, lieblosen Unterstellungen, schubsen oder bereits anderem mehr. Die gewaltbetroffene Person richtet ihre Aufmerksamkeit voll auf die gewalttätige Person und unterdrückt gleichzeitig ihre Bedürfnisse und Ängste, womit sie versucht einen Konflikt und Gewalt zu vermeiden.

Während der 2. Phase kommt es zur Entladung, dem Gewaltausbruch, welche sich in verschiedenen Formen von Gewalt manifestieren kann.

Nach der Entladung beziehungsweise dem Gewaltausbruch kann die Tatperson (scheinbare) Reue zeigen, sich gegenüber dem Opfer aufmerksamer und ruhiger verhalten. (Latenz oder "Honeymoon-Phase")

Daraufhin entspannt sich das Opfer, was ihm jedoch auch Luft dafür gibt, beziehungsweise dieses dazu verleiten kann, die Taten der gewalttätige Person (möglicherweise zum x-ten Mal) zu entschuldigen und zu erklären, Krankheit, Probleme am Arbeitsplatz, Verlust von Arbeitsstelle, keine Chancen gehabt haben, provoziert worden sein u.a.m.).

Das Opfer verstrickt sich über das Suchen und Finden von Erklärungen bezüglich dem gewalttätigen Verhalten der Tatperson immer stärker in der von Gewalt geprägten Beziehung und mit der Tatperson. Die Folge davon: Das Opfer fokussiert zunehmend auf die Tatperson, und verliert den Kontakt zu den eigenen Bedürfnissen und Emotionen (auch Angst, Wut, welche beispielsweise sich Hilfe holen unterstützen könnte).



Meist ist sich das Opfer der Folgen seines Entschuldigens, Erklärens, oft auch Beschönigens bezüglich des Verhaltens der Tatperson nicht bewusst: Nämlich, dass damit der Gewalt ausübenden Person die Verantwortung für deren Taten abgenommen wird, und diese so auch nicht zur Verantwortung gezogen werden kann, und daraus folgend auch keine Verantwortung für ihr Tun übernehmen muss. Damit schmälern sich jedoch auch die Chancen dafür, dass die Gewalt gestoppt werden kann, wodurch sich eine von Gewalt betroffene Beziehung kontinuierlich weiter verschlimmern kann.

Wieso lösen sich gewaltbetroffene Menschen nicht einfach wieder von den Tatpersonen? Wieso holen sie sich nicht Hilfe?

Die Gründe hierfür können mannigfaltig sein. Oft ist es die emotionale Bindung an die Tatperson beziehungsweise die emotionale Abhängigkeit, welche eine gewaltbetroffene Person in einer von Gewalt dominierten Situation / Beziehung ausharren lässt. Es sind jedoch auch folgende Faktoren, welche das Opfer bezüglich Hilfe holen "bremsen" können:

- es möchte die Beziehung erhalten und wünscht sich "nur", dass die Gewalt aufhört.
- es erlebt in der Gewaltbeziehung nicht nur gewaltbesetzte Zeiten, sondern auch "gute Momente", was die Hoffnung auf eine doch noch gewaltfreie Beziehung nähren kann.
- es hofft und glaubt, dass wenn es sich "ruhig" und "richtig" verhält, die Gewalt ausübende Person sich ändert und von weiteren Gewalttätigkeiten ablässt.
- Wenn Kinder da sind, möchte man/frau diesen nicht die den Vater/die Mutter nehmen, oder man/frau traut sich nicht zu, alleine für die Kinder sorgen zu können. (In der Schweiz sind gewaltbetroffene Frauen nach wie vor von fehlender Gleichstellung von Frau und Mann in Beruf und Familie betroffen)
- es hat das Vertrauen in sich selber und in andere Menschen verloren, ist mut- und kraftlos geworden.
- es fürchtet sich vor der nächsten "Gewalt-Runde".
- die Dauer des Verbleibens in der von Gewalt geprägten Beziehung und die Folgen aus der erlebten Gewalt haben das Opfer schon derart geschwächt, dass es nicht mehr die Kraft findet, sich von der Tatperson zu lösen.
- die Scham mit den schlimmen Erfahrungen nach Aussen zu gehen überwiegt.
- die Angst davor, dass wenn Erfahrungen ausserhalb der Beziehung erzählt werden, sich die Gewalt möglicherweise weiter verschlimmern könnte.
- Frauen mit Migrationshintergrund fürchten die Schweiz verlassen zu müssen, wenn sie nach einer Trennung ohne eigenständiges Aufenthaltsrecht dastehen.
- Opfer ahnen, dass eine Trennung nicht das Ende der Gewalt garantiert.

Mit jeder Runde in der Gewaltspirale wird die emotionale Bindung an die Tatperson beziehungsweise die emotionale Abhängigkeit vertieft.

Trotzdem: Es ist möglich, sich aus einer emotionalen Bindung und emotionalen Abhängigkeit zu lösen, und sich neu zu orientieren.