

Was ist psychische Gewalt?

Abgrenzen - Erfahrungen - Meinungen - Definitionen

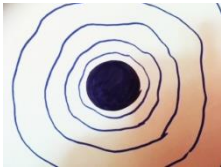
z.B.: „Was ist schon bzw. was ist noch nicht psychische Gewalt in der Familie?“

Instrumentalisieren des Kindes bei Trennungen

Loyalitätskonflikt
Rollenkonflikte
„Bewusste“ Manipulation
Willkür

Angst

Angst / Unsicherheit als Abgrenzungs-Indikator



Subjektiv
Langzeitfolgen: sich wiederholende
Erfahrungen und Auswirkungen Selbstwert
=> transgenerationell
Überschreiten von persönlichen Grenzen
Einschränkung des altersadäquaten
Autonomiebedürfnisses
Subjektives Empfinden einer Grenzüberschreitung
Auswirkung von Machtstrukturen
Individuell und subjektiv
Macht „über“
Ausgeliefert sein (Ohnmacht)

Weniger tabuisiert als physische Gewalt

Wenn psychische Gewalt zur Norm wird
Gesetzliche Grauzone / schwer zu fassen
Kulturell, religiös, gesellschaftlich bedingt

Zeitfaktor

Mobbing / Ausgrenzung

Machtmissbrauch

Machtmissbrauch
Kinder als Machtinstrumente
Machtverhältnis – in Beziehung stehen
(Verzweiflung)
Beziehungs-Missbrauch (Partnerschaft, Kinder-
Eltern, Freundschaften...)
Kontrolle
Passiv-aggressive Verhaltensweisen (Schuld –
Angsterzeugung, Liebesentzug)
Verkehrung (positive Absicht verkehrt sich)

Würde als Gradmesser / Selbstwert

Alle Verhaltensweisen, die Selbstwert des Kindes
gering halten bzw. zerstören
Verletzung der Würde und des Selbstwerts
Jede Form der Abwertung mit unreflektierten WHs
Beschämung / Abwertung
Seelische Verletzung, Demütigung/Abwertung

Latent und unsichtbar, man sieht die Narben nicht / Tabu-Thema

Unsichtbar
Unsichtbar
Kaum zu fassen - TäterInnen und Opfern unbewusst
Nachweisbarkeit?
Ausübung psychischer Gewalt oft unbewusst

Passiert nicht immer vorsätzlich!

Vernachlässigung psychischer Grundbedürfnisse

Aktive Verletzung psychischer Grundbedürfnisse
Keine Resonanz auf die Bedürfnisse
Emotionale Vernachlässigung
Individuelle Wahrnehmung des betroffenen
Kindes/Jugendlichen ernst nehmen!
Missachtung
Schweigen
Ausschließen, ignorieren, nicht beachten

Beziehungsabbruch / ignorieren, schweigen

Schweigen
Liebesentzug

Schuldzuweisung

Bestrafung
Drohungen / Druck

Nicht psychische Gewalt: Achtsame, den Bedürfnissen der Familie angepasste Grenzen als Orientierungshilfe;
Sensibilität, Anerkennung und Verantwortungsübernahme der Bezugsperson



Entsteht aus Überforderung, Angst, Stress, Verzweiflung

Kennzeichen: Willkür, manipulativ, widersprüchlich, Kontrolle, Schubladisierung

Alternativen: deklarieren, Streitkultur, lass das!

Resilienz

Gesellschaftliche Machtverhältnisse – Erfolg, Leistung, strukturelle Gewalt, kulturelle/religiöse Formen; Druck
Beteiligungsmöglichkeiten

Parteilichkeit zum Kind

Rollen-Umkehr

Parentifizierung, Triangulierung, Partner-Ersatz

Glaubhaftigkeit: Scherz, Verharmlosung, (ist) gesellschaftlich akzeptierter, Provokation

Zusammenfassung 1: Was ist psychische Gewalt?

Die Unsichtbarkeit aus dem Tagungstitel findet sich auch in den Erfahrungen und Einschätzungen der TeilnehmerInnen wieder: Psychische Gewalt ist unsichtbar und kaum zu fassen – damit sowohl den Tätern als auch den Opfern häufig kaum bewusst. So geschieht psychische Gewalt auch nicht immer vorsätzlich und ist auf den ersten Blick nicht sichtbar/nachweisbar („latent und unsichtbar, man sieht die Narben nicht, Tabu-Thema“). Im Ansprechen psychischer Gewalt sind Opfer wie BegleiterInnen konfrontiert mit dem Problem der Glaubwürdigkeit und Verharmlosung; psychische Gewalt ist weniger tabuisiert als physische Gewalt – weil sie nicht als Gewalt wahrgenommen wird oder weil sie gesellschaftlich akzeptierter ist?

Psychische Gewalt entsteht aus Überforderung, Angst, Stress und Verzweiflung. Sie ist aber auch kulturell, gesellschaftlich und religiös bedingt. Gesellschaftliche Machtverhältnisse (Erfolgsdruck, Leistungsanforderungen, strukturelle Gewalt durch Ausschluss, Abwertung etc. sowie fehlende Teilhabemöglichkeiten) übertragen sich auf die Paar- und Familiensituation und zeigen sich als Machtmissbrauch bzw. auch der Instrumentalisierung von Kindern etwa im Fall von Trennungen. Kinder werden dadurch in Loyalitäts- und Rollenkonflikte gedrängt, die sich beispielsweise auch als Rollen-Umkehr (Parentifizierung / Kind als Partner-Ersatz) zeigen können.

Die Unsichtbarkeit von Psychischer Gewalt wird auch verstärkt durch die Tatsache, dass sie höchst individuell und subjektiv wahrgenommen wird. Ein kräftiger physischer Schlag hinterlässt in jedem Fall ein sichtbares Hämatom... psychische Gewalt jedoch wird sehr individuell und unterschiedlich rezipiert – die Spanne kann hier reichen von einer massiven Angst und Unsicherheit, der deutlich wahrgenommenen Einschränkung der Lebensmöglichkeiten und des Selbstwerts bis hin zu der Einschätzung der Opfer, „es ja nicht anders verdient“ zu haben. Daher ist es notwendig, die individuelle Wahrnehmung des betroffenen Kindes/Jugendlichen ernst zu nehmen, um wirksam unterstützen zu können.

Deutlich zeigt sich, dass die Teilnehmenden an den Gesprächen die Würde des Menschen als Gradmesser zur Definition von Psychischer Gewalt setzen:

Psychische Gewalt sind: alle Verhaltensweisen, die den Selbstwert des Kindes gering halten oder zerstören; ist jede Form der Abwertung, Beschämung, Demütigung und die aktive Verletzung psychischer Grundbedürfnisse. Damit verbunden sind auch die emotionale Vernachlässigung von Kindern und Jugendlichen, Missachtung, Ausschließen und Ignorieren (Mobbing), passiv-aggressive Verhaltensweisen wie Erzeugen von Schuldgefühlen und Angst durch Schweigen als Liebesentzug bzw. Beziehungsabbruch, willkürliche Bestrafungen und Drohungen sowie der Missbrauch der familiären Vertrauensbeziehung (Bindung), um beispielsweise durch die Einschränkung des altersgemäßen Autonomiebedürfnisses Macht und Kontrolle auszuüben. Psychische Gewalt ist die Überschreitung der Grenzen des Gegenübers, verletzt die Würde und den Selbstwert des Opfers und zerstört die Resilienz der Betroffenen.

Als Gegenbild „Nicht psychische Gewalt“ formulieren die Teilnehmerinnen: Achtsame, den Bedürfnissen der Familie angepasste Grenzen als Orientierungshilfe, Sensibilität, Anerkennung und Verantwortungsübernahme der Bezugspersonen, die Pflege einer Streitkultur. Und als Alternativen werden genannt: Deklarieren und die Aufforderung „lass das!“

Was macht psychische Gewalt mit Kindern und Jugendlichen?

World Café – Frage 2

Welche Wirkungen haben Sie beobachtet? Kurzfristig – mittelfristig – langfristig...

Kommen Sie über ihre Wahrnehmungen und Erfahrungen ins Gespräch.

Gewalt produziert Gewalt

Gewalt als Lösung erleben – Reproduktion
Gefahr der Weitergabe
Weitergabe
Wird weitergegeben
Erlernte Muster weitergeben
Aggressionen – Auto-Aggressionen
Einschränkung der Konfliktfähigkeit

Auswirkungen auf Beziehungen und Bindung

Vertrauensverlust
Schulverweigerung
Einschränkung der Entwicklung in allen Bereichen
Traumatisierung / Bindungstraumatisierung
Je enger die Beziehung desto größer die Verletzung

Angst

Unsicherheit, Angst => Zukunft
Selbstwirksamkeit geht verloren

Unterdrückung eigener Bedürfnisse

Druck auf Wünsche und Träume

Transgenerationale Weitergabe

Transgenerationale Weitergabe an die nächste
Generation (Kreislauf)

Gewalt als Sprache verinnerlicht und als
Sprachlosigkeit

Auswirkungen auf Selbstbild, Selbstwahrnehmung, Selbstwert

- Selbstwertverlust
- Tiefe emotionale Verletzungen
- Isolation, Rückzug
- Schulverweigerung

Persönlichkeit & Selbstwert
mindert, verändert, prägt, (ver)stört, formt
Schwächt individuelle Entwicklung
Selbstwertminderung
Fehlender Selbstwert
Probleme mit dem Selbstwert
Selbstwertgefühl wird verletzt
Unsicher
Verminderung des Selbstwerts,
Selbstwert-Problem
Selbstwert (Selbstwirksamkeit)
Mindert Selbstwert (Auto-Aggression)
Selbst – Selbstwert
Geringer/kein Selbstwert
Selbst- und Weltbild
Ich bin nicht OK, so wie ich bin
Entwertung / Abwertung
Löst Überforderung aus, Verhalten verändert sich
(Orientierungslosigkeit, Kränkung, Selbstwert;
Regression – Depression – Aggression)

Rückzug

Isolation
Ohnmacht

Verletzt, macht krank auf allen Ebenen: psychisch und körperlich

Beeinträchtigung in allen Lebensbereichen (emotional,
intellektuell, sozial, körperlich)
Einschränkung der physischen und psychischen
Entwicklung
Risikofaktor für psychische Erkrankungen
Geschwächte Resilienz
Angststörung
Macht krank (Konsum etc.)
Hemmt psychosoziale Entwicklung und
Empathiefähigkeit
Zerstörtes Vertrauen in Beziehungsfähigkeit (Opfer-
Täter)
Krank machend
Psychische und körperliche Auswirkungen und
Erkrankungen
Psychische und physische Krankheit
Entwicklung von psychischen Störungen
Traumatisiert
„auffälliges Verhalten“

Diverse Bewältigungsstrategien (Drogen, Alkohol,
soziale Medien)
Verhaltensauffälligkeiten, Krank – psychisch und
körperlich

Empathie und Emotionsfähigkeit beeinträchtigt



Emotional: Wut, Schuld, Trauer, Stress, Anspannung, Druck, Scham, Resignation → Überanpassung, Destabilisierung, Somatisierung

Beziehungen allgemein: Beziehungsschwierigkeiten, Bindungsangst, Einschränkung der Dialogfähigkeit, Einschränkung der Leistungsfähigkeit, eigene Grenzen und die anderer nicht wahrnehmen können, mangelnde Selbstfürsorge, ungesundes Vermeidungsverhalten, manipulativ, Borderlinestörung

Beziehungen in der Familie: Distanzierung von der Familie, Vertrauensverlust, Loyalitätskonflikte

Beziehungen zu Gleichaltrigen: Schutzsuche bei zweifelhaften Peergroups

Beziehungen zur „Welt“: verzerrte Realitätswahrnehmung, Weltbild – „Normalität“

Zusammenfassung 2: Was macht psychische Gewalt mit Kindern und Jugendlichen?

Die destruktive und schädigende Wirkung von psychischer Gewalt vor allem auf den Selbstwert von Kindern und Jugendlichen wird von den Teilnehmenden besonders hervorgehoben. 14 Ergebniskarten von den elf World-Café-Tischen verwenden den Begriff in der Auswertung der Frage 2. Der Begriff „Selbstwert“ an sich ist wenig trennscharf und wurde im Café nicht genauer definiert.¹ So stellen die Teilnehmenden fest, dass psychische Gewalt Persönlichkeit und Selbstwert mindert, verändert, prägt und (ver)stört, dass sie die individuelle Entwicklung schwächt, das Selbstwertgefühl verletzt, zu Selbstwert-Problemen, Unsicherheit, Isolation und Rückzug führt und sich aufgrund des fehlenden Selbstwerts problematische Verhaltensweisen etablieren: „Löst Überforderung aus, Verhalten verändert sich“, es kommt zu „Orientierungslosigkeit, Kränkung, Regression, Depression, Aggression“, und sie beschreiben die Selbstwahrnehmung der Betroffenen als „Ich bin nicht OK, so wie ich bin“.

Die Auswirkungen auf Beziehungen und Bindung sind ebenso deutlich beschrieben: In den Gesprächen wurden als Folgen psychischer Gewalt auf die Beziehungsgestaltung durch die betroffenen Kinder und Jugendlichen generell beschrieben: Beziehungsschwierigkeiten, Bindungsangst, Einschränkung der Dialogfähigkeit, Einschränkung der Leistungsfähigkeit, mangelnde Selbstfürsorge, ungesundes Vermeidungsverhalten. Betroffene lassen sich aufgrund des Vertrauensverlusts nicht mehr auf Beziehungen ein, können eigene Grenzen und die anderer nicht wahrnehmen und verhalten sich manipulativ. Psychische Gewalt führt zu einer „Bindungstraumatisierung“ und wirkt umso verletzender, je enger die Bindung ist. Die innerfamiliären Beziehungen sind gekennzeichnet durch Distanzierung von der Familie, Vertrauensverlust und Loyalitätskonflikte; Opfer psychischer Gewalt haben auch in der Peer-Gruppe keine Sicherheit, da sie dazu neigen, Schutz bei „zweifelhaften Personengruppen“ zu suchen. Betroffene von psychischer Gewalt leiden insgesamt an unsicheren Beziehungen, reagieren mit Isolation und Rückzug und fühlen sich ohnmächtig.

Psychische Gewalt verletzt und „macht krank auf allen Ebenen – psychisch und körperlich“: Psychische Gewalt schränkt Entwicklung ein und stört alle Lebensbereiche (wirkt sich emotional, intellektuell, sozial, körperlich negativ aus). Die eigenen Wünsche und Bedürfnisse werden unterdrückt, der Risikofaktor für psychische Erkrankungen ist hoch: Geschwächte Resilienz, Angststörung, Borderlinestörung und Traumatisierung werden hier konkret als Krankheitsbilder benannt. So leidet auch die „Beziehung zur Welt“, etwa durch verzerrte Realitätswahrnehmung. Die Hemmung der psychosozialen Entwicklung und Empathiefähigkeit zerstört das Vertrauen in die eigene Beziehungsfähigkeit und zeigt sich in „auffälligem Verhalten“. Als diesbezügliche Bewältigungsstrategien werden genannt: Missbrauch von Drogen, Alkohol und Suchtverhalten (soziale Medien).

Auf den Tischdecken werden Emotionen genannt: Schuld, Trauer, Stress, Anspannung, Druck, Scham, Resignation und Wut – diese führen zu Überanpassung, Destabilisierung und Somatisierung.

Schließlich stellen die GesprächsteilnehmerInnen fest: Gewalt produziert Gewalt. Psychische Gewalt wird weitergegeben, auch und vor allem transgenerational; erlernte Muster prägen jedoch alle Beziehungen der Betroffenen. Dies verhindert die Entwicklung der Konfliktfähigkeit und führt zu (Auto)-Aggression, vor allem, wenn (psychische) Gewalt zu vordergründigen „Lösungen“ führt und sich damit immer wieder reproduziert bzw. wenn Gewalt „Normalität“ zugeschrieben wird.

¹ Der Begriff wird in der Regel synonym verwendet mit Selbstwertgefühl, Selbstvertrauen, Selbstwertschätzung, Selbstachtung bzw. auch mit Selbstwirksamkeitserwartung; im allgemeinen Sprachgebrauch wird Selbstwert auch wenig präzise mit Selbstbewusstsein gleichgesetzt. Die Entstehung / Entwicklung des Selbstwertgefühls in der Kindheit bedarf Erfahrungen von Selbstwirksamkeit, insbesondere das Erzielen von Wirkungen, die zu angenehmen, positiv erlebten Gefühlen führen, das Erhalten von Wertschätzung und Anerkennung (als besondere Form sozialer Wirkung); die Identifikation mit wichtigen Bezugspersonen, die selbst die nötige Selbstsicherheit haben und auf das Kind positiv reagieren und in der späteren Entwicklung eine Balance zwischen erlebter Freiheit und der Verbundenheit zu Bezugspersonen. (wikipedia)

Was ist zu tun? Welche konkreten Schritte wollen wir machen?

Was brauchen wir, um psychischer Gewalt in der Familie ein starkes „Wir“ entgegenzusetzen?

Konkret hier in Tirol... aus diesem Kreis?

Öffentlichen Druck auf Politik erhöhen =>
Mediendruck!

Partizipation und Alltagsstruktur

Rahmen für Thema schaffen (z.B. Elternarbeit)
Prävention => aus dem Tabu heraus ins WIR
Austausch statt Konkurrenz
Angebote Erwachsenenbildung – Durchhaltevermögen

Kommunikation(swege) verbessern

Klären: „one face to the customer“
Lobby für Vernetzung und Kooperation

Elternabend zum Thema gestalten

Eltern und Erziehungsarbeit = Beziehungsaufbau;
Vertrauen

Mut zu thematisieren

Öffentlichkeitsarbeit ernst nehmen (Einrichtungen)
In eigener Einrichtung thematisieren – Klausurthema
Enttabuisierung des Themas
Mut zur Positionierung im Sinne der Kinder und Jugendlichen
Sensibilisierung
Sensibilisierung

Auf Augenhöhe kommunizieren

Wertschätzung: von der Konkurrenz zur Kooperation
Wertschätzende Haltung und gleichzeitig klare
Stellung fürs Kind beziehen
Respektvolle Gesprächsbasis schaffen
Augenhöhe => es geht jeden etwas an!

Selbstreflexion und Achtsamkeit

Blick nach innen
Selbstreflexion erlernen
Eigenes Bewusstsein fördern
Achtsamer sein
Reflektieren der internen „Gewaltstruktur“

Vernetzung der Institutionen

Sichtbar machen des Hilfsangebotes
Networking / mehr Interaktion (Eltern – Schule – Jugendarbeit – Team)
Eltern helfen, Alternativen zu finden
Geschützter Rahmen => Raum schaffen => für gemeinsame Lösungen

Ressourcen (Personal) aufzeigen

Niederschweligen Zugang zu den Einrichtungen ermöglichen



Aussprechen: in Ausbildungen thematisieren, bewusst benennen (u.a. in Familien), Positives verstärken

Nach innen: Partizipation ernst nehmen (Dienstzimmer, Konferenzraum, ...), interne „Gewaltstrukturen“ reflektieren

Transparenz: Problematik Datenschutz, Verschwiegenheit vs. Transparenz, ins Team tragen

Haltung: Offenheit, neugierig bleiben

Wie arbeiten: niederschwellige Angebote, Prävention: Hilfe annehmen dürfen, Ressourcen für Prävention (Elternbildung, Finanzen, Zeit, andere Hilfsangebote), Motivation, Kontinuität, Kreativität

Schule: Schulsozialarbeit, Hausbesuche der Lehrer

Gesellschaft: Zivilcourage, Haltung (trotz „Gutmensch“), VOR-Bilder statt FEIND-Bilder, sich einbringen

Dreieck: Familie – Kinder/ Jugend - ??

Zusammenfassung 3: Was ist zu tun?

Ein starkes WIR: Vernetzung der Institutionen... um das (Hilfs-)Angebot sichtbarer zu machen, um gemeinsam den öffentlichen Druck auf die Politik zu erhöhen, um Raum für gemeinsame Ideen und Lösungen zu öffnen. Austausch und gegenseitige Unterstützung statt Konkurrenz: „aus dem Tabu heraus ins WIR“. Gemeinsame Aktionen und Angebote.

Selbstreflexion und Achtsamkeit... als Einzelpersonen, als Institutionen: um mit einem kritischen Blick nach innen die interne „Gewaltstruktur“ zu reflektieren, eigenes Bewusstsein zu schärfen und achtsamer zu sein. In Institutionen und Organisationen: Partizipation verstärken, Reflexionsräume schaffen, Unterstützung für die BeraterInnen („ins Team tragen können“).

Das Thema in die Öffentlichkeit bringen... um sich mutig im Sinn und Interesse der Kinder und Jugendlichen zu positionieren, um die Gesellschaft (und vor allem die Nahbereiche der Kinder und Jugendlichen) auf Erkennen und Ansprechen, auf Prävention und Stoppen von psychischer Gewalt zu sensibilisieren. Das Thema gehört in Aus- und Fortbildungen im (sozial)pädagogischen Bereich, in die Elternarbeit und in die Medien.

Augenhöhe und Wertschätzung... in unserer Arbeit für die Kinder/Jugendlichen und ihre Familien: Respektvolle Gesprächsbasis schaffen, niederschwelliges Angebot, Ansprechbarkeit („one face to the customer“)... und dies alles in einer wertschätzenden Haltung allen gegenüber, gleichzeitig jedoch klare Stellung (Parteilichkeit) für das Kind beziehen. Motivation – Kreativität – Kontinuität.

Wir wollen wirksam werden... in den Familien (Beziehungsaufbau und Vertrauen; Es braucht Mut, um Hilfe zu fragen; Elternarbeit, Bildungs- und Beratungsangebote für Eltern), in den Schulen (Präventionsarbeit, (Früh)-Erkennung durch Schulsozialarbeit, Hausbesuche der LehrerInnen etc. und auf die Gesellschaft insgesamt: Zivilcourage im Aufzeigen der Grenzen, klare Haltung („Gutmensch“) Psychische Gewalt geht JEDE/N etwas an => Ermutigung zur Einmischung im Sinn der Kinder