



Zerstörerische Dynamik

Gewalt in der Partnerschaft

Foto: Ninjaphotography - twenty20.com

Prof. Dr. Guy Bodenmann ist Professor für Klinische Psychologie an der Universität Zürich. Er ist Ausbilder und Supervisor von Paartherapeutinnen und Paartherapeuten und entwickelte das Präventionsprogramm »Paarlife« für Paare sowie die bewältigungsorientierte Paartherapie. Im Interview mit »report psychologie« spricht er über Gewalt in der Partnerschaft.

Beim Thema »Gewalt in der Partnerschaft« denken wir meist zuerst an körperliche, physische Gewalt. Allerdings zeigt sich Gewalt auch in anderer Form.

Allgemein unterscheiden wir physische bzw. körperliche Gewalt – etwa Schlagen, Stoßen, Treten, Schütteln, Beißen, Würgen, Bewerfen mit Gegenständen oder gar Attackieren mit Waffen – und psychische bzw. verbale Gewalt, die sich beispielsweise in massiver Einschüchterung, Demütigung, Erniedrigung, Drohungen oder Verleumdungen äußert. Zu Gewalt in der Partnerschaft zählt aber auch sexuelle Gewalt, etwa in Form von sexueller Nötigung, Vergewaltigung oder Zwang zur Prostitution. Zudem sehen wir Vernachlässigung als eine Form von Gewalt an, wenn beispielsweise bei einer infolge von Krankheit oder Behinderung bedürftigen Person Pflegeleistungen unterlassen werden. Und auch ökonomisch kann innerhalb einer Partnerschaft Gewalt ausgeübt werden, wenn zum Beispiel die Einkünfte der Partnerin bzw. des Partners beschlagnahmt werden, wenn eine finanzielle Abhängigkeit geschaffen oder die Partnerin bzw. der Partner zur Arbeit gezwungen wird.

Häufig treten die beschriebenen Formen von Gewalt nicht einzeln, sondern im Zusammenspiel auf. Oft ist zudem psychische Gewalt ein Vorläufer für physische Gewalt.

... die dann unter Umständen stärker »sichtbar« wird?

Ja. Wir unterscheiden auch zwischen offener und verdeckter Gewalt, wobei verdeckte Gewalt, welche häufig psychische Gewalt umfasst, der offenen, körperlichen Gewalt in nichts nachzustehen braucht. Innerhalb der

verdeckten Gewalt spielt die passiv-aggressive Gewalt eine herausragende Rolle, die sich etwa in verletzenden Bloßstellungen, in Stalking oder den Ruf der Partnerin oder des Partners ramponierenden Sabotageakten zeigt. Auch psychischer Terror infolge von latenten Selbstmorddrohungen oder heimlichem, penetrantem Nachspionieren fällt in die Kategorie der verdeckten Gewalt.

Gibt es verlässliche Zahlen zur Häufigkeit von Gewalt in Partnerschaften?

Die Frage nach der Häufigkeit von familiärer bzw. partnerschaftlicher Gewalt ist insofern schwierig zu beantworten, als eine hohe Dunkelziffer anzunehmen ist. In den vorliegenden Studien im deutschen Sprachraum findet man eine Prävalenz von 20 bis 30 Prozent für physische Gewalt im Verlauf von Partnerschaften. Die Prävalenz von psychischer Gewalt ist mit rund 40 bis 60 Prozent noch höher. Allerdings hängt es bei diesen Untersuchungen stark von der Definition von Gewalt ab, also davon, ob der Begriff im engeren oder in einem weiteren Sinne verwendet wird. Insbesondere bei der psychischen Gewalt ist es schwierig festzulegen, wann es sich noch um verbale Aggression und wann es sich bereits um verbale Gewalt handelt.

Welche Risikogruppen lassen sich ausmachen?

Gewalt ist in der Regel häufiger bei jüngeren Paaren, in ländlichen Gegenden und bei Paaren mit Kindern. Partnerschaftliche Gewalt kovariert zudem mit höherem Alkoholkonsum, einem geringeren psychischen Wohl-

befinden der Partnerinnen und Partner und einer niedrigeren Partnerschafts- oder sexuellen Zufriedenheit.

Welche geschlechtsspezifischen Unterschiede gibt es in der Ausübung von psychischer, physischer oder sexualisierter Gewalt?

Aktenkundige Gewalt, die in Polizeirapporten, Krankenhausberichten oder Frauenhäusern dokumentiert wird und die mit physischen Verletzungen (zum Beispiel Hämatomen, Knochenbrüchen etc.) einhergeht, erweist sich in 62 Prozent der Fälle als männliche Gewalt. Das ist das Bild, wenn man vor allem die Schwere von Gewalt betrachtet. Lange Zeit wurde in Studien auch nur die Gewalt gegenüber Frauen erfasst, wodurch der Eindruck entstand, dass Gewalt bei Paaren immer von Männern ausgehe. Neuere Untersuchungen zeigen jedoch konsistent, dass Gewalt bei Paaren in aller Regel ein dyadisches Phänomen ist, wonach beide Personen zur Gewaltspirale beitragen und sich gegenseitig in die Gewalt hochschaukeln. So kann beispielsweise infolge eines hitzigen verbalen Schlagabtauschs auf einmal eine Person zu schubsen beginnen, was mit einem Wegstoßen der oder des anderen beantwortet wird und schließlich zu einem Handgemenge oder der Anwendung roher Gewalt führt.

Gibt es dabei typische Dynamiken?

Gewalt ist häufig situationsbedingt, wird ausgelöst durch Überforderung oder das Gefühl der Ausweglosigkeit, den Eindruck, keine Alternative zur Verfügung zu haben. Es sind Situationen, in denen Betroffene glauben, sich mit ihrer eigenen Position kein ausreichendes Gehör verschaffen zu können, in denen sie das Gefühl haben, Ungerechtigkeit, Zurückweisung oder Demütigung zu erfahren. All dies führt zu einer hohen negativen Emotionalität (wie beispielsweise übersteigerter Wut) und hoher Stresserregung in Konfliktsituationen. Insbesondere wenn die Emotionsregulationskompetenzen einer oder beider Personen versagen und das Paar nicht in der Lage ist, den Konflikt zu deeskalieren, kann es übersprungsmäßig zu Gewaltäußerungen kommen. Den Anstoß gibt häufig eine entgleisende verbale Interaktion, die anschließend aus dem Ruder läuft. Gewalt kann aber auch aufgrund von Alkohol- oder Drogenabusus, Persönlichkeitsstörungen (zum Beispiel bei antisozialen oder narzisstischen Akzentuierungen), gewalttätigen Rollenmodellen in der Kindheit und Jugend oder bei allgemein hoher Ärgerdisposition verstärkt auftreten.

Es gibt das Vorurteil, dass Personen, die von Gewalt betroffen waren, auch in zukünftigen Beziehungen ein höheres Risiko haben, wieder Opfer von Gewalt zu werden. Was ist dran an dieser Wahrnehmung?

Man kann effektiv von einer gewissen sozialen Vererbung der Gewalt sprechen. So sagen frühere Gewalterfahrungen in der Herkunftsfamilie Gewalt in der eigenen Partnerschaft vorher. Frauen, die bereits als Kind misshandelt wurden, haben ein um 72 Prozent höheres Risiko, in der eigenen Partnerschaft erneut Gewalt zu erfahren.

Gibt es relevante Phasen, in denen das Risiko von Gewalt in der Partnerschaft besonders hoch ist?

Prinzipiell kann Gewalt zu jedem Zeitpunkt innerhalb einer Partnerschaft auftreten. Selbst während der Schwangerschaft berichten mehr als zehn Prozent der Frauen von partnerschaftlicher Gewalt. Allgemein entlädt sie sich insbesondere in Hochstressphasen, wie etwa in Zeiten hoher Arbeitsbelastung, bei starker Eifersucht oder bei gravierenden emotionalen Verletzungen, wie beispielsweise beim Bekanntwerden der Untreue der Partnerin bzw. des Partners. In solchen »Extremmomenten« wie dem Bekanntwerden von Außenbeziehungen tritt häufig auch bei Paaren Gewalt auf, die vorher keine Gewaltdisposition erkennen ließen.

Bedeutet einmal Gewalt immer Gewalt?

Nein, doch Gewalt vergiftet die Partnerschaft nachhaltig, und das Faktum, dass es einmal zu Gewalt in der Partnerschaft kam, senkt die Schwelle für künftige Gewalt. Einmal aufgetretene Gewalt in der Partnerschaft erhöht die Vigilanz und die Angst, dass sie wieder auftreten könnte. Die Partnerinnen und Partner sind anschließend verkrampft und misstrauisch. Studien zeigen allerdings, dass Gewaltäußerungen fluktuieren und häufig kürzere oder längere Phasen ohne Gewalt berichtet werden. Bei rund 60 Prozent der Paare mit Gewalterfahrungen tritt sie chronisch auf.

Was bedeutet Gewalt in der Partnerschaft für die Beziehung, die einzelnen Beteiligten, aber auch deren Umfeld?

Gewalt in der Partnerschaft – in welcher Form auch immer – erweist sich in aller Regel als hoch problematisch und erhöht das Trennungs- bzw. Scheidungsrisiko eines Paares signifikant. Gewalt unterminiert das Gefühl der Nähe und Verbundenheit, zerstört das gegenseitige Vertrauen und schädigt das Selbstwertgefühl der Betroffenen. Die partnerschaftliche Selbstwirksamkeitserwartung, Probleme angemessen lösen zu können, wird untergraben. Gewaltäußerungen gehen daher bei beiden Beteiligten mit negativen Affekten einher, etwa Insuffizienz- und Schuldgefühlen, Scham und Versagensgefühlen. All diese Prozesse führen zu einer niedrigeren Partnerschafts- und geringeren sexuellen Zufriedenheit und rauben damit der Partnerschaft die Grundlage für ihre Beständigkeit.

Besonders problematisch erweist sich partnerschaftliche Gewalt auch für Kinder, die meist mit starker Verunsicherung, Schuldgefühlen, Ängsten, Depressionen und vor allem auch Verhaltensauffälligkeiten – beispielsweise eigenem impulsiven bzw. aggressiven Verhalten – reagieren. Gewalt in der Partnerschaft erweist sich damit als einer der wichtigsten innerfamiliären Risikofaktoren für psychische Störungen der Kinder, da häufig auch destruktive Auswirkungen auf die Erziehung oder die Sensitivität gegenüber dem Kind nachweisbar sind. Leider sind Kinder auch häufig direkt Betroffene: Rund ein Drittel der Kinder hört oder sieht schwere partnerschaftliche Gewalt, 60 bis 70 Prozent von ihnen werden in die Gewalt hineingezogen und selber Opfer der Gewalt.



Foto: UZH
Prof. Dr. Guy Bodenmann ist Professor für Klinische Psychologie an der Universität Zürich.

Kontakt

Prof. Dr. Guy Bodenmann
E guy.bodenmann@psychologie.uzh.ch

Literatur

Bodenmann, G. (2012). *Verhaltenstherapie mit Paaren. Ein bewältigungsorientierter Ansatz.* Bern: Huber.

Bodenmann, G. (2016). *Klinische Paar- und Familienpsychologie* (2. Aufl.). Bern: Hogrefe.

Wann suchen sich Betroffene Hilfe?

Das ist unterschiedlich. Da Gewalt in unserer Gesellschaft generell tabuisiert wird, ist die Schwelle für Betroffene hoch, erlebte partnerschaftliche Gewalt zu thematisieren, vor allem auch weil eine Offenbarung rechtliche Konsequenzen nach sich ziehen kann. Oft wenden sich Betroffene daher erst spät oder gar nicht an ihr soziales Umfeld oder professionelle Helfer – auch aus Angst vor noch brutalerer Gewalt der Partnerin oder des Partners.

Häufig geschieht also erst etwas, wenn die Gewalt als nicht mehr zumutbar empfunden wird, oder dann, wenn Eltern negative Effekte für ihre Kinder befürchten. Tatsächlich geraten Eltern manchmal erst aufgrund der Verhaltensauffälligkeiten ihrer Kinder unter die Lupe, und die familiäre Gewalt wird erst dadurch erkannt.

Übrigens wird Gewalt gegenüber Männern meist noch schwerer erkannt als Gewalt gegenüber Frauen, da Männer sich stärker schämen, über die Gewalt ihnen gegenüber zu sprechen.

Wie kann betroffenen Paaren geholfen werden? Kann ihnen überhaupt als Paar geholfen werden?

Da Gewalt häufig ein partnerschaftliches Problem ist, kann betroffenen Paaren aufgezeigt werden, wie sie ihre Konfliktkommunikation verbessern können. Mittels eines Kommunikationstrainings können Bedürfnisse angemessen ausgedrückt werden, und damit kann die

Gewaltspirale in vielen Fällen durchbrochen werden. Ebenso können Entspannungstechniken zur Impulskontrolle, Veränderungen der Einschätzungsprozesse und eine Bearbeitung gewaltbejahender Einstellungen hilfreich sein. In allen Fällen gilt es aber, in einer Paartherapie die effektiven Ursachen für die Gewalt im Paar zu bearbeiten, um die negative Energie zu kanalisieren. Wenn die Gewalt mit der Persönlichkeit einer der beteiligten Personen zusammenhängt, bedarf es einer individualpsychotherapeutischen Behandlung – allein oder in Kombination mit einer Paartherapie.

Sinnvoll kann auch die Prävention von Gewalt bei Paaren sein, indem sie in ihre Beziehungspflege investieren und rechtzeitig Strategien lernen, um angemessener zu kommunizieren, Probleme zu lösen oder sich gegenseitig besser zu verstehen und zu unterstützen. Wissenschaftlich fundierte und bezüglich ihrer Wirksamkeit erprobte Präventionsprogramme wie EPL (»Ein Partnerschaftliches Lernprogramm«) oder »Paarlif« erweisen sich als hilfreiche Möglichkeiten.

Die Fragen stellte Susanne Koch.

universität
Witten/Herdecke

**JETZT BEWERBEN ODER
PERSÖNLICH ÜBERZEUGEN!
CAMPUSstag / 03. Nov 2018**

BACHELOR & MASTERSTUDIUM PSYCHOLOGIE

- **Bachelor** mit Schwerpunkt Psychotherapie & **Master** mit Schwerpunkt Klinische Psychologie und Psychotherapie
- Frühe Praxisorientierung im **Bachelor**: z. B. Gesprächsführung und Beziehungsgestaltung im Praxissemester
- Gleichberechtigte Verfahrensvielfalt im **Master**: Psychoanalytisch begründete Verfahren, Kognitive Verhaltenstherapie, Humanistische Psychotherapie, Systemische Therapie
- Ob **Bachelor** oder **Master**: Persönliche Betreuung in kleinen Gruppen (35 Studierende pro Jahrgang)
- Persönliches und kompetenzbasiertes Auswahlverfahren (ohne NC) & faires Modell zur Finanzierung der Studierendenbeiträge

Jetzt bewerben: uni-wh.de/psychologie Infotage: uni-wh.de/uwh-live-erleben

reportpsychologie 43 | 06 | 2018