

## **Sozialtipp 08/99 - Psychische Gewalt in der Partnerschaft**

Psychische Gewalt in einer Partnerschaft ist oft subtil und für Aussenstehende nicht sofort ersichtlich. Die Folgen für das Opfer können aber fatal sein. Und mit der Zeit endet psychische Gewalt oft in Handgreiflichkeiten.

Psychische Gewalt hat viele Gesichter. Neben Beschimpfungen und Beleidigungen kann es beispielsweise auch vorkommen, dass die Lieblingssachen des anderen zerstört werden oder dass die Partnerin oder der Partner, wenn sie sich ein paar Minuten verspätet haben, nicht in die Wohnung hineingelassen werden. Häufig werden auch Drohungen ausgesprochen, bis hin zu Selbsttötungs- und Morddrohungen. Wird psychische Gewalt erst einmal angewendet, steigert sie sich mit der Zeit immer mehr und mündet oft irgendwann in körperliche Gewalt.

Die Unberechenbarkeit und Launenhaftigkeit der Partnerin oder des Partners, dessen Rechthaberei oder Verweigern des Besprechens eines Vorkommnisses, produzieren im andern chronische Schuldgefühle, Selbstzweifel, Verwirrung und Verletztheit. Schliesslich wird die ständige Kritik des andern zur eigenen gemacht. Die Gehirnwäsche hat gewirkt und die Partnerin oder der Partner denkt tagelang darüber nach, was sie oder er wieder falsch gemacht und wie sie oder er sich klarer ausdrücken könnte. Trotz ständigem Bemühen des Opfers nehmen die verletzenden Verhaltensweisen aber eher zu als ab.

Psychische Misshandlung kann von beiden Geschlechtern ausgeübt werden, jedoch zeigt die Forschung, dass dies häufiger durch Männer geschieht. Oft liegen der Konfliktsituation unterschiedliche Motive zugrunde. Der Partnerin geht es um die Lösung eines Problems, um Toleranz, Verstehen und Verstandenwerden. Die Feindseligkeit des Gegenübers kann nirgends eingeordnet werden. Es dauert lange, bis die Erkenntnis wächst, dass der Partner sich wie ein Gegner benimmt, dass es ihm um Kontrolle und Macht geht. Wenn seine Ausbrüche oder giftigen Bemerkungen bewirken, dass die Frau klein und verwirrt zurückgelassen wird, fühlt er sich als Sieger, kann er Spannungen abbauen und sein psychisches Gleichgewicht wieder herstellen. Es kann sein, dass ein solcher Mensch in einer Familie gross geworden ist, in der mit Gefühlen destruktiv umgegangen wurde und er sie deshalb nicht spüren durfte. Meist helfen deshalb alle Appelle an das Verständnis nichts, da der Partner sich gar nicht in die Gefühle der Frau einfühlen kann.



Angemessene Reaktionen gegenüber unfairem Verhalten einer Partnerin oder eines Partners können so aussehen:

- Nicht auf den Inhalt der Vorwürfe eingehen, sondern auf die Art und Weise wie sie geäußert werden.
- Stopp! Lass das! Kümmere dich bitte um deine eigenen Angelegenheiten.
- Hör auf, mir zu drohen!
- Hör auf, mich anzuschreien! Sprich anständig mit mir, ich will hier keine Beschimpfungen hören.
- Aus dem Zimmer gehen ist meist sehr wirkungsvoll.

Nach einiger Zeit zeigt sich dann, ob die Partnerin oder der Partner etwas am destruktiven Verhalten ändern will.

Béatrice Schwendener  
Soziale Dienste Werdenberg