

Der Zyklus der Gewalt (angelehnt an L. Walker)

<p>Die Phase des Spannungsaufbaus ist geprägt von Beschimpfungen, Abwertungen, Drohungen und Demütigungen von Seiten des Täters</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Der Täter kontrolliert und bestimmt, um seine Machtposition zum Ausdruck zu bringen • Er sucht Gründe für eine Herabwürdigung, um sich selbst aufzuwerten • Die Frau versucht, dem Partner alles recht zu machen und „zu funktionieren“, um ihn zu beruhigen. Auch die Kinder werden dazu angehalten, möglichst wenig „aufzufallen“ • Ihre eigenen Bedürfnisse stellt die Frau zurück und traut oft ihren eigenen Wahrnehmungen nicht mehr
<p>In der Phase der Misshandlung steigert sich die Spannung bis zum Gewaltausbruch</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Der Täter kann oder will sich nicht mehr kontrollieren und lässt seiner Aggression freien Lauf • Die Frau wehrt sich, flüchtet oder erträgt die Gewalt • Wenn es ihr nicht möglich ist, selbst aktiv zu werden, führt das zu einem Gefühl des Ausgeliefertseins • Oft erleben die Frau und ihre Kinder in einer solchen Situation Todesangst • Direkt nach der Eskalation ist die Chance, dass sich Gewaltopfer Hilfe holen, besonders groß
<p>Manchmal folgt eine Phase der Reue und Zuwendung</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mancher Täter ist entsetzt über das eigene Tun, entschuldigt sich beim Opfer und verspricht, dass so eine Tat nicht mehr vorkommen wird • Oft setzt er manipulative Methoden ein, damit sich die Frau nicht von ihm trennt • Nach dem Entsetzen über die Tat möchte die Frau gerne den Versprechungen des Täters glauben und macht sich Hoffnungen, dass er sich zukünftig kontrollieren kann • Falls es direkt nach dem Übergriff zu einer Anzeige kam, wird diese in dieser Phase oft zurückgezogen, um den Frieden nicht zu gefährden
<p>Die Phase der Verschiebung der Verantwortung geht dann wieder in eine neue Phase des Spannungsaufbaus über</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Der Täter rechtfertigt „seinen Ausrutscher“ z.B. mit Stress im Job oder Alkoholkonsum • Er findet weitere Begründungen im Verhalten des Opfers, das ihn z.B. provoziert oder eifersüchtig gemacht habe • Eines ist für ihn klar: die anderen sind schuld, nicht er • Unter dem Eindruck der vorangegangenen Versöhnung und seiner Manipulationsstrategien sucht die Frau ebenfalls häufig die Schuld bei sich und übernimmt dabei seine Sichtweise • Der Täter findet erneut nichtige Gründe, um die Frau zu kritisieren und zu demütigen • Sie versucht wieder perfekt zu funktionieren, um ihn zufriedenzustellen und keinen Anlass zu erneuter Gewalt zu bieten

Dieser Kreislauf und die Folgen von psychischer Gewalt und Manipulation machen es Menschen, die von „Häuslicher Gewalt“ betroffen sind besonders schwer, sich aus der Gewaltbeziehung zu lösen .