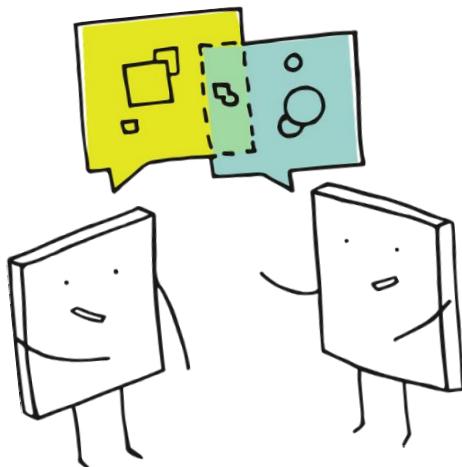


Reinhard Mario Fox

# Lüneburger Gesprächsleitfaden

Handreichung zur Gestaltung  
hilfreicher Gespräche mit Opfern  
häuslicher Gewalt



## Impressum

Der *Lüneburger Gesprächsleitfaden - Handreichung zur Gestaltung hilfreicher Gespräche mit Opfern häuslicher Gewalt* besteht aus zwei Teilen. Beide Teile können als digitale Version abgerufen werden unter: [www.isjuf.de](http://www.isjuf.de)

### Auftraggeber

*Institut für Schule, Jugendhilfe und Familie e. V.*

Projekt „Kinder(leben) in Familien mit Partnerschaftsgewalt. Ein kompetenzorientiertes Curriculum für Fachkräfte in Kitas, Schulen und Frauenhäusern zur Resilienzunterstützung für von häuslicher Gewalt betroffene Kinder“

### Verfasser

*Dr. phil. Reinhard Mario Fox, Psychologe, Gesprächspsychotherapeut (ausgebildet durch Reinhard Tausch)*

Selbständiger Psychotherapeut über 30 Jahre

Lehrbeauftragter an der Leuphana Universität Lüneburg seit über 20 Jahren in der Psychologie: Biopsychologie, Sozialpsychologie, Kommunikationspsychologie

30 Jahre berufliche Tätigkeit als Rehapsychologe

**Kontakt:** [mariofox@gmx.de](mailto:mariofox@gmx.de)

Auf meiner Webseite ([www.mariofox.de](http://www.mariofox.de)) finden sich diverse Texte zu psychologischen Themen zum kostenfreien Download.

© Institut für Schule, Jugendhilfe und Familie e.V.

**31. Oktober 2022**

Gefördert von:

**Heidehof**  
Stiftung

## Einleitung

*Häusliche Gewalt* oder *Partnerschaftsgewalt* ist immer eine Krise der existenziellen Bedrohung für die Opfer. Die Phase der Trennung kann noch Jahre danach extrem gefährlich für die Opfer sein. Die Gewalt gegen die Partnerin im Beisein des Kindes ist auch eine Form von psychischer Gewalt gegenüber dem Kind. Die Sicherheitsbedürfnisse der Opfer sind bei häuslicher Gewalt extrem frustriert, was zu massiven Ängsten führt.

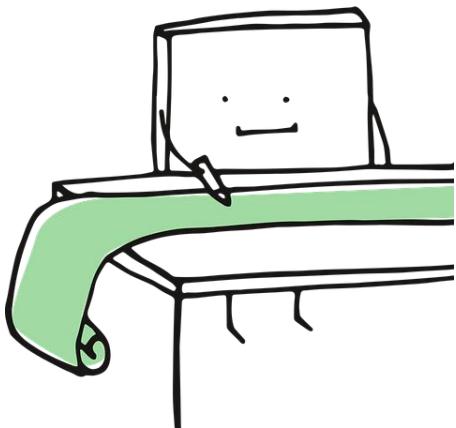
Bei häuslicher Gewalt, ob psychische, physische oder weitere Formen der Gewalt, geht es stets um den zwanghaften Erhalt von Macht und Kontrolle des Gewalttäters gegenüber seinem Opfer; das Erzeugen von physischer und psychischer Abhängigkeit sowie die Herabwürdigung und Beschädigung des Selbstbildes der Partnerin dienen dem Gewalttäter als Machterhaltungsstrategien.

Es geht dem Gewalttäter auch um den Erhalt eines positiven Selbstbildes; der Gewalttäter erlebt sich zunächst zwar als gewalttätig, kann aber diesen Makel seines Selbstkonzepts und die damit verbundenen Schuldgefühle nicht ohne innere Spannungen (kognitive Dissonanz) ertragen, sodass er Rechtfertigungsstrategien und Rationalisierungen wählt, die seine Gewalttat pseudoerklären soll. Fast immer wird dem Opfer der häuslichen Gewalt die Schuld an der Gewalteskalation zugeschrieben, und oft übernimmt das Opfer zunächst auch diese Deutung und entwickelt dann dabei häufig Schuld- und Schamgefühle. Wenn es zu einer Trennung kommen sollte und dadurch dann für den Täter zu einem Verlust von Macht, Kontrolle und Ansehen, erleidet der gewaltausübende Elternteil – meistens der männliche – eine narzisstische Kränkung, die ihn noch unberechenbarer und gefährlicher werden lässt als er vor der Trennung bereits war. Diese extreme Gefährdung spürt auch das – meistens weibliche – Opfer und reagiert dann mit starken Ängsten.

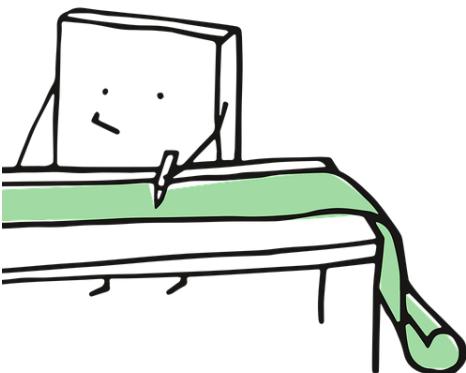
Über sich als Opfer von häuslicher Gewalt zu sprechen, ist daher extrem angstbesetzt und ebenso durchdrungen von Schuld- und Schamgefühlen, was dazu führt, dass das Sprechen über häusliche Gewalt zunächst mit einem Tabu überzogen wird. Daher wird das Gesprächsangebot an die Opfer häuslicher Gewalt, dieses Tabu zu brechen, zu einer sehr hohen Anforderung an die Kommunikationskompetenz der Expertinnen und pädagogischen Fachkräfte, die helfend zur Seite stehen wollen.

Der hier vorliegende Gesprächsleitfaden soll erste Hilfestellungen geben, um die besonders schwierige Gesprächsführung mit Opfern häuslicher Gewalt zu professionalisieren.

Der *Lüneburger Gesprächsleitfaden* orientiert sich an dem Modell der personen- oder klientenzentrierten Gesprächsführung nach Carl Rogers.



In der Theorie der Persönlichkeitsentwicklung nach Carl Rogers (1972) finden sich als zentrale Begriffe die des *Selbstkonzepts* und der *Selbstachtung*. Rogers geht davon aus, dass psychisch stabile Personen vor allem ein *Selbstkonzept* entwickeln konnten, das von *Selbstachtung* und Kongruenz zwischen *Selbstbild* (Bewusstheit über das Selbst) und realen inneren Erfahrungen gekennzeichnet ist, also einer Deckungsgleichheit zwischen dem, was einem geschieht und dem, was man davon bewusst aufnehmen kann (*Selbst-Bewusstheit*); oder einfacher formuliert: Personen, die psychisch gesund sind, sind mit sich selber im Reinen. Umgekehrt leiden psychisch belastete Personen an einem beschädigten *Selbstbild*, das durch *Selbstmissachtung*, *Selbstentwertung* und *Selbstentfremdung* (Inkongruenz) geprägt ist. Nach Rogers sind vor allem frühkindliche Bindungserfahrungen und Sozialisationserfahrungen bis zur Adoleszenz verantwortlich für die jeweilige Konstruktion des *Selbstkonzepts*. Finden sich in einer sicheren Bindung genügend solcher Erfahrungen, von wesentlichen Beziehungspartnern – z.B. den Eltern – angenommen und wertgeschätzt zu werden, entwickelt sich in der Regel dann auch ein *Selbstkonzept*, das durch *Selbstannahme* und *Selbstakzeptanz* charakterisiert ist. Ein solchermaßen positives *Selbstkonzept* ist Voraussetzung für den Aufbau von *Selbstwirksamkeit* (Handlungsfähigkeit) und *Resilienz* (psychische Widerstandskraft).



Dagegen führen in einer unsicheren Bindung die Erfahrungen, nicht wahrgenommen und nicht angenommen zu werden, missachtet und entwertet zu werden oder gar Erfahrungen von Gewalt wie Misshandlung und Missbrauch, ob selbst erlitten oder in der Elternbeziehung beobachtet, dazu, sich selbst abzulehnen, sich durch irrationale Schuld- und Schamgefühle von sich selber zu entfremden (Inkongruenz). Dazu Angelika Henschel:

*„Das kindliche Miterleben von Partnerschaftsgewalt innerhalb der Familie kann für die Betroffenen bedeuten, dass sie sich an dem Ort, an dem sie sich eigentlich beschützt und sicher fühlen sollten, mit einer Atmosphäre von Wut und Hass bzw. Angst und Verzweiflung konfrontiert sind. Sie fühlen sich daher oft hilflos, traurig, ohnmächtig oder sogar schuldig, da sie der Gewalt nicht Einhalt gebieten können oder sie verstehen sich gar selbst als Auslöser für die Gewalt. Diese direkten oder indirekten Gewalterfahrungen können für die Kinder und Jugendlichen bedeuten, sich in ihrer Not und Verzweiflung nicht an die eigenen Eltern wenden zu können, da diese die Auslöser ihrer Angst- und Ohnmachtsgefühle sind. So fühlen sie sich auf sich gestellt und mit ihren verwirrenden Gefühlen allein gelassen. Der Abwertung der eigenen Mutter durch den Vater oder Partner und den mittelbar bzw. unmittelbar erlebten körperlichen, seelischen oder sexuellen Misshandlungen sehen sie sich schutzlos ausgeliefert und die Angst um die Mutter, die Geschwister und um sich selbst bestimmen mitunter ihren Alltag.“*

*(Henschel 2022; vgl. Henschel 2019, S. 29–32)*

In einer therapeutisch oder pädagogisch wirksamen Beziehung wird einer Person mit solchermaßen beschädigtem Selbstbild ein heilsames Beziehungsangebot gemacht, das durch die Umkehrung der durchgemachten entwertenden Bindungserfahrungen gekennzeichnet ist, also statt

Nichtwahrnehmen ein aktives, interessiertes Zuhören, statt Verurteilen der Person eine Annahme und Nichtbewertung der Person, statt nichtbewusste Projektionen auf den anderen ein klares, selbst-bewusstes Beziehungsangebot, statt Vernachlässigung eine warmherzige Fürsorge. Carl Rogers formulierte die wesentlichen Haltungen einer beratenden oder therapeutisch wirksamen Person als Empathie (*Einfühlungsvermögen*), Akzeptanz (*nichtwertende Annahme des anderen*) und Kongruenz (*Klarheit, Selbst-Bewusstheit*). Ein solchermaßen gekennzeichnetes und *personenzentriert* genanntes Beziehungsangebot können eigentlich nur Personen machen, die selbst über ein hinreichend geklärtes Selbst-Konzept verfügen. Allerdings wächst mit der übenden Anwendung der personenzentrierten Gesprächsmethode auch die Kompetenz der professionellen Anwendung (vgl. Rogers, 1972).

## Literatur:

**Henschel, Angelika (2019):** Frauenhauskinder und ihr Weg ins Leben. Das Frauenhaus als entwicklungsunterstützende Sozialisationsinstanz. Opladen, Berlin, Toronto: Barbara Budrich Verlag.

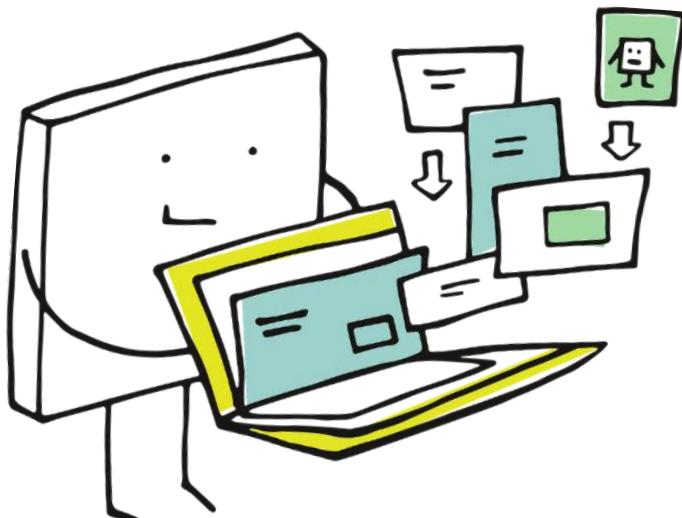
**Henschel, Angelika (2022):** Kinder im Kontext von häuslicher Gewalt. Online unter:  
<https://www.nifbe.de/component/themensammlung?view=item&id=1036&catid=273&showall=&start=1> [31.07.2022].

**Rogers, Carl R. (1972):** Die nicht-direktive Beratung. Stuttgart: Kindler.

## Praktische Empfehlungen

Den pädagogischen Fachkräften in Kindertagesstätten, Schulen, Frauenhäusern und anderen (sozial)pädagogischen Einrichtungen kommt in Bezug auf den Umgang mit häuslicher Gewalterfahrung eine zentrale Rolle zu. Oft sind sie die ersten Bezugspersonen außerhalb der Familie, die durch die Verhaltensweisen der Kinder, Mütter oder Eltern auf die häusliche Gewaltsituation aufmerksam werden. Daher kommt insbesondere auch den Gesprächen mit den Müttern und/oder (älteren) Kindern eine besondere Bedeutung zu.

Im Folgenden werden einige praxisnahe Empfehlungen für die Vorbereitung und Durchführung von Gesprächen mit den von häuslicher Gewalt betroffenen Personen gegeben. Die Ausführungen verstehen sich als eine Art „Checkliste“, die ggf. auch Ihnen bereits bekannte Anhaltspunkte umfasst, die jedoch insbesondere im „Alltagsstress“ oder durch die besondere Situation der Gespräche eine Unterstützung bieten können.





## Pädagogische Fachkraft (PF): Äußerer Rahmen und Interaktionsregeln



- Schaffen Sie zunächst eine angenehme Atmosphäre im Gesprächsraum.
- Stellen Sie Trinkbares, aber nichts Essbares zur Verfügung.
- Klären Sie, wie viel Zeit zur Verfügung steht und machen das transparent.
- Lassen Sie Ihre Klient\*innen nicht warten.
- Sorgen Sie dafür, dass voraussehbare Störungen vermieden werden.
- Gehen Sie nicht während des Gesprächs ans Telefon, beachten Sie: Wenn ein Gespräch durch was auch immer unterbrochen wird, werten das Ihre Klient\*innen als Abwertung ihrer Person.
- Blicken Sie nicht während des Gesprächs auf Ihre Uhr! Wenn nötig, eine Wanduhr, die für alle einsehbar ist, vorbereiten.
- Sorgen Sie dafür, dass Handys ausgeschaltet sind.
- Setzen Sie sich möglichst nicht gegenüber, sondern über Eck.
- Tragen Sie angemessene Kleidung.
- Machen Sie während des Gesprächs nichts nebenbei.
- Blicken Sie Ihre\*n Adressat\*innen hin und wieder an, aber nicht permanent; blicken Sie sie dann an, wenn sie sprechen; wenn Sie sprechen, deutlich reduzierter anblicken.

- 
- Haben Sie keine Scheu vor Ihren nonverbalen Signalen, unterstreichen Sie das Gesagte auch nonverbal – ein Lächeln hin und wieder kann nicht schaden!
  - Wenn Sie mit dem Zuhören dran sind, denken Sie nicht gleich über eine Erwiderung nach und formulieren Sie nicht gleich Erwiderungen - Sie können nicht mehr zuhören, wenn Sie sich Gedanken um Ihre eigenen Antworten machen!
  - Innere nichtbewusste Konflikte bei Klient\*innen erzeugen nicht selten Ärger und Wut gegenüber den Beratenden. Insbesondere wenn die maladaptiven Kompensationsstrategien, die kognitive Dissonanzen (s.o.) hinsichtlich des widersprüchlichen Bildes, das man sich vom gewalttätigen Partner oder Vater gemacht hat, auflösen sollen, noch nicht bewusst wahrgenommen oder verarbeitet wurden, werden die dabei auftretenden unangenehmen Gefühle oft auf die beratende Person übertragen. Wenn Sie sich abgelehnt fühlen und emotional gegenanschuldigend reagieren (beispielsweise: *Wie können Sie nur zu Ihrem gewalttätigen Partner zurückwollen! Wie können Sie nur Ihren gewalttätigen Partner auch noch verteidigen!*), werden Sie nicht mehr in der Lage sein, zu deeskalieren. Verstehen Sie die in ihren Augen unangemessenen Reaktionen besser als einen verzweifelten, wenngleich ineffektiven Versuch, dem Dilemma der kognitiven Dissonanz zu entkommen.

- Oft zeigen die emotionalen Erregungen der PF, wie Ärger oder Antipathie als sogenannte Gegenübertragung an, wo man eigene innere Konflikt noch nicht bewusst wahrgenommen hat.
- Gewalt, wie sie geschildert wird, müssen Sie selbst als Beratende auch aushalten können, Gewalt macht ja auch Angst. Je stabiler Sie als Beratende selber sind, desto eher gelingt es Ihnen, eine gegenübertragungsfreie Resonanz für den anderen zu entwickeln.
- Aktives Zuhören: körpersprachlich durch Nicken, zugewandte Haltung; Äußerungen wie „Mmh...“; auch beiläufiges kurzes Berühren schafft Vertrauen und Sicherheit.
- In der Regel sollten Sie mehr zuhören als selbst reden.
- Wer den Gesprächsverlauf eher lenken will, sollte eher zielführende und geschlossene Fragen stellen.
- Wer den anderen besser verstehen möchte, sollte eher Offene Fragen stellen; Offene Fragen sind solche, die nicht mit einem einfachen „Ja“ oder „Nein“ zu beantworten sind; bei Offenen Fragen antworten Befragte narrativ.



## Grundsätze für die professionelle Kommunikation der Pädagogischen Fachkraft (PF)

- 
- Kompass bleibt stets die *individuelle Bereitschaft/ Belastbarkeit/ Bewältigungsfähigkeit* der Adressat\*innen: sich an den Fragen der Adressat\*innen orientieren; aber auch zu Fragen ermutigen ohne diese aufzudrängen; die Fragen und Antworten behutsam und einfühlsam auf die Reaktionen abstimmen.
  - Die wichtigste Kompetenz der PF ist ihre Fähigkeit des ZUHÖRENS; d.h.: Aktives Zuhören, nichts unterschieben, nicht bewerten, annehmen wie es ist.
  - stets *ehrlich* antworten, keinerlei billige Vertröstungen, um die Adressat\*innen schnell wieder loswerden zu können und sich eigentlich nur selbst zu entlasten; man sollte alles, was man sagt, auch verantworten können; das heißt: Alles was Sie sagen, sollte stimmen, aber Sie müssen nicht alles sagen, vor allem das nicht, was die jeweiligen Adressat\*innen momentan gar nicht verkraften zu können signalisieren; durch solche Art von Ehrlichkeit gewinnt man an Glaubwürdigkeit, was die Voraussetzung für die Adressat\*innen wäre, Vertrauen zu entwickeln, wo bisher Misstrauen war; Offenheit zu entwickeln, wo bisher massive Zurückhaltung war; sich selber zu spüren, wo bisher emotionale Leere war.
  - bei der Übermittlung von schlechten Nachrichten oder beim Erkunden von Belastungen sich *genügend Zeit* nehmen; schlechte Nachrichten oder

seelische Belastungen provozieren einen psychischen Notfall, daher ist es wichtig, sich genügend Zeit zu nehmen und präsent zu bleiben.

- Auch gemeinsam schweigen zu können, kann hilfreich sein; einfach dabei sein und die Adressat\*innen mit den Belastungen nicht allein lassen.
- nonverbale Kommunikation, nonverbale Signale wie fürsorgliches Berühren, Hand halten etc. können Sicherheit und Schutz vermitteln.
- verständliche, klare, ruhige und entschieden für die Adressat\*innen eintretende, parteiliche Sprache vermittelt Sicherheit: *Ich halte das jetzt mit Dir gemeinsam aus.*
- nach dem Erkunden von Belastungen bei den Adressat\*innen noch ohne weitere Fragen *verweilen* und erst dann Lösungen erarbeiten, wenn die angesprochenen Belastungen bewusst wahrgenommen und akzeptiert sind.
- falls Lösungen nicht möglich sind, auch die *Akzeptanz des Unveränderbaren* fördern, aber nicht zu schnell; das gelänge erst dann, wenn man zunächst das damit verbundene Leid zulässt und aushält, also nicht schönredet oder bagatellisiert.
- die verschiedenen Ebenen der Kommunikation auseinanderhalten können; sich also zum Beispiel nicht persönlich schuldig oder gemeint zu fühlen, wenn die Adressat\*innen trotz aller Beratungsarbeit noch immer Verzweiflung ausdrücken.

## » Vorgehensweise der Pädagogischen Fachkraft (PF)



- ergebnisoffen kommunizieren, ohne Manipulation, über alles reden können.
- sich bewusst sein, dass die Klient\*innen unter massiven Ängsten, Schuld- und Schamgefühlen leiden, die nicht gleich ein offenes Gespräch ermöglichen; durch ein – wie weiter oben und unten beschrieben – personenzentriertes Vorgehen wird ein effektives Angebot unterbreitet, sich den eigenen auch emotionalen Erfahrungen zu öffnen.
- es geht um die jeweiligen Gesprächspartner\*innen, um deren Sicht, um *Verstehen* deren Erlebens, nicht um Bewertung oder Beurteilung von Personen.
- die Gesprächspartner\*innen stehen im Mittelpunkt des Gesprächs, nicht die PF; es geht also auch nicht darum, im Gespräch die professionelle Brillanz der PF zu inszenieren; daher werden Ratschläge nur auf Verlangen erteilt und wenn die Zeit dafür gekommen sein sollte; in der Regel sollte zunächst also die Klärung der emotionalen Erfahrungen im Vordergrund der Gespräche stehen, erst danach können sachdienliche Hinweise gegeben werden.
- Zuhören:** Es geht um die *Gefühle* der Gesprächspartner\*innen, um die Gefühle, die bei Gewalterfahrungen, ob als direktes Opfer von Gewalt oder ob als beobachtende Person von Gewalt in der Familie, ausgelöst werden oder wurden; es geht darum, dass diese – oft zunächst nichtbewussten – Gefühle erkundet und ausgedrückt werden; dass diese Gefühle ihre Sprache finden,

denn erst über die Sprache lassen sie sich bewusst erkennen und das wäre die Voraussetzung für deren Bewältigung; es geht um ein präzises Erfassen der Gefühle, die ja bei Erfahrungen häuslicher Gewalt massiv sind und die bisher erlebte „Ordnung der Welt“ und des eigenen Selbstkonzepts zusammenbrechen lassen; typische Gefühlslagen sind tiefe Selbstverunsicherung, Misstrauen gegenüber anderen, sozialer Rückzug, Angst sowie Scham- und Schuldgefühle. Oft sind die zunächst erlebten Gefühle auch gar nicht angemessen, wie beispielsweise Kinder sich oft schuldig fühlen für die Konflikte und Gewaltexzesse ihrer Eltern; auch misshandelte Frauen fühlen sich oft unbegründet schuldig; dann wäre die Verwandlung von *Schuld* in *Wut* schon ein erster Schritt heraus aus der passiven Selbstbeschuldigung und hin zu Aktivität; wird aus Wut dann im weiteren Prozess Mut, können konstruktive Lösungen entwickelt werden; auch geht es bei Trennungsabsichten fast immer auch um *Loyalitätskonflikte* beim Kind, also um dessen Angst, den Vater zu verraten, wenn es für die Mutter spricht (oder umgekehrt); daher wichtig: Nicht werden Personen verurteilt, sondern es geht stets um das subjektive Erleben des Kindes; maximal werden Verhaltensweisen verurteilt, nicht aber Personen – allein dieser Grundsatz kann Loyalitätskonflikte schon mildern.

- es geht neben den Gefühlen auch um die Erkundung der persönlichen *Werthaltungen*, Ziele und Bedürfnisse des Kindes oder der Mutter; das



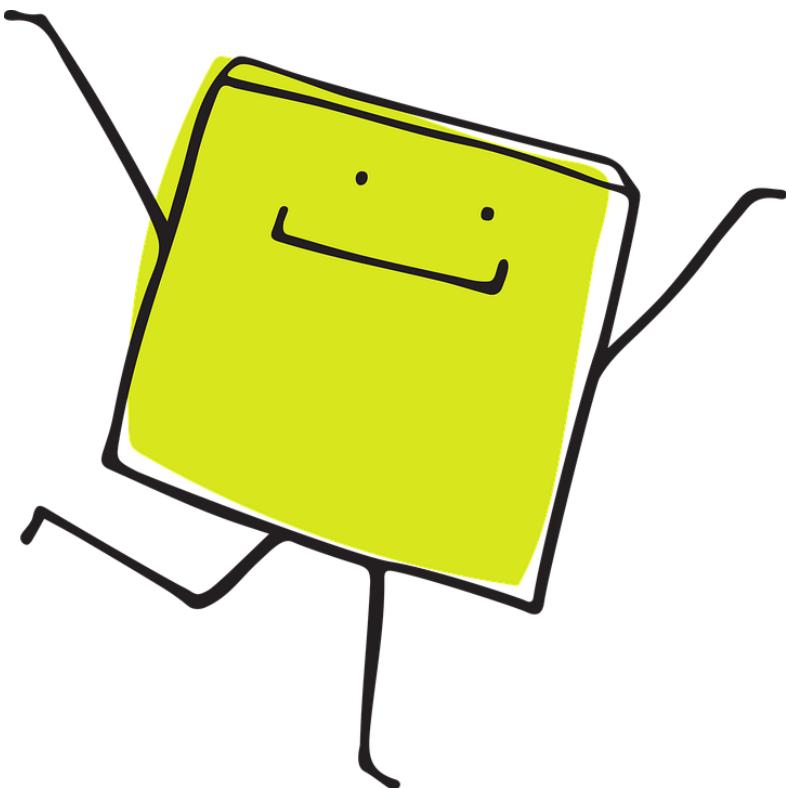
hilft, ein positives Selbstkonzept bewusst aufzubauen.

- es geht auch darum, worin sich die Gesprächspartner\*innen weiterentwickeln möchten; es geht auch um ihre persönlichen Schwächen und Stärken; das hilft, aus der Opferrolle herauszukommen, die einen ja nur in dem Konflikt festhalten würde und stattdessen die eigenen Handlungsmöglichkeiten zu erkennen.
- daher ist es wichtig, dass die PF sich nicht mit dem vermeintlichen oder tatsächlichen Opferstatus der Gesprächspartner\*innen solidarisiert, sondern die selbstständige Konflikt-Lösungskompetenz fördert.
- Selbstbestimmung der Gesprächspartner\*innen hinsichtlich der zu besprechenden Themen und Entscheidungen.
- Psychologische Mittel sind Interaktion und Kommunikation: Das Charakteristische dieser Kommunikation ist deren prinzipielle Unbeschränktheit, das bedeutet, es gibt nichts, über das prinzipiell nicht gesprochen werden dürfte; oder: Über alles muss prinzipiell gesprochen werden dürfen, was nicht bedeutet, dass über alles gesprochen werden *müsste*, sondern dass über alles gesprochen werden *könnte*. Über alles, worüber dann gesprochen wird, werden keine Urteile gefällt, keine Bewertungen; worüber dann gesprochen wird, erfährt uneingeschränkte Akzeptanz. Auch herrscht über das Gesprochene die prinzipielle Schweigepflicht gegenüber Dritten.

- Paraphrasieren*: Wiederholen des Geäußerten mit eigenen Worten mit der Absicht, sich zu vergewissern, ob man die andere Person auch richtig verstanden hat; es ihr also gegebenenfalls überlassen, das geäußerte Verständnis von der anderen Person eventuell zu korrigieren; das ist keine Kritik der Einschätzungen der PF, sondern ein Versuch, die Selbsterkundung zu präzisieren und das wäre also durchaus effektiv.
- Verbalisieren der emotionalen Anteile des Geäußerten*: Hier spricht man die vermuteten Gefühle der anderen Person an, ohne ihre Worte plump zu wiederholen, sondern das auszusprechen, was man einführend verstanden hat von dem, wie es der Person wohl ergehen mag: Hierdurch wird Nähe möglich, Ängste werden reduziert und die Reorganisation des beschädigten Selbstkonzepts in Gang gesetzt.
- Wertschätzende Gesprächskultur, *Akzeptanz* und *Nichtbewerten* des kritisch Geäußerten schafft Sicherheit, reduziert soziale Ängste und setzt Veränderungspotentiale frei auch für Lösungsansätze.
- für den, der nur die eigenen Bewertungen als absolut wahr gelten lässt, bleiben alle anderen unbegreiflich; wer seine eigenen Bewertungen für lediglich vorläufig begreift, kann auch andere begreifen oder verstehen.



- Resonanz: Die Fähigkeit, das eigene Verstehen des anderen als Resonanzboden anbieten zu können, bzw. sich in die Schuhe des anderen stellen zu können, ohne sich dabei selbst zu verlieren, hilft dem anderen, sich selber besser, umfassender zu verstehen, was die Voraussetzung wäre dafür, angemessenere Lösungen für die existenziellen Probleme und Konflikte zu finden. Die Resonanz oder *Empathie* für die andere Person hilft dieser, ihre eigene Problemlösekompetenz zu stärken.





## Fragetechniken

Mit sogenannten **Offenen Fragen** erreicht man, dass das Gegenüber in die Selbstexploration und Selbstreflexion kommen kann. Offene Fragen ermöglichen Informationen über das konkrete und persönliche Erleben.

Offene Fragen sind solche, die nicht einfach mit „Ja“ oder „Nein“ zu beantworten wären. Wenn man Personen anregen will, sich mit einem Thema oder einem Konflikt aktiv auseinanderzusetzen, oder wenn man eine Gruppendiskussion in Gang bringen will, ist es eine effektive Möglichkeit, *Offene Fragen* zu stellen. Offene Fragen sind solche, bei denen die Antwortmöglichkeiten nicht schon von vornherein feststehen.

Es ist nicht so, dass die eine Art Fragen generell besser wäre als die andere Fragetechnik. Sie bewirken lediglich unterschiedliche Reaktionen bei den Adressaten\*innen. Es kommt also darauf an, was man erreichen möchte.

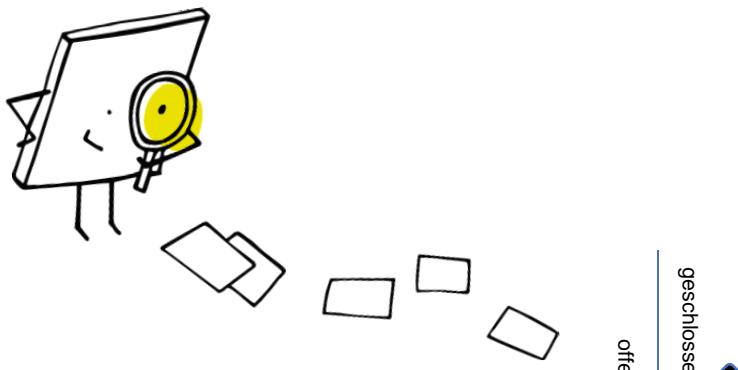
Will man sachliche Informationen, z.B. zum Personenstand oder andere persönliche Daten, schnell erhalten, stellt man natürlich geschlossene Fragen, also solche, die mit „Ja“ oder „Nein“ oder eher eindeutig beantwortet werden.

Wenn man aber erreichen möchte, dass das Gegenüber in die Selbstreflexion kommen kann, wenn man das persönliche Erleben des anderen erfahren und verstehen möchte, lädt man das Gegenüber zur Selbstöffnung, Selbstklärung und Selbstverständen durch Offene Fragen ein, also durch Fragen, auf die man die Antworten in einem Reflexionsprozess erst langsam herausarbeiten müsste.

## Übung: Offene Frage oder geschlossene Frage?

Folgende Übung kann Ihnen dabei helfen den Unterschied zwischen „Offenen Fragen“ und „geschlossenen Fragen“ zu erörtern. Gleichzeitig erhalten Sie Beispiele für die Formulierung Offener Fragen, die Sie so oder in abgewandelter Form in Ihrer Gesprächsführung einsetzen können und üben durch das Umformulieren von geschlossenen Fragen das Stellen möglichst ergebnisoffener Fragen.

Bitte kreuzen Sie bei den folgenden Fragen zum Thema „Partnerschaft“ an, ob sie offen oder geschlossen sind und formulieren Sie für die geschlossenen Fragen alternative, offene Fragen.



The illustration features a notepad character with a face, arms, and legs, holding a magnifying glass over its eye. Four empty speech bubbles are scattered on the ground around it. To the right is a vertical scale with a blue pencil at the top. The word "geschlossen" is at the top, and "offen" is at the bottom. A black checkmark is placed on the "offen" side of the scale.

1. **Wie fühlen Sie sich in Ihrer Partnerschaft?**
2. **Welche Gefühle erleben Sie hauptsächlich in Ihrer Partnerschaft?  
Was fühlen Sie?**
3. **Ist es wirklich nicht wichtig für Sie, über Ihre Partnerschaft zu sprechen?**

4. **Wollen Sie mehr dazu sagen?**
5. **Wie kann ich Ihnen weiterhelfen?**
6. **Wollen Sie sich von Ihrem Partner trennen?**
7. **Haben Sie mal darüber nachgedacht, was Sie in Ihrer Partnerschaft verbessern könnten?**
8. **Was wollen Sie mit Ihrer Unzufriedenheit machen: Was dagegen tun oder alles so belassen?**
9. **Wenn Sie früher mal in einer schwierigen Situation waren, was haben Sie gemacht, um damit fertig zu werden?**
10. **Für wann haben Sie sich vorgenommen, mit Ihrem Partner über Ihre Belastungen zu sprechen?**
11. **Wenn Sie an die Zukunft denken: Was wünschen Sie sich am meisten?**
12. **Machen Sie sich Sorgen um Ihre Partnerschaft?**
13. **Was sind die wichtigsten Bedingungen für Sie, um sich in Ihrer Partnerschaft wohl zu fühlen?**
14. **Fühlen Sie sich wohl oder unwohl in Ihrer Partnerschaft?**
15. **Ist das eine offene oder geschlossene Frage?**

## Gesprächsleitfaden zur Gestaltung hilfreicher Gespräche mit Opfern häuslicher Gewalt

### » Offene konkrete Fragen an das Kind / den\*die Jugendliche\*n

*Reihenfolge beachten!*

- Wie geht es dir? Willst du mir davon erzählen, wie es dir geht?
- Was bedrückt dich? Ich höre dir zu!
- Wodurch fühlst/fühltest du dich beeinträchtigt?
- Welche Gefühle erlebst/erlebstest du, wenn Vater und Mutter miteinander heftig streiten/gestritten und sich geschlagen haben?
- Wie ist es dir gefühlsmäßig ergangen, als du die Gewalt zwischen deinen Eltern miterleben musstest?
- Was findest du schlecht am Verhalten deines Vaters?
- Was findest du gut am Verhalten deines Vaters?
- Wie hast du deine Mutter erlebt, wenn ihr Gewalt angetan wurde?
- Was findest du schlecht am Verhalten deiner Mutter?
- Was findest du gut am Verhalten deiner Mutter?
- Wie hast du auf die Gewalt deines Vaters gegenüber deiner Mutter reagiert? Wie hast du dich dabei gefühlt und was hast du dabei gemacht?
- Wie findest du es, wenn sich Menschen schlagen und Gewalt antun? Was denkst du dazu?
- Was wünschst du dir von deiner Mutter?
- Was wünschst du dir für deine Mutter?

- Was wünschst du dir von deinem Vater?
- Was wünschst du dir für deinen Vater?
- Was wünschst du dir von dir selber?
- Machst du selber irgendwas falsch, wodurch du nicht weiterkommst? Was ist das?
- Welche persönlichen Stärken und Fähigkeiten hast du?
- Woran könntest du bemerken, dass es dir besser geht?
- Wie möchtest du leben, wenn du erwachsen bist? Was sind deine Wunschträume? Was wünschst du dir für dich?
- Wie wichtig sind dir deine Wunschträume oder Vorsätze oder Pläne?
- Wie zuversichtlich bist du, dass du diese erreichen könntest?

Falls die letzten beiden Fragen, die nach der Wichtigkeit und Zuversicht fragen, nur unzureichend ausfallen, weiter an den Fragen arbeiten, z. B.:

- Was müsste geschehen, damit es dir wichtiger würde, deine Vorsätze zu erreichen?
- Was könnte deine Zuversicht erhöhen, deine Ziele zu erreichen?

## »» Offene konkrete Fragen an die Mütter

*Reihenfolge beachten!*

Als pädagogische Fachkräfte in Kindertagesstätten, Schulen und Frauenhäusern, sind Sie in Bezug auf die Partnerschaftsgewalt in Familien in besonderer Weise für die Beförderung des Kindeswohles und den Kinderschutz als besondere Leitlinien verantwortlich. Allerdings ist es auch ein besonderes Spannungsverhältnis, da die Mütter oder Frauen in dieser Thematik in der Regel wesentlich von möglichen Angeboten und Gesprächen betroffen sind.

Daher gilt es eine sensible Erörterung der Situation vorzunehmen und neben den eigenen (verschriftlichen) Beobachtungen, Teamreflexionen, Teamberatungen usw. in Gesprächen mit den Müttern einen Einblick in die familiären Unterstützungsbedarfe und Möglichkeiten zu erhalten. Einige der hier folgenden Fragen (insbesondere im letzten Teil) könnten ggf. im Rahmen von so genannten Hilfegesprächen mit Eltern/ Erziehungsberechtigten insbesondere für Fachkräfte in Kindertagesstätten und Schulen genutzt werden. Weitere Fragestellungen mit konkretem Fokus auf das Wohl des Kindes, könnten darauf aufbauend im Team, mit der „insoweit erfahrenen Fachkraft“ o. ä. für die individuelle Situation entwickelt werden.

- Wie geht es Ihnen?
- Wodurch fühlen/fühlten Sie sich beeinträchtigt? Ich höre Ihnen zu!
- Welche Gefühle erleben Sie/haben Sie erlebt, wenn Sie Gewalt durch Ihren Partner erfahren haben?

- Wie sehr haben Sie sich bedroht gefühlt?
- Wie sehr fühlen Sie sich aktuell noch bedroht?
- Wie sehr haben Sie unter Schuld- und Schamgefühlen gelitten?
- Wie denken Sie darüber, wenn sich Menschen in einer Liebesbeziehung Gewalt antun?
- In welchen Situationen treten oder traten die Gewaltausbrüche Ihres Partners auf?
- Wie hatten Sie Ihren Partner beim Kennenlernen wahrgenommen?
- Wie nehmen Sie ihn jetzt wahr?
- Welche Behinderungen Ihrer Lebensfreude und Lebensgestaltung erleben Sie durch die Gewalterfahrungen noch heute?
- Welche Versuche haben Sie unternommen, um die Gewalttaten Ihres Partners zu stoppen?
- Welche Versuche waren erfolgreich?
- Welche nicht?
- Was möchten Sie erreichen? Was wünschen Sie sich?
- Worin möchten Sie selbst weiterkommen?
- Welche persönlichen Schwachstellen haben Sie?
- Wie könnten Sie selber dazu beitragen, dass Sie mögliche Lösungen behindern? (Beachte: Diese paradox erscheinende Frage hilft, eigene Anteile an der Aufrechterhaltung des Konflikts zu erkennen)
- Woran könnten Sie bemerken, dass Sie Fortschritte machen?

- Welche persönlichen Stärken und Fähigkeiten haben Sie?
- Woran könnten Sie bemerken, dass es Ihnen besser geht?
- Wie stellen Sie sich Ihre ideale Partnerschaft vor? Was wäre Ihnen dabei unverzichtbar? Worauf würden Sie besonders achten, wenn Sie einen möglichen neuen Partner kennenlernen?
- Wie wichtig sind Ihnen Ihre Vorsätze oder Pläne?
- Wie zuversichtlich sind Sie, dass Sie diese erreichen könnten?

Falls die letzten beiden Fragen, die nach der Wichtigkeit und Zuversicht fragen, nur unzureichend ausfallen, weiter an den Fragen arbeiten, z.B.:

- Was müsste geschehen, damit es Ihnen wichtiger würde, Ihre Vorsätze zu erreichen?
- Was könnte Ihre Zuversicht erhöhen, Ihre Ziele zu erreichen?



## Förderung der Resilienz

Um die Widerstandsfähigkeit oder psychische Robustheit (Resilienz) der Kinder und Jugendlichen zu stärken, werden ihre persönlichen potenziellen Stärken und Ressourcen sowie die der sozialen Umwelt erfasst und gefördert (Erkennen von Schutzfaktoren). Diese Schutzfaktoren ermöglichen die bessere Bewältigung einer außergewöhnlichen Belastung.

## Resilienzförderung kann auf zwei Ebenen stattfinden:

### 1. Auf individueller Ebene

- Förderung der Eigenaktivität/  
Verantwortungsübernahme (Partizipation und  
Kooperation ermöglichen)
- Konfliktlösestrategien entwickeln bzw. stärken
- Selbstwirksamkeit fördern
- Förderung sozialer und kommunikativer  
Kompetenzen
- Förderung von Stressbewältigungskompetenzen
- Förderung von körperlichen Gesundheitsressourcen  
(vgl. Wustmann 2007)

### 2. Auf der Ebene der Beziehungspartner (erfolgt häufig in Zusammenarbeit mit Eltern, Sorge- oder Erziehungsberechtigten, d. h. Vermittlung und Festigung von Erziehungsperspektiven)

- Förderung eines autoritativen (nicht „autoritär“,  
sondern wertschätzend, aber bestimmt)  
Erziehungsstils
- Förderung einer konstruktiven Kommunikation  
zwischen Erziehungsperson und Kind/Jugendlichem
- Förderung eines positiven Modellverhaltens
- Förderung effektiver Erziehungstechniken

(vgl. Wustmann 2007)

## Literatur

**Wustmann, Corina (2007):** Resilienz. In: Bundesministerium für Bildung  
und Forschung (Hrsg.): Bildungsforschung Bd. 16. Perspektiven für  
eine Neuorientierung frühkindlicher Bildung (unv. Nachdruck). Bonn,  
Berlin: Digitale Zeiten.

## Resilienzförderung durch Handlungsstrategien:

<b>WIE</b> <i>Resiliente Verhaltensweisen können gefördert werden, indem man...</i>	<b>WAS</b> <i>Förderung von...</i>
das Kind ermutigt, seine Gefühle zu benennen und auszudrücken.	Gefühlsregulation/ Impulskontrolle
dem Kind konstruktives Feedback gibt (Kind konstruktiv lobt und kritisiert)	Positive Selbsteinschätzung / Selbstwertgefühl
dem Kind keine vorgefertigten Lösungen anbietet (vorschnelle Hilfeleistungen vermeidet)	Problemlösefähigkeit / Verantwortungsübernahme
das Kind bedingungslos wertschätzt und akzeptiert	Selbstwertgefühl / Geborgenheit
dem Kind Aufmerksamkeit schenkt (aktives Interesse an den Aktivitäten des Kindes zeigt; sich für das Kind Zeit nimmt)	Selbstwertgefühl / Selbstsicherheit
dem Kind Verantwortung überträgt	Selbstwirksamkeitsüberzeugungen / Selbstvertrauen / Selbstmanagement
das Kind ermutigt, positiv und konstruktiv zu denken	Optimismus / Zuversicht
dem Kind zu Erfolgserlebnissen verhilft	Selbstwirksamkeitsüberzeugungen / Selbstvertrauen / Kontrollüberzeugung

dem Kind dabei hilft, eigene Stärken und Schwächen zu erkennen	Positive Selbsteinschätzung
dem Kind hilft, soziale Beziehungen aufzubauen	Soziale Perspektivenübernahme / Kooperations- und Kontaktfähigkeit
dem Kind hilft, sich erreichbare Ziele zu setzen	Kontrollüberzeugung / Zielorientierung Durchhaltevermögen
realistische, altersangemessene Erwartungen an das Kind stellt	Selbstwirksamkeitsüberzeugungen / Kontrollüberzeugung
das Kind in Entscheidungsprozesse einbezieht	Kontrollüberzeugung / Selbstwirksamkeit
dem Kind eine anregungsreiche Umgebung anbietet	Explorationsverhalten
Routine in den Lebensalltag des Kindes bringt	Selbstmanagement / Selbstsicherheit
das Kind nicht vor Anforderungssituationen bewahrt	Problemlösefähigkeit / Mobilisierung sozialer Unterstützung
dem Kind hilft, Interessen und Hobbys zu entwickeln	Selbstwertgefühl
ein „resilientes“ Vorbild ist (dabei aber authentisch bleibt)	Effektive Bewältigungsstrategien

## Glossar

### » Personale Identität (Selbst/Selbstbild/Selbstkonzept)

Die Persönlichkeit eines Menschen entwickelt im biografischen Prozess zunehmend unverwechselbare persönliche Eigenschaften. Vor allem psychische Merkmale und individuelle Selbstgestaltung kennzeichnen neben situativen und kulturellen Bedingungen diese persönliche Unverwechselbarkeit. Die Erfahrungen, die eine Person mit sich in Beziehungen zu anderen macht, werden allmählich zu einem *Selbstbild* oder *Selbstkonzept* verdichtet. Als besonders sensible Phasen für die Persönlichkeitsentwicklung und der Konstruktion des Selbstbildes gelten Kindheit und Jugend.

Vor allem Kinder und Jugendliche, die direkt oder durch Beobachtung von *häuslicher Gewalt/Partnerschaftsgewalt* betroffen sind, erleiden regelmäßig eine Vulnerabilität (Verletzbarkeit) ihres Selbstbildes sowie ihrer Beziehungsfähigkeit, sie entwickeln häufig eine tiefe Selbstverunsicherung und ein tiefes Misstrauen gegenüber anderen; wenn schon die eigenen Eltern oder ein Elternteil Gewalt ausüben, wie muss es dann erst im Rest der Welt bestellt sein...

Es sollen hier nun zunächst neutrale und präzise Definitionen der zentralen Begriffe **Selbstbild**, **Selbstkonzept**, und **Identität** geleistet werden. Die Begriffe *Identität* und *Selbst* oder *Selbstbild* und daraus abgeleitete Begriffe fallen in einen gemeinsamen größeren Begriffsraum.

Das **Selbstbild** als erlebtes *Selbst* speist sich aus persönlich unverwechselbaren Eigenschaften bzw. persönlichen Merkmalen, die sich im biografischen Prozess vor allem in der Interaktion mit anderen entwickeln. Das *Selbstbild* entwickelt sich im Verlauf der Sozialisation durch die emotionale und kognitive Auseinandersetzung mit dem Bild, das sich andere von einem machen, dem *Fremdbild*. Das *Selbstbild* wäre daher in Abhängigkeit der jeweiligen Übernahme sozialer Rollen *veränderbar* und *variabel*; das *Selbstbild* ist ein Produkt von sozialem Lernen und sozialer Spiegelung und wäre daher kein Ergebnis von biologischen Reifungsprozessen, sondern vornehmlich ein *soziales Konstrukt*.

Entstanden ist das *Selbstbild* wohl unter evolutionärem Selektionsdruck: Um eine nicht nur auf Eigennutz, sondern auf eine Gruppe, der man sich zugehörig fühlen kann, gerichtete Kooperation zu ermöglichen, bedarf es eines *Selbstbildes*, das auf ein Du oder auf andere reagieren kann; eine gemeinwohlorientierte Kooperation erhöht die Überlebenschance der Gruppe und damit auch des Einzelnen in einer per se unsicheren Welt drastisch. Der Aufbau eines *Selbstkonzepts* erhöht also die Überlebenschance und ist daher adaptiv. Die Konstruktion eines *Selbstbilds* wäre daher auch nur dann sinnvoll, wenn ein Lebewesen nicht für sich allein, sondern in einer Gruppe lebt - für sich allein genommen, wäre ein *Selbstbild* für das Überleben gar nicht nötig.

Das *Selbstbild* ist eine über eine gewisse Zeit beständige, aber änderbare Selbstwahrnehmung. Es wird maßgeblich bestimmt durch das *Selbstkonzept*, also das kognitiv erarbeitete innere Bild der eigenen

Persönlichkeit und die kognitiven Bewertungen, die man über die eigene Person entwickelt. Dabei speist sich dieses Selbst-Bild vor allem durch den vermeintlichen „Charakter“, also den Kern der eigenen Moral, der ethischen Werthaltungen, der lebensphilosophischen Überzeugungen. Maßgeblich bestimmt auch die erlebte *Gruppenzugehörigkeit* das Selbstbild, wobei die eigene „Moral“ vor allem bestimmt wird durch die der Gruppe(n), der (denen) man sich zugehörig fühlt.

Das **Selbstkonzept** ist der psychische Kern, der das Erleben und Verhalten organisiert, ist das relevante Insgesamt der eigenen Einschätzungen, Bewertungen, Erwartungen, Werthaltungen, Überzeugungen, Gefühle hinsichtlich der eigenen körperlichen, psychischen und sozialen Eigenschaften und Merkmale. Wenn diese Bewertungen hinreichend positiv ausfallen, wäre das *Selbstkonzept* von *Selbstachtung* geprägt, also von Wertschätzung gegenüber der eigenen Person; das wäre dann wohl auch die Voraussetzung für die Wertschätzung des anderen, wenngleich sie durch die Wertschätzung der eigenen Person durch den anderen, also durch Wechselbeziehungen, erst hinreichend aufgebaut werden kann.

Das *Selbstkonzept* aktiviert unser Erleben und motiviert unser Verhalten; ist das *Selbstkonzept* auf Autonomie ausgerichtet, motiviert es selbstverantwortliches und zielgerichtetes Handeln.

Das *Selbstkonzept* zählt zu den wirkungsvollsten Konstruktionen oder Meta-Präsentationen des menschlichen Gehirns, mit dem dieses bewusst in

Anpassungs- bzw. Lösungsstrategien modulierend eingreifen kann.

Das *Selbstkonzept* ist als Konzept ein hochkognitives Konstrukt, das nur in der Interaktion und Kommunikation mit Sozialpartnern entstehen kann und moduliert wird nach den Qualitäten dieser Interaktionen; das

*Selbstkonzept* ist also ein *soziales Konstrukt*; dadurch verändert sich ein *Selbstkonzept* oder *Selbstbild* auch kontinuierlich im Kontext unterschiedlicher sozialer Erfahrungen und im Verlaufe der eigenen Entwicklung von der Kindheit bis hin zum Alter. Das sogenannte *Ich-Bewusstsein* ist dagegen eher von Kindheit an bis zum Alter stabil, da es eher gebunden ist an die Erfahrung, im eigenen Körper zu wohnen und diesen zu steuern, wenngleich das Alter oft Erfahrungen von zunehmendem Kontrollverlust körperlicher Funktionen vorhält.

**Identität** wäre dann die Kombination aus dem jeweils innerlich erlebten *Selbst* oder *Selbstbildes* mit äußereren und *stabil* bleibenden Merkmalen des *Selbst*; dazu gehört dann die auch von außen wahrnehmbare stabile Unverwechselbarkeit einer Person, also derer auch äußerlich definierbaren Kennzeichen, wodurch sich ein Mensch von einem anderen unterscheidet: beispielsweise durch zugewiesene *Gruppen-Zugehörigkeiten* wie soziale, also familiäre sowie kulturelle und religiöse Herkunft; Name, Alter, Geschlecht, Beruf und andere Gruppenzugehörigkeiten.

*Identität* ist demnach die Integration von *Selbstbild* und *Kultur*.



## Weitere Definitionen zu Unterkategorien von Selbstbild

**Selbstbewusstsein** ist das bewusste Erleben des eigenen Selbstbildes.

**Selbstsicherheit** ist ein Aspekt der Sozialen Kompetenz. *Selbstsicherheit* ist die Fähigkeit zu einer selbstgewissen, sicheren und angemessenen Kommunikation und Interaktion mit anderen, wobei *Selbstsicherheit* besonders in Konfliktsituationen gefordert ist. *Selbstsicherheit* wäre begrifflich nahe der *Selbstbehauptung*, also der Durchsetzungsfähigkeit eigener Bedürfnisse.

- Ausgedrückt wird *Selbstsicherheit* vor allem durch nonverbale Aspekte der Kommunikation wie Körperhaltung, Blickkontakt, Stimmführung, etc. Die verbalen Mitteilungen sind klar und direkt.
- Eine freundlichfordernde Interaktion, Kommunikation und Kooperation erfolgen oft aus dieser Art *Selbstsicherheit*, als Kooperationsstrategie zeigt sich hier oft die sogenannte „Tit for Tat“-Strategie (Schritt für Schritt-Strategie nach dem Motto: „Wie du mir, so ich dir“). In die begriffliche Nähe der *Selbstsicherheit* kommt der Begriff der *Selbstwirksamkeit*, bzw. *internale Kontrollüberzeugung*: die Überzeugung, dass man seine Lebensbewältigung selbst oder selbstverantwortlich gestalten könne.

Der **Selbstwert** ist das Resultat der eigenen oder meist übernommenen, *internalisierten Bewertungen der eigenen Eigenschaften und Fähigkeiten*; insbesondere die frühkindlichen Bindungserfahrungen beeinflussen den *Selbstwert*, der über die Lebensspanne dann eine erstaunliche Stabilität beibehält; eine Ausnahme bildet die

Jugend, während derer oft Erschütterungen des *Selbstwerts* erlebt werden können.

- Ein niedriger *Selbstwert* ist ein erheblicher Risikofaktor für psychische und physische Gesundheit, Berufserfolg, Partnerschaftszufriedenheit, etc.
- Ein höherer *Selbstwert* stärkt *Resilienz* und *Selbstwirksamkeit*
- Der *Selbstwert* ist kein Selbstwertgefühl, wie oft behauptet wird, sondern eine eher kognitive Bewertung, die dann je nach Bewertung zu entsprechenden Emotionen und Gefühlen führt
- Der *Selbstwert* wirkt als starke motivationale Kraft
- Die begrifflich dem *Selbstwert* nahestehende *Selbst-Achtung* ist ein Indikator psychischer Gesundheit und bedeutet nicht etwa Selbstüberheblichkeit, sondern dass man sich in seiner Lebensgestaltung akzeptieren kann, dass man mit sich im Reinen ist.

**Mentales** oder **phänomenales Bewusstsein** ist das Bewusstsein über das Bewusstsein und ist die Voraussetzung für zielgerichtetes, planbares und selbstverantwortliches Handeln; *mentales Bewusstsein* ist das Bewusstsein seiner selbst als Hauptakteur der eigenverantwortlichen Handlungen

**Selbstreflexion** oder **Selbstkritik** ist die kognitive Fähigkeit, sich selbst im permanenten Prozess der Herstellung des labilen Gleichgewichts zwischen Eigeninteresse und Gemeinwohlorientierung wahrzunehmen und zu bewerten; es geht hier also um Anpassungsprozesse des Selbst an Gruppenzugehörigkeiten; beispielsweise um die Herstellung

von Gleichgewicht zwischen widersprüchlichen Rollenerwartungen, zwischen der empfundenen Individualität und Zugehörigkeit als Gleicher; auch um den Ausgleich widersprüchlicher Bedürfnisse innerhalb der eigenen Person.

**Empathie** ist die Fähigkeit, sich in die Lage und Handlungsabsicht des anderen hineinzudenken; diese Einsicht in die Lage des anderen für das daraufhin abgestimmte eigene Verhalten zu nutzen, wäre die Aufgabe der *Empathie*.

**Soziale Verträglichkeit, Offenheit, Gewissenhaftigkeit** und **Liberalität** ermöglichen eine befriedigende, auch aktuelle Beziehungsgestaltung; sie stellen Merkmale der eigenen *Identität* dar, die in ihrer jeweiligen und variablen Ausprägung die Persönlichkeit unverwechselbar machen.

**Identität:** Gruppenzugehörigkeit(en), familiäre Bindung, Bindungssicherheit kennzeichnen die Identität in besonders starkem Ausmaß.

Die Übernahme (*Sozialisierung*) der moralischen Überzeugungen der zugehörigen Gruppe(n) in das eigene **Moralkonzept**, kennzeichnet den Kern des Selbstbildes und eben auch den enormen *kulturellen Einfluss* auf die Gestaltung des *Selbstkonzepts*.



## Lebenszufriedenheit oder Lebensglück

Menschen, die mit ihrem Leben zufrieden sind, sind solche,

- die hinreichend über Selbstbewusstsein und Selbstreflexion verfügen
- die mit sich und ihrem Selbstbild zufrieden sind und ein hinreichendes Ausmaß an Selbstachtung erleben
- die über sichere Bindungserfahrungen verfügen
- die liebesfähig sind, also wertschätzende Beziehungen gestalten können
- die sich in ihrem Handeln als selbstverantwortlich und hinreichend effektiv erleben
- die durch ihr Handeln die Befriedigung ihrer Grundbedürfnisse regulieren können
- die über hinreichende Resilienz und Selbstwirksamkeit verfügen
- die in dem, was sie tun und erleben, eine Sinnhaftigkeit empfinden
- die sich auf eine nichtresignative, eher gelassene Art und Weise damit abfinden können, dass nicht wenige fundamentale Probleme nicht dauerhaft wirksam gelöst werden können.





## Identität als narratives Konstrukt

Der Mensch konstruiert seine **Identität** vornehmlich durch das, was er von sich in Begegnungen mit anderen wahrnimmt, was er mit sich und den anderen erlebt und was er davon erinnert. Seine Erinnerungen indes sind abhängig von wiederholter Vergegenwärtigung, wobei die Erzählung der wirkmächtigste Stabilisator der Erinnerung ist. Die Beziehungen zwischen Menschen werden stets über die *Erzählungen* bestimmt und lebendig gehalten, also entsprechend der *Narration* erlebbar gehalten.

Dabei wird in der Kommunikation und Interaktion in bedeutsamen (Liebes-) Beziehungen, also Eltern-Kind-Beziehung sowie Partnerschaft, immer wieder über die Konstruktion der Selbstkonzepte (das Selbst als eine liebenswerte Person) und der damit eng verbundenen ethischen Überzeugungen verhandelt, oft auch nichtbewusst. Wird in Liebesbeziehungen Partnergewalt bzw. Vatergewalt erlebt oder vorgelebt, werden die Bilder des liebenswerten Selbst - bezogen auf sich selbst wie auch auf den Partner/Vater - beschädigt. Das Selbstbild wird bei beobachteter Gewalt in der Elternbeziehung oft auch deshalb beschädigt, weil der gewalttätige Vater stets auch als Vorbild für das eigene Selbstbild fungiert und vor allem für Jungen das Identitätsobjekt darstellt. Auch wird die Gemeinsamkeit ethischer Überzeugungen oder Werthaltungen zerstört; die Person des anderen wird zu Beginn gelebter Gewalttätigkeit in Widerspruch zur bisher eher positiven Wahrnehmung erlebt; diese *kognitive Dissonanz* (widersprüchliche Einstellungen gegenüber einem Sachverhalt oder einer Person) löst enorme innere Spannungen und unangenehme Gefühle aus, die unterschiedlich reife Kompensationsleistungen und

Abwehrstrategien aktivieren; meistens werden *Rationalisierungsstrategien* zur Auflösung der kognitiven Dissonanz und der damit verbundenen inneren Spannungszustände gewählt: Beispielsweise beschuldigt man sich selber für den Gewaltausbruch des Partners bzw. Vaters, um diesen weiterhin als liebenswert wahrnehmen zu können. Oft wird auch durch die Strategie der *Verharmlosung* des Gewaltausbruchs das Bild eines trotzdem liebenswerten Partners oder Vaters aufrechterhalten. Erfahrungen von häuslicher Gewalt, ob als Partnerin erlitten oder in der Elternbeziehung beobachtet, beschädigen also massiv sowohl das Selbstbild als auch das Bild, das man sich vom anderen gemacht hat und damit dann auch die Beziehung zum gewalttätigen Partner/Vater - bei einigen setzt dieser Beschädigungsprozess sofort ein, bei anderen eher langfristig.

Das Selbstkonzept ist, nüchtern betrachtet, ein je vorläufiges Resultat von aktuellen Informationsverarbeitungen im Abgleich mit bereits erzielten Resultaten aus vergangenen Informationsverarbeitungsprozessen; es ist also ein fortwährender Anpassungsprozess.

Bewusste Zustände sind solche, die durch kommunikative, also interktionale Vorgänge entstehen können; durch selbstvergewissernde Verabredungen in der Kommunikation mit den anderen entstehen bewusste Erfahrungen.

Die *Berichterstattung* über das eigene Erleben an den anderen ermöglicht Bewusstheit und dadurch das (Nach-) Erleben der eigenen Existenz; die so erlebte eigene,

subjektive Existenz, die erlebte eigene Identität wird über die Berichterstattung aktiviert.

Die Art der Berichterstattung über das eigene Selbst wird vornehmlich gefärbt durch die gemachten Erfahrungen im Erlebensraum der jeweiligen existenziellen (Liebes-) Beziehungen – also der Eltern-Kind-Beziehung sowie der Partnerbeziehung – im Spektrum zwischen Liebe und Hass.



## **Mögliche psychologische Auswirkungen von Gewalterfahrungen**

- Die existenziellen Grundbedürfnisse nach Nähe/Autonomie und Sicherheit/ Wachstum sind frustriert, dabei entstehen als Reaktionen oft existenzielle Ängste und massive Selbstverunsicherung
- Das Selbstkonzept wird beschädigt: Selbstmissachtung, Selbstunsicherheit, Schuld- und Schamgefühle können auftreten
- Als typische Stressabwehrstrategien treten auf: Vermeidungsverhalten, Überangepasstheit, Rückzug, Verhaltensstarre oder Wut und Aggressionen
- Kommunikationsarmut, sozialer Rückzug
- Konzentrationsstörungen
- mangelnde Impulskontrolle

- Nichtbewusste irrationale Scham- und Schuldgefühle können zu neurotischen und selbstschädigenden Verhaltensweisen und u.U. zu Suchtverhalten führen
- Selbstentfremdung oder Inkongruenz: Ein hohes Ausmaß an nichtbewussten negativen, gewaltbestimmten Beziehungserfahrungen stört die gesunde Persönlichkeitsentwicklung, vor allem die eigene Beziehungs- oder Liebesfähigkeit bleibt unterentwickelt, was die Gefahr erhöht, die selbstdurchgemachten negativen Beziehungserfahrungen zu wiederholen und weiterzugeben
- statt „Urvertrauen“ entsteht ein „Urmisstrauen“
- die Kooperationsbereitschaft sinkt
- Verbitterungsstörungen lassen sich beobachten
- Berufliche und soziale Misserfolge können verzeichnet werden
- Leicht kränkbare Persönlichkeit, schwaches Selbstvertrauen, depressive Störungen, Suizidalität
- Das Konzept der „Ordnung der Welt“ wird erschüttert

## Projekt „Kinder(leben) in Familien mit Partnerschaftsgewalt“

Der Lüneburger Gesprächsleitfaden - Handreichung zur Gestaltung hilfreicher Gespräche mit Opfern häuslicher Gewalt wurde im Rahmen des Projekts „*Kinder(leben) in Familien mit Partnerschaftsgewalt. Ein kompetenzorientiertes Curriculum für Fachkräfte in Kitas, Schulen und Frauenhäusern zur Resilienzunterstützung für von häuslicher Gewalt betroffene Kinder*“ entwickelt.



### Kurzbeschreibung des Projektes

Da sich Partnerschaftsgewalt in der Privatheit und somit vor allem innerhalb des alltäglichen familiären Lebens und in den eigenen vier Wänden ereignet, bleibt sie in der Regel vor der Öffentlichkeit verborgen. Dabei gilt das Miterleben von Partnerschaftsgewalt in der Familie als besonderes Entwicklungsrisiko und sollte im Sinne von Kinderschutz und Kindeswohl frühzeitig erkannt und verhindert werden. Als sekundäre Sozialisationsinstanzen kommen daher Krippen, Kindertagesstätten und Schulen besondere Bedeutung hinsichtlich des Erkennens von häuslicher Gewalt zu. Sie stellen als Einrichtungen der fröhkindlichen Bildung, Erziehung und Betreuung sowie als Schulen die ersten Institutionen außerhalb der Familie dar, in denen die Gewalt innerhalb der Partnerschaft oder Familie erkannt werden könnte.

Die Aufklärung über die Thematik Partnerschaftsgewalt sowie die damit verbundenen Folgen und Risiken für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen, die in diesem Kontext aufwachsen müssen, sollte daher im Sinne des verbesserten Kinderschutzes ebenso Eingang in die Aus- und Fortbildungen von Fachkräften finden, wie dies bereits

vielerorts für die Thematik Kindeswohlgefährdung und Kinderschutz in Bezug auf unterschiedliche Formen und Ausprägungen der Kindesmisshandlung bzw. Kindesvernachlässigung gilt. Bis heute wird die Thematik häusliche Gewalt/ Partnerschaftsgewalt jedoch nur unzureichend innerhalb der Aus- und Fortbildung von sozialpädagogischen Fach- und Lehrkräften berücksichtigt und in Kinderschutzkonzepten verankert. Daher fühlen sich viele Fachkräfte im Umgang mit der Thematik Partnerschaftsgewalt und ihren Auswirkungen auf die Entwicklung der Kinder überfordert.

**Hier setzt das Projekt an, um Lehr- und pädagogische Fachkräfte durch handlungsorientierte Aus- und Fortbildungsformate zu befähigen, Kindern und Jugendlichen durch Resilienzstärkung und Partizipation bei der Verarbeitung ihrer Gewalterfahrungen im Sinne von Prävention zu helfen und entsprechend des Schutzauftrages und im Sinne des Kindeswohls gegebenenfalls auch intervenierend eingreifen zu können. Das Projekt wird entsprechende Fort- und Ausbildungsformate und eine Materialsammlung im Zeitraum vom 01.04.2022 bis 31.03.2024 entwickeln und durch (neue) Kooperationen und Vernetzung der Fachkräfte, sollen dabei besondere Möglichkeiten für die Erfüllung dieser herausfordernden Aufgabe ermöglicht werden.**

Weitere Informationen über das Projekt, eine Literaturliste sowie eine Materialsammlung können auf der **Internetseite des Projekts** unter [www.isjuf.de](http://www.isjuf.de) abgerufen werden.

## **Außerdem in dieser Reihe erschienen**

- Text „Kinderschutz und Kindeswohl im Kontext von Partnerschaftsgewalt“ (2023)
- Booklet - Eine Materialsammlung für Lehr- und Fachkräfte (2023)
- Lüneburger Gesprächsleitfaden - Handreichung zur Gestaltung hilfreicher Gespräche mit Opfern häuslicher Gewalt (2022)
- Umfangreiche Literaturliste (2023)
- Eine Materialliste für Lehr- und Fachkräfte (2023)
- Handreichung und Leitfaden zum Umgang mit Partnerschaftsgewalt (2023)



[www.isjuf.de](http://www.isjuf.de)