

AAA

GEWALT GEGEN FRAUEN

Toxische psychische Gewalt

Einschüchtern, demütigen, kontrollieren - psychische Gewalt durch den Partner hat viele Formen. 43 Prozent aller Frauen sind betroffen.

vom 20.06.2021, 18:00 Uhr | Update: 30.07.2021, 16:16 Uhr



Psychische Gewalt endet oft nicht mit dem Ende der Beziehung. Obsorgeverfahren sind ein Einfallstor für Täter, weiterhin Druck auf betroffene Frauen auszuüben. © stock.adobe.com / junce11

Empfehlen 👍 23 Kommentieren 💬 6 [f](#) [t](#) [✉](#)

[🖨](#) mit Bild [📷](#) ohne Bild

Empfehlen 👍 23 [f](#) [t](#) [✉](#) [📄](#)



Martina Madner
Redakteurin

Mehr zu diesem Thema



Wie die Krise Ex-Eheleute belastet
16.12.2020 💬 4



Zadic holt sich Anregungen bei
Gewaltschutzstellen
09.12.2020 💬 1

"Ich war kein Küken mehr, als ich den Vater meiner Tochter kennengelernt habe, ich hatte schon Beziehungen davor, aber mit dieser Art Mann hatte ich noch keine Erfahrungen", erzählt Miriam S. (*Name von der Redaktion geändert*) darüber, warum sie die psychische Gewalt des Täters anfänglich gar nicht als solche wahrnahm.

"Es fing auch schleichend an, anfänglich konnte er Verhaltensweisen, die Frauen abschrecken, noch gut verbergen." Sie habe seine Hobbys ausprobiert, "von ihm kam nichts, es war kein wechselseitiges Interesse, sondern einseitig". S. tauchte in seinen Freundeskreis ein. Damals dachte sie noch, da kommt noch was.

geschmeichelt gefühlt dadurch", wurde Kontrolle. Er überwachte ihr Handy und ihre Mails. Das alarmierte sie lange nicht: "Ich hatte ja auch nichts zu verstecken." Er aber habe versucht, ihre Kontakte "in seinem Sinne zu manipulieren, um Druck auf mich auszuüben".



Notruf- Nummern

Polizei: 133 oder 112

Frauenhelpline gegen Gewalt: 0800/222 555

24-Stunden Frauennotruf: 01/71 71 9

Mit psychischer Gewalt ist Drohen, Einschüchtern, Demütigen, Erniedrigen, Kontrollieren (auch der Finanzen), Einsperren, Isolieren und Erpressen gemeint. 43 Prozent der Frauen haben diese Form der Gewalt laut EU-weiter [Studie der "European Union Agency for Fundamental Human Rights"](#) seit ihrem fünfzehnten Lebensjahr bereits erlebt - oder erleben sie noch. Es ist die häufigste Gewaltform, 22 Prozent berichteten von körperlicher oder sexueller Gewalt.

Psychische wird nicht immer als Gewalt wahrgenommen

So wie S. leben viele Frauen oft länger mit dieser Art von Gewalt. Es ist nicht einfach, sich daraus zu lösen, denn: "Die ständigen Erniedrigungen und Demütigungen lösen bei den Frauen extreme Verunsicherungen aus, Zweifel, ob sie ‚nicht wirklich verrückt sind‘ und sich nicht mehr als wertvoller Mensch fühlen können", schreibt Psychologin Beate Wimmer-Puchinger in einem [Beitrag zur Tagung "Beschädigte Seele"](#).

Die Gewalt bleibt oft unsichtbar. Sie wird von anderen bagatellisiert. "Das sagt man bald einmal, ist ja nicht so dramatisch", "Das kann man doch wegstecken, solltest du nicht so ernst nehmen", hören Frauen, wenn sie doch darüber sprechen. "Das sind keine normalen Konflikte auf Augenhöhe mit Rede und Gegenrede, oder Meinungsunterschiede", erklärt Wimmer-Puchinger im Gespräch mit der "Wiener Zeitung": "Es geht nicht um den Inhalt, sondern darum, ein Machtverhältnis einzuzementieren. Er zeigt seine Macht und seine Verachtung, macht sie zur Schnecke."

Aus dem Kreislauf auszubrechen, wird zunehmend schwieriger, erläutert Andrea Brem, Geschäftsführerin des Vereins Wiener Frauenhäuser: "Weil der Psychoterror die Frauen in Angst und Schrecken versetzt, die Täter glaubhaft machen, dass ihre Drohungen Folgen haben und wenn sie nicht tun, was er will, etwas Schlimmes passiert." Wegen der zunehmenden Isolation von Freundinnen und Familie gebe es zudem häufig niemanden mehr, der das Gesagte von außen korrigiert - niemanden mehr, der zuhört.

Auch bei S. wurde der Kontakt zur Außenwelt weniger. Als sie wieder arbeiten wollte, wurde das zum Problem. Er wollte Versorger sein, "er sagte aber: ‚Dann zahle ich alles, aber dann machst du, was ich will‘", sagt sie. Er ließ sie spüren, dass er sich als überlegen sah. "Du hast ja nichts geschafft in deinem Leben. Du bist nichts wert", kam von ihm. Sie ging wieder arbeiten. Aus Beleidigungen wurden Beschimpfungen und "unglaubliche Vorwürfe, er sagte sogar: „Du gehst ja anschaffen.“"

"Die Frauen sind so bemüht, den Alltag aufrecht zu erhalten", sagt Brem, "eine Trennung braucht Kraft, dieser Terror führt aber zur Erschöpfung". Wimmer-Puchinger rät deshalb: "Das erste Schimpfen ist schon eines zu viel, ein Gewalttäter greift die Persönlichkeit an, nimmt dir deine Freiheit. Wenn mein Handlungsspielraum eingeschränkt wird, ist es höchste Eisenbahn, sich Hilfe zu holen."

Auch diese Art der Gewalt hat Folgen

In der ersten und bislang [einzigen österreichischen Studie zu psychischer Gewalt des Vereins Wiener Frauenhäuser](#) von 2014, berichteten die betroffenen Frauen von Nackenschmerzen, Tinnitus, Angst, Flucht in den Alkohol, Schlafstörungen, starker Müdigkeit, Weinen und sogar Suizidversuchen. "Ein Mensch kann einen anderen tatsächlich durch fortgesetztes seelisches Quälen vernichten, was man mit Fug und Recht ‚Psychischen Mord‘ nennen kann", zitiert Brem die französische Psychiaterin Marie-France Hirigoyen.

Diese Form der Gewalt kann, muss aber nicht immer mit körperlicher Gewalt einhergehen. Umgekehrt aber sagt Brem, dass Drohungen und Nötigungen immer mit dabei sind: "Sehr oft auch sexuelle Übergriffe, Demütigungen beim Sex, weil Frauen da gerade besonders verletzlich sind."

Depressionen. "Psychische Gewalt macht krank", sagt Wimmer-Puchinger deshalb. "Sie raubt dir die Energie und ein positives Lebenskonzept. Deshalb ist es wichtig, die Pathologisierung zu durchbrechen, es braucht jemand von außen, der die darauf hinweist." Auch Brem ist überzeugt: "Das System des Psychoterrors sichtbar zu machen, gelingt am ehesten mit professioneller Hilfe."

Brem weiß aus der Frauenhauspraxis auch von psychischer Gewalt betroffenen Frauen zu berichten, die wirtschaftlich besser dastehen als Männer. Wimmer-Puchinger sieht aber einen Zusammenhang zwischen Frauen, für die Unterschiede zwischen den Geschlechtern Normalität sind, und wie rasch sie psychische Gewalt als solche identifizieren: "Frauen, die sehr selbstbewusst, selbstständig und im Job sind, drücken die Stopptaste viel früher."

Der 24-Stunden Frauennotruf (01/71 71 9) ist eine Anlaufstelle für Frauen und Mädchen ab 14 Jahren, nicht nur wenn sie von sexualisierter oder körperlicher, sondern auch von psychischer Gewalt betroffen sind, die Frauenhelpline gegen Gewalt eine zweite (0800/222 555). Denn, so Brem: "Es braucht oft jemanden, der einen aus dem Kreislauf wachrüttelt und sagt: ‚So geht es nicht mehr.‘" "Das kann auch eine gute Freundin sein", sagt Wimmer-Puchinger. Da sei Zivilcourage gefordert.

Das Obsorge- und Kontaktrecht als Verstärker

S. wurde selbst wach. Er war berechnend: Es kamen auch körperliche Übergriffe dazu, etwa, den Arm verdrehen, "immer so, dass keine Spuren bleiben." Solche Attacken ihr gegenüber kamen "immer in der Gegenwart meiner Tochter, er wusste, dass ich mich dann nicht wehren würde."

Er dagegen sei unberechenbar gewesen, unter Alkoholeinfluss noch mehr. Sie beschreibt sich als "relativ robusten Typ. Ich habe, versucht mich nicht kleinkriegen zu lassen." Ein halbes Jahr brauchte sie von der ersten Ankündigung der Trennung, bis sie ging. Diese Zeit beschreibt S. mit laufenden Abwertungen und Erniedrigungen als "die Hölle".

"Subjektiv erleben Frauenhausbewohnerinnen psychische Gewalt und die daraus resultierenden Beeinträchtigungen oftmals schlimmer als körperliche oder sexualisierte Gewalt", ist in der Studie der Wiener Frauenhäuser zu lesen. Insbesondere, weil sie schwierig zu beweisen sind und häufig auch Institutionen wie Polizei oder Gerichte auch die Glaubwürdigkeit der Frauen angezweifelt wird.

Bei einer Trennung nimmt die psychische Gewalt oft auch kein Ende, sondern sie nimmt zu: "Der Verlust des Einflusses auf das Opfer führt dazu, dass die verbleibende Verbindung seitens des Gewalttäters mit allen Mitteln dazu genutzt wird, um weiterhin zerstörerische und Angst verursachende Maßnahmen zu ergreifen."

Opferschutz- und Ehe- sowie Familienrechtsanwältin Sonja Aziz sagt, dass psychische Gewalt und Gewalt überhaupt in Obsorge- und Pflschaftsverfahren "in der Praxis ignoriert wird seitens der Richterinnen und Richter. Diese schauen nicht in die Vergangenheit, sondern in die Zukunft". Obwohl Gerichte laut Gesetz für Täter **verpflichtende Schulungen zum Umgang mit Gewalt und Aggressionen** anordnen können, werde davon in der Praxis selten Gebrauch gemacht. Stattdessen schicke man "beide zur Elternberatung, im schlimmsten Fall auch gemeinsam. Die psychische Gewalt, Macht und Kontrollausübung geht weiter".

So auch bei S., er habe sie nach der Trennung ausspioniert. Sobald eine Obsorge- und Kontaktrechtsentscheidung anstehe, ziehe er wieder vor Gericht: "Das System schiebt dem keinen Riegel vor. Das blutet uns Frauen psychisch und finanziell aus", sagt S.. "Es gab schon mal Überlegungen, die mutwillige Prozessführung zu verbieten", ergänzt Uni Wien-Strafrechtlerin Katharina Beclin. Dazu kam es aber nicht. "Da wird das Recht des Vaters auf sein Kind über das der Mutter und der Kinder auf ein konfliktfreies Leben ohne Psychoterror gesetzt", sagt Maria Rösslhumer vom Verein Autonome Frauenhäuser.

Weiterlesen in Österreich

KOALITION

**Schwarz-Blau geht
uneins ins neue Jahr**

03.01.2022  10

VERWALTUNG

NEUJAHRSWUNSCH

**Karas plant Initiative
der
"konsensorientierten
Kräfte"**

02.01.2022 10 4

TAKE FIVE

**Kitzbüheler Szenelokal
von Martin Ho wegen
fehlender
Gewerbebeanmeldung
geschlossen**

02.01.2022 9 2



E-PAPER
für alle Endgeräte

JETZT TESTEN

ABOS
immer bestens informiert

JETZT WÄHLEN

NEWSLETTER
täglich informiert

JETZT ABONNIEREN



[Impressum](#) [Kontakt](#) [AGB](#) [Datenschutz](#) [Cookie-Policy](#)

Wiener Zeitung Gruppe: [Unternehmen](#) [Mediasales](#) [Jobs](#) [Redaktion](#) [Redaktionsstatut](#) [English Information about W](#)
[Aboangebote](#)

