

The background is a solid pink color with several white circles of varying sizes scattered across it. Some circles are partially cut off by the edges of the page.

Kontextualisierte Trauma arbeit

Beratung und Begleitung nach geschlechts-
spezifischer Gewalt – Forschungsergebnisse aus
der Praxis feministischer Beratungsstellen

Ariane Brensell
Ans Hartmann
Cai Schmitz-Weicht

Kontextualisierte Trauma arbeit

Beratung und Begleitung nach geschlechts-
spezifischer Gewalt – Forschungsergebnisse aus
der Praxis feministischer Beratungsstellen

Ariane Brensell
Ans Hartmann
Cai Schmitz-Weicht

Inhalt

Einleitung	9
<hr/>	
01 – Einführung in die Thematik	13
<hr/>	
Geschlechtsspezifische Gewalt	15
Die partizipative Forschung	17
Hintergründe kontextualisierter Traumaarbeit	23
Konzeptentwicklung in der Praxis	24
Traumatisierung als Prozess	24
Traumatisierung im Kontext der Gesellschaft	25
<hr/>	
02 – Die drei Dimensionen kontextualisierter Traumaarbeit	29
<hr/>	
Beratung	31
Zusammenhangswissen	32
Strukturarbeit	33

03 – Thematische Schwerpunkte	
mehrdimensional denken	35
<hr/>	
Anerkennung der Gewalt	39
Anerkennung in der Beratung	40
Anerkennung versus gesellschaftliche Mythen	42
Anerkennung und Öffentlichkeitsarbeit	44
Sicherheit und Stabilisierung	47
Sicherheit als Beratungsthema	48
Trauma als gesellschaftlich vermittelter Prozess	50
Sicherheit durch Fortbildungen und Vernetzung	52
Parteilichkeit	55
Parteilichkeit in der Beratung	56
Parteilichkeit gegen Gewalt und Macht	58
Parteilichkeit und politisches Engagement	60
Selbstbestimmung	63
Selbstbestimmung in der Beratung	64
Selbstbestimmung und Diagnosen	66
Selbst- und Machtkritik im Team	68
Wissensvermittlung	71
Wissensvermittlung in der Beratung	72
Gewalt als Teil ungleicher Geschlechterverhältnisse	74
Wissensvermittlung durch Prävention	76
Zusammenfassung	79
Zum Weiterlesen	84

02

Die drei Dimensionen kontextua- lisierter Traumaaarbeit

Die Forschung zeigte, dass sich die kontextualisierte Traumaarbeit der Fachberatungsstellen als ein Dreiklang aus Beratung, Zusammenhangswissen und Strukturarbeit fassen lässt. Diese drei Dimensionen greifen ineinander und sorgen gemeinsam für den Erfolg von Beratungsprozessen. Also dafür, dass Frauen und Mädchen trotz Gewalterfahrungen ein selbstständiges und selbstbestimmtes Leben führen können. Diese Erkenntnis ist nicht neu. Sie wird in ähnlicher Form in den Qualitätsstandards des bff erwähnt und von Mitarbeiter*innen von Fachberatungsstellen immer wieder erläutert. In der partizipativen Forschung mit dem bff wurde das, was viele Praktiker*innen bewusst oder intuitiv in ihre Arbeit einfließen lassen, nun auch wissenschaftlich ermittelt, begrifflich geschärft und auf aktuelle Traumadebatten bezogen.

Die drei Dimensionen Beratung, Zusammenhangswissen und Strukturarbeit lassen sich praktisch nicht voneinander trennen – auch wenn wir sie hier nacheinander beschreiben. Sie greifen wie innere und äußere Ringe eines Kreises oder einer Kugel ineinander.

Beratung

Medizinische und psychologische Forschung und Praxis haben in den letzten Jahrzehnten viele hilfreiche Erkenntnisse und Techniken zur Überwindung von Traumata und zur Bearbeitung von Gewalt hervorgebracht. Viele dieser Werkzeuge nutzen wir in der Beratung und Begleitung von Menschen, die von geschlechtsspezifischer Gewalt betroffen sind. Darüber hinaus ist es die Beratungshaltung, die sehr praktische Auswirkungen auf unsere Arbeit und unseren Beratungserfolg hat.

Wir stellen die Erfahrungen, die Selbstbestimmung und die Handlungsermächtigung der beratungssuchenden Frauen und Mädchen in den Mittelpunkt. Das bedeutet, sie als Expertinnen ihrer Erfahrung ernst zu nehmen, ihre Gewalterfahrungen anzuerkennen, ihnen etwas zuzutrauen und gemeinsam für Sicherheit im Alltag zu sorgen. Zugleich begegnen wir ihnen parteilich im Sinne einer Solidaritätserklärung, die anerkennt, dass geschlechtsspezifische Gewalt kein individueller Schicksalsschlag, sondern ein gesellschaftliches Problem ist.

Zusammenhangswissen

Machtstrukturen und Diskriminierungen prägen den Alltag von Frauen und Mädchen. Dazu gehören zum Beispiel Diskriminierungen wegen des Geschlechts oder der Geschlechtsidentität, aufgrund von Rassismus, Klasse, ökonomischer Ungleichheit und Bildungsungerechtigkeit, wegen des Alters, der sexuellen Orientierung oder der Religion, aufgrund von Behinderungen, Aussehen, Nationalität oder des Familiennamens. Diese gesellschaftlichen Zusammenhänge beeinflussen das individuelle Erleben und die Folgen eines traumatischen Erlebnisses. Ob eine Frau beispielsweise nach einer Vergewaltigung Hilfe und Mitgefühl oder Schuldzuweisungen und Abwertung erfährt, ob und wie sie vom Täter abhängig ist, ob ihr geglaubt wird oder nicht, ob die Gewalt verharmlost wird – das alles bestimmt den Prozess der Traumatisierung mit und beeinflusst, wie die Gewalt verarbeitet werden kann.

Das Wissen um diese gesellschaftlichen Zusammenhänge kann die Verarbeitung von Gewalt vereinfachen oder erst ermöglichen. Wir betrachten die Folgen von Gewalt deshalb nicht isoliert, sondern ordnen sie gesellschaftlich und menschenrechtlich ein. Wir nutzen sozial- und geisteswissenschaftliche Erkenntnisse, um Mythen und Vorurteile zu entlarven. Wir betrachten geschlechtsspezifische Gewalt als Teil ungleicher Machtverhältnisse und als Teil eines Netzes unterschiedlicher Diskriminierungen.

Strukturarbeit

Neben der Beratung arbeiten wir auch an den Ursachen geschlechtsspezifischer Gewalt, an gesellschaftlichen Strukturen. Wir engagieren uns für den Abbau von Diskriminierungen und gesellschaftlichen Abhängigkeits- und Machtstrukturen und entwickeln Netzwerke für gewaltbetroffene Frauen und Mädchen. Zu diesem Teil der Arbeit gehören Fortbildungen, politische Arbeit, (Plakat-) Kampagnen und Präventionsarbeit. Diese Strukturarbeit wirkt einerseits auf der individuellen Ebene. Denn wenn es gelingt, Mitarbeiter*innen von Polizei und Ämtern zum Thema geschlechtsspezifische Gewalt fortzubilden, wenn es Präventionsveranstaltungen an Schulen und politische Veränderungen zum Schutz vor Gewalt gibt, dann profitiert davon jede*r Einzelne. Andererseits verstehen wir Strukturarbeit auch als Arbeit an den Ursachen, als das, was über die notwendige „Symptombehandlung“ hinausgehen muss, um gesellschaftliche Verbesserungen durchzusetzen. Zu sehen, dass etwas gegen die Ursachen getan wird, erleichtert Menschen auch den individuellen Umgang mit einer Gewalterfahrung.

Anerkennung der Gewalt

Es gibt unterschiedliche Herangehensweisen und Unterstützungsformen, um mit den Folgen einer Gewalterfahrung umzugehen. Einer der ersten und unbedingt notwendigen Schritte ist für uns die Wahrnehmung und Anerkennung der erlebten Gewalt.

Anerkennung in der Beratung

Viele von Gewalt betroffene Frauen und Mädchen erleben, dass ihre Geschichte infrage gestellt oder relativiert wird. Ihre Wahrnehmung wird angezweifelt oder abgestritten. Die Anerkennung der Gewalt ist jedoch eine wichtige Grundlage für die Verarbeitung.

Wenn die eigene Wahrnehmung von anderen Menschen zurückgewiesen wird, entsteht soziale Isolation. Diese wird häufig als eine der schmerzhaftesten Folgen von Gewalt beschrieben. Zugleich wird der Zweifel an der eigenen Wahrnehmung verstärkt und die Verletzung wiederholt: „Stell dich nicht so an, es ist doch gar nicht so schlimm.“ Die räumliche und soziale Isolation, die zum Beispiel durch Krankenschreibungen, Klinikaufenthalte oder Wohnortwechsel entstehen kann, wird dadurch verschärft.

In der Beratung erkennen wir die Gewalterfahrung vorbehaltlos an. Indem wir geschlechtsspezifische Gewalt als Menschenrechtsverletzung einordnen, nehmen wir Betroffene wieder in die soziale Gemeinschaft auf. Wir glauben ihnen und benennen die Gewalt als Unrecht. So wird es möglich, das Erlebte zu realisieren und dann zu verarbeiten. Zugleich wird die soziale Isolation durchbrochen. Frauen und Mädchen erleben: „Hier wird mir geglaubt. Ich bin kein Alien. Andere haben Ähnliches erlebt.“

„Die Beraterinnen haben mir uneingeschränkt geglaubt, was wirklich gutgetan und mir mehr Sicherheit gegeben hat. Das ist vor Gericht nicht selbstverständlich. Warum ist das so wichtig? Ich habe gezweifelt an mir, an dem, was ich erlebt habe.“

„Ich habe auch schon erlebt, dass Therapeuten das dann zum Beispiel nicht fassen können. Das ist eine sehr, sehr unschöne Erfahrung. Man hat selber damit unglaublich viel zu tun. Das Schöne an einer Beratungsstelle ist: Man kommt dahin und die Person glaubt einem, keine Geschichte ist zu seltsam.“

„Sehr häufig wird der Betroffenen die Anerkennung unter anderem auch von nahestehenden Menschen verweigert. Dies führt zu dem Gefühl einer großen Einsamkeit. Manchmal erleben die betroffenen Frauen in der Beratung zum ersten Mal, dass die Gewalterfahrung anerkannt wird, und dies führt meistens zu einer großen Erleichterung.“

Anerkennung versus gesellschaftliche Mythen

Gesellschaftliche Mythen über Geschlecht und über Gewalt gegen Frauen haben einen entscheidenden Anteil daran, dass gewaltbetroffenen Frauen nicht geglaubt wird. Wer die Mythen durchschaut, kann sie zurückweisen und besser damit umgehen.

„Sie geht doch eh mit jedem ins Bett.“ „Sie hätte keinen Alkohol trinken dürfen.“ „Sie hat ihn bestimmt provoziert.“ „Mit so einem kurzen Rock braucht sie sich nicht zu wundern.“ Oder auch: „Ihm ist eben mal die Hand ausgerutscht.“ „Er war nur betrunken.“ „Er will halt mit seiner Ehefrau Sex haben.“ Die Liste der Mythen und Vorurteile, die Täter entschuldigen und Frauen die Verantwortung zuschieben, ist lang. Diese Mythen beeinflussen die Selbst- und Fremdwahrnehmung und erzeugen Rechtfertigungsdruck. Sie behindern die Anerkennung der Gewalt. Sie können auch dazu führen, dass Grenzverletzungen und Gewaltsituationen als „normal“ wahrgenommen werden, als etwas, das eben ausgehalten werden muss.

In der Beratung wissen wir um solche Mythen und reflektieren sie gemeinsam mit den betroffenen Frauen und Mädchen. Durch dieses Zusammenhangswissen werden sie von Schuldgefühlen und falschen Zuschreibungen entlastet. Auch die Stigmatisierungen, die Abwehr und die ungläubigen Reaktionen von Freund*innen und Bekannten können dann thematisiert und bearbeitet werden.

„Das ist ein Riesenthema, gerade beim Thema Vergewaltigung: Was hat die Frau denn dazu getan? Hatte sie einen kurzen Rock an? Hatte sie einen tiefen Ausschnitt? Ach, wie spät war es denn? Warum läuft sie da alleine rum? Also das ist schon fast wie eine Generalverurteilung in den Köpfen gewesen.“

„Frauen, die die Beratung aufsuchen, ist manchmal nicht bewusst, dass sie überhaupt Gewalt erfahren. Die Gewalt ist für sie so etwas Alltägliches, dass sie gar nicht als solche erkannt wird. Viele Frauen sind erleichtert oder schöpfen Mut, wenn sie in der Beratung erfahren, dass das, was ihnen angetan wird, Gewalt ist.“

„In einer Fortbildung für Lehrerinnen und Lehrer sagte eine Teilnehmerin: ‚Die jungen Mädchen ziehen sich aber auch freizügig an heutzutage!‘ Entgegnung: ‚Ach, du meinst, wenn das Mädchen ein bauchfreies T-Shirt anhat, dann ist das eine Einladung, dass sie Gewalt erleben möchte, dann kann der Täter nichts dafür?‘ Daraufhin gab es eine sehr spannende offene Debatte über Sexismus und über noch immer ungleiche Rollenbilder in unserer Gesellschaft.“

Anerkennung und Öffentlichkeitsarbeit

Öffentlichkeitsarbeit und Kampagnen machen das Thema geschlechtsspezifische Gewalt in der Gesellschaft sichtbar. Sie sind damit eine Form gesellschaftlicher Anerkennung des erlebten Unrechts. Sie erleichtern es, Gewalt zu benennen, und stellen Mythen zu Gewalt infrage.

Plakate gegen Gewalt in Partnerschaften, Informationen zu Stalking oder Zeitungsinterviews zu K.-o.-Tropfen schaffen Sichtbarkeit und erweitern den Bereich dessen, was ausgesprochen und geglaubt werden kann. Diese Sichtbarkeit bildet ein Gegengewicht zu der im sozialen Nahraum und von Institutionen wie Polizei, Staatsanwaltschaft oder Jugendämtern oft verweigerten Anerkennung der erlebten Gewalt. Das erleichtert es Betroffenen, das eigene Erleben einzuordnen, zu benennen und sich Hilfe zu holen. Zugleich beeinflussen Kampagnen zum Thema Gewalt gegen Frauen und Mädchen das Verhalten von Angehörigen, Freund*innen und Kolleg*innen, deren Reaktionen einen großen Einfluss auf die Schwere und den Verlauf des traumatischen Prozesses haben.

Gute Kampagnen beziehen vielfältige Erfahrungen und Stimmen ein und gehen sensibel mit der Wirkung von Sprache und Bildern um. Sie zeigen von Gewalt betroffene Menschen als handlungsfähig und nicht als ohnmächtige „Opfer“, sie entkräften gesellschaftliche Mythen, statt sie zu

verstärken. Fachberatungsstellen als Herausgeber solcher Materialien zeigen damit auch öffentlich, dass sie die erlebte Gewalt und ihre Folgen anerkennen, und erleichtern Betroffenen so den Schritt zur Beratung.

„Ein Beispiel ist die Kampagne des bff zur Reform des Sexualstrafrechts, ‚Nein heißt Nein‘. Sie war für viele von Gewalt betroffene Frauen sehr wichtig. Die Klientin erfährt: Es ist nicht nur die persönliche Meinung meiner Beraterin, dass ich keine Schuld trage, sondern sie ist Teil eines großen Netzes von Menschen, die genauso denken.“

Hintergrund: Der bff führte von 2014 bis 2016 die Kampagne „Vergewaltigung verurteilen – Nein heißt Nein!“ durch. Ziel war es, dass auch sexuelle Handlungen unter Strafe gestellt werden, die gegen den Willen einer Person, aber ohne Gewaltanwendung ausgeübt werden.

„Die jahrelange feministische Öffentlichkeitsarbeit hat erheblich dazu beigetragen, dass es 2016 endlich eine Reform des Sexualstrafrechts und damit eine klare Ächtung von vielen zuvor straflosen Formen sexualisierter Gewalt gab. Die vom bff und anderen geäußerte Kritik an der rassistischen Aufladung und Instrumentalisierung des Themas wurde jedoch in der öffentlichen Debatte komplett missachtet.“