

# Eine zerrissene Welt, in der nichts stimmt

## Wie häusliche Gewalt das Leben von Frauen und Kindern zerstört – Berichte aus dem Innenleben

**Osnabrück (nak)** Häusliche Gewalt zerstört das Leben von Frauen und Kindern. Psychologischer Druck, totale Kontrolle, Demütigungen und oft genug massive körperliche Gewalt hinterlassen Verletzungen, die nur schwer wieder heilen.

Alle 2,5 Tage stirbt in Deutschland eine Frau an den direkten Folgen häuslicher Gewalt. 1150 Fälle von häuslicher Gewalt gab es 2017 in Stadt und Landkreis Osnabrück. Hier gibt es ein professionelles System bestehend aus Hilfsangeboten für Betroffene sowie Aufklärungs- und Präventionsangeboten. Die ON-Weihnachtsaktion „Gemeinsam gegen häusliche Gewalt“ will diese Projekte unterstützen und das Thema aus der Tabuzone holen. Helfen auch Sie!

Endlich weg von dem Mann, der sie kontrolliert, gedemütigt und gepeinigt hat. Endlich ein sicheres, eigenes Leben, endlich eine eigene Wohnung. Aber die Vergangenheit hat sie fest im Griff: „Es darf nicht höher als der erste Stock sein. Sonst bekomme ich Panik in der Nähe der Fenster – er hat mich damals aus dem Fenster gehalten und gewürgt“, erzählt die Frau, die eine Wohnung sucht. „Das ist kein Einzelfall“, erklärt Kornelia Krieger von der Osnabrücker Frauenberatungsstelle, die diese Frau begleitet. „Nach Erfahrungen mit häuslicher Gewalt folgt oft eine lange Zeit der Therapie und auch dann bleiben häufig Wunden, die nie mehr heilen.“ Es kann der Geruch eines Rasierwassers sein, Geräusche oder Worte, welche



Besonders leiden Kinder unter häuslicher Gewalt.

Thomas-Osterfeld-Fotos

die Opfer noch Jahre später in Panik versetzen.

Das ist schwer auszuhalten – für sie selbst aber auch für ihr Umfeld, Freunde oder neue Partner. „Die Gewalt hat mir alles genommen: Meine wirtschaftliche und gesellschaftliche Sicherheit, meine Sozialkontakte, meine Träume, mein Selbstvertrauen und das Gefühl für meinen Körper“, fasst eine Frau ihre Erlebnisse zusammen. Um sexuelle Demütigungen und Gewalthandlungen überhaupt aushalten zu können, spalten viele Opfer das Erlebte ab, beamen sich quasi aus der Situation weg. Nach einer Trennung dauert es lange, bis

sie wieder ein Gefühl für den eigenen Körper entwickeln, Nähe und Gefühle zulassen können. Nicht nur die Frauen,

sondern auch die Kinder, die in ihren Familien Zeugen von Gewalt werden, leiden – auch wenn sie selbst nicht geschlagen oder gedemütigt werden.

Die Kinder leben in einer zerrissenen Welt, in der nichts mehr stimmt: Der geliebte Vater wird zum Gefürchteten, die Mutter zum Opfer. „Ich war immer hin- und hergerissen. Ich wollte sie verteidigen und trösten und dachte aber auch, warum lässt sie sich das gefallen?“, sagt ein Junge, der jahrelang die Gewalt des Vaters gegen die Mutter mit angesehen hat. Er erinnert sich auch, dass er sich nicht traute, Freunde

nach Hause mitzubringen: „Sie sollten auf keinen Fall sehen, was bei uns los ist. Man wusste ja nie, wann er wieder austickt.“

Die Kinder geraten so in die Isolation – das dauernde Aufrechterhalten des Bildes von der heilen Familie zehrt an den Nerven. „Einige Kinder ziehen sich zurück, andere werden aggressiv, wieder andere geben sich sogar selbst die Schuld an der Situation zu Hause“, so die Erfahrungen von Heike Bartling, Leiterin der Biss-Stelle im Landkreis Osnabrück. Was den Opfern helfen kann: „Im Frauenhaus und in Gesprächsgruppen erleben wir oft, dass Frauen, die ähnliche Erfahrungen teilen, sich das erste Mal seit langem frei und sicher fühlen. Manche solidarisieren sich, helfen einander beim Neuanfang.“

Wichtig ist, dass die Frauen, aber auch die Kinder, langsam wieder in das „normale“ Leben zurückfinden, eigene Interessen entdecken, neue Kontakte knüpfen: „Wir unterstützen die Kinder und Frauen dabei. Vor allem wenn sie den Wohnort wechseln mussten, ist ein Neuanfang ohne Freunde, Familien und Bekannte schwer. Wir vermitteln Adressen und Termine für Gruppentreffs oder Sportvereine und begleiten die Kinder, damit der Neustart in ein gewaltfreies Leben gelingen kann.“ Die ON-Weihnachtsaktion „Gemeinsam gegen häusliche Gewalt“ wird mit den Spenden der ON-Leser unter anderem diese Hilfsangebote für Opfer unterstützen. Bitte helfen Sie mit!

**GEMEINSAM  
GEGEN HÄUSLICHE GEWALT**

**ON OSNABRÜCKER  
NACHRICHTEN  
WEIHNACHTSAKTION**

## BITTE HELFEN SIE MIT!

Bitte überweisen Sie Ihre Spenden auf das ON-Konto bei der Sparkasse Osnabrück

**IBAN: DE82 2655 0105 0000 0247 11**

**SWIFT: NOLADE22**

**Kennwort: Gemeinsam gegen häusliche Gewalt**

Wir möchten das Thema häusliche Gewalt aus der Tabuzone herausholen. Ihre Spenden tragen Sie dazu bei, dass Hilfsangebote ausgebaut werden und nötige Aufklärung frühzeitig stattfinden kann!

**Spender, die nicht genannt werden wollen:** Bitte „Keine Veröffentlichung“ bei der Überweisung ergänzen. **Spendenquittungen (ab 50 Euro)** werden am Ende der Aktion von der Diakonie Osnabrück ausgestellt, hierfür **bitte unbedingt vollständige Anschrift** bei der Überweisung angeben!



Kinder vertrauen sich oft nur ihrem Tagebuch an.