

Männer, die Frauen schlagen

Uwe Füllgrabe, Diplom-Psychologe, Psychologieoberrat
Bildungsinstitut der Polizei Niedersachsen, Hann.Münden

□ 1. Die Analyse von Partnerschaftsverhalten

Jacobson und Gottman (1998) verglichen 83 Paare, in deren Beziehung Gewalt vorkam, mit einer Kontrollgruppe von Paaren, die gleichermaßen mit ihrer Beziehung unzufrieden waren, aber keine Gewalt ausübten.

Der Vorteil dieser Untersuchung liegt darin, dass die Häufigkeit und die Intensität der Gewalt nicht durch Selbstberichte erfasst wurde, sondern im Labor durch

- Verhaltensbeobachtungen
- Elektroden am Körper (zur Erfassung von Herzschlag und anderer physiologischer Reaktionen).

Bei der genauen Analyse von Streitigkeiten konnten Jacobson und Gottman (1998) einige interessante Feststellungen machen:

1. Sie waren nicht in der Lage, vorherzusagen, wann die Männer die Grenze zur Gewalt überschritten. Obwohl gefühlsmäßiger Missbrauch oft körperlicher Gewalt vorausgeht, trat er so häufig in der Beziehung auf, dass er nicht als genaues Warnsignal dienen konnte.
2. Die geschlagenen Frauen hatten keine Einflussmöglichkeiten darauf, dass gefühlsmäßiger Missbrauch nicht in körperlichen Missbrauch umschlug. Die Frauen in dieser Studie wurden nicht passiv oder unterwürfig. Selbst wenn die Schläger auf Alltagsforderungen mit gefühlsmäßigem Missbrauch reagierten, antworteten die Frauen typischerweise ruhig und mit Bestimmtheit. Sie wollten soviel Normalität wie möglich in ihr Leben bringen, und sie wollten nicht ihren Traum vom Familienleben, das sie wünschten, aufgeben.

Niemals konnten die Untersucher hören, dass ein Schläger etwas sagte wie „Das ist ein guter Gesichtspunkt“ oder „Ich dachte niemals daran“ – Kommentare, die Männer und Frauen gelegentlich während eines Streites sagen. Statt dessen beobachteten sie, dass die Schläger aggressiver wurden, sobald die Frauen sich selbst behaupteten. Als eine Frau ihren Mann herausforderte, reagierte der Mann mit Gewalt, um seine Dominanz aufrechtzuerhalten, gleichgültig, was es kostete.

Vermutlich besteht der entscheidende Unterschied der Streitigkeiten zwischen Schlägern und Gewaltfreien darin, dass Gewaltfreie ein „Rückzugsritual“ haben. Dabei stoppt an einem Punkt der Eskalationsprozess, oder er wird schwächer. Einige Paare machen eine Pause, andere schließen einen Kompromiss, noch an-

dere machen beides.

Bei gewalttätigen Paaren sind die Frauen sofort bereit, zu dem Zeitpunkt zu stoppen, wo sie die Gefahr verspüren; aber sobald die Ehemänner „aktiviert“ sind, folgt die Gewalt. Wenn Streitlust und Geringschätzung während eines Streits sich mit Versuchen verbanden, die Frau niederzureden, das Verhalten der Frau zu kontrollieren oder zu dominieren, war dies das Anzeichen dafür, dass der Schläger nahe daran war, die Linie der Gewalt zu überschreiten. Typisch dafür war z.B. bei einem Paar die Frage des Mannes, ob sie wirklich so dumm sei und der Versuch, sie dadurch zu dominieren, dass er ihr sagte, sie solle den Mund halten.

Sowohl im Labor als auch zuhause drückten die geschlagenen Frauen genauso viel Streitlust und Geringschätzung wie ihre Ehemänner aus. Wie die meisten Menschen wurden die Frauen ärgerlich, wenn sie beleidigt und erniedrigt wurden. Die Untersucher sahen, dass die Frauen viele Anstrengungen unternahmen, um ihren Ärger zu verbergen, aber er schimmerte doch durch.

In einer Reaktion auf den Artikel von Jacobson und Gottman (1998) kritisierte Daniel G. East, ein Eheberater, die Behauptung, dass Frauen fast niemals schlagen. Die Männer, die er behandelt und die Frauen geschlagen hatten, wurden – gemäß seiner Aussage – selbst von ihren Ehefrauen misshandelt. Dies stellte aber keine Reaktion der Frauen auf vorherige Gewalttätigkeit der Männer dar. (Psychology Today, Juli/August 1998, S. 8)

□ 2. Pitt Bulls und Kobras

Jacobson und Gottman (1998) fanden zwei Arten von Männern, die ihre Frauen schlagen.

1. Pitt Bulls (80 %)

Bei ihnen baut sich der Ärger allmählich auf. Sie werden immer aggressiver, bis sie schließlich angreifen.

Sie haben eine unerbittliche Verachtung für Frauen und sind trotzdem extrem abhängig von ihnen.

In vielen unglücklichen Familien ist es so: Sobald ein Partner (gewöhnlich die Frau) eine Veränderung wünscht, leistet der andere (gewöhnlich der Mann) Widerstand; und allmählich wird aus dem Vermeidungsverhalten ein Sichzurückziehen. Aber Pitt Bulls fordern oft **und** ziehen sich zurück. Man kann dies an den ständigen Forderungen von Don und Martha illustrieren. Alles, was Martha tat, war falsch. Sie musste alle ihre Handlungen sorgfältig überlegen, ihre Familie und ihre Freunde aufgeben, für all ihre Zeit Rechenschaft abgeben, Dons Eifersucht vermeiden und versuchen, das zu

befriedigen, was er seinen „kleinen Wunsch nach ein wenig Einfühlung“ nannte. Selbst wenn sie so vorsichtig war, als „ginge sie auf rohen Eiern“, wurde sie dafür angegriffen, dass sie eine „dumme Nutte“ sei. Don machte Martha für seine eigenen Bedürfnisse verantwortlich und bestrafte sie dafür, fast jeden Tag, an dem sie zusammen waren.

Durch diese Überprüfungen und diese ständigen Forderungen bauen Pitt Bulls Kontrolle auf. Kontrolle ist für diese Männer wichtig, weil sie genau fühlen, dass sie verlassen werden, wenn ihre Wachsamkeit hinsichtlich ihrer Frau nachlässt.

Eine besonders böartige Form der Kontrolle stellt das „Gaslicht-Phänomen“ dar (genannt nach dem Filmklassiker mit Charles Boyer und Ingrid Bergmann): die systematische Verleugnung der Realität der Wahrnehmungen und Erlebnisse der Frau. Als ein Mann seine Frau in Gegenwart eines Nachbarn schlug, leugnete er, dass er dies getan habe, indem er sagte, dass diese Art von Verhalten unvereinbar mit seiner Persönlichkeit sei und dass ihre Anschuldigungen des Missbrauchs aus ihrem eigenen gestörten Denken stamme. Obwohl ihr Gesicht noch von dem Schlag schmerzte, dachte sie, dass sie das alles vielleicht erfunden habe. Der Nachbar, ein Freund des Ehemannes, ging weg und sagte, dass er nichts gesehen habe. Diese Technik der Leugnung der Realität der Frau kann so wirkungsvoll sein, dass sie, wenn sie in Verbindung mit anderen Methoden zur Isolation der Frau von anderen Menschen benutzt wird, geschlagene Frauen veranlasst, an ihrem eigenen Geisteszustand zu zweifeln. Dies ist die extremste Form des Missbrauchs: Kontrolle über den Geist des Opfers zu gewinnen.

2. Kobras (20 %)

Wenn Menschen sich streiten, werden sie körperlich erregt: der Herzschlag wird intensiver, man schwitzt usw.

Aber bei einigen Schlägern stellten Jacobson und Gottman (1998) ein völlig anderes Muster fest: Sobald sie sprachlich aggressiver werden, wird die Herzschlagrate geringer. Wie eine Kobra, die ruhig wird und sich auf das Opfer konzentriert, bevor sie mit über 100 Meilen/ Stunde zuschlägt, beruhigen sich diese Männer innerlich und konzentrieren ihre Aufmerksamkeit, während sie dann blitzschnell auf ihre Frauen mit böartiger sprachlicher Aggression einschlagen.

Im Gegensatz zu den innerlich erregten Pitt Bulls, hatten die „ruhigen Schläger“ ihre Frau mit einem Messer oder einer Pistole bedroht oder dies angedroht. Die Kobras waren weitaus gefährlicher als die anderen Schläger. Während nur 3% der Pitt Bulls Gewalt außerhalb der

Ehe zeigten, traf dies auf 44 % der Kobras zu. Und während 33 % der Pitt Bulls eine Diagnose „antisoziale Persönlichkeit“ bekamen – eine lange Geschichte impulsiven kriminellen Verhaltens, Kindheitsepisoden von Lügen, Stehlen, Feuer legen und Grausamkeit gegen Tiere – traf dies für 90 % der Kobras zu.

Obwohl beide Gruppen starken Alkoholmissbrauch hatten, waren die Kobras weitaus mehr abhängig von illegalen Drogen wie Kokain und Heroin. Und sie waren gefühlsmäßig weniger mit ihren Frauen verbunden.

Kobras kommen häufiger aus chaotischen, gewalttätigen Familien (78 % - Pitt Bulls 51 %).

□ 3. Verringerung des aggressiven Verhaltens

Jacobson und Gottman (1998) beobachteten, dass nach 2 Jahren 54 % der Männer der gewalttätigen Gruppe ihre Gewalt verringerten. Doch dies darf nicht falsch interpretiert werden. Denn sobald man Kontrolle über eine Frau durch Schlagen gewonnen hat, kann die Kontrolle alleine schon durch beständigen gefühlsmäßigen Missbrauch mit gelegentlichem Schlagen aufrecht erhalten werden, als Erinnerung an das, was in der Ehe möglich ist.

Die Gewalt der Kobras war so schwerwiegend, dass es für sie einfacher als für die Pitt Bulls gewesen sein dürfte, Kontrolle alleine durch gefühlsmäßigen Missbrauch aufrechtzuerhalten. Nur 7 % der Schläger stoppten ihre Gewalttätigkeit völlig in den folgenden 2 Jahren. Es gab auch verschiedene Beispiele von Ehemännern, die ihre Gewalttätigkeit stoppten, wenn sie damit keinen Erfolg hatten, ihre Ehefrauen zu kontrollieren. George hörte damit auf, Vicky zu schlagen, sobald sie auf seine Rüpeleien mit eigenem Ärger reagierte.

□ 4. Warum die Frauen nicht weggehen

Obwohl es sehr viele Fälle geistiger Störungen, Drogenabhängigkeit, emotionalen Missbrauch und schwerer Gewalt in den Beziehungen von Kobras gab, war ein typisches Muster in diesen Beziehungen die Bindung der Frauen an diese Ehe. Während sich fast die Hälfte der Ehen der Pitt Bulls innerhalb der 2 Jahre auflösten, hatten nur 25 % der Frauen, die mit Kobras verheiratet waren, sie innerhalb von 5 Jahren verlassen. Diese Frauen erkannten nicht nur die Gefahr, die sich aus dem Versuch ergeben hätte, sie zu verlassen, sondern hatten oft auch eine starke Bindung an die Männer.

Aber warum fühlt eine Frau eine solch starke Bindung an einen gefährlichen Mann? Beispielsweise zeigte Vicky wie 80 % der Frauen von Kobras normale Werte bei einem Persönlichkeitstest. Aber sie beschrieb ihre Kindheit als „Kriegszone“, wo ihr Vater einen Tag abwesend und ungebunden war und dann plötzlich körperlich missbrauchend gegenüber Vickys Mutter und allen Kindern war. Sie lief von zu Hause fort, um ein besseres Leben zu finden. Aber als sie von George schwanger wurde, versuchte sie ihren Lebenstraum aufzubauen. Mit

ihrem flotten, neuen Ehemann würde sie schließlich das Heim haben, das sie schon immer wollte.

Aber als Vicky feststellte, dass ihr Traum von einer normalen, nicht missbrauchenden Beziehung mit George niemals Wirklichkeit würde, traf sie die Entscheidung, ihn zu verlassen.

Bei Vicky und anderen geschlagenen Frauen war das „Aufgeben eines Traumes“ der entscheidende Schritt zum Wechsel von Furcht zu Verachtung und führte zur Entschlossenheit, den Mann zu verlassen. Geschlagenen Frauen muss geholfen werden, „früher den Traum aufzugeben“. Und dieser Prozess sollte in Verbindung stehen mit einem sorgfältigen Sicherheitsplan und der Unterstützung durch einen erfahrenen Helfer.

Sobald Vicky ihren Sicherheitsplan umgesetzt hatte, der einschränkende Maßnahmen gegen George beinhaltete und Benachrichtigung an seinen Arbeitgeber, die Navy, stellte sie fest, dass George das Interesse an ihr verlor und auf neue Jagden ging.

Jacobson und Gottman (1998) stellten fest, dass mit Ausnahmen Kobras Frauen nicht verfolgen, die sie verlassen, außer wenn es einfach ist und wenig Mühe macht. Pitt Bulls sind das Gegenteil von Kobras: kurzfristig ist es einfacher, sie zu verlassen, aber langfristig schwieriger. Als z.B. Martha eine Probetrennung forderte, hatte Don wenig Probleme mit der Trennung, aber nach mehr als einem Monat begann er sie zu missbrauchen und ihr aufzulauern (stalking). Nach drei Jahren derartigen Verhaltens pochte Martha beständig und mit Kraft auf ihre Rechte. Sie ließ sich von ihm scheiden. Sie beendete ein letztes Gespräch mit ihm mit einem Schimpfwort und weigerte sich, mit ihm zu sprechen. Don hätte sie zu diesem Zeitpunkt töten können. Denn Pitt Bulls besitzen eine große Fähigkeit, die Realität zu verringern, zu verleugnen oder verzerrt wahrzunehmen. Und sie können sich selbst rechtfertigen für Stalking (Auflauern), beständigen Missbrauch und gelegentlich sogar Mord.

Aber Martha hatte Glück. Don ließ sie alleine, als klar war, dass sie nicht länger auf seine Drohungen reagieren würde. Zu diesem Zeitpunkt hatte sie beschlossen, dass sogar der Tod dem Verbleiben unter Dons Bann vorzuziehen war.

□ 5. Aus der Hölle heraus

Obwohl Jacobson und Gottman (1998, S. 84) ihre Arbeit auf Männer konzentrieren wollten, die ihre Frauen schlagen, stießen sie im Verlauf der Studie auf einfallreiche und mutige Frauen. Sie stellten fest, dass ihre Studie auch von dem tapferen Kampf geschlagener Frauen handelte. Diese Frauen begannen mit einem Traum und gerieten tatsächlich in die Hölle, und für einen Zeitraum schienen sie darin gefangen zu sein. Aber sie gaben nicht auf. Sie kämpften weiter. „Unser Hauptgrund für Optimismus ist der, dass viele von ihnen aus der Hölle auftauchten und lebten, um wieder zu lieben.“ (Jacobson und Gottman 1998, S. 84)

□ 6. Traumatische Bindungen

Gemäß einer Untersuchung von Dutton und Painter (Carpenter 1985) gehen geschlagene Ehefrauen mit den gleichen Erwartungen in die Ehe wie andere Frauen. Aber sie sind etwas toleranter gegenüber körperlicher Gewalt, weil sie mit größerer Wahrscheinlichkeit aus Familien mit einer Geschichte von Gewalt kommen. Die gewalttätigen Ereignisse beginnen typischerweise im ersten Ehejahr. Zunächst neigt die Frau dazu, sich selbst dafür verantwortlich zu halten. Sie denkt: Wenn ich anders gehandelt hätte, hätte der Ehemann nicht zur körperlichen Gewalt gegriffen.

Die ersten gelegentlichen Angriffe kommen selten und sind gewöhnlicherweise nicht so schwer wie die späteren. Weil der Ehemann gewöhnlicherweise später reuig ist, kann die Ehefrau seine Gewalt als Anomalie ansehen. Diese Illusion löst sich auf, wenn die Angriffe häufiger werden; aber mit der Zeit, wo der Frau klar geworden ist, dass die Schläge ein gefährlicher und beständiger Teil ihrer Ehe sind, hat sie bereits starke Bindungen an ihren Ehemann entwickelt.

Mit einem theoretischen Ansatz – einem Modell des sozialen Lernens – kann die traumatische Bindung erklärt werden.

Nach dem Schlagen ist die Frau verletzt und erschöpft. Sie fühlt sich sowohl verletzt als auch abhängig. Der Schläger fühlt sich oft schuldig und versucht, eine Verbesserung der Situation zu erreichen, indem er besonders liebevoll ist. Sie akzeptiert diesen Trost, weil sie so wenige Ressourcen, körperliche oder emotionale, hat. Eine geschlagene Frau entwickelt Bindungen mit der wärmeren Seite des Ehemannes, die noch einige ihrer Bedürfnisse, geliebt und umsorgt zu werden, befriedigt.

Auch ein Machtunterschied trägt zur traumatischen Bindung bei. Sobald wiederholte Gewaltereignisse die Selbstachtung der Frau verringern, verliert sie die Hoffnung, ihre Situation ändern zu können. Dieses Gefühl der Hilflosigkeit, begleitet von Depression, verschärft nur ihr Gefühl von Isolation und Abhängigkeit von ihrem Ehemann, und ein Teufelskreis ist entstanden.

Die Situation wird gewöhnlicherweise durch die finanzielle Abhängigkeit der Frau verschlimmert. Wenn die Frau schließlich die Beziehung aufgibt, liegt dies an der Angst für ihr eigenes Leben und das ihrer Kinder.

Aber es ist einfacher, wegzugehen als wegzubleiben. Oft kehrt eine geschlagene Frau nach Hause zurück. Die Bindungen an den Partner sind noch stark, und oft hat er sie mit Geschenken überschüttet mit Versprechungen einer rosigen Welt, sobald sie zurückkehrt. Eine geschlagene Frau benötigt zu diesem Zeitpunkt professionelle Unterstützung und Verständnis.

□ 7. Ein Anti-Gewalt Trainingsprogramm für Männer, die ihre Frauen schlagen

Die Ausfallquoten nach Trainingsprogrammen für Männer, die ihre Frauen schlagen, beträgt

in den USA 50 %. (Psychology Today 1998)
 Der Psychologe Steven Stosny berichtet dagegen, dass nach seinem Programm 86 % den körperlichen Missbrauch aufgaben und 73 % den verbalen und emotionalen Missbrauch. Sein Programm begründet sich auf die Vorstellung, dass die meisten Schläger Bindungen nicht aufrechterhalten können, und deswegen mit Gefühlen von Schuld, Scham und Verlassenheit überflutet werden, die sie mit Gewalt regulieren.
 Stosny lehrt eine 5-Schritte-Technik mit dem Namen HEALS.

1. Heal (Heilen):
 Zunächst wird mit dem Konzept von Heal (Heilen) begonnen. Die Klienten lernen, dass Schuldzuweisung kraftlos ist, Mitgefühl aber wahre Macht darstellt und die Fähigkeit zum Heilen hat.
2. Explain (Erkläre):
 Mach dir klar, was den verletzenden Kern, den der Ärger maskiert, ausmacht: sich bedeutungslos, übersehen, schuldig, abgewertet, zurückgewiesen, machtlos und ungeliebt zu fühlen. Alle missbrauchenden Verhaltensweisen werden durch diese Kernverletzungen motiviert.
3. Apply (Anwenden):
 Wende Selbstmitgefühl an. Z.B. wenn deine Frau dich einen gehirnlosen Trottel nennt und du fühlst, dass sie dich nicht liebt. Du möchtest sie dafür bestrafen, um dich daran zu erinnern, dass du ungeliebt bist. Den Männern wird dann gelehrt, dieses Kerngefühl durch Selbst-Mitgefühl zu ersetzen: „Sie fühlt sich ungeliebt, aber sie liebt mich noch. Mein Instinkt könnte mich veranlassen, sie eine schmutzige Schlampe zu nennen. Aber sie sagte das, was sie sagte, weil sie sich verletzt fühlte und sich schlecht fühlte.“
4. Dann bewege dich in einem Gefühlszu-

stand von Love (Liebe), für dich und deine Frau.

5. Und schließlich löst man das Problem (Solve = Problemlösung), indem man seine eigene Position darstellt, ohne die andere Person zu beschuldigen oder anzugreifen. Man sagt: „Ich mag dich, aber ich habe ein Problem damit, dass du mich einen hirnlosen Trottel genannt hast.“ Man heilt seine Kernverletzungen durch Liebe und nicht durch Ärger.

Stosny nennt dies: Mr. Hyde daran zu erinnern, was Dr. Jekyll lernte. Diese Männer müssen gefühlsmäßiges Regulieren lernen und die Belohnungen, die sich aus Veränderungen ergeben, die auf Mitgefühl gegründet sind. Sie werden gebeten, sich an einen Vorfall zu erinnern, der sie wütend machte, den Ärger erneut zu fühlen und den Stufen des HEALS-Programm vier Wochen lang 12 mal am Tag zu folgen. Dies soll wie eine Impfung wirken. Man fühlt die Kernverletzung 5 Sekunden lang zum Zeitpunkt, wo man übt und entwickelt dann eine Immunität dagegen.

Warum ist die Ausfallrate so gering?
 Stosny antwortete auf diese Frage: „Es ist ein 12-Wochenprogramm, und wenn sie ihre Hausaufgaben nicht machen, gehen sie ins Gefängnis. Ich sage auch: „Wenn Sie sich bezüglich sich selbst nicht besser fühlen, erhalten Sie Ihr Geld wieder zurück. Sie mögen sich lieber, wenn Sie mitfühlend sind. Ich habe mehr als 1200 Missbraucher während meiner Karriere behandelt, und selbst die Antisozialsten – gleichgültig, wie gerechtfertigt sie sich zu diesem Zeitpunkt fühlten – fühlten sich niemals stolz, wenn sie jemand verletzten, den sie liebten. In unserer Gruppe geht es darum, stolz zu werden.“ (1998, S. 64)

Bei Drogenbenutzern wird gleichzeitig eine Drogentherapie durchgeführt. Obwohl Drogengebraucher und Alkoholiker die Erfolgs-

quote verschlechtern – sie sind für 98 % der Rückfallrate verantwortlich – ist dies wichtig, weil eine Person irritierbar wird, wenn sie von einer Droge wekommt. Deshalb benötigen sie zunächst einige gefühlsregulierende Techniken.

Soziopathen – wie die von Jacobson und Gottman beschriebenen – haben keine Angst vor dem Justizsystem und sie kommen gewöhnlicherweise nicht zu einer Behandlung. Wenn sie aber in Behandlung kommen, lernen sie kein Mitgefühl, sondern Regulationstechniken, um nicht wütend zu werden.

Während sich viele Trainingsprojekte damit beschäftigen, wie Dominieren häusliche Gewalt erzeugt, sagt Stosny: Die entscheidende Variable besteht darin, dass die Kultur Männern nicht lehrt, ihre negativen Gefühle zu regulieren oder Vertrauen, Mitgefühl und Liebe aufrechtzuerhalten.

Jungen wird gelehrt, verletzbare Gefühle zu unterdrücken, und sie entwickeln kein emotionales Vokabular.

Wenn man aber nicht Traurigkeit von Einsamkeit, von Enttäuschung, von Zurückweisung, von Abgewertet werden, unterscheiden kann, werden die negativen Gefühle leicht überladen. Und das stärkste Gefühl ist Ärger.“ (S. 81)
 Stosny warnt auch ausdrücklich vor der Vorstellung vom „Krieg der Geschlechter“: Indem man den Schläger dämonisiert, wird er noch isolierter.

□ Literatur:

Carpenter, E.: Traumatic bonding and the battered wife. Psychology Today, June 1985, S. 18
 Jacobson, N.S. und Gottman, I.M.: Violent Relationship. Psychology Today, March/April 1998, S. 60 – 65, 81, 82, 84
 Psychology Today: Can batterers just stop? (Interview mit Dr. Steven Stosny) Psychology Today, March/April 1998, S. 63, 64, 81