

Gewalterfahrungen im Elternhaus – Auswirkungen auf die Beziehungsfähigkeit, sowie auf die psychische und physische Gesundheit. Beitrag einer eigenen Forschung zu relevanten aktuellen Fragestellungen

Henrik Prestin, Olivia Kiedaisch, Annika Meuser, Lena Haupt, Lilith Malin Kühn, Jorge Guerra González (Koord)
Januar 2026

[Experiences of violence in the parental home – effects on relationship capacity as well as on mental and physical health. Contribution of original research to relevant current research questions]

Henrik Prestin, Olivia Kiedaisch, Annika Meuser, Lena Haupt, Lilith Malin Kühn, Jorge Guerra González (Coord)
January 2026

HUB e.V.

Verein zur wissenschaftlichen Erkenntnisgewinnung
hin zu einer Kindeswohlorientierten Nachhaltigkeit

Association for the acquisition of scientific knowledge
towards child-oriented a sustainability

No. 14

Schriftenreihe

Kindeswohl und Soziale Nachhaltigkeit

ISSN 2944-8352

Gewalterfahrungen im Elternhaus – Auswirkungen auf die Beziehungsfähigkeit, sowie auf die psychische und physische Gesundheit. Beitrag einer eigenen Forschung zu relevanten aktuellen Fragestellungen

Jil Vormelker, Marie Langmann, Dennis Frey, Sophie Lundershausen, Melissa Yildirim, Max Börner, Jorge Guerra González (Koord). Januar 2026

Zusammenfassung:

[Der vorliegende Aufsatz untersucht die Auswirkungen von Gewalterfahrungen im Elternhaus auf die Beziehungsfähigkeit sowie auf die psychische und physische Gesundheit der Betroffenen. Mithilfe eines Mixed-Methods-Ansatzes werden qualitative Interviews und eine quantitative Umfrage kombiniert, um subjektive Erfahrungen und langfristige Folgen emotionaler, verbaler und physischer Gewalt zu erfassen. Die Ergebnisse zeigen, dass Gewalt in der Kindheit häufig mit Vertrauensproblemen, Bindungsschwierigkeiten und Einschränkungen in der Gestaltung stabiler zwischenmenschlicher Beziehungen im Erwachsenenalter einhergeht. Zudem weisen Betroffene ein erhöhtes Risiko für psychische Erkrankungen wie Depressionen, Angststörungen und psychosomatische Beschwerden sowie für stressbedingte körperliche Gesundheitsprobleme auf. Besonders deutlich wird die kumulative Wirkung verschiedener Gewaltformen sowie deren intergenerationelle Weitergabe. Gleichzeitig erweisen sich soziale Unterstützung und therapeutische Interventionen als zentrale Schutzfaktoren, die negative Folgen abmildern können. Insgesamt verdeutlicht die Studie den dringenden Bedarf an Prävention, frühzeitiger Intervention und einer Stärkung von Kinderschutz- und Familienhilfesystemen.]

Schlüsselwörter: [Gewalt im Elternhaus; Kindheitserfahrungen; Beziehungsfähigkeit; psychische Gesundheit; physische Gesundheit; emotionale und verbale Gewalt; Resilienz; soziale Unterstützung; Prävention; Kinderschutz]

Summary:

[This paper examines the impact of experiences of violence in the parental home on individuals' relationship capacity as well as their mental and physical health. Using a mixed-methods approach, the study combines qualitative interviews with a quantitative survey to capture subjective experiences and long-term consequences of emotional, verbal, and physical violence. The findings indicate that exposure to violence in childhood is strongly associated with impaired trust, attachment difficulties, and challenges in forming stable interpersonal relationships in adulthood. Furthermore, affected individuals show an increased risk of mental health problems such as depression, anxiety disorders, and psychosomatic symptoms, as well as stress-related physical health issues. The results highlight the cumulative effects of different forms of violence and their intergenerational transmission. At the same time, social support and therapeutic interventions emerge as key protective factors that can mitigate negative outcomes. Overall, the study underscores the urgent need for prevention, early intervention, and improved support systems within child protection and family welfare structures.]

Key Words: [Violence in the parental home; childhood adversity; relationship capacity; mental health; physical health; emotional and verbal abuse; resilience; social support; prevention; child protection]

VidPR:

HUB e.V. Salzstr. 1, 21335 Lüneburg

Editorial office:

Dr Jorge Guerra González

Correspondence:

Dr Jorge Guerra González, Salzstr. 1, 21335 Lüneburg, kontakt@jorgeguerra.de

1. Abstract

Gewalterfahrungen im Elternhaus stellen einen zentralen Risikofaktor für die psychosoziale Entwicklung von Kindern und Jugendlichen dar und können langfristige Auswirkungen bis ins Erwachsenenalter entfalten. Die vorliegende Studie untersucht die Zusammenhänge zwischen emotionaler, verbaler und physischer Gewalt im Elternhaus und deren Einfluss auf die Beziehungsfähigkeit sowie auf die psychische und physische Gesundheit der Betroffenen. Methodisch basiert die Untersuchung auf einem Mixed-Methods-Design, das qualitative leitfadengestützte Interviews (n = 10) mit einer quantitativen Online-Befragung (n = 112) kombiniert.

Die Ergebnisse zeigen eine hohe Prävalenz emotionaler und verbaler Gewalt sowie eine häufige Kumulation mehrerer Gewaltformen. Gewalterfahrungen gehen mit ausgeprägten Vertrauens- und Bindungsschwierigkeiten, eingeschränkter Beziehungsfähigkeit sowie einem erhöhten Risiko für psychische Belastungen wie depressive Symptome, Angststörungen, psychosomatische Beschwerden und stressassoziierte körperliche Beeinträchtigungen einher. Die qualitative Analyse verdeutlicht zudem, dass Gewalt häufig bereits in frühen Lebensjahren beginnt und langfristig das Selbstbild, die Emotionsregulation und das Beziehungserleben prägt. Hinweise auf intergenerationelle Weitergabemuster konnten ebenfalls identifiziert werden.

Soziale Unterstützung und therapeutische Interventionen erweisen sich als potenziell protektive Faktoren, wenngleich deren Nutzung uneinheitlich erfolgt und staatliche Familienhilfesysteme von Betroffenen nur selten in Anspruch genommen werden. Insgesamt unterstreichen die Befunde den dringenden Bedarf an frühzeitiger Prävention, rechtlicher und fachlicher Sensibilisierung für nicht-physische Gewaltformen sowie an niedrigschwelligen, gut zugänglichen Unterstützungsangeboten im Kinderschutz- und Familienhelfersystem.

2. Inhaltsverzeichnis

1. Abstract	3
2. Inhaltsverzeichnis	4
3. Abbildungsverzeichnis	5
4. Einleitung	6
5. Definitionen emotionale, verbale und physische Gewalt	7
Exkurs: Juristische Betrachtung	8
6. Fragestellungen	10
7. Stand der Wissenschaft	11
8. Ziele der Forschung	13
9. Hypothesen	15
10. Methodik	17
a. Qualitative Interviews	17
b. Quantitative Umfrage	18
11. Ergebnisse	18
12. Diskussion der Ergebnisse	21
1.1.1 Hohe Rate an emotionaler und verbaler Gewalt	22
1.1.2 Gewaltformen und ihre Verknüpfungen	22
1.1.3 Gelegentliche Bestrafungen im Haushalt	23
1.2 Teil 2: Vertiefende Betrachtungen der Gewaltformen und Konsequenzen	24
1.3 Teil 3: Präventionsmaßnahmen und gesellschaftliche Strategien	26
13. Hypothesenprüfung	28
a. Hypothese 1	28
b. Hypothese 2	40
14. Quellenangaben (Auswahl)	45
15. Anhang	46
14.1 2GEF01	46
14.2 2GEF02	54
14.3 2GEF03	61
14.4 2GEF04	69
14.5 2GEF05	75
14.6 2GEF06	81
14.7 2GEF07	87
14.8 2GEF08	91
14.9 2GEF09	98
14.10 2GEF10	103

3. Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1 Auswirkungen auf Beziehungen	20
Abbildung 2 Korrelation zwischen Belastungsstufe und Auswirkungen	21
Abbildung 3 Allgemeine Auswirkungen der häuslichen Gewalt	22
Abbildung 4 Auswirkung auf Entwicklung von Gewalterfahrungen	22
Abbildung 5: Erfahrung von physischen Gewalt	23
Abbildung 6: Therapeutische Unterstützung	23
Abbildung 7: Bewertung der Beziehung zur Mutter	31
Abbildung 8: Bewertung Beziehung zum Vater	31
Abbildung 9: Alter bei erster Gewalterfahrung	32
Abbildung 10: Art der Gewalterfahrung	34
Abbildung 11: Häufigkeit der erlebten Gewaltarten (verbal, körperlich, emotional)	35
Abbildung 12: Bindung zu Bezugspersonen und aktueller Kontakt zu Bezugspersonen - Mittelwertevergleich	35
Abbildung 13: Proband*innen Antworten zur Frage: "Ermüden Sie schnell?"	39
Abbildung 14: Schlafstörungen - Selbstbericht	39
Abbildung 15: Rückenschmerzen - Selbstbericht	40
Abbildung 16: Nackenschmerzen - Selbstbericht	40
Abbildung 17: Schulterschmerzen - Selbstbericht	41
Abbildung 18: „Ganzer Körper verkrampft“ - Selbstbericht	41
Abbildung 19: „Den ganzen Tag müde und zerschlagen“ - Selbstbericht	42
Abbildung 20: „Haben Sie sich in späteren Jahren Unterstützung gesucht, wie z.B. Therapie?“	44

4. Einleitung

Mit dieser Arbeit sollen die Auswirkungen von Gewalterfahrungen im Elternhaus auf die Beziehungsfähigkeit sowie auf die psychische und physische Gesundheit erforscht werden. In diesem Bericht werden die Forschungsinhalte sowie die Analyse der Ergebnisse dargestellt.

Gewalt im eigenen Elternhaus ist ein gesellschaftlich relevantes Problem, welches tiefgreifende Auswirkungen auf die betroffenen Kinder und Jugendliche hat. Sie verursacht nicht nur körperliche Verletzungen, sondern kann auch langfristige psychische Traumata hinterlassen (Murray et al., 2002). Die Studie von Felitti et al. (1998) zeigt, dass mit einem höheren Ausmaß an Missbrauch und familiärer Dysfunktion, in der Kindheit, ein erhöhtes Risiko für gesundheitliche Probleme im Erwachsenenalter einhergeht. Gewalt im eigenen Elternhaus tritt in verschiedenen Formen auf und kann Kinder und Jugendliche negativ in ihrer Entwicklung beeinflussen. Gewalt kann sowohl physischer als auch psychischer Natur sein. Dies können körperliche Übergriffe, emotionale Vernachlässigung oder auch psychische Manipulation sein. Gewalterfahrungen im Elternhaus sind körperlich und seelisch besonders belastend, weil sie meist an einem vertrauten Ort wie dem Zuhause stattfinden, der eigentlich für Schutz und Geborgenheit steht. Darüber hinaus sind Kinder und Jugendliche in der Familie häufig in einer Abhängigkeitsposition und auf ihre Eltern angewiesen. Sie können in diesen Situationen oft nicht einfach aus der gewaltgeprägten Umgebung fliehen (Häusliche Gewalt - Was Ist das? - Infoportal Häusliche Gewalt, 2021b). Aus diesen Gründen ist es von enormer Wichtigkeit, das Thema Gewalt im Elternhaus nicht nur wissenschaftlich zu untersuchen, sondern auch gesellschaftlich stärker dafür zu sensibilisieren.

Während der Forschungsarbeit wurde sich zur Aufgabe gemacht, herauszufinden, welche Auswirkungen Gewalterfahrungen in der Kindheit auf das spätere Erwachsenenleben hat. Besonders interessant war zu erfahren, in welchem Ausmaß soziale Unterstützung sowie therapeutische Intervention als schützende Ressourcen wirken können. Hierbei war es auch von Bedeutung herauszufinden, inwiefern soziale Unterstützung und Therapie den Betroffenen helfen konnte, die Erlebnisse positiv zu bewältigen, außerdem, inwiefern gezielte Unterstützungsangebote bei der Verarbeitung von Gewalterfahrungen helfen können, um auch eine langfristige psychische Stabilität aufzubauen.

Es gilt auf diese Problematik aufmerksam zu machen und damit Resilienz zu verstärken und zu einem besseren gesellschaftlichen Verständnis beizutragen. Damit sollen die Präventions- und Unterstützungsmaßnahmen gefördert werden und für eine offene Auseinandersetzung mit dem Thema gesorgt werden. Bestehende Stigmatisierungen sollten minimiert werden, damit ein umfassendes Bewusstsein für die Folgen von Gewalterfahrungen in der Kindheit gestärkt wird.

Ein zentraler Aspekt der Untersuchungen war die psychische Widerstandsfähigkeit der betroffenen Proband:innen zu analysieren. Um auch herauszufinden, welche individuellen Schutzfaktoren helfen konnten, um zu einer positiven Bewältigung des erlebten beizutragen. Die Forschung zielte darauf ab, besser zu verstehen, welche Faktoren eine erfolgreiche Verarbeitung traumatischer Erlebnisse begünstigen und welche Herausforderungen dabei auftreten können. Denn nur wenn die Strategien den betroffenen Personen helfen, können gezielte Maßnahmen entwickelt werden, um langfristige psychische und soziale Schäden zu verhindern.

Im weiteren Verlauf des Berichts werden zunächst die theoretischen Grundlagen und der aktuelle Forschungsstand zu den Auswirkungen von Gewalt in der Kindheit in relevanten empirischen Studien und wissenschaftlichen Erkenntnissen dargestellt. Anschließend erfolgt die Beschreibung der methodischen Vorgehensweise, um aussagekräftige Ergebnisse ableiten zu können. Darauf folgt eine detaillierte Darstellung der Ergebnisse und die kritische Überprüfung der zuvor aufgestellten Hypothesen.

5. Definitionen emotionale, verbale und physische Gewalt

Im Folgenden werden die zentralen Begriffe kurz definiert, die für das Verständnis der Thematik relevant sind. Da Gewalt ein vielschichtiges Konzept ist, existieren viele verschiedene Definitionen. Sie werden im Rahmen der Forschung wie folgt erfasst.

Gewalt im Elternhaus ist eine spezifische Form der häuslichen Gewalt, die sich von anderen Gewaltformen unterscheidet. Der Begriff häusliche Gewalt bezieht sich allgemein auf Gewalt innerhalb eines Haushaltes. Die Istanbul-Konvention definiert häusliche Gewalt als alle Formen von Gewalt, die innerhalb der Familie oder zwischen früheren oder aktuellen Partnern vorkommen (Hammer, 2024). Gewalt im Elternhaus liegt vor, wenn es innerhalb einer familiären häuslichen Gemeinschaft zu Gewalt kommt. (Schauss et al., 2021). Die Besonderheit von Gewalt im Elternhaus liegt in der engen Abhängigkeitsbeziehung zwischen Täter und Opfer. Kinder sind ihren Erziehungsberechtigten oft schutzlos ausgeliefert, was die Bewältigung der erlebten Gewalt erschwert und langfristige psychische sowie soziale Folgen haben kann (Felitti et al., 1998). In dieser Arbeit geht es um Gewalterfahrungen im Elternhaus, von denen Kinder und Jugendliche betroffen sind oder waren.

Hierbei unterscheidet man auch in verschiedenen Formen von Gewalt. Die Forschung bezieht sich hauptsächlich auf Aspekte emotionaler, verbaler und physischer Gewalt. Emotionale Gewalt umfasst Handlungen, bei denen Kinder systematisch emotional erpresst, psychischem Druck ausgesetzt, oder gedemütigt werden. (UNICEF Deutschland, 2024). Emotionale Gewalt äußert sich meist in subtilen, aber dennoch langfristig schädlichen

Verhaltensweisen. Solche Erfahrungen können das Selbstwertgefühl und die emotionale Stabilität langfristig beeinflussen. Verbale Gewalt liegt vor, wenn Kinder Beleidigungen, Drohungen oder Demütigungen ausgesetzt sind, die das Selbstwertgefühl negativ beeinflussen können. Diese Form von Gewalt zielt direkt auf das Selbstbild des Kindes ab und kann dessen Selbstwertgefühl erheblich mindern (Felitti et al., 1998). Physische Gewalt sind direkte körperliche Übergriffe, wie zum Beispiel Schläge, Tritte oder andere Formen von Bestrafung und sie führt unmittelbar zu körperlichen Verletzungen.

Auswirkungen auf die physische Gesundheit sind direkte körperliche Folgen. Dazu gehören nicht nur akute Verletzungen, wie Prellungen, Knochenbrüche oder auch innere Verletzungen in Folge physischer Gewalt. Wiederholte körperliche Traumata können auch zu chronischen Schmerzen und anderen gesundheitlichen Problemen führen. Auswirkungen auf die psychische Gesundheit beschreibt emotionale und kognitive Folgen. Dazu gehören die Entwicklung von Depressionen oder Angststörungen sowie Verhaltensauffälligkeiten, die sich in aggressivem Verhalten, sozialem Rückzug oder Schwierigkeiten mit der Emotionskontrolle äußern (UNICEF Deutschland, 2024).

Diese detaillierte Unterscheidung der Gewaltformen und deren Auswirkungen zeigt, wie tiefgreifend die Folgen von Gewalt im Elternhaus sein können. Sie spielen eine entscheidende Rolle dabei, das langfristige Wohlbefinden der Betroffenen zu bestimmen.

Exkurs: Juristische Betrachtung

Nach der ständigen Rechtsprechung des Bundesverfassungsgerichts und des Bundesgerichtshofs setzt Gewalt im strafrechtlichen Sinne eine körperliche Kraftentfaltung voraus, durch die auf das Opfer ein physisch wahrnehmbarer Zwang ausgeübt wird. Rein psychische oder emotionale Einwirkungen, wie Einschüchterung, Manipulation oder Demütigung, erfüllen diesen Gewaltbegriff nicht und gelten strafrechtlich nicht als „Gewalt“ im engeren Sinne (vgl. Art. 103 Abs. 2 GG; BVerfG NJW 1995, 1141; NJW 2002, 1031).

Zwar hatte der Bundesgerichtshof (BGH) in einer Urteilsverkündung von einem vergeistigten Gewaltbegriff gesprochen und demnach Gewalt beim Tatbestand der Nötigung als vorwiegend bezeichnet, sofern eine psychische Zwangswirkung vorlag (Vgl. NJW 1969, 1770). Dennoch sah das Bundesverfassungsgericht in dieser Interpretation einen Verstoß gegen den Bestimmtheitsgrundsatz nach Art. 103 II GG und erklärte diese Interpretation für unzulässig (NJW 1995, 1141 und NJW 2002, 1031).

Wichtiges Aber: Psychische und emotionale Gewalt ist rechtlich nicht irrelevant. Sie kann – abhängig von Intensität, Dauer und Wirkung – unter andere Straftatbestände subsumiert werden, insbesondere unter Nötigung (§ 240 StGB), Bedrohung (§ 241 StGB), Beleidigung (§ 185 StGB) sowie unter die Misshandlung von Schutzbefohlenen (§ 225 StGB), sofern eine

nachhaltige seelische Schädigung vorliegt. Damit wird psychische Gewalt nicht als Gewalt per se anerkannt, jedoch als rechtlich relevantes Unrecht erfasst.

Im Familien- und Kinderschutzrecht gilt ein deutlich weiterer Schutzmaßstab. Für Maßnahmen nach § 1666 BGB (Kindeswohlgefährdung) ist kein strafrechtlicher Gewaltbegriff erforderlich. Bereits anhaltende psychische Belastungen, emotionale Vernachlässigung, Manipulation, Loyalitätskonflikte oder Demütigungen können eine Gefährdung des Kindeswohls begründen, auch ohne körperliche Gewalt. Die Rechtsprechung stellt hierbei auf die konkrete Beeinträchtigung der seelischen Entwicklung des Kindes ab und erkennt psychische und emotionale Gewalt ausdrücklich als relevante Gefährdungsformen an.

Physische Gewalt:

Im Strafrecht wird generell zwischen zwei Formen von Gewalt unterschieden: *Vis compulsiva* und *vis absoluta*¹

Vis compulsiva beschreibt die beugende Gewalt, die vor allem durch psychische Einwirkungen hervorgerufen wird. Unter Willensbeugung versteht man beispielsweise, dass das Opfer durch Gewalteinwirkungen zu einem bestimmten Verhalten veranlasst wird.

Beispiel: Folterung.

Vis absoluta beschreibt die absolute Gewalt, die vor allem körperlich/physisch ausgeübt wird und die Willensbildung des Opfers unterbindet oder nicht mehr betätigbar macht.

Beispiel: Fesseln oder Betäuben.

Dementsprechend gilt in der judikativen Sphäre von Gewalt:

Körperliche oder physische Gewalt, die eine Schädigung oder Verletzung eines anderen verursacht.

Es handelt sich demnach um Gewalt, die dazu dient, eine andere Person zu verletzen oder zu töten (vgl. § 240 StGB)

Emotionale Gewalt kann im Juristischen eher unter den Begrifflichkeiten Herabwürdigungen, Beleidigungen oder auch die Vernachlässigung elterlicher Pflichten verstanden werden.

Dazu zählt insbesondere die Misshandlung von Schutzbefohlenen (also Personen unter 18 Jahren oder die der Aufsichtspflicht unterliegen), die durch mangelnde Sorge, Misshandlung, böswilliger Vernachlässigung in der Gesundheit geschädigt werden. Hier kommt nicht nur die körperliche Gesundheit in Betracht, sondern auch die psychische und seelische

¹ [https://www.juraforum.de/lexikon/gewalt#:~:text=Eine%20juristische%20Definition%20liefert%20die,oder%20Willensbet%C3%A4tigung%20eines%20anderen%20zu\).](https://www.juraforum.de/lexikon/gewalt#:~:text=Eine%20juristische%20Definition%20liefert%20die,oder%20Willensbet%C3%A4tigung%20eines%20anderen%20zu).)

Gesundheit der unter Obhut stehenden Personen bzw. im konkreten Fall von Kindern (vgl. § 255 StGB).

Gewalt liegt demnach nur dann vor, wenn der Täter durch körperliche Kraftentfaltung – auch minimal – Zwang auf das Opfer ausübt und dieser Zwang vom Opfer körperlich wahrgenommen wird (vgl. BGH NJW 1995, 2643).

Abweichend von der juristischen Definition wird auf Grundlage der Aussagen der Proband:innen zwischen **emotionaler**, **psychischer** und **physischer Gewalt** unterschieden (vgl. S. 29).

6. Fragestellungen

Judikative, Legislative aber auch Literatur ermöglichen keinen einheitlichen Verlauf von Gewalterfahrungen, bzw. lassen sich keine verallgemeinerbaren Muster daraus ableiten. Offenbar sind Verlauf, Erfahrungen und Muster persönlich und individuell.

Die vorliegende Arbeit soll in der Hinsicht Gewalterfahrungen im Elternhaus und dessen Auswirkungen unter wissenschaftlichen Standards analysieren. Dieser Komplexität hat sich die vorliegende quantitative und qualitative Forschung gestellt.

Gewisse Aspekte der Gewalterfahrungen im Elternhaus sollten konkreter beleuchtet werden, damit fundierte Erkenntnisse über mögliche langfristige Konsequenzen gewonnen werden und ein tieferer Einblick und mehr Verständnis für die Thematik erlangt wird:

Welche Auswirkungen hat Gewalt im eigenen Elternhaus auf zwischenmenschliche Beziehungen?

Welche Auswirkungen hat Gewalt auf die psychische sowie physische Gesundheit?

Welche Schutzfaktoren können die negativen Folgen abmildern?

Gibt es Unterschiede in den Auswirkungen, je nach Form der Gewalterlebnisse?

Insofern lautet die erste Forschungsfragestellung:

Welche Auswirkungen hat Gewalt im eigenen Elternhaus auf zwischenmenschliche Beziehungen und inwiefern wirkt sich dies auf die psychische und physische Gesundheit der Betroffenen aus?

Hierbei sollte untersucht werden, wie gewalttätige Übergriffe beispielsweise das Selbstwertgefühl, die Fähigkeit zur Vertrauensbildung sowie die Qualität späterer zwischenmenschlicher Beziehungen beeinflussen. Außerdem war interessant, ob die Erfahrungen bei den betroffenen Personen zu langfristigen gesundheitlichen Problemen geführt haben.

Es war ebenso wichtig, sich mit Unterstützungsmöglichkeiten und Strategien zur Bewältigung negativer Folgen auseinanderzusetzen. Dabei wurde dann die zweite Forschungsfrage gestellt:

Fördern soziale Unterstützung oder Therapie eine bessere Bewältigung von Gewalterfahrungen?

7. Stand der Wissenschaft

Im weiteren Verlauf wird der aktuelle wissenschaftliche Stand zum Thema zusammengefasst. Dabei wird insbesondere auf die Auswirkungen von Gewalt im Elternhaus auf die physische und psychische Gesundheit der betroffenen Kinder und Jugendliche eingegangen. Es gibt viele Studien, die belegen können, dass physische, verbale und emotionale Gewalt nicht nur kurzfristige Belastungen für die Betroffenen Kinder und Jugendlichen darstellt. Die Schwere dieser Auswirkungen wird oft durch die Art, Intensität und Häufigkeit der erlebten Gewalt bestimmt.

Im folgenden Abschnitt werden Studien erläutert, mit denen sich primär beschäftigt wird und es werden dabei zentrale Ergebnisse beleuchtet. Ziel ist es, ein tieferes Verständnis für die komplexen Zusammenhänge zwischen Kindheitserlebnissen und den langfristigen gesundheitlichen Folgen zu erlangen. Bezogen wird sich hierbei hauptsächlich auf zwei Studien, die im Folgenden genauer erläutert werden.

Die Studie zu der Adverse Childhood Experiences (ACE) von Felitti et al. (1998) untersucht den Zusammenhang zwischen belastenden oder negativen Kindheitserfahrungen, wie körperlicher, emotionaler oder sexueller Missbrauch, und dessen langfristige gesundheitliche Risiken im Erwachsenenalter. Die Studie unterstreicht einen starken Zusammenhang zwischen „ACE – Adverse Childhood Experiences“, also den belastenden Kindheitserfahrungen, und langfristigen Risiken für physische und psychische Gesundheit.

Sie verdeutlicht, dass Gewalt in der Kindheit einen starken Einfluss auf die Entwicklung nimmt und weitreichende Konsequenzen nach sich trägt. Gewalterfahrungen in der Kindheit können langfristige gesundheitliche Beeinträchtigungen verursachen. Mit steigender Anzahl an negativen Kindheitserfahrungen erhöht sich auch das Risiko für gesundheitliche Probleme. Darunter können ein erhöhtes Risiko für chronische Erkrankungen wie Herz-Kreislauf-Probleme, Diabetes oder Bluthochdruck sein. Sie können außerdem erhöhte Stressreaktionen im Körper hervorrufen. Kinder stehen mit einer erhöhten Schmerzempfindlichkeit in Verbindung, und dies kann die Wahrscheinlichkeit für chronische Schmerzen erhöhen. Außerdem erhöht es das Risiko für Depressionen, Angststörungen oder posttraumatische Belastungsstörungen. Mit der Anzahl an erfahrenen negativen Kindheitserlebnissen steigt bei Betroffenen auch das Risiko für Suizidversuche oder Alkohol-

und Drogenmissbrauch (Hammer, 2024). Auch zwischenmenschliche Fähigkeiten, die im Kindheitsalter aufgebaut werden, können stark negativ beeinflusst werden. Gewalt in der Kindheit kann die Fähigkeit beeinflussen, gesunde Beziehungen aufzubauen und viele Betroffene haben Schwierigkeiten Vertrauen herzustellen. Um langfristige Beeinträchtigungen zu minimieren, macht die Studie darauf aufmerksam, dass frühzeitige therapeutische Unterstützungsangebote entscheidend sind, um Betroffenen zu helfen. Außerdem ist der Aufbau stabiler sozialer Bindungen essenziell, um negativen Erfahrungen entgegenzuwirken. Es ist von hoher Bedeutung, Resilienz zu stärken und die Fähigkeit, vertrauensvolle und gesunde zwischenmenschliche Beziehungen aufzubauen, zu erhalten oder wiederherzustellen. Schlussendlich unterstreichen die Erkenntnisse aus der Studie, dass frühe traumatische Erfahrungen das spätere Leben und die Gesundheit stark beeinflussen können.

Die Weltgesundheitsorganisation beschreibt in dem „World Health Report“ von 2002, die Bewertung und Minimierung von Gesundheitsrisiken auf einer globalen Ebene. Gesundheitsrisiken sind in diesem Fall die Faktoren, die die Wahrscheinlichkeit erhöhen, gesundheitliche Probleme und Beeinträchtigungen hervorzurufen oder zu verstärken. Es wird beschrieben, dass frühe Gewalterfahrungen einen negativen Einfluss auf die Gesundheit von Kindern haben und auf Risiken aufmerksam gemacht. Der Bericht verdeutlicht, dass es mehr Möglichkeiten zur Behandlung von gesundheitlichen Problemen von Gewalterfahrungen gibt, es jedoch weniger Möglichkeiten zur Prävention und Aufklärung über dieses Problem gibt. Es ist deshalb wichtig, die Gesellschaft auf Risiken aufmerksam zu machen und Gefahren schneller zu erkennen und möglicherweise zu verhindern. Durch eine Verringerung der Gesundheitsrisiken durch präventive Maßnahmen kann zu einer positiven Entwicklung beigetragen werden. Auch in dieser Studie wird darauf aufmerksam gemacht, dass dauerhafter Stress für Kinder, die in einem gewalttätigen Umfeld aufwachsen, ein höheres Risiko für Erkrankungen und ein schwaches Immunsystem darstellt.

Die Weltgesundheitsorganisation (Murray et al., 2002) bezeichnet, dass Personen, die Gewalt selbst erlebt haben später selbst als Opfer oder Täter in späteren Beziehungen auftreten können. Diese Beobachtung unterstreicht, dass traumatische Erlebnisse nicht isoliert betrachtet werden können, sondern oft Auswirkungen auf das gesamte Leben eines Individuums haben. Auch an dieser Stelle ist es von hoher Bedeutung, auf die Gefahren aufmerksam zu machen, die mit einer unaufgearbeiteten Erfahrung von Gewalt einhergehen. Damit eine positive Bewältigung und Verarbeitung von Traumata eine essenzielle Grundlage darstellen kann, und Betroffene diese Schemata nicht weitertragen. Langfristige emotionale Schäden können dazu führen, dass sich Betroffene sozial isolieren oder unter Vertrauens- und Bindungsproblemen leiden. Soziale Unterstützung kann bei der Minimierung von Risikofaktoren stark beitragen. Auch durch Freunde und Familie können Langzeitfolgen

positiv beeinflusst werden. Es wird berichtet, dass Menschen für die Gesundheitsrisiken aufgeklärt und sensibilisiert werden müssen, damit die Lebensqualität von Betroffenen über einen längeren Zeitraum verbessert werden kann. Die Weltgesundheitsorganisation (Murray et al., 2002) hebt in ihren Berichten ausdrücklich hervor, dass zur Verbesserung der öffentlichen Gesundheit nicht nur einzelne Risikofaktoren isoliert betrachtet werden dürfen. Alle relevanten Risikofaktoren müssen systematisch gesenkt werden und es müssen ganzheitliche Maßnahmen ergriffen werden, um eine langfristige Verbesserung feststellen zu können. Dies betrifft die individuelle Gesundheitsförderung, aber auch politische und gesellschaftliche Interventionen. Ziel ist es, die öffentliche Gesundheit deutlich zu verbessern und um dies umzusetzen, müssen Präventionsmaßnahmen auch weltweit unterstützt werden. Nur so kann weltweit erreicht werden, dass gesundheitliche Probleme, verursacht durch viele Risikofaktoren, langfristig zurückgehen (Murray et al., 2002).

8. Ziele der Forschung

Im Rahmen der vorliegenden Forschung wurden mehrere Ziele verfolgt. Das zentrale Anliegen bestand darin, eine fundierte Antwort auf die Forschungsfrage zu finden: ob und inwiefern Gewalterfahrungen die Beziehungsfähigkeit sowie die psychische und physische Gesundheit der Betroffenen beeinflussen.

Durch die Auswertung der erhobenen Daten, insbesondere der Antworten aus den bereitgestellten Fragebögen und den durchgeführten Interviews, konnten erste klare Erkenntnisse gewonnen werden. Diese Ergebnisse liefern wertvolle Hinweise darauf, welche konkreten Auswirkungen Gewalt im Elternhaus auf das spätere Leben der Betroffenen hat und welche Faktoren möglicherweise eine Rolle bei der Bewältigung dieser Erfahrungen spielen. Das Ziel dieser Interviews war es, familiäre Dynamiken, die mit Gewalterfahrungen in Verbindung stehen, zu untersuchen und herauszufinden, ob und in welcher Form betroffene Personen soziale Unterstützung in Anspruch genommen haben.

Zudem soll mit dieser Forschung der Fokus auf Resilienz und die Förderung dieser liegen. Resilienz bedeutet in der Psychologie die Widerstandsfähigkeit eines Individuums, sich trotz nachteiliger Lebensumstände und prekären Lebensereignissen erfolgreich zu entwickeln. Wenn keine traumatische Erfahrung vorliegt, spricht man nicht von Resilienz, denn diese fokussiert sich auf eine Wiederherstellung der normalen Gefühlslage nach einem Schicksalsschlag. Resilienz wird durch verschiedene Schutzfaktoren gestärkt. Zu den persönlichen Schutzfaktoren zählen kognitive und emotionale Aspekte wie Selbstwertgefühl, Intelligenz, das Vertrauen in die eigene Handlungsfähigkeit sowie eine realistische Selbsteinschätzung. Im familiären Umfeld tragen eine enge Bindung zu Geschwistern und ein unterstützendes, aber zugleich freiraumgebendes Familienklima zur Resilienz bei. Soziale

Schutzfaktoren umfassen unter anderem eine stabile Beziehung zu einer erwachsenen Bezugsperson außerhalb der Familie, sowie positive Kontakte zu prosozialen Gleichaltrigen und die Qualität der besuchten Bildungseinrichtung. Die Resilienz ist somit von besonderer Relevanz, da sie bei Betroffenen das Risiko für verschiedene langfristige Folgen senkt.

Weiterhin ist zur Bewältigung von Schicksalsschlägen hilfreich, sich Unterstützung zu suchen und anzunehmen, vor allem durch Professionelle. Diese Fachkräfte stehen den Situationen neutral gegenüber. Professionelle Hilfe, wie zum Beispiel durch Therapie unterliegt häufig einer Stigmatisierung innerhalb der Gesellschaft. Aufgrund dessen zögern Betroffene, auf diese Art von Unterstützung zurückzugreifen. Allerdings wird professionelle Hilfe heutzutage immer öfter thematisiert z.B. in den sozialen Medien, um sie zu normalisieren und eine Entstigmatisierung zu bewirken. Niemand sollte sich dafür schämen, diese Hilfe aufzusuchen und Vergangenes aufarbeiten zu wollen. Dies ist ein weiteres Ziel dieser Forschung: die Betroffenen zu ermutigen, diese Hilfe in Anspruch zu nehmen. Denn sie sind nicht allein, viele haben solche Erfahrungen gemacht. Wichtig ist, sich dies einzugestehen und die Folgen der Erlebnisse bewältigen zu wollen. "Ein schlechtes Elternhaus muss keine Grundlage für ein schlechtes Weiterleben sein." (2GEFo2, 2024)

Von Bedeutung sind auch die Prävention und frühe Intervention von Gewalterfahrungen. Das heißt, diese vorzubeugen, um mögliche Folgen frühzeitig zu verhindern. Betroffene, die solche Erfahrungen gemacht haben, neigen oft dazu diese an folgende Generationen weiterzugeben. Dadurch, dass Gewalterfahrungen häufig intergenerational sind, ist es umso wichtiger, diese Erlebnisse zu bewältigen und die Gewaltmuster der Familie zu stoppen, um die eigenen Kinder davor zu schützen. Somit kann schon im Kindesalter die Förderung ihrer gesunden Entwicklung unterstützt werden.

Hierzu dient auch die Aufklärung zu Familienhelfersystemen, die dafür da sind, die Familien in schwierigen Situationen zu unterstützen. Hierbei liegt der Schwerpunkt auf die Arbeit eines Mediators und eines Umgangspflegers. Zunächst der Beruf des Mediators; dabei liegt der Fokus nicht darauf, wer im Recht ist, sondern darauf, eine Lösung zu finden, die für alle Beteiligten nachhaltig und fair ist. Im Gegensatz zu einem gerichtlichen Verfahren, das primär die Rechtslage bewertet, bietet die Mediation den Vorteil, dass die Betroffenen wirtschaftliche und persönliche Aspekte besser einbeziehen können. Das Ziel ist es, somit bestehende Blockaden aufzulösen und einen Raum für respektvolle Gespräche zu schaffen. Auf diese Weise wird es ermöglicht, familiäre Beziehungen zu stärken und tragfähige Vereinbarungen zu treffen, die ein nachhaltiges und konstruktives Miteinander fördern. Ein:e Mediator:in kann freiwillig in einen Prozess eingebunden werden, wobei ein:e Umgangspfleger:in hingegen, von Familiengerichten bestellt wird. Dabei sollen die betroffenen Familien, vor allem mit getrennten Eltern, unterstützt werden, das Geschehen

beobachtet und der gesamte Prozess verfolgt werden. Das Ziel dieser ist es, den Umgang des Konfliktes sicherzustellen und den Fokus auf das Kindeswohl zu legen. Nachteilig werden beide dieser Berufe nicht vom Staat gefördert, das heißt die Kosten müssen selbst getragen werden, was ziemlich erheblich sein kann. Auch das sollte umgehend geändert werden.

„Konflikte innerhalb einer Familie sollten zunächst auf ihre Ursache untersucht werden, der Kern muss gefunden (und deaktiviert) werden. Nur so kann man langfristig und nachhaltig ein angenehmes Klima in der Familie schaffen.“ (Jorge Guerra Gonzalez)

Viele Proband:innen dieser Forschung suchten sich externe Hilfe in Form von Therapie, aber niemand griff auf das Familienhelfersystem zurück. Dies könnte dadurch begründet werden, dass das System weitgehend unbekannt oder zu teuer ist, sodass sich viele Familien diese Unterstützung nicht leisten können. Dies unterstreicht das Problem der staatlichen Unterstützung.

Gewalterfahrungen haben schwerwiegende Folgen für Betroffene, sowie für das Umfeld der Betroffenen. Um diesen entgegenzuwirken ist es wichtig, Bewusstsein zu schärfen. Viele Kinder und Jugendliche, aber auch Erwachsene, erfahren Gewalt im eigenen Elternhaus. Für dieses Thema sollte es in der Gesellschaft umliegend eine Sensibilisierung geben, denn es ist präsent und sollte kein Tabuthema mehr sein. Dies ist wichtig für die Betroffenen, um ihnen zu helfen und sie zur Hilfesuche zu ermutigen. Nur so lässt sich der Kreislauf der Gewalt unterbrechen und Resilienz gegenüber den Schicksalsschlägen aufbauen.

9. Hypothesen

Mit der vorliegenden Forschung soll ein tieferes Verständnis darüber gewonnen werden, welche langfristigen Auswirkungen Gewalterfahrungen im Elternhaus auf die Beziehungen der Betroffenen sowie auf ihre psychische und physische Gesundheit haben. Es wird davon ausgegangen, dass Personen, die in ihrer Kindheit Gewalt erlebt haben, häufiger Schwierigkeiten in zwischenmenschlichen Beziehungen aufweisen. Darüber hinaus wird angenommen, dass diese Erfahrungen nicht nur ein erhöhtes Risiko für die psychische Gesundheit, wie etwa Angststörungen, Depressionen oder posttraumatische Belastungsstörungen aufweist, sondern auch die physische Gesundheit beeinflusst, wie beispielsweise durch chronische Schmerzen oder stressbedingte Erkrankungen, als Personen, die keine Gewalt erfahren haben.

Dabei soll untersucht werden

erstens „welche Auswirkungen Gewalt im eigenen Elternhaus auf die Beziehungen der Bezugspersonen hat und inwiefern sich dies auf die psychische und physische Gesundheit der Betroffenen auswirkt.“

zweitens, ob „soziale Unterstützung oder Therapie eine bessere Bewältigung von Gewalterfahrungen fördern.“

Zur Untersuchung dieser Forschungsfragen wurden folgende Hypothesen aufgestellt:

1. *„Personen mit Gewalterfahrungen im Elternhaus entwickeln häufiger Beziehungsprobleme und haben ein erhöhtes Risiko für psychische sowie physische Gesundheitsprobleme, als Personen ohne Gewalterfahrungen.“*

2. *„Soziale Unterstützung oder Therapie helfen dabei, die Gewalterfahrungen aufzuarbeiten und letztendlich zu bewältigen.“*

Solche traumatischen Erlebnisse können sich auf unterschiedliche Weise auf die Beziehungsfähigkeit äußern, wie Bindungsängsten, Vertrauensprobleme oder sogar destruktive Beziehungsmuster. Das führt zu Schwierigkeiten, gesunde Beziehungen aufzubauen. Außerdem leiden Betroffene häufiger an psychischen oder physischen Gesundheitsproblemen, da diese Erlebnisse tiefgreifende Auswirkungen auf ihre Entwicklung und Stressverarbeitung haben. Chronischer Stress führt zu einem dauerhaft erhöhten Bluthochdruck, da die stressbedingten Hormone nicht mehr abgebaut werden, wodurch das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Magen-Darm-Beschwerden, sowie Angststörungen oder Depressionen steigt. Viele Betroffene entwickeln zudem ungünstige Bewältigungsstrategien, wie Suchtverhalten oder selbstverletzendes Verhalten, um mit emotionalen Belastungen umzugehen.

Professionelle Hilfe kann dabei unterstützen, negative Denkmuster zu erkennen, Strategien zur Emotionsregulation zu entwickeln und langfristig das psychische Wohlbefinden zu verbessern. Auch soziale Unterstützung, sei es durch Familie, Freunde oder Selbsthilfegruppen, kann eine bedeutende Rolle spielen, indem sie Sicherheit und Verständnis bieten.

Langfristig wird erwartet, dass Menschen, die solche Hilfsangebote wahrnehmen, besser mit ihren Erlebnissen umgehen können und seltener unter schwerwiegenden psychischen oder physischen Folgen leiden, als Menschen, die solche Angebote nicht wahrnehmen.

Gewalterfahrungen im familiären Umfeld sind ein bedeutsamer Risikofaktor für die psychische und physische Gesundheit sowie für die Beziehungsfähigkeit der Betroffenen. Studien zeigen, dass Betroffene häufiger unter Bindungsstörungen, Angststörungen und psychosomatischen Beschwerden leiden (vgl. Cloitre et al., 2019). Auf Basis dieser Erkenntnisse wurde die erste Hypothese formuliert, die annimmt, dass Gewalterfahrungen signifikante Auswirkungen auf diese Bereiche haben. Darüber hinaus gilt soziale

Unterstützung als ein wesentlicher Schutzfaktor bei der Bewältigung belastender Erlebnisse. Insbesondere therapeutische Maßnahmen tragen dazu bei, traumatische Erfahrungen zu verarbeiten und die psychische Resilienz zu stärken (vgl. Schäfer et al., 2020). Diese Annahme bildete die Grundlage für die zweite Hypothese.

10. Methodik

Die Forschung verfolgt zwei methodische Ansätze: qualitative Interviews und eine quantitative Umfrage.

a. Qualitative Interviews

Die qualitativen Interviews wurden bei Proband:innen durchgeführt, bei der sich die Rekrutierung zunächst als schwierig erwies, möglicherweise, da sich ein Großteil der Personen mit Gewalterfahrungen noch nicht bereit fühlte, über diese Erlebnisse zu sprechen. Letztendlich konnten insgesamt zehn Proband:innen gewonnen werden. Die Stichprobe umfasste Personen im Alter von 18 bis 51 Jahren, wobei der Großteil, mit 60%, weiblich war und einem mittleren sozioökonomischen Status angehörte. Einige der Teilnehmenden verfügten über einen akademischen Abschluss.

Vor den Interviews erhielten die Proband:innen drei bereitgestellte Fragebögen, die sie eigenständig ausfüllen sollten.

Der projekteigene, semistrukturierte Interviewleitfaden wurde zur Standardisierung und Vergleichbarkeit der Ergebnisse gewählt. Besondere Aufmerksamkeit wurde der Tatsache geschenkt, dass es sehr herausfordernd sein kann, über solch ein sensibles Thema zu sprechen. Die Interviews fanden überwiegend online statt und dauerten zwischen 30 und 60 Minuten.

Zu Beginn wurden demografische Daten wie Alter, Geschlecht und sozioökonomischer Status der Proband:innen und ihrer Familien erhoben. Anschließend wurden Fragen zur Gewalterfahrung gestellt. Dafür wurde zunächst erfragt, ob die Eltern der Betroffenen getrennt waren und wie die allgemeine Stimmung im Elternhaus wahrgenommen wurde. Ein Großteil der Fragen wurde in Form von Skalen gestellt, da diese eine vergleichbare und strukturierte Auswertung der Ergebnisse ermöglichten. Darüber hinaus wurden die individuellen Einschätzungen der Erlebnisse sowie deren Auswirkungen erfasst.

Ein weiterer Schwerpunkt lag auf der sozialen Unterstützung, insbesondere in Bezug auf Therapie und die dabei gestellten Diagnosen. Zudem wurden die Beziehungen zu den jeweiligen Elternteilen sowie die Einbindung von Familienhelfersystemen in den Bewältigungsprozess näher betrachtet. Um mögliche Zusammenhänge zwischen früheren Erfahrungen und dem aktuellen Beziehungsleben der Befragten zu untersuchen, wurden

zusätzlich Fragen zu ihrer eigenen Familie und zu ihren zwischenmenschlichen Beziehungen gestellt.

Abschließend wurde das Interview mit der offenen Frage: „Gibt es etwas, das Sie anderen mitgeben möchten?“ beendet, um den Teilnehmenden Raum für persönliche Reflexionen und abschließende Gedanken zu geben.

b. Quantitative Umfrage

Zusätzlich zu den qualitativen Interviews wurde eine quantitative Umfrage durchgeführt, dessen Ergebnisse ebenfalls in die Analyse einfließen, da sie thematisch relevant waren. Diese Umfrage wurde über Google Forms erstellt und konnte anonym ausgefüllt werden. Der Fragebogen orientierte sich an der Forschungsfrage und Hypothese, beginnend mit demografischen Angaben, gefolgt von Fragen zur mentalen Gesundheit und zu Gewalterfahrungen.

Zur Verbreitung der Umfrage wurden soziale Medien genutzt. Insgesamt nahmen 112 Personen teil, von denen 67,9 % weiblich, 31,3 % männlich und 0,9 % divers waren. Trotz starker Bemühungen, verschiedene Altersgruppen einzubeziehen, lag der Schwerpunkt aufgrund des eigenen Umfelds auf Personen im Alter von 18 bis 24 Jahren, die mehrheitlich studierten.

Nach Abschluss der letzten Interviews, Ende Dezember, begann die Datenauswertung. Die Audiodateien der Interviews wurden vollständig transkribiert und mithilfe der Software MAXQDA codiert, um ähnliche Antworten zu identifizieren und systematisch analysieren zu können. Darüber hinaus wurden alle erhobenen Daten in einer Excel-Tabelle erfasst, um sie miteinander zu vergleichen.

11. Ergebnisse

Die vorliegenden Auswertungen basieren auf Gewalterfahrungen innerhalb des eigenen Elternhauses, die in dieser Recherche dargestellt werden. In der Forschung wurden die hohe Prävalenz emotionaler, verbaler und physischer Gewalt sowie deren Einfluss auf die Beziehungsfähigkeit und die physische sowie psychische Gesundheit untersucht. Im folgenden Text werden diese Ergebnisse tiefgreifender dargestellt.

Die am häufigsten berichtete Form der Gewalt innerhalb der befragten Haushalte ist emotionale und verbale Gewalt, die 40% der Studienteilnehmer:innen betrifft. Ein weiteres wesentliches Ergebnis ist, dass 30% der Befragten angaben, mehrere Formen von Gewalt, einschließlich emotionaler, verbaler und physischer Gewalt, erlebt zu haben. Zehn Prozent

der Befragten berichteten von gelegentlichen Bestrafungen, welche, obwohl seltener vorkommend, signifikante Auswirkungen auf die Betroffenen haben.

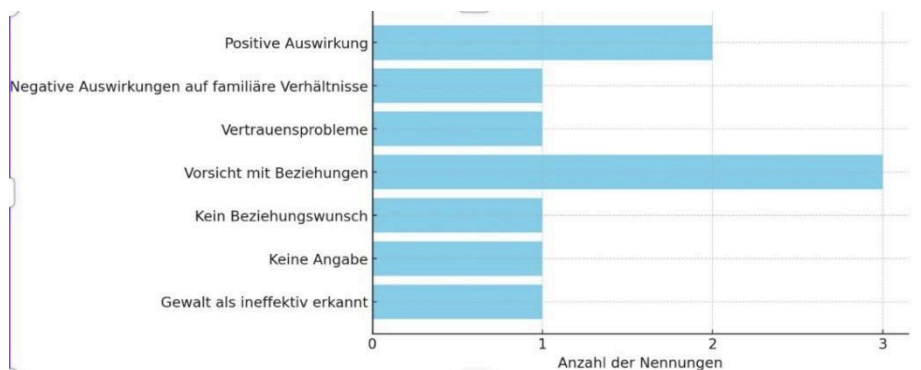


Abbildung 1 Auswirkungen auf Beziehungen

Auf dem obigen Balkendiagramm werden die Auswirkungen auf Beziehungen graphisch dargestellt. Die häufigsten Auswirkungen waren die Vorsicht mit Beziehungen. Weitere Auswirkungen waren die negativen Auswirkungen auf die familiären und romantischen Verhältnisse auf Grund von beispielsweise Bindungsängsten. Vertrauensprobleme sind auch eine Beeinträchtigung, welche geformt wird durch die Gewalt. Eine Proband:in gibt an, sich bewusst gegen Beziehungen zu entscheiden. Es gibt auch positive Auswirkungen, da einige Personen trotz der erlebten Gewalt eine positive Veränderung durchmachen können. Es lässt sich also sagen, dass Gewalt sowohl negative als auch positive Auswirkungen auf Beziehungen hat und dass die Vorsicht im Umgang mit Beziehungen scheinbar den stärksten Effekt hat.

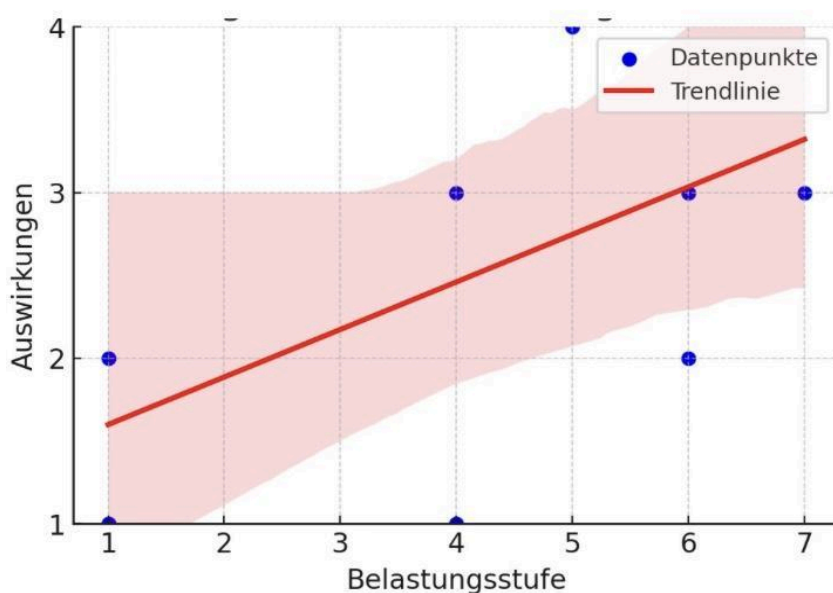


Abbildung 2 Korrelation zwischen Belastungsstufe und Auswirkungen

Das dargestellte Streudiagramm zeigt eine positive Korrelation zwischen Belastungsstufe und Auswirkungen, dargestellt durch die rote Linie. Die x-Achse stellt die Belastungsstufen dar, die von 1 bis 7 reichen, während die y-Achse die Auswirkungen zeigt, die von 1 bis 4 reichen. Die Regressionslinie zeigt einen moderaten positiven Zusammenhang und die höhere Belastung geht tendenziell mit stärkeren Auswirkungen einher. Jedoch gibt es trotz der Mehrheit der Punkte, welche dem Trend folgen, auch Ausreißer, wie zum Beispiel die niedrigere Belastung mit hohen Auswirkungen oder hohe Belastung mit geringen Auswirkungen. Der rote schattierte Bereich um die Linie stellt die Konfidenz-Region dar, die die Unsicherheit der Schätzung widerspiegelt. Allgemein lassen die Ergebnisse darauf hindeuten, dass eine höhere Belastung tendenziell zu stärkeren Auswirkungen führt. Allerdings gibt es individuelle Unterschiede, die zeigen, dass nicht jeder mit hoher Belastung zwangsläufig starke Auswirkungen erlebt.

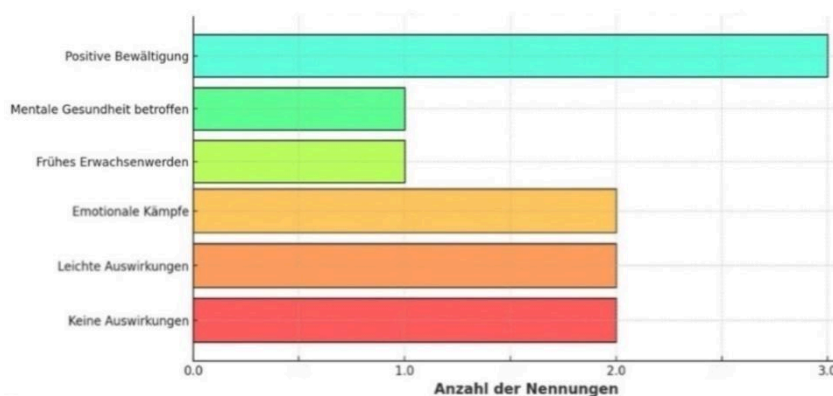


Abbildung 3 Allgemeine Auswirkungen der häuslichen Gewalt

Auf dem obigen Balkendiagramm werden die allgemeinen Auswirkungen der häuslichen Gewalt dargestellt. Auf der x-Achse wird die Anzahl der Nennungen dargestellt und auf der y-Achse die allgemeinen Auswirkungen. Am häufigsten sind die positiven Bewältigungen aufgezählt worden. Weitere genannte Auswirkung war die betroffene mentale Gesundheit, da einige psychische Belastungen als Folge der Gewalt erlebten. Einige Proband:innen berichteten von frühem Erwachsenwerden, Gewalt führte dazu, dass Betroffene schneller Verantwortung übernehmen müssen. Weitere Nennung waren emotionale Kämpfe, leichte Auswirkungen und keine Auswirkungen, die vereinzelt vorkamen.



Abbildung 4 Auswirkung auf Entwicklung von Gewalterfahrungen

Auf dem dargestellten Kreisdiagramm werden die Erfahrungen mit Gewalt dargestellt. 42,9% der Befragten gaben an, keine Gewalt erfahren zu haben. 26,8% bestätigten, dass sie Gewalt erfahren haben. 19,6% waren sich nicht bewusst, ob sie Gewalt erfahren haben. 9,8% gaben an, keine Gewalt erlebt zu haben und 0,9% wollten die Frage nicht beantworten. Somit lässt sich aussagen, dass fast ein Drittel der Befragten Gewalt erlebt haben, während eine große Gruppe von 42,9 % keine Gewalt erfahren hat. Die Unsicherheit bei 19,6 % zeigt.

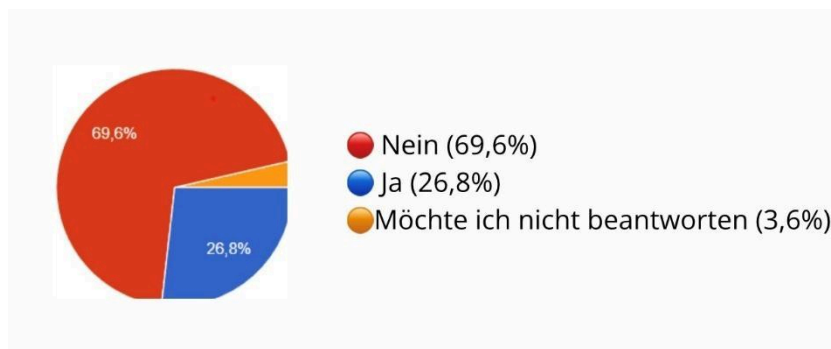


Abbildung 5: Erfahrung von physischen Gewalt

Hinter diesem Kreisdiagramm steht die Frage, wer schon einmal physische Gewalt erfahren hat 69,6% verneinen Gewalt in bestimmten Situationen angewendet zu haben, jedoch 26,8% sagen, sie würden. 3,6% wollten nicht antworten.

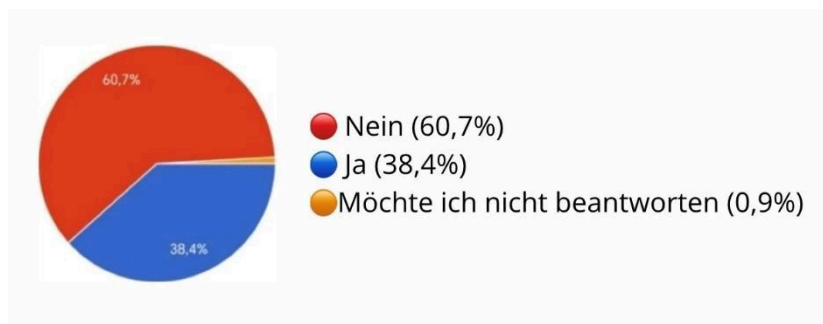


Abbildung 6: Therapeutische Unterstützung

Auf dem obigen Kreisdiagramm wurden Befragte gefragt, ob sie schonmal therapeutische Hilfe aufgesucht haben. 60,7% der Befragten sagten Nein, 38,4% sagten Ja und 0,9% wollten

nicht antworten. Die 38,4%, bestätigen also, dass sie diese gewalttätigen Erfahrungen reproduziert haben.

12. Diskussion der Ergebnisse

Diskussion zu Untersuchungen von Gewalt innerhalb Haushalte

Die vorliegenden Untersuchungen widmen sich dem Phänomen der Gewalt innerhalb von Haushalten, einem gesellschaftlichen Problem, das trotz seiner erheblichen Tragweite häufig unterschätzt wird. Diese Arbeit bietet eine vertiefende Analyse der Ergebnisse, welche sich auf die Prävalenz emotionaler und verbaler Gewalt, die Wechselwirkungen zwischen verschiedenen Gewaltformen sowie die Konsequenzen gelegentlicher Bestrafungen konzentrieren. Weiterhin werden präventive Maßnahmen sowie juristische und gesellschaftliche Lösungsansätze betrachtet.

1.1.1 Hohe Rate an emotionaler und verbaler Gewalt

Die am häufigsten berichtete Form der Gewalt innerhalb der befragten Haushalte ist emotionale und verbale Gewalt, die 40% der Studie Teilnehmenden betrifft. Diese Art der Gewalt umfasst abwertende Sprachen wie Beleidigungen, Demütigungen oder respektlose Äußerungen, welche langfristig negative Auswirkungen auf das Selbstwertgefühl und die psychische Stabilität der Betroffenen haben können. Darüber hinaus stellt die Manipulation eine zentrale Komponente emotionaler Gewalt dar. Dabei nutzen Täter gezielt psychologische Strategien wie Gaslighting, emotionale Erpressung oder Schuldzuweisungen, um Kontrolle über die Opfer auszuüben.

Ein wesentliches Problem emotionaler und verbaler Gewalt besteht darin, dass sie häufig nicht als solche wahrgenommen wird. Im Gegensatz zur physischen Gewalt sind ihre Folgen unsichtbar, was zu einer gesellschaftlichen und juristischen Bagatellisierung führt. Die Betroffenen selbst unterschätzen häufig die Ernsthaftigkeit ihrer Situation, da verbale Übergriffe oft als „normale Konflikte“ innerhalb von Beziehungen interpretiert werden. Diese Normalisierung erfolgt auch in bestimmten sozialen Gruppen, in denen harsche Kommunikation und manipulative Verhaltensweisen als gesellschaftlich akzeptabel gelten.

Die mangelnde Nachweisbarkeit emotionaler Gewalt erschwert die gesellschaftliche Anerkennung und rechtliche Ahndung zusätzlich, da sichtbare Beweise fehlen. Dieser Umstand reduziert nicht nur die Wahrscheinlichkeit, dass Betroffene Hilfe suchen, sondern verstärkt auch das gesellschaftliche Schweigen rund um das Thema.

Die Auswirkungen emotionaler und verbaler Gewalt sind tiefgreifend. Sie reichen von chronischem Stress über Angstzustände bis hin zu Depressionen und beeinträchtigen langfristig das Vertrauen und die Fähigkeit, stabile soziale und emotionale Bindungen

aufzubauen. Diese Effekte kumulieren sich, was die individuelle Entwicklung und Lebensqualität erheblich beeinträchtigen kann.

1.1.2 Gewaltformen und ihre Verknüpfungen

Ein weiteres wesentliches Ergebnis ist, dass 30% der Befragten angaben, mehrere Formen von Gewalt, einschließlich emotionaler, verbaler und physischer Gewalt, erlebt zu haben. Dies deutet auf eine starke Interdependenz verschiedener Gewaltformen hin. Gewalt eskaliert häufig graduell, beginnend mit emotionalen und verbalen Übergriffen, die im Verlauf zu physischer Gewalt führen können. Umgekehrt dient emotionale Gewalt oft dazu, bereits ausgeübte physische Gewalt zu relativieren oder zu rechtfertigen, was einen Kreislauf von Missbrauch etabliert.

Die Kombination mehrerer Gewaltformen führt zu erheblichen physischen und psychischen Langzeitfolgen. Betroffene sind dabei besonders anfällig für posttraumatische Belastungsstörungen, chronische Gesundheitsprobleme und Beeinträchtigungen der sozialen und emotionalen Entwicklung. Besonders gefährdet sind Kinder und Jugendliche, Frauen in Beziehungen mit Machtgefällen sowie Personen in sozioökonomisch benachteiligten Situationen. Kinder und Jugendliche sind dabei nicht nur häufiger Opfer, sondern auch potenzielle zukünftige Täter, da sie gewaltbasierte Verhaltensmuster übernehmen können.

Die Folgen der multiplen Gewalt Exposition sind schwerwiegend. Neben der unmittelbaren physischen und psychischen Belastung können Betroffene langfristig Schwierigkeiten bei der sozialen Integration erleben. Täter isolieren ihre Opfer oft gezielt, was zu einem Verlust sozialer Unterstützungsnetzwerke und einer verminderten Fähigkeit führt, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen. Diese soziale Isolation trägt dazu bei, dass Betroffene in gewalttätigen Beziehungen verbleiben, was den Ausbruch aus der Gewaltspirale zusätzlich erschwert.

1.1.3 Gelegentliche Bestrafungen im Haushalt

Zehn Prozent der Befragten berichteten von gelegentlichen Bestrafungen, welche, obwohl seltener vorkommend, signifikante Auswirkungen auf die Betroffenen haben. Diese Bestrafungen erscheinen oft in Form physischer Disziplinierung, emotionalem Liebesentzug oder sozialer Isolation. Trotz zunehmender gesellschaftlicher Sensibilisierung bleibt diese Gewaltform aufgrund kultureller Normen und intergenerationaler Weitergabe bestehen. Viele Individuen wenden Erziehungsmethoden an, welche sie selbst erlebt haben, wodurch gewalttätige Verhaltensweisen generationsübergreifend weitergegeben werden.

Selbst gelegentliche Bestrafungen können schwerwiegende Folgen haben. Sie belasten die emotionale Stabilität, vermindern das Vertrauen und Erhöhen das Risiko zukünftiger Gewalt. Besonders Kinder sind hierbei gefährdet, langfristig Verhaltensauffälligkeiten sowie soziale

und schulische Probleme zu entwickeln. Erwachsene leiden unter chronischem Stress, Depressionen und erhöhter Gewalt Anfälligkeit in zukünftigen Beziehungen. Täter tragen ebenfalls langfristige Folgen davon, einschließlich sozialer Beziehungsprobleme und psychischer Instabilität, welche die Fortführung des Gewaltkreislaufs begünstigen.

1.2 Teil 2: Vertiefende Betrachtungen der Gewaltformen und Konsequenzen

Emotionale und verbale Gewalt in tieferer Analyse

Emotionale und verbale Gewalt zeigen sich nicht nur in unmittelbaren Folgen, sondern entfalten auch langfristig komplexe Auswirkungen. Beispielsweise zeigen Studien, dass Betroffene emotionaler Gewalt ein signifikant erhöhtes Risiko haben, an psychischen Störungen wie Angststörungen oder Depressionen zu erkranken. Darüber hinaus entstehen tieferliegende Auswirkungen auf die Persönlichkeit und soziale Fähigkeiten der Opfer, was deren zwischenmenschliche Interaktionen erheblich erschwert. Diese Form von Gewalt beeinflusst insbesondere das Bindungsverhalten, wodurch Opfer Schwierigkeiten haben, langfristige und vertrauensvolle Beziehungen einzugehen. Ein tiefergehender Aspekt emotionaler Gewalt ist das sogenannte Gaslighting, bei dem Betroffene systematisch manipuliert werden, bis sie die Wahrnehmung ihrer Realität anzweifeln. Diese psychologische Strategie erzeugt eine starke Abhängigkeit vom Täter und vermindert gleichzeitig die Wahrscheinlichkeit, dass sich Opfer an externe Hilfe wenden.

Die gesellschaftliche und juristische Herausforderung liegt darin, emotionale Gewalt als solche sichtbar und nachvollziehbar zu machen. Während physische Gewalt aufgrund der sichtbaren Verletzungen leichter nachweisbar ist, bleibt emotionale Gewalt unsichtbar und daher oft unbeachtet. Somit ist es notwendig, gesellschaftliches Bewusstsein und Verständnis zu schaffen, um diese Form der Gewalt effektiv zu bekämpfen. Bildungsprogramme und Aufklärungskampagnen könnten hierbei entscheidend sein, um das Verständnis für emotionale Gewalt als ernsthaftes gesellschaftliches Problem zu fördern.

Interdependenzen zwischen Gewaltformen

Gewalt innerhalb von Haushalten tritt oft nicht isoliert auf, sondern ist häufig Teil eines komplexen Systems unterschiedlicher Gewaltformen. Diese Beobachtung wird durch die Ergebnisse unterstützt, wonach 30% der Befragten mehrere Formen von Gewalt erleben. Die Interdependenz der Gewaltformen zeigt sich darin, dass verbale und emotionale Gewalt oft als Vorstufen physischer Gewalt auftreten. Diese Eskalation verläuft häufig schleichend, weshalb Opfer und Täter oft erst spät oder gar nicht erkennen, dass sich ihre Beziehung bereits in einer gewaltvollen Dynamik befindet.

Ein spezifisches Merkmal der Interdependenz ist der sogenannte Gewaltkreislauf. Dieser beschreibt den wiederkehrenden Ablauf von Spannungsaufbau, Gewaltakt, Entschuldigung und Versöhnung, gefolgt von erneuter Gewalt. Besonders problematisch ist hierbei, dass Betroffene oft während der Versöhnungsphase die Hoffnung auf eine dauerhafte Verbesserung der Situation hegen, was das Verbleiben in der gewaltvollen Beziehung verstärkt.

Insbesondere Kinder und Jugendliche sind diesem Kreislauf stark ausgesetzt. Sie internalisieren häufig die gewaltbasierten Konfliktlösungsmuster, die sie beobachten, und replizieren diese später in eigenen Beziehungen. Daraus ergibt sich ein generationsübergreifendes Muster, das nur schwer zu durchbrechen ist. Studien zeigen zudem, dass Frauen in Beziehungen mit stark ausgeprägtem Machtgefälle besonders anfällig für wiederholte Gewaltzyklen sind, da die gesellschaftlichen und ökonomischen Bedingungen oft ihre Möglichkeiten einschränken, die Beziehung zu verlassen.

Folgen der mehrfachen Gewalt Exposition

Die langfristigen Folgen der mehrfachen Gewalt Exposition innerhalb von Haushalten sind gravierend und vielfältig. Neben den direkten körperlichen und psychischen Schäden erfahren Betroffene häufig chronische Gesundheitsprobleme, wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder immunologische Störungen. Psychisch manifestieren sich die Folgen meist in Form von posttraumatischen Belastungsstörungen (PTBS), chronischen Angstzuständen und Depressionen.

Insbesondere bei Kindern und Jugendlichen zeigt sich eine erhöhte Vulnerabilität. Ihre soziale, emotionale und kognitive Entwicklung wird durch die regelmäßige Erfahrung von Gewalt nachhaltig gestört. Schulische Probleme, Schwierigkeiten im sozialen Umgang und auffälliges Verhalten gehören zu den häufigsten Symptomen. Erwachsene Betroffene leiden hingegen oft unter beruflichen und sozialen Beeinträchtigungen. Ihre Arbeitsfähigkeit sowie ihre sozialen Beziehungen sind häufig durch das erlebte Trauma erheblich eingeschränkt, was wiederum zu finanzieller und sozialer Instabilität führen kann.

Ein weiterer Aspekt, der häufig unterschätzt wird, ist die soziale Isolation der Betroffenen. Diese Isolation ist häufig von Tätern gezielt herbeigeführt, um die Opfer in einem Abhängigkeitsverhältnis zu halten und ihre Möglichkeiten zur Suche nach Hilfe stark einzuschränken. Die Folgen sind ein drastisch reduziertes soziales Unterstützungsnetzwerk und erhebliche Schwierigkeiten, professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen. Opfer verlieren zudem häufig das Vertrauen in soziale und staatliche Institutionen, was die Hemmschwelle weiter erhöht, Unterstützung zu suchen und anzunehmen.

Zusammenfassend lässt sich feststellen, dass die komplexen Interdependenzen verschiedener Gewaltformen und deren langfristige Folgen ein umfassendes Verständnis von Gewalt innerhalb von Haushalten notwendig machen. Präventive Maßnahmen und Unterstützungsangebote müssen daher auf verschiedenen Ebenen ansetzen und sowohl individuelle als auch gesellschaftliche Strategien umfassen.

1.3 Teil 3: Präventionsmaßnahmen und gesellschaftliche Strategien

Um der Gewalt innerhalb von Haushalten wirkungsvoll zu begegnen, bedarf es umfassender und vielschichtiger Präventions- und Interventionsstrategien. Im Zentrum solcher Maßnahmen steht die frühzeitige Sensibilisierung und Aufklärung der Gesellschaft über die Folgen und Formen von Gewalt, insbesondere emotionaler und verbale Gewalt, deren Auswirkungen oft unterschätzt werden.

Frühzeitige Bildung und Sensibilisierung

Ein fundamentaler Schritt in der Prävention häuslicher Gewalt besteht darin, frühzeitig Bildungsmaßnahmen in Schulen, Gemeinden und sozialen Einrichtungen zu etablieren. Programme, die gezielt gewaltfreie Kommunikation und konstruktive Konfliktlösungen fördern, haben sich in zahlreichen Studien als wirksam erwiesen. Besonders wichtig ist es hierbei, jungen Menschen ein differenziertes Verständnis von Gewaltformen und deren subtilen Ausprägungen zu vermitteln. Dabei sollten auch die langfristigen Auswirkungen emotionaler Gewalt deutlich gemacht werden, um deren gesellschaftliche Akzeptanz nachhaltig zu reduzieren.

Darüber hinaus können öffentliche Kampagnen, die Medienpräsenz und soziale Netzwerke gezielt nutzen, eine breitere gesellschaftliche Aufmerksamkeit schaffen. Diese Kampagnen sollten emotionaler und verbaler Gewalt explizit Aufmerksamkeit schenken und dabei Strategien vermitteln, wie Betroffene frühzeitig Unterstützung erhalten können.

Verbesserung der Zugänglichkeit zu Unterstützungsangeboten

Ein weiterer zentraler Ansatzpunkt zur Prävention und Bekämpfung von Gewalt im Haushalt liegt in der Bereitstellung und Verbesserung niederschwelliger Unterstützungsangebote. Beratungsstellen, Notfall Hotlines und speziell eingerichtete Online-Plattformen sollten ausgebaut und leicht zugänglich sein, um Betroffenen eine unkomplizierte Möglichkeit zu bieten, Hilfe zu suchen. Insbesondere anonyme Beratungsangebote können eine wichtige Rolle spielen, da sie die Hemmschwelle senken, Unterstützung in Anspruch zu nehmen.

Wichtig ist dabei auch eine professionelle Weiterbildung von Fachpersonal, das in Kontakt mit Betroffenen steht. Lehrer, medizinisches Personal und Sozialarbeiter müssen speziell

geschult werden, um Anzeichen von Gewalt frühzeitig zu erkennen und angemessen darauf reagieren zu können. Der professionelle Umgang mit Betroffenen, die sich oft in einer vulnerablen Lage befinden, erfordert sowohl Einfühlungsvermögen als auch ein fundiertes Wissen über die Dynamiken häuslicher Gewalt.

Juristische Maßnahmen und rechtliche Anerkennung

Eine effektive Bekämpfung häuslicher Gewalt erfordert zudem klare juristische Rahmenbedingungen. Die rechtliche Anerkennung emotionaler und verbaler Gewalt als eigenständige, strafbare Form der Gewalt stellt dabei einen wichtigen Schritt dar. Deutliche gesetzliche Definitionen sowie konsequente Anwendung entsprechender Strafmaßnahmen können nicht nur zur Abschreckung von Tätern beitragen, sondern auch die Position der Betroffenen erheblich stärken.

Um diese Ziele zu erreichen, müssen Strafverfolgungsbehörden gezielt geschult und sensibilisiert werden. Nur so kann gewährleistet werden, dass emotionale Gewalt ernst genommen und in ihrer vollen Tragweite erfasst wird. Der rechtliche Schutz muss dabei stets Hand in Hand mit sozialen Unterstützungsmaßnahmen gehen, um Betroffene während des gesamten Prozesses effektiv zu begleiten und zu schützen.

Täter Rehabilitation und Gewaltprävention

Parallel zu den Maßnahmen für Betroffene muss auch die Rehabilitation und Therapie von Tätern in den Fokus gerückt werden. Programme, die psychologische Interventionen und Verhaltensmodifikation umfassen, können entscheidend dazu beitragen, Gewaltzyklen langfristig zu durchbrechen. Solche Maßnahmen sind darauf ausgerichtet, Tätern zu helfen, gewalttätige Verhaltensweisen zu erkennen, deren Ursachen zu verstehen und alternative, gesunde Konfliktlösungsstrategien zu entwickeln.

Die Einbindung der Täter in therapeutische Prozesse hat sich in der Praxis als wirksam erwiesen. Allerdings bedarf es dazu ausreichender Ressourcen, sowohl in Bezug auf qualifiziertes Personal als auch hinsichtlich finanzieller Förderung durch öffentliche Mittel. Langfristig gesehen ist diese Investition jedoch essenziell, um nachhaltige Veränderungen im Verhalten der Täter zu erzielen und somit eine tatsächliche Reduktion von Gewalt Fällen zu bewirken.

Gesellschaftlicher Wandel und politische Verantwortung

Der Kampf gegen häusliche Gewalt erfordert auch einen umfassenden gesellschaftlichen Wandel, der durch politische Initiativen und öffentliche Debatten angestoßen werden muss. Politische Entscheidungsträger spielen eine zentrale Rolle darin, das Thema Gewalt

innerhalb von Haushalten kontinuierlich auf die gesellschaftliche Agenda zu setzen und für ausreichende Ressourcen und Maßnahmen zu sorgen.

Eine politische Verpflichtung zur systematischen Erhebung von Daten über häusliche Gewalt und zur Finanzierung entsprechender Präventionsprogramme ist unabdingbar. Nur durch eine konsequente Förderung und Unterstützung von Forschung und praktischer Umsetzung können langfristige Verbesserungen erzielt werden. Gleichzeitig sollten öffentliche Institutionen aktiv zur Sensibilisierung und Bewusstseinsbildung beitragen und das Thema regelmäßig auf die politische Agenda setzen.

Fazit

Zusammenfassend verdeutlichen die dargestellten Untersuchungen, dass Gewalt in Haushalten ein tief verwurzeltes gesellschaftliches Problem ist, dass sich nicht allein durch kurzfristige Maßnahmen beheben lässt. Vielmehr bedarf es eines umfassenden, langfristigen Ansatzes, der sowohl präventive als auch unterstützende und rechtliche Maßnahmen beinhaltet. Nur durch eine umfassende und koordinierte Strategie aus Bildung, Rechtsdurchsetzung, sozialen Hilfsangeboten und therapeutischen Ansätzen lässt sich die Gewaltspirale nachhaltig durchbrechen und langfristig eine Kultur der Gewaltfreiheit etablieren

(Olivia Kiedaisch)

13. Hypothesenprüfung

a. Hypothese 1

Zur Erinnerung. Gewalt hat negative Auswirkungen auf zwischenmenschliche Beziehungen und ist mit einem erhöhten Risiko für psychische sowie physische Gesundheitsprobleme verbunden.

Um die Hypothese gezielt überprüfen zu können, wird sie in zwei Abschnitte

- **Abschnitt A:** Gewalt hat negative Auswirkungen auf zwischenmenschliche Beziehungen

und

- **Abschnitt B:** Gewalt ist mit einem erhöhten Risiko für psychische sowie physische Gesundheitsprobleme verbunden.

unterteilt.

Die Prüfung erfolgt anhand zentraler Aussagen aus den zehn durchgeführten qualitativen Interviews.

Abschnitt A:

Zur Überprüfung des ersten Abschnitts (**Abschnitt A**) „Gewalt hat negative Auswirkungen auf zwischenmenschliche Beziehungen“ wurden die Aussagen der zehn Proband:innen analysiert. Im Rahmen der Interviews wurde gezielt nach der Beziehung zur eigenen Mutter und zum eigenen Vater gefragt. Die Proband:innen bewerteten den Beziehungsstatus auf einer Skala von 1 bis 7, wobei 1 für eine *extrem schlechte* und 7 für eine *exzellente* Beziehung steht.

Um die subjektiven Einschätzungen der Proband:innen messbar zu machen, wurden folgende Fragen gestellt:

Wie ist/war die Beziehung zu Ihrer Mutter?

(1 = extrem schlecht, 2 = sehr schlecht, 3 = schlecht, 4 = mittel, 5 = gut, 6 = sehr gut, 7 = exzellent)

Wie ist/war die Beziehung zu Ihrem Vater?

(1 = extrem schlecht, 2 = sehr schlecht, 3 = schlecht, 4 = mittel, 5 = gut, 6 = sehr gut, 7 = exzellent)

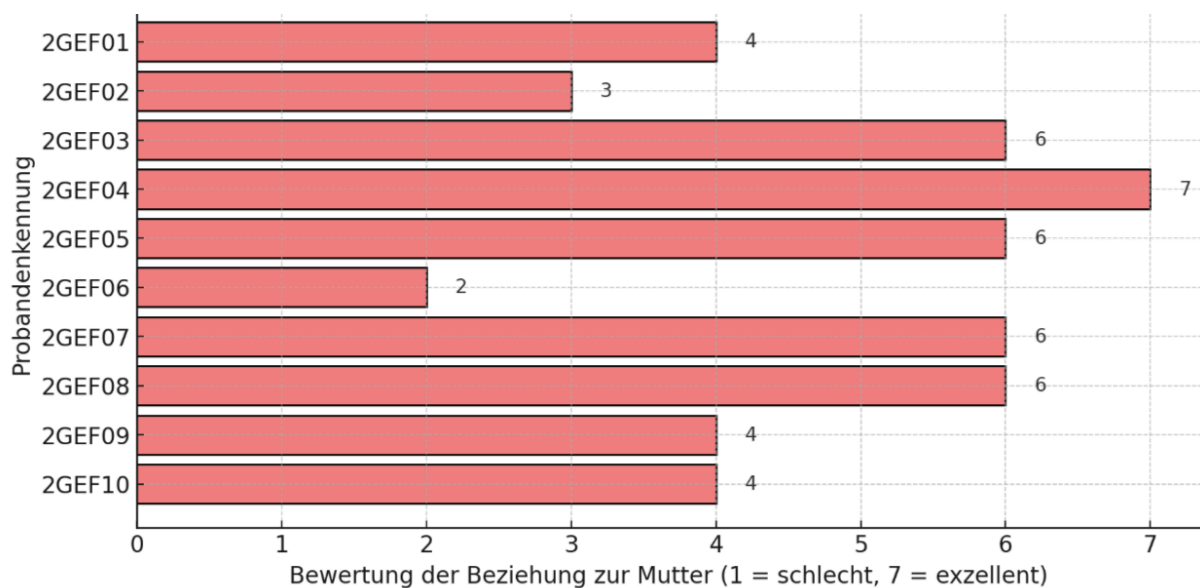


Abbildung 7: Bewertung der Beziehung zur Mutter

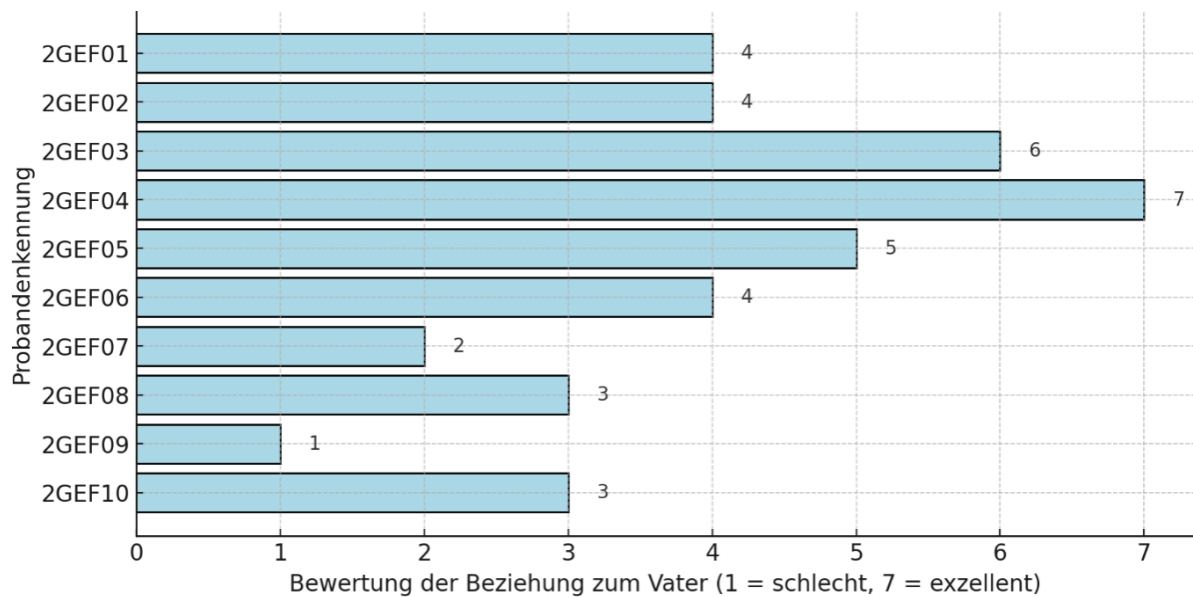


Abbildung 8: Bewertung Beziehung zum Vater

Da **Abschnitt A** die negativen Auswirkungen von Gewalt auf zwischenmenschliche Beziehungen untersucht, wurde zunächst erfasst, welche Formen von Gewalt die Proband:innen erlebt haben und in welchem Alter sie das erste Mal damit konfrontiert wurden. Dabei zeigen die Ergebnisse, dass diese Erfahrungen bereits sehr früh beginnen: Drei der Befragten berichteten, schon im Alter von drei Jahren betroffen gewesen zu sein. Dies verdeutlicht, dass Gewalt nicht erst in späteren Entwicklungsphasen auftritt, sondern mitunter bereits in den frühesten Lebensjahren eine prägende Rolle spielt. Gleichzeitig gibt es Fälle, in denen die ersten Gewalterfahrungen erst deutlich später erlebt wurden – der/die zuletzt betroffene Proband:in erlebte Gewalt erstmals mit 17 Jahren. Die erfassten Altersangaben zeigen, dass Gewalt in verschiedenen Lebensabschnitten auftreten kann und nicht auf eine bestimmte Altersgruppe beschränkt ist.

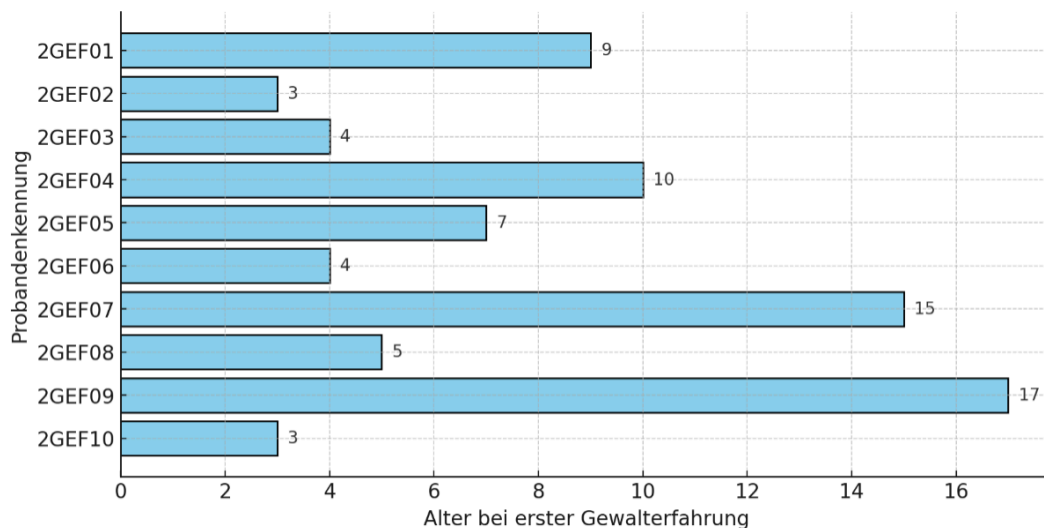


Abbildung 9: Alter bei erster Gewalterfahrung

Um die individuellen Gewalterfahrungen zu kategorisieren, wurden die Angaben der Studienteilnehmer:innen erfasst und ausgewertet. Auf dieser Grundlage lassen sich drei Formen von Gewalt identifizieren, die verwendet wurden, um Gewalt zu definieren.

- Emotionale Gewalt: Vernachlässigung, Einsamkeit, emotionale Distanz, fehlende Zuwendung und Unsicherheit (vgl. 2GEF02;2GEF03;2GEF04;2GEF06; 2GEF07;2GEF08;2GEF09;2GEF10)

sowie „emotionale Machtspiele“: „Was meine Mutter sagte, war gesetzt.“ (2GEF06)

„Vor allen Dingen habe ich die Ängste gehabt, wenn ich alleine war. Meine Eltern haben uns oft alleine gelassen, auch als wir noch recht klein waren. Die sind dann regelmäßig abends einfach weggefahren.“ (2GEF10)

- Verbale Gewalt: Beleidigungen, Herabsetzungen, Beschimpfungen sowie verbale Einschüchterungen (vgl.2GEF02;2GEF03;2GEF04; 2GEF05; 2GEF08; 2GEF09;2GEF10)

„Verbal auch. Es wurde viel geschrien.“ (2GEF02)

„Mein Vater hatte immer regelmäßig irgendwelche Wutanfälle und hat dann stundenlang rumgebrüllt und meine Mutter hat versucht, ihn zu beschwichtigen.“ (2GEF10)

- Körperliche Gewalt: körperliche Übergriffe in Form von Schlägen oder anderen Formen physischer Bestrafung (vgl.2GEF01;2GEF02;2GEF03;2GEF04;2GEF05;2GEF06;2GEF08;2GEF10)

„Zu meiner Zeit hat man noch gesagt, das hat noch keinem geschadet, wenn man mal eine Ohrfeige kriegt. Heute ist das schon Gewalt in der Familie, glaube ich. Also es gab schon mal, dass meinem Vater die Hand ausrutschte oder meiner Mutter.“ (2GEF02)

„Meine Mutter hat uns auch ab und zu geschlagen, und zwar mit dem Plastikkochlöffel. Ich vermute mal in Situationen, wo sie überfordert war. Ich will jetzt nicht sagen, dass das ständig passiert ist, aber das kam halt einfach zwischendurch mal vor.“(2GEF10)

Die Verteilung der Gewaltformen unter den Proband:innen verdeutlicht, dass sich die erfahrenen Gewaltarten unterscheiden. Während drei Proband:innen angaben, ausschließlich eine dieser drei Gewaltformen erlebt zu haben, berichteten sieben Proband:innen, von mehreren Formen betroffen gewesen zu sein. Die folgende Grafik veranschaulicht die Verteilung der Gewaltformen unter den Proband:innen.

Zur Ergänzung: Während der Interviews wurde einzelnen Befragten (2GEF03; 2GEF10) bewusst, dass sie mehr als die am Anfang angegebene Gewalt erfahren haben. Infolgedessen wurden zusätzliche Fälle dokumentiert, wodurch die folgenden Abbildungen zwar die jeweiligen Personen abbilden, jedoch Abweichungen möglich sind.

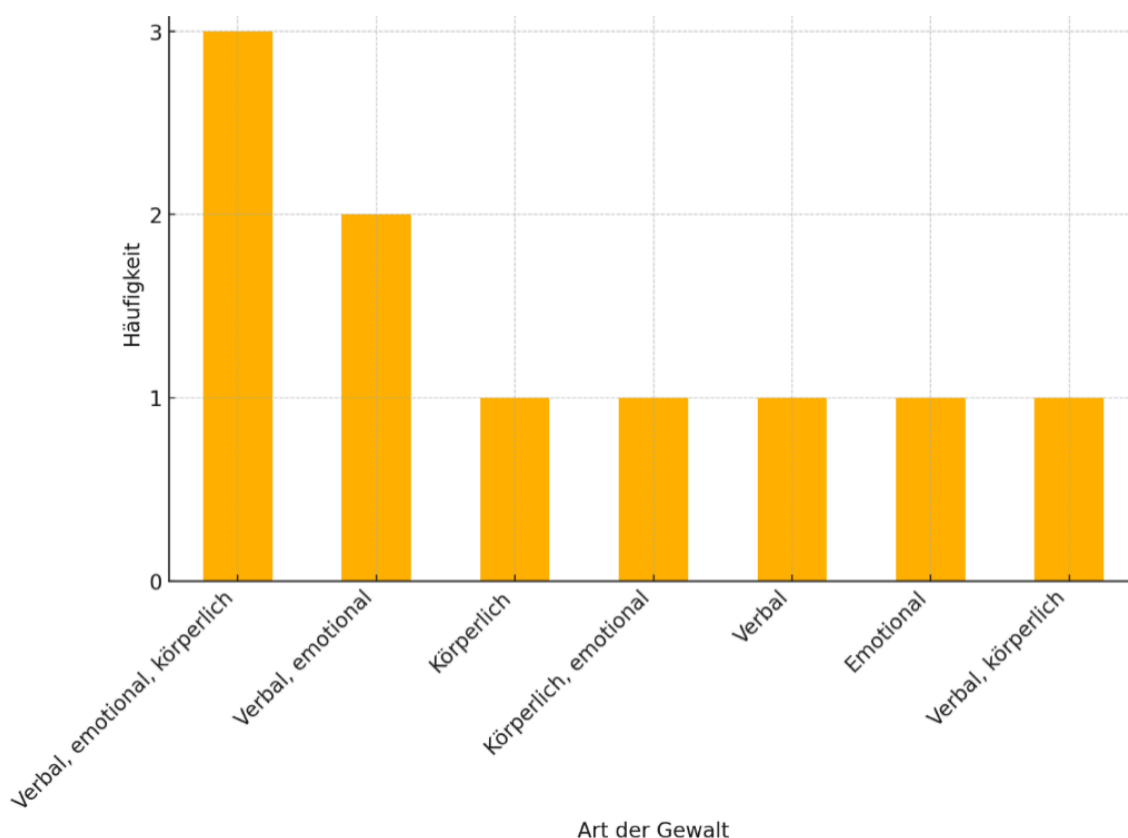


Abbildung 10: Art der Gewalterfahrung

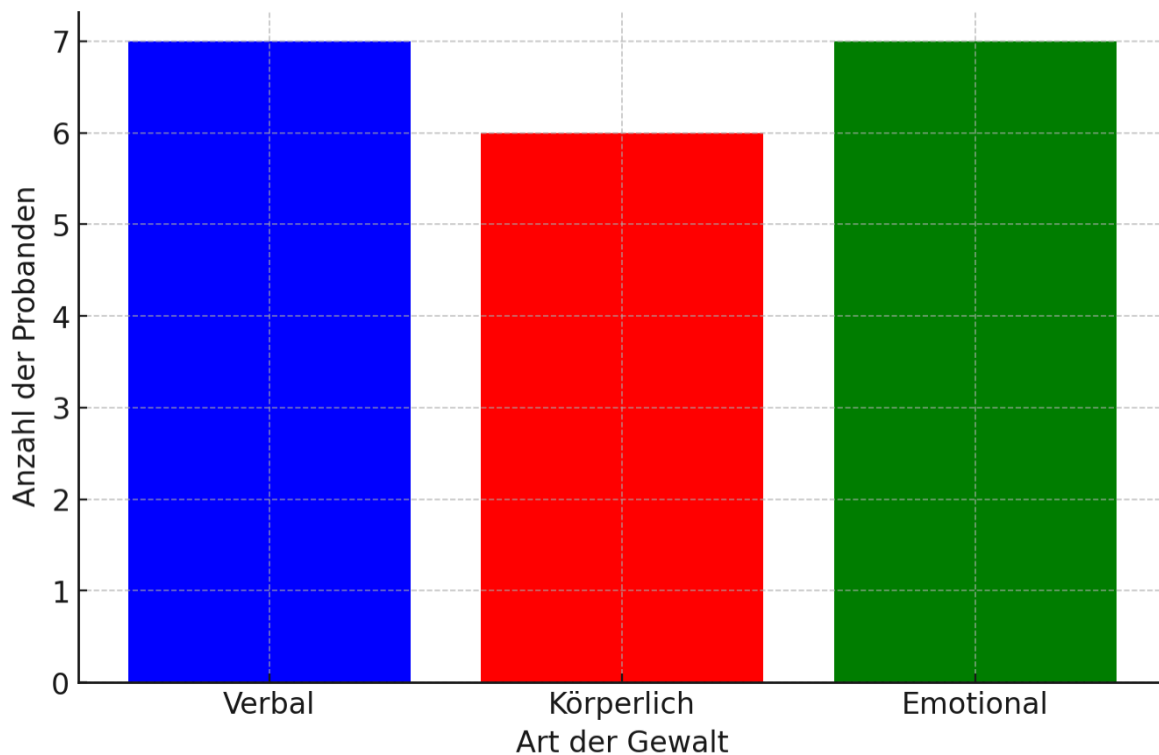


Abbildung 11: Häufigkeit der erlebten Gewaltarten (verbal, körperlich, emotional)

Anhand dieser Daten wird im nächsten Schritt analysiert, in welchem Zusammenhang die erlebte Gewalt mit der Einschätzung der zwischenmenschlichen Beziehungen steht.

Um dieses genauer darstellen zu können, wurden Fragen zur aktuellen Bindung und dem aktuellen Kontakt zu den Bezugspersonen gestellt:

Wie stark ist Ihre aktuelle Bindung zu Ihren Bezugspersonen?

1 Höchste BindStufe, 2 Überdurchschnittliche BindS, 3 Leicht überdurchschnittliche BindS, 4 Durchschnittliche BindS, 5 Leicht unterdurchschnittliche BindS, 6 Unterdurchschnittliches BindS, 7 Sehr niedrige BindS

Wie stark ist Ihr aktueller Kontakt zu Ihren Bezugspersonen?

1 Höchste BzStufe, 2 Überdurchschnittliche BzS, 3 Leicht überdurchschnittliche BzS, 4 Durchschnittliche BzS, 5 Leicht unterdurchschnittliche BzS, 6 Unterdurchschnittliches BzS, 7 Sehr niedrige BzS

	Aktuelle Bindung zur Bezugsperson	Aktueller Kontakt zur Bezugsperson
Mittelwert	2.8	3.2
N	10	10

Abbildung 12: Bindung zu Bezugspersonen und aktueller Kontakt zu Bezugspersonen - Mittelwertevergleich

Die Bindung zur Bezugsperson (Mittelwert = 2,8) wird insgesamt als stärker wahrgenommen als der Kontakt zur Bezugsperson (Mittelwert = 3,2).

In den Interviews hat sich herausgestellt, dass der Begriff „Bezugsperson“ von den Proband:innen unterschiedlich definiert wurde. Der Duden definiert eine Bezugsperson als ‚eine Person, an der sich jemand aufgrund einer persönlichen Beziehung in seinem Denken und Verhalten orientiert‘ (Duden, o. D.). Während 2GEFo5 unter einer Bezugsperson primär die Eltern (Vater oder Mutter) versteht, gilt für 2GEFo2 der/die aktuelle Partner:in als Bezugsperson.

Proband:in 2GEFo7 beschreibt die jüngere Schwester als Bezugsperson und bezeichnet sie als eine Art beste Freundin.

„An die Personen, an die ich mich wende, wenn es mir gut geht...Ich würde sagen, das sind meine Freunde eher.“(2GEFo1)

Die qualitativen Interviews liefern verschiedene Einblicke in die Erfahrungen der Befragten und deren Auswirkungen auf zwischenmenschliche Beziehungen.

Eine Person beschreibt die zunehmende Distanz zum Elternteil:

„Der Kontakt hat über die Jahre nach und nach immer mehr abgebaut. Mittlerweile ist er eigentlich nicht mehr vorhanden.“ (2GEFo9)

Andere betonen Unsicherheiten im Umgang mit bestimmten Familienmitgliedern und wie sie versuchen, aufgrund dessen auf andere Familienmitglieder zurückzugreifen:

„Mein Vater, da waren wir immer so ein bisschen vorsichtig in der Tendenz. Weil wir wussten ja, wie schnell das explodieren kann. Manchmal haben wir versucht, meine Mutter einzuspannen, dass sie so ein bisschen vorfühlt oder für uns was schon mal vorbereitet bei meinem Vater, wenn wir was wollten, Wünsche hatten, weggehen wollten oder so.“(2GEFo2)

Betroffene bauen nicht zu allen Bezugspersonen gleichermaßen eine enge Bindung auf: *„Tatsächlich ist es nicht ohne Grund so, dass ich zu dem einen Menschen mehr eine Bindung habe als zu dem anderen.“ (2GEFo8)*

Dies verdeutlicht, dass Beziehungen innerhalb der Familie selektiv gestaltet werden und stark von individuellen Erfahrungen geprägt sind.

„Die Beziehung mit meinem Vater war eine Zeit lang sehr, sehr eng. In meinem jungen Erwachsenenalter habe ich auch oft mit ihm telefoniert und über sehr, wie sagt man das, sehr viel über meine Gefühle und so weiter geredet. Also sehr ehrlich und nah und so. Und auch irgendwie so sehr zu ihm aufgeschaut. Und gleichzeitig hatte ich aber auch immer das Gefühl, ich wäre irgendwie verantwortlich für ihn, für sein Wohlergehen. Mittlerweile habe ich aber mehr so einen Blick dafür, dass es nicht geht, wie er sich verhält. Das ist mir damals nicht so klar gewesen, wie weit wir uns voneinander entfernt haben. Und es gab so ein paar Streitigkeiten mit ihm, sodass wir uns immer weiter voneinander entfernt haben. Mittlerweile fühlt es sich eher wie so eine Verpflichtung an. Ihn noch zu treffen zu Weihnachten oder zu Geburtstagen oder so. Aber da reden wir dann eher über unser Fach, weil wir beide so psychologisch interessiert sind. Oder über Oberflächlichkeiten und nicht mehr so tiefgründig. Also, es ist eher wie einen Bekannten zu treffen oder so einen entfernten Verwandten, weil Verwandtschaft ist dann so eine Verpflichtung und gleichzeitig ist da aber nicht mehr so viel anderes mit dabei. Irgendwie schade, aber ne.“(2GEFo7)

Der/die Befragte 2GEF10 betont, dass emotionale Einsamkeit in seiner Familie sein eigenes Bindungsverhalten nachhaltig geprägt hat. Er berichtet, dass er in späteren Beziehungen – sowohl in Partnerschaften als auch innerhalb seiner eigenen Familie – gezielt nach Geborgenheit und Nähe gesucht habe, da er dies zuvor vermisst habe. Damit wird deutlich, dass Gewalt und emotionale Vernachlässigung nicht nur unmittelbare Beziehungsabbrüche zur Folge haben, sondern langfristig Einfluss auf die Art und Weise nehmen, wie Bindungen aufgebaut und gestaltet werden. Auch die Ohrfeige, regelmäßige Wutanfälle, die sich durch stundenlanges lautes Schreien äußerten, sowie körperliche Gewalt in Form von Schlägen auf das Gesäß mit einem Plastikkochlöffel unterstützen den persönlichen Wunsch.

Während Proband:in 2GEF10 nach Geborgenheit und Nähe gesucht hat, gab Proband:in 2GEFo2 an, für eine längere Zeit in einer gewaltvollen Beziehung gelebt zu haben: *„Ich habe eine Zeit lang in einer Beziehung gelebt, wo es wirklich Gewalt gab, wo er mich nicht verprügelt hat, aber mir ein paar an den Hals gehauen hat.“*

Sowie in den Ergebnissen genau erläutert, gaben zwei von zehn Befragte an, geringe oder keine langfristigen Folgen erlebt zu haben. Dies verdeutlicht, dass Gewalt in den meisten Fällen tiefgreifende Spuren hinterlässt und das soziale Miteinander nachhaltig beeinflussen kann.

Proband:innen distanzieren sich bewusst von bestimmten Personen oder entwickeln stärkere emotionale Nähe zu anderen. Die einzelnen Aussagen stützen die Annahme, dass Gewalt

nicht nur den Kontakt zu einzelnen Familienmitgliedern beeinflusst, sondern auch langfristig die Art und Weise verändert, wie Bindungen aufgebaut und gestaltet werden, somit zu einer Differenzierung im Bindungsverhalten führt.

Abschnitt A, der besagt, dass Gewalterfahrungen negative Auswirkungen auf zwischenmenschliche Beziehungen haben, konnte somit verifiziert werden.

Abschnitt B:

Gewalt hat negative Auswirkungen auf zwischenmenschliche Beziehungen und **ist mit einem erhöhten Risiko für psychische sowie physische Gesundheitsprobleme verbunden.**

Zur Erinnerung. In der Google-Forms Umfrage haben 57,1% von 112 Befragten Gewalt erfahren. 26,8% berichteten, dass diese Gewalterfahrungen Auswirkungen auf ihre Entwicklung haben. 19,6% seien sich dessen nicht bewusst, 0,9% haben sich enthalten und 9,8% haben angegeben, dass diese Erfahrungen keinen Einfluss auf die Entwicklung gehabt haben.

Die qualitativen Interviews zeigen, dass Gewalt langfristige Auswirkungen auf Betroffene hat, insbesondere auf ihre mentale Gesundheit. Mehrere Proband:innen sprachen von emotionalen Belastungen und einem geschwächten Selbstbewusstsein:

„Eine ganz lange Zeit habe ich halt immer gedacht, ich bin nicht gut genug, ich bin nicht richtig, so wie ich bin.“ (2GEF02)

„Ich habe sehr viel geweint.“ (2GEF07)

„Mit Mitte 20 habe ich angefangen, eine Analyse zu machen, weil es mir immer ganz schlecht ging und ich irgendwie dachte, lieber vor die S-Bahn oder doch lieber hinter die S-Bahn. Also Depressionen sind so das Thema immer gewesen. Und ja, das war, über lange Jahre war das das Thema, genau.“

Und irgendwann kam dann noch ein richtiger Zusammenbruch dazu, so vor 15 Jahren ungefähr. Dann bin ich ins Krankenhaus, also in die Psychiatrie eingeliefert worden und sie haben festgestellt, ich habe auch zu viel Drang zu Alkohol und sonstigen Drogen. Dann sind wir bei manischer Bipolarität gelandet und eben Substanzabhängigkeit.“ (2GEF02)

Trotz beruflicher und familiärer Stabilität sowie einer gewaltfreien Beziehung gab Proband:in 2GEF06 an, weiterhin mit emotionalen Herausforderungen aufgrund der früheren Situation zu kämpfen.

Des Weiteren teilte 2GEF02 mit, dass die Gewalterfahrungen noch bis heute negative Auswirkungen auf die eigene Gesundheit haben: *“Ich habe mal irgendwann verstanden, dass andere Menschen ein Fundament bekommen von ihren Eltern, durch die Familie, auf dem sie gut wandeln können und sein können. Und mein Boden, auf dem ich stehe und gehe, ist halt so ein bisschen löcherig. Das sind immer so kleine Kohlen oder Löcher, in die ich reinstürze. Und dann geht es mir wieder blöd.”*

„Aber ich habe noch, je nachdem, was das für ein Thema ist...Kann ich manchmal so ein Zittern nicht unterdrücken. Also ich habe so psychosomatische Erscheinungen und die...Ich glaub, die werden einfach noch bleiben. Das sind auch Situationen, wenn das wieder passiert. Wie so ein Trigger, dann habe ich das Psychosomatische wieder. Also da bin ich mir auch sehr bewusst, aber dann brauch’ ich 15 Minuten, dann ist es wieder okay.”(2GEF03)

Zudem wurden in Form eines Fragebogens, welcher vorab an die Proband:innen verschickt wurde, weitere Fragen zur Gesundheit gestellt. Die häufigsten gesundheitlichen Probleme sind: schnelle Ermüdung, Schlafstörung, Rückenschmerzen, Nackenschmerzen, Schulterschmerzen, Verkrampfung des ganzen Körpers, sowie Zerschlagenheit und Müdigkeit über den ganzen Tag.

Auf einer Skala von 1 (=Nie) bis 5 (=Fast täglich) wurde bewertet.

Hierbei gilt folgendes:

1= Nie, 2=Alle paar Monate, 3= Alle paar Wochen, 4= Alle paar Tage, 5= Fast täglich

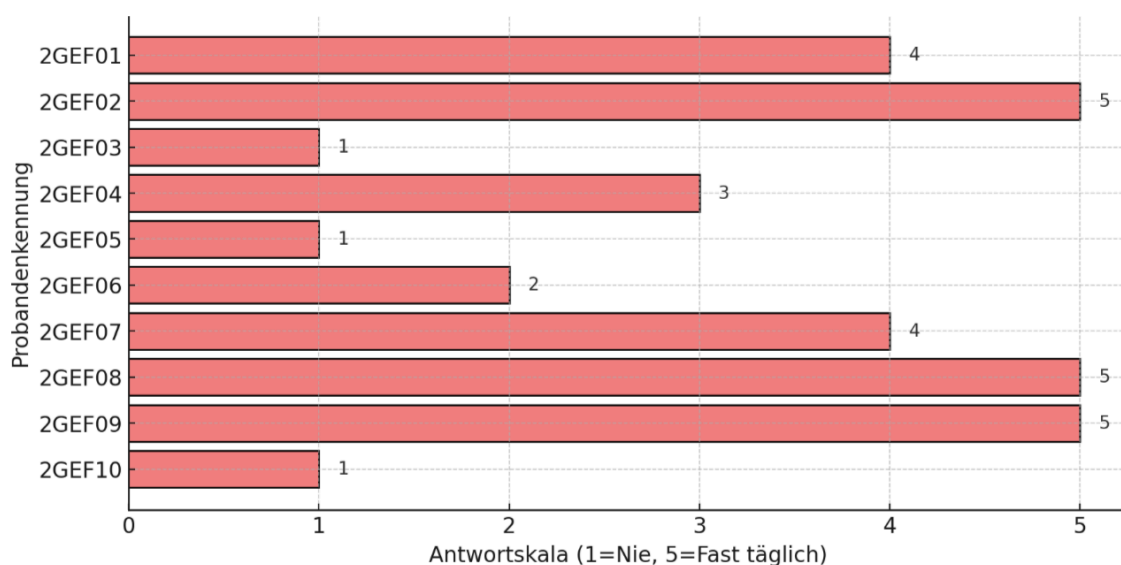


Abbildung 13: Proband*innen Antworten zur Frage: "Ermüden Sie schnell?"

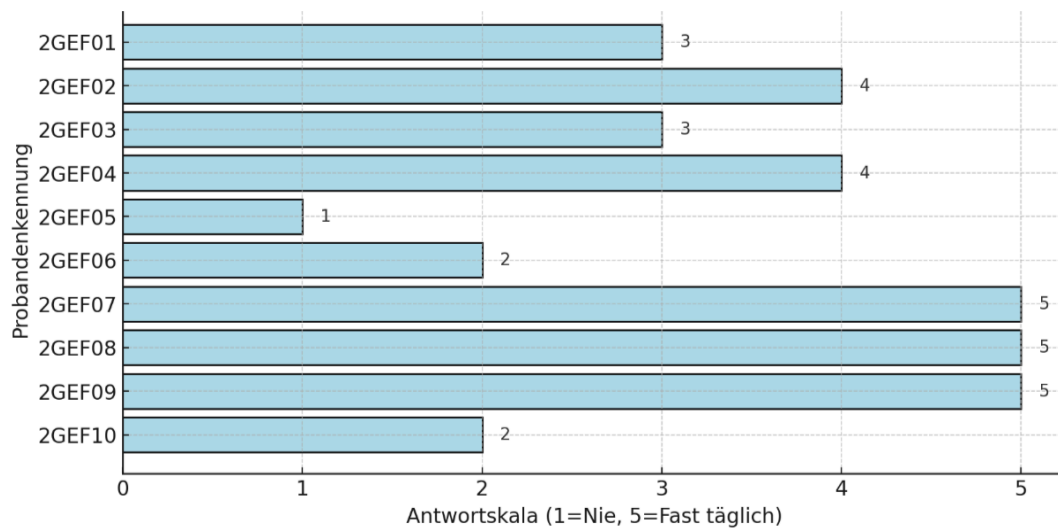


Abbildung 14: Schlafstörungen - Selbstbericht

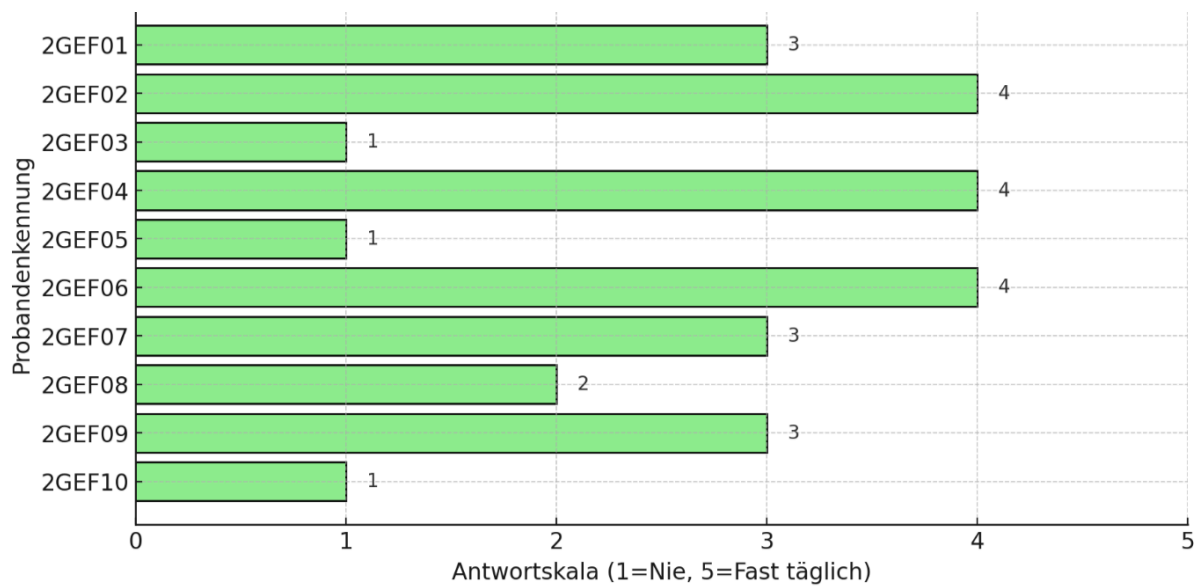


Abbildung 15: Rückenschmerzen - Selbstbericht

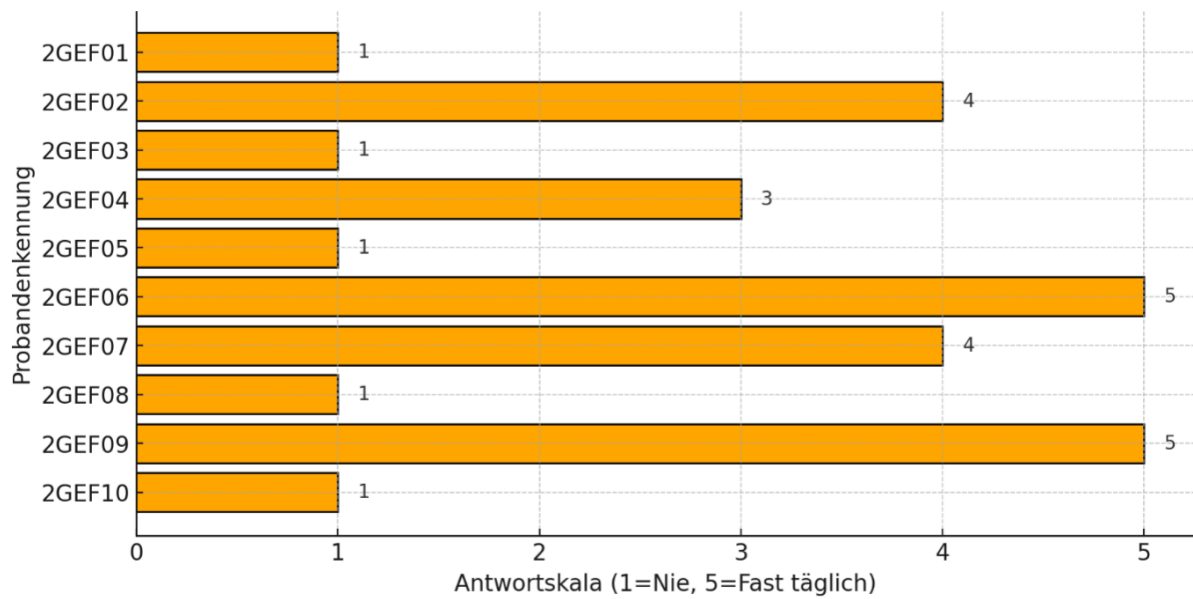


Abbildung 16: Nackenschmerzen - Selbstbericht

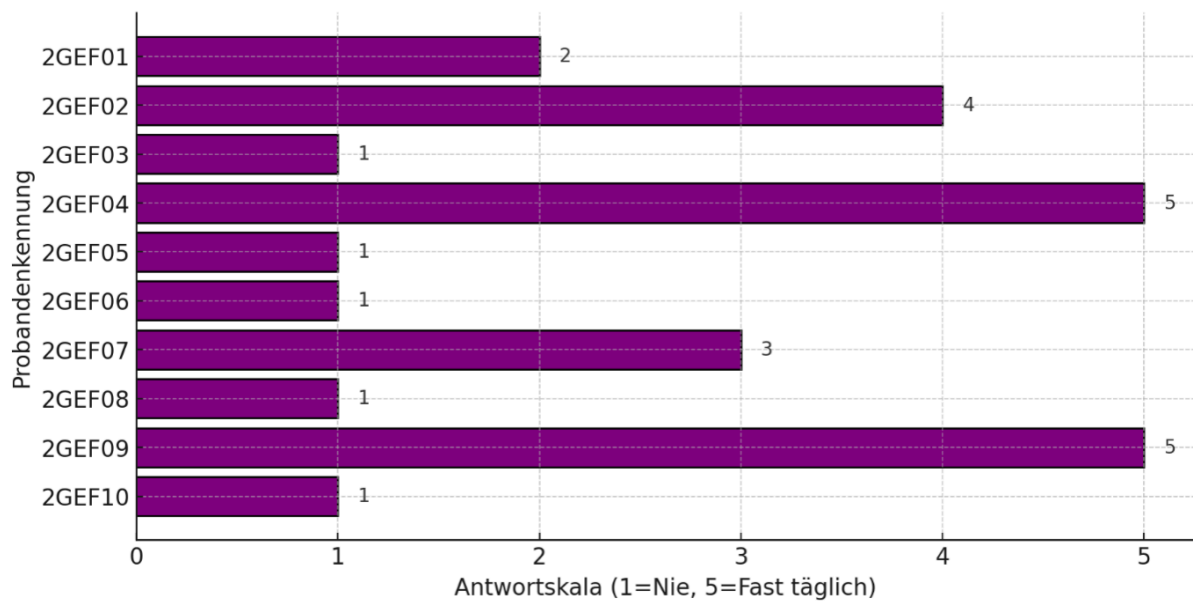


Abbildung 17: Schulerschmerzen - Selbstbericht

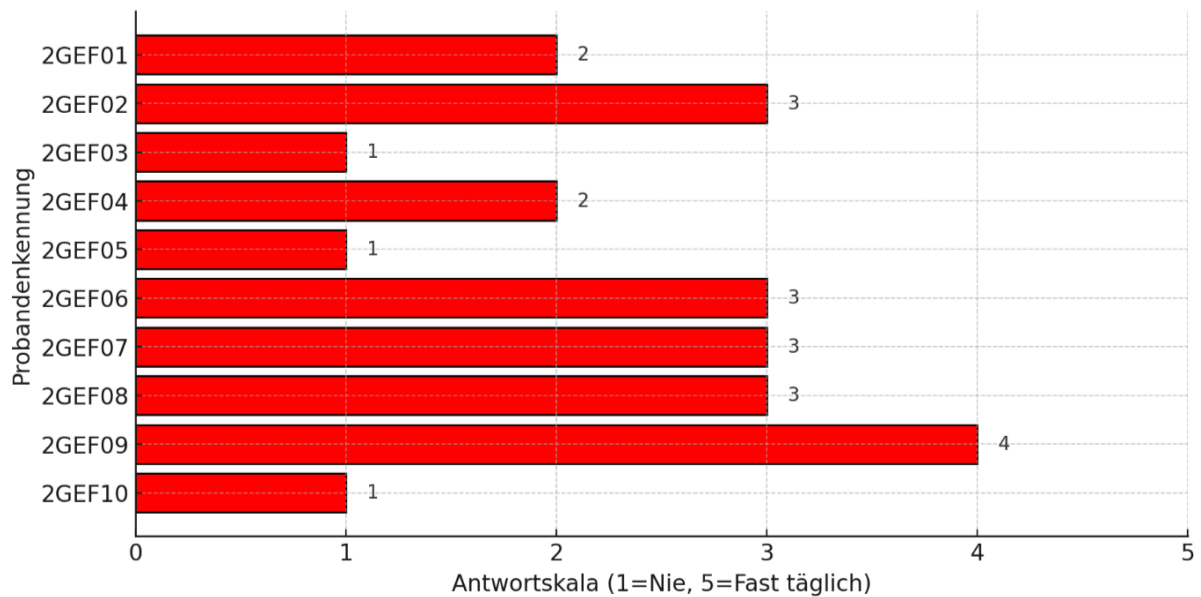


Abbildung 18: „Ganzer Körper verkrampft“ - Selbstbericht

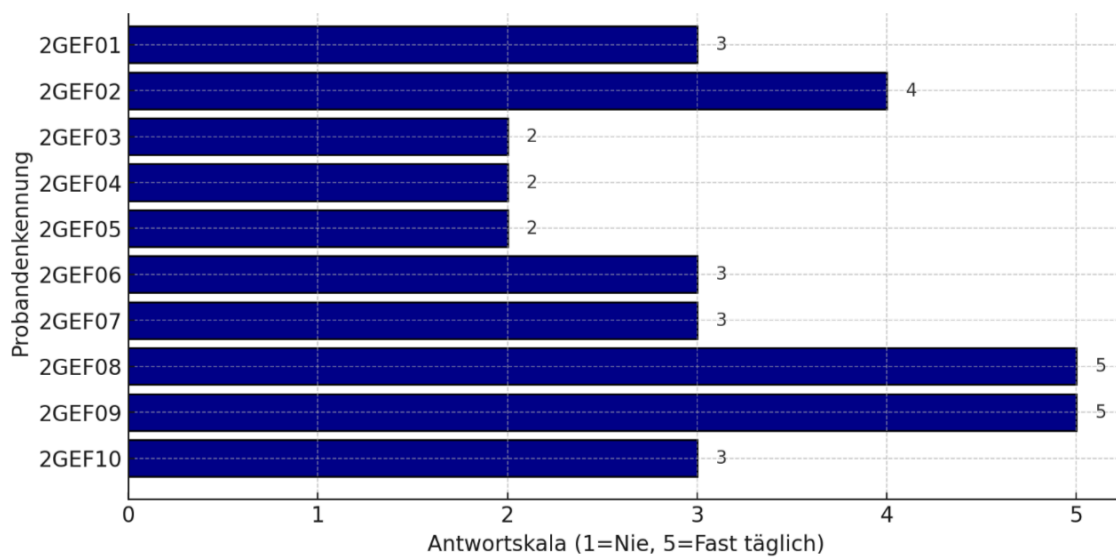


Abbildung 19: „Den ganzen Tag müde und zerschlagen“ - Selbstbericht

Die Befragten 2GEF09 und 2GEF07 gaben zusätzlich an, dass ihnen alle paar Tage übel sei.

Der zweite Abschnitt (**Abschnitt B**), dass Gewalterfahrungen mit einem erhöhten Risiko für psychische sowie physische Gesundheitsprobleme verbunden sind, wird somit verifiziert.

b. Hypothese 2

Zur Erinnerung. Soziale Unterstützung oder Therapie hilft Betroffenen signifikant bei der Bewältigung ihrer Erfahrungen.

Zum Familienhelfersystem

Das Familienhelfersystem dient der Unterstützung von Familien, insbesondere kinderreichen Haushalten, die sich in herausfordernden Lebenssituationen befinden. Laut der Definition des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) ist es darauf ausgelegt, Hilfe zur Selbsthilfe zu leisten, um die Lebensbedingungen der Familien zu stabilisieren und das Kindeswohl zu gewährleisten (BMFSFJ, Schriftenreihe, Band 182). Eine rechtliche Grundlage für entsprechende Maßnahmen bietet § 31 SGB VIII, der sozialpädagogischen Familienhilfe als eine Form der Unterstützung vorsieht, wenn die Erziehung des Kindes in der Familie nicht sichergestellt werden kann. Diese Maßnahme erfolgt in der Regel auf freiwilliger Basis und zielt darauf ab, Eltern in ihrer Erziehungskompetenz zu stärken sowie nachhaltige Verbesserungen im Familienalltag zu bewirken.

Viele der betroffenen Familien mit Unterstützungsbedarf nahmen tendenziell häufiger psychotherapeutische Unterstützung privat in Anspruch, anstatt staatliche Hilfsangebote zu nutzen. Dies deutet darauf hin, dass private und nichtstaatliche Unterstützungssysteme eine wesentliche Rolle in der Bewältigung individueller Herausforderungen spielen und staatliche Strukturen oft nicht die primäre Anlaufstelle darstellen.

Während der im Februar 2025 stattfindenden Konferenzwoche an der Leuphana Universität Lüneburg wurde eine Podiumsdiskussion durchgeführt, in der zahlreiche Themen diskutiert wurden. Dabei standen unter anderem der Schutz von Familien, Störungen des Familienlebens sowie deren Auswirkungen im Fokus.

An der Diskussion nahmen verschiedene Expert:innen und eine Betroffene teil, darunter Marion Grau (betroffene Mutter mit Fokus auf Entfremdung und Religion), Alexander Brolich (Volljurist und Verfahrensbeistand), RiAG Alexander Erbach, Prof. Dr. Christopher Schmidt (ehemaliger Familienrichter), Rechtsanwältin Susanne Lösing, Rechtsanwältin Wiebe Buschmann, Rechtsanwältin Stefanie Balke-Kricke sowie RiAG Agmal Hofyani.

Den Teilnehmenden wurde die Möglichkeit gegeben, den Expert:innen eigene Fragen zu stellen. Aufgrund der mäßigen Inanspruchnahme professioneller Unterstützung durch die 10 Proband:innen war es von besonderem Interesse, zu thematisieren, ob und inwiefern betroffene Familien Hilfsangebote des Familienhelfersystems annehmen und in welchem Maß sie bereit sind, sich auf Gespräche mit Fachkräften einzulassen sowie sich aktiv an Lösungsprozessen zu beteiligen.

Um diese Fragestellung zu vertiefen, wurde Rechtsanwältin Susanne Lösing explizit danach gefragt, ob Familien grundsätzlich dazu bereit seien, professionelle Unterstützung anzunehmen. Sie beantwortete diese Frage eindeutig mit „Ja“ und erläuterte, dass es nur

selten vorkomme, dass Eltern jegliche Unterstützung ablehnen. Vielmehr lasse sich beobachten, dass Eltern in der Regel offen für Veränderungen seien, sofern sie die Unterstützung als sinnvoll erachten und eine Verbesserung ihrer familiären Situation erwarten. Insbesondere das Kindeswohl stehe für die meisten im Mittelpunkt, weshalb sie tendenziell dazu bereit seien, sich auf Maßnahmen einzulassen, die als vorteilhaft für ihre Kinder wahrgenommen werden.

Diese Einschätzung wurde von Alexander Brolich bestätigt, der aus seiner Erfahrung, als Verfahrensbeistand berichtete, dass Eltern häufig schnell ihre grundsätzliche Bereitschaft signalisieren, an Veränderungen zu arbeiten. Dabei spiele die Wahrnehmung der eigenen Elternrolle eine entscheidende Rolle. Viele Eltern würden sich zunächst gegen die Vorstellung wehren, dass sie als „schlechte Eltern“ gelten könnten. Aussagen wie „Ich bin doch keine schlechte Mutter“ oder ähnliche Reaktionen zeigten, dass Eltern oft bemüht seien, ihr eigenes Handeln zu rechtfertigen. Dieser natürliche Verteidigungsmechanismus kann jedoch als Ausgangspunkt für konstruktive Gespräche genutzt werden, indem Fachkräfte den Eltern verdeutlichen, dass es nicht um Schuldzuweisungen, sondern um die Verbesserung der Lebensbedingungen für das Kind gehe.

Die Diskussion verdeutlichte, dass der Erfolg von Unterstützungsprozessen maßgeblich davon abhängt, inwieweit Fachkräfte eine vertrauensvolle Beziehung zu den Eltern aufbauen können. Der Zugang zu Hilfsangeboten wird nicht nur durch deren Verfügbarkeit bestimmt, sondern auch durch die Art und Weise, wie diese kommuniziert und vermittelt werden. Dies unterstreicht die Relevanz einer niedrighschwelligen, verständnisvollen und ressourcenorientierten Herangehensweise in der Arbeit mit betroffenen Familien.

Die qualitativen Interviews zeigen, dass die Betroffenen durch eigene Strategien versuchen, mit ihren Erlebnissen umzugehen. Dabei stehen Aspekte wie Selbsthilfe, persönliche Weiterentwicklung und die bewusste Distanzierung von belastenden familiären Strukturen im Vordergrund. So beschreibt eine befragte Person ihre Strategie als *„Hilfe zur Selbsthilfe. Aus der Situation befreien, Schule besuchen, um die Abhängigkeit vom Elternhaus zu brechen, Selbstbewusstsein aufbauen.“*(2GEFo4) Dies verdeutlicht den Wunsch nach Emanzipation, sowie die Bedeutung von Bildung als Schlüssel zur Selbstständigkeit.

Um einen Überblick über die Inanspruchnahme verschiedener Unterstützungsangebote durch die Interviewten zu gewinnen, wurde folgende Frage gestellt:

„Haben Sie sich in späteren Jahren Unterstützung gesucht, wie z. B. eine Therapie?“

Die Antworten wurden kategorisiert und zusammengefasst, um eine differenzierte Darstellung der in Anspruch genommenen Maßnahmen zu ermöglichen.

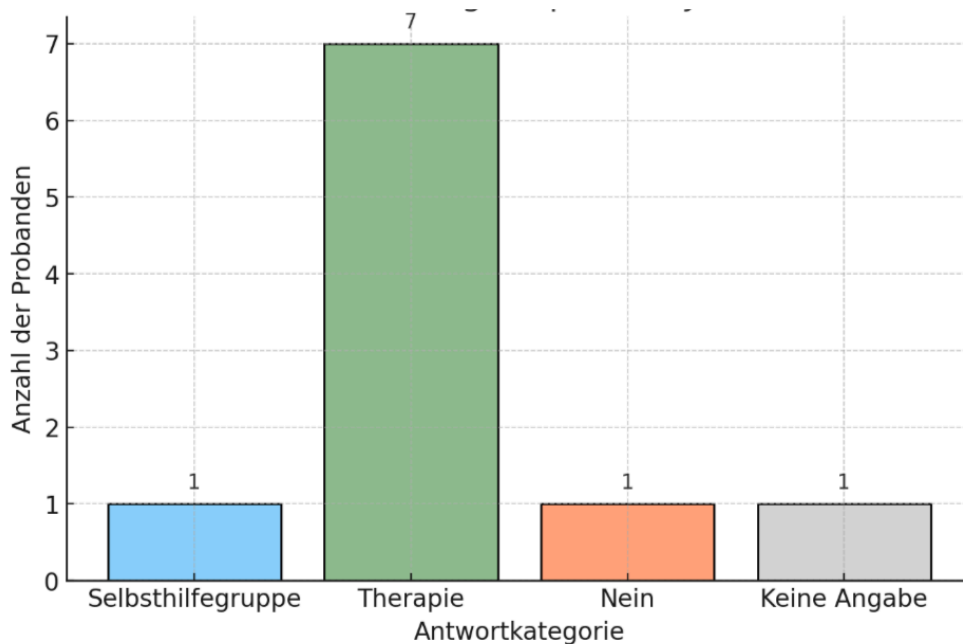


Abbildung 20: „Haben Sie sich in späteren Jahren Unterstützung gesucht, wie z.B. Therapie?“

Einige Proband:innen, wie beispielsweise 2GEFo3, äußerten sich positiv über ihre therapeutische Erfahrung: *„Ich hatte da nur drei Sessions tatsächlich. Über einen Monat. Das war mega. Nach drei Sessions ging es mir richtig, richtig gut.“* (2GEFo3)

Darüber hinaus betont Proband:in 2GEFo4 die Vorteile der Inanspruchnahme externer Unterstützung, insbesondere durch Schlichtungsstellen oder spezialisierte Institutionen, da diese eine objektivere Perspektive bieten könnten. Während offizielle Stellen grundsätzlich als hilfreich angesehen werden, werden gleichzeitig bestehende Herausforderungen sowie ein gewisses Misstrauen gegenüber bestimmten Institutionen, insbesondere Jugendämtern, thematisiert.

Der/die Proband:in 2GEFo2 unterstreicht die Bedeutung professioneller Unterstützung und hebt hervor, dass diese als hilfreich empfunden werde: *„Was mir spontan einfiel, war dieser Appell: Lasst euch helfen... Geht zu einer Therapeutin, zum Therapeuten. Dröselt das ein bisschen auf mit den Menschen zusammen, die da Erfahrung haben. Und ich denke, gerade mit Hilfe von Therapeutinnen lässt sich da vieles so ein bisschen auffangen.“*

Zugleich ist die Perspektive der während der Konferenzwoche anwesenden Expert:innen von besonderer Bedeutung. Diese betonten, dass der zugrundeliegende Konflikt, der für die Betroffenen besonders belastend ist, grundsätzlich lösbar erscheint. Besonders relevant in diesem Zusammenhang ist die Fähigkeit der Fachkräfte, den Betroffenen zu vermitteln, dass die Inanspruchnahme von Hilfe kein Zeichen von Schwäche, sondern ein konstruktiver Schritt zur Verbesserung sei.

Durch gezielte Interventionen und eine offene Gesprächsführung können gemeinsam Lösungsansätze entwickelt werden, die sowohl die individuellen Bedürfnisse der Betroffenen als auch vor allem das Kindeswohl berücksichtigen.

Anhand dieser Forschung wurde untersucht, welchen Einfluss soziale Unterstützung auf die Bewältigung der erlebten Gewalt haben. Die Ergebnisse zeigen, dass sieben Proband:innen eine Therapie und eine Person eine Selbsthilfegruppe in Anspruch genommen haben. Lediglich die Proband:innen 2GEFo2 und 2GEFo3 erwähnten explizit, dass die Therapie zu ihrer Bewältigung beigetragen haben.

Aufgrund dieser Tatsache konnte die zweite Hypothese, die einen signifikanten Zusammenhang zwischen sozialer Unterstützung und erfolgreicher Bewältigung annimmt, weder verifiziert noch falsifiziert werden. Weitere Forschung erforderlich.

14. Quellenangaben (Auswahl)

•	Butchart, A., Mikton, C., Dahlberg, L. L., & Krug, E. G. (2015). Global status report on violence prevention 2014. Issue Lab (Candid), 21(3), 213. https://doi.org/10.1136/injuryprev-2015-041640
•	Einbock GmbH (2024). Was ist Gewalt und welche Formen gibt es?. https://www.juraforum.de/lexikon/gewalt#:~:text=Eine%20juristische%20Definition%20liefert%20die,oder%20Willensbet%C3%A4tigung%20eines%20anderen%20zu. Aufgerufen am 06.03.2025.
•	examio GmbH (2022). Der Gewaltbegriff bei den §§ 240 und 253, 255 StGB. https://www.juracademy.de/recht-interessant/article/gewaltbegriff-240-253-255-stgb. Aufgerufen am. 06.03.2025
•	Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., Williamson, D. F., Spitz, A. M., Edwards, V., Koss, M. P., & Marks, J. S. (2019). REPRINT OF: Relationship of Childhood Abuse and Household Dysfunction to Many of the Leading Causes of Death in Adults: The Adverse Childhood Experiences (ACE) Study. American Journal of Preventive Medicine, 56(6), 774–786. https://doi.org/10.1016/j.amepre.2019.04.001
•	Hammer, W. (2024). Macht und Kontrolle in familienrechtlichen Verfahren in Deutschland: Eine Analyse medialer Falldokumentationen.
•	Infoportal häusliche Gewalt (2021, 21. Dezember): Häusliche Gewalt - Was ist das?. https://infoportal-haeusliche-gewalt.de/de/haeusliche-gewalt/haeusliche-gewalt-was-ist-das/ Aufgerufen am. 06.03.2025
•	Murray, C., Lopez, A., Rodgers, A., Vaughan, P., Prentice, T., Edejer, T. T.-T., Evans, D., Lowe, J., & World Health Organization. (2002). The World health report: 2002: Reducing risks, promoting healthy life.
•	Schneider, C. (2024, 15. November). Niemals Gewalt gegen Kinder UNICEF-Statement. Deutsches Komitee für UNICEF e.V.. https://www.unicef.de/informieren/aktuelles/blog/-/niemals-gewalt-gegen-kinder/274692 . Aufgerufen am. 06.03.2025 https://www.unicef.de/informieren/aktuelles/blog/-/niemals-gewalt-gegen-kinder-studie/274968 . Aufgerufen am. 06.03.2025

15. Anhang

14.1 2GEFo1

Sprecher 1 (0:13) Erstmal, wie alt bist du?

Sprecher 2: Ich bin 2X.

Sprecher 1 (0:20) Und zu welchem Geschlecht fühlst du dich zugehörig?

Sprecher 2 (0:24) Weiblich. (0:25)

Sprecher 1 Und sind Sie in Deutschland aufgewachsen oder haben Sie einen Migrationshintergrund?

Sprecher 2 (0:32) Ich bin in Deutschland aufgewachsen und habe keinen Migrationshintergrund.

Sprecher 1 (0:37) Und wie würden Sie den sozioökonomischen Status Ihres Elternhauses einschließen? (...)

Sprecher 2 (1:01) Sechs überdurchschnittlich.

Sprecher 1 (1:12) Und wie ist Ihr eigener sozioökonomischer Status?

Sprecher 2 (1:18) Das gleiche, weil ich nach vorne meiner Familie gehe.

Sprecher 1 (1:27) Und welcher ist Ihr höchster bis zu lange erreichter Abschluss?

Sprecher 2 (1:31) Abitur.

Sprecher 1 Und haben Sie welche Geschwister oder Halbgeschwister, Stiefgeschwister?

Sprecher 2 (1:42) Ich habe eine große Schwester und einen jüngeren Bruder.

Sprecher 1 (1:47) Und hast du selbst Kinder?

Sprecher 2 (1:49) Nee.

Sprecher 1 Blieben Ihre Eltern bis zu ihrer Vorjährigkeit zusammen?

Sprecher 2 (2:04) Ja, sie sind auch immer noch zusammen.

(2:05) Immer noch zusammen, okay. (2:07) Und auch wenn irgendwelche Fragen nicht okay sind, kannst du es ganz einfach sagen. (2:12) Und wir können einfach skippen, einfach, womit du okay bist.

Sprecher 1 (2:22) In welchem Alter sind die ausgezogen?

Sprecher 2 (2:25) Gar nicht. (2:25) Gar nicht, ja. (2:28)

Sprecher 1 Und wie ist die Beziehung zu deiner Mama?

Sprecher 2 (2:36) Ja, größtenteils ganz gut, glaube ich. (2:39) Also ich glaube, es gibt immer so ein paar Schwierigkeiten. (2:46) Ja, ich weiß nicht.

(2:49) Jetzt generell zu beiden Elternteilen habe ich so ein bisschen Probleme mit der Kommunikation, wenn es mir nicht gut geht. (2:58) Das ist auch schon irgendwie sehr lange so. (3:01) Ich bin auch Mittelkind, also irgendwie kann das vielleicht irgendwie was damit zu tun haben.

(3:07) Und mit meiner Mutter spezifisch, weiß nicht. (3:11) Bei ihr ist das Thema Ernährung sehr groß, was mich manchmal ein bisschen stört. (3:15) Aber da kommuniziere ich auch nicht wirklich drüber. (3:27) Ja, ansonsten eigentlich ganz gut. So 5 bis 6 würde ich sagen, sehr gut.

Sprecher 1 (3:45) Und zu deinem Papa spezifisch?

Sprecher 2 (3:48) 6. Sehr gut. (3:58) Wir sehen uns halt teilweise nicht so häufig. (4:01) Also mittlerweile ist es besser, weil er irgendwie andere Arbeitszeiten hat. (4:05) Aber ansonsten haben wir uns teilweise mehrere Tage nicht gesehen und wir halt zusammen in einem Haus wohnen. (4:11) So, dass er manchmal irgendwie nicht mitbekommt, weil ich das Wochenende weg war oder so. (4:17) Aber eigentlich verstehen wir uns sehr, sehr gut.

Sprecher 3 (4:20) Macht dich das eher sehr traurig, dass du ihn dann länger nicht siehst? (4:23) Oder ist es einfach so okay?

Sprecher 2 (4:25) Nee, ist okay.

Sprecher 1 (4:41) Wenn du jetzt an das Zuhause sein denkst, würdest du sagen, das ist ein Wohlfühlort für dich? (4:48) Oder ist es eher ein Ort, wo du das Gefühl hast, du musst dich eigentlich mal zurückziehen?

Sprecher 2 (4:54) Also generell bin ich schon viel zu Hause, aber schon auch eigentlich größtenteils immer im Zimmer. (5:00) Also im Wohnzimmer oder sowas sitze ich eigentlich nur, wenn niemand da ist, niemand anderes da ist. (5:06) Das hat sich über die Jahre ein bisschen verbessert, aber größtenteils halte ich wirklich mein Zimmer als Rückzugsort. (5:15) Ja, und da ist es mir dann auch wichtig, meine Alleinzeit zu haben.

Sprecher 1 Und ist es so, dass dann Eltern immer reinkommen können? (5:22) Oder ist es wirklich so strikt, das ist dein Zimmer und eigentlich möchtest du nicht?

Sprecher 2 (5:27) Nee, theoretisch können sie auch immer reinkommen, tun sie es eigentlich auch. (5:31) Aber dann halten die normalerweise nicht für längere Sachen, sondern halt mal kurz irgendwie.

Sprecher 1 Und wie fühlst du dich psychisch, also gesundheitlich? (5:48) In der psychischen Gesundheit?

Sprecher 2 (5:51) Also theoretisch gehe ich zur Therapie. (5:56) Ich hatte vor ein paar Jahren angefangen, 20XX. (6:01) Und dann hatte ich 20XX aufgehört damit. (6:04) Und dann jetzt vor ein paar Wochen irgendwann, September, angefangen wieder woanders. (6:12) Ja, ich weiß nicht, wie detailliert ich darauf jetzt eingehen soll, aber an sich fühle ich mich eigentlich ganz okay, größtenteils im Durchschnitt.

Sprecher 1 (6:37) War das bezogen auf dein Elternhaus, dass du zur Therapie gegangen bist?

Sprecher 2 (6:45) Also der Ursprung war, dass es mir 20XX nicht gut ging und ich dann so ein bisschen auf den Wunsch meiner Eltern hin das erste Mal bei einer Therapeutin war. (6:56) Treibende Kraft war da vor allem meine Mutter. (7:00) Ja, da wurde sich auch irgendwie viel Sorgen gemacht. (7:04) Und dann war ich 20XX für einen längeren Zeitraum, also für drei Monate in der Klinik. (7:11) Und da war auch ein Thema eigentlich, darüber zu reden, wieso die Kommunikation zwischen mir und meinen Eltern irgendwie in dem Bereich so gar nicht gut funktioniert. (7:22) Tut es auch immer noch nicht tatsächlich.

(7:25) Also wenn es mir nicht gut geht, rede ich da eigentlich nicht drüber mit denen. (7:29) Und da hatten wir auch letztens eine Konversation darüber, dass sich meine Mutter daran erinnert, dass die Gespräche mit meinen Therapeuten aus der Klinik und meinen Eltern halt oft irgendwie anfangs darüber war, um einzuschätzen, wie der Familienzustand so sein muss, damit ich so komplett schweigsam irgendwie über die ganze Situation da war. (7:52) Ja, ich weiß auch nicht so ganz, wieso das so ist. (7:55) Aber es ist bestimmt was, was ich jetzt in der Therapie irgendwie nochmal wieder angehe. (8:00) Ja, also ist schon auch ein Faktor in so meiner Therapiezeit.

Sprecher 1 (8:09) Also auch, dass du herausfinden möchtest, wieso du dich so verhältst gegen deine Eltern, weil du es einfach nicht selbst verstehst.

Sprecher 2 (8:15) Ja.

Sprecher 1 (8:16) Okay. (8:20) Und wenn du das auf einer Skala jetzt gerade betrachten würdest, deine psychische Gesundheit, wenn du das gerade kannst, zwischen 1 bis 9, wie würdest du das da einranken? (8:38) Und wenn du dich physisch, diesmal gesundheitlich, betrachtest, wie würdest du dich da sehen?

Sprecher 2 (8:48) Ja, auch auf der gleichen Skala. (8:52) Ja, ist ja auch zu sagen, was Schönes. (8:54) Also ich ernähre mich ein bisschen schlecht. (8:57) Das ist insgesamt ein großes Thema so ein bisschen. (8:59) Aber ich bewege mich jetzt auch wieder ein bisschen mehr, weil ich jetzt ein bisschen mehr Fahrrad fahre. (9:08) Ansonsten habe ich nicht wirklich große körperliche Probleme. (9:12) Außer dass meine Knie ein bisschen rummeckern nach und zu.

Sprecher 1 (9:17) Und weil du sagst, du ernährst dich nicht so gut, ist das bezogen auf die Menge, die du isst oder die Qualität des Essens? (9:25)

Sprecher 2 Eher auf die Qualität des Essens, aber ja.

Sprecher 1 (9:29) Ist das so eine Art Coping-Mechanism für dich? (9:31)

Sprecher 2 Ja, das auf jeden Fall, auch schon sehr lange. (9:34) Also ich glaube, von den verschiedensten Sachen, die mich psychisch irgendwie mitnehmen, ist das wahrscheinlich das, was am längsten bei mir ist. (9:40) Das ganze Thema Ernährung.

Sprecher 1 (9:46) Und kann ich auch fragen, als was du diagnostiziert würdest, weshalb du dann auch in die Klinik gegangen bist?

Sprecher 2 (10:01) 20XX hat mich meine damalige Therapeutin zu dem Zeitpunkt schwergradige Depressionen diagnostiziert. (10:16) Dann in den Klinikberichten. (10:19) Ich war vor meinem Aufenthalt 20XX noch zweimal auf der Akutstation. (10:24) Ich weiß nicht, auf welchem Bericht wurden mir mittelschwere Depressionen diagnostiziert. (10:33) Ich würde sagen, ich hatte das aber auch schon, bevor ich die Diagnose bekommen habe. (10:39) Ja, dann irgendwann XX, 22 noch eine soziale Angststörung von meiner Therapeutin. (10:47) Aber halt auch nicht so ganz offiziell, sondern sie hat mir halt irgendwie einen Zettel gegeben, wo drauf stand, wenn dir deine Therapeutin das gibt, dann denkt sie, du hast eine soziale Angststörung. (10:57) Zwischenzeitlich war so ein bisschen so auf der Kippe zwischen Essstörung und nicht, aber auch keine richtige Diagnose.

Sprecher 1 (11:09) Und körperlich gesehen beschweren nur Knie?

Sprecher 2 (11:12) Ja, weil die halt auch eigentlich keine richtige körperliche Erklärung haben. (11:19) Kein Entzündungswert oder sowas. (11:22) Meine Theorie ist so ein bisschen, dass es psychosomatisch ist. (11:25) Das habe ich mir nicht in Therapie angesprochen, weil wir immer was anderes zu besprechen haben. (11:29) Aber das passt so ein bisschen zeitlich in den Zeitraum, wo es mir angefangen hat, immer schlechter zu gehen. (11:34) Okay. (11:35) Es hat sich angefangen, anders zu gehen. (11:40) Ist auch nur eine eigene Theorie.

Sprecher 1 (11:53) Wie war die Stimmung und die Atmosphäre bei Ihnen zu Hause, als Sie aufgewachsen sind?

Sprecher 2 (12:06) Ja, eigentlich ganz gut. (12:08) Es gab so ein paar Auseinandersetzungen (12:10) Also teilweise war früher immer relativ laut der Streit zwischen meinen Eltern, vor allem seitens meiner Mutter. (12:18) Aber der ist jetzt nicht besonders... (12:20) Also es ist jetzt nicht so, dass sie ganz oft gestritten haben, aber halt wenn, dann irgendwie schon sehr intensiv. (12:25) Ja. (12:26) Mein Bruder ist autistisch, Richtung Asperger. (12:31) Und der hatte öfter Probleme oder hatte früher noch öfter Probleme, als heute seine Wut zu kontrollieren so ein bisschen. (12:39) Und irgendwie, ja, so damit umzugehen halt. (12:44) Und das hat halt besonders jetzt in den Jahren, wo er jetzt intensiv in die Pubertät gekommen ist, irgendwie noch mal zu viel Unruhe zu Hause gesorgt. (12:51) Wir teilen uns eine Zimmerwand, die sehr dünn ist. (12:54) Das heißt, das habe ich immer sehr aktiv mitbekommen, wenn da irgendwie viel geschrien wurde.

(12:57) Ich würde sagen, das hat mich auf jeden Fall schon auch sehr belastet. (13:00) Das war so 2021, glaube ich, wo ich das relativ viel mitbekommen habe. (13:05) 2021, 2022 vielleicht. (13:08) Mittlerweile haben wir jetzt eine dickere Wand da zwischen unseren Zimmern, aber es ist auch nicht mehr so häufig oder so schlimm, die Streitung. (13:16) Und ja, früher in der Kindheit gab es irgendwann so eine Eskalationssituation zwischen meinem Bruder und mir. (13:23) Aber das ist jetzt

nicht so die Alltagsstimmung. (13:26) Die Alltagsstimmung ist eigentlich ganz gut. (13:32) Es ist nicht so ein komplett aktives Familienleben. (13:36) Wir machen alles zusammen. (13:37) Wir sind ja so ein bisschen halt so vier, fünf Individuen.

Sprecher 1 (13:40) Und dann zwangshaft abends zusammen Abendessen?

Sprecher 2 (13:44) Doch, eigentlich schon, aber nicht zwangshaft. (13:47) Also mein Bruder ist eigentlich nicht mehr mit uns Abendbrot. (13:52) Früher war es schon so, dass wir eigentlich immer zusammen gegessen haben abends. (13:56) Mittlerweile ist meine Schwester ausgezogen und mein Bruder ist einfach sehr viel unterwegs. (14:02) Und selbst wenn er da ist, will er dann lieber vorm Computer sitzen und zocken und mit seinen Freunden telefonieren. (14:09) Genau, mittlerweile ist es auch weiter so, dass dann irgendwie mein Vater noch nicht da ist und dann sind es nur meine Mutter und ich oder so. (14:17) Ja, oder wenn ich spät nach Hause komme, nur ich oder so. (14:19) Also das hat sich auf jeden Fall sehr gelockert über die Jahre.

Sprecher 1 (14:24) Und gab es bestimmte Regeln oder Erwartungen im Haushalt? (14:30) Die sehr streng durchgesetzt wurden? (14:36)

Sprecher 2 Ich glaube nicht.

Sprecher 1 (14:40) Also einfach, ihr konntet machen, was ihr wolltet?

Sprecher 2 (14:44) Also nichts, woran ich mich jetzt fest erinnern würde. (14:48) Also es gab bestimmt Regeln, aber jetzt nicht so, dass ich mich komplett an irgendwas erinnern würde, das mich jetzt eingeschränkt hätte.

Sprecher 1 (14:59) Würdest du eher sagen, dass deine Eltern bezüglich deiner mentalen Situation eher sehr supportive darauf zugekommen?

Sprecher 2 (15:06) Ja, das auf jeden Fall.

Sprecher 1 (15:11) Und hast du in der Familie jemals Formen von Gewalt erlebt?

Sprecher 2 (15:16) Also halt das mit meinem Bruder, sagen wir mal so. (15:19) Ich weiß nicht, wie alt wir da waren. (15:21) Ich glaube, ich war XX bis XX und er war dann XX bis XX. (15:26) Ich weiß es nicht. (15:29) Da waren wir gleich zu zweit zu Hause und ich habe Nintendo gespielt, ausgeliehen von meiner großen Schwester. (15:35) Und dann sind wir irgendwie darüber in einen Streit gekommen, wo wir dann ein bisschen gerangelt haben, als nichts Unnormales. (15:43) Dann ist er irgendwie runtergegangen und mein Zimmer ist aber über der Küche und ich habe irgendwie gehört, dass er in die Küche gegangen ist. (15:49) Und dann habe ich meine Zimmertür blockiert gehabt mit meiner Schreibtischstuhle. (15:55) Und danach hat er so mit einem Messer die Tür so angeschnitten gehabt. (16:03) Und dann ist irgendwann mein Vater nach Hause gekommen, nach oben und das Messer lag dann irgendwie da noch. (16:09) Aber ich erinnere mich nie daran, dass wir wirklich so als Familie darüber gesprochen haben. (16:14) Tatsächlich haben wir vielleicht in dem Kontext für eine neue Tür bestellt haben oder keine Ahnung was. (16:21) Aber daran

erinnere ich mich gar nicht. (16:23) Ich erinnere mich auch nicht genau, wie alt wir da halt waren, nur noch so ein bisschen an die Situation.

Sprecher 1 (16:30) Würdest du sagen, es hat was psychisch mit dir auch angestellt?

Sprecher 2 (16:33) Ja, auf jeden Fall. (16:34) Das habe ich, glaube ich, einfach sehr lange nicht so aktiv wahrgenommen, aber ich bin eigentlich schon ein konfliktscheuer Mensch eigentlich. (16:42) Ich kann mir vorstellen, dass es damit was zu tun hat, dass das halt irgendwie verbunden ist damit, dass ich keine Lust auf Konflikte habe.

Sprecher 1 (16:55) Hast du manchmal Angst vor deinem Bruder?

Sprecher 2 (16:57) Nee, überhaupt nicht. (16:59) Ich würde sagen, unsere Beziehung ist auf jeden Fall nicht besonders eng, aber ich kann auch einfach daran liegen, dass wir so ein bisschen einfach parallel voneinander leben und auch einfach jetzt in einem Alter sind, wo Geschwister nicht so die enge Beziehung haben, besonders irgendwie Schwestern, Bruder. (17:19) Ja, also... (17:20) Ja, ich würde sagen, es hat uns nicht komplett grundsätzlich verändert, die Beziehung.

Sprecher 1 (17:28) Gab es irgendwelche anderen Fälle, an die du dich Erinnerst, wo du weißt, okay, dann hatte ich zum ersten Mal das Gefühl, ich hatte ein Gewalterlebnis zu Hause? (17:40) Oder war das wirklich das Erste? (17:41)

Sprecher 2 Ich glaube, das ist das Erste und Einzige, also zumindest von so physischer Gewalt. Es gab halt so eine Situation, wo ich anfangs, das war gar nicht so lange her, 2, 3 Jahre irgendwie, Anfang des Jahres irgendwie emotional sehr leicht in Tränen ausgebrochen bin und meine Mutter dann aber in mein Zimmer gekommen ist und dann halt nicht gegangen ist und wo ich mich dann irgendwie, ja, meine Privatsphäre verletzt gefühlt habe und das nicht gut aussehen konnte.

Sprecher 1 Und kannst du beschreiben, wie sich die Familien miteinander verhalten haben? (18:34) Du hast gesagt, die haben es eigentlich nur ignoriert.

Sprecher 2 (18:37) Oder ich erinnere mich nicht dran. (18:38) Es wurde bestimmt nicht komplett ignoriert irgendwie, aber seit den Jahren daher haben wir nie drüber gesprochen.

Sprecher 1 (18:45) Würdest du sagen, du Erinnerst dich nicht dran, weil dein Kopf es so ein bisschen verstecken wollte oder einfach, weil du zu jung warst?

Sprecher 2 (18:53) Ich glaube, es ist vielleicht eine Mischung von beiden. (18:55) Ich kann mich generell gar nicht so gut an viele Sachen aus der Kindheit erinnern, also bestimmt an viele einzelne Sachen, aber jetzt nicht so an so eine Alltagssituation wie wir am Esstisch sitzen und auch mal reden. (19:09) Okay.

Sprecher 1 (19:56) Z.B. haben die eigenen Eltern Gewalt im Haus erlebt?

Sprecher 2 (20:04) Soweit ich was weiß, nicht. (20:07) Bei meinem Vater ist es so, dass seine Schwester relativ früh verstorben ist, als ich X war oder so. (20:19) Ich

weiß nicht, wieviel an ihm das beeinflusst, aber sein Vater ist auch schon ein paar Jahre davor gestorben.

(20:25) Ich glaube, bei ihm ist seine Familie bestimmt was, was ihn mitnimmt, weil meine Oma väterlicherseits auch 20XX Anfang des Jahres gestorben ist. (20:38) Er hatte davor eine einigermaßen lange Geschichte mit Alzheimer. (20:43) Wo er auch viel mit Betroffenen von war, sich sehr aktiv dafür gekümmert hat. (20:51) Ich glaube, das hat ihm schon viel in seinem Handeln beeinflusst. (20:56) Nichts, was ich offensichtlich sehen kann. (20:58) Aber ich denke schon, dass es einen Einfluss auf ihn gehabt haben wird. (21:04) Ansonsten, wie die aufgewachsen sind, wer weiß, was die da für Werte mitbekommen haben. (21:10) Ich bin mit meinen anderen Großeltern, sind bei uns Nachbarn, haben ein gutes Verhältnis. (21:18) Meine Mutter hat auch eine Schwester, aber die lebt in (Bundesland) irgendwo.

(21:24) Die ist zum Beispiel nicht zum 50. (21:28) Geburtstag meiner Mutter gekommen. (21:30) Was meine Mutter schon ein bisschen doof fand. (21:37) Die beiden kenne ich jetzt nicht so, dass sie die engste Schwesterbeziehung zueinander haben. (21:42) Auch nicht komplett auseinandergelebt, aber schon auch nicht super intensiv. (21:47) Kann ja früher anders gewesen sein.

(21:53) Ansonsten ist sie auch noch viel geprägt davon, dass wir so nah an ihren Eltern leben. (21:58) Ich glaube, das war alles gut. (22:00) Aber hat einen schlechten geprägt? (22:01) Nee, einen guten.

Sprecher 1 (22:15) Wie würdest du die Konfliktsituation in dem Elternhaus einstufen zwischen 1 und 7?

Sprecher 2 (22:25) Zum jetzigen Zeitpunkt gibt es auf jeden Fall noch oft Konflikte. (22:32) Aber auf jeden Fall mit einer besseren Atmosphäre als früher. (22:37) Oder zumindest, wie ich mich erinnern kann. (22:39) Es sind weniger Streit, die in lauten Wortkonflikten enden. (22:46) Ich weiß nicht, ob es tatsächlich weniger Streit sind. (22:50) Es ist eher eine Atmosphäre der Genervtheit. (22:56) Dass das und das am Ende des Tages nicht gemacht wurde, seitens meiner Mutter. (23:02) Da würde ich vielleicht 5-6 eher einstufen.

Sprecher 1 (23:09) Haben deine Eltern, also die Kinder, in den Elternkonflikten involviert? (23:15) Hast du dich oder deinen Bruder oder deine Schwester involviert? (23:19)

Sprecher 2 Nee, ich glaube, wir haben uns da alle rausgehalten.

Sprecher 1 (23:22) Es ging auch von den Eltern aus?

Sprecher 2 (23:24) Ja. (23:25) Ich glaube, meine Schwester hat sich da vielleicht mal eingemischt. (23:30) Nicht so oft, dass es bedeutend wäre. (23:33) Dass es ihre Rolle gewesen wäre.

Sprecher 1 (23:39) Wie viel Konfliktschutz hast du als Kind erfahren? (24:18) Und dann noch mal die Skala von 1 bis 7.

Sprecher 2 (24:22) Ich würde sagen 6. (24:23) Die haben uns einfach nicht inkludiert. (24:26) Die haben das unter sich ausgemacht.

Sprecher 1 Und wie viele Zuwendung hast du als Kind erfahren?

Sprecher 2 (24:54) 5 bis 6.

Sprecher 1 (25:21) Wie stark ist deine aktuelle Bindung zu deinen Bezugspersonen? (25:29) Wer sind deine Bezugspersonen?

Sprecher 2 (25:33) An die Personen, an die ich mich wende, wenn es mich gut geht. (25:37) Ich würde sagen, das sind Freunde eher. (25:40) Aber eigentlich wende ich mich auch nicht an die, wenn ich Probleme habe. (25:43) Eigentlich mache ich das mit mir selbst aus. (25:46) Und wende dann in Therapie. (25:48) Aber ich habe auch nicht eine sehr enge Beziehung.

Sprecher 1 (25:53) Du bist eher nicht bereit, gewisse Bindungen in dem Kontext zu etablieren?

Sprecher 2 (26:03) Ich habe früher auch mit Freunden darüber geredet. (26:08) Aber es ist verstärkt aufgekommen, dass ich keine Lust habe, mit Freunden darüber zu reden. (26:16) Während es mir schlecht geht, dann schon manchmal. (26:20) Wenn die da sind. (26:21) Aber ich würde mich nicht aktiv an jemanden wenden.

Sprecher 1 (26:32) Und wenn du jetzt auf einer Skala von 1 bis 7 betrachten würdest, diese Bezugsperson heißt dann Freunde, wie stark wäre da dieser Kontakt zu denen in dem Bezug?

Sprecher 2 (26:52) Die beiden, an die ich mich wenden würde, wohnen mittlerweile beide nicht mehr richtig hier. (26:58) Der eine ist jetzt nur nach Stadt gezogen. (27:01) Aber die andere wohnt schon seit 2 Jahren in Bundesland. (27:06) Und wir sind beide nicht die Menschen, die regelmäßig schreiben oder telefonieren. (27:11) Deswegen ist das gar nicht so groß. (27:18) Eine Dritte noch ist meine Nachbarin, die in meiner Kindheit meine beste Freundin war. (27:27) Wenn was da ist, dann ist sie am ehesten da. (27:31) Aber einmal habe ich mich aktiv auf der Suche nach ihr gegeben. (27:39) Aber ich weiß nicht. (27:44) Die Fünf.

Sprecher 1 Und hast du Kontakt als Kind mit Familiengerichten oder Jugendämtern oder Rechtsanwälten oder Sachverständigen gehabt? (28:08) Sprecher 2 Nicht, dass ich das mitbekommen hätte. (28:12)

Sprecher 1 Und würdest du die Professionellen wieder in Anspruch nehmen, beziehungsweise weiterempfehlen?

Sprecher 2 (28:21) Professionelle? (28:24) Oder halt in eine Therapie oder sowas.

Sprecher 1 (28:26) In eine Therapie weiterempfehlen.

Sprecher 2 (28:28) Generell für alle.

Sprecher 1 (28:49) Welche Strategien haben sich dort entwickelt, um mit so Gewalt in deinem Alltag umzugehen?

Sprecher 2 (28:56) Ich habe ja nicht wirklich Gewalt in meinem Alltag. (28:58) Deswegen habe ich dagegen keine richtigen Strategien. (29:01) Ich bin bei meiner Verhaltenstherapie 2,5 Jahre gewesen.

(29:06) Das finde ich schwierig, das zusammenzufassen. (29:09) Ja. (29:13) Ich schätze, das ist nichts, was ich darin gelernt habe. (29:16) Ich betreibe immer noch viel Vermeidung. (29:19) Besonders was Konfliktsituationen angeht, schätze ich. (29:25) Oder wenn es zu einer Konfrontation kommt, auch wenn es freundlich ist, will ich dann sehr schnell, dass die beendet wird. (29:31) Wenn sich über ein emotionales Thema unterhalten wird, bin ich dann sehr schnell. (29:36) Ja, okay, ich trete drüber nach. (29:39) Ja.

Sprecher 1 (29:40) Du magst da nicht drauf eingehen.

Sprecher 2 (29:42) Nee. (29:44) Ich habe kein Problem damit, über emotionale Sachen mit fremden Leuten zu sprechen. (29:52) Aber mit der Familie muss das ganz strikt getrennt sein. (29:55) Nee.

14.2 2GEFo2

Sprecher 1 Also erste Frage, wie alt sind Sie?

Sprecher 2 (2:25) Ich bin 6X.

Sprecher 1 (2:27) Okay. (2:29) Zu welchem Geschlecht fühlen Sie sich zugehörig? (2:31) Mann, Frau oder auch divers?

Sprecher 2 (2:33) Frau.

Sprecher 1 sind Sie in Deutschland aufgewachsen? (2:39) Und wenn nein, haben Sie einen Migrationshintergrund? (2:42)

Sprecher 2 Ich bin hier aufgewachsen.

Sprecher 1 (2:46) Wie würden Sie den sozioökonomischen Status Ihres Elternhauses einstufen? (2:52) Also Bildung, Einkommen, Beruf als eher niedrig oder höher von Ihrem Elternhaus quasi? (2:59)

Sprecher 2 (3:12) Hm, ich würde sagen 3.

Sprecher 1 Wie ist Ihr eigener sozioökonomischer Status? (3:20) Das ist mit der gleichen Skala, also 1 sehr niedrig, 7 der höchste Status.

Sprecher 2 (3:26) 4.

Sprecher 1 (3:29) Okay, welcher ist Ihr höchster bislang erreichter Abschluss?

Sprecher 2 (3:38) Nein, ich habe nicht studiert, ich habe Abitur gemacht.

Sprecher 1 (3:44) Haben Sie Geschwister und oder Halbgeschwister?

Sprecher 2 (3:48) Ja, ich habe einen Bruder.

Sprecher 1 (3:50) Und welches Alter hat Ihr Bruder? (3:52)

Der ist jünger als ich, der ist jetzt gerade, lass mich überlegen, der ist gerade 5X geworden. (4:00) Okay, alles klar.

Sprecher 1 (4:01) Haben Sie eigene Kinder? (4:03)

Sprecher 2 Nein, keine Kinder.

Sprecher (4:06) Blieben Ihre Eltern bis zu Ihrer Vorjährigkeit zusammen?

Sprecher 2 (4:11) Ja.

Sprecher 1 (4:12) Okay. (4:14) In welchem Alter sind Sie ausgezogen?

Sprecher 2 (4:22) Ich war 21. (4:28)

Sprecher 1 Also wie ist oder war die Beziehung zu Ihrer Mutter?

Sprecher 2 (4:42) Eher so 3. Ich hatte immer das Gefühl, ich war nicht gut genug. (4:57) Nicht, ja, einfach nicht gut genug und ich war kein Mann, ich war ein Mädchen. (5:02) Und mein Bruder war irgendwie der kleine Prinz.

Sprecher 1 (5:05) Okay, wie ist oder war die Beziehung zu Ihrem Vater?

Sprecher 2 (5:16) Die würde ich bei 4 verorten. (5:19) Einfach, weil das zwischen Vater und Tochter eine andere Geschichte ist als zwischen Mutter und Tochter. (5:26) Aber grundsätzlich gab es das gleiche Thema.

Sprecher 1 (5:31) Durch die Erfahrungen im Elternhaus fühlen Sie sich emotional, für das Erwachsenenleben ausgerüstet und vorbereitet? (5:48)

Sprecher 2 Ich bin bei 3, eher schlecht. (5:52)

Sprecher 1 Wie fühlen Sie sich psychisch, gesundheitlich?

Sprecher 2 (6:07) Durchschnittlich?

Sprecher 1 (6:09) Wie fühlen Sie sich physisch, gesundheitlich?

Sprecher 2 (6:15) Oh, physisch ist ein bisschen besser, da bin ich bei 5 eher gut.

Sprecher 1 Sind Sie oder waren Sie in psychologischer oder psychiatrischer Behandlung?

Sprecher 2 (6:25) Ja.

Sprecher 1(6:26) Wenn ja, wollen Sie genau erklären, warum, wie lange? (6:31)

Sprecher 2 Oh, wie lange kann ich gar nicht mehr sagen. (6:35) Das waren viele, viele Jahre. (6:39) Mitte 20 habe ich angefangen, Analyse zu machen, weil es mir immer ganz schlecht ging. Also Depressionen sind so das Thema immer gewesen. (6:58) Und ja, das war, über lange Jahre war das das Thema, genau.

(7:04) Und irgendwann kam dann noch ein richtiger Zusammenbruch dazu, so vor 15 Jahren ungefähr. (7:11) Dann bin ich ins Krankenhaus, also in die Psychiatrie eingeliefert worden und habe festgestellt, ich habe auch zu viel Drang zu Alkohol und sonstigen Drogen. (7:21) Dann sind wir bei manischer Bipolarität gelandet und eben Substanzabhängigkeit.

Sprecher 1 (7:37) Haben Sie starke körperliche Beschwerden?

Sprecher 2 (7:42) Nein.

Sprecher 1 (7:45) Wie war die Stimmung und Atmosphäre bei Ihnen zu Hause, während Sie aufgewachsen sind? (7:56)

Sprecher 2 (8:00) Es war immer geprägt von aufpassen müssen. (8:05) Aufpassen, weil meine Mutter viel krank war, auch so nervlich hieß es damals ja noch. (8:12) Und wird sie nicht aufregen durften und mein Vater hatte Wechselschichten. (8:17) Das heißt, da mussten wir häufig gucken, dass er bloß nicht aufwachte, damit er seinen Schlaf bekam. (8:22) Okay. (8:24) Also es war immer so in Halbachstellung.

Sprecher 1 (8:27) Gab es denn bestimmte Regeln oder Erwartungen im Haushalt, die sehr streng durchgesetzt wurden? (8:37)

Sprecher 1 Ja, es gab bestimmte Pflichten, die wir erfüllen mussten. (8:41) Und das war dann auch jetzt und nicht später. (8:44) Ich weiß nicht, so abwaschen nach dem Essen oder den Tisch abholen. (8:48) Da habe ich manchmal gesagt, kann ich das nachher noch machen? (8:50) Nee, das war dann also ganz wichtig, dass es jetzt sofort zu erfolgen hatte.

Sprecher 1 Haben Sie in Ihrer Familie jemals Form von Gewalt erlebt, sei es verbal, emotional oder körperlich?

Sprecher 2 (9:09) Zu meiner Zeit hat man noch gesagt, das hat noch keinem geschadet, weil man mal eine Ohrfeige kriegt. (9:13) Heute ist das schon Gewalt in der Familie, glaube ich. (9:17) Also es gab schon mal, dass meinem Vater die Hand ausrutschte oder meiner Mutter. (9:26) Ja, verbal auch. (9:29) Es wurde viel geschrien. (9:31) Und dann gab es so Sachen wie, ich bin irgendwie weinend aus der Küche gerannt, weg vom gemeinsamen Mittagstisch und habe die Tür natürlich geknallt. (9:40) Und dann brüllte mein Vater hinterher, du kommst sofort zurück und machst die leise wieder zu. (9:45) Also das gilt wahrscheinlich als emotionale Gewalt dann. (9:52) Okay.

Sprecher 1 (9:53) In welchem Alter, würden Sie sagen, haben Sie zum ersten Mal diese Gewalt im Elternhaus erlebt? (10:05)

Sprecher 2 Ich würde glauben, die war schon immer da. (10:08) Ich kann mich da an kein bestimmtes Alter erinnern, aber die finanzielle Lage war nicht toll. (10:16) Dann haben sie zusätzlich ein Haus gebaut, viel mit eigener Hände Arbeit. (10:21) Das war auch eine schwere Belastung, denke ich. (10:22) Und mein Vater Wechselschicht und

meine Mutter irgendwie auch nervlich sehr angeschlagen. (10:29) Die waren einfach sehr überfordert, glaube ich. (10:32) Und sehr überlastet. (10:34)

Sprecher 1 (10:38) Können Sie die Situation beschreiben, wie die sich typischerweise abgespielt haben, wenn das vorgekommen ist? (10:45) Also gab es da irgendwas, was so immer passiert ist, sag ich mal? (10:51)

Sprecher 2 Was schön war immer, ist, wenn ich meinem Vater widersprochen habe oder eine andere Meinung hatte als er. (10:58) Denn es galt die Regel Nummer 1. (11:01) Was ich sage, ist immer richtig. (11:02) Und ja, da war es nicht gut, so vehement zu widersprechen und das gar nicht einsehen zu wollen.

Sprecher 1 (11:13) Können Sie beschreiben, wie sich die Familien miteinander verhalten haben? (11:20)

Sprecher 2 Meine Mutter hat versucht, meinen Vater zu beruhigen. (11:25) Auf der anderen Seite hat sie auch versucht, bei uns Kindern Verständnis zu werben für ihn. (11:30) Beziehungsweise für seine nervliche Angespanntheit, für seinen Jähzorn. (11:39) Und mein Bruder und ich haben eine ganze Weile zusammengehalten. (11:47) Gegen die Eltern sozusagen. (11:52)

Sprecher 1 Gab es in Ihrer Kindheit Momente, in denen Sie sich bedroht oder unsicher gefühlt haben? (12:02)

Sprecher 2 Also bedroht innerhalb der Familie nicht. (12:10) Aber unsicher schon, klar. (12:12) Wenn man eine bestimmte Meinung hat oder etwas auf eine bestimmte Art empfindet und die anderen sagen, das stimmt alles nicht, das ist Quatsch, was du da sagst, dann ist das auf jeden Fall verunsichert, ja. (12:25)

Sprecher 1 Wie hat sich die Gewalt auf Ihre Beziehung zu den beteiligten Familienmitgliedern ausgehört?

Sprecher 2 (12:34) Mein Vater, da waren wir immer so ein bisschen vorsichtig in der Tendenz. (12:42) Weil wir wussten ja, wie schnell das explodieren kann. (12:50) Manchmal haben wir versucht, meine Mutter einzuspannen, dass sie so ein bisschen vorfühlt oder für uns was schon mal vorbereitet bei meinem Vater, wenn wir was wollten, Wünsche hatten, weggehen wollten oder so. (13:06)

Sprecher 1 Welche sind aus Ihrer Sicht die Beweggründe des anderen Elternteils? (13:10) Jetzt mal ein Beispiel auf Ihren Vater gesehen. (13:14) Oft denkt man ja als Grund zum Beispiel, dass die eigenen Eltern selber Gewalt im Elternhaus erfahren haben und das quasi ein Muster ist, was einfach weitergegeben wird. (13:23) Denken Sie, da gibt es Beweggründe?

Sprecher 2 (13:30) Ja, mein Vater ist ja während des Krieges groß geworden, der ist Jahrgang 31. (13:40) Ich kann mir auch gut vorstellen, dass meine Großeltern auch nicht zimperlich waren, wenn da irgendwas nicht klappte oder Dinge halt verkehrt gelaufen sind.

Sprecher 1 (13:58) Wenn Sie jetzt von so Gewaltsituationen im Elternhaus reden, war das alltäglich, war das eher zu spezielleren Anlässen, war das häufig in der Woche oder sowas?

Sprecher 2 (14:22) Also zu speziellen Anlässen, wo man dann viel Zeit miteinander verbracht hat, sag ich mal Weihnachten, da konnte das dann auch schon mal ein bisschen mehr umgehen. (14:31) Klar, da gab es ja mehr Gelegenheiten, sich in die Köpfe zu kriegen und ansonsten, ja, ich würde sagen, es war so mehr oder weniger alltäglich. (14:47) Es war jetzt nicht so, dass ich das Gefühl gehabt hätte, das ist ein ganz, ganz, ganz schreckliches Elternhaus und ich mache ganz schlimme Gewalterfahrungen. (14:55) Das ist erst jetzt, was mir jetzt so im Nachhinein bewusst wird. (15:00) Dabei fand ich das mehr oder weniger normal, ja, mein Vater hat sich halt aufgeregt.

Sprecher 1 (15:04) Okay, wie würden Sie denn die Konfliktsituation in Ihrem Elternhaus einstufen? (15:12)

Sprecher 2 Ich würde nur bei durchschnittlich bleiben.

(15:31) Haben Ihre Eltern Sie bzw. (15:33) Sie und Ihren Bruder in die Elternkonflikte involviert? (15:40)

Sprecher 2 Ja, meine Mutter hat das getan.

Sprecher 1 (15:44) Ja genau, wie sehr war das?

Sprecher 2 (15:58) Also es war natürlich erst, als ich älter schon war und sozusagen für sie dann auch eine Gesprächspartnerin so, da war es dann so bei eher hoch, würde ich denken.

Sprecher 1 (16:09) In welcher Form wurden Sie dann mit einbezogen? (16:13)

Sprecher 2 Dass sie mir dann die Einzelheiten so erzählt hat, worüber sie sich gestritten haben und dann wissen wollte, was ich dazu denke oder was sie vielleicht machen könnte oder sollte.

Sprecher 1 (16:26) Okay, wie würden Sie beschreiben, wie viel Konfliktschutz haben Sie als Kind insgesamt erfahren?

Sprecher 2 (17:14) Naja, meistens waren wir ja unter uns. (17:17) Das wurde ja nicht so nach außen getragen. (17:20) Und insofern, vielleicht sieht man das auch an meiner Reaktion, dass ich sage, was für ein schöner Konfliktschutz. (17:27) Es gab keinen Konfliktschutz. (17:30) Wobei, naja klar, meine Mutter hat manchmal eingesprungen, wenn mein Vater irgendwie heftig reagiert hat.

Sprecher 1 (17:43) Wie viele Zuwendung haben Sie als Kind erfahren? (17:50)

Sprecher 2 (18:06) Ich wollte ja jetzt erst eher wenig sagen. Nun denke ich, noch weniger.

Sprecher 1 (18:23) Okay. (18:25) Genau, wie stark ist Ihre aktuelle Bindung zu Ihren Bezugspersonen?

Sprecher 2 (18:43) Ja, dann würde ich eine 6 vergeben, überdurchschnittlich.

Sprecher 1 (19:17) Genau, wie stark ist Ihr aktueller Kontakt zu Ihren Bezugspersonen?

Sprecher 2 (19:24) Ja, da würde ich nur 2 sagen (unterdurchschnittlich).

Sprecher 1 (19:42) Haben oder hatten Sie Kontakt als Kind mit Familiengerichten, Jugendämtern, Rechtsanwälten, Sachverständigen und etc.?

Sprecher 2 (19:54) Nein, gar nicht.

Sprecher 1 (20:02) Welche Strategien haben Sie entwickelt, um mit der Gewalterfahrung am Elternhaus umzugehen?

Sprecher 2 (20:19) Ich habe manchmal einfach Dinge nicht erzählt oder habe mich da so drum herum laviert, bin ausgewichen. (20:34) Bei meiner Mutter klappte immer ganz gut, wenn ich früher nach Hause kam von der Schule und sie sagte, was machst du denn schon hier? (20:41) Und ich hatte geschwänzt. (20:42) Ich war zu Hause, weil ich keinen Bock mehr hatte. (20:44) Dann habe ich zu ihr gesagt, du, ich hatte keinen Bock mehr auf Mathe und habe gedacht, ich komme mal nach Hause. (20:47) Dann hat sie immer gesagt, ach, das glaube ich nicht, ach, das glaube ich nicht. (20:52) Das hat irgendwie gut funktioniert.

Sprecher 1 (20:58) Gab es Personen in Ihrem Umfeld, also das sind jetzt auch wieder Freunde, Verwandte, Lehrer, die Ihnen geholfen haben oder Unterstützung angeboten haben? (21:08) Und irgendwelche Situationen, die ein Lehrer davon gehört hat, Freunde, denen man das erzählt hat oder sowas?

Sprecher 2 (21:20) Nein, es gab eine jüngere Schwester meines Vaters, die ab und zu mal gesagt hat, meine Eltern wären auch sehr streng. (21:29) Also das hat mich dann so ein bisschen bestärkt, dass sie mich vielleicht doch nicht ganz richtig lieben. (21:37) Aber sonst so Unterstützung konkret, wir hatten ja auch nicht das Gefühl, dass wir Unterstützung bräuchten.

Sprecher 1 (21:45) Sie hatten ja schon am Anfang erwähnt, dass Sie später Therapie besucht haben. (21:51) Also Sie haben in den späteren Jahren Unterstützung besucht, wie zum Beispiel durch Therapie? (21:58)

Sprecher 2 (22:01) Ja, das auf jeden Fall.

Sprecher 1 (22:04) Wie beeinflussen diese Erfahrungen Ihrer Kindheit, Ihr heutiges Leben und Ihre Beziehungen? (22:10)

Sprecher 2 Ich glaube, dass ich inzwischen nicht mehr so davon beeinflusst bin. (22:25) Eine ganz lange Zeit habe ich halt immer gedacht, ich bin nicht gut genug, ich bin nicht richtig, so wie ich bin. (22:34) Ich habe eine Zeit lang in einer Beziehung gelebt, wo es wirklich Gewalt gab, wo er mich nicht verprügelt hat. (22:43) Aber mir

ein paar an den Hals gehauen hat, so dieses Papa-Syndrom. (22:48) Und ich habe jetzt eine Beziehung, wo sowas überhaupt nicht vorkommt und wo wir auch viel sprechen. (22:55) Und uns über Dinge einfach auch austauschen, ohne dass es in Gewalt ausartet in irgendeiner Form.

Sprecher 1 (23:03) Wie belastend war die Gewalt-Erfahrung im eigenen Elternhaus für Sie?

Sprecher 2 Ich nehme die Mitte, ich bin bei 4, durchschnittlich.

Sprecher 1 (23:36) Wie würden Sie die Auswirkungen von Gewalt auf Ihre Entwicklung beschreiben?

Sprecher 2 (23:47) Ja, es hat auch viel mit Selbstbewusstsein natürlich zu tun. (23:52) Und auch, dass ich gehört werde. (23:59) Ich habe auch immer das Gefühl, wenn irgendwo in einer Gruppe zwei Menschen was sagen, eine davon bin ich und die andere ist ein Mann, dann wird der Mann gehört, aber ich nicht. (24:09) Ich glaube, das hat auch irgendwie nicht damit zu tun, dass ich es nicht gezählt habe oder dass meine Meinung einfach falsch war.

Sprecher 1 (24:21) Wie haben Sie sich als Kind in dieser Situation dann gefühlt?

Sprecher 2 (24:26) Sch (...). (24:28) Und Wütend, ich war auch immer total wütend. (24:31) Wenn man dann halt rausrennt und die Tür knallt, dann muss man wieder zurückgeschlichen kommen und die Tür leise zumachen.

Sprecher 1 (24:40) Wie sind Sie mit diesen Gefühlen umgegangen?

Sprecher 2 (24:51) Ja, ich denke, ich habe sie alle schön untergeschluckt, weil rauslassen hatte ja keinen Wert. (24:57) Die nächste Eskalationsstufe wäre mit Sicherheit gewesen, dass mein Vater irgendwie sagt, so, komm mal her, jetzt kriegst du aber mal irgendwie ein paar an den Hals.

Sprecher 1 (25:07) Okay, hat die Erfahrung von Gewalt Ihr Verhalten oder Ihre Sichtweise auf Beziehungen verändert? (25:14) Wenn ja, wie?

Sprecher 2 (25:19) Ja, ich wollte auf jeden Fall nie so schwach sein wie meine Mutter und so abhängig von einem Mann.

Sprecher 1 (25:40) Gibt es etwas, was Sie sich beflügelnd für Ihre Familie gewünscht hätten, das eventuell geholfen hätte?

Sprecher 2 (25:50) Habe ich noch nie drüber nachgedacht, ganz ehrlich. (26:12) Genau, ich habe keine Möglichkeiten gesehen außerhalb. (26:21) Teilweise in der Verwandtschaft liegt das ähnlich ab. (26:25) Da wurde auch ordentlich umgebrüllt. (26:30) Die Gnade der späten Geburt, sag ich mal dadurch jetzt. (26:34) Hoffe ich zumindest, dass sich das verändert hat in der Familie. (26:39) Ja, das ist sehr, sehr unterschiedlich. (26:43) Das kann man gar nicht so sagen, leider. (26:47)

Sprecher 1 (26:51) Und zwar, was möchten die anderen mitgeben, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben?

Sprecher 2 (26:57) Was mir spontan einfiel, war dieser Appell, lasst euch helfen. (27:13) Geht, wenn es euch schlecht geht und ihr auch gar nicht wisst, warum. (27:16) Geht zu einer Therapeutin, zum Therapeuten. (27:22) Dröselt das ein bisschen auf mit den Menschen zusammen, die da Erfahrung haben. (27:27) Ich habe mal irgendwann verstanden, dass andere Menschen ein Fundament bekommen von ihren Eltern, durch die Familie, auf dem sie gut wandeln können und sein können. (27:37) Und mein Boden, auf dem ich stehe und gehe, ist halt so ein bisschen löcherig. (27:42) Das sind immer so kleine Hohlen oder Löcher, in die ich reinstürze. (27:46) Und dann geht es mir wieder blöd. (27:49) Und ich denke, gerade mit Hilfe von Therapeuten lässt sich da vieles so ein bisschen auffangen. (28:03) Genau. (28:07) Sehr gut. (...)

14.3 2GEF03

Sprecher 1 (1:35) Wie alt bist du?

Sprecher 2 (1:40) Jetzt 2X.

Sprecher 1 Zu welchem Geschlecht fühlst du dich zugehörig?

Sprecher 2 (1:49) Weiblich.

Sprecher 1 Bist du in Deutschland aufgewachsen und hast du einen Migrationshintergrund?

Sprecher 2 (1:58) Aufgewachsen, ja. (1:59) Ich bin ab dem 1X. (2:01) Lebensjahr nach (Land) gezogen und mit 2X wieder zurück. (2:05) Ich habe einen Migrationshintergrund. (2:08) Die Eltern meiner Mutter sind nach Deutschland ausgewandert.

Sprecher 1 (2:16) Wie würdest du den sozioökonomischen Status deines Elternhauses einstufen? (2:21) Also Bildung, Einkommen und Beruf.

Sprecher 2 (2:52) Mitte vielleicht. (2:53)

Sprecher 1 (2:57) Wie ist dein eigener sozioökonomischer Status?

Sprecher 2 (3:04) Auch Mitte.

Sprecher 1 (3:08) Was ist dein höchster bislang erreichter Abschluss?

Sprecher 2 (3:12) Master. (...)

Sprecher 1 (3:41) Ähm, hast du Geschwister? (3:43) Oder Halbgeschwister?

Sprecher 2 (3:44) Ja, ein jüngeres Geschwister. (...)

Sprecher 1 Hast du eigene Kinder?

Sprecher 2 (3:53) Nein.

Sprecher 1 Blieben deine Eltern bis zur Volljährigkeit zusammen? (4:13)

Sprecher 2 Nein.

Sprecher 1 (4:16) Wie alt warst du, als sie sich getrennt haben oder scheiden lassen haben?

Sprecher 2 (4:22) Elf.

Sprecher 1 (4:25) Blieben die Eltern von deinen Eltern zusammen?

(4:32) Also Großeltern, ob die zusammengeblieben sind?

Sprecher 2 (4:37) Ja, schön.

Sprecher 1 (4:40) In welchem Alter bist du ausgezogen?

Sprecher 2 (4:45) Ich bin nicht ausgezogen. (4:50) Ich bin nicht ausgezogen, aber mein Elternhaus ist in Land.

Sprecher 1(4:54) Wie ist die Beziehung zu deiner Mutter?

Sprecher 2 (5:13) Sehr gut. (...) alles klar. (5:29) Genau, also nach der Scheidung bin ich bei der Mutter geblieben, hab dementsprechend ein gutes Verhältnis zu ihr.

(5:39) Da ich die Ältere bin wurde ich ich viel auch so bei den Entscheidungsprozessen mit einbezogen und nach meiner Meinung gefragt und so weiter und so fort. (5:52) Also das hat sich auch durchgezogen, später auch nach der Scheidung und nach den Problemen. (5:57) Einfach grundsätzlich einfach bin ich so, ich würde schon sagen, die erste Ansprechperson meiner Mutter.

Sprecher 1 Auch für dein Geschwister?

Sprecher 2 (6:08) Ja.

Sprecher 1 Wie ist die Beziehung zu deinem Papa?

Sprecher 2 (6:20) In den letzten Jahren besser. (6:24) Ich bin nämlich zurück nach Deutschland gezogen zu meinem Vater. (6:38) Und wir hatten anfangs Probleme, weil er mich halt nicht großgezogen hat, weil ich ihn halt ganz wenig gesehen habe. (6:44) Aber mittlerweile ist es gut.

Sprecher 1 (6:49) Da bist du jetzt auch gerade da?

Sprecher 2 (6:51) Ja, da bin ich auch. (6:51) Ich bin aktuell auf Wohnungssuche, aber so schnell hat sich da jetzt noch nichts mehr gegeben.

Sprecher 1 Durch die Erfahrungen in deinem Elternhaus, fühlst du dich emotional für das Erwachsenenleben vorbereitet?

(7:06) Emotional? (7:06) Also eher so extrem schlecht. (7:17) Ich sag mal so, ja, ich kann drüber sprechen, werde aber emotional, ja. (7:27) Ich hab das schon so gut verarbeitet, also ich hatte Therapie, hab mir helfen lassen, aber mittlerweile ist es okay. (7:36) Also wenn das gute Freunde sind oder wenn ich jemanden schon seit einer Weile kenne, kann ich drüber sprechen. (7:41) Aber ich hab noch, je nachdem, was das für ein Thema ist, kann ich manchmal so ein Zittern nicht unterdrücken. (7:48) Also ich hab so psychosomatische Erscheinungen und die, ich glaub, die

werden noch einfach bleiben. (7:54) Das sind auch Situationen, wenn das wieder passiert. (8:00) Wie so ein Trigger, dann hab ich das psychosomatische wieder. (8:04) Also da bin ich mir auch sehr bewusst, aber dann brauch ich 15 Minuten, dann ist es wieder okay.

(8:32) Insofern würde ich tatsächlich sagen, vielleicht schlecht. (8:35) Ich hab immer noch mit Sachen zu kämpfen, die sehr erwachsen sind und ich hab keine Ahnung davon.

(8:52) Das sind so Sachen, wie meine Eltern sagen, du bist schon erwachsen, warum kriegst du das nicht hin? (8:58) Aber ich muss mich da selbst rantasten. (9:02) Ich kann das auch gar nicht so wirklich in Worte fassen. (9:06) Ich war als Kind zwar sehr erwachsen, aber so Erwachsenen-Sachen fallen mir trotzdem schwer.

(9:14) Da muss man auch irgendwie mit der Zeit reinkommen. Aber irgendwie, es kommt alles mit der Zeit. (9:22) Man hat uns auch schon mal gesagt, dass man mit 18 nicht erwachsen ist. (9:28) Also man lernt alles Schritt für Schritt und mit der Zeit kommt dann alles. (9:33). Mit 18 fühlt man sich noch nicht fertig für die Welt (9:37) Also das ist völlig normal.

Sprecher 1 Wie fühlst du dich psychisch gesundheitlich?

Sprecher 2 Sehr gut tatsächlich. (9:55) (9:56) Also seit ich aus Land zurückgezogen bin, sehr gut.

Sprecher 1 (10:05) Und physisch, wie fühlst du dich da gesundheitlich?

Sprecher 2 (10:10) Auch sehr gut. (10:11) Sehr gut. (10:13) Ich könnte vielleicht dazu schreiben, das Kampfsport hat mir sehr mental geholfen. (10:19) Einfach mit Dingen klarzukommen, die mich emotional belastet haben. (10:23) Der Kampfsport hat wirklich geholfen.

Sprecher 1(10:26) Seit wann machst du Kampfsport?

Sprecher 2 (10:32) Nee, seit August 202X.

Sprecher 1(10:36) Du hattest ja gesagt, dass du schon mal in psychologischer Behandlung warst, oder?

Sprecher 2 (10:46) Ja.

Sprecher 1 (10:47) Wie lange, kannst du das sagen?

Sprecher 2 (10:51) Ja, einen Monat nur. (10:53) Ich habe tatsächlich nicht so viele Sessions gebraucht, weil das war auch keine klassische Behandlung. (11:02) So ein Beratungsgespräch wahrscheinlich. (11:03) Das war keine Sprachtherapie. (11:05) Ich habe über meine Probleme nicht gesprochen. (11:07) Man hat mir eher emotional geholfen. (11:10) Mach die Augen zu, stell dir vor, was für ein Bild kommt dir im Sinne für bestimmte Triggers. (11:16) Wir gehen jetzt einfach damit um. (11:18) Das war jetzt nicht, wo ich mehrere Sessions habe und reden muss. (11:23) Das war alles nicht, das habe ich nicht gebraucht. (11:26) Ich hatte da nur 3 Sessions tatsächlich

über einen Monat. (11:30) Das war mega. (11:32) Nach 3 Sessions ging es mir richtig, richtig gut.

(11:36) Meine Therapeutin hat gesagt, du warst bereit, die Last fallen zu lassen und hast einfach nur so einen Anstupser gebraucht. (11:43) Den Rest, den man in einer psychologischen Behandlung macht, dass man überhaupt die Probleme identifiziert. (11:52) Das habe ich alles selber gemacht.

(11:55) Ich war immer schon sehr... (11:58) ...eigenständig. Ja, so self-aware würde ich sagen. (12:02) Dass ich immer mich selbst gefragt habe, warum mich Dinge triggern, wo das herkommt, warum ich zittere usw. (12:09) Das hatte ich alles schon. (12:11) Dann habe ich nur noch ein bisschen was gebraucht.

Sprecher 1 (12:14) Hatte sie dann auch irgendeine Diagnose für dich? (12:20)

Sprecher 2 Nein. (12:25) Das war in einem islamischen Umfeld. (12:27) Ich bin sehr religiös. (12:29) Das war eine Therapie, die... (12:33) Das Gesundheitswesen erlaubt das, ist aber nicht mit im Gesundheitswesen aufgenommen.

Sprecher 1 (12:38) Nicht so wie in Deutschland, dass man das alles notieren würde.

Sprecher 2 (12:41) Ja, genau. (12:42) Das war auch später nicht in meiner Akte drin. (12:47) Dementsprechend... (12:48) Die Therapeutin war auch keine Ärztin und darf auch keine Diagnosen nennen. (12:54) Das ist alles so ein bisschen... (12:59) ...weg vom Gesundheitswesen.

Sprecher 1 (13:02) Ob du starke körperliche Beschwerden hast.

Sprecher 2 (13:15) Zwischendurch mal Rücken oder Nacken. (13:17) Beschwerden habe ich nicht mehr, ist eine gute Frage. (13:19) Ich hatte was ganz Heftiges, waren Herzrhythmusstörungen. (13:24) Die hatte ich schon, ich glaube, seit meinem 1X. (13:28) Lebensjahr. (13:29) Aber so einmal alle 3 Monate. (13:31) Das ist auch, was in der Familie ein bisschen liegt. (13:34) Bei meiner Mutter und bei meiner Großmutter. (13:36) Aber als die Probleme heftiger wurden, hatte ich 3-mal die Woche Herzrhythmusstörungen oder Herzrasen. (13:42) Da hatte ich auch Untersuchungen und keine Diagnose. (13:48) Ich weiß einfach nur, dass ich das habe. (13:49) Ich weiß, das kommt von Triggers, von emotionalen Triggers. (13:54) Das habe ich noch. (13:55) Das passiert auch immer wieder in anderen Situationen.

(14:04) Immer nur, wenn irgendwas ist. (14:05) Es muss auch sehr heftig sein. (14:07) Kleine Sachen, die immer wieder mal sind, da auch nicht. (14:10) Es muss schon krass belastend sein, damit das wieder auftritt.

Sprecher 1 (14:20) Wie war die Atmosphäre, wo du aufgewachsen bist?

Sprecher 2 (14:24) Ich habe tatsächlich nicht so viele schöne Erinnerungen. (14:27) Seit ich denken kann, gab es Streit, vor meinen 1X Jahren schon. (14:37) Ich weiß noch, dass ich versucht habe, in der Schule so lange zu bleiben, wie ich konnte, um nicht nach Hause gehen zu müssen. (14:43) Das weiß ich noch ganz doll.

Sprecher 3 (14:48) Also eher eine negative Atmosphäre zu Hause, bei der man sich nicht wohl gefühlt hat, da lange zu bleiben.

Sprecher 1(14:55) Ich würde sagen, vielleicht ab meinem 8. (14:58) Lebensjahr. (14:58) Bis zu meinem 6. (14:59) Lebensjahr. (15:02) Großmutter großgezogen, das war anders. (15:04) Dann sind wir ausgezogen. (15:07) Dann war es noch okay. (15:08) Da gab es auch noch Disneyland zwischendurch. (15:11) Das weiß ich auch noch.

(15:12) Ich glaube, mit 8 oder 9 bis 11. (15:14) Dann gab es die Scheidung.

Sprecher 1 (15:20) Gab es bestimmte Regeln oder Erwartungen im Haushalt, die sehr streng durchgesetzt worden sind?

Sprecher 2 (15:27) Ja. (15:33) Meine Schwester und ich hatten Neurodermitis. (15:36) Unsere Ernährung war sehr streng. (15:41) Sehr ökomäßig, bio, so in die Richtung. (15:45) Da war meine Mutter sehr streng. (15:47) Da kam mein Vater auch nicht gegen an.

Sprecher 1 (15:49) Das kam wahrscheinlich wegen dieser Krankheit.

Sprecher 2 (15:52) Ja, Neurodermitis sind Hautausschläge. (15:58) Andererseits ist meine Mutter mit den Problemen klargekommen, die sie hatte durch Religion. (16:05) Sie hat das dementsprechend umgesetzt bei uns Kindern. (16:08) Mein Papa kam damit auch. (16:09) Da gab es auch Konflikte. (16:12) Über Nacht war sie sehr religiös. (16:14) Mittlerweile ist sie Theologin. (16:17) Da hatten wir alle ein bisschen Anpassungsprobleme am Anfang.

Sprecher 1(16:26) Hast du in deiner Familie jemals Form von Gewalt erlebt? (16:29) Sei es verbal, emotional oder körperlich?

Sprecher 2 (16:32) Ja. (16:34) Emotional würde ich sagen. (16:36) Körperlich nicht, geschlagen wurde nicht. (16:40) Emotional definitiv. (16:41) Verbal würde ich noch dazu nehmen. (16:43) Weil das einfach so zusammengehört.

Sprecher 1 (16:44) In welchem Alter hast du das 1. (16:49) Mal Gewalt erlebt im Elternhaus?

Sprecher 2(16:53) (Dann würde sie auch emotional). (16:59) Mein Elternhaus war bis zu meinem 6. (17:01) Lebensjahr bei meinen Großeltern. (17:02) Wir haben alle zusammen gelebt.

Sprecher 1 (17:04) Mit den Eltern zusammen bei den Großeltern?

Sprecher 2 (17:07) Mit den Eltern der Mutter. (17:12) Bis zu meinem 6. (17:13) Lebensjahr, habe ich das 1. (17:14) Mal Gewalt erlebt mit 4.

Sprecher 3 (17:24) Kannst du erklären, wie sich die Situationen abgespielt haben? (17:30) Grob, wie das damals war?

Sprecher 2 (17:34) Hier ist die Person tatsächlich mein Großvater. (17:39) Alles, wo er empfunden hat, es ist eine Herausforderung seiner Autorität. (17:48) Immer wenn er das Gefühl hatte, seine Autorität wird hier nicht respektiert, dann ist er ausgerastet.

Sprecher 1 (17:56) Ist er lauter geworden?

Sprecher 2 (17:59) Ja, laut auch. (18:02) Verbal abusive. (18:04) Meine Oma, das hat jeder im Haushalt abgekriegt. (18:07) Auf einmal war jeder scheiße. (18:12) Kinder... (18:13) Ich wurde auch schon mal geschüttelt mit 4. (18:15) Ganz heftig. (18:20) Das ist eine andere Story. (18:22) Meine Cousine wurde mal geschlagen. (18:24) Die Kinderärztin hat das gemerkt. (18:26) Dann kam eine Drohung. (18:27) Das Physische hat aufgehört. (18:32) Ich kann mich nicht erinnern, dass ich geschlagen worden bin. (18:37) Ich wurde mal durchgeschüttelt mit 4 Jahren. (18:44) Das haben nicht nur die Kinder abgekriegt. (18:47) Sondern meine Mutter auch, mein Vater auch. (18:49) Der Bruder meiner Mutter auch. (18:50) Meine Oma auch. (18:52) Es war wie eine Diktatur zu Hause.

Sprecher 1 (18:58) Wie haben sich die Familienmitglieder untereinander verhalten? (19:02) Habt ihr eher zusammengehalten? (19:04) Hat der andere den Rücken gestärkt?

Sprecher 2 (19:07) Gar nicht. (19:09) Alle haben es über sich ergehen lassen. (19:12) Alle zusammen. (19:14) Es wurde totgeschwiegen. (19:17) Bis es eskaliert ist. (19:19) Es ist eskaliert. (19:20) Aber anfangs erst mal nicht. (19:23) Man muss bedenken, meine Eltern, meine Mutter, haben mit 18, 19 geheiratet. (19:34) In dem Alter, mit einer 4-Jährigen oder so, ist es schwierig. (19:41) Aber als meine Eltern älter wurden, Ende 20, dann hat sich meine Mutter gewehrt. (19:48) Dann hat sich auch mein Vater gewehrt. (19:50) Dann wurden wir aus dem Haus geschmissen. (19:51) Dann gab es einen Kontaktabbruch. (19:53) Dann ist mein Elternhaus ausgezogen. (19:55) Dann haben sie sich selbst scheiden lassen. (19:57) Aber das war so der Ablauf.

Sprecher 1 (20:01) Gab es in deiner Kindheit Momente, in denen du dich bedroht oder unsicher gefühlt hast?

Sprecher 2 (20:09) Ja. (20:13) Bedroht. (20:13) Bedroht von meinem Opa. (20:16) Tatsächlich. (20:18) Und als meine Mutter neu geheiratet hat, auch von ihrem Mann. (20:22) Da war ich 13. (20:24) Aber nicht unbedingt mir gegenüber. (20:28) Ich hatte eher Angst, dass er meiner Mutter was antut.

Sprecher 1 (20:47) Lebt dein Opa noch? (20:50) Dein Onkel? (20:51) Dein Opa?

Sprecher 2 (20:52) Ja. (20:53)

Sprecher 1 Wie ist das Verhältnis so?

Sprecher 2 (20:57) Damals, als meine Mutter ausgezogen ist und sich hat scheiden lassen. (21:02) Meine Mutter und ihr Bruder haben zusammengezogen. (21:06) Dann waren wir Cousins zusammen. (21:08) Wir haben zusammengehalten. (21:09) Wir waren X Cousinsen, X Jungs, X Mädchen. (21:15) Das war richtig gut. (21:18)

Gegenseitig haben wir uns... (21:22) ...miteinander verarbeitet, drüber gesprochen. (21:24) Mit den Kindern drüber gesprochen. (21:26) Es wurde besser.

(21:36) Ich muss dazu sagen, Geschichte wiederholt sich. (21:40) Da gab es Situationen, die unsere Eltern genauso gemacht haben wie der Großvater. (21:46) Das haben wir damals nicht gesehen als Kinder. (21:50) Das sehe ich jetzt erst.

Sprecher 2

(21:53) Welches sind aus deiner Sicht die Beweggründe des anderen Elternteils oder Opa?

Sprecher 3 (22:20) Du hast es angesprochen, dass sich das immer wiederholt. (22:24) Wenn dein eigener Opa Gewalt erfahren hat, dass man das weitergibt, diese Muster weiterlebt. (22:33) Ob du denkst, dass das Beweggründe waren, für ihn so zu handeln damals?

Sprecher 2 (22:39) Das weiß ich nicht. (22:40) Seine Geschichte kenne ich nicht. (22:44) Ich weiß nur, dass er... (22:47) Was er immer wieder erzählt, er ist in Armut aufgewachsen mit 9 Geschwistern. (22:55) Unter den Geschwistern gab es viel Klauen. (23:01) Weil die hatten alle nichts zu essen, haben gegenseitig geklaut. (23:07) Er hat es geschafft. (23:08) Er trägt einen gewissen Stolz, dass er das nach Deutschland geschafft hat. (23:12) Wir haben ein Familienunternehmen. (23:14) Er hat sein eigenes Grundstück. (23:16) Er hat das Haus selbst gebaut. (23:17) Er hat die Büros selbst gebaut. (23:19) Da ist ein Stolz mit dabei. (23:21) Jedes Mal, wenn... (23:24) So erklären wir uns das. (23:25) Er hat ein Skript im Kopf bis zum Rest seines Lebens. (23:28) Wenn du diesem Skript nicht folgst, rastet er aus. (23:32) Er glaubt, er hat uns so viel Gutes getan, indem er ausgewandert ist und was geschafft hat. (23:38) Wir ziehen einfach nicht mit. (23:41) Das ist alles. (23:42) Z.B. meine Mutter ist nicht mitgezogen, weil sie sich hat scheiden lassen. (23:49) Sie hätten zusammenbleiben sollen. (23:50) Sie hätten ein Team sein sollen. (23:51) Sie hätten zu ihm kommen sollen für die Lösungen und nicht selbst eine Scheidung durchziehen. (23:56) Die Kinder haben nicht mitgezogen, weil keiner von uns ins Familienunternehmen eingestiegen ist. (24:02) Das sind Sachen, die ihn bis heute noch triggern.

Sprecher 3 (24:08) Wenn du von diesen Situationen sprichst, wo dein Opa verbal, emotional gewalttätig geworden ist, kannst du grob erklären, wie die Situation zustande kam? (24:20) Was für Faktoren? (24:21) Du hast gesagt, wenn etwas gegen seinen Willen passiert ist, wenn man seine Autorität infrage gestellt hat. (24:26) Waren das alltägliche Situationen? (24:28) Waren das spezielle Anlässe? (24:32) Wie oft ist das passiert? (24:33) Kann man das pauschal sagen?

Sprecher 2 (24:39) Früher ist es öfters passiert als heute. (24:43) Man kann das pauschal nicht sagen. (24:46) Es hängt von seiner Laune ab.

(24:53) Es sind auch ganz normale Sachen, die eigentlich gar nicht zu einem Problem führen. (24:57) Er findet es z.B. scheiße, dass ich Kampfsport mache. (25:00) Das hat

ihn mal getriggert. (25:02) Was mir einfällt, kämpfen zu lernen, ich bin ja nicht auf der Straße groß geworden. (25:10) Das ist eine Sache. (25:12) Oder er findet die Wahl des Ehemanns meiner Mutter bescheuert, obwohl die schon seit 10 Jahren zusammen sind. (25:19) Je nach Lust und Laune kommen da Sachen auf. (25:21) Manchmal findet er das Auto dumm, was ich fahre, weil es kein Mercedes ist. (25:26) Kann man nicht sagen.

Sprecher 1 (25:32) Wie würdest du die Konfliktsituation in deinem Elternhaus einstufen?

Sprecher 2 (25:41) Bei meinem Vater gar nicht. (25:45) Das ist alles gut. (25:46) Ich verstehe mich mit meinem Vater und meiner Stiefmutter sehr gut. (25:51) Bei meiner Mutter und Stiefvater. (25:54) Ein Grund, warum ich von Land nach Deutschland zurückgezogen bin, ist mein Stiefvater. (25:57) Ich komme mit ihm nicht klar. (26:00) Der Konflikt ist nicht zwischen ihm und mir. (26:02) Der Konflikt ist, was ich empfinde, zwischen ihm und meiner Mutter. (26:09) Obwohl es meine Mutter nicht stört. (26:11) Deswegen bin ich ausgezogen. (26:14) Ich komme mit der Persönlichkeit nicht klar. (26:17) Ich komme nicht damit klar. (26:19) Ich bin z.B. ein Mädchen. (26:21) Er ist fest davon überzeugt, dass Mädchen zu Hause sitzen müssen und nichts machen dürfen. (26:27) Das ist mir zu blöd. (26:28) Wenn ich weg war, hat er meine Mutter ausgelassen. (26:32) Was hast du denn großgezogen? (26:35) Ich habe gedacht, ich gehe zu meinem Vater. (26:37) Das ist mir egal.

(26:43) Er kommt damit nicht klar. (26:44) Meine Schwester ist mittlerweile geschieden. (26:48) Als sie 1,5 Jahre lang verheiratet war, war alles okay. (26:51) Jetzt muss sie auch wieder zu Hause sitzen. (26:52) Das geht auch nicht. (26:55) Du bist ja keine 10 Jahre alt. (26:57) Meine Schwester ist 2X. (27:00) Bei ihm bin ich weggezogen, weil ich zu meiner Mutter gesagt habe, du hast keine Probleme mit ihm. (27:06) Ich habe diese Probleme. (27:08) Also gehe ich.

Sprecher 1 (27:09) Aber das hat das Verhältnis zu deiner Mutter nicht beeinflusst?

Sprecher 2 (27:14) Nein, zu meiner Mutter nicht. (27:17) Ich habe fast null Kontakt zu ihrem Mann.

Sprecher 1 (27:20) Aber mit Mama schreibst du zwischendurch nach?

Sprecher 2 (27:25) Ich fliege auch hin. (27:26) Ich fliege nächsten Monat wieder hin. (27:27) Dann sehe ich ihn wieder. (27:29) Dann bin ich eine Woche da. (27:30) Das ist völlig in Ordnung. (27:31) Aber dieses ständige Dasein ist das Problem.

Sprecher 1 (27:35) Du bist dann wieder weg. (27:37) Es ist alles so zeitlich gesehen. (27:40) Das ist schon gut. (27:41) Dann regen oder stören einen manche Sachen nicht so doll. (27:46) Wenn man nur kurz da ist.

Sprecher 2 (27:48) Weil ich weiß, dass ich dann weg bin.

Sprecher 1 (27:53) Deine Schwester ist bei deiner Mama eingezogen? (27:58) Und bei dem Stiefvater?

Sprecher 2 (28:00) Ja. (28:03) Die Situation ist ein bisschen anders. (28:05) Das hätte sie nicht machen müssen. (28:06) Aber sie wollte das Haus, was sie hatte, auflösen.

Sprecher 1 (28:09) Wegen den Erinnerungen.

Sprecher 2 (28:12) Vorübergehend ist sie wieder da.

Sprecher 1 (28:14) Okay. (28:17) Haben deine Eltern dich in den Elternkonflikt involviert?

Sprecher 2 (28:25) Beide Seiten (28:26) Ja, beide. (28:28) Es war eine sehr eklige Scheidung. (28:33) Sie hatten beide sehr viele Probleme. (28:35) Haben aber sich gewährt, miteinander zu kommunizieren. (28:40) Ich habe kommuniziert.

(28:43) Telefon ging gar nicht. (28:44) Dann würden sie sich anschreien. (28:46) Aber E-Mail war eine böser als die andere. (28:49) Da gab es keine Lösungen. (28:53) Irgendwann hieß es, dann sage ich es Papa. (28:56) Dann sage ich es Mama. (28:59) Irgendwann war es nur über mich. (29:01) Ich habe früh gelernt, wie man Informationen filtert. (29:05) Wie man sie darstellt. (29:06) Wie man Informationen manipuliert. (29:09) Wie man was weglässt, damit es den anderen nicht triggert. (29:14) Dass ich Dinge gesagt habe, wenn die Laune gut war. (29:18) Dann suchst du den richtigen Zeitpunkt raus. (29:20) Das konnte ich schon mit 11.

Sprecher 1 (29:21) Das hast du auch immer gemacht?

Sprecher 2 (29:26) Ja, definitiv. (29:27) Ich wusste auch mit 12, was genau, welches Elternteil triggert. (29:35) Dementsprechend sagst du es nicht. (29:36) Oder du sagst es anders. (29:38) Ja. (29:40) Oder du nimmst etwas auf deine eigene Kette. (29:43) Dann sagst du, ich will das. (29:44) Und nicht Papa will das.

(29:51) Das habe ich durchgezogen bis 20.

14.4 2GEFo4

Sprecher 1. (0:02) Wie alt bist du?

Sprecher 2 (0:05) 4X.

Sprecher 1 (0:08) Zu welchem Geschlecht fühlst du dich zugehörig? (0:10) Mann, Frau oder divers?

Sprecher 2 (0:13) Frau. (0:15)

Sprecher 1 (0:18) Bist du in Deutschland aufgewachsen oder hast du einen Migrationshintergrund?

Sprecher 2 (0:24) Nein, in Deutschland aufgewachsen.

Sprecher 1 (0: (0:31) Wie würdest du den sozionomischen Status deines Elternhauses einstufen?

Sprecher 2 (0:52) Uff. (0:54) Das ist echt schwierig. (0:56) Also ich denke mal, ich würde sagen überdurchschnittlich. Also ich finde das ist schwierig vom Bildungsgrad her komme ich aus einem sehr hohen, also meine Eltern waren Akademiker und da würde ich eher hochgehen, aber das hat ja auch immer nicht unbedingt was damit zu tun, welche Bildungs-, oder welche Möglichkeit man finanziell hat.

Sprecher 1 (1:48) Und was ist dein aktueller sozioökonomischer Status?

Sprecher 2 (1:57) Tja, das ist ja in der heutigen Zeit schwer zu beantworten. (2:05) Also ich würde schon sagen Durchschnittlich.

Sprecher 1 (2:28) Was ist dein bislang höchster erreichter Abschluss?

Sprecher 2 (2:34) Also Universitätsstudio, Master.

Sprecher 1 (2:42) Und dann hast du Geschwister?

Sprecher 2 (2:46) Ja, zwei. (...)

Sprecher 1 (3:05) Dann hast du eigene Kinder?

Sprecher 2 (3:09) Ja, zwei. (3:16) 1X und X. (...)

Sprecher 1 (3:44) Sind deine Eltern zu deiner Volljährigkeit zusammengeblieben?

Sprecher 2 (3:50) Ja.

Sprecher 1 (3:55) Und sind die Eltern auch noch zusammen oder haben sie sich inzwischen getrennt?

Sprecher 2 (3:59) Die sind gestorben. Aber ja, die sind zusammengeblieben.

Sprecher 1 (4:20) In welchem Alter bist du ausgezogen?

Sprecher 2 (4:25) Mit 18, ja.

Sprecher 1 (4:36) Wie war die Beziehung zu ihrer Mutter?

Sprecher 2 (4:44) Sehr gut, exzellent. (5:03) Warum? (5:08) Wir hatten einfach ein echt gutes Verhältnis und haben, ich würde sagen, dass wir die Chance hatten, uns während unseres Lebens einfach auf verschiedenen Ebenen zu treffen und auseinanderzusetzen. (5:24) Also wenn man die typischen Streitigkeiten, die man so während der Pubertät und während des Erwachsenwerdens hat mit den Eltern, dass man die Chance hat, wir hatten die Chance danach, immer wieder auch einfach eine gute Beziehung zu haben. (5:41) Und immer wieder auf einen guten Nenner zu kommen. (5:44) Also ich glaube, wir haben uns sehr auf Augenhöhe am Ende ihres Lebens auseinandergesetzt. (5:51) Genau, ja. (6:04) Ja, also was ich meine, ist einfach, dass man sich die Chance gibt, sich immer wieder neu auch kennenzulernen. (6:12) Und irgendwann eben auch Wert auf eine gute Beziehung legt. (6:17) Ich glaube, wenn das beiden wichtig ist, dann kann das auch funktionieren.

Sprecher 1 (6:35) Wie war die Beziehung zu Ihrem Vater?

Sprecher 2 (6:39) Würde ich auch bei sehr gut, exzellent einschätzen. (6:48) Warum? Ich würde genauso beantworten. (6:51) Also gegenseitiges Interesse aneinander, gegenseitiger Wille, sich irgendwie zu begleiten im Leben, auszutauschen. (7:02) Und ja, genau.

Sprecher 1 (7:24) Wie gut hast du dich durch dein Elternhaus auf das Erwachsenenleben vorbereitet gefühlt?

Sprecher 2 Gut

Sprecher 1 (8:09) Woran lag das?

Sprecher 2 (8:13) Das lag daran, dass ich in einer ziemlich Blase aufgewachsen bin, würde ich sagen. (8:21) Also was man natürlich von außen erst mal als positiv bewerten würde und auch vom Inneren her als positiv bewerten würde, was aber dazu führt, dass man, wenn man dann erwachsen wird, natürlich es ein bisschen schwerer hat, mit der Realität klarzukommen. (8:36) Also ganz lapidare Beispiele wie das Geld, was ich als Studierende zur Verfügung hatte, war praktisch mehr, als ich in meinem ersten Job verdient habe.

(8:47) Das ist so, wenn die Eltern eben auch so ein bisschen natürlich die Möglichkeiten haben und natürlich den Kindern das auch ermöglichen wollen, ist es natürlich dann, wenn man auf eigenen Beinen steht, auf einmal ein bisschen schwieriger. (9:02) Und da zählt natürlich auch mit rein, dass vieles eben auch sehr abstrakt erst mal ist, bevor man selber irgendwie ins Berufsleben eintaucht oder überhaupt erst mal irgendwie klarkommen muss alleine. (9:19) Das ist sicherlich nicht böse intentioniert oder so, aber es bringt halt einfach sowas mit sich.

(9:28) Ein gutes und intaktes Elternhaus hat was, aber vielleicht auch so ein bisschen, ja, keine Ahnung. (9:35) (...)

Sprecher 1 (9:42) Ein gutes Elternhaus hat den Vorteil, dass es einen vor bösen Dingen abschirmt und den Nachteil, dass es einen vor bösen Dingen abschirmt. (9:48) Damit kann man das vielleicht zusammenfassen.

Sprecher 2 (9:50) Ja.

Sprecher 1 Wie geht es dir psychisch gesundheitlich?

Sprecher 2 (10:04) Gut

Sprecher 1 (10:05) Wie geht es dir physisch gesundheitlich?

Sprecher 2 Auch. (10:17) Gut.

Sprecher 1 (10:19) Warst du jemals in psychologischer oder psychiatrischer Behandlung?

Sprecher 2 (10:24) Ja.

Sprecher 1 (10:31) Warum und wie lange?

Sprecher 2 (10:39) Das letzte Mal wegen des Todes meines Vaters. (10:45) Zwei Jahre. (10:47) Also tatsächlich schließe ich das jetzt gerade ab. (10:51) Die Psychotherapie. (10:54) Und davor schon mal ... (10:58) ... (10:58) wegen, weiß ich nicht ... (11:01) so ein bisschen Angstanpassungszuständen während des Studiums. (11:06) Aber das ist halt schon lange her. (11:08) Ich bin ja schon 4X und ich weiß gar nicht mehr, wie lange das da war. (11:12) Vielleicht ein Jahr lang oder so.

(11:19) Ich glaube tatsächlich, also mein Standpunkt dazu ist, dass das auch normal ist, dass Menschen das machen. (11:26) Ich finde das nicht ungewöhnlich oder beschämend. (11:30) Ich glaube, das ist genauso wie man was für seine physische Gesundheit tut, ist es auch gut, was für seine psychische Gesundheit zu tun. (11:39) Sich Hilfe zu holen bei jemandem, der sich da auskennt. (11:47) Ich würde das jetzt nicht als gravierend bezeichnen, sondern eher als Luxus, dass man das in unserer Gesellschaft machen kann. (11:58) Dass man die Möglichkeit dazu hat.

Sprecher 1 (12:28) Wie war die Stimmung bei dir zu Hause, als du aufgewachsen bist?

Sprecher 2 (12:41) Gewaltfrei auf jeden Fall. (12:56) Liebevoll, kümmernd, auch streng durchaus. (13:03) Diszipliniert streng, aber liebevoll streng. (13:12) Dann gab es bestimmte Regeln oder Erwartungen im Haushalt, die sehr streng durchgeführt wurden. (13:18) Mit dieser Liebevollkeit. (13:28) Insgesamt. (13:31) Wir sind nicht anti-autoritär erzogen worden.

(13:41) Ich würde sagen, eine sehr gute richtungsgebende Erziehung, in der aber schon eine Erwartungshaltung da war, sich an Regeln zu orientieren. (13:50) Und auch zum Familienleben und zum funktionierenden Haushalt beizutragen. (13:57) Aufgaben zu übernehmen, im Sinne von den Kindern beizubringen, Verantwortung zu übernehmen, den Kindern das Gefühl geben, dass ihnen was zugetraut werden kann. (14:09) Dass sie auch Dinge übernehmen können.

Sprecher 1 (14:34) Haben Sie in Ihrer Familie jemals Form von Gewalt erlebt körperlich zumindest?

Sprecher 2 nein.

Sprecher 1 (14:42) Gab es verbale Gewalt oder emotionale?

Sprecher 2 (14:45) Nein.

Sprecher 1 (14:53) Auch nicht im Sinne von Eltern verlieren mal die Fassung, brüllen laut los?

Sprecher 1 (14:58) Ja, doch, das schon. (15:00) Aber ich würde das jetzt nicht ... (15:03) Okay, das ist für mich tatsächlich ... (15:05) Da muss man vielleicht ein bisschen die Definition jetzt sehen. (15:08) Ich finde nicht, wenn Eltern die Fassung verlieren. (15:10) Ich finde nicht, dass es eine Form von Gewalt ist. (15:13) Es kommt natürlich darauf an, was man dann sagt. (15:17) Aber für mich wäre es eine Form von Gewalt, wenn in so einem Kontext Beleidigungen fallen würden. (15:25) So im Sinne, du bist bescheuert oder sowas. (15:28) Das wäre Gewalt, aber das gab es nicht.

(15:35) Lauter werden ist für mich jetzt keine Gewalt, muss ich ehrlich sagen. (15:38) Ich finde, das ist einfach menschlich. (...) Insofern ja, natürlich in solcher Form sicher auch mal. (16:04) Also eher unregelmäßiges ... (16:07) In dem Fall hast du es entweder zu weit getrieben oder die Eltern hatten einen schlechten Tag oder sowas in der Richtung.

Sprecher 1 (16:33) In welchem Alter ist so etwas in der Richtung zum ersten Mal passiert?

Sprecher 2 (16:41) Kann ich nicht sagen, keine Ahnung. (16:45) Da kann ich mich echt nicht so gut dran erinnern. (...)

Sprecher 1 (17:15) Gibt es oder gab es in deiner Kindheit Momente, in denen du dich bedroht oder unsicher gefühlt hast?

Sprecher 2 (17:24) Ja, unsicher schon, aber nicht bedroht.

Sprecher 1 (17:29) Was für Momente waren das?

Sprecher 2 (17:33) Das sind tatsächlich ... (17:36) Mein Vater war politisch sehr engagiert. (17:40) Ich habe dadurch als Kind schon früh Informationen oder Gespräche mitgehört über politische Unruhen oder solche Sachen oder politische Probleme. (17:52) Das hat mich als Kind damals schon immer sehr mitgenommen oder beeinflusst.

Sprecher 1 (18:53) Wie würdest du die Konfliktsituation in deinem Elternhaus einstufen?

Sprecher 2 (18:58) Ja, bei 1, also sehr gering.

Sprecher 1 (19:11) Dann gehe ich auch mal davon aus, dass deine Eltern dich nicht in eventuelle Konflikte, in Elternkonflikte involviert haben.

Sprecher 2 (19:19) Nee.

Sprecher 1 (19:29) Wie viel Konfliktsschutz, denkst du, hast du als Kind generell erfahren hast?

Sprecher 2 (19:39) Zwei, vielleicht eins, zwei, ich weiß nicht.

Sprecher 1 (19:44) Ist klar. (19:46) Das heißt, für den Konflikt da war, wurde er auch ausgetragen?

Sprecher 2 (19:52) Ja.

Sprecher 1 (19:53) Und wie viel Zuwendung hast du als Kind erfahren?

Sprecher 2 maximal würde ich sagen

Sprecher 1 (20:14) Wie stark war die Bindung zu ihren Bezugspersonen?

Sprecher 2 (20:21) Ja, sehr stark.

Sprecher 1 (20:46) Hattest du als Kind Kontakt mit Familiengerichten, Jugendämtern, Rechtsanwälten?

Sprecher 2 nein

Sprecher 1 würdest du derartige Professionelle in Anspruch nehmen oder weiterempfehlen?

Sprecher 2 (21:33) Das würde ich auf jeden Fall sagen, ja. (21:42) Ich glaube, es ist auf jeden Fall für Betroffene immer total gut, sich nach außen zu wenden. (21:49) Also sich an jemanden zu wenden. (21:52) Am besten sind da natürlich Schlichtungsstellen oder Institutionen, die so eine Aufgabe eigentlich haben.

(22:02) Weil natürlich alles andere oft sehr subjektiv behandelt wird. (22:07) Und ich denke, da ist es schon vernünftig, sich an offizielle Stellen zu wenden. (22:11) Wobei ich jetzt nicht sagen würde, dass ich Jugendämtern voll vertrauen würde. (22:16) Ich glaube, da gibt es auch echt viel Probleme. (22:22) Sich an offizielle Stellen zu wenden. (...) (22:48) Ich habe da ja nicht so richtig große Erfahrung. (22:52) Aber ich würde sagen, wenn ich etwas komisch finde, was sich nicht richtig anfühlt, mit anderen Menschen darüber reden. (23:07) Also mir Hilfe suchen. (...)

(23:42) Ich glaube, es ist immer wichtig, Feedback zu kriegen zu Situationen. (23:55) Deswegen ist es natürlich gut, jemanden zu fragen, der im näheren Umfeld ist und einen selber und vielleicht auch die Situation kennt. (24:06) Deswegen finde ich, diese Information teilen, sich Hilfe holen, sich einen Ratschlag holen, hat sich für mich in meinem Leben einfach bewährt.

(24:16) Nicht unbedingt auf die Situation Gewalt, sondern insgesamt, auch wenn vielleicht irgendetwas Blödes ist. (24:28) Manchmal weiß man ja nicht, ist man selber vielleicht zu sensibel? (24:33) Oder ist es wirklich nicht in Ordnung, was da passiert? (24:36) Da hat sich das für mich bewährt, Ratschläge aus meiner Umgebung anzunehmen.

Sprecher 1 (24:46) Gab es da Personen im Umfeld, die dir besonders geholfen haben?

Sprecher 2 (24:57) Irgendwie schon. (25:00) Ich kann jetzt nicht konkret nicht sagen. (25:03) Es ändert sich im Laufe des Lebens.

Sprecher 1 Wie beeinflussen diese Erfahrungen dein heutiges Leben und deine Beziehungen?

Sprecher 2 (25:30) Positiv. (25:31) Indem man sich auf andere verlassen kann.

Sprecher 1 Wie belastend war die Gewalterfahrung im eigenen Elternhaus für dich?

Sprecher 1 (26:01)

Sprecher 2 Null.

Sprecher 1 (26:36) Wie würdest du die Auswirkungen von Gewalt auf deine eigene Entwicklung beschreiben?

Sprecher 2 (26:42) Nicht vorhanden. (26:45) Unbedeutend.

Sprecher 1 (26:57) Wie hast du dich als Kind in Gewaltsituationen gefühlt?

Sprecher 2 (27:11) Wahrscheinlich vor den Kopf gestoßen. (27:13) Oder irgendwie verängstigt.

Sprecher 1 (27:17) Und wie bist du mit diesen Gefühlen umgegangen?

Sprecher 2 (27:37) Wahrscheinlich sehr offen. (27:39) Weil ich den sicheren Kontext hatte, das zu können.

Sprecher 1 (28:00) Und dann gab es bestimmte Regeln oder Erwartungen im Haushalt, die da sehr streng durchgesetzt wurden?

Sprecher 2 (28:09) Nein, sehr streng nicht.

Sprecher 1 (28:13) Aber gab es Regeln oder Erwartungen, was Konfliktsituationen angehen?

Sprecher 2 (28:21) Ich meine, vielleicht sowas wie Zimmer aufräumen und im Haushalt mithelfen. (28:27) Ich weiß jetzt nicht genau. (28:31) Ich will jetzt nicht auf hohem Niveau jammern. (28:34) Ich weiß nicht, ob man das aufschreiben kann. (...)

Sprecher 1 (29:23) Gibt es etwas, das du anderen mitgeben möchtest, die Gewalterfahrungen durchgelitten haben?

Sprecher 2 (29:33) Ja. (29:39) Ich glaube, es ist wichtig. (29:43) Ich glaube, Hilfe zur Selbsthilfe ist etwas ganz Wichtiges. (29:48) Dass Kinder oder Jugendliche versuchen, sich aus bestimmten Situationen zu befreien. (29:56) Indem sie zum Beispiel die Schule besuchen.

14.5 2GEF05

(Unvollständige Aufnahme)

(Männlich, 5X Jahre alt, in Deutschland aufgewachsen)

Sprecher 1 Wie ist der sozioökonomische Status Ihrer Eltern?

Sprecher 2 Durchschnittlich, vielleicht etwas mehr

Sprecher 1 Wie ist dein aktueller sozioökonomischer Status dann? (0:16) Ebenfalls auf der Skala von 1 bis 7. (0:19)

Sprecher 2 Würde ich auch sagen 4. (0:20)

Sprecher 1 Was ist dein höchster bislang erreichter Abschluss von,

Sprecher 2 keine Ahnung, gar keinen

Sprecher 1 (0:42) Dann hast du Geschwister oder Halbgeschwister? (0:47)

Sprecher 2 Ich habe zwei Brüder.

Sprecher 1 Hast du eigene Kinder?

Sprecher 2 (1:06) Ja, zwei Stück. (...)

Sprecher 1. (1:26) Waren deine Eltern bis zu ihrer Volljährigkeit zusammen oder haben sie sich getrennt? (1:35)

Sprecher 2 Bis zur Volljährigkeit, ja. (1:39) Nee, die waren zusammen.

Sprecher 1 In welchem Alter bist du ausgezogen aus den Elternhaus?

Sprecher 2 (1:57) Ich muss immer überlegen. (2:00) Ich glaube, das war 2X oder 2X. (2:05) Wenn ich das nicht so richtig im Kopf habe. (2:08) Ich muss ja meine eigenen Lebenslaufen durchsuchen.

Sprecher 1 (2:21) Wie war oder ist die Beziehung zu deiner Mutter?

Sprecher 2 (2:29) (2:32) Das ist jetzt schwierig hinzuordnen. (2:35) Eigentlich sehr gut.

Sprecher 1 (2:39) Und die Beziehung zu deinem Vater?

Sprecher 2 (2:43) Ich würde ich sagen durchschnittlich bis eher gut.

Sprecher 1 (2:55) Warum ist die Beziehung zu deiner Mutter sehr gut?

Sprecher 2 (2:59) Oh, das kann ich nicht gleich beantworten. (3:01) Das ist einfach so.

Sprecher 1 (3:02) Okay. (3:04) Und die Beziehung zum Vater?

Sprecher 2 (3:10) Das kann ich jetzt auch gar nicht beantworten. (3:13) Das ist auch einfach so. (3:15) Wahrscheinlich, weil man nicht die gleichen Interessen hat.

Sprecher 1 (3:37) Wie gut hast du dich durch die Erfahrungen im Elternhaus auf das Erwachsenenleben ausgerüstet gefühlt?

Sprecher 2 (3:50) Eigentlich exzellent.

Sprecher 1 (4:00) Wie fühlst du dich psychisch gesundheitlich?

Sprecher 2 (4:07) Auch exzellent.

Sprecher 1 (4:11) Und physisch, also körperlich?

Sprecher 2 (4:16) Ja, da gibt es schon hier und da Baustellen. (4:19) Wie soll man das sagen? (4:20) Vielleicht zwischen eher gut und gut.

Sprecher 1 (4:26) Warst du jemals in psychologischer oder psychiatrischer Behandlung?

Sprecher 2 (4:30) Nein.

Sprecher 1 (4:41) Wie war die Stimmung und Atmosphäre bei dir zu Hause?

Sprecher 2 (4:47) Eigentlich völlig normal. (4:49) Es war weder schlecht, weder aggressiv, noch besonders teilnahmslos. (4:56) Also völlig durchschnittlich.

Sprecher 1 (5:06) Gab es bestimmte Regeln und Erwartungen im Haushalt, die sehr streng durchgesetzt wurden?

Sprecher 2 (5:16) Erwartungen? (5:22) Höchstens in Richtung Ehrlichkeit und Zuverlässigkeit. (5:28) Die schon, aber sonst finde ich eher loyal.

Sprecher 1 (5:35) Auch was im Sinne von Schulschulleistungen? (5:38) Gab es da Dinge, die strenger gefordert wurden?

Sprecher 2 (5:42) Nein, hatte ich nicht.

Sprecher 1 (5:48) Hast du in deiner Familie jemals Form von Gewalt erlebt? (5:51) Verbal, emotional oder körperlich?

Sprecher 2 (5:56) Es gab vielleicht mal etwas auf dem Hintern. (6:01) Aber eher selten.

Sprecher 1 (6:07) Sonst verbale Gewalt? (6:08) Körperlich?

Sprecher 2 (6:09) Nee, das gar nicht.

Sprecher 1 (6:12) Also kein lautes Rumschreien, kein Blüten?

Sprecher 2 (6:17) Nein, also nicht über das normale Leisten aus. (6:22) Das Klassische, wenn Eltern überfordert sind und sich anders zu helfen müssen. (...)

Sprecher 1 (6:37) Alles klar. (6:41) In welchem Alter hattest du so etwas zum ersten Mal erlebt?

Sprecher 2 (6:44) Auf dem Hintern oder verbale Überforderung von den Eltern? (6:47) Das muss in dem Alter von sechs bis sieben gewesen sein.

Sprecher 1 (6:59) Wie haben sich die Situationen normalerweise abgespielt?

Sprecher 2 (7:07) Das wurde dann schon einfach selbstbestimmt. (7:10) Wenn irgendwelche Probleme auftauchten, wurde das halt selbstbestimmt geäußert. (7:27) Später, wenn man in Richtung Jugendliche geht, wurde das dann halt eher angesprochen, auch bestimmt angesprochen. (7:38) Dann kam es halt öfter zu Diskussionen.

Sprecher 1 (7:52) Wie sind die Familienmitglieder miteinander umgegangen?

Sprecher 2 (8:01) Die Familienmitglieder untereinander sind gut miteinander umgegangen. (8:04) Ich habe zwei Geschwister. (8:05) Da gab es natürlich die üblichen Konkurrenzen und Streitgespräche. (8:14) Gerade zwischen Geschwistern ist das ja mal so. (8:17) Aber sonst war das völlig normal.

Sprecher 1 (8:35) Gab es in den Kindheit Momente, wo du dich bedroht und unsicher gefühlt hast im familiären Kontext?

Sprecher 2 (8:40) Nein, gar nicht.

Sprecher (8:46) Hat sich dann Gewalt auf die Beziehung zu beteiligten Familienmitgliedern ausgewirkt? (...)

Sprecher 2 (9:09) Wenn die Gewalt nicht wirklich stattfand, dann kann sie schlecht die Beziehung belasten. (9:13) Das ist nicht die Art von Gewalt, die man jetzt im üblichen Sinne darunter versteht. (9:21) Das ist ja meistens eine ungerechtfertigte oder übertriebene Gewalt.

Sprecher 1 (9:33) Was sind aus deiner Sicht die Beweggründe von deinem Elternteil zu ihrer Beziehung zu Gewalt? (9:38) Haben die zum Beispiel Gewalt im eigenen Elternhaus erfahren und haben sich deswegen dagegen entschieden oder sowas in der Richtung?

Sprecher 2 (9:45) Nein, das ist bei denen nie gewesen. (9:48) Aus den Erzählungen kenne ich es nicht, dass das so gewesen sein könnte. (9:56) Meine Opas sind im Krieg gefallen. (10:02) Von daher war die männliche Seite gar nicht da. (10:08) Damit ist der Klischee bewirkt heraus. (10:11) Dann war mein Vater vielleicht 43 oder 41 geboren. (10:18) Dann war mein Vater drei, meine Mutter ähnlich. (10:21) Deswegen war dieser Anteil gar nicht da. (10:24) Seitens der Mütter gab es keine Gewalt in dem Sinne. (10:28) Später sind auch keine neuen Partner dazugekommen.

Sprecher 1 (10:50) Wie würdest du die Konfliktsituation in deinem Elternhaus einstufen?

Sprecher 2 (11:02) eher niedrig. (11:12)

Sprecher 1 Haben deine Eltern dich oder deine Geschwister jemals in Konflikte zwischen sich involviert?

Sprecher 2 (11:21) Nein.

Sprecher 1 (11:36) Wie viel Konfliktschutz hast du als Kind erfahren? (11:39)

Sprecher 2 (11:50) Eigentlich eher wenig.

Sprecher 1 Wie viel Zuwendung hast du als Kind erfahren?

Sprecher 2 Viel.

Sprecher 1 (12:20) Wie stark ist deine aktuelle Bildung zu deinen Bezugspersonen?

Sprecher 2 (12:29) Sehr hoch, also 7.

Sprecher 1 (12:33) Und der aktuelle Kontakt zu den Bezugspersonen?

Sprecher 2 (12:41) Auch 7, also sehr hoch.

Sprecher 1 (12:48) Hattest du in deiner Jugend Kontakt mit Familiengerichten, Jugendämtern oder Rechtsanwälten?

Sprecher 2 (12:54) Nein, gar nicht. (...)

Sprecher 1 (13:11) Gab es Personen in deinem Umfeld außerhalb von deinen Eltern, die bei Konflikten geholfen haben? (13:16) Lehrer, Onkel, Tanten?

Sprecher 2 (13:19) Nein, gar nicht. (13:20) Das gab es auch nicht.

Sprecher 1 (13:25) Niemals nötig oder einfach nicht da im Ernstfall?

Sprecher 2 (13:29) Nein, das war nicht nötig.

Sprecher 1 (13:34) Hast du in späteren Jahren Stützung besucht, zum Beispiel durch Therapie?

Sprecher 2 (13:44) Nein.

Sprecher 1 (13:51) Beeinflussen deine Erfahrungen mit Gewalt dein aktuelles Leben und deine Beziehung?

Sprecher 2 (13:58) Nein, denke ich nicht.

Sprecher 1 (14:07) Wie belastend war die Gewalterfahrung im Elternhaus für dich?

Sprecher 2 (14:14) Das war schon unangenehm, belastend

Sprecher 1 (14:21) Darf ich da fragen, wieso?

Sprecher 2 (14:24) Naja, das hat eine Grenze überschritten, in dem Sinne. (14:31) Weil es dann doch plötzlich, plötzlich kam und unangemessen war.

Sprecher 1 (14:36) Unangemessen? (14:37) Also im Sinne von? (14:40) Wie du schon vorhin sagtest, wenn die Eltern überlastet sind und sich nicht helfen müssen, so entsteht mal so eine Reaktion.

Sprecher 2 (14:55) Meistens entstehen solche Sachen ja gar nicht, weil der Konflikt zwischen den beiden Personen war, sondern da sind manche mal noch andere Sachen gewesen. (15:06) Bei den Eltern zum Beispiel, die sind dann gestresst von der Arbeit oder andere Sachen haben sie geärgert und dann kommt das noch obendrauf und dann eskaliert das dann. (15:15) Und dann explodiert man. (15:16) So empfinde ich das in dem Moment dann auch.

Sprecher 1 (15:20) Das wirkt einem als Kind ungerechtfertigt.

Sprecher 2 (15:26) Richtig.

Sprecher 1 (15:29) Wie würdest du die Auswirkungen von Gewalt auf deine Entwicklung beschreiben?

Sprecher 2 (15:39) Minimal. (15:39) Also da hat sich eigentlich nicht viel, das hat keine großen Auswirkungen gehabt auf meine Entwicklung.

Sprecher 1 (15:56) Wie haben sich die Situationen, in denen Gewalt passiert ist, als Kind angefühlt?

Sprecher 2 (16:15) Ich konnte schon damit umgehen, aber überfordert war ich damit nicht. (16:29) Ich habe mich ungerecht behandelt gefühlt.

Sprecher 1 (16:41) Wie bist du mit diesem Gefühl umgegangen?

Sprecher 2 (16:46) Ich habe sie gar nicht weiter geäußert, sondern einfach irgendwann ignoriert.

Sprecher 1 (17:08) Hat die Erfahrung von Gewalt dein Verhalten oder deine Sichtweise auf Beziehungen verändert?

Sprecher 2 (17:23) Doch schon, ja.

Sprecher 1 (17:29) Auf welcher Weise? (17:31) Also Erkenntnisse rausgezogen?

Sprecher 2 (17:33) Die Erkenntnis ist, dass das nicht gut ist. (17:37) Dass Gewalt dann einfach keine Lösung ist. (17:43) Und auch, wie soll man das sagen, unterdrückend sozusagen. (17:54) Gewalt in dem Sinne verletzt ja nicht nur körperlich, sondern eben auch seelisch.

Sprecher 1 (18:14) Gibt es etwas, das du dir rückblickend für deine Familie gewünscht hättest, in Bezug auf Gewalt? (18:20) Etwas, das vielleicht geholfen hätte bei der Situation?

Sprecher 2 (18:27) Nee, eigentlich nicht. (18:28) Es war jetzt nicht so tragisch.

Sprecher 1 (18:36) Was möchtest du anderen mitgeben, die Erfahrungen mit Gewalt gemacht haben?

Sprecher 1 (18:42) Kann ich nicht viel mitgeben.

Sprecher 1 (18:52) Dann Informationen zu deiner aktuellen Familie. (18:54) Wie würdest du die Konfliktsituation bei deiner aktuellen Familie einstufen?

Sprecher 2 (19:03) Also gering.

Sprecher 1 (19:15) Hast du jemals deine Kinder mit einem eigenen Konflikt involviert?

Sprecher 2 (19:20) Nein.

Sprecher 1 (19:28) Wie viel Konfliktschutz erfahren deine Kinder im Allgemeinen? (19:32) Vor eigenen Konflikten, vor externen Konflikten?

Sprecher 2 (19:48) Da würde ich schon viel sagen.

Sprecher 1 (19:57) Wie viel Zuwendung erfahren deine Kinder? (...)

Sprecher 2 (20:06) Auch viel, würde ich sagen.

Sprecher 1 (20:11) Wie stark ist die aktuelle Bindung von deinen Kindern zu dir?

Sprecher 2 (20:17) Sehr.

Sprecher 1 (20:20) Und wie stark ist der aktuelle Kontakt?

Sprecher 2 (20:25) Der ist auch häufig, stark. (...)

Sprecher 1 (21:58) Hattest du innerhalb deiner aktuellen Familie jemals Kontakt zu Familiengerichten, Jugendämtern oder Rechtsanwälten?

Sprecher 2 (22:05) Nein.

14.6 2GEFo6

Sprecher 1 (0:03) Wie alt bist du?

Sprecher 2 (0:06) 5X.

Sprecher 1 (0:09) Zu welchem Geschlecht fühlst du dich zugehörig?

Sprecher 2 (0:12) Also ich bin eindeutig Frau. (0:14) Dafür bin ich zu alt, um mich divers zu fühlen.

Sprecher 1 (0:19) Bist du in Deutschland aufgewachsen oder hast du einen Migrationshintergrund?

Sprecher 2 (0:23) Ich glaube im Großen und Ganzen bin ich Deutsch. (0:25) Die X Jahre in Land lassen wir mal weg, denn ich bin ja nicht migriert. (0:28) Wir sind noch nicht rechts genug, um das als Migrationshintergrund einzustufen.

Sprecher 1 (0:37) Wie würdest du den sozioökonomischen Status deines Elternhauses einstufen? (0:41) Sprich den Bildungsstand, den Einkommensstand und den Berufsstand.

Sprecher 2 (0:47) Ich würde sagen Mittelschicht. Also eine 4. (...)

Sprecher 1 (1:17) Wie ist dein eigener sozioökonomischer Status?

Sprecher 2 (1:23) Da würde ich wirklich die 6 nehmen, hoch. (...)

Sprecher 1 (1:47) Welcher ist dein höchster bislang erreichter Abschluss?

Sprecher 2 (1:54) Achso, ich bin Akademikerin. (1:58) Ich habe ein Staatsexamen. (...)

Sprecher 1 (2:30) Hast du Kinder?

Sprecher 2 (2:44), ja zwei.

Sprecher 1 (3:13) Blieben deine Eltern bis zu ihrer Volljährigkeit zusammen?

Sprecher 2 (3:16) Ja. (3:21)

Sprecher 1 In welchem Alter bist du ausgezogen?

Sprecher 2 (3:25) 19.

Sprecher 1 (3:25) Wie war und ist die Beziehung zu deiner Mutter?

Sprecher 2 (3:45) Ich würde sagen, ich halte Kontakt, aber ich fühle mich nicht zugehörig. (3:53) Ich fühle mich nur verpflichtet. (3:54) Eher schlecht.

Sprecher 1 (4:13) Warum ist das so?

Sprecher 2 (4:17) Weil der Kontakt zu meiner Mutter mir nicht gut tut. (4:21) Psychisch.

Als Kind war die Beziehung zu ihr sehr eng. (5:28) Sehr, sehr eng. (5:31) 7 würde ich sagen. (5:34) Überprotektiv. (5:36) Manipulativ. (5:41) Ausnutzend. (5:54) Eigentlich habe ich nur für sie existiert.

Sprecher 1 Und zu deinem Vater?

Sprecher 2 (6:14) Irgendwo zwischen nicht so eng und durchschnittlich. (6:18) Er war ja nie da. (6:19) Und wenn er da war, war ich auch nicht da. (6:22) Er war nicht ansprechbar. (6:36) Beruflich nicht da. (6:38) Ja, das ist klar. (6:39) Als Seemann war er das halbe Jahr lang nicht da. (6:42) Ja, länger. (6:43) Als ich klein war, deutlich mehr. (6:46) Deutlich mehr abwesend als ein halbes Jahr. (6:50) Das mit dem 1 zu 1 Urlaub kam irgendwann in den 80ern erst. (6:53) Da war ich schon fast ausgezogen.

Sprecher 1 (7:03) Und er hat sich nicht auf Gespräche eingelassen? (7:07) Hat er dann erwartet, dass der Haushalt super funktioniert?

Sprecher 2 (7:16) Ich glaube, er hat sich auch nicht zuständig gefühlt. (7:18) Ich habe irgendwann nur mal so ein Gesprächsfetzen mitgekriegt. (7:25) Da hat er zu Omi gesagt, Vater und Kind, das sagt doch keiner. (7:29) Das ist doch immer Mutter und Kind. (7:30) Oder Frau und Kind. (7:33) Das kam nicht vor in seiner Vorstellung.

Sprecher 1 (7:45) Und durch die Erfahrungen im Elternhaus fühlst du dich emotional vorbereitet für das Erwachsenenleben?.

Sprecher 2 (8:10) schlecht. (8:27) wobei Ich konnte Dinge regeln. (8:31) Das konnte ich. (8:33) Ich konnte mein Leben selbst organisieren. (8:36) Das ging. (8:37) Erstaunlich gut. (8:41) Da würde ich mir eine eher gut geben. (8:45) Alles klar. (8:47) Also auf der Funktionsebene.

Sprecher 1 (8:56) Wie fühlst du dich psychisch gesundheitlich?

Sprecher 2 (9:02) Oh, da schwankt. (9:06). Eher schlecht, würde ich sagen.

Sprecher 1 (9:12) Wie fühlst du dich körperlich gesundheitlich?

Sprecher 2 (9:15) Ja, das ist okay. (9:17) Eher gut bis gut. (9:22) Bin auch oft erschöpft. (9:23) Aber das ist das Einzige. (9:24) Und mein Knie ist im Arsch. (9:25) Aber ich hatte sonst nichts.

Sprecher 1 (9:31) Warst du schon einmal in psychologischer oder psychiatrischer Behandlung? Sprecher 1 (9:35)

Sprecher 2 Ja.

Sprecher 1 (9:37) Wie lange und wie lautete die Diagnose?

Sprecher 2 (9:40) Die Diagnose lautete schwere Episode einer chronisch rezidivierenden Depression. (9:51) Das hat sich über ein Jahr ungefähr gestreckt. (10:00) Anfangs häufiger und dann nur noch einmal im Monat.

Sprecher 1 (10:30) Dafür hast du im Haus aber staunlich gut funktioniert.

Sprecher 2 (10:35) Ja. (10:36) Das kenne ich. (10:38) Das ist trainiert.

Sprecher 1 (10:51) Hast du starke körperliche Beschwerden?

Sprecher 2 (10:55) Nein. (10:56) Ich hatte als Jugendliche in der Tat Asthma. (10:59) Das ist weg. (11:01) Ich habe Migräne. (11:04) Das ist aber Familie. (11:08) Ich habe es geerbt gekriegt. (11:18) Überhaupt habe ich vielleicht leichte Stimmungsveränderungen, wenn das Wetter zu hart schwankt. (11:23) Das hast du noch wieder. (11:26) Aber das Asthma ist weg.

Sprecher 1 (11:44) Wie war die Stimmung und Atmosphäre bei dir zu Hause, als du groß geworden bist?

Sprecher 2 (11:53) Ach du je. (11:57) Es gibt ja immer zwei Ebenen. (11:59) Nach außen war alles super. (12:00) Immer super. (12:02) Ich denke, das ist etwas, was du ja auch kennst. (12:04) Aber wie formuliert man das? (12:07) Meine Mutter ist nach außen immer hochglanz und prima. (12:13) Dahinter war viel Einsamkeit. (12:19) Für mich. (12:21) Aber ich habe mich extrem meinen Eltern gegenüber verpflichtet gefühlt. (12:33) Die Sachen mussten klappen. (12:35) Wobei das, was klappen musste, musste ich meiner Mutter an den Augen ablesen. (12:41) Ich kann meinen Vater da leider nicht mit reinnehmen, weil der so selten da war. (12:46) Das ist sehr intensiv auf Omi gemünzt. (12:55) Meine Aufgabe war es, ihre Stimmungsschwankungen zu spüren und entsprechend zu reagieren. (13:02) Das ging nicht immer. (13:10) Widerspruch oder Widerstand waren nicht das, was gewünscht wurde. (13:17) So würde ich das einfach mal beschreiben. (13:28) Also Türen durften nicht geschlossen werden. (13:33) Trotzdem warst du innerlich alleine. (13:37) Es ging nicht um mich. (13:38) Es ging immer nur darum, wie fühlt sie sich gerade und wie kann ich darauf reagieren. (13:58) Naja, und du merkst es ja auch, dass sie dann z.B. einfach bei anderen ins Zimmer poltert und sie zutextet. (14:03) Das sind eben so Sachen, aber wann es ihr passt. (14:07) Es geht nicht um dich. (14:10) Ich musste verschwinden, wenn sie mich wollte. (14:13) Das ist so.

Sprecher 1 (14:29) Gab es bestimmte Regeln oder Erwartungen im Haushalt, die streng durchgesetzt wurden?

Sprecher 1 (14:33) Ich nehme mal an, da kommt das mit der Stimmung und dem sofort Reagieren zu.

Sprecher 2 (14:38) Das war ungeschrieben. (14:40) Geschrieben war, was angesagt wird, wird gemacht. (14:43) Wird nicht hinterfragt, es wird gemacht. (14:49) Da wurde auch drauf geachtet, dass das passierte. (14:54) Ja, klar. (14:55) Bei uns gab es auch Regeln. (14:56) Die gab es bei mir zu Hause auch. (14:58) Es wird morgens aufgestanden, es wird sich angezogen, es gibt Frühstück, dann geht man zur Schule.

Sprecher 2 (15:04) Ja, klar, aber das sind Regeln, die angemessen sind.

Sprecher 1 (15:08) Ja, das sind angemessene Regeln, denke ich auch. (15:11) Das andere war nur, finde raus, was ich gerade will und springe. (15:17) Das waren so ungeschriebene Regeln. (15:22) Die Mutter hat immer Recht, auch wenn sie kein Recht hat. (15:25) Und man das weiß, die Mutter hat immer Recht.

Sprecher 1 (15:33) Alles klar. (15:37) Hast du in deiner Familie jemals Form von Gewalt erlebt, sei es verbal, emotional oder körperlich?

Sprecher 2 (15:47) Ja, es war mehr wirklich regelmäßig emotional, körperlich auch, aber emotional wirklich regelmäßig, ja.

Sprecher 1 (16:10) In welchem Alter hast du zum ersten Mal Gewalt im Elternhaus erlebt?

Sprecher 2 (16:15) Da kann ich mich nicht dran erinnern. (16:20) Preverbal würde ich sagen, ja.

Sprecher 1 (16:37) Und wie haben sich die Situationen typischerweise abgespielt?

Sprecher 2 (16:45) Das war ein System. (16:49) Da gab es keine typischen Situationen. (16:52) Das war so aus dem Nichts. (16:55) Ich sitze im Zimmer, spiele, höre Kasette, plötzlich rennt meine Mutter rein, schreit mich an, nimmt die Kassettenrekorder mit und verschwindet wieder. (17:04) Und dann sitzt du da und denkst so, was denn jetzt? (17:08) Das Absurde ist auch, dass ich schon, obwohl ich klein war, das war noch bevor ich eingeschult bin, solche Szenen waren regelmäßig, dass ich als Kind gedacht habe, was war das denn jetzt? (17:20) Aber du fühlst dich ja trotzdem schuldig. (17:22) Also das Kognitive sagt irgendwie, das ist gerade schräg, aber innerlich weißt du, irgendwas an mir ist ganz schlecht. (17:36) Ich weiß nicht, wie ich das sagen soll. (17:37) Mir war immer klar, dass das, was meine Mutter sagt und macht, Gesetz ist. (17:43) Und wenn ich Ärger kriege, habe ich irgendwas falsch gemacht. (17:46) Und der Ärger war erratisch.

(17:48) Das war nicht vorhersehbar. (17:53) Es gab so eine Situation, die hat sich mir ganz tief eingebrannt. (17:57) Da sollte ich meine Großtante anrufen. (18:00) Die kannte ich nicht gut und die mochte ich nicht. (18:02) Aber die hatte Geburtstag. (18:04) Da war ich noch im Kindergarten. (18:06) Und ich habe gesagt, ich rufe sie nicht an. (18:09) Weil ich mich scheiße gefühlt habe bei der Idee, mit ihr reden zu müssen. (18:12) Und dann hat meine Mutter zu mir gesagt, wenn du die jetzt nicht anrufst, dann kannst du gehen. (18:18) Dann musst du hier nicht mehr wohnen. (18:21) Und dann habe ich meine Jacke angezogen und bin wirklich gegangen. (18:25) Denn das, was sie sagte, galt ja. (18:28) Und dann habe ich schon bei meiner Freundin geklingelt, den bekannte ich, und habe gesagt, kann ich bitte mit deiner Mutter sprechen? (18:36) Meine Mutter hat gesagt, ich darf nicht mehr zu Hause wohnen.

(18:43) Und plötzlich stand mein Vater neben mir und hat gesagt, komm nach Hause. (18:51) Er ist nur da gewesen, damit meine Mutter sich nicht blamiert. (18:55) Die hätte doch selber da stehen können.

(18:57) Ja, natürlich hätte sie da selber stehen können. (18:59) Aber sagen wir ehrlich, hätte sie das tatsächlich gemacht? (19:02) Hätte sich auch irgendwas aus dem Ärmel geschüttet, um das zu vermeiden?

(19:16) Ja. (19:17) Und das war durchorganisiert. (19:20) Also es gab nicht die typische Situation. (19:27) Organisierter Beziehungstermin. Sprecher 1

(19:30) Ja. (19:31) Oder sie hatte mich, was mir nicht klar war, schon mal umgezogen, weil wir irgendwie zu meinen Großeltern sollten. (19:37) Hatte mich schick gemacht, denn ich musste ja schick sein. (19:41) Ich musste ja das Vorzeigekind sein. (19:45) Und dann wurde sie nicht fertig. (19:49) Da habe ich gefragt, ob ich spielen gehen darf. (19:51) Und dann bin ich in den Sandkasten, war natürlich sandig. (19:55) Dann hat die mich nach Strich und Faden zur Sau gemacht. (20:02) Ja, wenn der da ankommt, sagst du, hallo, ich bin Stephanie Dreckschwein. (20:05) Darf ich mich vorstellen? (20:06) Ich bin Stephanie Dreckschwein. (20:12) Und ich konnte überhaupt nicht verstehen, was ich falsch gemacht hatte.

(20:15) Ich durfte doch spielen gehen. (20:19) Da war ich, da haben wir noch in der X-Streße gewohnt. (20:24) Da war ich auch noch im Kindergarten. Sprecher 1 (20:48) Als Erwachsener ist es hier unsinnig, ganz ehrlich. (20:51) Als Erwachsener versteht man vielleicht noch, wo sie herkommt, aber man sagt trotzdem, das ist dumm.

(21:18) Das ist für mich auch ein Fall von es ist mir allzu wichtig, wenn das Kind schmutzig ist. (21:24) Ich meine, als Erzieher galt für mich immer der Maßstab, wenn ich das Kind verdreckt den Eltern übergebe, dann hat es gut gespielt. (21:30) Auch wenn die Eltern sich teilweise beschwert haben, aber trotzdem.

(21:33) Aber da ist meine Mutter ja völlig gaga. (21:36) Also das Kind ist ja Selbstdarstellung.

Sprecher 1 (21:55) Kannst du beschreiben, wie sich die Familienmitglieder untereinander verhalten haben?

Sprecher 2 (22:00) Völlig krank. (22:01) Nur so. (22:04) Also dieses System ist wirklich schön durchgereicht. (22:08) Ich hoffe, ich konnte es durchbrechen. (22:11) Ja. (22:12) Ich meine, so etwas habe ich nicht erlebt, erinnerungstechnisch.

(22:17) Ja, ich habe auch so Situationen gehabt, wenn ich mich gestresst gefühlt habe, dass ich dann echt rumgebrüllt habe. (22:22) Und so, das ist nicht okay. (22:24) Punkt.

(22:31) Schlimm ist, oder wenn du erschöpft bist. (22:33) Ich war ja auch oft körperlich erschöpft durch die Arbeit und so. (22:36) Dann hast du weniger Zeit, Dinge wegzuatmen und in Ruhe zu diskutieren.

(22:51) Aber ich muss ganz ehrlich sagen, auch als Erzieher ist es dann die Situation, wenn sechs Dinge gleichzeitig schief gehen, ist es der Zeitpunkt, wo man viermal durchatmen muss, weil sonst weiß man, verhält es gleich unfair einem Kind gegenüber. Sprecher 1 (23:02) Ja, genau.

(23:08) Ich brülle ja auch keine Patienten an.

Sprecher 1 (23:17) Gut. (23:21) Gab es in deiner Kindheit Momente, in denen du dich bedroht oder unsicher gefühlt hast?

Sprecher 2 (23:28) Selten.

Sprecher 1 (23:42) Wie hat sich die Gewalt auf deine Beziehung zu den beteiligten Familienmitgliedern ausgewirkt?

(23:50) Als ich klein war, also ich habe mich von meiner Mutter extrem abhängig gefühlt. (23:56) Dadurch, dass mein Vater so selten da war. (24:01) Ich hatte eigentlich keine wirklich große, emotionale Bindung. (24:07) Großeltern, da war ich immer das störende, fehlerhafte, nervige Kind.

(24:21) Ich war ja das Mädchen. (24:25) Meine Cousins, denen schien die Sonne aus dem Allerwertesten und ich war immer der letzte Dreck.

Sprecher 1 (24:32) Sexismus.

Sprecher 2 (24:33) Ja. (24:37) Obwohl ich die Einzige mit einem akademischen Abschluss bin.

Sprecher 1 (24:41) Aber du bist eine Frau, Mutti. (24:43) Damit bist du automatisch nichts wert. (24:45) Du weißt doch, wie das mit der Hackordnung funktioniert.

Sprecher 2 (24:48) Ja, ich weiß das. (24:49) Ich habe das so erlebt. (24:58) Also das selbst als Fehler.

Sprecher 1 (25:08) Und man hat keine Zuflucht davon. (25:10) War denn zumindest das Nebenan dann besser?

Sprecher 2 (25:14) Ich hatte kein Nebenan. (25:16) Ich hatte Biene.

Sprecher 1 (25:18) War es bei Biene besser?

Sprecher 2 (25:20) Ja. (25:21) Da war ich auch ganz viel.

Sprecher 1 (25:23) Vielleicht hättest du ja wirklich einziehen sollen.

Sprecher 2 (25:28) Nein, natürlich nicht. (25:30) Das wäre ja nicht die Tür zugegangen. (25:33) Genau.

Sprecher 1 (25:37) Was sind aus deiner Sicht Beweggründe deines Elternteils?

Sprecher 2 (25:45) Eine unreife Persönlichkeit. (26:02) Narzissmus, Hysterie, Zwanghaftigkeit.

Sprecher 1 (26:17) Und beim Vater?

Sprecher 2 (26:18) Wenn man selber so groß gehampelt wurde, dann muss man Fehler durchziehen. (26:25) Warum die Tradition hinterfragen. Strenge Tradition.

Sprecher 1 (26:44) Und wie war es bei deinem Großvater?

Sprecher 2 (26:47) Der war nicht da. (26:49) Und wenn er da war, war er auch nicht da. (26:54) Entweder räumlich getrennt oder emotional nicht ansprechbar.

Sprecher 1 (27:18) Wie kam diese Situation zustande? Wenn die Mutter sich dann wieder so verhalten hat, wie sie sich verhalten hat.

Sprecher 2 (27:30) Weil innerlich irgendein Konflikt bei ihr war. (27:46) Sie hatte bestimmt ihre Gründe. (27:50) Ich konnte den nur so nie nachvollziehen, was da gerade los war. (27:56) Keine Ahnung. (27:57) Sie hat sich darüber geärgert, dass ihre Eltern sie nicht wichtig genommen haben. (28:01) Oder der Nachbar hat sie blöd angemacht. (28:05) Keine Ahnung. (28:06) Das eigene emotionale Erleben hat ihr Verhalten mir gegenüber bestimmt. (...)

Sprecher 1 Wie würdest du die Konfliktsituation im Elternhaus einstufen?

Sprecher 2 (28:39) Da würde ich auf jeden Fall hoch sagen. Auch wenn nicht körperlich.

Sprecher 1 (28:52) Aber das zählt genauso sehr. (28:55) Gewalt. (28:56) Wir sind ja schon lange von der Vorstellung weg, dass Gewalt nur körperlich stattfindet.

Sprecher 2 (29:00) Ja, das kenne ich auch. (29:03) das war eigentlich dieser ständige Terror. (29:06) Und immer so dieses, ich liebe dich so. (29:09) Ich liebe dich so. (29:11) Du bist so toll. (29:17) Aber ich habe das Gefühl, sie ist da im Alter deutlich schlimmer geworden, um ehrlich zu sein. (29:22) Also zumindest schlimmer als im Vergleich zu dem, was ich früher als Kind von ihr mitgekriegt habe. Aber nun verstehe ich das besser. (29:32) Ich nehme das jetzt einfach anders her.

14.7 2GEFo7

(Unvollständige Aufnahme)

(weiblich; 2X Jahre alt; in Deutschland aufgewachsen, SÖS eigen und EH durchschnittlich; Eltern zusammen bis Volljährigkeit; Beziehung zur Mutter sehr gut; Beziehung zum Vater, schlecht; Gestärkt fürs Erwachsenenleben durch Erfahrungen im Elternhaus; psychisch fühlt sie sich eher gut, physisch gut; war in psychischer Behandlung)

Sprecher 1 (0:00) Wie würden Sie die Konfliktsituation in Ihrem Elternhaus einstufen?

Sprecher 2 (0:15) Ich glaube, hoch, weil jetzt nicht unsere Familie total zerstritten ist oder alle Beteiligten miteinander in Konflikt sind. (0:45) Aber halt das mit der einen Person einfach sehr schwierig ist und das auch viele andere dann immer betrifft. (0:55) Also sehr viel Raum einnimmt dieser Konflikt irgendwie.

Sprecher 1 (1:18) Haben Ihre Eltern Sie beziehungsweise die Kinder in den Elternkonflikt involviert?

Sprecher 2 (1:25) Ja, sehr. (1:50) Dadurch, dass unsere Eltern dann gar nicht mehr miteinander geredet haben, ging im Prinzip alles über uns oder über E-Mail oder Anwälte. (2:12) Aber unser Vater hat auf jeden Fall irgendwie sehr seine emotionale Brust bei uns abgelassen. (2:21) Also bei mir auf jeden Fall.

Sprecher 1 (2:33) Haben Sie Konfliktschutz erfahren? (2:40) Und wenn ja, wie viel? (...) (3:01) Aber das ist ja dann letztendlich durch die andere Frage auch schon ein bisschen beantwortet, weil Sie wurden ja nicht davor geschützt.

Sprecher 2 (3:07) Ja, genau, wir wurden nicht geschützt. (3:09) Ich glaube, unsere Mutter hat das schon sehr versucht. (3:16) In den letzten Jahren hat sie in Gesprächen noch mal viel mehr geteilt, warum es zu der Trennung kam. (3:27) Das hatte ich am Anfang gesagt, dass ich damals das einfach viel nicht mitbekommen hatte. (3:34) Wie ich nicht mitbekommen hatte, wie schlimm das eigentlich war. (3:38) Also schon so ein paar Sachen, wie dass sie das Gefühl hatte, sie macht alles alleine im Haushalt und so. (3:45) Aber wie doll das eigentlich war, habe ich damals nicht verstanden. (3:53) Das hat sie Stück für Stück mehr geteilt. (3:58) Aber damals hat sie uns schon sehr davor geschützt. (4:01) Unser Vater aber eben nicht. (4:03) Er hat das schon sehr viel bei uns auch abgeladen. Also wenig, sehr wenig Konfliktschutz.

Sprecher 1 (4:26) Gut, wie viel Zuwendung haben sie als Kind insgesamt erfahren?

Sprecher 2 (4:45) Ich habe echt viel Zuwendung erfahren, also ich würde sagen maximal.

Sprecher 1 (5:00) Wie stark ist ihre aktuelle Bindung zu ihren Bezugspersonen?

Sprecher 2 (5:08) Sehr stark. Auch maximal. (5:25) Also meine kleine Schwester ist sowas wie meine beste Freundin. (5:29) Oder eine meiner besten Freunde. (5:36) Bring mich nicht zum Weinen.

Sprecher 1 (5:42) Wie stark ist ihr aktueller Kontakt zu ihren Bezugspersonen?

Sprecher 2 (5:57) Das ist immer so ein bisschen phasenweise, also vielleicht gut.

Sprecher 1 (6:02) Ja. (6:07) Haben oder hatten sie Kontakt mit Familiengerichten, Jugendämtern, Rechtsanwälten, Sachverständigen als Kind?

Sprecher 2 (6:15) Nee. (6:34) Nee, also bei diesen Anwalts geschichten, da wurden wir schon rausgehalten. (6:39) Da habe ich dann eher mitbekommen, wenn mein Vater mich dann anrufen hat, weil wieder irgendwas passiert war.

Sprecher 1 (6:54) Welche Strategien haben sie entwickelt, um mit der Gewalt umzugehen?

Sprecher 2 (7:00) Oh, das ist eine spannende Frage. (7:06) Also ich habe eine Strategie entwickelt, die heißt Perfektionismus. (7:13) Also zu versuchen, alles gut zu

machen, um mich nicht angreifbar zu machen. (7:23) Boah, eine sehr spannende Frage. (7:28) Und ich glaube auch so eine Strategie von sich kümmern um die anderen. (7:34) Also versuchen, dass es den anderen gut geht. (7:44) Und mich hinten anzustellen. (7:53) Ja, ich glaube, das sind so die beiden Hauptstrategien

Sprecher 1 (8:04) Gab es Personen in ihrem Umfeld, zum Beispiel Freunde, Verwandte oder Lehrer, die ihnen geholfen oder Unterstützung angeboten haben?

Sprecher 2 (8:13) In diesen Situationen? (8:22) Also in der ganzen Zeit zum Beispiel war ich sehr viel bei meiner Tante. (8:28) Also am Wochenende. (8:30) Und habe da sehr viel Unterstützung erlebt und irgendwie sich auch in Ordnung gefühlt. (8:42) Sonst hatte ich aber viele Menschen um mich herum, denen ich dann gehen konnte. (8:54) Und später dann halt mein Mann.

Sprecher 1 (9:11) Haben sie in späteren Jahren Unterstützung gesucht, wie zum Beispiel durch Therapie?

Sprecher 2 Ja. (9:25) So einzelne Gespräche.

(9:36) Oh, ich habe noch eine Strategie gefunden. (9:45) Konflikten aus dem Weg zu gehen. (9:48) Also es ist möglich, gar nicht erst bei Konflikten kommen zu lassen.

Sprecher 1 (10:04) Wie beeinflussen diese Erfahrungen ihr heutiges Leben und ihre Beziehungen?

Sprecher 2 (10:15) Ui. (10:19) Ich glaube vor allem wegen dieser Strategie, die ich da entwickelt habe. (10:23) Also ich bin seit ein paar Jahren sehr im Prozess zu versuchen, so auch mich zu priorisieren. (10:35) Und zu sagen, wenn mich was stört und so weiter, ist nicht immer so einfach. (10:43) Aber mein Mann zum Beispiel kennt mich sehr gut und hilft mir, also erinnert mich immer wieder daran sozusagen. (11:03) Aber zum Beispiel ist eine sehr enge Freundschaft mit mir zerbrochen, weil diese Strategien mir da glaube ich sehr im Weg standen.

(11:15) Und wir dann beide so sehr unterschiedlich waren, wie wir mit Konflikten umgehen. (11:26) Und das war glaube ich so eines der größten Probleme. (11:35) Das war nochmal die Frage, wie mich das beeinflusst, richtig? (11:45) Ja. (11:51) Ich werde Psychotherapeutin, das hört man ja auch oft, dass Menschen, die viel mitgemacht haben, sich dann auch dafür entscheiden, Psychotherapie zu machen oder so. (12:04) Ich glaube schon, dass ich eine Stärke darin habe, wie ich mich um andere kümmern kann und so. (12:12) Unterstützen und zuhören und für andere da sein und so. (12:22) Die bestimmt auch in gewisser Weise durch diese Erfahrung gewachsen ist. (12:34) Genau.

Sprecher 1 (12:44) Wie belastend ist oder war die Gewalterfahrung für Sie?

Sprecher 2 (13:06) Das ist voll schwierig, weil mein Kopf versucht gerade wieder das klein zu reden. (13:12) Also war doch gar nicht so schlimm oder ganz schön krass das Gewalt zu nennen oder so. (13:21) Aber eigentlich war es schon, also ist die Frage ja, wie belastend das für mich war und das dann ja nicht vergleichbar mit anderen oder

anderen schlimmeren Sachen, die man so erleben kann. (13:37) Ich glaube, es war schon sehr belastend, also vielleicht eine überdurchschnittliche Belastungsstufe.

(13:54) Ja. (13:56) Also es war jetzt nicht so, dass ich irgendwie jahrelang darüber nachgedacht habe oder so, aber es kommt immer wieder in Wellen an, sozusagen.

(14:08) Also wenn so neue Konfliktsituationen sind oder irgendwelche Sachen, dann kloppt das wieder so auf und dann ist es wieder für eine Zeit sehr präsent.

(14:23) Also ich weiß noch, da mit dieser Weihnachtsgeschichte, hat mich das schon so tagelang beschäftigt, weil ich mir auch Sorgen gemacht habe um unseren Vater, dass irgendwie er sich was antun könnte oder wie auch immer. (14:38) Oder jetzt im Sommer war wieder eine sehr Krisensituation, die mich auch wochenlang beschäftigt hat und mich sehr viel gekostet hat, mich davon zu distanzieren. (14:55) Aber es ist jetzt nicht so, dass ich mein Leben nicht mehr leben könnte oder so.

Sprecher 1 (15:13) Wie würden Sie die Auswirkungen von Gewalt auf Ihre Entwicklung beschreiben?

Sprecher 2 (15:26) Auf meine Entwicklung? (15:27) Ich glaube, dass ich sehr schnell erwachsen geworden bin. (15:36) Also ich war sowieso schon immer weit für mein Alter, sozusagen, aber dadurch bin ich, glaube ich, sehr schnell zu einer sehr großen Verantwortung gekommen.

Sprecher 1 (15:58) Wie haben Sie sich als Kind in diesen Situationen gefühlt?

Sprecher 2 (16:08) Es war ja schon ungemütlich. (16:15) Ich habe mich einerseits sehr ohnmächtig gefühlt und ich glaube, tue es immer noch, so das Gefühl, dass ich nicht dagegen ankommen kann, sozusagen. (16:44) Und gleichzeitig war ich auch einfach sehr, sehr viel traurig. (16:59) Ich habe auch, glaube ich, so meine Wut dann eher in Traurigkeit übersetzt. (17:07) Ja, ich war sehr traurig, so das, was ich immer empfunden habe.

Sprecher 1 (17:18) Wie sind Sie mit diesen Gefühlen umgegangen?

Sprecher 2 (17:20) Ich habe sehr viel geweint und mir schon aber auch immer wieder Menschen gesucht, die mich da unterstützt haben, also meine Tante zum Beispiel und so. (17:46) Aber ich habe mich schon sehr auch von den Gefühlen leiten lassen. (17:52) Also es war eine Zeit lang, wenn ich jetzt rückblicke, dann hatte ich schon Depressionen, bin aber dann nicht so in professionelle Hilfe gegangen oder so, sondern habe das dann sehr viel mit mir selbst ausgemacht. (18:10) Also sehr viel in dieser traurigen Stimmung.

Sprecher 1 (18:32) Hat die Erfahrung von Gewalt Ihr Verhalten oder Ihre Sichtweise auf Beziehungen verändert?

Sprecher 2 (18:45) Das ist noch ein Prozess, also so die Frage, inwiefern eine Beziehung noch haltbar ist, also im Sinne von es wert ist, sie an mir festzuhalten. (19:11) Nur weil es Familie ist, aber sonst auch, wie wichtig es ist, Menschen an der Seite zu haben, bei denen man Energie bekommt und nicht verliert.

Sprecher 1 (19:48) Gibt es etwas, das Sie sich rückblickend für Ihre Familie gewünscht hätten, das eventuell geholfen hätte?

Sprecher 2 (19:55) Ich glaube eine Familientherapie. (20:05) Also irgendwie eine unparteiische Person, die uns als Familie da aufgefangen hätte. (20:13) Auch vermittelnd und nochmal erörternd, das sind die Rollen als Kinder. (20:22) Ihr seid nicht die Erwachsenen, die für die Eltern sorgen müssen. (20:33) Ihr seid nicht dafür verantwortlich, dass es Euren Eltern gut geht. (20:38) Aber auch für unsere Eltern, dass sie so untereinander die Sachen hätten besprechen können. (20:48) Und glaube ich auch generell, um zu verstehen, wie das eigentlich alles gekommen ist. (20:57) Es gab eine Zeit, in der das für mich sehr schwierig war mit meiner Mama. (21:05) Weil ich damals das so verstanden hatte, sie hat sich getrennt, weil sie sich nicht mehr verliebt gefühlt hat. (21:14) Und was alles aber vorher war, habe ich damals gar nicht so mitbekommen. (21:20) Und das hätte mir glaube ich geholfen, das zu wissen. (21:24) Weil es dann eine Zeit gab, in der sie für mich ganz fremd war, weil ich das Gefühl hatte, sie hat ein anderes Leben jetzt. (21:38) Ich glaube, das hätte geholfen und könnte auch vielleicht immer noch helfen.

Sprecher 1 (22:29) Was möchten Sie anderen mitgeben, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben?

Sprecher 2 (22:43) Ich glaube, erst mal sich professionelle Hilfe suchen. (23:00) Weil es muss nicht so... (23:04) Also ihr müsst nicht damit alleine bleiben sozusagen. (23:11) Ihr müsst das nicht alleine aufhalten. (23:17) Es gibt Menschen, die so unparteiisch helfen können, aber auch vielleicht im Sinne von, wenn ihr Geschwister habt, dass ihr versucht darüber zu sprechen. (23:33) Weil das schon einfach total hilft, das Gefühl zu haben, ich bin damit nicht alleine. (23:46) Und dass es auch okay ist, das eigene Leben zu leben. (23:57) Und das eigene Glück zu suchen, unabhängig vielleicht. (24:04) Und dass es auch funktionelle Beziehungen gibt. (24:10) Das geht.

14.8 2GEFo8

Sprecher 1 Wie alt sind Sie denn?

Sprecher 2 Ich bin 2X Jahre alt.

Sprecher 1 Zu welchem Geschlecht fühlen Sie sich zugehörig?

Sprecher 2 Ich fühle mich zum männlichen Geschlecht zugehörig.

Sprecher 1 Sind Sie in Deutschland aufgewachsen oder haben Sie einen Migrationshintergrund?

Sprecher 2 Ich habe tatsächlich nur eine weiße Wand hinter mir. Nein, ich bin in Deutschland aufgewachsen.

Sprecher 1 Wie würden Sie den sozioökonomischen Status Ihres Elternhauses einstufen? Also Bildung, Einkommen, Beruf und so weiter.

Sprecher 2 Also den von meinem Vater würde ich auf hoch setzen. Und den von meiner Mutter würde ich auf durchschnittlich setzen. Ja.

Sprecher 1 Und wie ist Ihr eigener sozioökonomischer Status?

Sprecher 2 Also noch leider auf unterdurchschnittlich.

Sprecher 1 Welcher ist Ihr höchster bislang erreichter Abschluss?

Sprecher 2 Der erweiterte Realschulabschluss. Also erweiterte Sekundarabschluss

Sprecher 1. Haben Sie Geschwister?

Sprecher 2 Ja, ein Geschwister (1X Jahre).

Sprecher 1 Haben Sie eigene Kinder?

Sprecher 2 Nein, nicht, dass ich wüsste.

Sprecher 1 Blieben Ihre Eltern bis zu Ihrer Volljährigkeit zusammen?

Sprecher 2 Ne, die haben sich getrennt als ich <15 war.

Sprecher 1 In welchem Alter sind Sie ausgezogen oder wohnen Sie noch zu Hause?

Sprecher 2 Ich wohne tatsächlich noch zu Hause.

Sprecher 1 Wie ist oder war die Beziehung zu Ihrer Mutter?

Sprecher 2 Ich würde sagen Gut bis sehr gut. Ganz gut auf jeden Fall.

Sprecher 1 Und wie war die Beziehung zu Ihrem Vater?

Sprecher 2 Ja, ich würde so eher schlecht sagen.

Sprecher 1 Durch die Erfahrungen in Ihrem Elternhaus fühlen Sie sich emotional gut ausgerüstet/vorbereitet für das Erwachsenenleben?

Sprecher 2 Ja, ich würde sagen auch so mit schlecht bis eher schlecht.

Sprecher 1 Wie fühlen sich psychisch gesundheitlich?

Sprecher 2 psychisch momentan schlecht.

Sprecher 1 Und physisch?

Sprecher 2 Körperlich würde ich tatsächlich sagen gut. Also es läuft ziemlich gut körperlich.

Sprecher 1 Sind oder waren Sie in psychologischer Behandlung?

Sprecher 2 Ich habe eine Psychologin, aber in Therapie bin ich leider noch nicht.

Sprecher 1 Wurden bei Ihnen schon Diagnosen diagnostiziert?

Sprecher 2 Ne, Diagnosen wurden bei mir noch nicht diagnostiziert. Ah doch, Moment. Ja, doch schon eine Depression wurde diagnostiziert. Aber ich wüsste jetzt nicht, ich weiß jetzt nicht, ob das auch in meiner Akte steht oder ob das nur ein Überweisungsträger war.

Sprecher 1 Wie war die Stimmung und Atmosphäre bei Ihnen zu Hause, als Sie aufgewachsen sind?

Sprecher 2 Schlecht. Also irgendwie zu sorgen, wenn alle aufeinandertreffen. Das hat aber durch persönliche Ursachen, da Eltern halt auch irgendwo nur Menschen sind, hat nicht immer geklappt. Also es war immer mit Stress verbunden.

Sprecher 1 Ach so, was ich eben vergessen habe, zu sagen, wenn Sie etwas nicht beantworten wollen, müssen Sie das nicht.

Gab es bestimmte Regeln oder Erwartungen im Haushalt, die sehr streng durchgesetzt wurden?

Sprecher 2 Ja, es gab mit der ganzen Zeit sehr viele, wo ich bis heute echt glaube, dass der oder diejenige echt eine oder andere Lampe gehabt haben muss. Weil am Ende des Tages waren sie auch nicht mehr wichtig. Also so Regeln einfach, die sie dann aufgestellt haben.

Zum Beispiel ab 21 Uhr darf ab 20 Uhr grundlegend keiner mehr in die Küche und was essen und sowas. Und das Licht ist spätestens um 21.30 Uhr aus, egal ob man schlafen kann oder nicht. Und es wird regelmäßig zwangsgelüftet, also ich weiß nicht, ob das halt normale Sachen sind, keine Ahnung, ich habe es ja nicht mehr gelernt.

Ich kann es halt nicht schwer ausdrücken, weil ich nicht weiß, wie es anders ist.

Sprecher 1 Haben Sie in Ihrer Familie jemals Formen von Gewalt erlebt, sei es verbal, emotional oder körperlich?

Sprecher 2 Ja, sowohl als auch. Ja, habe ich.

Sprecher 1 In welchem Alter haben Sie zum ersten Mal Gewalt im Elternhaus erlebt?

Sprecher 2 Was mich betraf oder was mein Umfeld betraf?

Sprecher 1 Was dich betraf.

Sprecher 2 Was mich persönlich. Ja. Ja, keine Ahnung, halt so eine Ohrfeige. Und ich, keine Ahnung, was ich gemacht habe. Also das, an was ich mich erinnern kann, ist, dass ich am Tisch saß und irgendwas gesagt habe oder so und ich habe einen Schlag in den Nacken gekriegt von meinem Vater. Einfach aus dem Nichts. Und dann hat meine Mutter und mein Vater ganz tief in die Augen geguckt und meinte, du schlägst mein Kind nicht.

Und da war ich, glaube ich, boah, da muss ich fünf oder sechs gewesen sein.

Sprecher 1 Falls ja, wie haben sich diese Situationen typischerweise abgespielt?

Sprecher 2 Es sind Provokationen durchgehend geflossen, Unstimmigkeiten der einzelnen Personen untereinander und wir Kinder mussten halt einfach darunter leiden. Und ab und zu halt auch Einfluss durch Substanzen. Aber das hat uns ja, wussten wir ja nicht.

Sprecher 1 Können Sie beschreiben, wie sich die Familienmitglieder untereinander verhalten haben?

Sprecher 2 Also wenn man einmal Narzissmus googelt und den ersten Artikel dazu liest, weiß man ungefähr, wie sich das auch bei uns abgespielt hat. Also es war auf einmal ganz Feuer und Flamme, als könnte das Haus vor Liebe gar nicht mehr halten.

Und im nächsten Moment war es so eiskalt, dass du die Füße abgefroren hast. Also, und ähm, ja, das macht einen dann sehr aufmerksam, auch als Erwachsener gegenüber Emotionen.

Sprecher 1 Gab es in Ihrer Kindheit Momente, in denen Sie sich bedroht oder unsicher gefühlt haben?

Sprecher 2 Ja, auf jeden Fall. Also, dieser Mensch ist, ähm, also ich war glaube ich in der fünften Klasse oder so. Und ich bin, ich konnte nicht pennen, ich konnte nicht schlafen und es war auch irgendwie 22 Uhr, 23 Uhr und dieser Mensch ist mit unserem Hund gegangen.

Und hat von draußen gesehen, dass mein Licht an war durch die Jalousien. Und dann ist dieser Mensch, ist, ähm, die Treppe hoch und ist in mein Zimmer gestürmt, hat die Tür weit aufgerissen und er meinte, hier ist sofort das Licht aus, wie kann das überhaupt noch sein, dass du wach bist, das geht nicht und was ist das für eine Luft hier drin? Und, ähm, ja, das war schon, das war schon krass. Oder, ähm, wo ich einmal dem Menschen nicht die Fernbedienung geben wollte, er wurde mir der Arm gedreht.

Ah, das war auch scheiße, da war ich glaube ich zwölf oder so. Kann ich mir die Fernbedienung... Dankeschön. Gerne, gerne.

Sprecher 1 Ähm, wie hat sich die Gewalt auf Ihre Beziehung zu den beteiligten Familienmitgliedern ausgewirkt?

Sprecher 2 Ähm, schlecht. Also, tatsächlich ist es halt nicht ohne Grund so, dass ich halt so dem einen Menschen mehr eine Bindung habe als dem anderen.

Sprecher 1 Welche sind aus Ihrer Sicht die Beweggründe des Elternteils? Haben die zum Beispiel selber Gewalt im Elternhaus erfahren?

Sprecher 2 Tatsächlich haben beide Eltern Gewalt im Elternhaus erfahren.

Beide Väter waren Alkoholiker, ähm, Schmerzalkoholiker. Und, ähm, der eine hat es dann irgendwann geschafft. Und ist das so trotzdem, dann lässt das natürlich Spuren. Und, ähm, ja, Gewalt und psychischer Druck, das macht glaube ich dann auch was mit einem.

Sprecher 1 Und wie oft haben diese Situationen zustande und welche Faktoren haben die beeinflusst? Also war das eher alltäglich oder eher so zu speziellen Familienfesten, Weihnachten oder so?

Sprecher 2 Ich hab irgendwann schon gemerkt, je nachdem in welchem Winkel und in welchem Ton und in welcher Geschwindigkeit das Auto auf den Hof fährt, wusste ich schon, ähm, was jetzt gleich auf mich zukommt. Dann bin ich meistens schon immer in meinem Zimmer und hab dann die Tür zugemacht und, äh, keine Ahnung, manchmal war es so krass, dass ich dann auch irgendwelche Mathehefte aufgeschlagen hab, weil meist war es halt so, das Auto ist auf den Hof gefahren und dann hast du schon durchs ganze Haus dann die Fußschritte gehört und je nachdem wie schnell die waren und in welcher Lautstärke die auf dem Boden aufgekommen sind, ähm, wusstest du, was dich erwartet.

Und, ähm, dann saß ich teilweise dann in meinem Zimmer und hab dann, äh, ganz selten hab ich dann wirklich so getan, als ob ich wirklich was mache. Oft wollte ich die Konfrontation auch, weil ich mir dachte, nur weil du jetzt einen schlechten Tag hattest, kannst du mir meinen nicht vermiesen. Natürlich, 13 Jahre alt hält das natürlich nicht so lange, aber im Grundlegenden, äh, ja, war es so, dass, äh, das meist so war, also, ja, schlechtes Zeug bekommen.

Sprecher 1 Ähm, wie würden sie die Konfliktsituation in ihrem Elternhaus einstufen?

Sprecher 2 Meine Eltern, dann war es schon eine hoch. Mhm. Also es war nie entspannter.

Sprecher 1 Okay. Und haben sie, äh, haben ihre Eltern sie, beziehungsweise deine Schwester in die Konflikte involviert?

Sprecher 2 Ähm, ja. Stark. Mhm. War schon, war schon nicht ohne, also irgendwann musste man bewusst sagen, dass wir damit nichts zu tun haben wollen.

Sprecher 1 Äh, wie viel Konfliktschutz haben sie als Kind insgesamt erfahren?

Sprecher 2 Wenig

Sprecher 1 Und wie viel Zuwendung haben sie als Kind insgesamt erfahren?

Sprecher 1 Ähm, ich habe tatsächlich zum Glück sehr viel durch meine Mutter erfahren. Also ich würde sagen, schon viel.

Also dafür, es wurde schon dafür gesorgt, dass ähm, ich jetzt, ich kann jetzt nur von mir reden erstmal, dass ich nicht ganz zu kurz komme, obwohl da schon sehr viel dicke Luft ist.

Sprecher 1 Ja. Ähm, wie stark ist ihre aktuelle Bindung zu ihren Bezugspersonen?

Sprecher 2 Naja, ist halt ein Kumpel von mir, aber wie halt Männer so untereinander sind, sag ich mal. Da ist dann so, wird in den Eimer kurz eingerissen. Ja. Dann wird quasi so ein Schluck getrunken, dann kommt halt so irgendwas nächstes. Ja. Darfst nicht so eng reden. Und dann ist das Ding halt durch und dann ist das auch gegessen. Also da muss zum Glück nicht alles durchgekauet werden. Sprechdenken und halt für sich sein, ist halt der Unterschied zwischen Mann und Frau, würde ich mal sagen.

Momentan ist meine Beziehung zu meiner Bezugsperson tatsächlich sehr gut, also ich würde sagen so stark.

Sprecher 1 Haben Sie Kontakt mit Familiengerichten, Jugendämtern, etc. gehabt?

Sprecher 2 Hm. Ja. Ähm, ich persönlich nicht, aber ich weiß, dass wir als Familie damit zu tun hatten, ja.

Sprecher 1 Und würden Sie so Professionelle nochmal in Anspruch nehmen, beziehungsweise weiterempfehlen?

Sprecher 2 Hm, es ist besser als gar nichts zu machen, also ja.

Sprecher 1 Haben Sie Unterstützung erhalten von den Personen?

Sprecher 2 Nö, ich habe ihr aber auch nichts gesagt. Ja. Also nichts gesehen, nichts gehört, nichts gesagt, weil damals so das Ding, wenn du nichts sagst, hast du keine Probleme. Ja.

Sprecher 1 Welche Strategien haben Sie entwickelt, um mit der Gewalt umzugehen?

Sprecher 2 Ich habe irgendwann Drogen genommen. Und ganz früher, als es halt noch keine Drogen in meinem Leben gab, weil ich die eigentlich auch immer verteufelt habe, bin ich sehr oft rausgegangen und am besten sehr lange rausgegangen. Also bin ich in den Wald gegangen mit einem Kumpel und habe da irgendwelche Sachen gemacht. Wir haben uns dann irgendwann alle Fahrräder geholt und dann so Stunts gemacht und sowas.

Ja, also ich habe irgendwann dafür gesorgt, mich halt immer weiter rauszuziehen aus der ganzen Thematik, um so wenig mitzukriegen wie möglich. Wenn ich dann halt angefangen habe zu kiffen, dann möglichst, dass ich dicht nach Hause komme, dass ich davon nichts mitkriege. Das beschreibt es eigentlich sehr gut.

Sprecher 1 Gab es Personen in Ihrem Umfeld, also Freunde, Verwandte oder Lehrer, die Ihnen geholfen haben oder Unterstützung angeboten haben?

Sprecher 2 Ja, Unterstützung ja, aber ich wollte davon nichts wissen, weil ich es selber nicht wahrhaben wollte. Also ich wollte es gar nicht so an mich heranlassen, weil das halt noch zu präsent war. Ja.

Sprecher 1 Haben Sie jetzt in den späteren Jahren nochmal Unterstützung gesucht, wie zum Beispiel durch Therapie?

Sprecher 2 Ja.

Sprecher 1 Und wie beeinflussen diese Erfahrungen Ihr heutiges Leben und Ihre Beziehungen?

Sprecher 2 Es ist sehr, sehr schwierig. Es ist sehr schwierig. Also natürlich kommt es auch immer auf den Menschen gegenüber an, wie diese Person diese Sachen respektiert und annimmt und damit arbeitet.

Also deswegen ist Kommunikation wirklich der Key. Aber man sollte halt auch wirklich erstmal über sich alles herausgefunden haben. Und ja, ich würde sagen, wenn ich die richtige Partnerin gefunden hätte, dann wäre das auch, denke ich, kein Problem. Ja, aber bisher hatte ich dann nicht so Erfolg. Also es beeinflusst sehr mein Leben ja, mein Beziehungsleben. So.

Sprecher 1 Wie belastend ist oder war die Gewalterfahrung im eigenen Elternhaus für Sie?

Sprecher 2 Also die Gewalt an sich war gar nicht so gewalttätig, sage ich mal so. Also ich wurde jetzt nicht zusammengeschlagen oder sowas. Aber dieses Unberechenbare hat sich sehr verankert und das hat zu sehr hoher Distanz geführt.

Sprecher 1 Also würden Sie schon sagen, dass das sehr belastend für Sie war?

Sprecher 2 Damals ja, würde ich schon sagen. Also es wäre, glaube ich, gelogen, wenn mich als Zwölfjähriger das nicht mitgenommen hätte.

Sprecher 1 Wie würden Sie die Auswirkungen von Gewalt auf Ihre Entwicklung beschreiben?

Sprecher 2 Ich habe sehr spät erst gelernt, wieder für mich einzustehen. Also sehr spät bedeutet tatsächlich jetzt erst in dem letzten Jahr so. Weil ich halt diese Gewalt verabschiedet habe und gelernt habe, mich zu wehren. Ich habe mich nie getraut, mich zu wehren, weil das für mich halt einfach Respektpersonen waren und sind irgendwo. Und das hat es halt schwierig gegenüber anderen gemacht. Also sich dann von anderen so behandeln zu lassen, war dann leichter nicht zu tun, weil du schon kanntest und wusstest, wie du damit umgehen könntest. Aber es verhält sich im Endergebnis ja ganz anders.

Sprecher 1 Wie haben Sie sich als Kind in diesen Situationen gefühlt?

Sprecher 2 In den Gewaltsituationen? Machtlos. Machtlos und eben einfach ausgesetzt, weil ich nichts tun konnte.

Sprecher 1 Wie sind Sie mit diesen Gefühlen umgegangen?

Sprecher 2 Ja, wie bin ich damit umgegangen? Boah, das weiß ich gar nicht mehr. Ich glaube, ich habe es irgendwie einfach hingenommen. Ich habe einfach gesagt, dass das irgendwann aufhören wird. Und dass das jetzt einfach nur war, weil ich halt der Fehler war. Also so wurde es halt auch. Narzissmus, jeder andere schuld. Ich bin schuld daran, dass die Überreaktion erfolgt ist. Weißt du, was ich meine? Das ist halt, wirst du sehen, was ich meine. Da fällt der Apfel halt nicht weit vom Stapel.

Sprecher 1 Hat die Erfahrungen von Gewalt ihr Verhalten oder ihre Sichtweise auf Beziehungen verändert?

Sprecher 2 Ja, definitiv. Tatsächlich aber ins Positive, weil ich sage, dass Gewalt absolut nichts in einer Beziehung zu suchen hat. In einer gesunden Beziehung auf jeden Fall nicht. Und das einfach wie ein Grundrecht quasi, oder was für ein

Grundrecht, aber einfach als Grundsatz. Das ist einfach etwas, über was eigentlich gar nicht der Rede wäre. Das gibt es halt einfach eigentlich nicht. Und das habe ich auf jeden Fall gelernt. Nicht einer auf einmal wagt, die Hand zu heben, nur weil er mit seinen Emotionen nicht umgehen kann.

Sprecher 1 Gibt es etwas, das Sie sich rückblickend für Ihre Familie gewünscht hätten, das eventuell geholfen hätte?

Sprecher 2 Was meiner Familie geholfen hätte? Sich scheiden zu lassen direkt. Also sich am besten einfach direkt scheiden zu lassen. Ich glaube, dann wäre ich jetzt aber auch abgestürzt, glaube ich. Ich habe das schon oft durchgespielt in meinem Kopf. Ich glaube, ich wäre zu sehr parteiisch aufgewachsen. Und wäre dann, glaube ich, ziemlich abgeschmiert. Also von daher, ja. Keine Ahnung, um es so zu sagen. Am besten hätten sich keine nie getroffen. Dann wäre ich halt nicht hier.

Vom Ding her wäre es tatsächlich so schade, aber wäre auch das Beste für alle beteiligt gewesen.

Sprecher 1 Was möchten Sie anderen mitgeben, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben?

Sprecher 2 Was möchte ich anderen mitgeben? Es wird eine Zeit kommen, wo das vorbei ist. Und es ist auf einer Seite immer schwierig, natürlich an dem festzuhalten, was eigentlich klar ist, was man nicht haben kann.

Also diese heile Familie, daran festzuhalten, dass es irgendwann klappen wird. Es wird nicht klappen. Es wird nicht klappen. Und dann halt den Schritt zu gehen und zu sagen, ich mache jetzt einen Fuß raus aus der Tür, ist, glaube ich, hart. Aber je nach Situation auch einfach das Beste. Also sich der Situation aussetzen zu lassen, wegen Hoffnung, die von jetzt auf gleich verfliegen kann.

Die von jetzt auf gleich mal eben deine gesundheitliche Situation entscheidet. Die von jetzt auf gleich mal eben, keine Ahnung, psychischer Terror bedeutet. Das ist es nicht wert.

Ja. Also einfach am besten, also mit Lehrern, das ist immer so eine Sache. Es kommt immer drauf an, vielleicht mit einem Sozialassistenten da an der Schule oder so.

Und zur Not halt, sich wirklich eine Vertrauensperson in irgendeinem Amt zu suchen. Also das ist ja ganz schwierig bei jungen Leuten, dann in so einem Elternhaus auch eine Vertrauensperson zu haben. Und ich denke, dann erst mal Vertrauenszimmer aufzubauen. Professionelle, die dich jetzt nicht nur einfach als Akte behandeln.

14.9 2GEFo9

Sprecher 1 (0:27) Wie alt sind Sie?

Sprecher 2 (0:30) 2X.

Sprecher 1 (0:34) Zu welchem Geschlecht fühlen Sie sich zugehörig?

Sprecher 2 (0:38) Männlich.

Sprecher 1 (0:40) Sind Sie in Deutschland aufgewachsen oder haben Sie einen Migrationshintergrund?

Sprecher 2 (0:45) Ja, ich bin in Deutschland aufgewachsen.

Sprecher 1 (0:48) Wie würden Sie den sozioökonomischen Status Ihres Elternhauses einstufen? (0:53) Also Bildung, Einkommen, Beruf.

Sprecher 2 Ich würde durchschnittlich oder eher überdurchschnittlich sagen.

Sprecher 1 (2:12) Und dann, wie ist Ihr eigener sozioökonomischer Status?

Sprecher 2 (2:21) Tendenziell überdurchschnittlich.

Sprecher 1 (2:25) Welcher ist Ihr höchst bislang erreichter Abschluss?

Sprecher 2 (2:31) Allgemeine Hochschulreife.

Sprecher 1 (2:35) Haben Sie Geschwister?

Sprecher 2 (2:39) Ja, drei.

Sprecher 1 (3:13) Haben Sie eigene Kinder?

Sprecher 2 (3:16) Nein.

Sprecher 1 (3:20) Blieben Ihre Eltern bis zu Ihrer Volljährigkeit zusammen?

Sprecher 2 (3:24) Nein.

Sprecher 1 (3:28) Wie alt waren Sie bei der Trennung?

Sprecher 2 (3:35) 1X. (3:39) Glaube ich.

Sprecher 1 (4:03) Ah ja. (4:07) In welchem Alter sind Sie ausgezogen?

Sprecher 2 (4:10) Mit 18.

Sprecher 1 (4:13) Wie war die Beziehung zu Ihrer Mutter?

Sprecher 2 (4:25) Allgemein während der Kindheit oder nach der Trennung?

Sprecher 1 (4:29) Ja, einfach wie das früher war und vielleicht wie das auch jetzt ist.

Sprecher 2 (4:35) Früher sehr gut, zwischendurch katastrophal. (4:40) Und jetzt würde ich sagen Durchschnittlich oder ein wenig besser.

Sprecher 1 (4:50) Wie war die Beziehung zu Ihrem Vater?

Sprecher 2 (5:12) Zwischendurch war zumindest das Gefühl. (5:17) Ich würde sagen, lange schwanken zwischen eher schlecht und eher gut. (5:26) Und jetzt Inexistent.

Sprecher 1 (5:47) Durch die Erfahrungen im Elternhaus wie fühlen Sie sich emotional für das Erwachsenenleben vorbereitet?

Sprecher 2 (5:59) Schlecht bzw. eher schlecht (6:06) Leider werden viele vermutlich gute Erinnerungen überschattet. (6:14) Und ich kann mich an ganz viele Sachen aus der Kindheit nicht mehr erinnern.

Sprecher 1 (6:25) Wie fühlen Sie sich psychisch gesundheitlich?

Sprecher 2 (6:33) Schlecht bis eher schlecht.

Sprecher 1 (6:34) Und wie fühlen Sie sich physisch gesundheitlich?

Sprecher 2 (6:42) Eher schlecht... bis durchschnittlich.

Sprecher 1 (6:45) Sind oder waren Sie schon einmal in psychologischer Behandlung?

Sprecher 2 (6:50) Ja.

Sprecher 1 (6:56) Wurden Diagnosen festgestellt?

Sprecher 2 (7:00) Ja. (7:13) ADHS. (7:18) Ich weiß bei allen nicht die vollständige Bezeichnung. (7:22) Aber Angststörungen und Depressionen sind so die 3 großen.

Sprecher 1 (7:54) Wie war die Stimmung und Atmosphäre bei Ihnen zu Hause, wo Sie aufgewachsen sind?

Sprecher 2 (8:08) Ich glaube früher eigentlich immer zumindest gut. (8:16) Eigentlich war es immer ganz gut. (8:22) Zumindest das Oberflächliche, was man als Kind so mitbekommt.

Sprecher 1 (8:33) Gab es bestimmte Regeln oder Erwartungen im Haushalt, die sehr streng durchgesetzt wurden?

Sprecher 2 (8:42) Die Zeit zum Zocken. (8:46) Ansonsten nicht.

Sprecher 1 (8:51) Haben Sie in Ihrer Familie jemals Formen von Gewalt erlebt, sei es verbal, emotional oder körperlich?

Sprecher 2 (9:08) Ja. (9:09) Es kommt so ein bisschen darauf an, wie sehr man Vernachlässigung als Gewalt wertet.

Sprecher 1 (9:17) Ja, zählt dazu. (9:21) In welchem Alter haben Sie zum ersten Mal Gewalt im Elternhaus erlebt?

Sprecher 2 (9:40) Eigentlich erst mit 17, dass mir das richtig wahr geworden ist. (9:45) Rückblickend wahrscheinlich schon deutlich früher. (9:49) Aber in dem Moment war es mit 17.

Sprecher 1 (9:56) Falls ja, wie haben sich diese Situationen typischerweise abgespielt?

Sprecher 2 (10:15) Ich überlege, wie man das ausdrückt. (10:20) Selbst wenn er zu Hause war, war er nur in seinem Arbeitszimmer. (10:27) Es war mehr oder weniger egal, ob er da war oder nicht. (10:36) Er ist ganz oft zu Fortbildungen und so gefahren, ohne Bescheid zu sagen. (10:43) Ich kam dann nach Hause und habe gewartet, ob er wiederkommt. (10:50) Dann kam er nicht. (10:57) Es ist in dem Fall

schwierig zu sagen. (11:02) Es war immer so, dass wir nicht viel miteinander zu tun hatten. (11:14) Auch als in der Zeit klar war, dass meine Depressionen ziemlich selbstdestruktiv wurden, war es dann, nachdem ich genährt werden musste, nur ein halber Monat, bis es wieder anging, dass es ihn nicht interessiert hat.

Sprecher 1 (11:48) Können Sie beschreiben, wie sich die Familienmitglieder untereinander verhalten haben?

Sprecher 2 (11:58) Allgemein, glaube ich, einfach. (12:01) Allgemein? (12:03) Eigentlich sind wir sehr eng. (12:07) Das war früher nicht ganz so. (12:12) Aber wir waren auch nie so, dass wir total (genervt) waren voneinander. (12:22) Ich würde schon sagen, dass wir relativ eng sind. (12:25) Mit XY ist das etwas schwieriger. (12:30) Aber ich kann auch nicht so viel zur Kindheit selber sagen. (12:42) Die Antwort ist sehr davon geprägt, wie ich es jetzt empfinde.

Sprecher 1 (12:48) Gab es in Ihrer Kindheit Momente, in denen Sie sich bedroht oder unsicher gefühlt haben?

Sprecher 2 (13:21) Nicht sicher im Sinne von nicht das Gefühl, ich könnte mich der Person total anvertrauen. (13:28) Aber im Allgemeinen eigentlich eher nicht.

Sprecher 1 (13:37) Wie hat sich die Gewalt auf Ihre Beziehung zu den beteiligten Familienmitgliedern ausgewirkt?

Sprecher 2 (13:52) Der Kontakt hat über die Jahre nach und nach immer mehr abgebaut. (13:59) Mittlerweile ist er eigentlich nicht mehr vorhanden.

Sprecher 1 (14:18) Wie oft kam diese Situation zustande? (14:21) War die alltäglich oder eher zu speziellen Anlässen?

Sprecher 2 (14:33) Es gab eigentlich kaum Tage, an denen es anders war. (14:39) Ich kann mich zumindest nicht so richtig an welche erinnern.

Sprecher 1 (14:45) Wie würden Sie die Konfliktsituation in Ihrem Elternhaus einstufen?

Sprecher 2 (15:15) Von dem, was wir mitbekommen haben, haben wir eigentlich eher niedrig (15:28) Es hat sehr lange unter der Oberfläche gepudelt. (15:33) Aber es wurde nie richtig offen ausgetragen.

Sprecher 1 (15:41) Haben Ihre Eltern Sie bzw. (15:45) Ihre Geschwister in den Elternkonflikt involviert?

Sprecher 2 (15:49) Ja.

Sprecher 1 (15:51) Wenn ja, wie sehr?

Sprecher 2 (15:57) extrem. (16:03) Das hat sich irgendwann geändert. (16:07) Eine Zeit lang hoch. (16:13) Bis mein Therapeut damals zu mir gesagt hat, er darf mich darin nicht mehr richtig involvieren. (16:23) Danach tendenziell mittelmäßig.

Kommentare und so kamen immer noch. (16:33) Aber er hat mir eine Zeit lang immer die Briefe vorgelesen. (16:39) Mit seinen Meinungen dazu.

Sprecher 1 (16:49) Wie viel Konfliktschutz haben Sie als Kind insgesamt erfahren? (16:53)

Sprecher 2v (17:09) Eigentlich war das ... (17:12) In der Kindheit und so war das eigentlich gut. (17:17) Immer von Mama aus. (17:21) Ich würde sagen eher wenig.

Sprecher 1 (17:25) Wie viel Zuwendung haben Sie als Kind erfahren? (17:30).

Sprecher 2 (17:33) Wenig. (17:48) Ich finde viele Familienfragen ein bisschen schwierig. (17:54) Weil man die so sehr aufteilen kann. (17:57) Zwischen den Personen.

Sprecher 1 (18:49) Ich habe das nicht. (18:49) Haben Sie als Kind mit Familiengerichten, Jugendämtern, Rechtsanwälten zu tun gehabt?

Sprecher 2 (19:02) Nein.

Sprecher 1 (19:05) Welche Strategien haben Sie entwickelt, um mit der Gewalt umzugehen?

Sprecher 2 (19:24) Also von der Person im Speziellen. (19:29) Das ist eigentlich so die beste Lösung, die ich gefunden habe. (19:35) Nichts anderes würde mir einfallen. (19:41) Weil alle Versuche, Aufmerksamkeit etc. (19:47) einzufordern, eher in Streit ausgeföhrt werden oder sind. (...)

Sprecher 1 (21:33) 6. (21:44) Können Sie sich Ihre Entwicklung beschreiben? (21:47) Hatten Sie da irgendwie Probleme bei der Entwicklung?

Sprecher 2 (21:53) Ich glaube, dass das zur mentalen Entwicklung beigetragen hat. (22:10) Es fällt mir aber schwer, das genauer zu beschreiben.

Sprecher 1 (22:20) Wie haben Sie sich als Kind in diesen Situationen geföhlt?

Sprecher 2 (22:28) Daran kann ich mich nicht erinnern. (22:32) Ich würde jetzt nicht behaupten, dass die Zeit mit 17 noch Kind war.

Sprecher 1 (22:47) Gibt es etwas, das Sie sich rückblickend für Ihre Familie gewünscht hätten, das eventuell geholfen hätte?

Sprecher 2 (22:57) Kommunikation. (22:58) Offenere Kommunikation. (23:11) Einen nicht so abwesenden Vater. (23:19) Mir fällt keine bessere Beschreibung ein. (23:23) Darauf läuft fast alles hinaus.

Sprecher 1 (23:34) Was möchten Sie anderen mitgeben, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben?

Sprecher 2 (23:42) Such dir Hilfe. (23:47) Das klingt ein bisschen böse, aber alleine kommt man da nicht so richtig raus.

14.10 2GEF10

Sprecher 1 Wie alt sind Sie?

Sprecher 2 (0:07) 5X

Sprecher 1 Welchem Geschlecht fühlen Sie sich zugehörig?

Sprecher 2 Mann

Sprecher 1 Sind Sie in Deutschland aufgewachsen oder haben Sie einen Migrationshintergrund?

Sprecher 2 Nein, Deutschland.

Sprecher 1 Wie war der sozioökonomischer Status Ihres Elternhauses?

Sprecher 2 Wahrscheinlich irgendwie hoch.

Sprecher 1 Und Ihr eigener Sozioökonomischer Status?

Sprecher 2 (1:06) Auch hoch.

Sprecher 1 (1:12) Was ist der bislang höchst erreichte Abschluss in deinem Leben?

Sprecher 2 (1:21) Promotion, glaube ich. (1:23) Ja, das müsste es sein.

Sprecher 1 (1:33) Hast du Geschwister oder Halbgeschwister?

Sprecher 2 (1:41) Ein Geschwister.

Sprecher 1 (2:09) Blieben deine Eltern bis zu deiner Volljährigkeit zusammen?

Sprecher 2 (2:14) Ja.

Sprecher 1 (2:22) In welchem Alter bist du ausgezogen?

Sprecher 2 (2:27) Da war ich etwa 20.

Sprecher 1 (2:41) Wie war die Beziehung zu deiner Mutter?

Sprecher 2 (2:43) Ich würde sagen Durchschnittlich.

Sprecher 1 (3:05) Warum?

Sprecher 2 (3:11) Meine Mutter war eher distanziert. (3:28) Ja, emotional distanziert würde ich mal sagen. (3:34) Bei so Dingen wie organisatorischen Fragen immer für mich da und Schulfragen. (3:40) Das war immer sehr wichtig. (3:42) Aber emotional eher distanziert. (3:47) Nicht brutal, aber eher emotional distanziert. (4:05) Ja. (4:06) Ja, würde ich sagen eher schlecht.

(4:13) Ja, das ist ein sehr gutes Beispiel. (4:15) Mein Vater war auch eher emotional. (4:17) Hatte aber keinen guten Rat. (4:19) Und außerdem war er ein Choleriker. (4:44) Ja. (5:12) Emotional habe ich mich durch meine Erfahrungen im Elternhaus eher schlecht gefühlt.

Sprecher 1 (5:23) Und inwieweit hast du dich die Erfahrungen im Elternhaus für das Erwachsenenleben vorbereitet gefühlt?

Sprecher 2 (5:31) Das war gar nicht schlecht. (5:33) Also auf der operativen Ebene schon. (5:35) Auf der Beziehungsebene vielleicht nicht so gut. (5:37) Aber auf der operativen Ebene würde ich sagen gut. (...)

Sprecher 1 (5:54) Wie fühlst du dich psychisch gesundheitlich?

Sprecher 2 (6:07) Perfekt.

Sprecher 1 (6:09) Und wie fühlst du dich dann körperlich gesundheitstechnisch?

Sprecher 2 (6:16) ziemlich gut. (6:18) Training ist gut. Das ist das eine. (6:26) Was ich beeinflussen kann, aber es gibt Sachen, die kann ich nicht so beeinflussen wie meine Hüfte oder meine Kniegelenke oder sowas. (6:32) Das schränkt mich immer ein bisschen ein. (6:34) Also ich kann jetzt zum Beispiel nicht joggen gehen oder sowas. (6:38) Was vielleicht andere Leute in meinem Alter noch ganz gut können. (6:40) Was jetzt nicht schlimm ist. (6:42) So. (6:44) Aber das hat sich auch verbessert in den letzten Jahren. (6:46) Ich war in den 40er Jahren schlimmer.

(6:49) Da konnte ich etwas Gleiches machen. (6:50) Das stimmt. (6:52) Vielleicht kann man 6 sagen. (6:55) Oder 6, 7 würde ich jetzt nicht unbedingt sagen. (6:57) Dann kann ich den Sport mehr machen. (7:02) So was wie Karate oder sowas. (7:06) Ja. (7:07) Ich denke trotzdem bin ich für meine Altersgruppe wahrscheinlich noch ziemlich fit. (7:12) Für mich mein Grundaussdauer und sowas. (7:16) Die meisten haben einfach in meinem Alter übergeflüchtet.

Sprecher 1 (7:34) Warst du schon einmal in psychologischer oder psychiatrischer Behandlung?

Sprecher 2 (7:38) Ja.

Sprecher 1 (7:44) Warum und wie lange und was für eine Diagnose gab es?

Sprecher 2 (7:56) Wie lange weiß ich nicht. (7:58) Vielleicht ein halbes Jahr. (8:01) Ja. (8:02) Während ich studiert habe war das. (8:04) Deswegen habe ich das mitgekriegt. (8:06) Da habe ich noch nicht existiert. (8:07) Und die Diagnose weiß ich gar nicht ganz genau. (8:11) Ich vermute mal Ängste.

(8:42) Aber ich war viele Jahre in einer Selbsterfahrungstherapie. (8:45) Und das hat mir weitergeholfen. (8:46) Ich war bestimmt ein paar Jahre in so einer Selbsterfahrungstherapie. (8:49) Wo ich jede Woche hingegangen bin. (8:50) Das war eigentlich eine verbesserte Therapie als diese Einzeltherapie. (8:54) Das hat mir eigentlich sehr geholfen.

Sprecher 1 (9:04) Hast du starke körperliche Beschwerden?

Sprecher 2 (9:08) Im Moment nicht so zum Glück. (9:11) Hatte ich ja jahrelang. (9:12) Jetzt nicht.

Sprecher 1 ((9:25) Wie war die Stimmung und Atmosphäre bei dir zu Hause, als du aufgewachsen bist?

Sprecher 2 (9:38) Die Stimmung war... (9:40) Also ich hab mich eher einsam gefühlt. (9:48) Eher einsam. (9:49) Nicht ständig. (9:52) Ich hatte öfters Angst. (9:55) Nicht schön. (9:57) Insgesamt war die Stimmung... (9:59) Es war viel von Leistungsdruck geprägt. (10:04) Und von Angst und von Unsicherheit. (10:07) Aber es gab natürlich auch Geborgenheit. (10:10) Das gab es schon. (10:11) Aber nicht so viel, glaube ich, wie ich gebraucht oder gewollt wurde. (10:30) Das ist beeindruckend. (10:32) Als Enkelkind habe ich dann Opa und Opa ganz anders erlebt. (10:35) Da scheint wirklich was dran zu sein. (10:37) Dass sobald die eingezwungenen Kinder aus dem Haus sind und die Enkel kommen, dass man ganz anders drauf ist.

Sprecher 1 (10:46) Gab es bestimmte Regeln oder Erwartungen im Haushalt, die sehr streng durchgesetzt wurden?

Sprecher 2 (10:52) Ja. (11:02) Ja, es gab sehr hohe Erwartungen an die Leistung. (11:06) Wortlich, schulisch. (11:09) Das wurde auch sehr streng gesehen und sehr eng gesehen. (11:14) Auch am Funktionieren, Disziplin. (11:18) Es gab sehr hohe Erwartungen im Alltag. (11:21) Wurde auch sehr streng gesehen. (11:24) Auch das Verhalten (11:29) Also dass du morgens pünktlich raus und abends pünktlich ins Bett. (11:34) Das war schon eine funktionierende Erwartung und ein funktionierender Druck. (11:44) Es musste einfach funktionieren. (11:45) Ich bin ja schon im Kindergarten gekommen. (11:49) Das war ja damals. (11:50) Ich bin ja im Prinzip kurz nach der Geburt abgegeben worden. (11:54) Damals noch zur Tagesrunde. (11:58) Da war ich ein oder zwei Jahre. (11:59) Da bin ich sozusagen schon in der Kita abgegeben worden. (12:02) Obwohl sowas damals noch. (12:03) Ich bin ja glaube ich deshalb drei oder vier Jahre los.

(12:07) Aber ich bin vorher schon rein, weil meine Eltern ja da im Plattenhaus gearbeitet haben und mich dann da abgegeben haben. (12:13) Und es wurde halt gearbeitet und fertig. (12:18) Und als Kind muss es halt auch funktionieren. (12:21) Ja. (12:22) Was die Disziplin angeht, muss ich bei der Geschichte immer daran denken, wie Opa sich damals bei der Bundeswehr verhalten hat. (12:29) Ich denke ein bisschen nach einem Doppelstandard in der Hinsicht.

(12:33) Ja. (12:34) Ich denke, dass er da bei sich an der Maske war.

Sprecher 1 (12:43) Haben Sie in Ihrer Familie jemals Form von Gewalt erlebt? (12:46) Seien es verbal, emotional oder körperlich?

Sprecher 2 (12:56) Sowohl verbal und emotional. (12:58) Verbal habe ich selbst als das geliebte Enkelkind mitgekriegt. (13:01) Emotional war wahrscheinlich das gesamte Leben.

Sprecher 1 (13:04) Körperlich ebenfalls?

Sprecher 2 (13:05) Ja.

Sprecher 1 (13:11) In welchem Alter hast du dann zum ersten Mal Gewalt im Elternhaus erlebt?

Sprecher 2 (13:22) Das geht so weit, wie ich zurückdenken kann. (13:24) Also das dritte Lebensjahr, würde ich sagen. (13:27) Das war noch in Vollmerstein. (13:29) Das war ... (13:40) Wenn du früh-stückig Erinnerst, mit zwei Jahren vielleicht? (13:45) Ja, so früh ich mich erinnern kann, würde ich sagen, wahrscheinlich vermutlich drittes Lebensjahr. (13:48) Alles klar. (13:49) Da kann ich nicht sagen, wie alt ich damals war.

Sprecher 1 (13:55) Und wie haben dich diese Situationen für gewöhnlich abgespielt?

Sprecher 2 (14:01) Ja, also es war nicht so häufig. (14:03) Es war immer, wenn irgendwas Spezielles war. (14:07) Ich habe ja einzelne Erinnerungen. (14:10) Also wenn ich irgendwas gemacht habe, was nicht okay war, wurde ich sozusagen bedroht. (14:20) Ich musste dann die Hose runterziehen und mein Vater hat mich dann geschlagen. (14:30) Ich weiß, dass ich in dem Alter, da war ich drei oder sowas, da habe ich eine Vase rumgeworfen, eine Drehvase, die ist kaputt gegangen. (14:44) Und dann wurde ich zum Beispiel dafür benutzt. (14:49) Die Vase wurde übrigens geklebt und stand noch jahrzehntelang bei uns im Haus. (14:54) Das hat sich ja dann gelohnt, deswegen den Anfall zu haben. (14:59) Ja. (15:01) Das war halt, wenn mein Vater ein Choleriker war und wenn er Wut drehte, dann drehte er halt Wut. (15:06) Das war bis zu meinem 16 (15:09) Lebensjahr, da habe ich das erste Mal, Blut jetzt nicht vorzugreifen, da habe ich dann das erste Mal gegen gehalten. (15:15) Da war ich 15 oder 16 und habe mich einfach geweigert. (15:19) Da war ich so groß wie er und auch ungefähr so stark wie er.

(15:23) Er war ziemlich im Training, machte Judo und Jiu-Jitsu-Training und da hat er sich irgendwann nicht mehr gebraucht, da noch weiter zu gehen. (15:34) Ja. (15:36) Nun, da hat sich das ganze Sportleuten gut gelohnt. (15:41) Ja. (15:42) Ich muss sagen, ich bin sehr froh, dass ich das nicht machen musste.

Sprecher 1 (15:52) Kannst du beschreiben, wie sich die Familienmitglieder untereinander verhalten haben?

Sprecher 2 (15:56) Um und bei. (16:00) Dass wir emotional distanziert haben wir bereits.

Sprecher 1 (16:05) Wie haben sich zum Beispiel die Großeltern gegenseitig verhalten?

Sprecher 2 (16:09) Ja, mein Vater hatte immer regelmäßig irgendwelche Wutanfälle und hat dann stundenlang rumgebrüllt und meine Mutter hat versucht, ihn zu beschwichtigen. (16:20) Hm, ja. (16:30) Meine Mutter hat uns auch ab und zu geschlagen, und zwar mit dem Plastikkochlöffel. (16:46) Ich vermute mal in Situationen, wo sie überfordert war. (16:51) Ich will jetzt nicht sagen, dass das ständig passiert ist, aber das kam halt einfach zwischendurch mal vor. (17:03) Und die Kinder untereinander, ich war leider zu meinem jüngeren Bruder, der war zwei Jahre jünger als ich, deswegen auch körperlich unterlegen war ich leider auch nicht mehr, muss

ich sagen. (17:14) Also ich habe den leider auch, in meinen Erinnerungen nicht dauernd, aber auch noch öfter mal, wie gesagt, mal trainiert, wo das bei meiner Mutter auch mal eingreifen musste, das tut mir auch, muss ich sagen, sehr leid. (17:29) Hm, das tut mir auch leid in Bezug auf Kind, ich war ja anscheinend nicht besser damals.

(17:35) Und das, äh, ja, jetzt halt, die Kindheit, wo ich halt immer mal wieder davor gekommen und war dann irgendwann natürlich mit der Pubertät oder so vorbei, da haben wir uns dann irgendwann ganz gut verstanden. (17:49) Jedenfalls in meiner, aus meiner Sicht. (18:08) Ah, okay.

Sprecher 1 (18:14) Gab es in Ihrer Kindheit Momente, in denen Sie sich bedroht und unsicher gefühlt haben?

Sprecher 2 (18:24) Gab es. (18:25) Angst, ich hätte irgendwann mal durchgeweilt, das war natürlich auch bedrohlich, und, was war das, bedroht und unsicher? (18:34) Und mit Angst, ich hab mich, vor allen Dingen habe ich die Ängste gehabt, wenn ich alleine war, meine Eltern haben uns oft alleine gelassen, auch als wir noch recht klein waren. (18:43) Die sind dann regelmäßig abends einfach weggefahren, da war ich, weiß ich gar nicht, noch Kindergartenalter, aber schon Grundschulalter, sind wir Sonntagabend zum Beispiel Tennisspielen gefahren, mit Essen gegangen, sind dann irgendwann um halb sechs weg und irgendwann spätabends wieder gekommen, und wir waren dann alleine zu Hause und es war dann so, aber auch so.

(19:18) Wenn das nicht abgesprochen wird mit den Kindern, ist man dann natürlich ängstlich, aber selbst wenn das abgesprochen wird. (19:24) Das wurde abgesprochen, aber trotzdem alles klar. (19:29) Ich bin dann einmal wach geblieben, bis sie wieder kamen, weil ich Angst hatte, weil ich dachte, das war eigentlich jeden Sonntagabend, ich kenne mich an eine Situation, das kann doch nicht gewesen sein, und da wurde dann auch gesagt, wenn du wiederkommst, bin ich da, nimmst du was zu essen, das steht dann da, und dann sind wir auch bald wieder da.

(19:53) Dann sind die losgefahren mit Kind, (19:55) der war dann noch im Kindergarten oder so, (19:57) und haben sich irgendwelche Häuser angeguckt, (20:02) und dann habe ich mir was zu essen gemacht (20:04) und dachte, die sind jetzt bald wieder da, (20:05) die kamen aber nicht, (20:07) und dann wurde es Nachmittag (20:08) und die kamen immer noch nicht, (20:09) und es wurde Abend, (20:14) die sind dann auf der Autobahn (20:17) zum Flughafen, (20:18) und das war überrollt worden, (20:19) und die sind jetzt ganz alleine auf der Welt, (20:21) die sind ja spät abends wiedergekommen, (20:22) weil das dann doch länger gedauert hat, (20:24) und weil sie dann auf dem Rückweg sich überlegt haben, (20:25) noch Essen zu essen. (20:28) Ja, Scheiße.

(20:31) Und das war, glaube ich, mit einer der schlimmsten Tage meines Lebens, weil da habe ich wirklich, nach der Schule, weil ich aus der Schule gekommen bin, war es dann immer mittags, bis abends, bis die irgendwann da waren, da war es schon dunkel und spät, da habe ich, glaube ich, mit dem Leben abgeschlossen gehabt.

(20:53) Da habe ich mir überlegt, ob ich jetzt sonst noch mal zu Opa ziehen muss, oder ob ich ins Heim komme, oder was dann eigentlich passiert in mir. (21:03) Scheiße.

(21:03) Solche Sachen sind halt ab und zu mal vorkommen, und eben, wie gesagt, jeden Sonntagabend, weil sie auch recht spät wiedergekommen sind. (21:18) Dann sind wir nachher noch essen gegangen, haben noch was getrunken oder sonst was, oder auch auf irgendwelche Partys gegangen, und das mit zu Hause alleine.

Sprecher 1 (21:41) Wie haben sich diese Formen der Gewalt noch auf Ihre Beziehung zu Ihrer Familie ausgewirkt?

(21:52) Ja, also die Form der Gewalt weiß ich nicht, (21:55) aber diese Distanziertheit, (21:56) diese emotionale Einsamkeit in meiner Familie (21:59) hat sich so ausgewirkt, (22:00) dass ich, wenn ich mal gesucht habe (22:04) nach Beziehung zu Menschen, (22:07) nach Geborgenheit in Beziehung, (22:08) einmal in einer Partnerschaft, (22:10) und dass ich halt auch (22:11) in meiner eigenen Familie (22:12) sowas auf alle Fälle vermeiden wollte, (22:15) oder auf alle Fälle da (22:16) sowas wie Geborgenheit und

Nähe (22:19) haben wollte in meiner Familie, (22:20) dass mir das immer sehr wichtig war, (22:22) dass ich das immer so vermisst habe. (22:27) Deswegen war mir in meiner eigenen Familie Geborgenheit und Nähe immer sehr wichtig.

(22:31) Gut, Gewalt war jetzt für mich, glaube ich, kein Thema. (22:35) Also ich habe hier schon, glaube ich, Ja?

Sprecher 1 (22:40) Ich kann mich an einen Vorfall erinnern, aber das war in dem Fall, glaube ich, wirklich, dass du überfordert warst bei der Situation. (22:48) Ich glaube nicht, dass du das überhaupt bewusst gemacht hast, wenn ich mich richtig erinnere.

Sprecher 1 (22:52) Und was kannst du dich erinnern?

Sprecher 2 (22:54) Tatsächlich nur daran, dass ich einen Schlag ins Gesicht gekriegt habe. (22:58) Also du bist einmal, (22:59) da warst du noch, (23:00) ich weiß noch nicht mal, (23:01) ob du im Kindergarten warst, (23:03) da bist du, (23:04) da sind wir einkaufen gewesen, (23:05) im Suchstopp noch, (23:07) und ich hatte irgendwie beide Hände voll (23:09) mit Einkaufspaschen, (23:11) und du hast das gepeilt (23:12) und dann bist du losgerannt (23:14) und obwohl ich gestimmt habe, (23:15) bist du zwischen den Parken und Autos (23:17) auf die Straße gerannt,

Sprecher 1 (23:19) obwohl ich gesagt habe, (23:20) bleib hier, bleib hier, bleib hier,

Sprecher 2 (23:22) und dann habe ich die Sachen fallen lassen (23:23) und bin hinterher, (23:24) da kam zum Glück kein Auto, (23:32) das hat mir nachher sehr leid getan, (23:34) aber irgendwie das war so, (23:36) da habe ich echt Angst gehabt, (23:38) und ich glaube, (23:38) es gab noch mal eine Situation, (23:41) da habe ich dir aber keine gescheuert, (23:42) da haben wir so einen Machtkampf ausgespielt, (23:44) das war schon hier im Haus, (23:46) ich weiß nicht mehr, um was das ging,

(23:47) aber du wolltest irgendwas unbedingt (23:49) oder unbedingt nicht machen oder so, (23:51) und du ließ dich hinten davon ablenken, (23:52) da habe ich gedacht, (23:53) okay, ich halte dich jetzt so lange fest, (23:57) wir sind uns einig, (24:02) mich zu beißen, zu boxen, (24:04) du hast dich an meinen Arm (24:05) mit dem ganzen Gewicht gehängt, (24:07) du hast versucht, dich loszureißen, (24:09) ich habe mal gesagt, (24:10) kannst du machen, (24:11) ich bleibe jetzt trotzdem so lange stehen, (24:13) bis wir uns da einigen, (24:15) ich glaube so nach 15 bis 20 Minuten (24:18) hast du dann gesagt, (24:18) okay, alles klar, (24:19) lass uns einigen, (24:20) und dann ging das, (24:22) ich glaube, (24:33) das war wirklich anstrengend, (24:34) also da habe ich dich jetzt nicht geschlagen, (24:35) aber ich habe dich einfach festgehalten, (24:37) und habe gesagt, (24:37) nein, bleib jetzt so lange mit mir stehen, (24:39) das ist passiert, (24:40) und dann gab es nochmal einmal, (24:43) das war meiner Meinung nach (24:44) das Allmitteiligste, (24:46) dann hast du dich geweigert, (24:48) morgens irgendwas anzuziehen, (24:52) und dann haben wir gesagt, (24:53) okay, (24:56) wir haben jetzt einfach so ein Kindergarten, (24:58) und das hast du bis zu Hause durchgezogen, (25:02) und ich glaube das

war, (25:05) heiß, kalt und verschneit, (25:06) richtig, (25:08) und dann, (25:09) als du darauf angepeilt bist, (25:10) hast du jetzt wirklich im Schlafanzug, (25:13) draußen, (25:14) durch den Regen, (25:16) im Kindergarten, (25:17) da meintest du aber, (25:18) ich möchte mich doch anziehen, (25:19) dann haben wir die Sachen von oben runter geholt, (25:21) 30 Sekunden hast du dich angezogen, (25:23) das hast du noch nie so schnell gemacht, (25:25) dann hast du dich auch immer angezogen, (25:32) das würde ich allerdings nicht als Gewalt bezeichnen, (25:35) das würde ich, (25:35) das war keine Gewalt, (25:36) das haben wir eigentlich in diesem Fall gut gelöst, (25:39) mit vollgewichtiger Konzentration, (25:45) ja, (25:47) und ich glaube ich habe dir nochmal, (25:49) irgendwann irgendwo, (25:50) aber das war so, (25:52) da warst du kleiner, (25:53) das war dann irgendwie so, (25:56) ein Kleinkind, (25:57) Kindergartenalter, (25:59) oder echt teilweise, (26:00) ich weiß aber nicht mehr, (26:02) was das war. (26:04) Ich weiß, dass ich einmal mich irgendwie eine Dreiviertelstunde beim Zähneputzen geweigert hatte, und dann, aber ich glaube das war Mama, komplett die Geduld verloren hat, und mir nochmal eine gezogen hat. (26:18) Da war ich dann nicht mehr, das ist immer so die Macht, für Zähneputzen anziehen, rausziehen, aufräumen. (26:27) Ja, vor allem mit dem Alter, wenn das Kind das noch nicht alleine machen kann, dann muss das Kind gemacht ausüben.

(26:34) Was auch so ein Ding ist, ins Bett gehen, und auch drinnen bleiben, das ist auch nochmal so eine Macht, damit die Kinder feststellen, ob ich das alleine machen kann, warum soll ich das nicht machen. (26:45) Das kenne ich aus Kitas zu Genüge, wobei da die meisten Kinder einsehen, dass sie es allen vermasseln, wenn sie es alleine kaputt machen irgendwann, was ich ziemlich beeindruckend finde. (26:57) Das ist gut, aber bis dahin musst du erst mal das Kind vermasseln.

(27:04) Das waren immer so kritische Situationen, fand ich. (27:10) Für uns war es wichtig, dass da Nähe miteinander geboren ist, weil das habe ich vermisst, und das war in unserer Familie auch gegeben, und das habe ich bewusst anders gemacht.

(27:19) Allerdings habe ich ja auch viele Jahre Selbsterfahrung gemacht, sozusagen Psychotherapie in der Gruppe, und mich mit dem Thema ausgewirrt, sondern gesetzt, was da eigentlich mein Problem war.

(27:32) Deswegen bin ich meinen Eltern auch nicht mehr sauer. (27:36) Aber viele Jahre, als ich Student war, habe ich da echt ein Problem mit gehabt. (27:41) Und heute ist es so, dass ich da Kinder und meine Mutter teilweise distanzieren, aber die ist so, die kann das auch nicht ändern. (27:50) Und auch mein Vater, mit seinen cholerischen Anschlägen, hat das letztendlich auch überfordert. (27:55) Das werfe ich dem nicht mehr vor, weil man sich da nicht mehr liebt. (27:59) Ich finde, das ist immer ein Rahmen meiner Selbsterfahrung.

(28:09) Du weißt ja heute eigentlich, was ich selber will. (28:13) Du hast ganz selber ein gutes Ende genommen. (28:17) Ja, und auch in der Beziehung mit meinen Eltern, für mich war das echt nicht gut, weil wir uns so machen, wir sind so unerschlüsselt, aber ich glaube, so Nähe und Beziehung ist sehr wichtig, und ich bin mit meinen Eltern ausgetauscht, und das klappt für mich auch ganz gut, weil 30 Jahre Beziehung sind ja schon mal was.

(28:41) Und wir mögen uns ja immer noch. (28:49) Ja, für mich kommt es an, wenn ich aus dem Haus komme.

Sprecher 1 (29:02) Also, keine Ahnung, gerade mit den Großeltern, das hat sich aus Ihrem Elternhaus, wurden sie da auch so gegenständlich behandelt?

Sprecher 2 (29:12) Ja, sicher. (29:13) Wir haben natürlich die Situation aus Ihrem Elternhaus einfach fortgesetzt. (29:18) Das ist Prägung durchs Elternhaus, Überforderung, das sind so die Berührungen, Überforderung, vor allem Ängste, weil meine Eltern hatten sehr viele Ängste.

Sprecher 1 (29:39) Ja, was für Ängste waren das bei deinen Eltern? (29:45)

Sprecher 2 Existenzängste, oder Ängste, die Sie jetzt nicht richtig hinkriegen? (29:49) Genau, Ängste, was falsch zu machen, Existenzängste,

Schriftenreihe Kindeswohl & Soziale Nachhaltigkeit

Paper Series in Best Interest of the Child and Social Sustainability

Nr. 1 (August 2024) Jorge Guerra González (Autor u. Koord) ²	Chancen, Risiken und Grenzen des Familienhelfersystems. Vorschläge aus dessen Akteur*innen sowie aus einer Metaanalyse hin zu einer kindeswohlorientierten Optimierung des Familienhelfersystems
Nr. 2. (Oktober 2024) Hannah Andresen, Sude Chalhouszian, Victoria Krause, Antonia Willner, Jorge Guerra González (Koord)	Studie zur Untersuchung von Eltern-Kind-Beziehungen und deren mögliche Folgen auf u.a. die Lebenszufriedenheit und auf die Gesundheit der Betroffenen. Entfremdete Väter
Nr. 3 (Oktober 2024) Mia Meerbach, Françesko Mahmuti, Marthe-I. Ngongue, Svea Timmermanns, Paula Waffen, Pauline Wirth, Jorge Guerra González Koord)	Studie zur Untersuchung von eltern-Kind-Beziehungen und deren mögliche Folgen auf u.a. die Lebenszufriedenheit und auf die Gesundheit der Betroffenen. Entfremdete Mütter
Nr. 4 (November 2024) Waleria Heinze, Nils Nicholson, Annika Rohden, Katharina Schinkel, Jasmin Zorn, Jorge Guerra González (Koord)	Psychischer Gesundheitszustand und Lebenszufriedenheit von Elternteilen, die in einer „intakten“ Beziehung zum anderen Elternteil leben, im Vergleich zu Eltern, die getrennt sind und Eltern, die von ihrem Kind/ihren Kindern entfremdet wurden. Eine qualitative und eine quantitative Studie.
Nr. 5 (Dezember 2024)	OLG schlägt EGMR: Zur freischwebenden Entscheidung

² Ko-Autor*innen: Stine Kluth, Amal Hamzé, Rosalina Clara Wilmes, Arvin Arenja, Rozerin Dalgic und Derya Ok; Elisa Krumholz, Emma Ruhnke, Amelie Wolber, Jenna Baldy, Birgit Hartkop und Cemile Ayse Nur Erylmaz; Angelika Benenson, Briella Boche, Hannah Evers, Jost Hildebrand, Aaliyah Marie Leye und Lara-Maria Mäder; Antonia Blunck, Vivien Borm, Carlotta Gatzen, Gesa Hinz, Julia Steffen und Ebu Bekir Yel; Lotta Gronau, Julia Mildner, Noah Totz und Antonia Zorn. Su Ciftlik, Elisa Grünthal, Kira Nachtweh, Anna-Maria Vardanyan und Binta Sophie Kamagate

Jorge Guerra González	des OLG Frankfurt des 3.4.24 – Eine erforderliche kindeswohldienliche Justierung in Sachen Kindeswille und Bindungsintoleranz
Nr 6 (März 2025) Jorge Guerra González	Die Befolgung des Kindeswillens und ihr bedingter Zusammenhang mit der Selbstwirksamkeit
Nr 7 (Juli 2025) Karina Leis, Alina Gamirov, Nike Holthaus, Saskia Heinrich, Amina Abidi, Jorge Guerra González (Koord)	Bindungsabbruch im Namen des Glaubens: Die stille Isolation ausgestiegener Eltern
Nr 8 (September 2025) Janne Felicia Horwege, Farah Lühmann, Hanna Schmalenberg, Elena Triboli, Christian Weber, Jorge Guerra González (Koord)	Eltern-Kind-Entfremdung und Religion am Beispiel der Zeugen Jehovas: Auswirkungen für die Kinder im Erwachsenenalter
Nr 9 (November 2025) Lina Peters, Lina Behrmann, Elisa Lasarzik, Vivian Böttcher, Janina Kahlstatt, Valeria Makarova, Jorge Guerra González (Koord)	Studie zur Untersuchung von Eltern-Kind-beziehungen und deren möglichen Folgen u.a. auf die Lebenszufriedenheit und Gesundheit der Betroffenen
Nr 10 (November 2025) Amrei Hinz, Elena Vögele, Emilie Zwahr, Maria Luisa Söchtig Ruhnke, Melisa Arman, Julie Huppenthal, Jorge Guerra González (Koord)	Studie zur Untersuchung der Hintergrundinformationen von Familien, die Trennungsprozesse erlebt haben, und die Ratschläge der Betroffenen: Perspektiven der Familienmitglieder
Nr 11 (Januar 2026) Bastian Thode, Mia Foltin, Rosa de Rudder, Acelya Ekizaslán, Lilly Paepflow, Jorge Guerra González (Koord)	Vom Familienrecht zum Kinderschutzrecht - Beitrag einer eigenen Forschung zu relevanten aktuellen Fragestellungen. Die Sicht der Professionelle im Familienhelfersystem
Nr 12 (Januar 2026) Johanna v. Derenthall, Hanna-Marie Hofmann, Klara Jutzi, Lara Kraaz, Caroline Lüthje, Nina Rödenbeck, Jorge Guerra González (Koord)	Studie zur Untersuchung von Eltern-Kind-Beziehungen und deren möglichen Folgen, unter anderem auf die Lebenszufriedenheit und Gesundheit der Betroffenen: Entfremdete Väter
Nr 13 (Januar 2026)	Studie zur Untersuchung von Eltern-Kind-Beziehungen und deren

Jil Vormelker, Marie Langmann, Dennis Frey, Sophie Lundershausen, Melissa Yildirim, Max Börner, Jorge Guerra González (Koord)	möglichen Folgen, unter anderem auf die Lebenszufriedenheit und Gesundheit der Betroffenen: Entfremdete Mütter
Nr 14 (Januar 2026) Henrik Prestin, Olivia Kiedaisch, Annika Meuser, Lena Haupt, Lilith Malin Kühn, Jorge Guerra González (Koord)	Gewalterfahrungen im Elternhaus – Auswirkungen auf die Beziehungsfähigkeit, sowie auf die psychische und physische Gesundheit. Beitrag einer eigenen Forschung zu relevanten aktuellen Fragestellungen