

Das Schweigen brechen

Für Frauen, die Gewalt erlebt haben, gibt es eine neue Selbsthilfegruppe

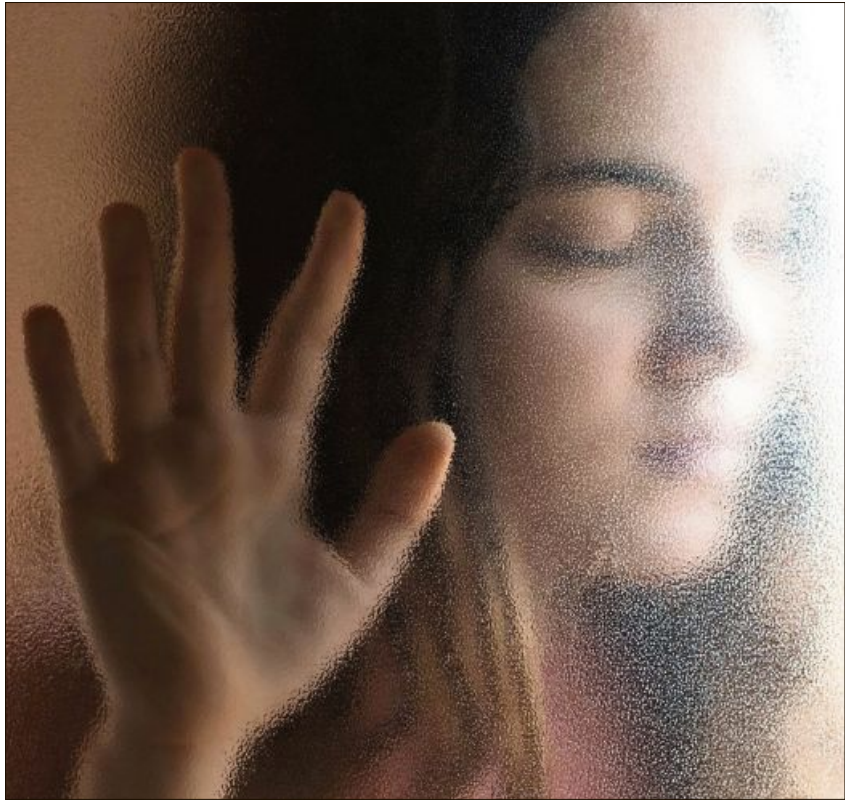
(kp) Wenn von Gewalt die Rede ist, denken viele zuerst an körperliche Gewalt in Form von Schlägen. Doch Gewalt kann ganz verschiedene Facetten haben, wie der Erfahrungsbericht von Tanja (Name geändert), 38 Jahre, zeigt, die in einer toxischen Beziehung lebt.

„Was ich auch tue, ist ihm nicht gut genug. Er kritisiert mich. Redet mich schlecht. Auch vor anderen. Nennt mich dick, dumm und hässlich. Wenn ich ihn darauf anspreche, reagiert er wütend und vorwurfsvoll. Nichts könne ich ihm recht machen und warum ich ihn denn andauernd kritisiere. Er finde das sehr anstrengend. Daher kein Wunder, dass mich keiner liebt. Anfangs hat er mich mit lieben Worten und Geschenken überhäuft. Jeden Tag Zeit für mich gehabt. Heute möchte er Zeit für sich und fühlt sich von mir bedrängt und eingesperrt. Später erfahre ich, dass er an den Freitagen, an denen er Zeit für sich wollte, sich mit anderen Frauen getroffen hat.“

Teilweise trauen sich die Opfer von physischer oder psychischer Gewalt nicht darüber zu sprechen. Wenn sie es doch tun, wird ihnen oftmals nicht geglaubt oder ihr Erlebtes bagatellisiert. Um das Schweigen zu brechen, gibt es in Landshut eine neue Selbsthilfegruppe für Frauen mit Gewalterfahrung. Das Angebot ist angelehnt an die Kampagne „Schweigen macht schutzlos“ des Weißen Rings in Deutschland.

Die Selbsthilfegruppe von Betroffenen für Betroffene soll Frauen, die von Gewalt betroffen sind, Raum geben, ihre Erfahrungen und Gefühle mit Gleichgesinnten zu teilen. Es soll ein sicherer Ort sein, an dem Betroffene sich ernst genommen fühlen und erkennen, dass sie nicht alleine sind.

Ab Ende März soll es zunächst virtuelle Treffen geben. Wenn die Situation es wieder zulässt, auch persönliche Treffen. Den Frauen, die diese niederschwellige Hilfe in Anspruch nehmen wollen, wird ein besonderer Schutz gewährleistet.



Wenn Frauen Opfer von Gewalt werden, ist die Scham meist groß, über das Erlebte zu sprechen.

Symbolfoto: imago

Interessenten können sich anonym melden. Auch eine Anmeldung unter einem anderen Namen in der Gruppe ist möglich. Wann und wo die Treffen stattfinden, erfahren nur die Teilnehmerinnen.

Wenn eine professionelle Beratung gewünscht ist, kann über die

Gruppenleitung der Kontakt zur LIS (Landshuter Interventionsstelle bei häuslicher und sexualisierter Gewalt) hergestellt werden. Dort kann man sich auf Wunsch anonym beraten lassen. Die Mitarbeiterinnen der LIS unterliegen der Schweigepflicht.

SO KANN MAN KONTAKT AUFNEHMEN

› Wer an der Selbsthilfegruppe teilnehmen möchte, der wendet sich an die Kontaktstelle Selbsthilfegruppen der Diakonie Landshut, Maistraße 8, 84034 Landshut, Telefon 609114 oder 609116 oder per E-Mail an shonemann@diakonie-landshut.de.

› Weitere Beratungs- und Hilfsangebote gibt es bei der LIS Lands-

hut (Beratung für alle Geschlechter ab 14 Jahren), Telefonnummer: 4301148, E-Mail: beratung.lis@awo-landshut.de; den Frauenhäusern der AWO und Caritas, Kontakt über die LIS Landshut; sowie beim Weißen Ring in Landshut mit Ansprechpartner Wolfgang Heidersberger, Telefonnummer 0151/5164835.