

Raus aus der Ohnmacht



ERSCHÖPFT. Julia S. bei unserem Gespräch im Gewaltschutzzentrum Salzburg. Nach drei Jahren Auf und Ab will sie einen Schlussstrich unter die zerstörerische Beziehung ziehen.

TABUTHEMA GEWALT.

Jede vierte Frau erlebt laut Studien eine destruktive Beziehung oder war schon einmal davon betroffen. Ein Opfer erzählt seine Geschichte.

Die erfolgreiche Managerin Julia S. (*Name von der Redaktion geändert*) ist eigentlich gar kein Opfertyp. Nach ihrem Studium stieg die Salzburgerin bei einem Großkonzern ein und legte eine steile Karriere hin. Täglich jongliert die 35-Jährige wichtige Projekte und führt ein größeres Team von Mitarbeitern. Lediglich ihre gebückte Haltung während unseres Gesprächs verrät, dass die nach außen hin so starke Power-Frau innerlich unter großer Anspannung steht. Vor Kurzem musste sie die Polizei alarmieren: Sie fühlte sich von ihrem Lebensgefährten Alex T. (*Name geändert*), 42, einem IT-Berater, dermaßen bedroht, dass sie um ihr Leben fürchtete. Eine Wegweisung und ein Betretungsverbot verhindern zur Zeit jeglichen Kontakt. Julia S. wird

in dieser schwierigen Phase im Gewaltschutzzentrum Salzburg in der Paris-Lodron-Straße betreut, wo wir sie auch zum Interview treffen.

Warum sie ihre Geschichte erzählt? „Gewalt kann jede Frau treffen. Es beginnt ganz schleichend. Vielleicht erkennt jemand die Alarmzeichen früher als ich und erspart sich dadurch so einiges.“ Denn zu Beginn verkörperte Alex ihren absoluten Traummann. „Vor drei Jahren war alles einfach nur wunderbar. Er hat mich so richtig umworben, wir waren *das* Traumpaar im Freundeskreis“, erzählt die attraktive dunkelhaarige Frau. „Alex hat mir in vertrauten Momenten schon von seiner schwierigen Kindheit erzählt, aber er war unglaublich beliebt, ging viel aus und hatte viele Freunde. Ich hätte mir niemals vorstellen können, dass in ihm ein Gewaltmensch schlummert“, meint Julia im Rückblick. Damals glaubte sie, endlich einen ebenbürtigen Partner gefunden zu haben, und dachte schon über eine Familiengründung nach.

WANDLUNG. Auch als Alex nach einigen Monaten Beziehung seinen renommierten Job in der IT-Firma verlor, hielt das Paar zusammen. Ein Problem? Keineswegs: Alex beschäftigte sich mit der Planung für eine eigene Firma und entlastete Julia im Haushalt. Wenn sie spätabends von einem anstrengenden Tag heimkam, war er da und hatte bereits gekocht. „Ich dachte, wir schaffen das schon

gemeinsam. Doch dann begann er, von mir zu verlangen, dass ich mich alle paar Stunden bei ihm melde. Da ich sehr viel arbeite und auch öfter auf Geschäftsreisen bin, wurde das sehr belastend für mich. Es artete schnell zu einer Art Kontrolle aus.“

Nach und nach wurde der sonst so perfekte Vorzeige-Mann ausfallend und beschimpfte Julia. Heute weiß sie, dass genau zu diesem Zeitpunkt die Alarmglocken schrillen hätten sollen. „Ich erklärte mir sein Verhalten damit, dass er mit seiner Firmengründung unter Druck stand. Die Aufträge blieben spärlich, denn sein Spezialgebiet galt in der Zwischenzeit als überholt. Da wollte ich ihm einfach noch mehr helfen ...“ Julia stellte sich ganz

auf die Bedürfnisse ihres Partners ein und begann, sich stark einzuschränken. Sagte After-Work-Drinks mit den Kolleginnen ab und kündigte ihre Mitgliedschaft im geliebten Fitnessstudio, um Alex zu besänftigen. Vergeblich, denn er tröstete sich inzwischen mit Alkohol: „In dieser Zeit begann er, sich zu betrinken. Zuerst ein biss-

chen, dann immer mehr und immer öfter. Und wenn er betrunken war, wurde er aggressiv.“ Bei seinen Wutanfällen machte Julias Partner auch nicht vor der Einrichtung halt: „Er warf mit Sachen nur so um sich. Einmal riss er sogar die Hausbar aus der Verankerung. Ich dachte, es wäre meine Schuld. Ich war etwas später nach Hause gekommen, weil ich eine Konferenz vorbereitete. Er beschuldigte mich, dass ich ihn betrüge. Er nahm mir mein Handy weg und durchsuchte den Speicher. Obwohl er nichts fand, zuckte er völlig aus und stieß mich gegen eine Wand.“

»Er warf mit Sachen nur so um sich. Einmal riss er sogar die Hausbar aus der Verankerung. Ich dachte, ich sei an allem Schuld.«

**JULIA S., 37,
MANAGERIN**

Am nächsten Tag kam bei beiden die Ernüchterung. Alex hatte eindeutig eine Grenze überschritten und war sich dessen auch bewusst. „Ich war so geschockt, dass ich zu einer Freundin geflüchtet bin. Aber er kam mit einem riesigen Strauß Rosen und flehte um Vergebung. Er beteuerte, mich nicht verlieren zu wollen, und schwor, sich zu bessern und nicht mehr zu trinken.“ Für Julia damals genug, die Beziehung nicht zu beenden und Alex nochmals eine Chance zu geben. Für Außenstehende ein unbegreiflicher Schritt: „Meine Freunde waren entsetzt. Sie meinten, es wäre nur eine Frage der Zeit, bis er mir die Nase bricht oder mir sonst etwas antut. Aber für mich war er der Mensch, dem ich die meiste Zeit vertraut hatte und den ich liebte. Ich war überzeugt, dass er eine schlechte Phase durchlebte und sich wieder zu dem tollen Mann entwickeln würde, den ich kennengelernt hatte.“ Ein fataler Fehler, denn schon zwei Monate später krachte es erneut, und diesmal bedrohte Alex Julia mit dem Umbringen. „Das war dann der Moment, in dem ich die Polizei angerufen habe. Ich wusste mir überhaupt nicht mehr zu helfen. Irgendwie gelang es mir, ihn ins Bad zu sperren. Ich hatte Todesangst.“

AUSSTIEG. Obwohl mit der einstweiligen Verfügung die Gewaltspirale fürs Erste durchbrochen ist, kämpft Julia S. weiterhin mit ihren Gefühlen für ihren gewalttätigen Freund: „Ich weiß rational ganz genau, dass mich diese Beziehung kaputt macht, wenn das so weitergeht. Aber ich hänge, trotz allem, emotional an ihm. Ich habe unglaubliche Angst um ihn. Er hat schon öfter gedroht, sich umzubringen. Mit dieser Schuld könnte ich nicht leben.“

Wie es jetzt für sie weitergeht? „Die Gewaltschutzberaterinnen unterstützen mich, dass wieder Ruhe in mein Leben einkehrt und ich erstmal wieder zu mir selbst finde. Mir wird langsam bewusst, wie viel ich in den vergangenen zwei Jahren für meinen Partner aufgeben habe.“

ANNE-LIESE PREM ■

Die Expertin zeigt Auswege aus der Gewalt

ANLAUFSTELLE. Renée Mader, Leiterin des Salzburger Gewaltschutzzentrums, hilft seit 20 Jahren Frauen in schwierigen Situationen.

Die Statistiken sind erschreckend. Allein im ersten Halbjahr 2014 zählte der Verein im Bundesland Salzburg über 650 Fälle von gefährdeten Personen. Die Dunkelziffer ist hoch, denn häusliche Gewalt ist nach wie vor ein großes Tabuthema. „Wir haben seit Ende der 1990er-Jahre gesetzliche Rahmenbedingungen wie Wegweisung und Betretungsverbot, die Schutzmöglichkeiten für die Opfer bieten und ein klares Signal in Richtung Täter setzen“, erklärt Renée Mader, 55, studierte Juristin und Psychoanalytikerin sowie Sozialarbeiterin. „Trotzdem benötigen Frauen, die aus einer Gewaltbeziehung austreten, eine besondere Betreuung. Sie sind extrem verunsichert, und ihr Selbstwert ist durch die oft jahrelangen Machtspiele sehr niedrig.“

„HÄUSLICHE GEWALT KANN JEDE FRAU TREFFEN.“

WOMAN: Wann handelt es sich um eine Gewaltbeziehung?

MADER: Der Fall Julia S. zeigt den typischen Beginn und Verlauf der Gewaltspirale. Sie konnte nicht erkennen, dass sich ihr Lebensgefährte auf ihre Kosten gehen lässt und sie demütigt und benützt, um sich besser zu fühlen. Wenn ein Partner Macht und Kontrolle ausübt, um sich selbst zu stabilisieren, dann beginnt schon die psychische Gewalt. Das geschieht oft sehr subtil.

WOMAN: Was kann eine Frau tun, die sich betroffen fühlt?

MADER: Scham- oder Schuldgefühle überwinden und am besten gleich den Rat von Experten einholen. Ein



»Ein Blick von außen hilft oft, die negative Dynamik zu unterbrechen und dadurch Schlimmeres zu verhindern.«

RENÉE MADER, 55, GESCHÄFTSFÜHRERIN

Blick von außen hilft oft, die negative Dynamik zu unterbrechen und Schlimmeres zu verhindern.

Wenn man sich immer angespannt fühlt und merkt, dass man sein Leben nur mehr nach den Wünschen des Partners auszurichten beginnt, dann wäre eine Bestandsaufnahme sicher gut. Eine gesunde Beziehung sieht anders aus.

WOMAN: Welche Frauen kommen zu Ihnen, wer sind die Betroffenen?

MADER: Da darf man sich nicht täuschen. Wir betreuen Fälle quer durch alle Bildungs- und Einkommensschichten. Häusliche Gewalt kann jede Frau treffen. Ein Mediziner weiß zum Beispiel eher, wie er Gewalt ausüben kann, ohne sichtbare Spuren zu hinterlassen. Für Frauen mit höherem gesellschaftlichen Status ist es oft wegen des Gesichtsverlustes schwieriger, Hilfe von außen zu holen.

WOMAN: Wie kann man als Familienmitglied oder Freundin helfen?

MADER: Das soziale Umfeld sollte nicht be- oder verurteilen, aber klar Standpunkt beziehen. Sorgen unbedingt äußern und die Frau ermutigen, Schritte zum eigenen Schutz zu unternehmen. Gewalt hört nicht einfach auf! Es wird bei uns auch viel zu oft weggeschaut. Die Familie ist leider hinsichtlich Gewaltausübung für Frauen und Kinder einer der gefährlichsten Orte. Im schlimmsten Fall kann man auch anonym die Polizei anrufen.

HIER FINDEN SIE RASCH ANONYME HILFE:

GEWALTSCHUTZ-ZENTRUM IN STADT & LAND SALZBURG.

Expertinnen beraten kostenlos in Akutsituationen, aber auch schon bei erstem Unbehagen. Schutz des Opfers durch Sicherheitsplanung. Zusätzlich: Aktive Unterstützung bei der Umsetzung von rechtlichen Sicherheitsmaßnahmen.

**T: 0662-870 100
gewaltschutz-zentrum.eu**