

Zyklen Häuslicher Gewalt mit mehreren Phasen:

Phase 1:

Ihr Ehemann/Partner streitet mit Ihnen und beschimpft und bedroht Sie: die Anlässe sind mitunter nur Kleinigkeiten.

Vielleicht hatte er Stress bei der Arbeit. Vielleicht ist er mit irgendetwas unzufrieden?

Vielleicht sind Sie einfach nur anderer Meinung als er? Vielleicht sucht er gezielt den Streit und lässt seinen Unmut an Ihnen aus?

Die Angriffe werden zunehmend feindseliger, lauter und häufiger: er „schaukelt“ sich nach und nach hoch. Was machen Sie?

Sie versuchen die Stimmung Ihres Mannes/Partners zu erraten und wollen die Situation unter Kontrolle behalten.

Die Situation eskaliert und Ihr Ehemann/Partner wird gewalttätig.

Phase 2:

Vielleicht werden Sie geschlagen, beschimpft, gebissen, eingesperrt und gewürgt?

Vielleicht reißt er Ihnen Haare aus, verbrennt Ihre Haut mit der Zigarette, bedroht Sie mit einer Waffe oder vergewaltigt Sie?

Die Vielzahl männlicher Gewalttaten können an dieser Stelle gar nicht alle aufgeführt werden.

Sie haben panische Angst, sind verzweifelt, fühlen sich hoffnungslos. Sie haben Verletzungen und bräuchten ärztliche Behandlung.

Phase 3:

Nach einem solchen Ausbruch tritt in der Regel eine Phase der Reue und Ruhe ein.

Vielleicht bittet der Täter Sie um Verzeihung, wendet sich Ihnen liebevoll zu? Vielleicht

bringt er Ihnen Geschenke mit und verspricht, so etwas nie wieder zu tun? Vielleicht setzt er alles daran, Sie nicht zu verlieren: er „benutzt“ hierzu auch Ihre Kinder und Ihre Verwandten, um Sie zu überzeugen.

Sie selbst wissen nicht, was Sie denken und glauben sollen. Ihre Gefühle sind durcheinander: „Es gab doch auch gute Zeiten ... und die Kinder, was wird aus den Kindern ...?“

Sie sind seelisch völlig aufgewühlt und durcheinander.

Doch diese Phase endet und der Kreislauf beginnt von neuem!