

Dieser Text beinhaltet eine Aufforderung, Gewalt von Frauen persönlich, politisch und gesellschaftlich zur Kenntnis zu nehmen.

(Coping 1: Erkennen der Gewalt)

MENWIB

Häusliche Gewalt gegen Männer

<http://www.batteredmen.com/batpamph.htm>
Übersetzung: Talisman Männerbüro Trier e.V.



"NIEMALS HÄTTE ICH GEGLAUBT; DASS SIE MICH
MISCHANDELN WÜRDE!"

Informationen über häusliche Gewalt für Männer

TV Star Phil Hartman sprach nie über seine Probleme als Ehemann, außer als er ironisch erzählte er müsse die Wohnung verlassen, jedes Mal wenn seine Frau verrückt spielte. Jedem erzählte er die Ehe sei/wäre wunderschön - so wie viele Männer es tun. Später brachte sie ihn und sich um. Ihre Kinder sind nun Waisenkinder.

Hilfe für Männer
Ist sie gewalttätig?

Gewalt von Frauen
ist ein Verbrechen (Straftat)!

Wenn du in einer gewaltsamen Beziehung lebst, spürst du manche folgender Gefühle,

- Angst es jemandem zu erzählen
- depressiv oder gedemütigt
- Angst als Liebhaber gescheitert zu sein
- schuldig, sie verlassen zu haben oder Angst davor allein zurechtzukommen
- wütend, dass sie tun bzw. sagen konnte, was sie tat
- durcheinander, weil sie manchmal lieb und nett ist
- schuldig, sie verlassen zu haben
- frustriert und traurig, weil du versucht hast alles dagegen zu unternehmen
- Angst vor weiterer Gewaltanwendung, wenn du gehst
- Angst du könntest deine männliche Identität verlieren, wenn die Leute erfahren würden, was passiert ist
- besorgt wegen deiner finanziellen Sicherheit
- sie wollte dich glauben lassen, dass du es verdient hast

Es ist dein Recht
gewaltfrei zu leben und zu lieben

Weibliche Gewalt ist:

Jede Verhaltensform, die eine Frau zeigt, um dich zu kontrollieren und damit körperliche, sexuelle so wie psychologische Schäden verursacht bzw. dich in Angst leben lässt. Körperliche und sexuelle Gewalt sind die Gewaltformen, die ganz offensichtlich sind. Stoßen, beißen, mit der Faust schlagen und einsetzen von einer Waffe. Das sind alles Gewaltformen. Gewalt ist auch, dich zu einem sexuellen Akt zwingen. Drohungen sind auch eine Form von Gewalt.

Andere Formen von Gewalt beinhalten:

Unvorsichtiges fahren, deine Sachen zerstören, dich öffentlich lächerlich machen oder dich demütigen, lügen, dich glauben lassen, du seiest dumm oder verrückt, dein Geld kontrollieren, dich von deiner Familie oder Freunden isolieren wollen, deine Kinder oder Haustiere verletzen, dich erpressen, dich wie einen Diener behandeln, Mord- oder Selbstmorddrohungen, dir Drogen geben, dir das Gefühl einer nahe bevorstehenden Strafe zu geben.

Männer berichten oft, dass diese Gewaltformen die heimtückischsten Formen von Gewalt und Missbrauch sind, weil es schwierig ist diese zu erklären und weil sie meistens als "gewöhnliche Beziehungsprobleme" betrachtet werden.

Gib dir selber Anerkennung für alles,
was du unternommen hast

Es könnte hilfreich sein, einen Blick auf einige Lösungswege zu werfen, die du bis jetzt eingeschlagen hast

- du wurdest vorsichtig was, wann und wie du etwas sagst
- du hast versucht, mit ihr über ihren Stress, Drogenkonsum oder über ihre Laune zu sprechen
- du hast aufgegeben, das zu tun, was sie beunruhigen könnte
- du versuchst, dein Verhalten an dass, was sie sagt oder will anzupassen
- du versuchst, Vereinbarungen zu treffen oder Grenzen zu setzen

Männer! Ihr glaubt verantwortlich zu sein für die Gewalt eurer Partnerin

ABER Ihr seid nicht verantwortlich

Jede Form von Gewalt hat schädliche Folgen.

Dein Selbstwertglauben, deine Rechtsauffassung und dein Wahlrecht werden zerstört bei dem ständigen Missbrauch.

Du bist für ihre Gewalttaten nicht verantwortlich
Denke daran: du hast einen Anspruch darauf, in
Sicherheit zu leben

Es gibt verschiedene Auffassungen, die zu erklären versuchen, warum Frauen gewalttätig werden

- "Sie hatte eine traurige oder traumatische Kindheit"
- "sie trinkt oder nimmt Drogen"
- "sie hat Schwierigkeiten, ihre Gefühle zu zeigen"
- sie fühlt sich als Frau unterdrückt"
- "sie kann ihre Wut nicht unter Kontrolle halten"
- "etwas an Dir macht sie gewalttätig"

DAS SIND ALLES AUSREDEN!

Glaube und vertraue deinen Gefühlen

Vor kurzem konntest du nicht glauben, dass ihr Verhalten als gewalttätig bezeichnet werden könnte.

Wenn du dich unsicher fühlst und Angst hast bei ihrer Anwesenheit, dann stimmt etwas nicht. Du kannst es am besten beurteilen, wie sicher du sein kannst.

Du hast vielleicht keinem über die Gewaltanwendung erzählt.

Vielleicht hast du es Freunde erzählt, die jedoch deine Gefahr und dein Leid(Not) nicht verstanden haben.

Gestehe den Schmerz und das Leid, die der Missbrauch verursacht.

Wir alle erleben Stresssituationen, erfahren Traumata, Wut und Angst, aber eine gewalttätige Frau entscheidet sich gewalttätig zu sein und Kontrolle auszuüben, um ihren eigenen Weg zu gehen. Sie KANN ihre Gewalt unter Kontrolle haben aber sie entscheidet sich dafür, dich zu kontrollieren und zu missbrauchen. Ganz bewusst gebraucht sie die Gewalt, um deine Wahl zu handeln einzuschränken.

Du hast ein Recht auf Sicherheit
Gewalt ist unakzeptabel

Du kannst:

- Mit Freunden reden, denen du vertraust.
- du kannst Sicherheitsvorkehrungen treffen, z.B. einen sicheren Ort schaffen, den du aufsuchen kannst, wenn sie gewalttätig ist, deine Telefonnummer ändern und/oder die Türschlösser austauschen.
- Das Talisman Männerbüro Trier anrufen (Tel. 0651/99 18 90 36, email: info@maennerbuero-trier.de)
- Wenn möglich suche dir Zeugen, mache Photos und dokumentiere die Gewalthandlungen. (Wer, was, wann, wo, wie?)
- **Schütze die Kinder!** Frauen, die Gewalt gegen Männer anwenden, sind auch Kindern gegenüber gewalttätig. In dem Fall rufe die Nummer des örtlichen Kinderschutzbundes an!

Wann und wie können andere Männer Betroffene unterstützen:

- Das Recht für alle Männer auf ein sicheres Leben befürworten.
- Wenn sie von gewaltbetroffenen Männern informiert werden, über Frauengewalt innerhalb einer Partnerschaft.
- Wenn sie Zeuge eines Verhaltens sind, das sie als gewalttätig bezeichnen würden.
- Zuhören, glauben schenken und positive Maßnahme ergreifen, indem sie den betroffenen Mann fragen: "Wie kann ich dir helfen?" und " Was kannst du tun, um dich sicherer zu fühlen?"