

Jochen Peichl

# Destruktive Paarbeziehungen

Das Trauma intimer Gewalt



Leben Lernen  
KLETT-COTTA



## ZU DIESEM BUCH

Gewalt in Paarbeziehungen ist ein ebenso weit verbreitetes wie tabuisiertes Phänomen in unserer »zivilisierten« Gesellschaft. Einer großen Untersuchung nach hat jede vierte Frau schon einmal tätliche Übergriffe ihres Partners erfahren müssen. Und auch Männer haben offenbar reichlich unter häuslichen Aggressionen zu leiden; verbale und psychische Attacken überwiegen in diesem Fall die rein physische Gewalt.

Das Buch beschäftigt sich mit der Entstehung und mit den Auswirkungen destruktiver Beziehungsmuster. Es zeigt, wie aus selbst erlebter Gewalt oder Vernachlässigung mit dem zentralen Gefühl der eigenen Machtlosigkeit Übergriffshandlungen auf spätere nahe Bezugspersonen hervorgehen. PsychotherapeutInnen und psychologische BeraterInnen, die mit einzelnen Klienten oder mit Paaren arbeiten, sollten die Mechanismen intimer Gewalt kennen, um wirksam behandeln oder beraten zu können.

*Dr. med. Jochen Peichl* war Oberarzt der Klinik für Psychotherapie und Psychosomatik am Klinikum Nürnberg und ist derzeit in freier Praxis in Nürnberg tätig; Weiterbildung u. a. in Traumazentrierter Psychotherapie und Ego-State-Therapie; aktuelle Arbeitsschwerpunkte: Borderline-Störungen und trauma-assoziierte und dissoziative Störungen.

Jochen Peichl

# Destruktive Paarbeziehungen

Das Trauma intimer Gewalt

Klett-Cotta

Klett-Cotta

[www.klett-cotta.de](http://www.klett-cotta.de)

© 2013 by J. G. Cotta'sche Buchhandlung

Nachfolger GmbH, gegr. 1659, Stuttgart

Alle Rechte vorbehalten

Printausgabe: ISBN 978-3-608-89074-7

E-Book: ISBN 978-3-608-10389-2

PDF-E-Book: ISBN 978-3-608-20018-8

Das E-Book basiert auf der aktuellen Auflage der Printausgabe.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der  
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische  
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

# Inhalt

1.	Destruktive Paargewalt: Zwischen ohnmächtiger Wut und wütender Ohnmacht .....	9
2.	Gewalt in Paarbeziehungen .....	21
2.1	Zwei Arten von Gewalt .....	21
2.1.1	Situative Paargewalt .....	22
2.1.2	Patriarchale Gewalt .....	24
2.1.3	Weitere Formen von Gewalt in Paarbeziehungen ...	25
2.2	Was bedeuten Gewalt und Kontrolle? .....	28
2.3	Ist Gewalt immer »männlich«? .....	35
3.	Die Spirale der Gewalt .....	37
3.1	Lenore Walker: Das Syndrom der geschlagenen Frau .....	37
3.2	Kritik am »battered woman syndrome« .....	43
3.3	Gewaltdynamik in Paarbeziehungen: auf der Suche nach den pathologischen Mustern auf beiden Seiten .....	45
4.	Die Erweiterung der Gewaltspirale: geschlechtsspezifische Muster .....	48
4.1	Männer in der Gewaltspirale .....	49
4.2	Die Beeinflussung des Ablaufs der Gewaltspirale durch die Frau .....	55
5.	Der Mann als Gewalttäter: verschiedene Täterprofile ..	61
5.1	Die Untergruppen: deskriptive Dimensionen nach Holtzworth-Munroe und Stuart .....	62
5.2	Entwicklungsmodell der verschiedenen Untergruppen von männlichen Gewalttätern .....	67

5.3	Die Anwendung des Entwicklungs-Modells auf die vorgeschlagenen Untergruppen von Schlägern .....	74
5.3.1	Die Wechselwirkung von distalen und proximalen Faktoren .....	75
5.3.2	Die einzelnen Untergruppen der Schläger: mögliche Ursachen .....	77
5.3.3	Zu den Motiven männlicher Täter .....	83
6.	Die Frau als Gewalttäterin in der Intimbeziehung: Ein unvollständiges Mosaik .....	86
6.1	Patricia Pearson .....	88
6.2	Erin Pizzey .....	92
6.3	Frauengewalt, diesseits des familiären Terrorismus .....	98
7.	Unterscheiden sich die Aggressionen von Frauen und Männern? .....	103
7.1	Wütende Männer, wütende Frauen .....	103
7.2	Geschlechtsspezifische Muster der Kommunikation .....	108
7.3	Das »Frau-fordert – Mann-zieht-sich-zurück«-Muster .....	116
8.	Der Kreislauf von Liebe und Hass Teil 1: Vom Spannungsaufbau bis zum großen Knall ....	123
8.1	Die Spirale der Gewalt: eine psychodynamische Sicht .....	123
8.2	Die Spannungsaufbauphase: eine Beschreibung des Kampffeldes .....	125
8.3	»Du verstehst mich nicht«: Jeder hat eigene Aktien im Spiel .....	130
8.3.1	Das Selbstwertthema aus Sicht des Mannes .....	131
8.3.2	Weiblicher Narzissmus .....	141
8.3.3	Die Dynamik der Borderline-Struktur .....	146
8.4	Wie Gewalttätigkeit ausbricht: Beschreibung einer allgemeinen Dynamik .....	158

9.	Der Kreislauf von Liebe und Hass Teil 2: Von der Explosion über die Scham und Schuldsuche zur Liebe .....	165
9.1	Reue und Manipulationsphase .....	166
9.2	Die Liebe kehrt zurück: die Honeymoon-Phase .....	171
10.	Die destruktive Paarbindung: Warum ist sie so stabil? ..	176
10.1	Psychoanalytische Erklärungsmodelle .....	178
10.1.1	Probleme mit der Befreiung aus der weiblichen Opferrolle .....	178
10.1.2	Die Projektion männlicher Minderwertigkeit in die Frau als Opfer .....	183
10.2	Traumatische Bindung: Eine neurobiologische Perspektive des Problems .....	186
10.2.1	Die Theorie der Spiegelneurone .....	187
10.2.2	Psychobiologie des Traumas .....	189
10.2.3	Die Bindungstheorie .....	191
10.2.4	Die strukturelle Dissoziationstheorie .....	193
10.3	Frühe Traumaerfahrung als zäher Kitt in gewalttätigen Bindungen von Erwachsenen .....	197
11.	Stress und Partnerschaft oder »Romeo und Julia streiten« .....	201
11.1	Die Geschichte von Romeo und Julia .....	203
11.2	Eine psychodynamische Sicht .....	205
11.3	Die Reaktion des autonomen Nervensystems auf Bedrohung: eine neurobiologische Perspektive .....	208
11.3.1	Das Frühwarnsystem .....	209
11.3.2	Achtung Gefahr: fliehen oder kämpfen? .....	211
11.3.3	Gewalttätigkeit und Erstarrung .....	212
11.3.4	Bindung – Liebe – Honeymoon .....	215
	Dank .....	222
	Verwendete Abkürzungen .....	223
	Literatur .....	224

Edward: »Und was passiert,  
nachdem der Prinz die Prinzessin  
aus dem Turm gerettet hat?«

Vivian: »Die Prinzessin rettet  
daraufhin den Prinzen.«

*Julia Roberts und Richard Gere  
in »Pretty Woman«*

# 1. Destruktive Paargewalt: Zwischen ohnmächtiger Wut und wütender Ohnmacht

Unter der Überschrift: »Ein tagelanges Martyrium?, 36-Jähriger angeklagt, weil er seine Freundin gequält haben soll«, schreibt die Gerichtsreporterin Gudrun Bayer in den Nürnberger Nachrichten vom 26. Juni 2007: »Geschlagen, gefesselt, in der Wohnung eingesperrt und vergewaltigt soll ein 36-Jähriger seine zehn Jahre jüngere Freundin haben. Zum gestrigen Auftakt des mindestens zweitägigen Prozesses schwieg er.«

Typisch Mann, hätte ich früher gedacht, und die Beschreibung hätte mich sofort mit dem Opfer mitfühlen lassen; der Täter, der Mann, hätte bei mir nur Abscheu und wenig Lust auf psychologische Einfühlung mobilisiert. Das Ende des Artikels war dann wieder etwas verblüffend: auch vorher habe er sie schon geschlagen, sagt die 26-Jährige dem Richter, der dann fragt, warum sie die Beziehung zu dem Zeitpunkt nicht beendet habe. Antwort: »Ich habe ihn geliebt.«

Dass Gewalt von Männern und Vätern ausgeht, so hatte ich in meiner 68er-Sozialisation in der Auseinandersetzung mit den Kriegsvätern gelernt und in meinen Psychotherapieausbildungen in Veranstaltungen mit einer Überzahl von Frauen unwidersprochen akzeptiert. Männliche Gewalt prägte einseitig die Dynamik häuslicher Sozialisation – ich hatte den Prototyp des strengen Vaters, des strafenden Lehrers und auch des gewalttätigen, prügelnden Ehemanns in meinem männlichen Beziehungsrepertoire verinnerlicht. Die Frauen waren mehr oder weniger mütterlich, liebevoll und auch klug, aber niemals gewalttätig. Und wenn es zum Krieg kam, in diesem Nahbereich zwischen Tisch und Bett, dann stand die Diagnose von vornherein eindeutig fest: Die Männer waren die Täter und die Frauen die Opfer.

Je mehr durch die feministische Bewegung in den USA und Deutschland das Thema des sexuellen Missbrauchs von Kindern ent-

tabuisiert wurde, umso genauer wurde zwar unser Blick auf die traumatisierenden Männer innerhalb und außerhalb der Familie, aber im Nebenblick auch auf die Frauen, die entweder das Geschehen zuließen, nicht eingriffen oder aber selbst, in einem erheblichen Maße, an körperlicher Misshandlung von Kindern in Familien beteiligt waren. Ein weiterer wichtiger Punkt war, dass die gewohnte kausal-lineare Sichtweise, wie sie in der humanistischen Psychotherapieausbildung überwiegend als Denkschablone angeboten wurde, Schritt für Schritt durch eine eher zirkuläre, systemische Sicht in den 1980er-Jahren infrage gestellt wurde. Mit dieser Perspektive wurde es immer schwieriger, »den Täter« und »das Opfer« direkt und überzeugungssicher zu markieren, ohne sich den Kontext anzuschauen. Was mich selbst angeht, so nahm mir das Angebot von Hans-Joachim Lenz, in seinem Buch: »Männliche Opfererfahrungen«, einen Beitrag aus der Sicht des Psychoanalytikers zu schreiben und an einem geplanten Symposium 1997 teilzunehmen, einen letzten Rest an Orientierung. Ich war gezwungen, mich mit der Tatsache, dass Männer auch Opfer und Frauen auch Täterinnen waren, auseinanderzusetzen und auch damit, warum ich – wie viele andere um mich herum – dieses so lange einfach verleugnet hatten. Damals schrieb ich: »Die eigene therapeutische Arbeit in den Dienst weiblicher Gewaltopfer zu stellen, war für uns männergruppenerfahrene Männer sicher auch eine Möglichkeit, mit den eigenen gewalttätigen Fantasien fertig zu werden und uns so mit der guten mütterlichen Seite zu identifizieren. Wir waren Anwalt der Schwachen und somit unverdächtig« (2000, S. 309).

Bei intensiver Beschäftigung mit dem Thema fiel mir in den Folgejahren immer deutlicher auf, dass es ein Hellfeld<sup>1</sup> der in Polizeistatistiken, Verbrechensstudien und Krankenhaus- und Gerichtsakten gezählten Gewalttaten im Nahraum gab, die die Zahlen eindeutig erscheinen ließen und meine bisherige Annahme der männlichen Täterschaft bestätigte. Hellfelddaten spiegeln aber nur denjenigen Teil häuslicher Gewalt wider, der *staatlichen und nicht staatlichen Institutionen* (z. B. Bera-

---

<sup>1</sup> Das *Hellfeld* ist in der Polizeilichen Kriminalstatistik (PKS) die Gesamtheit aller, der Polizei in einem Jahr bekannt gewordenen und registrierten Straftaten, das *Dunkelfeld* ist die Differenz zwischen den amtlich registrierten Straftaten – dem sogenannten Hellfeld – und der vermutlich begangenen Kriminalität.

tungsstellen, Frauenhäuser) bekannt wird, Fälle, bei denen das Opfer den Schritt in die Öffentlichkeit gewagt hat oder wo die Folgen der Tat so verheerend waren, dass eine Verheimlichung nicht möglich war (schwere Verletzungen, Straftaten).

Daneben fanden sich aber die sogenannten *Familienkonfliktstudien*, die für die Zahlenerhebungen nicht die aktenkundigen Fälle, sondern repräsentative Statistiken und Populationsbefragungen mittels Fragebogen oder Interview heranzogen, und die ergaben ein abweichendes Bild. Abgesehen von den schweren und brutalen Gewalttaten mit hohem Verletzungs- und Mortalitätsrisiko in intimen Paarbeziehungen, die weiterhin männerdominiert blieben, gab es einen weiten Bereich »mittlerer Gewalt«, bei dem die meisten empirischen Untersuchungen insgesamt eine ungefähr gleich große Rate der Gewaltanwendung von Frauen und Männern in Lebensgemeinschaften und auch bei nicht zusammenlebenden Paaren ergaben. Dabei wurde unter anderem vermutet, dass die Dunkelziffer bei männlichen Opfern weiblicher Gewalt höher sein könnte als für den umgekehrten Fall, weil männliche Opfer häuslicher Gewalt weniger ernst genommen würden und deshalb die Hemmschwelle, sich als Opfer gegenüber Polizei und Hilfsdiensten zu »outen«, vergleichsweise hoch sei. Dieses bestätigt auch eine Untersuchung von Ute Gabriel und Kolleginnen, die Geschlechtsunterschiede bei der moralischen Beurteilung von häuslicher Gewalt bei Studierenden untersuchten (2007). Ein Ergebnis war, dass häusliche Gewalt, die von einer Frau ausging, milder beurteilt wurde, als wenn diese von einem Mann ausgeübt wurde. Die Autorinnen weisen darauf hin, dass sich die Frage nach dem Tätergeschlecht bei häuslicher Gewalt »nicht auf die Frage nach dem ›Wer verhält sich wie häufig und mit welchen Konsequenzen wem gegenüber aggressiv?‹ begrenzen lässt: Die Wahrnehmung und Interpretation sozialen Geschehens wird wesentlich von unseren ggf. stereotypen Erwartungen beeinflusst« (S. 50). Die Wahrnehmung aggressiven Verhaltens von Frauen in intimen Paarbeziehungen unterlag in den letzten Jahrzehnten diesem Blick und wurde entweder bagatellisiert oder aus einer männlichen Perspektive bewertet (siehe dazu Cizek et al. 2001, S. 271 ff.).

Je mehr man bereit ist, sich mit diesem Thema zu beschäftigen, und die von Frauen und Müttern zu verantwortende Gewalt ins eigene Blickfeld gerät und zu einer Stellungnahme herausfordert, umso mehr

bemerkt man die zum Teil erbitterte Auseinandersetzung in der wissenschaftlichen und öffentlichen Diskussion. Bei dem Streit geht es um die Bewertung von Gewalt in der Mann-Frau-Beziehung und ihre gesellschaftlichen Konsequenzen. Die häufig teils giftige und entwertend aufgeladene Stimmung bis in die jüngste Vergangenheit hinein ließ Unterschiede im wissenschaftlichen Diskurs zu Ideologiefragen verkommen, die dem Gegner, der Gegnerin wie ein nasses Handtuch um die Ohren gehauen wurde. Das Thema »Gewalt, die von Frauen ausgeübt wird« hatte eine erstaunliche Potenz, eine anwesende Gesprächsrunde zu spalten, nicht nur auf Tagungen, sondern auch im Freundeskreis.

Die meisten Kritikerinnen einer Geschlechtssymmetrie situativer Gewalt befürchteten, dass durch diese Diskussion das »eigentliche Problem, die patriarchale Gewalt von Männern gegen Frauen«, in dieser Gesellschaft relativiert werden könnte. Aber können wir nicht über das eine Tabuthema, die Ausübung von Macht durch Frau und Mann in intimen Paarbeziehungen, reden, ohne männliches Dominanzgebaren und Neigung zur grandiosen Selbstüberschätzung, dort, wo sie sichtbar und destruktiv wird, offen zu benennen? Diese beschriebene Galligkeit war noch in den Neunzigerjahren des letzten Jahrhunderts deutlich zu spüren, in den letzten Jahren scheinen mir die Empfindsamkeit auf beiden Seiten etwas relativiert und die Fronten abgerüstet.

Zuerst einmal ein Blick auf die Fakten zum Thema »Häusliche Gewalt«, die streng genommen bis heute gar keine ganz verlässlichen Fakten sind, denn in ihnen spiegeln sich nach wie vor die expliziten und impliziten Vorannahmen, Glaubensüberzeugungen und Herangehensweisen an das Thema wider.

### *Einige Fakten*

Das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) veröffentlichte 2005 eine Studie zur Lebenssituation, Sicherheit und Gesundheit von Frauen in Deutschland, die sich neben der allgemeinen Gewaltbelastung von Frauen in der Gesellschaft in einem großer Teil der repräsentativen Studie mit dem Gewalterleben in Partnerschaften beschäftigte. Aufgrund der erhobenen Zahlen wurde deutlich, dass die Einschätzung der Gewaltbelastung in Partnerschaften in Deutschland in den letzten Jahren als viel zu niedrig an-

gesetzt wurde. Nicht jede fünfte<sup>2</sup> bis siebte, sondern jede vierte Frau gab an, mindestens schon einmal von ihrem Partner körperlich angegriffen worden zu sein, ein Wert, der sich mit den vergleichbaren Studien in den USA deckt. Von diesen gewaltbelasteten Frauen gab eine Untergruppe von 30 Prozent an, dass sie diese Gewalt 10- bis 40-mal erlitten hatte – das sind ca. 8 % aller befragten Frauen. Zusätzlich gaben 7 % der Frauen an, Opfer sexueller Übergriffe durch ihren Partner geworden zu sein, 60 % sagten aus, durch die Gewalthandlungen ihres Partners verletzt worden zu sein: genannt wurden blaue Flecken und Prellungen (90 % der Fälle), offene Wunden (20 %), Kopfverletzungen (ca. 18 %), vaginale Verletzungen (10 %), Fehlgeburten (etwa 4 %) und innere Verletzungen (3 %). Am häufigsten wurden blaue Flecken und Prellungen in Kombination mit anderen Verletzungen genannt, und das in knapp 59 % der Fälle.

Für unser Thema interessant ist der Befund der Studie, dass dort, wo in einem höheren Maß psychische Gewalt, Dominanz und Kontrolle in Paarbeziehungen ausgeübt wird, die Wahrscheinlichkeit von körperlicher und sexueller Gewalt ebenfalls hoch ist, und dass andererseits in durch körperliche und sexuelle Gewalt belasteten Paarbeziehungen auch häufiger psychische Gewalt ausgeübt wird. Tendenziell fand sich eine höhere Gewaltbelastung im Leben von Frauen in der Bevölkerungsgruppe mit niedrigem Bildungsstand; danach hatten 45 % der gewalttätigen Partner keinen oder einen niedrigen Schulabschluss. Demgegenüber konnte kein signifikanter Zusammenhang zwischen dem Nettoeinkommen des gewalttätigen Partners und der Ausübung von Gewalt gegen die Partnerin festgestellt werden.

Des Weiteren wird im Begleitheft zur Ausstellung »Gegen Gewalt in Paarbeziehungen« des Landeskriminalamtes Niedersachsen<sup>3</sup> eine Evaluationsstudie des kriminologischen Forschungsinstituts Niedersachsen (KFN) vom April 2004 vorgestellt, für die die Daten der Polizei zu häuslicher Gewalt aus dem polizeilichen Hellfeld ausgewertet wurden, also hinsichtlich der Fälle von intimer Gewalt, die der Polizei zur

---

<sup>2</sup> Die Zahlen stammen aus der Zusammenfassung der Studienergebnisse in »Gegen Gewalt in Paarbeziehungen«, Ausstellung des Landeskriminalamtes Niedersachsen, April 2007.

<http://www.polizei.niedersachsen.de/dst/lka/praevention/gewalt/zwischeneseite.htm>

<sup>3</sup> Siehe <http://www.lka.niedersachsen.de/praevention/infomaterial/Begleitheft.pdf>

Kenntnis gelangt waren. Danach waren 90 % aller Opfer weiblich<sup>4</sup>, über 97 % der weiblichen Geschädigten wurden Opfer eines männlichen Täters. Bei den männlichen Opfern waren 50 % der TäterInnen Männer und 50 % Frauen (ebenda wie Fußnote 3, S. 122).

Nachdem in den letzten Jahren deutlich wurde, wie wenige Aussagen zur Gewaltbelastung von Männern vorlagen, gab das BMFSFJ die Pilotstudie »Gewalt gegen Männer in Deutschland« in Auftrag, die von Ludger Jungnitz, Hans-Joachim Lenz und anderen durchgeführt wurde (2002 – 2004)<sup>5</sup>.

Einschränkend muss gesagt werden, dass die in der quantitativen Untersuchung befragten Männer zwar repräsentativ ausgewählt wurden, die Ergebnisse aber wegen der geringen Fallzahl keine tragfähige Verallgemeinerung auf die Grundgesamtheit aller Männer in Deutschland zulassen.

Interessant fand ich den Befund, dass im Hellfeld der polizeilichen Kriminalstatistik die Gewaltbelastung von Männern über Jahre hin konstant drei Mal höher liegt als die von Frauen (S. 256); dabei werden 90 % aller körperlichen Gewalttaten, die Männer erleben, in der Öffentlichkeit und im Freizeitbereich durch meist männliche Unbekannte, Nachbarn, Bekannte und Freunde verübt.

Zum Bereich »Lebensgemeinschaften« heißt es:

- Jedem vierten der befragten rund 200 Männer widerfuhr einmal oder mehrmals mindestens ein Akt körperlicher Gewalt durch die aktuelle oder letzte Partnerin, wobei hier auch leichtere Akte enthalten sind, bei denen nicht eindeutig von Gewalt zu sprechen ist.
- Jeder sechste der antwortenden Männer (36 von 196) gab an, einmal oder mehrfach von seiner aktuellen bzw. letzten Partnerin wütend weggeschubst worden zu sein.
- Die folgenden Handlungen wurden jeweils von fünf bis zehn Prozent der Männer benannt: Sie wurden von ihrer Partnerin »leicht geohrfeigt« (18 von 196), »gebissen oder gekratzt, sodass es wehtat« (13 von 196), »schmerzhaft getreten, gestoßen oder hart angefasst«

---

<sup>4</sup> Siehe: Nds. Ministerium für Soziales, Frauen, Familie und Gesundheit (2004): Mit BISS gegen häusliche Gewalt, S. 125

<sup>5</sup> <http://www.bmfsfj.de/Kategorien/Forschungsnetz/forschungsberichte,did=20558.html>