

Zoff daheim in Zeiten von Corona

Zuhause bleiben. Das ist zu Corona-Zeiten eine wesentliche Säule der mitmenschlichen Solidarität. Wenn Familien jedoch ständig eng in wenigen Räumen zusammen sind, kann der Stresspegel steigen – und damit die Gefahr Häuslicher Gewalt.

Die aktuelle häusliche Isolation aufgrund des Corona Virus und gestiegene Stressfaktoren wie finanzielle Sorgen, die damit in Verbindung stehen können, begünstigen Streit und Auseinandersetzungen in Familien und können zu Gewalt-Eskalationen führen, befürchtet daher die Gleichstellungsbeauftragte des Werra-Meißner-Kreises, Thekla Rotermund-Capar.

In allen Partnerschaften gibt es Auseinandersetzungen. Das ist okay, solange es fair bleibt. In manchen Familien wird aus Streit schnell Gewalt. Das kommt in allen sozialen Schichten vor, unabhängig vom Einkommen der Eltern, ihrem Beruf oder ihrer Religion.

Kinder bekommen Spannungen, Streit und Gewalt zwischen den Eltern immer mit. Auch, wenn sie den Streit oder die Gewaltauseinandersetzung nicht direkt erleben und sich in einem anderen Raum oder außerhalb der Wohnung/des Hauses aufhalten. Altersentsprechend beziehen sie die Taten auf sich oder fühlen sich diffus dafür verantwortlich. Das sind sie aber nicht; verantwortlich sind immer die Eltern.

Kinder brauchen gerade jetzt eine Umgebung, in der sie sich sicher und geborgen fühlen.

Anja Axt von der Frauenberatungsstelle und Manuela Kleinwächter vom Frauenhaus des Vereins Frauen für Frauen – Frauen für Kinder informieren darüber, was Eltern in dieser angespannten Situation tun können, um nicht in Streit oder Gewalt-Eskalationen zu geraten und den Bedürfnissen ihrer Kinder gerecht zu werden. Sie schlagen vor, sich nicht vorrangig mit der angespannten Situation zu beschäftigen, sondern mit den Kindern zu basteln, zu spielen, zu kochen oder sich an der frischen Luft, in der Natur oder im Garten oder mit Hilfe von Fitness-Videos zu bewegen. Bevorzugt auch einzeln, damit der jeweils andere Elternteil mal Raum und Zeit für sich hat. Soziale Kontakte sind für alle wichtig und sollten per Telefon oder Videochat auch weiterhin praktiziert werden.

Eigene Bedürfnisse sollten klar formuliert werden: Wie geht es mir mit der Situation? Was brauche ich? Was brauchst Du? Wie können Kompromissen im beiderseitigen Einvernehmen aussehen? Wenn möglich nur in Ich-Form sprechen, erklären beide Beraterinnen.

Ralf Ruhl von der AWO-Männerberatung vermutet, dass besonders für Männer, die aktuell nicht zur Arbeit gehen, eine wesentliche Säule ihres Alltags und ihrer Identität wegfällt. Außerdem fehlen tägliche Bestätigungen und der Kontakt zu den Kollegen und Kunden. Aufgrund der häuslichen Isolation können Männer nicht mehr zum Sport, Vereine oder in Fitnessstudios aufsuchen. Die ständige räumliche Nähe zur Partnerin und möglicherweise gelangweilten und unterforderten Kindern stressen und nagen an der eigenen Impulskontrolle.

Der Männerberater Ralf Ruhl hält es bei Zuspitzung der angespannten Situation ebenfalls für sinnvoll, wenn ein Partner die Wohnung/das Haus verlässt, Abstand aufbaut, sich draußen frei bewegt, durchatmet und seine Emotionen wieder beruhigt. Um den richtigen Moment zu wahrzunehmen, schlägt er vor, dass sich Männer selbst gut beobachten. Wenn sie spüren, dass der Wutpegel steigt und sie sich ständig unter Druck fühlen, ist die Zeit reif für eine Bewegungseinheit wie Gehen, Joggen oder Gartenarbeit.

Bevor die Situation eskaliert, sollten Frauen wie Männer Freund*innen kontaktieren oder sich an die nachfolgenden Beratungseinrichtungen mit der Bitte um eine telefonische Beratung wenden.

Mit diesem eigenverantwortlichen Verhalten können Gewalt-Eskalationen in einer Zeit verhindert werden, in der wir alle aufgefordert sind uns einander liebevoll zuzuwenden und fürsorglich und achtsam miteinander umzugehen. Besonders zum Wohl der Kinder.

Telefonische Beratung und Unterstützung erhalten betroffene Frauen rund um die Uhr unter der Nummer des bundesweiten Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ Tel. 08000-116 016 oder dem Elterntelefon Tel. 0800 111 0550 und im Werra-Meißner-Kreis bei den folgenden Beratungseinrichtungen:

Frauenberatungsstelle des Vereins Frauen für Frauen – Frauen für Kinder, Tel. 05651 7843 oder beim Gleichstellungsbüro des Werra-Meißner-Kreises Tel. 05651 302-10701 und im Notfall im Frauenhaus Tel. 05651 32665.

Männer können sich an den Männerberater der AWO-Beratungsstelle für Schwangerschaft, Familie und Sexualität unter der Tel. Nr. 01515 8805203 wenden.

Der Sozialpsychiatrische Dienst des Gesundheitsamtes berät Frauen unter der Tel. Nr. 05651 302-25321 und Männer unter Tel. Nr. 05651 302-55321.

Kinder, die familiär in Not geraten, können sich jederzeit an die „Nummer gegen Kummer“ Tel. 116 111 wenden.

Sollte die Partnergewalt eskalieren hilft im Notfall die Polizei unter 110 oder den örtlichen Polizeidienststellen.