

## Gewalt – was geht's *mich* an?

(von Christian Makus)

(Dieser Artikel wurde im Rundbrief der HVHS Hermannsburg im August 2001 abgedruckt.)

*"Mann bedroht Freundin mit Messer", "Mobbing - Terror am Arbeitsplatz", "Leichenschänder muss zwei Jahre ins Gefängnis", "Kein Passivrauchen am Arbeitsplatz!", "Prügelei nach Streit mit Hund", "Gaza mit Raketen beschossen", "Seniorin beraubt", "Racheakt mit Folgen: Streit zwischen Jugendlichen zweier Berger Schulen eskaliert".* – Berichte über Gewalt und gewalthaltige Konflikte aus nah und fern, Schlagzeilen, die in einer Mai-Ausgabe der Celleschen Zeitung alle auf *einer* Seite zu finden waren. Wir leben mit dieser Gewalt, die uns täglich durch die Medien nahe gebracht wird. Doch die meisten dieser Meldungen *gehen* uns nicht nahe. Wir lesen sie distanziert, mit abgedämpftem Emotionspegel. Es tut nicht so sehr weh, wenn irgendwelchen anonymen Anderen weh getan wird. Wir wollen uns nur in Maßen erschüttern lassen. Die Meldungen sollen unseren Alltag nicht durcheinander bringen.

Irgendwie verständlich – vor lauter Schrecken, Ohnmachtsgefühlen und Wut wäre dem Dünnhäutigen vielleicht wirklich ein normales Alltagsleben gar nicht mehr möglich. Doch kann es nicht sein, dass uns inzwischen die inneren "Immunwände" zu dick geworden sind? Dass wir den Gewaltphänomenen gegenüber zu gleichgültig, auch zu hilflos leben? Dass wir die Sorge um die in unserer Gesellschaft immer wieder zutage tretende Gewaltakzeptanz, welche die Grundlagen der demokratischen Kultur untergräbt, an Experten abgeben, anstatt sie zu unserem ureigenen Thema zu machen und couragiert einzugreifen? Courage (lat. cor = das Herz) setzt voraus, sich innerlich berühren zu lassen, um dann beherzt handeln zu können.

**"Willst du die anderen verstehen, schau in dein eigenes Herz, willst du dich selbst begreifen, sieh, wie es die anderen treiben."** (Friedrich Schiller)

Gewalt ist viel näher an uns dran, ja in uns drin, als wir wollen. Eine Zeitungsmeldung ermöglicht innere Distanzierung: "Wie kann man nur!" – "Unmenschen!" etc. Aber in solche Konflikte, die zu unterschwelligem oder gar zu ganz manifesten Gewalthandlungen hinüberführen, sind wir immer wieder selbst verstrickt – und merken es vielleicht noch nicht einmal ("Ich weiß gar nicht, was der hat. Der soll sich mal nicht so empfindlich anstellen.").

Ich möchte von einer eigenen Erfahrung berichten. Seit dreißig Jahren spiele ich Handball, ich gelte als eher besonnener Spieler, alles andere als ein Hitzkopf, und ich freue mich auch darüber, dass ich nicht besonders oft eine gelbe Karte gezeigt bekomme. In der vergangenen Saison geschah es nun in einer ziemlich heftig aufgeschaukelten, überaus hektischen Phase eines Punktspiels, dass ich als Verteidiger nach einem Zusammenstoß mit einem ballführenden Angreifer von dem als "Nutte!" titulierte wurde. Ich muss ziemlich perplex geschaut haben, jedenfalls ist er näher an mich herantreten und hat dann gleich noch einmal, ohne dass der Schiedsrichter es hören konnte (oder wollte), mit leiser, aber aggressiver Stimme "Ja, *du!* Nutte! Nutte! Nutte!" gezischt. Eine ähnliche Art von Beschimpfung war mir noch nie passiert, und ich merkte, wie ein tiefer Zorn in mir aufstieg. Aus distanzierter Sicht hätte man über diese primitive und recht fachfremde Zuschreibung einfach nur lachen können. Ich aber bemerkte in mir eine Art von Wut über diesen 20 Jahre jüngeren "respektlosen Schnösel", wie ich sie bis dahin selten an mir wahrgenommen hatte. Ich fühlte mich gedemütigt und verspürte sofort den Impuls, es ihm heimzuzahlen. Der Versuch, mich durch Selbstinstruktionen wieder zu beruhigen, blieb im Kopf, kam nicht "im Bauch" an. Auswechseln wollte ich mich auch nicht, das wäre doch, so fühlte ich in dieser Situation, die endgültige Ohnmacht gewesen. Ich wollte die Beleidigung nicht

einfach schlucken und damit als „loser“ von der Platte gehen. Gedanken schossen mir durch den Kopf: Wenn der wieder bei mir aufkreuzt, bekommt er beim nächsten Zweikampf dermaßen einen mit, dass er es noch sehr lange spüren wird. Ich glaube, ich hätte es in dieser Situation sogar mit allem Vorsatz gemacht, ich "hätte mich vergessen" – erstmals in meiner Sportlerkarriere absichtlich geschlagen! Ein Segen, dass er dann für den Rest des Spiels nicht mehr bei mir auftauchte. So lief mein Vergeltungsbedürfnis glücklicherweise ins Leere. Selbst Monate später vor dem Rückspiel war das Ärgergefühl noch nicht völlig weg, und ich war mir nicht zu 100% sicher, ob der Zorn über die damalige Beleidigung nicht wieder aufflackern würde.

An diesem Beispiel lässt sich Etliches aufzeigen:

- Es hat keinen Zweck, sich selbst zu idealisieren. Jeder hat eigene Gewaltanteile, trägt diese Schatten in sich. Die Decke der Zivilisation, der erlernten Friedensfähigkeit, ist dünn. Darunter liegen archaische Verhaltensweisen bereit, die im Zweifelsfall nach Kontrollverlust sofort abrufbar sind. Der "Steinzeitmensch" in mir lebt, er ist sehr stark, stärker als ich vorher gedacht hatte.
- Vielleicht macht überhaupt die Stärke des Gefühls, gespeist aus ungehindert flottierender Wut, gepfeffert mit Vergeltungsfantasien, einen wesentlichen unbewussten Reiz der Gewalt aus, zumal der gegenwärtige Moment dabei fast rauschartig intensiv erlebt wird. Im Affekt „vergessen wir uns“- und die Gewaltausübung bereitet womöglich sogar Lust.
- Ein Wesensmerkmal der Gewalt ist die ihr innewohnende Eskalationsdynamik. Ist die Situation erst einmal heiß gefahren, neigt man dazu, sich zu verhärten, die Wahrnehmungsfiler werden enger gestellt, ein "Röhrenblick" lässt keine Zwischentöne mehr zu, die Empathie geht ganz verloren. Sich selbst bewertet man dann immer als Opfer, den Gegner als Verursacher von Angriffen. Der eigene nächste Schritt der Eskalation ist dann scheinbar nur ein "Sich-wehren", denn das kann man "nicht auf sitzen lassen", man will nicht "sein Gesicht verlieren", man will nicht der „loser“ sein. Eine gefährliche Logik!

Über die eigene Anfälligkeit mehr zu erfahren, sich die eigenen Gewaltpotentiale bewusst zu machen, ist ein spannender Weg, bei dem eigentlich alle nur gewinnen können. Und es ist wohl eine wesentliche Voraussetzung, wenn man sich ernsthaft gegen Gewalt engagieren will.

### **Gewalt verletzt, schädigt und zerstört**

Doch was ist überhaupt Gewalt? In den Trainings zum Umgang mit Gewalt wird an dieser Stelle häufig eine Übung eingesetzt, bei der die Teilnehmer allerlei Kärtchen, auf denen bestimmte Situationen benannt werden, ausgehändigt bekommen. Diese sollen sie auf einer Linie zwischen den Polen "Gewalt" und "Keine Gewalt" entsprechend ihres Grades an Gewalthaltigkeit einsortieren – nach Möglichkeit einvernehmlich. Hier einige Beispiele: *"Witze über Ausländer", "Ein Vater, der selten zu Hause ist", "Eine Inline-Fahrerin mit 20 km/h auf dem Gehweg", "Ein Porschefahrer mit 215 km/h auf der freien Autobahn", "Eine Mutter, die ihr Kind vor einem LKW von der Straße reißt und ihm dabei sehr weh tut", "Ein Mann, der seine Frau überreden möchte, mit ihm zu schlafen, obwohl sie schon 'Nein' gesagt hat", "Straßenblockade eines Castor-Transports", "Im Großraumbüro einer Speditionsfirma rauchen etliche Kollegen", "Eine Mutter, die ihrem Kind wegen schlechten Benehmens einen Klapps gibt", "Ein Schüler, der petzt", "Stauffenberg, weil er Hitler töten wollte". Viele weitere Beispiele mitten aus dem Leben könnten folgen. Versuchen Sie es doch einmal, - zu zweit, zu dritt - die genannten Situationen auf dem Kontinuum "Gewalt - keine Gewalt" einzuordnen. Vermutlich werden Sie sich dabei zunächst nicht einigen können.*

Die Kriterien, mit denen wir bestimmen, was Gewalt ist, sind im Alltagsgebrauch ungenau. Das heißt: Bereits über das, was als Gewalt gelten soll, gehen die Ansichten auseinander. Wenn wir aber an einem gesellschaftlichen Klima der Ächtung von Gewalt und an der Verringerung von Alltagsgewalt mitarbeiten wollen, brauchen wir die Verständigung und ein Einvernehmen darüber, was gelten soll und was nicht. *"Gewalt muss als Gewalt erst einmal erkannt werden, um deeskaliert werden zu können."* (1)

Die formale Eingrenzung auf direkte physische Gewalt (schlagen, kneifen, körperliche Gewalt antun etc.) ist offensichtlich untauglich. In dem Trainingshandbuch "Gewalt löst keine Probleme" heißt es zum zentralen Bestimmungsmerkmal kurz und knapp: *"Gewalt tut weh. Gewalt verletzt und zerstört. Gewalt liegt immer dann vor, wenn Menschen gezielt oder fahrlässig physisch (körperlich) oder psychisch (seelisch) geschädigt werden."* (2) Letztlich bestimmt es sich also von der Wirkung her, von dem, was im Opfer vorgeht, was Gewalt ist, egal, ob die Täter oder Zuschauer das überhaupt bemerken. Es gibt viele Formen sichtbarer und subtiler psychischer Gewalt. Dazu können gehören: Ironie, kränkende Bemerkungen, jemanden beschämen, auslachen und sprachlos machen, Bloßstellen, Ignorieren, Übergehen; kränkende Formen des "Anbaggerns", des sexuell interessierten Taxierens, der Verletzung der Intimsphäre; Angriffe auf die persönliche, geschlechtliche, ethnische, religiöse Integrität etc. *"Gewalt ist immer an Macht geknüpft. Dazu gehört auch der Bereich der strukturellen Gewalt, also Ordnungssysteme und ökonomische Prinzipien (z.B. ungerechte Gesetze, Armut), die materielle, soziale und ideelle menschliche Entwicklungen beeinträchtigen oder verhindern."* Gewalt kann also auch in gesellschaftliche Verhältnisse hinein "geronnen" sein, sofern die Beeinträchtigungen eigentlich nicht nötig wären.

### **"Zuwenig Hilfe ist Diebstahl, zuviel ist Mord!" (Ruth Cohn)**

Mit diesen drastischen Worten will die bekannte Psychologin (TZI) darauf hinweisen, dass sogar etwas, was als freundliche Unterstützung gemeint sein mag, Gewaltwirkungen ausüben kann, sofern sie den anderen in der Entwicklung seiner Eigenimpulse schwächt und unnötig abhängig macht: knebelnde Hilfe, fesselnde Liebe, zerstörende Fürsorge. Ob uns in der Erziehung unserer Kinder oder Enkel immer bewusst ist, wann wir sie überbehüten, unterfordern, zu wenig herausfordern und somit in ihnen womöglich Gewaltpotentiale heranziehen?

*"Der Wille zu zerstören muss entstehen, wenn der Wille, etwas zu schaffen, nicht befriedigt werden kann,"* schreibt Erich Fromm. Dieser Satz trifft ebenso auf vernachlässigte Kinder zu. Als unser einjähriger Sohn Jan im Frühjahr aufgrund einer Lungenentzündung eine Woche im Krankenhaus bleiben musste, war im selben Zimmer ein dreijähriger Junge, der ganz offensichtlich daran gewöhnt war, ständig seinen eigenen (!) Kassettenrekorder laufen zu lassen oder fern zu sehen. Ohne Rekorder konnte er nicht sein. Er war geradezu süchtig danach, dieses Ding immer laufen zu haben. Sonst hatte er nichts: Keine Buntstifte, keinen Malblock, kein Buch, kaum Besuch. Er konnte schlecht sprechen und konnte sich, wenn meine Frau, die in dieser Zeit ebenfalls in diesem Zimmer wohnte, ihm eine Geschichte vorlas, keine dreißig Sekunden lang konzentrieren. Meine Frau kaufte ihm Buntstifte, die er dann wie einen Schatz bei sich trug. Als er entlassen wurde, weinte er bitterlich, weil er dableiben wollte! Was wird einmal aus einem diesem kleinen Kind werden, dem die Erfüllung der elementarsten Bedürfnisse nach Zuwendung und eigener Tätigkeit vorenthalten und ausgetrieben wurden? Man muss es beim Namen nennen: Hier geschieht massive Gewalt.

## **"Wer sein Kind liebt, der ... "**

... beschützt es? ... ermutigt es? ... konfrontiert es mit Regeln und Grenzen? Alles von zentraler Wichtigkeit. Im Original lautet der Satz allerdings anders (Sprüche 13,24).

Im vergangenen Jahr wurde das *Gesetz zu gewaltfreier Erziehung* im Parlament verabschiedet. Gewaltanwendung in der Erziehung ist jetzt gesetzlich ausdrücklich verboten.

Aber ist damit denn auch schon der Klapps auf den Po gemeint?

Ich möchte hier nicht als Ankläger auftreten. Ich kenne Situationen, in denen ich selbst einem meiner Kinder auf den Po gehauen habe oder ihnen insgesamt damit gedroht habe. Es waren Situationen, in denen ich mir nicht mehr anders zu helfen wusste, weil die Kinder „durchgeknallt“ waren und ich erschöpft war und endlich meine Ruhe haben wollte oder gerade „unbedingt“ etwas anderes tun wollte oder musste. Frust und Stress – und dann „diese Gören“, die stören und schreien und schimpfen und bocken und etwas kaputt machen – so zumindest meine Sicht der Dinge in einer solchen verfahrenen Lage! Die Resignation vor dem Anspruch, die eigenen Kinder ohne Gewalt zu erziehen, geschieht in der Regel in Stress-Situationen, in denen die Geduld, die Gelassenheit, der Humor und die Kreativität, die alle für eine gewaltüberwindende Lösung dieser Konfliktspannung hilfreich sind, schon verloren gegangen sind.

Alles halb so schlimm, wenn wenigstens die Grundlage da ist, nämlich Liebe und Vertrauen?

Schließlich haben „uns“ die Schläge auch nicht geschadet – so hört man es manchmal.

Tatsächlich scheint die energische Beendigung des „Theaters“ durch eine rüde Drohung oder durch physische Gewalt Wunder zu wirken. Die Kinder scheinen brav wie die Lämmer zu sein – alles wieder in Ordnung? - Woher wollen wir eigentlich wissen, ob nicht das Vertrauen des Kindes (und damit die eigene echte Autorität) einen kleinen Knacks abbekommen hat? Woher weiß ich, ob das Kind sich nicht mir gegenüber ein wenig mehr verschließt als bisher?

Manchmal ist die Alltagssprache verräterisch: Was ist es wohl, das ein Kind „verstockt“ und „verschlagen“ macht? Die Mühe, die es hinterher kostet, das Vertrauen des Kindes nach der Gewalt zurück zu gewinnen, alles „*wieder gut zu machen*“, verlangt wesentlich mehr Kraft und Nerven als die scheinbare Bereinigung durch ein „Gewitter“. (3)

Die gewaltfreie Lösung von Konflikten zu Hause mit den Kindern ist bisweilen unendlich mühsam. Doch es gibt einen ganz wesentlichen Grund, weshalb wir versuchen sollten, uns dieser Mühe unbedingt zu unterziehen: Nichts lernt man so gründlich und effektiv wie das Modell, das die Eltern vorleben. Die Gewalt, der Klapps, die Ohrfeige, der gezielte Entzug von Liebesbezeugungen, die Drohungen, all das, was die Kinder eigentlich „artig“ machen soll, erhöht die Wahrscheinlichkeit, dass sie später selbst zu gewaltförmigen Mustern der Auseinandersetzung greifen werden, sei es in der Schule, in der Ehe, in der Erziehung etc.

## **Die meisten Untaten begehen wir untätig**

Ein anderer Gesichtspunkt der Gewaltdiskussion ist die Rolle, die wir als Beistehende, als Zuschauer, Passanten und Zeugen, als „Rädchen im Getriebe“ einnehmen. Wegschauen ist beschämend, und doch passiert es immer wieder, gezeugt aus Angst, Unsicherheit, einem „Nichtzuständigkeitsdenken“, vielleicht auch dem Gefühl der Peinlichkeit. Überlegen Sie selbst, was Sie in der folgenden Situation tun würden: Ein Auto hält, zwei Männer steigen aus und versuchen offenbar, eine Frau, die auf dem Bürgersteig steht, ins Auto zu zerren. Sie fahren gerade mit dem Fahrrad am Auto vorbei, andere Leute befinden sich nicht in der direkten Nähe.

Wenn Sie sich unsicher sind, geht es Ihnen wie den meisten Leuten. Und es zeigt, wie wichtig es wäre, Trainingsseminare zu besuchen, bei denen es um gewaltdeeskalierende Interventionen in kritischen Situationen geht.

Doch auch im normalen Alltag sind wir gefordert. Immer wieder treffen wir z.B. auf Denkfiguren, durch die in der Konsequenz Gewalt legitimiert oder verharmlost wird. Dazu gehört die gedankliche Konstruktion der angeblichen Minder- bzw. Höherwertigkeit von Menschengruppen. Wie reagieren Sie, wenn in einer Gruppe oder in einer öffentlichen Situation jemand rassistische Äußerungen macht? Wovon hängt es ab, ob Sie sich zu widersprechen trauen?

Noch stärker im Alltag verankert sind verdeckte, undurchschaute Rassismen. Was bedeutet es beispielsweise, wenn man „mauschelt“? Ursprünglich war damit nicht etwa gemeint, dass im Geheimen etwas Hinterhältiges ausgetüfelt wird, sondern dass in der Sprache derer, die zu Moses gehören (= jiddisch), gesprochen wird.<sup>(4)</sup> Die Umdeutung beinhaltet also antisemitische Wertungen in dem Sinne, dass jiddisch sprechende Menschen betrügen würden. Und wieso kommt uns eine „getürkte“ Rechnung so „spanisch“ vor?

Ich halte nichts von einer als Moralkeule geschwungenen „politisch korrekten“ Sprachzensur, andererseits zeigen die Beispiele, wie wichtig nicht zuletzt ein sensibler Sprachgebrauch ist, wenn wir uns nicht verletzend, sondern verbindend verständigen wollen.

## **Gesicht zeigen gegen Gewalt und Rassismus**

Die Zeit ist reif, der Gewalt in der zwischenmenschlichen Kommunikation ebenso wie auf gesellschaftspolitischer Ebene zu widerstehen, ihr etwas entgegen zu setzen. Der Vorsitzende des Rates der EKD, Manfred Kock, schreibt dazu in einem Geleitwort zum Buch "Gewalt überwinden" (das von Bischöfin Käßmann herausgegeben wurde): *"Es muss sich etwas in unseren Köpfen verändern. Wir brauchen eine Kultur des Friedens und der Gewaltfreiheit. Wir müssen lernen, auf jede Form von Gewalt zur Lösung von Konflikten zu verzichten. Das müssen wir einüben, zuhause im Wohnzimmer, auf dem Schulhof, in Stadt und Land."* (5)

Handlungsbetonte Trainingsseminare zur Gewaltprävention, zur Deeskalation von Bedrohungssituationen, zur gewaltüberwindenden Konfliktbearbeitung, zum Erlernen von mehr Zivilcourage, zur Argumentation gegen gewaltlegitimierende Stammtischparolen etc. beginnen zur Zeit eine gewisse Breitenwirkung zu entfalten. Ich wünsche mir, dass immer mehr Menschen auf diese spannende Reise der Selbsterfahrung gehen, indem sie z.B. solche Trainings besuchen, und sich dabei intensiv mit Gewalt und Rassismus auseinandersetzen, den eigenen Standpunkt in Frage stellen, neu finden oder weiter entwickeln und lernen, wie sie Zivilcourage und den verantwortlichen Umgang mit Gewalt in ihrem ganz persönlichen Leben durchbuchstabieren können.

---

Anmerkungen:

(1) Zitat aus: Villigster Trainingshandbuch zur Deeskalation von Gewalt und Rassismus (Kontakt: Amt für Jugendarbeit der EkvW, Haus Villigst, 58239 Schwerte, Tel.: 02304/755190, [www.sos-rassismus-nrw.de](http://www.sos-rassismus-nrw.de)), S. 7.

(2) Ebd. S.40.

(3) Vgl. ebd. S. 35f.

(4) Vgl. Lexikon für die Anti-Rassismus-Arbeit, c/o Amt für Jugendarbeit der EkvW, S. 39.

(5) Margot Käßmann: Gewalt überwinden: eine Dekade des Ökumenischen Rates der Kirchen.

\*\*\*\*\*