

MÄNNER CONTRA GEWALT

Verein für Männer contra Gewalt e.V.
Friedrich-Stein-Str. 28
97421 Schweinfurt

Tel. 0700/60 60 60 11
e-mail: info@maenner-contra-gewalt.de
www.maenner-contra-gewalt.de

Kto. Nr. 618 Flessabank Schweinfurt
(BLZ 79330111)

Konzept Anti-Gewalt-Training

GEWALTFREI REDEN

GEWALTFREI HANDELN

TRAINING FÜR MÄNNER

1. Organisation des Anti-Gewalt-Trainings

1.1 Träger des Anti-Gewalt-Trainings

Das Anti-Gewalt-Training wird organisiert und verantwortet vom Verein für Männer contra Gewalt e.V. Das Angebot versteht sich als ein integrativer Bestandteil des Schweinfurter Interventionsprojekts gegen Männergewalt in der Familie.

1.2 Zielgruppe

Das Trainingsprogramm richtet sich schwerpunktmäßig an Männer, die in der Familie gewalttätig geworden sind.

Die Gruppe ist offen

- für Männer, die sich aus eigenem Interesse melden oder
- für Männer, die aufgrund einer Bewährungsauflage oder als Auflage bei Einstellung eines Strafverfahrens zur Teilnahme an einer Trainingsgruppe verpflichtet sind.

1.3 Dauer, Umfang und Regeln der Teilnahme

Die Mindestteilnehmerzahl einer Gruppe wurde wegen zurückgegangener Nachfrage von ursprünglich 5 auf 3 Teilnehmer gesenkt. Die Höchstzahl sind 9 Männer.

Das Trainingsprogramm umfasste ursprünglich 12 Sitzungen, die Anzahl wurde aufgrund der geringeren Gruppengröße auf 8 reduziert. Die Sitzungen finden 14-tägig statt und dauern 150 Minuten. Die Trainingszeit beträgt also insgesamt 20 Stunden.

Die Gruppe ist als geschlossene Gruppe konzipiert.

Ausschlusskriterien für die Teilnahme:

- Drogen-, Alkohol-, Medikamentenabhängigkeit
- Psychotische Merkmale
- Ausmaß der Gewalttätigkeit: schwere Delikte wie schwere Körperverletzung, Vergewaltigung, Tötungsdelikte in der Vorgeschichte
- Akute Suizidgefahr
- Keine ausreichenden Sprachkenntnisse, um dem Gruppenprozess folgen zu können.

Die Teilnehmer verpflichten sich zur Teilnahme an allen Gruppensitzungen. Absagen für die Gruppe müssen mündlich (z. B. per Telefon) erfolgen. Zweimaliges unentschuldigtes bzw. nicht entschuldbares Fehlen bedeutet in der Regel den Ausschluss aus der Gruppe.

1.4 Aufnahmegespräch

Die beiden Trainer führen mit jedem an einer Teilnahme interessierten Mann ein Aufnahmegespräch. Das Aufnahmegespräch dauert ca. 45 Minuten.

In diesem Gespräch wird die aktuelle Lebenssituation, die Beziehung zur Frau/Partnerin und die Gewaltproblematik thematisiert. Informationen über strafrechtlich relevante Gewalttätigkeiten, bisherige Gewaltereignisse werden erhoben.

Die Trainer informieren den Interessenten, dass in kritischen Situationen in der Partnerschaft bzw. wenn es zu gewalttätigen Auseinandersetzungen kommt, kurzfristig ein Krisentermin für das Paar an der Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen möglich ist. Die Trainer

geben dem Interessenten eine Adressenliste von Beratungsdiensten mit, an die sich die Partnerin wenden kann.

Darüber hinaus wird der Interessent über die organisatorischen Rahmenbedingungen, den geplanten Gruppenprozess, über Regeln und Abläufe der Gruppe informiert. Der Vertrag über die Teilnahme an der Gruppe wird erläutert.

Die Trainer teilen dem Interessenten nach dem Aufnahmegespräch ihre Entscheidung über die Aufnahme oder Nicht-Aufnahme in die Gruppe mit. Die Aufnahme in die Gruppe erfolgt nur, wenn beide Trainer mit der Aufnahme einverstanden sind und der Teilnehmer den Teilnahmevertrag unterzeichnet.

1.5 Ort der Gruppe

Die Gruppenabende finden in den Räumen der Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen, Friedrich-Stein-Str. 28 in Schweinfurt statt.

1.6 Kosten

Die Teilnehmer zahlen pro Gruppensitzung einen Beitrag von 15 Euro. Der Betrag ist in 2 Raten zu je 60 Euro zu leisten.

1.7 Gruppenleiter

Die Trainingsmaßnahme wird von 2 Trainern geleitet. Sie verfügen über langjährige Berufserfahrung und haben sich im Bereich „Männer, die gewalttätiges Verhalten zeigen“ fortgebildet.

Sie nehmen regelmäßig externe Supervision wahr.

2. Gruppensitzungen

2.1 Ablauf der Gruppensitzungen – Überblick

Die Gruppensitzungen finden in einem Rahmen gegenseitigen Respekts statt. Dabei besteht die Aufgabe der Trainer darin, eine offene, vertrauenswürdige Atmosphäre unter den Teilnehmern zu schaffen, die hilft Gefühle von Beschämung, Hilflosigkeit und Ängste, die in partnerschaftlichen Stresssituationen entstehen zu artikulieren und Abspaltungstendenzen zu reduzieren. Die Teilnehmer sollen dabei unterstützt werden sich dem eigenen inneren Erleben (unter Stress) zuzuwenden und dieses in Sprache zu bringen. Durch die Auseinandersetzung mit dem eigenen Erleben kann es auch gelingen, das Erleben der Partnerin deutlicher wahrzunehmen und sich damit auseinanderzusetzen. Neue, alternative Umgangsformen mit sich selbst und Anderen sollen entwickelt werden. Am Ende der Gruppensitzungen steht die Bilanz und die Perspektive über den zukünftigen Umgang in/mit Situationen, die zu Gewalt führen könnten und die eigene Risikoabwägung.

1. Gruppensitzung, Kennenlernen, Struktur

Die erste Gruppensitzung dient dem gegenseitigen Kennenlernen, der Orientierung sowie dem Erarbeiten der Basis und der Ziele für die weitere Arbeit: Struktur der Treffen, inhaltliche Gestaltung, Erwartungen und Befürchtungen der Teilnehmer, Adressenliste, Erreichbarkeit ...

2.-7. Gruppensitzung – Integration -ego-state-Arbeit

Einbettung von gewalttätigem Verhalten in die Gesamterfahrungswelt der Teilnehmer.

- Information über verschiedene Formen der Gewalt und Gewaltlosigkeit
- Eruierung der Anlässe, die zu gewalttätigem Verhalten geführt haben
- Erkennen und Erleben der vorhandenen Stresswahrnehmung und deren Verarbeitung
- Weiterentwicklung eigener Möglichkeiten der Stressverarbeitung
- Förderung der Selbstwahrnehmung, Selbstkontrolle und Selbstverantwortung
- Annahme und Auseinandersetzung mit Opfer- und Täteranteilen als zum Selbst dazugehörig („Es ist meine Hand, die im Stress zuschlägt (Täterseite), wenn ich mich bedroht fühle(Opferseite).“)

8. Gruppensitzung - Bilanz

Der Prozess der Gruppe und der Prozess der Einzelnen werden reflektiert und Bilanz gezogen.

2.2 Katamnesegespräch

Etwa ein halbes Jahr nach Abschluss des Anti-Gewalt-Trainings wird ein Katamnesegespräch vereinbart. Dieses Gespräch wird von beiden Trainern durchgeführt.

3. Grundsätzliche Überlegungen zur Gruppenarbeit

3.1 Beraterisch-therapeutische Grundhaltung – Voraussetzung für die Aufnahme in die Gruppe

Voraussetzung für die Teilnahme an der Gruppe ist die grundsätzliche Fähigkeit und Bereitschaft zur Introspektion.

Dieser Introspektionsfähigkeit entspricht auf Seiten der Trainer die Offenheit und das Interesse für die inneren Vorgänge, die dem sozial unerwünschten Verhalten zugrunde liegen.

Dabei bleibt klar, dass Verstehen-wollen und Verstehen nicht heißt, dieses Verhalten zu billigen.

Durch diese Haltung der Trainer wird die Voraussetzung geschaffen, dass das gewalttätige Verhalten in all seinen Facetten ohne Verurteilung angeschaut werden kann. In der vertrauensvollen und offenen Atmosphäre kann es den Teilnehmern gelingen, die Beschämung, eigene Hilflosigkeit, Ängste zu artikulieren, sich so der eigenen inneren Situation, dem eigenen Erleben und der Wahrnehmung seiner selbst (kognitiv, affektiv-verhaltensmäßig) zuzuwenden und sich dabei gut begleitet zu wissen.

Die Begleitung durch die Trainer und die Gruppe macht es den einzelnen Teilnehmern möglich, ihr gewalttätiges Verhalten als eigenes Verhalten wahrzunehmen und nicht die Verantwortung dafür abzulehnen oder dieses Verhalten abzuspalten. So wird es möglich, dieses Verhalten als schädigend für andere (Partnerin), letztlich auch für sich selbst wahrzunehmen.

Das Trainingsprogramm versteht sich nicht als Therapie. Es geht nicht um Aufarbeitung biografischer traumatischer Erfahrungen, sondern um ein Wahrnehmungs- und Verhaltens-

training, das die Wahrnehmungsfähigkeit für eigene Gefühle und Affekte verbessert und so Verhaltensänderungen ermöglicht. Gewalttätigkeit ist verstehbar auf dem Hintergrund der eigenen (kindlichen) Erfahrung und hirnpfysiologischer Bahnung, dass Gewalttätigkeit (zunächst) eine Lösung im Sinne einer Beseitigung des Konflikts darstellt.

Die Erfahrung von Gewalt, bei Ungehorsam oder einem Verstoß gegen Regeln erlebt das Kind als grundlegende (und hirnpfysiologisch grundgelegte) verbale und nonverbale Entwertung. Diese wird im Augenblick der eigenen Gewalttätigkeit wiedererlebt und bestätigt.

Die Beschämung, die damit einhergeht, wird so erneut verstärkt und befestigt.

Ein wichtiges Ziel des Trainings ist, das gezeigte Verhalten zu reflektieren, ohne die Erfahrung der Entwertung (durch sich selbst und durch andere) zu wiederholen. Gleichzeitig gilt es, erfahrbar zu machen, dass der „gewalttätige Teil“ nicht das Gesamt der Person ausmacht, aber es Aufgabe ist, diesen Teil wahrzunehmen und zu integrieren. „Nicht Du bist gewalttätig, sondern es gibt einen Teil in Dir, der gewalttätig ist, wie auch einen Teil, der zur Arbeit geht, der sich nach Zärtlichkeit sehnt, gern schwimmt oder Eis isst.“

Als Einzelziele werden angestrebt:

- Förderung der Introspektionsfähigkeit
- Erweiterung der Wahrnehmungsfähigkeit für eigene Affekte, Gedanken und das eigene Verhalten
- Weiterentwicklung und Differenzierung von Verhaltens- und Steuerungsmöglichkeiten in konflikt- und stressreich empfundenen Situationen, die zu gewalttätigem Verhalten führen können
- Verbesserung der Fähigkeit, Rückmeldungen von wichtigen Bezugspersonen zu eigenem Verhalten angemessen aufzunehmen und zu verarbeiten
- Das Erreichen gewaltfreier Kommunikation mit der Partnerin und anderen Familienangehörigen

3.2 Methodisch inhaltliche Ausgestaltung des Trainings

Die Gestaltung des Trainings orientiert sich an den Zielvorgaben des Anti-Gewalt-Trainings und den Ressourcen des Einzelnen und der Gruppe.

Die Inhalte und Methoden der einzelnen Sitzungen werden jeweils neu nach jeder Sitzung entsprechend der Dynamik der Gruppe, den aktuellen Gegebenheiten und den Möglichkeiten der Teilnehmer für das nächste Treffen erarbeitet.

Folgende Methoden finden je nach Situation hauptsächlich Anwendung:

3.2.1 Rekonstruktion der Gewalttat („Slow-motion-Arbeit“)

Der Mann soll sich seine Gefühle vor, während und nach der Tat in Erinnerung rufen. Er spürt Abwehrstrategien (Verleugnung, Bagatellisierung, Rationalisierung, etc.) auf. Die Gewalthandlung soll als bewusstes Handeln mit persönlicher Entscheidung wahrgenommen werden. Der Mann übernimmt Verantwortung für die Tat und die Folgen. Auf dem Hintergrund der differenzierteren Eigenwahrnehmung soll Empathie möglich und gewaltfreier Umgang mit der Partnerin und den Kindern entwickelt werden.

3.2.2 Verbesserung des Stress-Managements („Cool-box“)

Ziel ist, dass die Männer Zugang zu ihren eigenen Möglichkeiten gewinnen, mit Stress-situationen, die zu Gewalttaten führen, umgehen zu können und wenn notwendig, neue Möglichkeiten der Kontrolle gewalttätigen Verhaltens entwickeln lernen.

Die „Cool box“ dient als Leporello, als Erinnerungshilfe, um auch in stressigen Situationen alle bisher hilfreichen Möglichkeiten der gewaltfreien Kommunikation und Selbstberuhigung zur Verfügung zu haben: „Es gibt nicht nur eine mögliche Lösung“.

Ziel der Gruppenarbeit ist auch, dass die Männer ihre je eigenen Auslöser für gewalttätiges Verhalten („wann sehe ich rot“ – „Trigger“) kennen lernen und dieses Erleben als einen Teil ihrer Person akzeptieren. Dann kann es gelingen, dieses Handeln auch zu steuern und zu kontrollieren. Die Auseinandersetzung mit diesem Teil der eigenen Person ist Voraussetzung dafür, sich um den für andere Personen bedrohenden, für ihn selbst bedrohlich erlebten Teil der eigenen Person zu kümmern, d. h. die Kontrolle über das eigene Verhalten und die Situation wiederzugewinnen, handlungs- und konfliktfähig zu werden.

3.2.3 Kennenlernen der eigenen Gewalt- und Ohnmachts-Geschichte

Die Schilderung der Gewalt- und Ohnmachtserlebnisse in der eigenen Familie oder außerhalb (als Täter und Opfer) ermöglicht es, gewalttätiges Verhalten als vertrauten Lösungsversuch zur persönlichen Konfliktbewältigung zu erkennen und aus dieser Distanz heraus alternative Möglichkeiten zur gewalttätigen Konfliktbewältigung zu entwickeln. Oft stellen Männer fest, dass gewalttätiges Verhalten zur Konfliktlösung schon über Generationen in der Familie wirkt und es wenig akzeptierte Vorbilder in der Familie gibt, gewaltfreie Lösungen für Konflikte von Bedeutung zu finden.

3.2.4 Erzeugung von Angst und Schrecken versus Kontakt und Zugehörigkeitsgewinn- und Verlustrechnung

Die Männer, die Gewalt als Lösung von Konflikten ansehen, suchen häufig mit diesem Mittel Anerkennung und Respekt; sie möchten geachtet werden und dazugehören. Durch ihr gewalttätiges Verhalten erzeugen sie jedoch Angst und Schrecken unter den Personen, die mit ihnen enger zusammenleben und erfahren, dass sie immer mehr gemieden, gefürchtet und deshalb ausgeschlossen werden. Sie versuchen, diese Situation durch Gewalttätigkeit zu ändern, Gewalt wird häufiger und massiver, weil Angst und Schrecken bei den Angehörigen immer größer werden, die Ausschlusstendenz sich verstärkt und die Stresssituation die Handlungsfähigkeit aller Beteiligten immer mehr einengt.

Die Gruppe will helfen, einen Weg zu finden, nicht noch mehr Gewalt auszuüben, sondern den Wunsch nach Respektiertwerden und Zugehörigkeit als zur eigenen Person gehöriges Bedürfnis wahrzunehmen und diesen Wunsch den bedeutsamen Personen in der eigenen Umgebung auch mitzuteilen.

3.3 Gruppe als Lernsituation

Das Trainingsprogramm wird als Gruppenangebot durchgeführt. Es nutzt die vorhandenen Ressourcen der Gruppe, ihrer Mitglieder und Trainer in vielerlei Weise:

- Die soziale Isolation wird aufgehoben.
- Der Mann erfährt, dass Gewalt gegen Frauen auch ein gesellschaftliches und nicht nur sein individuelles Problem ist. Hierdurch wird die Bereitschaft des Mannes, sich mit seinem gewalttätigen Verhalten zu befassen, erhöht. Rückmeldungen der Gruppenmitglieder helfen, die aus Schuld und Scham resultierende Verleugnung („ist doch nichts passiert“) oder Bagatellisierung („war doch gar nicht so schlimm“) abzubauen und sich mit dem eigenen Erleben und Verhalten sowie dessen Wirkung auf andere auseinanderzusetzen.
- Verleugnungsstrategien und Bagatellisierungsversuche der Männer können besser gespiegelt werden, weil sie Rückmeldungen der Gruppenteilnehmer bekommen, die dieses Verhalten aus der eigenen Erfahrung kennen. Das Gespräch und die Auseinandersetzung mit diesen Rückmeldungen und Anregungen ermutigt zu neuen, den eigenen Bedürfnissen mehr entsprechenden und mit den bedeutsamen Personen aus der eigenen Umgebung besser abgestimmten Verhaltensweisen.
- Der Gruppenteilnehmer hat die Möglichkeit, alternative gewaltfreie Handlungsstrategien zu entwickeln, sie in belastenden Situationen zu Hause zu erproben und sich Rückmeldungen dazu einzuholen.
- Gewalttätigkeit überschreitet immer Grenzen. Für die Gruppe sind entstehende Gruppenkonflikte konkrete Lernfelder im Umgang mit Grenzen in Beziehungen.

Das vorliegende Konzept wurde von Paul Flörchinger und Erhard Scholl erarbeitet und vom Vorstand des Vereins für Männer contra Gewalt e. V. am 14.5.2003 verabschiedet.

Herr Durst und Herr Scholl überarbeiteten das Konzept auf dem Hintergrund der in den Trainingsgruppen gemachten Erfahrungen. Der Vorstand des Vereins für Männer contra Gewalt e.V. verabschiedete das veränderte Konzept auf seiner Sitzung vom 03.07.2006.