



Es passiert in allen sozialen Schichten und in allen Altersgruppen: Gewalt in der Beziehung – seien es tätliche Übergriffe oder psychische Drangsalierungen. –FOTO: MAURIZIO GAMBARINI

Trennung, Trauer, Angst und Gewalt

RECKLINGHAUSEN. In der Frauenberatung werden viele über 55-Jährige auf ihrem Weg aus der Unterdrückung begleitet. Ihre Situation ist speziell.

Von Heidi Meier

Angelika P. ist am Ende, als sie zum Telefonhörer greift. Eigentlich schon lange, aber jetzt reicht's der 62-Jährigen. Ihr Mann hat wieder ausgeholt, sie bedroht und gedemütigt. Wie schon so oft in ihrer über 30-jährigen Ehe, so weiß sie aus leidvoller Erfahrung, wird sich nun das tagelange Schweigen anschließen, mit dem er sie zu bestrafen pflegt – zum Beispiel, wenn sie länger von zu Hause wegbleibt, als er gestattet. Angelika P. (Name geändert) sucht Hilfe bei der Frauenberatung in der Recklinghäuser Springstraße ...

Dort ist sie beileibe nicht die einzige Frau ihres Alters, in einer derartigen Lebenssituation. Frauen ab 55 Jahren aufwärts machen in den Einzelberatungen dort gut 40 Prozent der Hilfesuchenden aus. Und in der Frauengruppe, die sich dort einmal monatlich zum Austausch, Kontaktknüpfen und, wenn's passt, auch zu gemeinsamer Freizeitgestaltung trifft, liegt das Durchschnittsalter bei Mitte 60.

„Wenn die Frauen in die Gruppe kommen, haben die meisten – aber nicht alle – erst mal ganz viele Probleme. Häufig geht es um Trennung, Scheidung, Trauer um den Partner – und auch um Gewalt in der Beziehung“, berichtet Lore Messarosch, Diplom-Sozialpädagogin und systemische Familientherapeutin bei der Recklinghäuser Frauenberatung. Für diese Frauen sei es wertvoll, zu erfahren, dass sie nicht die Einzigen sind, mit diesen Problemen. Manche kämen aber auch schlicht, um andere Frauen kennenzulernen.

Angelika P. hingegen gehört zu den Frauen, die hier in Einzelberatungen begleitet werden. Wie jüngere Frauen



Lore Messarosch (l.) und Ria Mester von der Frauenberatung Recklinghausen im Gespräch über die Beziehungstragödien älterer Frauen. –FOTOS: JÖRG GUTZEIT



auch, stehen sie vor einem Wust und wissen häufig nur, dass sich etwas ändern soll. „Dabei unterscheiden sich ihre Gewalterfahrungen meist nicht von denen jüngerer Frauen“, erläutert Ria Mester, Diplom-Pädagogin und Fachberaterin für Psychotraumatologie. Tätliche Gewalt, psychische Gewalt mit tagelangem Schweigen, Kontrolle und Bestrafung, Unterdrückung über Geldentzug – die ganze Palette.

„Viele haben sich irgendwie gewöhnt“

Was bei älteren Frauen allerdings sehr wohl speziell ist, ist die Dauer, die sie in solchen Beziehungen ausgehalten haben und häufig auch die finanzielle Abhängigkeit. „Da hat die Beziehung eine ganz eigene negative Dynamik entwickelt und viele Frauen haben sich irgendwie daran gewöhnt“, erzählt Messarosch. Wenn dann die Kinder aus dem Haus sind, sei das oft ein Punkt, an dem die ganze Dramatik der Bezie-

hung offen zutage tritt und sich nicht selten noch verstärkt. „Viele Frauen glauben dann schon selbst, dass sie keine andere Form des Glücks verdient haben“, ergänzt Mester.

Hinzu komme die finanzielle Abhängigkeit. Etliche in dieser Altersgruppe hätten seit vielen Jahren keine Berufstätigkeit mehr verfolgt, die ein eigenes Einkommen sichert. „Dann geht es zusammen ganz gut, getrennt aber nicht“, weiß Messarosch. Und so hätten Frauen, die aus langjährigen Beziehungen ausbrechen wollen, oft große Angst vor dem finanziellen und sozialen Abstieg, gar vor sozialer Isolation. Und vor allem: Sie trauten sich oft nicht zu, noch einmal neu durchzustarten.

Manchmal brauche es schlicht einen Anstoß von Außen. Wie zum Beispiel bei der 71-Jährigen, die nach 50 Jahren Ehe mit Gewalterfahrung nicht länger schweigen wollte und sich einer Freundin anvertraute, die sie er-

munterte, sich an die Frauenberatung zu wenden. Mit professioneller Begleitung fasste sie schließlich Mut, in ihrem Leben etwas Entscheidendes zu ändern.

Dabei geht es in der Beratung nicht darum, den hilfesuchenden Frauen zu sagen, was zu tun ist, betonen die Beraterinnen. „Wir begleiten die Frauen so, dass sie ihren eigenen Weg finden und den nächsten Schritt tun können“, erläutert Ria Mester.

Oft müssten die Frauen erst mal realisieren, dass die Gewalt nicht einfach so aufhöre, und wieder Zugang zu ihren eigenen Stärken und Fähigkeiten finden. „Wir helfen ihnen dabei, den Blick wieder zu weiten“, bringt Mester es auf den Punkt. Nicht selten geht es dabei auch um eine Abwägung von materieller Sicherheit und Lebensqualität.

Vorstellungen von einem Leben danach entwickeln

Wenn eine Trennung konkret anvisiert wird, helfen die Frauenberaterinnen, Orientierung zu finden und eine Vorstellung von einem Leben danach zu entwickeln. Schon wenn erst mal sortiert ist, welcher Schritt bei einer Trennung wie und wann zu tun ist, wirke das sehr entlastend. Und wenn nötig begleiten sie ihre Schützlinge auch zum Scheidungstermin.

Angelika P. ist diesen Weg gegangen. Ein Jahr lang hat Lore Messarosch sie begleitet und erinnert sich noch gern daran. „Als sie kam, war sie ein Häufchen Elend mit ganz viel Angst vorm Alleinsein und sozialem Abstieg. Heute kann sie gut alleinleben, fährt in Urlaub, geht aus. Sie wusste die ganze Zeit, dass ich da bin. Diese Kontinuität in einem Raum, in dem man ohne Bewertung alles sagen kann, war wichtig für sie und hat sie stabilisiert.“

INFO

Beratung und Kontakt

◆ Die Frauenberatung Recklinghausen ist eine autonome Einrichtung, die vom Land NRW gefördert wird und sich durch Spenden finanziert.

◆ Sie ist erreichbar Montag und Dienstag von 14 bis 17 Uhr, Mittwoch von 10 bis 14 Uhr, Donnerstag von 15 bis 18 Uhr an der Springstraße 6. Terminvereinbarung auch zu anderen Zeiten unter ☎ 023 61/1 54 57 oder per E-Mail an frauenberatung-re@web.de

◆ Ein vielfältiges Veranstaltungsprogramm ergänzt

das Beratungsangebot – darunter Titel wie „Biografiearbeit für Frauen“, „Wenn die Angst mich auffrisst“, „Haben Sie noch Träume und Sehnsüchte?“, „Rechtliche Folgen von Trennung und Scheidung“ oder „WenDo – Frauen lernen, sich selbst zu verteidigen“. Nähere Info gibt es im Programm-Flyer in der Frauenberatung oder im Internet:

@ www.frauenberatung-recklinghausen.de

◆ Auch in Marl gibt es eine autonome Frauenberatung: Frauen helfen Frauen e. V. an der Paul-

Schneider-Str. 27. Öffnungszeiten: Mo. Mi., Do. 10 bis 14 Uhr, Di. 10 bis 18 Uhr offene Sprechstunde: dienstags 16 bis 17 Uhr, donnerstags 10 bis 11 Uhr Termine – auch außerhalb der Öffnungszeiten – nach Vereinbarung. Außerdem wird eine telefonische Beratung sowie eine Beratung per E-Mail angeboten.

Kontakt: ☎ 023 65/1 46 40 E-Mail: frauenberatung-marl@t-online.de

@ frauenberatungsstelle-marl.de