

Wie würdest Du helfen? – Fragebogen



übersetzt im Auftrag von Frauen helfen Frauen Beckum e.V. Oktober 2012

Hattest Du jemals den Wunsch einer Freundin/einem Freund zu helfen, die in ihrer Partnerschaft misshandelt wurde, wusstest jedoch nicht wie?

Hast du schon mal versucht jemandem zu helfen, der dann die Beziehung aber nicht beendet hat? Warst du enttäuscht? Hast du dich gefragt, warum du dich überhaupt gekümmert hast?

Einem Menschen in einer Missbrauchs-Beziehung zu helfen, ist manchmal frustrierend. Hab' Geduld. Manchmal klappt es und manchmal nicht. Aber wenn du versuchst zu helfen, dann zeigst du deiner Freundin/deinem Freund, dass du sie/ihn unterstützt und sie/er dir vertrauen kann. Denk' daran, dass es schwierig und beängstigend ist, eine schädliche Beziehung zu beenden. Mit diesem Fragebogen kannst du herausfinden, ob du bereit bist zu helfen.

Deine Freundin Elisha und John, ein Typ, den sie bei der Arbeit kennengelernt hat, sind seit einer Weile zusammen. Eines Tages taucht John an Elishas Schule auf und sieht, wie sie einen männlichen Schulkameraden umarmt. John greift ihren Arm und zieht sie in sein Auto, wo er sie als Nutte und Betrügerin beschimpft.

Wenn ich das sehen würde...

- würde ich Elisha sagen, dass ich mir Sorgen um sie mache und ihr dabei helfen würde, Informationen über Missbrauchs-Beziehungen zu bekommen.(2)
- würde ich einer anderen Freundin/Freund davon erzählen und hoffen, dass sie/er etwas tun kann, um Elisha zu helfen. (1)
- Ich würde mich heraushalten. Wenn Elisha mir nichts davon erzählt, dann geht es mich auch nichts an. (0)

Elizabeth ist mit ihrem Klassenkameraden Marc zusammen. Nach außen sieht alles toll aus, aber privat ist Marc nicht sehr nett. Er fasst sie am Arm hart an und hinterlässt blaue Flecken. Als er herausfindet, dass sie schwanger ist, schubst er sie mehrfach und schreit sie an, dass sie sein Leben ruiniert.

Wenn Elisabeth mich um Hilfe bitten würde...

- würde ich ihr sagen, dass ich die falsche Person zum Reden bin und dass sie sich an eine Beratungsstelle wenden soll.(1)
- würde ich nicht mit hineingezogen werden wollen, weil das nicht mein Problem ist.(0)
- würde ich ihr sagen, dass ich für sie da bin und zusammen mit ihr losgehen würde, um Hilfe zu bekommen.(2)

Wie würdest Du helfen? – Fragebogen



übersetzt im Auftrag von Frauen helfen Frauen Beckum e.V. Oktober 2012

Christina und ihr Freund Eric sind seit einem Jahr zusammen. Christina ist wirklich eifersüchtig und wirft Eric immer vor, sie zu betrügen, obwohl das nicht stimmt. Sie schickt ihm ständig SMS und checkt alle seine E-mails. Wenn sie streiten, beschimpft sie ihn und sagt ihm, dass ihn nie jemand lieben würde.

Wenn du mitbekommen würdest, wie Christina Eric anschreit oder ihn fertigmacht...

- würde ich nichts sagen. Eric sollte sich selbst verteidigen können (0)
- würde ich Eric sagen, dass er es nicht verdient, so behandelt zu werden und dass er darüber nachdenken sollte, die Beziehung zu beenden. (2)
- würde ich zu keinem der beiden etwas sagen, aber ich würde anderen Freunden erzählen, dass es meiner Meinung nach falsch ist.

Rebecca und Janet haben sich im Einkaufszentrum getroffen. Am Anfang ihrer Beziehung war Rebecca sehr süß. Nach und nach fängt sie an, Janet fertigzumachen und einmal endet ein Streit damit, dass sie sie schlägt. Es wird immer schlimmer und Rebecca sagt zu Janet, falls sie sie jemals verlassen sollte, würde sie sich umbringen.

Wenn ich das erfahren würde und Freunde würde mich fragen, ob Janet ok ist,

- würde ich ihnen sagen, sie sollten sie da heraushalten – es sind beides Mädchen. Wenn Janet nicht um Hilfe bittet, geht das auch niemanden etwas an. (0)
- würde ich so tun, als wüsste ich nichts darüber und würde Janet direkt fragen. (1)
- würde ich ihnen sagen, dass ich mir auch um Janet Sorgen machen würde und dass wir ihr zusammen unsere Hilfe anbieten sollten. (2)

Ana und Jeremy sind seit zwei Jahren zusammen und haben ein Baby. Jeremy hat Ana körperlich misshandelt und schreit sogar ihr Kind ständig an. Ana liebt Jeremy und möchte nicht, dass die Familie auseinanderbricht.

Wenn ich Ana sagen würde, dass ich mir Sorgen um sie und das Baby machen würde und sie mich abweist und sagt, ich würde mich bei Jeremy täuschen....

- dann würde ich das nicht persönlich nehmen und würde ihr später Informationen über Missbrauchs-Beziehungen zukommen lassen und darüber, wie man Hilfe bekommen kann. (2)
- dann würde ich mich aufregen und ihr sagen, dass sie mir nicht zuhört und ihr sagen, dass sie allein damit klarkommen muss.
- dann würde ich das Thema beenden und ihr sagen, sie könne mich anrufen, wenn sie mit mir sprechen möchte. (1)

Wie würdest Du helfen? – Fragebogen



übersetzt im Auftrag von Frauen helfen Frauen Beckum e.V. Oktober 2012

Punkte

Schau dir die Punktzahl neben der von dir angekreuzten Antwort an und zähle sie zusammen, um deine Gesamtpunktzahl zu erhalten.

Mit dieser Gesamtpunktzahl kannst du jetzt sehen, welche der Kategorien auf dich zutrifft!

8-10 Punkte:

Wenn es um deine Freunde geht, bist du bereit, dich einzubringen und ihnen die Hilfe zu geben, die sie benötigen. Das ist großartig! In einer Missbrauchs-Beziehung zu leben ist nie leicht, also lass deine Freundin/deinen Freund wissen, dass sie/er auf dich zählen kann. Das ist das Beste, was Du tun kannst.

5-7 Punkte:

Du kümmerst dich um deine Freundin/deinen Freund und dein Herz ist auf dem rechten Fleck, aber es bereitet dir Schwierigkeiten, deine Hilfe anzubieten. Einige Menschen in Missbrauchs-Beziehungen erkennen vielleicht nicht, dass sie in Gefahr sind oder haben Angst um Hilfe zu bitten. Du solltest keine Angst haben, auf sie zuzugehen und ihnen zu sagen, dass du dir Sorgen um ihre Sicherheit machst. Wenigstens weißt du dann, dass du alles versucht hast und sie wissen, dass du jemand bist, dem sie vertrauen können.

0-4 Punkte:

Mit jemandem zu tun zu haben, der in einer Missbrauchs-Beziehung lebt, kann schwierig sein. Aber das bedeutet nicht, dass man es nicht wenigstens versuchen soll. Denke daran, dass es beängstigend ist und einsam macht, in einer solchen Beziehung zu leben. Manche Menschen wissen nicht, wen sie um Hilfe bitten können. Sei für deine Freundin/deinen Freund da. Vielleicht bist du die einzige Person, auf die sie zählen kann.

Bei loveisrespect.org kannst du lernen, wie du einer Freundin helfen kannst, die in einer Missbrauchs-Beziehung lebt.