

Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg
Fakultät Wirtschaft und Soziales
Department Soziale Arbeit
Bachelor Soziale Arbeit
Sommersemester 2025

Von idealisierenden Anfängen zur psychischen Gewalt: Männlicher Narzissmus als Risikofaktor in Partnerschaft

Eine Analyse und Handlungsmöglichkeiten für die soziale Arbeit im Kontext der
Frauenberatung

Bachelor-Thesis

Tag der Abgabe: 25.06.2025

Vorgelegt von: Maytha Sawan

Matrikel-Nr.: [REDACTED]

E-Mail-Adresse: [REDACTED]

Betreuender Prüfer: Prof. Dr. Volker Heer-Rodiek

Zweite Prüferin: Prof. Dr. Phil. Julia Quitmann

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	3
2	Theoretische Grundlagen	6
2.1	Gewalt gegen Frauen im Diskurs	6
2.2	Intime Partnergewalt gegen Frauen als geschlechtsspezifische Gewalt	7
2.3	Psychische Gewalt.....	8
2.3.1	Psychische Gewalt in der Forschung	9
2.4	Narzisstische Persönlichkeitsstörung	10
2.5	Merkmale des Narzissmus	11
3	Psychische Gewalt und Narzissmus	12
3.1	Narzissmus in zwischenmenschlichen Beziehungen	12
3.2	Narzissmus in intimen Partnerschaften	12
3.2.1	Empirische Untersuchungen zu narzisstischen Eigenschaften in intimen Beziehungen.....	13
3.2.2	Narzissmus-Debatte: Ist Veränderung für den Narzissten möglich?	16
3.3	Charakteristika einer narzisstischen Beziehung.....	16
3.3.1	Idealisierter Anfang: Die Love-Bombing-Phase.....	17
3.3.2	Ausgeprägter Egoismus und Suche nach Anerkennung	18
3.3.3	Expanded Self	18
3.3.4	Narzisstische Kollusion.....	19
3.4	Narzisstischer Missbrauch (the narcissistic abuse)	19
3.4.1	Narzisstische Wut.....	20
3.4.2	Zwischen Bewunderung und Abwertung	21
3.4.3	Die Double-Bind-Kommunikation.....	21
3.4.4	Machtausübung, Kontrolle und silent-treatment.....	21
3.4.5	Gaslighting	22
3.4.6	Hoovering.....	23
3.4.7	Coercive Control	24
4	Psychologische Analyse für die Soziale Arbeit	25
4.1	Die Auswirkungen psychischer Gewalt auf Frauen.....	25
4.2	Psychosomatische Beschwerden	28
4.3	Psychologische Hintergründe.....	28
4.3.1	Komplementär-Narzissmus	29

4.3.2	Maladaptive Verhaltensmuster.....	30
4.3.3	Neurologischer Faktor im Bindungssystem	32
4.3.4	Überanpassung	32
4.3.5	Rollenbilder und die verinnerlichten historischen Bewältigungsstrategien	33
4.4	Wenn Liebe zum Gefängnis wird.....	34
4.4.1	Verdrängung.....	34
4.4.2	Stockholm-Syndrom.....	35
4.4.3	Die Suchtthese.....	36
4.4.4	Trauma-Bonding	37
4.4.5	Täterintrojektion.....	38
5	Handlungsmöglichkeiten für die Soziale Arbeit	39
5.1	Frauenberatung.....	40
5.2	Partnerschaftliche Gewalt und die Soziale Arbeit.....	40
5.2.1	Sensibilisieren	41
5.2.2	Die Gewalt enttabuisieren	42
5.2.3	Aufklären.....	43
5.2.4	Unterstützen in entscheidenden Wendepunkten	43
5.3	Relevanz und Auswirkungen der Aufarbeitung biografischer Erfahrungen	44
5.4	Empowerment-Ansatz.....	46
5.4.1	Ressourcenorientierung.....	46
5.4.2	Partizipation und Selbstbestimmung.....	49
5.4.3	Beziehung auf Augenhöhe	50
5.4.4	Förderung von Selbstwirksamkeit.....	50
5.4.5	Kritisches Bewusstsein und kritische Reflexion	51
5.4.6	Herausforderung für die Soziale Arbeit	52
5.5	Coercive Control	53
6	Fazit	54
7	Ausblick	57

1. Einleitung

Die jährlichen Berichte des Bundeskriminalamts zur steigenden Gewalt gegen Frauen in Partnerschaften sind alarmierend. Die Zunahme geschlechtsspezifischer Straftaten gegen Frauen ist unbestreitbar und wirft Fragen hinsichtlich der gesellschaftlichen Aufmerksamkeit in Bezug auf diese Problematik auf (vgl. BKA 2024). Gahleitner und Lenz merken treffend an: „die sichtbare Gewalt ist nur die Spitze des Eisberges.“ (Gahleitner und Lenz 2007, S. 11). Während körperliche Gewalt oft im Fokus öffentlicher Debatten steht, bleiben psychische und emotionale Gewalt häufig im Schatten und werden als weniger gravierend wahrgenommen. Forschungen, unter anderem die von Müller und Schröttle (2004), verdeutlichen jedoch, dass psychische Gewalt ebenso schwerwiegende und langanhaltende Folgen bis hin zu posttraumatischen Belastungsstörungen verursachen kann (vgl. Arabi 2023; Ainz Galende/Rodríguez Puertas 2024). Psychische Gewalt wird oft nur als eine zeitweilige Begleiterscheinung betrachtet und nicht als eigenständige Dimension der Partnerschaftsgewalt erkannt. Diese geht oftmals mit der Bezeichnung "seelische" oder "emotionale Gewalt" einher, im politischen und rechtlichen Diskurs findet der Begriff „Psychische Gewalt“ oft Verwendung (vgl. Wenzel 2022, S. 9).

Ein bedeutender Risikofaktor in Bezug auf die Ausübung psychischer Gewalt in intimen Beziehungen ist Narzissmus (vgl. Maloney et al. 2024). Insbesondere Frauen sind als Hauptbetroffene von Gewalt in diesen Kontexten potenziell gefährdet, Missbrauch durch Männer mit narzisstischen Persönlichkeitsmerkmalen zu erfahren (vgl. Elise 2019, S. 2). Die empirischen Ergebnisse belegen zudem, dass Narzissmus bei Männern häufig gravierender ausgeprägt ist im Vergleich zu Frauen (Foster et al. 2003). Zahlreiche Studien legen nahe, dass Narzissten in ihren Beziehungen eine Verhaltensweise zeigen, die zur psychischen Gewalt neigt (Kanemasa et al. 2022; Brunell/Campbell 2011; Maloney et al., 2024). Männer scheinen besonders empfänglich für die Entstehung narzisstischer Merkmale zu sein; sie weisen typischerweise geringere Empathiefähigkeiten und eine eher aggressive Haltung auf, gepaart mit ausgeprägter Durchsetzungsstärke und großen Schwierigkeiten, Gefühle anderer wahrzunehmen. In sozialen Situationen präsentieren sie sich tendenziell als dominanter und wettbewerbsorientierter (vgl. Bonelli 2016, S. 24). Daher konzentriert sich mein Interesse in dieser Arbeit auf die Thematik der männlichen Gewalt im Kontext narzisstischer Persönlichkeitsmerkmale.

Die wachsenden Herausforderungen, die aus psychischer Gewalt resultieren, stellen einen klaren Handlungsauftrag für die Soziale Arbeit dar. Psychische Gewalt, eine subtile, doch

äußerst perfide Form der Aggression gegen Frauen, verletzt grundlegende Aspekte, wie deren Integrität, Freiheit, Sicherheit und Wohlbefinden, also zentrale Anliegen der Sozialen Arbeit. Um geeignete und wirkungsvolle Sensibilisierungs-, Präventions- und Interventionsstrategien in Frauen-Beratungsstellen zu entwickeln, ist es unerlässlich, ein tiefgehendes empirisches Verständnis für narzisstische Persönlichkeitsstörung, narzisstischen Missbrauch sowie die damit verbundenen Merkmale narzisstischer Beziehungsmuster zu entwickeln. Das Ziel dieser Thesis ist darauf ausgerichtet, die folgende zentrale Fragestellung zu untersuchen und in der Folge zu beantworten:

Wie können Fachkräfte der Sozialen Arbeit im Rahmen der Frauenberatung die Anzeichen narzisstischer Beziehungsmuster erkennen und Frauen dabei unterstützen, ihre Beziehungen zu reflektieren, um den Kreislauf psychischer Gewalt nachhaltig zu durchbrechen?

Die vorliegende Bachelorarbeit untergliedert sich in mehrere zentrale Themenbereiche, um die Fragestellung umfassend zu erörtern. Zunächst wird das Phänomen geschlechtsspezifischer Gewalt gegen Frauen konkretisiert, und zwar mit einem besonderen Fokus auf Partnerschaftsgewalt in intimen Beziehungen. Dann werden eine eingehende Analyse der psychischen Gewalt sowie der dazugehörigen Forschungsarbeiten und eine Definition der narzisstischen Persönlichkeitsstörung vorgenommen, ergänzt durch eine Darstellung der grundlegenden Merkmale des Narzissmus. Ferner werden der Zusammenhang zwischen Narzissmus und psychischer Gewalt sowie die in dem Kontext relevanten empirischen Forschungsergebnisse thematisiert, wobei die charakteristischen Merkmale narzisstischer Beziehungen fundiert untersucht werden. Der letzte Themenblock widmet sich narzisstischem Missbrauch. Im vierten Abschnitt werden die Auswirkungen psychischer Gewalt auf die Betroffenen präzisiert. Ein besonderes Augenmerk gilt den psychologischen Hintergründen, wie Abhängigkeit und Bindungsdynamiken innerhalb dieser Beziehungskonstellationen. Der abschließende Teil fokussiert sich auf die wissenschaftlichen Erklärungsansätze für das Verweilen in missbräuchlichen Beziehungen. Das fünfte Kapitel nimmt die Rolle der Sozialen Arbeit im Kontext der Frauenberatung in den Blick und stellt praxisorientierte Interventionen vor, die auf dem Empowerment-Ansatz basieren. Den Abschluss bildet eine Diskussion des Konzepts der Coercive Control, das dazu dient, die bestehenden Interventionslücken in Deutschland zu identifizieren.

Das psychische Wohlbefinden unserer Klient*innen bildet ein zentrales Anliegen der Sozialen Arbeit, doch besteht häufig ein Mangel an Fachwissen und spezialisierter Aufklärung über

psychische Gewalt. Im Studium wird partnerschaftliche Gewalt häufig nur am Rande behandelt und spezialisierte Schulungen sind oft kostspielig. Es ist dringend erforderlich, psychische Gewalt gegen Frauen im Beziehungszusammenhang intensiver zu thematisieren und geeignete Maßnahmen gegen diese Form der Gewalt zu entwickeln.

Das Ziel dieser Arbeit besteht darin, psychische Gewalt, narzisstische Reaktionen und deren Auswirkungen zu untersuchen und die Gewaltwahrnehmungslücke zu identifizieren. Besonders wichtig ist es, das Leid betroffener Frauen zu würdigen und die spezifische männliche narzisstische Gewalt von anderen Gewaltformen zu differenzieren, um ein vertieftes Verständnis der damit verbundenen Dynamiken zu vermitteln. Die Ergebnisse dieser Untersuchung sollen zur Sensibilisierung beitragen und die Grundlage für gezielte Schulungen für Fachkräfte im Beratungssektor bilden, um deren Wissen zu erweitern. Somit geht es darum, zum einen die Geschlechterverhältnisse zu verdeutlichen und zum anderen das Bewusstsein für diese Thematik zu schärfen. Mein Ziel besteht darin, zukünftige Initiativen anzuregen, die den Bedürfnissen betroffener Frauen Rechnung tragen.

Zur Sicherstellung der systematischen Datenerhebung habe ich die PRISMA-Methode angewendet, wobei ich internationale Forschungsansätze berücksichtigt habe, um einen kulturübergreifenden Überblick zu verschaffen. Im Englischen werden Begriffe verwendet, die im Deutschen keine exakten Entsprechungen haben, jedoch im internationalen wissenschaftlichen Diskurs weitverbreitet sind. Daher wurden diese spezifischen Begriffe im Original belassen, um ihre korrekte Anwendung und Bedeutung zu bewahren. Ich vermeide den Begriff „häusliche Gewalt“ deshalb, da sich dieser auf einen spezifischen Tatort bezieht, obwohl das Thema in vielfältigen Kontexten zu verzeichnen ist. Ebenso versuche ich, auf Begriffe, wie „Opfer“ und „Täter“, zu verzichten, um mögliche Stigmatisierungen und Pauschalisierungen zu minimieren und stattdessen die Komplexität des Themas hervorzuheben.

Obwohl Sozialarbeiter*innen nicht dazu berechtigt sind, Diagnosen zu stellen, lassen sich dennoch beobachtete Merkmale als konsistent mit den Kriterien narzisstischer Persönlichkeitsstörung bewerten. Diese Arbeit zielt nicht darauf ab, das gesamte Spektrum des Narzissmus zu behandeln, da mein Schwerpunkt nicht auf der klinischen Psychologie liegt. Zudem stützt sich die Forschung weitgehend auf heterosexuelle Beziehungen, da signifikante Forschungslücken bezüglich homosexueller und transsexueller Partnerschaften bestehen. Eine fundierte Auseinandersetzung mit diesen Themen ist für die Sozial- und Gewaltforschung von entscheidender Bedeutung.

Meine Thesis konzentriert sich auf die wissenschaftliche Betrachtung der narzisstischen Beziehungskonstellation in zwei zentralen Phasen: dem Beginn und dem Verlauf der Beziehung. Eine umfassende Analyse der letzten Phase, des Beziehungsendes, wurde absichtlich deshalb zurückgestellt, um die Kernaspekte des Themas eingehender zu untersuchen und die vorgegebene Seitenanzahl dieser Arbeit nicht zu überschreiten.

2. Theoretische Grundlagen

In diesem Abschnitt beschäftige ich mich mit den Grundlagen der Gewaltforschung und analysiere verschiedene wissenschaftliche Begriffe im Kontext der Gewalt gegen Frauen in Partnerschaften, insbesondere hinsichtlich psychischer Gewalt. Überdies nehme ich eine Einführung in den Begriff der narzisstischen Störung, und zwar einschließlich der typischen Merkmale des Narzissmus, vor.

2.1. Gewalt gegen Frauen im Diskurs

In Deutschland ist jede dritte Frau mindestens einmal in ihrem Leben als Opfer von psychischer und/oder sexualisierter Gewalt betroffen (BMFSFJ, 2025). Statistischen Erhebungen zufolge sind Frauen in ihrem eigenen Zuhause häufiger gefährdet als im öffentlichen Raum. (vgl. Brückner 2002, S. 24). „Unter Gewalt verstehen wir die Verletzung der körperlichen oder seelischen Integrität eines Menschen durch einen anderen.“ (Ueckerth 2014, S. 21; zit. n. Hagemann-White et al. 1997, S. 28). Die Definition legt den Grundstein für die Analyse spezifischer Gewaltformen, wie sie im Phänomen der „Männergewalt gegen Frauen“ deutlich werden (Stövesand 2007, S. 31). Diese Form der Gewalt wird häufig als Ausdruck einer „grundsätzlichen Dominanz des einen Geschlechts über das andere“ (Brückner 2002, S. 9) verstanden. Diese Perspektive spiegelt eine zentrale Überzeugung in der Gewaltforschung wider, zu der auch die oft divergierenden Ansätze des Gewaltdiskurses gehören. Das Spannungsfeld zwischen Gewalt und Macht ist dabei nicht nur ein allgegenwärtiges soziales Phänomen, sondern wird auch in einem klaren, zielgerichteten Kontext ausgeübt (vgl. Gahleitner/Lenz 2007, S. 227). Die komplexe Beziehung zwischen individueller Entscheidung und Gewalt wird in der folgenden Aussage zusammengefasst:

„Wie auch immer von Aggressionen bedrängt, trifft jeder, der Gewalt ausübt, zugleich eine Entscheidung, die auch anderes möglich wäre“ (Gahleitner/Lenz, 2007, 228; zit. n. Hagemann-White et al. 1997, S. 27f.).

Gewalttätiges Handeln stellt eine bewusste Entscheidung im Rahmen eines kognitiven Entscheidungsprozesses dar (vgl. Gahleitner/Lenz, 2007, S. 228). Gahleitner und Lenz

argumentieren, dass das Erleben von Unterlegenheit sowie der damit verbundene Verlust von Macht als zentrale Triebkräfte für aggressives Verhalten fungieren (vgl. ebd. S. 231). Es steht jedoch nicht allein die Ausübung von Macht und Kontrolle über die*den Partner*in im Vordergrund, vielmehr zielt dieses aggressive Verhalten darauf ab, Gehorsam zu erzwingen und eine dominante Rolle innerhalb der Beziehung zu spielen. Dieses Streben nach individueller Macht geht oft mit einem unstillbaren Bedürfnis nach ständiger Anerkennung und Zuneigung seitens des Partners einher (vgl. ebd. S. 232).

Am 11. Juli 2023 veröffentlichte das Bundeskriminalamt (BKA) die polizeiliche Statistik zur Partnerschafts- und innerfamiliären Gewalt für das Jahr 2022. Diese Daten dokumentieren insgesamt 240.547 Fälle von häuslicher Gewalt, darunter 157.818 im Kontext der Partnerschaftsgewalt, was einem signifikanten Anstieg von 9,1 % im Vergleich zum Vorjahr entspricht. Besonders auffällig ist die Tatsache, dass 80 % der betroffenen Personen Frauen sind. Innerhalb der Partnerschaftsgewalt entfallen 59,3 % der Fälle auf vorsätzliche einfache Körperverletzung, gefolgt von 24,2 % durch Bedrohung und Stalking. Tragischerweise wurden im Berichtszeitraum 133 Frauen durch ihren (Ex-)Partner getötet, und es wurden 312 versuchte Tötungen registriert (vgl. Frauenhauskoordinierung e.V.). Die kriminologischen Erhebungen des Bundeskriminalamts in Deutschland weisen eindeutig darauf hin, dass die überwältigende Mehrheit der Opfer von Gewalt in Partnerschaften Frauen ist, und diese Mehrheit macht über 80% der Fälle aus. Ebenso hat die Analyse herausgefunden, dass der Großteil der Täter*innen männlich ist. (vgl. Schröttle 2020, S. 43).

Zusätzlich unterstreicht eine repräsentative Studie aus der Schweiz, dass Gewalt oft im Zusammenhang mit ausgeprägten männlichen Ansprüchen und dem starken Bedürfnis nach Dominanz steht. In diesem Zusammenhang neigen Männer dazu, ein Verfügungsrecht über ihre Partnerinnen einzufordern und rechtfertigen entsprechende Gewalttaten als erforderliche Reaktionen auf bestimmte Situationen oder zur Aufrechterhaltung der tradierten Geschlechterrollen (vgl. Brückner 2002, S. 25). Internationale Untersuchungen haben herausgefunden, dass gewaltausübende Personen oft unauffällig sind und nicht durch akute Auffälligkeiten gekennzeichnet sind. Vielmehr präsentieren sie sich durch eine gewöhnliche soziale Präsenz (vgl. ebd. S. 32). Diese Gewalttäter zeichnen sich in Studien zur Partnerschaftsgewalt durch wiederkehrende Persönlichkeitszüge und Verhaltensweisen aus. Sie reagieren besonders empfindlich auf Ablehnung und deuten das Verhalten ihrer Partnerinnen häufig als persönlichen Angriff. In dem Kontext sind sie oft von übersteigertem Ärger und einer feindlichen Grundhaltung gekennzeichnet, was sie dazu veranlasst, die Intentionen anderer als

feindlich zu interpretieren. Im Rahmen der Big-Five-Persönlichkeitstheorie spiegeln sich signifikante Auffälligkeiten insbesondere in den Dimensionen Offenheit, Extraversion und Neurotizismus wider (vgl. Schwarz 2020, S. 49f.).

2.2. Intime Partnergewalt gegen Frauen als geschlechtsspezifische Gewalt

Partnerschaftliche Gewalt oder Intimate Partner Abuse (IPA) wird definiert als physische, psychische oder sexuelle Gewalt. Diese Form der Gewalt umfasst auch psychische Schäden sowie Stalking durch einen aktuellen oder ehemaligen romantischen Partner. (vgl. Centers for Disease Control and Prevention 2022). Zu den anerkannten Formen von Partnergewalt gegen Frauen zählen physische, psychische, sexualisierte, finanzielle und soziale Gewalt (vgl. Ueckerth 2014, S. 22-25). Diese Gewaltformen können sowohl in bestehenden als auch in beendeten Beziehungen Verwendung finden und betreffen Paare mit oder ohne Kinder. Ziel dieser Gewalthandlung ist es oft, die persönliche Integrität der Betroffenen zu verletzen. Die Gewaltsituationen erstrecken sich häufig über längere Zeiträume hinweg, unabhängig davon, ob die Partner*innen gemeinsam oder getrennt voneinander wohnen, und können zudem an Intensität stetig zunehmen (vgl. Büttner 2020, S. 4; ind. zit. n. EBG 2014; Egger/ Schär Moser 2008, S. 5).

Die Folgen von Gewalt in Partnerschaften sind tiefgreifender Natur und beeinträchtigen das Selbstwertgefühl der betroffenen Frauen in erheblichem Umfang. Häufig entwickeln die Betroffenen Schamgefühle aufgrund des vermeintlichen Unvermögens, eine funktionale Beziehung aufrechterhalten zu können, gepaart mit der Angst vor öffentlicher Enthüllung ihrer Gewalterfahrungen. (vgl. Funk 2020, S. 399).

2.3. Psychische Gewalt

Psychische oder auch emotionale Gewalt ist ein weitverbreitetes sowie häufig unterschätztes Phänomen, das sich in vielfältigen Ausdrucksformen zeigt und gravierende negative Auswirkungen auf die seelische Gesundheit der Betroffenen hat (vgl. Büttner 2020, 5f). Sie manifestiert sich unter anderem durch Drohungen, die Kontrolle des sozialen Umfelds, krankhafte Eifersucht und herabwürdigende Äußerungen, oft begleitet von manipulativen Verhaltensweisen, die darauf abzielen, die emotionalen Reaktionen der*des Partner*in zu beeinflussen (vgl. Imbusch 2002, 45f; Bartens 2020, S. 25ff.). In vielen Fällen ist diese Gewalt mit finanzieller Ausbeutung und sozialer Isolation verbunden (vgl. Wenzel 2022, S. 187f), mit verbalen Angriffen (vgl. Street/Aerial 2001, S. 66) sowie dem absichtlichen Ignorieren oder der Bloßstellung betroffener Personen (vgl. Gewirtz-Meydan/Finzi-Dottan 2017, S. 9f.). Die

kriminologischen Daten des Bundeskriminalamts in Deutschland belegen, dass psychische Gewalt – in Form von Bedrohung, Stalking und Nötigung – für 23,0% der Gewaltdelikte verantwortlich ist (vgl. Schröttle 2020, S. 43). Alle diese Verhaltensweisen dienen dem Zweck, das emotionale Wohlbefinden der*des Partner*in nachhaltig zu beeinträchtigen (vgl. Yoon/Lawrence, 2013). Diese Form der psychischen Partnerschaftsgewalt wird in ihrer Ausprägung systematisch praktiziert und weist oft ein typisches strukturelles Muster auf (vgl. Wenzel 2022, 228, S. 187).

Ein weiterer bedeutsamer Aspekt besteht darin, dass der von Kavemann (2018) geprägte Begriff "intimate Terrorism" die systematische Ausnutzung des Machtgefälles zwischen den Geschlechtern beschreibt. Diese Machtverhältnisse sind häufig mit kontrollierendem Verhalten und emotionaler Abwertung verbunden und führen nicht selten zu einer eskalierenden Spirale der Gewalt. Beziehungen, die durch derartige Muster gekennzeichnet sind, schaffen über Jahre hinweg ein Klima dominierender Angst, Kontrolle und sozialer Isolation. Besonders besorgniserregend ist, dass diese Form der Partnerschaftsgewalt in den meisten Fällen von Männern ausgeübt wird (vgl. Funk 2020, S. 399).

2.3.1. Psychische Gewalt in der Forschung

Die Forschungsarbeit von Street und Arias belegt den signifikanten Zusammenhang zwischen psychologischer Misshandlung und posttraumatischer Belastungsstörung (PTBS) (vgl. Street/Arias 2001). Ergänzend zu diesen Erkenntnissen, liefert die Studie von Schröttle und Müller (2004) alarmierende Ergebnisse zur Gewalt gegen Frauen in Deutschland. Ihrer Untersuchung zufolge haben 41,5 % der befragten Frauen psychische Gewalt erfahren. Von den Betroffenen berichteten 63,8 %, dass sie schwer beleidigt, eingeschüchtert oder aggressiv angeschrien worden sind; zudem machten 52,7 % demütigende Erfahrungen, wie Lächerlich-Machen oder Hänselei. Des Weiteren gaben 35,9 % an, Verleumdungen ausgesetzt gewesen zu sein, und 31,2 % berichteten von Schikanen oder Unterdrückung. Besonders besorgniserregend ist das Faktum, dass 29,6 % der betroffenen Frauen unter sozialer Isolation und Ausgrenzung litten. In 25,9 % der Fälle waren die Frauen dazu gezwungen, unter Drohungen oder Erpressung zu handeln. Psychische Gewalt wurde in 29,6 % dieses Kontextes in engen Partnerschaften ausgeübt (vgl. Büttner 2020, S. 12f.).

Durch eine sekundäre Analyse der Daten der deutschen Prävalenzstudie wurden tiefere Einblicke in die verschiedenen Formen, Kombinationen, Häufigkeiten und Schweregrade häuslicher Gewalt vermittelt. Die Ergebnisse wiesen darauf hin, dass 38 % der Frauen, die zum

Zeitpunkt der Befragung in einer Partnerschaft lebten, eine Art von Gewalt erfahren. Hierbei konnten sechs Muster von Gewalterfahrungen identifiziert werden. Etwa zwei Drittel der betroffenen Frauen erlitten ausschließlich psychische Gewalt, die in zwei Hauptkategorien unterteilt wurde: Muster 1 umfasste gering ausgeprägte psychische Gewalt, während Muster 2 intensivere Formen von Eifersucht, Kontrolle und verbaler Aggression charakterisierte (vgl. Schröttle/Ansorge, 2009). Zudem weisen insbesondere männliche Partner, die psychische Gewalt ausüben, häufig Merkmale, wie Empathielosigkeit, Selbstüberschätzung und ein übersteigertes Ego, auf. Diese Eigenschaften manifestieren sich dann vor allem stark, wenn narzisstische Züge vorhanden sind (vgl. Wenzel 2022, S. 230). Im Folgenden wird die Problematik des Narzissmus sowohl im individuellen als auch im sozialen Kontext in den Blick genommen, der die Dynamik zwischenmenschlicher Beziehungen wesentlich beeinflusst.

2.4. Narzisstische Persönlichkeitsstörung

Fachkräfte aus dem Bereich der klinischen Psychologie und Psychiatrie definieren Narzissten häufig als Personen, welche die Kriterien für eine narzisstische Persönlichkeitsstörung (NPD) erfüllen, wie sie im DSM-V (American Psychiatric Association, 2013) definiert sind. Sachse legt nahe, dass „die narzisstische Persönlichkeitsstörung eine relativ häufig auftretende Erkrankung ist.“ (Sachse 2020, S. 59). Die Diagnose einer narzisstischen Persönlichkeitsstörung gemäß DSM-5 erfordert die Erfüllung von mindestens fünf Kriterien, die durch ein konstantes Muster von Grandiosität, Bewunderungsbedürfnis und Empathiemangel geprägt sind. Zu diesen Kriterien zählen:

- eine übersteigerte und unbegründete Selbstwahrnehmung,
- die Beschäftigung mit Fantasien unbegrenzten Erfolgs oder idealer Beziehungen,
- die Überzeugung von der eigenen Einzigartigkeit, verbunden mit dem Anspruch auf hochgradige soziale Interaktionen,
- der bedingungslose Wunsch nach Bewunderung,
- das Gefühl eines besonderen Anspruchs,
- die Instrumentalisierung anderer zur Verwirklichung der eigenen persönlichen Ziele,
- ein signifikanter Mangel an Empathie,
- Neidgefühle und die Annahme, von anderen beneidet zu werden,

- sowie überhebliches, arrogantes Verhalten (vgl. Lammers/Doering 2018, S. 332). Diese problematischen Persönlichkeitsmerkmale können schwerwiegende negative Auswirkungen auf das soziale Funktionieren der betroffenen Personen in unterschiedlichen Kontexten haben, sei es im beruflichen Umfeld oder im Familienleben. Darüber hinaus gelangen die Auswirkungen auf das soziale Umfeld deshalb immer wieder in den Fokus, da die zwischenmenschlichen Beziehungen und die Lebensqualität ihrer Angehörigen signifikant beeinträchtigt werden (vgl. Miller et al., 2007).

2.5. Merkmale des Narzissmus

Die Ausprägungen narzisstischer Eigenschaften sind vielfältiger Natur und weisen eine erhebliche Heterogenität auf. Sie umfassen sowohl den sogenannten gesunden Narzissmus, der sich durch ein stabil gefasstes Selbstwertgefühl auszeichnet, als auch malignen Narzissmus, der pathologische Züge annehmen kann. Letzterer ist häufig mit antisozialem Verhalten assoziiert und birgt ein signifikant erhöhtes Aggressionspotenzial in sich, begleitet von einer ausgeprägten Neigung zu Misstrauen oder einer paranoiden Grundhaltung (vgl. Wardetzki 2023, S. 37). Die Einstufung des Narzissmus als pathologisch setzt das Vorliegen extremer Ausprägungen voraus, die mit wesentlichen Beeinträchtigungen und großen zwischenmenschlichen Herausforderungen einhergehen (vgl. Miller et al. 2017). Narzisstisches Verhalten manifestiert sich in einem breiten Spektrum an Intensitäten – von milden bis hin zu stark ausgeprägten Verhaltensweisen. Zu den zentralen Merkmalen zählen der Antagonismus, der sich durch Aspekte, wie Täuschung, emotionale Gefühllosigkeit, Egoismus sowie Widerstand gegen andere, charakterisiert (vgl. ebd.), sowie die ausgeprägte Selbstbezogenheit (American Psychiatric Association, 2013) und die Neigung zur Manipulation (Brown et al., 2009). Brunell und Campbell verdeutlichen in ihren umfassenden Forschungsarbeiten, dass Individuen mit stark ausgeprägtem Narzissmus oftmals dazu neigen, andere Menschen als Mittel zur Durchsetzung ihrer sozialen Dominanz zu missbrauchen (vgl. Brunell/Campbell 2011, S. 345). In der Forschung von Brown et al. (2009) wird Narzissmus auch als eine Persönlichkeitsstruktur qualifiziert, die sich durch ein übersteigertes Gefühl von Anspruch in zwischenmenschlichen Beziehungen, ein selbstgefälliges Verhalten, eine hohe Selbstsicherheit und eine Geringschätzung der Bedürfnisse anderer auszeichnet. Diese Merkmale manifestieren sich sowohl in aggressiven Verhaltensweisen als auch in einer umfassenden Abwertung der Mitmenschen. (vgl. Brown et al., 2009).

Ein fundiertes Verständnis der Zusammenhänge zwischen narzisstischen Eigenschaften und psychischer Gewalt kann wertvolle Perspektiven für die Prävention und Intervention in Gewaltsituationen eröffnen.

3. Psychische Gewalt und Narzissmus

In diesem Abschnitt werden die Zusammenhänge zwischen Narzissmus und psychischer Gewalt fokussiert und untersucht. Dabei wird ein Blick auf wissenschaftliche Meinungen sowie relevante Forschungen und Studien zum Thema männlicher Narzissmus in zwischenmenschlichen Beziehungen gerichtet.

Psychopathologisch orientierte Erklärungsansätze haben einen wertvollen Beitrag zur Identifizierung verschiedener Täterprofile in der Forschung über Gewaltausübung geleistet. Ein solches Profil ist typischerweise durch gravierende Gewalterfahrungen in der Kindheit geprägt, die im Erwachsenenalter verstärkt in eigenem aggressivem Verhalten zum Ausdruck kommen. Diese Personen neigen dazu, kontrollierende Strategien innerhalb ihrer familiären Beziehungen und darüber hinaus zu implementieren. Ihre Gewalthandlungen werden häufig von einer eingeschränkten Kontrollfähigkeit begleitet und sie weisen signifikante antisoziale sowie narzisstische Eigenschaften auf. Des Weiteren zeigen diese Personen ein gering ausgeprägtes Mitgefühl, eine eingeschränkte Empathiefähigkeit, vertreten rigide Vorstellungen von Geschlechterrollen und praktizieren einen unsicher-distanzierten Bindungsstil (vgl. Schwarz 2020, S. 52).

3.1. Narzissmus in zwischenmenschliche Beziehungen

Ein Narzisst „zeigt einen Mangel an Empathie und ist nicht dazu bereit, die Gefühle anderer wahrzunehmen oder ihre Bedürfnisse anzuerkennen“ (Bonelli 2016, S. 37). Dieser Empathiemangel korreliert häufig mit einer ausgeprägten feindseligen Haltung, wobei Narzissten eine gesteigerte Aggressivität zeigen, insbesondere in provokanten Situationen (vgl. Penney/Spector 2002; Baumeister et al. 2000). Während narzisstische Personen sich anfänglich oft als ansprechend und charmant präsentieren, verleihen ihre Extrovertiertheit und ihr unterhaltsames Wesen ihnen eine Wahrnehmung sozialer Dominanz. Mit der Zeit schwindet jedoch diese positive Wahrnehmung und ihre weniger positiven Eigenschaften beginnen, sich zu offenbaren und zu dominieren (vgl. Brunell/Campbell 2011, S. 345).

Typisch für narzisstische Persönlichkeiten ist ein tief verwurzeltes Überlegenheitsgefühl, gepaart mit einer Selbstbezogenheit sowie einem signifikanten Mangel an Empathie. Daher nutzen sie Beziehungen häufig primär zur eigenen physischen Befriedigung, während die

emotionale Intimität und das Empfinden einer echten Bindung in engen Beziehungen typischerweise fehlen (vgl. Shousha 2023, S. 3; ind. zit. n. Campbell/Miller 2011). Ferner ist ihr Selbstwertgefühl fragil und stark von externer Bestätigung abhängig, die in zwischenmenschlichen Interaktionen häufig gefährdet ist und infolgedessen zu erhöhter Aggressivität führen kann (vgl. Määttä et al. 2012, S. 41).

3.2. Narzissmus in intimen Partnerschaften

Die narzisstische Persönlichkeit manifestiert sich durch ein tief verwurzeltes Gefühl der Überlegenheit, kombiniert mit ausgeprägter Selbstbezogenheit und einem mangelnden Einfühlungsvermögen. Laut Campbell (1999) zeichnet sich die narzisstische romantische Anziehung durch drei zentrale Aspekte aus: Selbstbezogenheit, mangelnde Intimität und Strategien zur Selbstwertsteigerung. So streben Narzissten häufig nach Perfektion anstelle von Fürsorge und neigen dazu, Partnerschaften einzugehen, die es an emotionaler Nähe fehlen lassen. In diesem Kontext unternehmen sie den Versuch, ihr Selbstwertgefühl durch die Assoziation mit bewundernden Partner*innen zu steigern. Ihre Kommunikationsmuster sind dabei meist dominant und egozentrisch, was die Dynamik zwischen den Partner*innen beeinflusst. Diese objektive Perspektive auf die*den Partner*in führt dazu, dass das Individuum lediglich als ein Mittel zur Erfüllung der eigenen Bedürfnisse betrachtet wird – sein Wert bemisst sich einzig nach seiner Fähigkeit, diese Bedürfnisse zu erfüllen (vgl. Määttä et al. 2012, S. 41). In Beziehungen, in denen Partner*innen ausschließlich als Objekte zur Selbstbefriedigung fungieren, sind narzisstische Persönlichkeiten besonders anfällig für provokantes und aggressives Verhalten (vgl. ebd. S. 41). Im Gegensatz dazu postuliert Masz (2020, S. 363), dass „liebevollen Beziehungen auf Gleichwertigkeit beruhen, und eine Verbundenheit in Autonomie und Freiheit besteht.“ (Masz 2020, S. 363). Hier kommen die subjektiven Beziehungen ins Spiel: Aus ihnen resultieren intime Verhältnisse, in denen die Partner*innen als individuelle Subjekte mit eigenen Wünschen, Interessen und Bedürfnissen wahrgenommen werden (vgl. Hartmann 2009). In gesunden Beziehungen zeichnen sich Interaktionen durch wechselseitige Fürsorge, Empathie und Respekt aus, unterstützt durch gemeinsame Entscheidungen und das Bestreben, das Glück des jeweils anderen zu fördern (vgl. Shousha 2023, S. 3). Wardetzki fügt hinzu: „Narzisstischen Beziehungen fehlt all das, denn hier begegnen sich zwei Menschen, deren Selbstwertgefühl verletzt ist und die daher im anderen die Wertschätzung suchen, die sie sich selbst nicht geben können.“ (Wardetzki 2023, S. 17). Forschungsergebnisse aus der Vignettstudie von Maloney et al. (2024) weisen darauf hin, dass die Persönlichkeitsmerkmale im Allgemeinen und der Narzissmus im Besonderen

Risikofaktoren für die Ausübung von intimer Partnergewalt sind. (vgl. Maloney et al. 2024, S. 1).

Bei Narzissten äußert sich oft ihr dysfunktionales Verhalten in intimen Beziehungen und im Kontakt zu anderen, was nicht nur ihre eigenen Bedürfnisse in den Vordergrund rückt, sondern auch die Gefühle ihrer Partner*innen erheblich beeinträchtigt. Zunächst werden vertiefte Forschungsarbeiten zur narzisstischen Persönlichkeitsstörung im Kontext der Partnerschaft präsentiert.

3.2.1. Empirische Untersuchungen zu narzisstischen Eigenschaften in intimen Beziehungen:

Das Thema Narzissmus ist aufgrund seiner relationalen Ursprünge eng mit der Partnerschaftsgewalt verbunden (vgl. Rinker 2009, S. 14). Eine Meta-Analyse von Kjaervik und Bushman (2021) evidenziert eine signifikante Korrelation zwischen narzisstischen Persönlichkeitsmerkmalen und partnerschaftlicher Gewalt (vgl. Kjaervik/Bushman, 2021). In Übereinstimmung damit belegen Callison und Lynam (2021) in ihren empirischen Arbeiten, dass ein enger Zusammenhang zwischen narzisstischen Persönlichkeitsstörungen und aggressivem Verhalten in intimen Beziehungen besteht (vgl. Callison/Lynam, 2021). Darüber hinaus hat die Forschung von Bushman et al. (2009) eruiert, dass Narzissmus insbesondere in Kritiksituationen mit aggressivem Verhalten einhergeht; eine Form hiervon ist bei sogenannten offenen Narzissten zu beobachten, die ein außergewöhnliches Aggressionspotenzial bei wahrgenommener Ego-Drohung offenbaren (vgl. Bushman et al., 2009). Eine Langzeitstudie von Kanemasa et al. (2022) bestätigt den Zusammenhang zwischen Narzissmus und psychischer Gewalt in Partnerschaften sowie die Tendenz zu Vergeltungsverhalten (vgl. Thomaes et al., 2008).

Die Vignettestudie von Maloney et al. (2024) legt die Vermutung nahe, dass in Situationen, in denen Beziehungen als bedroht wahrgenommen werden, die Neigung zur Ausübung psychischer Gewalt verstärkt auftritt — insbesondere in leistungsorientierten Kontexten (vgl. Maloney et al., 2024). Es wird zudem eine erhöhte Wahrscheinlichkeit physischer Partnerschaftsgewalt in Verlustsituationen festgestellt (vgl. ebd.). Resümierend belegen die Studien von Carton und Egan (2017), Kiire (2017) sowie von Mager et al. (2014) einen signifikanten Zusammenhang zwischen den Eigenschaften der Dunklen Triade — darunter Narzissmus — und gewalttätigem Verhalten in intimen Partnerschaften, das sich in psychischem Missbrauch, Kontrolle, sexueller Nötigung und physischer Aggression äußert.

Insbesondere fanden Carton und Egan heraus, dass Gewalt eng mit emotionaler Misshandlung und psychischer Gewaltdynamik verknüpft ist und einhergeht (vgl. Carton/Egan, 2017).

Du und Miller et al. definieren in ihrer Meta-Analyse proaktive Aggression als zielgerichtetes, intentional aggressives Verhalten im Gegensatz zu reaktiver Aggression, die auf Provokationen reagiert (vgl. Du et al., 2022, S. 575). Demzufolge korrelieren Narzissmus und Aggressivität mit interpersonellem Antagonismus, narzisstischer Neurotizität und agentischer Extraversion (vgl. Du et al. 2022, S. 576). Laut Kanemasa et al. zeigen Menschen mit ausgeprägtem Narzissmus bei Partner*innen eine größere Gewaltbereitschaft, um Dominanz und Kontrolle sowie Aufmerksamkeit zu erlangen; die Opfer erleben oft Minderwertigkeitsgefühle, während die Täter zunehmend egozentrisch und aggressiv reagieren (vgl. Kanemasa et al., 2022). Die Ergebnisse deuten insgesamt darauf hin, dass Narzissten tendenziell psychische Gewalt in ihren Beziehungen ausüben (vgl. ebd.). Lambe et al. zufolge ist Aggression als intentionale Schädigung oder Vorteilsbeschaffung zu verstehen, die nicht zwingend physische Gewalt zum Inhalt haben muss (vgl. Lambe et al., 2018, S. 221ff). Eine umfassende Meta-Analyse von Oliver et al. (2024) untermauert den Zusammenhang zwischen den narzisstischen Persönlichkeitsstörungen und der Gewaltdynamik in Partnerschaften, insbesondere was psychische und Cybergewalt betrifft. Also agieren Narzissten häufig mit Abwertung, defensiven Reaktionen und kritischem Verhalten in Konfliktsituationen (vgl. Peterson/DeHart, 2014).

Je unrealistischer das Selbstbild eines Individuums ausgestaltet ist, desto gravierender sind die negativen Reaktionen auf abweichende Meinungen (vgl. Rinker, 2009, S. 15-19). Baumeister postuliert, dass grandiose Selbstbilder zu einer erhöhten Aggressivität führen (vgl. ebd.). Die Forschung von Rinker belegt zudem, dass Kontrolle, psychische Misshandlung sowie aggressive Verhaltensweisen in Partnerschaften in starkem Maß durch Narzissmus bedingt sind (vgl. Rinker, 2009, S. 51). Insbesondere sind die Taktiken der Einschüchterung, Isolation, Herabwürdigung sowie Kontrolle und Dominanz (Follingstad/DeHart, 2000) und Mobbing relevant (vgl. Shousha, 2023, S. 4). Nicht zuletzt hat eine Studie von Gewirtz-Meydan und Finzi-Dottan herausgearbeitet, dass Narzissmus bei Männern positiv mit psychologischer Aggression korreliert, was sich negativ auf die eigene Beziehungszufriedenheit auswirkt (vgl. Gewirtz-Meydan/Finzi-Dottan, 2017). Brown identifiziert Rachesucht als hinderlichen Faktor in narzisstischen Beziehungen (vgl. Brown, 2004), wobei diese Tendenz auf das beständige Bestreben der Narzissten zurückzuführen ist, ihr Selbstbild von Überlegenheit, Perfektion und Exzellenz aufrechtzuerhalten (vgl. Gewirtz-Meydan/Finzi-Dottan, 2017, S. 3ff.). Psychische

Gewalt wird in der Forschung von Gewirtz-Meydan und Finzi-Dottan somit als regulierende Funktion in Bezug auf narzisstische Bedürfnisse verstanden (vgl. ebd., 10).

3.2.2. Narzissmus-Debatte: Ist Veränderung für den Narzissten möglich?

Narzissten sind durch den festen Glauben an ihre eigene Überlegenheit, Perfektion und Exzellenz gekennzeichnet (vgl. Gewirtz-Meydan/ Finzi-Dottan 2017, S. 3ff.). Bonelli hebt hervor: „keine Empathieunfähigkeit, sondern in Wirklichkeit eine Empathieverweigerung.“ (vgl. Bonelli 2016, S. 141). Das bedeutet, dass Narzissten nicht nur unfähig sind, die Bedürfnisse anderer wahrzunehmen, sondern auch keine Bereitschaft zeigen, dies zu tun (vgl. Bonelli 2016, S. 140). Im Bereich des narzisstischen Verhaltens existieren weitverbreitete Mythen. Eine zentrale Meinung geht davon aus, dass narzisstische Individuen ihr Verhalten nicht kontrollieren können; jedoch sind sie tatsächlich sehr wohl dazu in der Lage, ihr Verhalten zu steuern. Narzissten zeigen ein emotionales Verhalten oft nur in vertrauten Umgebungen und treten im Beisein von Autoritätspersonen zurückhaltend auf, um deren Validierung zu erlangen. Diese selektive Emotionalität ist Ausdruck strategischer Überlegungen: Narzissten wählen sorgfältig ihr Publikum aus, um eine bestimmte öffentliche Fassade aufrechtzuerhalten, während sie entschlossen ihre engen Beziehungen zu ihren eigenen Zwecken ausnutzen bzw. missbrauchen (vgl. Ramani 2024, S. 30f).

Aus der tief verwurzelten Überzeugung, dass Narzissten anderen überlegen sind, resultiert, dass eine Veränderung ihrer Persönlichkeitsmerkmale eine äußerst herausfordernde Aufgabe darstellt (vgl. Brown 2004, S. 576). Ferner erweist sich die Antwort auf die Frage nach der Selbstwahrnehmung von Narzissten als komplexer als oft gedacht. Umfragen deuten darauf hin, dass diese sich ihrer narzisstischen Eigenschaften durchaus bewusst sind und um ihre Reputation besorgt sind. Während einige Theorien die Ansicht vertreten, dass sie die abweichende Wahrnehmung anderer ignorieren, legt ein alternativer Forschungsansatz nahe, dass sie ein übertriebenes Selbstbild besitzen und fälschlicherweise davon ausgehen, dass andere ihre positive Sichtweise teilen (vgl. Määttä et al. 2012, S. 40).

3.3. Charakteristika einer narzisstischen Beziehung

Eine dysfunktionale Beziehung entwickelt sich stets im Zusammenspiel zweier Personen. Je ausgeprägter der narzisstische Charakter einer Person ist, desto gravierender sind die Auswirkungen auf die dynamische Interaktion innerhalb der Beziehung (vgl. Wardetzki 2023, S. 37). In diesem Abschnitt werden die wichtigsten Erkenntnisse hinsichtlich einer narzisstischen Beziehung aus der Psychologie, Paartherapie und die Gewaltforschung präzisiert

und detailliert erläutert. Es geht dabei darum, eine deutliche Differenzierung von anderen Gewaltformen vorzunehmen.

3.3.1. Idealisierter Anfang: Die Love-Bombing-Phase

In der Anfangsphase einer narzisstischen Beziehung erscheint die*der Partner*in oft eher als ein Produkt der Vorstellung als eine reale Person. In diesem Stadium inszenieren Narzissten intime Beziehungen, die durch intensive gegenseitige Bestätigung und Idealisierung gekennzeichnet sind. Diese Dynamik führt zu einer raschen emotionalen Verschmelzung (vgl. Willi 2012, S. 97-100). Strutzenberg (2017) identifiziert und titulierte diese Phase als „Love Bombing“, eine Strategie, die Narzissten zur Beziehungsformung nutzen (vgl. Strutzenberg et al. 2017, S. 81). In seiner Forschung beschreibt Campbell (2005) die Anziehung zu Narzissten als das „Chocolate Cake Model“. In dem Zusammenhang berichten die Befragten von einer anfänglichen Anziehung, die insbesondere durch Charme, Beliebtheit und sexuelle Ausstrahlung der Narzissten charakterisiert ist. Langfristig zeigen sich jedoch negative psychologische und soziale Konsequenzen (vgl. Brunell/Campbell 2011, S. 346).

Narzisstische Beziehungen zeichnen sich oft initial durch Sexualität aus, wobei emotionale Intimität häufig durch sexuelle Nähe substituiert wird. Diese Beziehungsgestaltung ermöglicht es Narzissten, Nähe zu erfahren, ohne sich emotional verwundbar zu zeigen, und fungiert als Ausdruck von Zuneigung und Liebe (vgl. Wardetzki 2023, S. 76). In diesem Kontext entwickelt die Partnerin häufig eine Abhängigkeit von der Beziehung zu dem Partner, die ihr Selbstwertgefühl nährt, was sich in einer Sehnsucht nach romantischer Liebe manifestiert (vgl. ebd. S. 78). In dieser Phase erlebt der Narzisst eine Art Euphorie. Während er die Partnerin mit Aufmerksamkeit und Versorgung (Zuneigung, Komplimenten, Geschenken usw.) überschüttet, nimmt sie eine falsche Gegenseitigkeit in der Beziehung wahr und ist der Überzeugung, dass ihr Partner wirklich glücklich und romantisch ist (vgl. Ainz Galende/Rodríguez Puertas 2024, S. 6f.). Strutzenberg hat nachgewiesen, dass das Phänomen der Liebesüberschüttung eine narzisstische Tendenz widerspiegelt. Dieses Verhalten resultiert oft aus der Angst, eine als unerwünscht empfundene Version des authentischen Selbst zu offenbaren. Narzissten neigen stets dazu, Love Bombing deshalb zu praktizieren, da diese Verhaltensweisen nicht nur der Bestätigung ihrer eigenen Attraktivität dienen, sondern auch ihren Wunsch reflektieren, das idealisierte Selbstbild zu verkörpern. Damit verfolgen sie das Ziel, ihr Selbstwertgefühl zu steigern und in der Folge ein positives Selbstkonzept sowie eine befriedigende eigene Wahrnehmung zu entwickeln. Solche dynamischen Interaktionen im Rahmen von Beziehungen weisen sowohl auf die emotionalen Bedürfnisse als auch auf die inneren Unsicherheiten der

Individuen hin, was die Komplexität zwischenmenschlicher Bindungen weiter verdeutlicht (vgl. Strutzenberg et al. 2017, S. 85-88).

3.3.2. Ausgeprägter Egoismus und Suche nach Anerkennung

Ein Narzisst „hat nur Augen für sich selbst.“ (Bonelli 2016, S. 98). Das Miteinander wird durch Egoismus, Missachtung der Partnerbedürfnisse und Ignoranz gegenüber deren*dessen Individualität beeinträchtigt (vgl. Wardetzki 2013, S. 14). Narzissten neigen dazu, sich zu perfekten und einfühlsamen Partnerinnen hingezogen zu fühlen, da sie diese als Quellen der selbstwertsteigernden Anerkennung und Identifikation begreifen (vgl. Määttä et al. 2012, S. 41). Aber die Folge ist: „sie lebt für ihn, und er lebt auch für sich.“ (Brückner 2002, S. 87). Ihre romantische Anziehung lässt sich durch drei zentrale Merkmale charakterisieren: Selbstbezogenheit, Mangel an emotionaler Intimität sowie Strategien zur Selbstwertsteigerung. In Partnerschaften suchen sie eher nach Perfektion als nach Fürsorglichkeit und tendieren dazu, Beziehungen einzugehen, denen ein intimerer Austausch fehlt, während sie gleichzeitig versuchen, ihr Selbstwertgefühl durch Assoziation zu deren Bewunderung zu steigern. Überdies sind ihre Kommunikationsmuster dominant und egozentrisch ausgeprägt (vgl. Määttä et al. 2012, S. 41).

3.3.3. Expanded Self

Individuen mit narzisstischen Zügen streben durch Machtausübung nach der Stabilisierung ihres Selbstwertgefühls und dem Erhalt ihres narzisstischen Gleichgewichts. Dies geschieht oft im Rahmen des von Frank Petermann entwickelten Konzepts des „Expanded Self“ (vgl. Wardetzki 2013, S. 58). Im Rahmen dieses Konzepts wird eine innere Haltung eingenommen, die andere als Erweiterung des eigenen Selbst interpretiert und deren Individualität somit negiert. Emotionale Impulse und Bedürfnisse des Gegenübers werden nicht respektiert, sondern vielmehr in das eigene Selbst integriert, um dessen Ausdehnung zu fördern. Dieser Vorgang führt dazu, dass der Narzisst unwiderruflich davon ausgeht, andere müssten seine Perspektive übernehmen und teilen, was eine projektive Identifikation erzeugt. Die andere Person wird durch die Brille des Narzissten wahrgenommen, wobei er nach dessen Vorstellungen definiert wird. (vgl. Wardetzki 2013, S. 58ff.). In zwischenmenschlichen Interaktionen streben Narzissten danach, ein „Expanded Self“ zu schaffen, was häufig nur in Beziehung zu komplementären Narzissten gelingt. Diese erweisen sich als empfänglich für fremde Definitionen, die sie zunächst als unterstützend und nährend empfinden. Das Unvermögen, die Manipulation und den Verlust ihrer Eigenständigkeit zu erkennen, tritt häufig erst sehr spät oder

gar nicht auf (vgl. ebd.). Dieser Prozess der Selbsterweiterung erfolgt überwiegend unbewusst (vgl. ebd. S. 61).

3.3.4. Narzisstische Kollusion

Unter Kollusion ist ein unbewusst abgestimmtes Verhalten zwischen mehreren Personen zu verstehen, das den latenten Bedürfnissen aller Beteiligten dient (vgl. Sprenger/Joraschky 2015, S. 33). Innerhalb von Paarbeziehungen manifestiert sich eine narzisstische Kollusion häufig in einer unbewussten Rollenverteilung, bei der einer der Partner – häufig als glorifizierte Figur, oft der Mann in männerdominierten Kulturen – hervorsticht, während der andere in eine untergeordnete Rolle hineingedrängt wird (vgl. ebd. S. 37). Diese narzisstische Kollusion, wie sie von Willi (2004) beschrieben wird, führt zur Idealisierung der*des Partner*in, die*der die grandiosen Selbstvorstellungen des betroffenen Individuums verkörpert und dessen Minderwertigkeitsgefühle durch Identifikation mit dieser vermeintlichen Größe mildert. Gleichwohl kann diese Dynamik schnell in Entwertung umschlagen, sobald die kompensatorische Funktion entfällt (vgl. ebd. S. 132).

Narzisstische Beziehungen sind oft durch hohe Erwartungen gekennzeichnet. Der anscheinend selbstbewusste, narzisstische Partner verlangt nach ständiger Bewunderung, während der Co-Narzisst gezielt Personen auswählt, die ihm die nötige Bestätigung und Rückhalt gewähren (vgl. Wardetzki 2013, S. 81f.). Diese Struktur bezeichnet eine Art „Rollenverteilung“ (ebd. S. 31). In diesem Kontext wird die*der Partner*in in der untergeordneten Position lediglich als narzisstisches Objekt genutzt, dessen Zweck lediglich darin besteht, den Glanz des grandiosen Narzissten zu reflektieren und so eine Illusion der Einheit zu erzeugen. Wenn die Differenz zwischen den idealisierten Erwartungen und der tatsächlichen Realität nicht mehr überwunden werden kann, reagiert der Narzisst häufig deshalb mit Wut, da er sich der schmerzhaften Trennung und der Andersartigkeit der*des Partner*in stellen muss (vgl. Willi 2024, S. 89f). Diese innerpsychische Struktur narzisstischer Individuen manifestiert sich in einer dualen Erlebnisdimension: Einerseits empfinden und erleben sie sich als überlegen und groß, während sie andererseits von tiefen Gefühlen der Nichtigkeit, Kleinheit und Wertlosigkeit bis hin zur Empfindung der Nichtexistenz geprägt sind (vgl. Wardetzki 2013, S. 31).

3.4. Narzisstischer Missbrauch (the narcissistic abuse)

In Anbetracht des Mangels an persönlichen Erzählungen in wissenschaftlichen Studien zum Thema narzisstischer Missbrauch wird in diesem Abschnitt über die Interaktionen mit einem männlichen Partner berichtet, bei dem ausgeprägte narzisstische Merkmale und

Verhaltensweisen festgestellt werden konnten. Die Ergebnisse der Studie von Ainz Galende und Rodríguez Puertas (2024) legen nahe, dass narzisstischer Missbrauch in Beziehungen häufig vorkommt und oft subtile, körperlose Formen annimmt, die schwer zu diagnostizieren und häufig tabuisiert werden. Die Forscher betonen die unbedingte Notwendigkeit, die psychologischen Strukturen innerhalb solcher Beziehungen zu erkunden, um die Dynamik zwischen den Partner*innen besser zu verstehen (vgl. Ainz Galende/Rodríguez Puertas, 2024).

Die Missbrauchsdyamik, die in Beziehungen mit narzisstischen Personen vorkommt, untergliedert sich in vier Hauptphasen: Love Bombing, Abwertung, Entsorgung und Hoovering (vgl. ebd. S. 6). Im Folgenden werden einige Formen und Techniken narzisstischer Gewalt in Partnerschaften konkretisiert und erläutert, die insbesondere bei Individuen mit narzisstischen Persönlichkeitszügen auftreten können. Die therapeutische Arbeit mit Betroffenen sowie wissenschaftliche Analysen der Auswirkungen narzisstischen Missbrauchs vermitteln in dem Zusammenhang wertvolle Einblicke. In der Untersuchung von Gewirtz-Meydan und Finzi-Dottan wurde zudem festgestellt, dass psychische Gewalt eine regulierende Funktion zur Erfüllung narzisstischer Bedürfnisse erfüllt (vgl. Gewirtz-Meydan/Finzi-Dottan 2017, S. 10).

3.4.1. Narzisstische Wut

Nach der ersten Phase des Love Bombing entwickelt sich in narzisstischen Beziehungen oft eine subtile Feindseligkeit, die insbesondere in Krisensituationen deutlich wird, jedoch häufig ohne konkrete Erklärung bleibt. Die Betroffenen empfinden häufig Zweifel und Unsicherheiten, die jedoch durch temporär empathisches Verhalten überdeckt werden (vgl. Wenzel 2022, S. 62). In diesen Beziehungen stellt die*der Partner*in selbst die hauptsächliche Bedrohung dar, manifestiert durch ihre*seine Unberechenbarkeit, häufigen Wutausbrüche und Schuldzuweisungen (vgl. Wardetzki 2023, S. 151). Day et al. beschreiben die Merkmale des pathologischen Narzissmus als ein Ergebnis, das aus Defiziten im psychosozialen Funktionieren resultiert, wobei aggressive Verhaltensweisen häufig sichtbar sind und sich vor allem verbal äußern (vgl. Day et al. 2022). Obwohl der Aggressor temporär von aggressivem Verhalten absieht, bildet die psychologische Manipulation einen kontinuierlichen Prozess, um das Opfer emotional in der Beziehung zu halten (vgl. Fonseca/Oliveira 2021, S. 16). Diese Phase wird häufig von der als "Honeymoon-Phase" bezeichneten Zeit gefolgt, in der sich die*der Partner*in entschuldigt und Veränderungen verspricht (vgl. Elise 2019, S. 61). Diese Dynamik kann als eine aufeinanderfolgende Bewegung von Wellen beschrieben werden (vgl. Wenzel 2022, S. 191), in der Phasen liebevoller Nähe abrupt von Phasen distanzierter Kälte und Wut unterbrochen werden, was zu einer tiefen Verwirrung führt, welche die emotionalen

Bindungen der betroffenen Personen zusätzlich belastet (vgl. ebd. S. 62). Diese Art der psychischen Gewalt führt zu chronischem Stress, der durch die wiederholten Erfahrungen dieser Dynamik sowie durch aggressive Ausbrüche zustande kommt, gefolgt von verwirrenden Liebesbekundungen, was die innere Zerrissenheit noch zusätzlich verstärkt (vgl. ebd. S. 62f.).

3.4.2. Zwischen Bewunderung und Abwertung

Narzissten verfügen häufig über ein instabiles Selbstwertgefühl und sind nicht dazu in der Lage, ihre*ihren Partner*in als eigenständige Persönlichkeit zu betrachten. Vielmehr sehen sie ihn als narzisstisches Objekt, das ihnen dazu dient, ihr eigenes Selbst zu ergänzen, zu verschönern und aufzuwerten. In ihrer idealisierten Wahrnehmung wird die*der Partner*in zu einer Erweiterung ihrer selbst, die entscheidend zur Befriedigung ihrer Bedürfnisse beiträgt (vgl. Wardetzki 2013, S. 50). Mit der Zeit kommt es seitens des Narzissten zu einer steigenden Forderung nach Aufmerksamkeit (vgl. Ainz Galende/Rodríguez Puertas 2024, S. 7). Um ihr eigenes Selbstwertgefühl zu sichern, neigen Narzissten dazu, andere herabzusetzen. Dieses Verhalten dient dem Ziel, Kontrolle, Dominanz, Macht und Bestätigung zu erlangen (vgl. Ramani 2024, S. 42f). In Situationen, in denen ihr Selbstbild bedroht ist, greifen sie zu Beleidigungen und Abwertungen, um sich vor Schamgefühlen zu schützen und ein wiedererstarktes Gefühl von Stolz und Selbstwert herzustellen (vgl. Lambe et al. 2018).

3.4.3. Die Double-Bind-Kommunikation

Diese Form stellt eine raffinierte Technik des Musters psychischer Gewalt dar, die darauf abzielt, die*den Partner*in emotional zu destabilisieren, indem gleichzeitig zwei widersprüchliche Botschaften übermittelt werden. Diese widersprüchliche Kommunikation erzeugt Verwirrung und hinterfragt die subjektive Wahrnehmung der*des Partner*in (vgl. Wenzel 2022, S. 170). Das Ergebnis ist eine dysfunktionale Kommunikation, die bei den Betroffenen deshalb ein permanent anhaltendes Dilemma erzeugt, weil jede getroffene Entscheidung als falsch gedeutet wird. Dieses Dilemma resultiert in einem Spannungsfeld zwischen konstanten Anstrengungen und der ständigen Angst vor Misserfolg, was wiederum Stress, Verunsicherung und Frustration hervorrufen kann (vgl. Gronwald/ Siegert 2020, S. 184f.).

3.4.4. Machtausübung, Kontrolle und Silent Treatment:

„Narzissten kontrollieren Nähe durch Machtkontrolle, Führungsanspruch und Instrumentalisierung.“ (Sprenger/Joraschky 2015, S. 113). Sie neigen dazu, emotionale Nähe durch Machtkontrolle, Führungsansprüche und Instrumentalisierung zu regulieren (vgl. ebd. S.

113). Diese Ansätze verdeutlichen, dass die Schaffung und Pflege einer emotionalen Bindung in starkem Maß von der Ausübung dieser Macht und Kontrolle abhängen. Angetrieben von einer tief verwurzelten Sehnsucht nach Verschmelzung mit der primären Bezugsperson, suchen Narzissten eine*n idealisierte*in Partner*in, um die Vorstellung von vollkommener Liebe zu verwirklichen. Diese Unfähigkeit, eine imperfekte Form der Liebe zu akzeptieren, führt dazu, dass sie konstant nach einem unerreichbaren Ideal streben. Um den Schmerz und die Enttäuschung dieser unerfüllten Sehnsüchte zu lindern, entwickeln sie ein verstärktes Bedürfnis nach Kontrolle über andere (vgl. ebd. S. 114).

In der Forschungsarbeit von Määttä (2012) aus Finnland wurden die Wahrnehmungen, die narzisstische Persönlichkeiten von ihren Partner*innen entgegennehmen, sowie verschiedene Verhaltensmuster in Bezug auf Narzissmus in Beziehungen untersucht. Dabei kristallisierten sich zentrale Kategorien heraus, die Machtspiele umreißen, deren Ausdrucksformen sich durch ein Streben nach Macht, ein unethisches Verhalten sowie manipulative Taktiken zeigen. Diese Dynamik stellt sich in drastischen Verhaltensweisen dar, wie Inkrimination, Unterwerfung, Kontrolle, Beschimpfung und Einschüchterung (vgl. Määttä et al. 2012).

Zusätzlich zu diesen offensichtlich aggressiven Methoden kann auch die sogenannte "stille Behandlung" praktiziert werden, bei der eine vollständige Kommunikationsblockade ohne erkennbaren Grund erfolgt. In solchen Fällen kann der Narzisst für Stunden, Tage oder sogar Wochen hinweg vollständig verschwinden oder den Kontakt dann einstellen. Wenn er schließlich zurückkehrt oder die Kommunikation wieder aufnimmt, geschieht dies oft so, als sei nichts geschehen, was bei der*beim Partner*in große Verwirrung, Schuldgefühle, Unbehagen und Unsicherheit auslöst (vgl. Ainz Galende/Rodríguez Puertas 2024, S. 7).

3.4.5. Gaslighting

Seit den 1970er Jahren wird der Begriff „Gaslighting“ verwendet, um eine Form der emotionalen Misshandlung zu beschreiben, bei der das Realitätsempfinden einer Person manipuliert wird, sodass diese schließlich an ihrem eigenen Verstand zweifelt (vgl. Sweet, 2019). Insbesondere Frauen sind häufig Ziel dieser psychologischen Misshandlung, die darauf abzielt, ihre Gedanken, Gefühle und Erinnerungen in Zweifel zu ziehen. Dies führt letztlich zu einem Verlust ihrer rationalen Selbstwahrnehmung, um die Partnerin innerhalb einer intimen Beziehung als mental instabil und irrational erscheinen zu lassen (vgl. Shousha 2023, S. 8).

Eine umfassende Studie der Harvard-Universität aus dem Jahr 2022, die 1.294 freiwillige Teilnehmende umfasste, erzielte alarmierende Ergebnisse: 1.255 Personen (97 %) berichteten

von emotionalem Missbrauch, während 95,1 % anhaltendes Gaslighting erfahren (vgl. Arabi 2023). Narzissten bedienen sich laut der Studie von Shousha dabei oft stereotyper Vorstellungen, die Frauen als emotional, impulsiv oder übermäßig intuitiv klassifizieren. Diese belastenden Zuschreibungen trivialisierten die Erfahrungen der betroffenen Frauen und führen häufig dazu, dass sie als verrückt, irrational oder kindlich charakterisiert werden (vgl. Shousha 2023, S. 8). Gaslighting stellt eine besonders perfide Form psychischer Gewalt innerhalb von Partnerschaften dar. Der narzisstische Partner versucht, die Frau psychisch zu destabilisieren und gleichzeitig seine eigenen Verfehlungen zu verbergen. Dies führt zu einer tiefgreifenden Verunsicherung, in deren Folge die Betroffene beginnt, an ihrer eigenen Wahrnehmung zu zweifeln. Sie stuft sich selbst als gestört ein, was das Vertrauen in ihre Umwelt erheblich untergräbt. Diese subtile Form des Missbrauchs beginnt oft unauffällig, eskaliert jedoch im Laufe der Zeit hin zu erheblichen Gewalthandlungen. Verleugnung, schuldzuweisende Äußerungen und gebrochene Versprechen verstärken die Verwirrung und das Leiden der Betroffenen (vgl. Wardetzki 2023, S. 38).

„Es geht also darum, sich ihrer Urteilsfähigkeit und insbesondere ihrer Wahrnehmung zu bemächtigen“ (Wenzel 2022, S. 227).

Gaslighting führt dazu, dass die betroffenen Frauen sich selbst sowohl in ihrer Urteilsfähigkeit als auch in ihrem moralischen Status als unterlegen empfinden. Der Zweifel an ihrem moralischen Status schlägt dabei oft in Misstrauen gegenüber der eigenen Wahrnehmung um. Indem sie infragestellen, ob eine gegen sie verübte Handlung tatsächlich moralisch verwerflich ist, beginnen sie nicht nur, ihre Fähigkeit, einen Schaden zu erkennen, zu hinterfragen, sondern auch ihre eigene Position als Person, die Respekt und eine ausgezeichnete Behandlung verdient. (vgl. Stark 2019, S. 221).

3.4.6. Hoovering

Das Konzept des „Hoovering“ hat seinen Ursprung in der amerikanischen Staubsaugerfirma „Hoover“ und dient als Metapher für den Versuch, das Opfer erneut in den missbräuchlichen Beziehungskreis „einzusaugen“. Dieses Verhalten tritt häufig in Kombination mit dem sogenannten „Love Bombing“ auf, und zwar besonders dann, wenn das Opfer Anzeichen der Genesung zeigt. Das Ziel des Narzissten ist darauf ausgerichtet, das Opfer wieder unter seine Kontrolle zu bringen, wodurch es erneut in die toxische Dynamik des narzisstischen Verhaltens hineingezogen wird (vgl. Ainz Galende/ Rodríguez Puertas 2024, S. 7). Dieses Vorgehen wird beschrieben als „ein systematisches Manipulieren, um den[*die] Partner[*in] zur Rückkehr in

die Beziehung zu bewegen – dabei werden Liebesschwüre, Versprechungen oder Zukunftspläne verwendet“ (Gronwald/ Siebert 2020, S. 121). Pathologisch narzisstische Personen sind oft sehr geschickt in ihrem Bemühen, diese Manipulationstechniken anzuwenden (vgl. ebd.). Sobald der Narzisst merkt, dass sein Einfluss nachlässt, beginnt er, die*den Partner*in durch unerwartete Freundlichkeit und Schmeichelei zu manipulieren, um sie*ihn wieder unter seine Kontrolle zu bringen (vgl. Ambrosius 2022, S. 38). Dieses Spiel der Befriedigung und Beeinflussung ermöglicht es den Narzissten, Nähe zu erfahren, ohne sich emotional verletzlich zu zeigen. Es fungiert als eine Art Ausdruck von Zuneigung und vermeintlicher Liebe, was die*den Partner*in in ihrer*seiner Hoffnung unterstützt, dass es sich um eine echte, liebevolle Beziehung handelt (vgl. Wardetzki 2023, S. 76).

Im Verlauf dieser emotionalen Achterbahnfahrt entwickelt die*der Partner*in oft eine tiefe Abhängigkeit von der Beziehung, die ihr Selbstwertgefühl scheinbar nährt. Diese Sehnsucht nach romantischer Liebe wird durch die wiederkehrenden Zuwendungen des Narzissten oft nur genährt, sodass sie*er in einem ständigen Spannungsfeld zwischen Hoffnung und Enttäuschung gefangen bleibt (vgl. ebd. S. 78).

3.4.7. Coercive Control

Der Begriff des kontrollierenden Zwangs (coercive control) stellt einen wesentlichen Bestandteil der Definition von Partnerschaftsgewalt dar. Er beschreibt die tiefgehenden täglichen Auswirkungen, die auch wenige körperliche Gewalthandlungen auf Frauen haben können, indem sie deren Handlungsfreiheit stark einschränken und bei ihnen ein dauerhaftes Gefühl der Angst erzeugen (vgl. Schwarz 2020, S. 47). Zu diesen Aspekten gehören „die Kontrolle über die sozialen Kontakte [...] die Demütigung, die Erniedrigung“ (Wenzel 2022, S. 228). Diese Form des Missbrauchs innerhalb intimer Partnerschaften zielt darauf ab, das Individuum zu degradieren, zu isolieren und ihm die grundlegenden Rechte in Bezug auf körperliche Sicherheit, Würde und Respekt zu entziehen (vgl. Lohmann et al. 2024, S. 630f). In diesem Kontext wird häufig der Begriff „intimer Terrorismus“ verwendet. Dieser beschreibt ein systematisches und nicht spontan auftretendes Muster des Gewalt- und Kontrollverhaltens eines*einer Partner*in. Drohungen, Einschüchterungen und kontrollierendes Handeln schaffen ein subtil wahrnehmbares Klima der Angst. Ein wesentliches Merkmal dieser Gewaltform ist das Ungleichgewicht innerhalb der Partnerschaft, wobei insbesondere Männer häufig als Haupttäter auftreten. Dieses Verhalten kann sowohl als Ausdruck menschlicher Emotionen, wie Wut und Eifersucht, interpretiert werden als auch stark gezielt eingesetzt werden, um Kontrolle über das Opfer zu erlangen und es einzuschüchtern (vgl. Schwarz 2020, S. 47f.).

Es folgt eine kurze resümierende Zusammenfassung: Narzisstischer Missbrauch beschreibt ein schädliches und irreführendes zwischenmenschliches Verhaltensmuster, das durch wiederholte Brüche von Sicherheit und Vertrauen sowie temporäre Phasen von Normalität und Freude gekennzeichnet ist. Solche Verhaltensweisen sind typisch für Beziehungen zu Individuen mit narzisstischen Persönlichkeitszügen und führen häufig zu erheblichen psychischen und emotionalen Schäden bei den Betroffenen. Die durch diese Formen des Missbrauchs entstehende psychologische und emotionale Belastung ist oft langfristiger Natur und hinterlässt deutliche Spuren im Selbstwertgefühl und in der Lebensqualität der Betroffenen, wie im Folgenden detailliert erläutert wird.

4. Psychologische Analyse für die Soziale Arbeit

Im Folgenden werden die Auswirkungen narzisstischer Beziehungen auf betroffene Frauen untersucht sowie die historischen Hintergründe bei den Betroffenen konkretisiert, die zu der großen Schwierigkeit führen, sich aus diesen Beziehungen zu befreien.

4.1. Die Auswirkungen psychischer Gewalt auf Frauen

Die Alltagsrealität betroffener Frauen wird durch Gewalt wesentlich beeinflusst (vgl. Ueckerth 2014, S. 40f.). Es fällt ihnen häufig schwer, die psychischen Belastungen, die sie erleiden, adäquat zu artikulieren, da psychische Gewalt oft im Verborgenen wirkt. Im Gegensatz zu physischen Verletzungen zeigen sich deren Auswirkungen nicht in offenbar sichtbaren blauen Flecken, führen jedoch zu erheblichen seelischen Verwundungen (vgl. Wardetzki 2023, S. 213). Die Folgen psychischer Gewalt äußern sich häufig in mentalen Beeinträchtigungen, die unter anderem stark ausgeprägte Ängste und Furcht auslösen. Solch belastende Symptome können ein Vermeidungsverhalten zur Folge haben, etwa das Auslassen von Konfrontationen mit den erlebten Gewalterfahrungen oder das Leugnen sowie Verharmlosen dieser Erlebnisse, oft gepaart mit emotionaler Taubheit. Darüber hinaus kann damit Trauer verbunden sein, die sich in anhaltenden depressiven Stimmungen und affektivem Schmerz äußert, und zwar als Resultat des Verlusts an Hoffnung, Identität und Selbstwertgefühl (vgl. Ueckerth 2014, S. 67f.; ind. zit.n. Dutton 2002, S. 92-95).

Im Verlauf ihrer Beziehung entfremden sich die Frauen deshalb zunehmend von ihrem eigenen Selbst, da sie ihren Fokus verstärkt auf die Erwartungen ihrer Partner richten. In dem Streben nach Anerkennung und Bedeutung erleiden sie Diskrepanz in ihrem Wohlbefinden, was sich negativ auf viele Lebensbereiche auswirkt, sei es mental, physisch, sozial, sexuell, spirituell oder finanziell. Dies übt letztlich eine erosive Wirkung auf ihr Selbstwertgefühl aus (vgl. Elise

2019). Elises Forschung (2019) hat herausgearbeitet, dass Frauen in Beziehungen mit narzisstischen Partnern ein signifikant vermindertes Selbstwertgefühl aufweisen. Die intern bisher herabsetzenden Äußerungen ihrer Partner führen zu selbstkritischen Verhaltensmustern, die ihre eigene Urteilskraft und ihr Können infragestellen. Diese Dynamik kann zu einem spürbaren Verlust des eigenen Selbst und einer verzerrten Selbstwahrnehmung führen (vgl. ebd. S. 53f.).

Die Forschung von Day et al. (2022) weist darauf hin, dass Frauen in gewaltsamen Beziehungen unter starken psychischen Gesundheitsproblemen leiden, die sich in ihrer Existenz ähnlich wie in einem "Minenfeld" erleben, wie es Twenge und Campbell (2009) thematisieren. Sie fühlen sich in ihren Partnerbeziehungen schuldig, so fällt es ihnen schwer, klare Grenzen zu setzen, und sie bewerten häufig die Schwierigkeiten als ihr eigenes Versagen. Selbstbeschuldigungen können dazu führen, dass aggressive Impulse sich gegen die eigene Person richten, was sowohl zu körperlichen als auch zu emotionalen Beschwerden führen kann (vgl. Böhnisch 2016, S. 40f). Diese innere Zerrissenheit geht Hand in Hand mit einem Gefühl der Hilflosigkeit, das sich selbst immer mehr verstärken kann. Böhnisch und Schröer haben diesen Zustand als „Selbstspaltung durch Schuldübernahme.“ (Böhnisch/ Schröer 2013, S. 72) bezeichnet. Solche internalisierten Abspaltungsmuster sind bei Frauen besonders ausgeprägt und stehen oft in engem Zusammenhang mit spezifischen weiblichen Sozialisationseffekten sowie den etablierten Geschlechterhierarchien (vgl. Böhnisch 2016, S. 24ff.).

Eine erhöhte Belastung durch psychische Aggressivität erfahren Frauen in Beziehungen mit narzisstischen Männern, im Vergleich dazu erfahren Männer, die mit narzisstischen Frauen partnerschaftlich verbunden sind, eine geringere Belastung (vgl. Gewirtz-Meydan/Finzi-Dottan 2017, S. 14). Verschiedene Studien, darunter die Harvard-Studie (Arabi) sowie die Arbeiten von Ainz Galende und Rodríguez Puertas, weisen einen signifikanten Zusammenhang zwischen grandiosem Narzissmus und den Symptomen einer posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS) bei betroffenen Frauen nach (Arabi 2023; Ainz Galende/Rodríguez Puertas 2024). Übereinstimmend resultiert aus den Untersuchungen von Street und Arial sowie Müller und Schröttle, dass Scham das vorherrschende Gefühl bei solchen Frauen ist, die psychische Misshandlungen erlitten haben. Diese Frauen sind nicht nur emotionaler und verbaler Gewalt ausgesetzt, sie sind auch mit einem erheblich erhöhten Risiko konfrontiert, eine PTBS-Diagnose zu erhalten, und leiden aufgrund der Erfahrungen psychischer Gewalt unter einer zunehmend negativen Selbstwahrnehmung (vgl. Street/ Arial 2001, S. 71-76; Müller/ Schröttle 2004) sowie einer verzerrten Realitätswahrnehmung (vgl. Shousha 2023, S. 4).

In der oben genannten Studie aus dem Jahr 2004 haben Müller und Schröttle die psychologischen Auswirkungen von Gewalt gegen Frauen in Deutschland untersucht: Besonders bemerkenswert an den Ergebnissen der Studie ist, dass 21,5 % der von psychischer Gewalt betroffenen Frauen unter Beziehungsproblemen leiden. Ein stark beeinträchtigtes Selbstwertgefühl kann dabei dazu führen, dass sie die Gewalttaten ihrer Partner deshalb als gerechtfertigt wahrnehmen, da sie ihre eigenen Ansprüche als unzulänglich erachten. Diese Wahrnehmung verstärkt die zunehmende Stigmatisierung ihres persönlichen Werts (vgl. Ueckerth 2014, S. 39f). Diese Dynamik erzeugt nicht nur einen enormen Stresspegel, sondern hinterfragt ebenfalls auch die persönliche Weltsicht und verstärkt die eigene Verletzlichkeit. Sie setzen sich intensiven Gefühlen von Ohnmacht und Hilflosigkeit aus. Diese Gewalterfahrungen haben oft zur Folge, dass ein tiefgreifendes Empfinden von Chaos, Unsicherheit und Sinnlosigkeit auftritt (vgl. Filipp/Aymann 2018, S. 200). Da anhaltende Entwertungen innerhalb einer Partnerschaft eine innere Zersetzung des Selbstbewusstseins bewirken, sind die betroffenen Frauen häufig von Selbstzweifeln und Selbstaufgabe geprägt (vgl. Lorenz 2016, S. 133).

Wenn die Beziehung beendet wird, dann erleben viele Frauen ein Gefühl der Leere und Wertlosigkeit und stellen Rückschläge in ihrer Wahrnehmung fest (vgl. Ainz Galende/Rodríguez Puertas 2024, S. 12f.). Selbstbeschuldigung tritt als Ergebnis auf und ist ein vielschichtiges Phänomen, das aus verschiedenartigen psychologischen Dynamiken resultieren kann, etwa aus der Internalisierung von Gaslighting, aus dem Bestreben, das eigene Schicksal nachvollziehbar zu machen, oder aus dem Wunsch nach Kontrolle. In Kontexten narzisstischer Misshandlung verwandelt sich Selbstbeschuldigung oft in eine Überlebensstrategie; ohne diese Angewohnheit drohen den Betroffenen schwerwiegende psychologische Herausforderungen, wie Angstzustände, soziale Isolation und Verwirrung. Im Rahmen solcher narzisstischen Beziehungen verschärft sich diese Dynamik dann, wenn Opfer die Scham des Narzissten internalisieren und sich selbst für die erlittenen Misshandlungen schämen. Dies kann zu einem zyklischen Prozess von Scham im Zusammenhang mit der dysfunktionalen Beziehung führen – herrührend auch von dem emotionalen Schmerz, der durch Bindung, aber auch durch Trennung von einem toxischen Partner entsteht (vgl. Ramani 2024, S. 94-102). Ein weiteres resultierendes Merkmal narzisstischer Beziehungen ist die Verwirrung, die aus wiederholtem Ungültigmachen der eigenen Gefühle und dem Druck, eine vorgegebene Rolle annehmen zu müssen, resultiert. Praktiken, wie Gaslighting und „Future Faking“, die im Kontext narzisstischen Missbrauchs Anwendung finden, verstärken die innere Verwirrung der Betroffenen und führen zu einer erhöhten Unsicherheit (vgl. ebd.).

4.2. Psychosomatische Beschwerden

Forschungen, die sich spezifisch mit den Auswirkungen psychologischer Gewalt auseinandersetzen, weisen auf einen substanziellen Zusammenhang mit erhöhtem Stress, Depressionen, Angstzuständen sowie kognitiven Beeinträchtigungen hin (vgl. Gewirtz-Meydan/Finzi-Dottan 2017, S. 7). Der Ausdruck von Ärger kann dabei vielschichtig sein; häufig richtet sich dieser entweder direkt gegen die Täter oder, in gewissen Fällen, gegen unbeteiligte Dritte. Der möglicherweise ungesehen oder unbewusst gelassene Ärger kann jedoch bei den betroffenen Frauen zu psychosomatischen Beschwerden führen (vgl. Ueckerth 2014, S. 67f.; ind. zit. n. Dutton 2002, S. 92-95).

„Zurückweisung und Verachtung erzeugen Angst (Amygdala).“ (Masz 2020, S. 361; ind. zit. n. Bauer 2011). Daraus lässt sich schlussfolgern, dass emotionale Gewalt und die aus ihr resultierenden Auswirkungen bei den Opfern sowohl psychologisch als auch physiologisch eng miteinander verbunden sind. Wiederholte Erlebnisse emotionaler Gewalt resultieren in einer konstant erhöhten Stressreaktion des Körpers, was den Regelkreislauf zwischen Hypothalamus und Hypophyse aktiviert und in der Folge zur verstärkten Ausschüttung von Stresshormonen, wie Cortisol und Adrenalin, in den Nebennieren führt. Diese ständige körperliche und seelische Anspannung birgt das Potenzial in sich, die Gesundheit nachhaltig zu beeinträchtigen, die Organe zu schwächen und die Immunabwehr deutlich zu reduzieren (vgl. Bartens 2020, S. 29). Wardetzki ergänzt, dass in einem Zustand fortwährender Anspannung sich sowohl Geist als auch Körper in einem permanenten Alarmmodus befinden. Dieser Zustand trifft insbesondere auf narzisstische Beziehungen zu, in denen die*der Partner*in die primäre Bedrohung darstellt, kenntlich gemacht durch Unberechenbarkeit, Wutausbrüche und Schuldzuweisungen (vgl. Wardetzki 2023, S. 151). Straight et al. (2003) untersuchten die Zusammenhänge zwischen psychischer Misshandlung in Beziehungen und chronischen Erkrankungen und stellten signifikante Assoziationen fest (Straight et al., 2003, S. 1036ff.). Eine aktuelle Studie aus dem Jahr 2023 ermittelte, dass Frauen, deren Partner narzisstische Charakterzüge aufweisen, nahezu einstimmig über die negativen Folgen ihrer Beziehungen berichteten, besonders nach einer Trennung. Viele dieser Frauen erkannten schmerzlich, dass sie Opfer von Misshandlung gewesen waren. Aus dieser Einsicht folgten negative psychologische und soziale Konsequenzen. Die Betroffenen erlebten eine Verminderung ihres Selbstwerts, litten unter Depressionen, hatten Vertrauensprobleme und einige kämpften mit Appetitlosigkeit oder erlitten Panikattacken (Shousha 2023, S. 8f.).

4.3. Psychologische Hintergründe

In diesem Abschnitt werden die historischen und psychologischen Hintergründe konkretisiert und untersucht, die möglicherweise dazu führen, dass betroffene Frauen in langanhaltenden missbräuchlichen Beziehungen verbleiben. Ziel ist es, ein tiefergehendes Verständnis dafür zu entwickeln, welche inneren Anteile und Mechanismen bei den betroffenen Frauen eine Rolle spielen können.

4.3.1. Komplementär-Narzissmus

Willi beschreibt den Begriff in einer Paar-Konstellation als ergänzenden Narzissmus (vgl. Willi 2024, S. 101-107). In dieser Konstellation wird er von Wardetzki präzisiert, die anmerkt: „Komplementärnarzisst ist im Grunde auch narzisstisch strukturiert, aber mit umgekehrten Vorzeichen“ (Wardetzki 2013, S. 31). Der Komplementärnarzisst manifestiert dabei eine Haltung der Minderwertigkeit, während der offene Narzisst durch ein scheinbar übersteigertes Selbstbewusstsein gekennzeichnet ist. Während Letzterer durch Dominanz, Egoismus und Misstrauen besticht, sind bei dem Komplementärnarzissten verdeckte Merkmale, wie Gehemmtheit, überempfindliche Reaktionen und eine ausgeprägte Selbstentwertung, zu erkennen (vgl. ebd. S. 31). Willi beschreibt dies als: „Er findet im Partner ein idealisiertes Ersatz-Selbst“ (Willi 2024, S. 107). Diese Dynamik lässt sich so deuten, dass die Partnerin keine eigenen Ansprüche formuliert und den Narzissten vorbehaltlos idealisiert. In diesem Kontext identifiziert sich der Narzisst mit dem von ihr projizierten Idealbild und erwartet, dass sie sich vollständig für ihn opfert und ihr Leben ausschließlich in Bezug auf ihn gestaltet (vgl. ebd. S. 106). Paradoxerweise führt die Selbstaufgabe des Komplementär-Narzissten deshalb zu einer Art Hörigkeit, da er eine ausgeprägte Bereitschaft zeigt, seine*n Partner*in kritiklos zu idealisieren. Trotz der unterschiedlichen Ausdrucksformen zeichnen sich beide Partner*innen durch eine fundamentale Störung aus: ein unsicher konfiguriertes Selbst, das sich als minderwertig empfindet. Indem der Komplementär-Narzisst sich vollumfänglich auf die Emotionen und Bedürfnisse der*des Narzisst*in konzentriert, übt sie*er paradox durch ihre*seine Selbstaufgabe eine erhebliche Kontrolle über die Beziehung aus (vgl. ebd.).

Komplementär-Narzissten entwickeln zwar grandiose Fantasien, fühlen sich jedoch des Rechts beraubt, diese auch zu verwirklichen. Dabei handelt es sich häufig um Frauen, die mit einem negativen Selbstbild ihrer Weiblichkeit kämpfen. Diese neigen dazu, solche Partner zu wählen, die sie idealisieren, um ihr Ideal selbst auf diese zu projizieren und so ein akzeptables Selbstbild zu formen. Diese Form der projektiven Identifikation ermöglicht es ihnen, die Eigenschaften ihrer Partner zu internalisieren (vgl. Willi 2024, S. 101-105). Für diese Frauen wird die Erbringung perfekter Leistungen in der Beziehung zur alleinigen Grundlage ihres Selbstwerts

und ihrer Identität (vgl. Wardetzki 2023, S. 50). In dieser Dynamik ist die ideale Partnerin eines narzisstischen Mannes oft durch altruistische Züge gekennzeichnet und damit sind Minderwertigkeitsgefühle und ein schwaches Selbstwertgefühl verbunden, die bis zur Selbstzerstörung führen können. Die Frauen treten bescheiden auf, stellen nur geringe Ansprüche und passen sich widerstandslos an. Häufig ist dies das Resultat von Entwertungen, denen sie bereits in der Kindheit ausgesetzt waren; oft wurde ihnen das Anrecht auf eine eigene Identität entzogen (vgl. Willi 2024, S. 101-105). Sie verstehen Liebe als eine bedingungslose Hingabe, zeigen unerschütterliche Zuneigung und sind dazu bereit, für Anerkennung zu leiden und Enttäuschungen auf sich zu nehmen. Allgemein versuchen sie, die inneren Wunden aus ihrer Kindheit durch unbedingte Liebe zu heilen und die Leere in ihren bisherigen Liebeserfahrungen zu überbrücken (vgl. Willi 2024, S. 315-318). Wardetzki hebt resümierend hervor:

„Der Vorteil für beide liegt auf der Hand, sie steigert ihre Bedeutung durch seine Großartigkeit und er wächst durch ihre Bewunderung“ (Wardetzki 2023, S. 23).

4.3.2. Maladaptive Verhaltensmuster

Die Untersuchungen zur Prävalenz von Schröttle und Müller sowie die Forschung von Gay et al. zeigen deutlich, dass Frauen, die in ihrer Kindheit Gewalt von ihren Eltern erfahren oder beobachtet haben, mit einer mindestens doppelten Wahrscheinlichkeit Opfer häuslicher Gewalt werden im Vergleich zu jenen Frauen, die in einem gewaltfreien Umfeld aufgewachsen sind (vgl. Schröttle/Müller 2004, S. 268; Gay et al. 2013). A. Riggs (2010) hat in seiner Studie auch festgestellt, dass emotionaler Missbrauch in der Kindheit entscheidende Auswirkungen auf die Gestaltung von romantischen Beziehungen im Erwachsenenalter hat. Die frühen Erfahrungen können die Entwicklung von desorganisierten Bindungsstilen fördern, die eine gesunde emotionale Regulierung erschweren. Dies führt zu dysfunktionalen Bewältigungsstrategien und wirkt sich negativ auf die psychische Gesundheit sowie die Qualität romantischer Partnerschaften aus (vgl. A. Riggs 2010, S. 6f.). Seine Studie belegt weiterhin nach Jahren, dass emotionale Missbrauchserfahrungen in der Kindheit oft dazu führen, dass desorganisierte Bindungsmuster entwickelt werden. Dabei gehören elterliche Handlungen, wie Bedrohungen, Herabsetzungen, Grenzüberschreitungen, unzureichende Zuneigung sowie Zurückweisungen und das Ignorieren der Bedürfnisse des Kindes, zu den verschiedenen Ausprägungen emotionalen Missbrauchs. Leider zeigen betroffene Kinder häufig problematische Verhaltensweisen in der Bindung (vgl. A. Riggs 2018, S. 64ff). Die Desorganisation bei diesen Kindern, wie von Main und Hesse beschrieben, resultiert aus einem ambivalenten Dilemma:

Sie sehnen sich nach Sicherheit und Geborgenheit, empfinden jedoch gleichzeitig Angst vor den Bezugspersonen (vgl. A. Riggs 2010, S. 12). Oft führt dies zu instabilen Bindungen und einem geringen Selbstwertgefühl bei den Betroffenen. Der Zusammenhang zwischen früh erlittenen Misshandlungen und den daraus resultierenden Beziehungsproblemen ist deshalb evident, da Sichtweisen aus negativen inneren Beziehungsmodellen internalisiert werden, die sich merklich auf künftige zwischenmenschliche Beziehungen im Erwachsenenleben auswirken können (vgl. A. Riggs 2018, S. 70-74).

Collins und Feeney argumentieren zudem, dass Kinder mit desorganisiertem Bindungsverhalten in bestimmten Fällen zu ängstlich gebundenen Erwachsenen heranwachsen. Diese Menschen neigen dazu, aus ihrer Angst vor Verlassenheit ein übersteigertes Bedürfnisse nach Fürsorge zu entwickeln, oft begleitet von Selbstaufopferung, Scham und intensiver Verlustangst (vgl. A. Riggs 2010, S. 25-28). Bei den betroffenen Frauen manifestiert sich das Gefühl der Scham möglicherweise in der festen Überzeugung, dass etwas an ihrer Persönlichkeit defizitär sei. Diese innere Haltung verstärkt die Zweifel an ihrer Fähigkeit, von anderen geliebt zu werden (vgl. L. Zurbriggen/ Ben Hagai 2018, S. 236f.).

Die Erfahrungen mit körperlicher Gewalt führen häufig zu einer Desensibilisierung gegenüber aggressivem Verhalten, was die Akzeptanz missbräuchlicher Handlungen in zwischenmenschlichen Beziehungen begünstigt (vgl. Schwarz 2020, S. 51). So hat eine Studie aus dem Jahr 2015 herausgefunden, dass Frauen, die Gewalt in ihrer Kindheit erlitten haben, auch regelmäßig von psychischer Misshandlung in ihren romantischen Beziehungen berichten (vgl. Bell/ Higgins 2015). Diese frühen Erfahrungen sind oft von der Dichotomie zwischen Opfer und Täter und durch die zentrale Erwartung missbräuchlicher Interaktionen geprägt, untermalt von einem erheblichen Machtungleichgewicht. In vertrauten Beziehungen können maladaptive Muster entstehen, die nicht nur zu erhöhten Anfälligkeiten gegenüber emotionalem Missbrauch führen, sondern auch selbst aggressive Verhaltensweisen herausfordern. Diese desorganisierten Bindungsmuster, abgeleitet aus emotionalem Missbrauch, scheinen sowohl ein aggressives Verhalten hervorzubringen als auch eine Viktimisierung in späteren Partnerschaften zu fördern (vgl. A. Riggs 2018, S. 77; L. Zurbriggen/ Ben Hagai 2018, S. 236). A. Riggs führt aus, dass durch Gewalterfahrungen ein negatives Selbstbild entstehen kann (A. Riggs 2010, S. 29), das zusammen mit ungünstigen inneren Selbstmodellen (d.h., dem individuellen Empfinden, unerwünscht, unwürdig oder wertlos zu sein) leicht zu einer Toleranz gegenüber missbräuchlicher Behandlung führen kann. Wahrnehmungen, die als feindlich empfunden werden, nähren das Gefühl, dass Gewalt in Beziehungen normalisiert ist. Vor allem Personen

mit einer ängstlichen Bindung sind anfälliger für sich zuspitzende Verhältnisse und negative Muster in Beziehungen (vgl. A. Riggs 2018, S. 77).

Die romantischen Partner*innen werden oft unbewusst als Reaktion auf deren Verhaltensweisen gewählt, welche nicht nur ihren negativen Erwartungshaltungen über sich selbst entsprechen, sondern auch die ihrer Partner*innen widerspiegeln. Dies führt dazu, dass ein wiederkehrendes Missbrauchsmuster immer wieder neu erlebt wird (vgl. A. Riggs 2010, 34; Wardetzki 2023, S. 135f.).

4.3.3. Neurologischer Faktor im Bindungssystem

Ueckerroth zitiert Schumachers Aussage über die Beratung mit Frauen: „Die Frauen haben ganz oft – in den Zeiten, bevor sie zu uns kommen – ja auch noch neben all der Angst, auch immer noch die Hoffnung, dass es auch wieder gut wird in dieser Beziehung.“ (Ueckerroth 2014, S. 94). Diese Aussage verdeutlicht ein tiefgreifendes Problem. Ein unsicherer und desorganisierter Bindungsstil zu Bezugspersonen führt zu anhaltendem Stress, der sowohl das Gehirn als auch die Persönlichkeit nachhaltig verändern kann. Diese Veränderung begünstigt die Entwicklung von sogenannten 'Ego-Staaten', also von Persönlichkeitsanteilen, die darauf abzielen, das physiologische und psychische Überleben zu sichern. (vgl. Masz 2020, S. 352).

Eine traumatische Bindung zu den Eltern kann bei einem Kind zur Entwicklung von Überlebensstrategien führen, wie etwa zu einem stark ausgeprägten Kontrollbedürfnis. Um ein Gefühl von Hoffnung und Handlungsfähigkeit zu entwickeln, übernimmt das Kind häufig unbewusst die Verantwortung für die erlebten Traumata und glaubt fälschlicherweise, es selbst hätte den Einfluss auf die Geschehnisse zu verantworten. Diese Illusion von Kontrolle bietet dem Kind eine Mischung aus Macht und Zuversicht. (vgl. ebd. S. 353). Die traumatischen wiederholten Erfahrungen mit Bezugspersonen hinterlassen nachhaltige Spuren im limbischen System und formen ein internes Bindungsmuster, das sich als neuronale Vernetzung manifestiert. Dieses Muster spielt eine entscheidende Rolle in der Regelung des Verhaltens und nimmt letztlich einen bedeutenden Einfluss auf die zwischenmenschlichen Beziehungen im Erwachsenenalter. (vgl. ebd. S. 354).

4.3.4. Überanpassung

Um die Ausführungen des vorherigen Abschnitts tiefer zu verstehen, führt Masz aus, dass eine traumatische Beziehung zu den Eltern tiefgehende Überlebensstrategien zur Folge haben kann, die sich insbesondere in einem starken Bedürfnis nach Kontrolle manifestieren (vgl. Masz 2020, S. 353). Um sich in ihrer Kindheit ein Gefühl von Kontrolle über ihre oft belastende

Situation zu verschaffen, entwickeln die betroffenen Personen maladaptive Anpassungsmechanismen. Diese haben häufig zum Inhalt, dass sie sich selbst die Schuld an ihren Umständen geben und sich eng an ihren Bezugspersonen orientieren; ein Verhalten, das häufig auf die existenzielle Notwendigkeit von Bindungen in der frühen Kindheit zurückgeht (vgl. Stahl 2025, S. 16:15-18:31). Durch die Verantwortungsübernahme in der entstehenden belastenden Beziehung glaubt das Kind fälschlicherweise, an den misslichen Umständen schuldig zu sein. Diese Illusion der Kontrolle verleiht dem Kind eine illusorische Kombination aus Macht und Hoffnung (vgl. Masz 2020, S. 353). Im Erwachsenenalter nehmen die Betroffenen später auch oft die Verantwortung für den Erfolg ihrer Beziehungen auf sich, was häufig zur Entwicklung einer anklammernden Bindungsweise führt. Die Betroffenen hegen die Überzeugung, dass Sicherheit nur in der Nähe einer Bindungsperson zu finden sei – und zwar selbst dann, wenn diese mit gewaltsamem Verhalten einhergeht. Aus historischen und psychologischen Gründen neigen sie dazu, emotional missbräuchliche Beziehungsmuster zu reproduzieren, die der Dynamik von „Zuckerbrot und Peitsche“ entsprechen. Diese vertrauten, wenn auch schädlichen Muster vermitteln ihnen eine trügerische Sicherheit. Demzufolge leben zahlreiche Frauen in einem kontinuierlichen Zustand emotionaler Alarmbereitschaft und sie sind häufig von ängstlichen und depressiven Gefühlen geprägt (vgl. Stahl 2025, S. 37:40-39:26).

4.3.5. Rollenbilder und die verinnerlichten historischen Bewältigungsstrategien

Typische Merkmale vieler Frauen in gewalttätigen Beziehungen sind ihr Drang nach emotionaler Nähe und der Versuch, Spannungen abzubauen sowie Auseinandersetzungen zu vermeiden. Oft sind sie dazu bereit, ihre eigenen Bedürfnisse zugunsten der Beziehung zurückzustellen, was sich in ihrem Bestreben zeigt, temporäre Distanzen zu verringern und Harmonie zu fördern (vgl. Lehmann 2016, S. 222). Diese positive Einstellung kann es den Männern ermöglichen, eine abhängige Beziehung zu etablieren. Dadurch fühlen sich Frauen oft in der Gesellschaft für das Funktionieren ihrer Beziehungen und für das Wohlbefinden ihrer Partner verantwortlich, wodurch ihre eigene Selbstständigkeit gefährdet wird (vgl. Ueckerth 2014, S. 94). Vor allem Frauen mit einem instabilen Selbstwertgefühl verlieren häufig den Kontakt zu ihrem inneren Selbst und orientieren sich in starkem Maß an externen Faktoren, wie etwa an ihrem Partner. In diesem Prozess verinnerlichen sie nicht nur dessen Wahrnehmungen und Definitionen, sondern unterliegen auch internen Über-Ich-Anforderungen, die vorschreiben, wie sie in ihrer weiblichen Rolle zu agieren haben (vgl. Wardetzki 2013, S. 76f.). Dieses Verhalten kann als ständige Reproduktion verstanden werden, die jede Handlung erfasst

und bewertet, was einen akzentuierten Anpassungsdruck erzeugt. Mit jeder Anpassung erfahren die Frauen äußeres Lob und Bestätigung, was ihr Selbstwertgefühl stärken oder stabilisieren kann. Doch je tiefer die inneren Wunden sind, desto ausgeprägter wird das Bedürfnis nach positiven Rückmeldungen aus ihrem Umfeld – zunehmend werden ihr persönliches Wohlbefühl und ihre innere Stabilität durch die Wahrnehmungen und das Urteil anderer geprägt (vgl. ebd.).

Frauen, die in ihrer Kindheit häuslicher Gewalt ausgesetzt waren, tendieren dazu, die Bewältigungsmechanismen zu übernehmen, die in ihrem familiären Umfeld dominierten (z.B.: die der Mutter). Die Strategien, die sie im Laufe der Jahre entwickeln, reflektieren häufig die Verhaltensmuster, die sie bei ihren Müttern beobachteten; dabei spielt auch die emotionale Verbundenheit mit diesen eine wesentliche Rolle (vgl. Ueckerth 2014, S. 108). Die Frauen vertreten starre Vorstellungen von Männlichkeit und Weiblichkeit, deshalb tolerieren sie diese Verhaltensweisen bei Männern (vgl. Böhnisch 2016, 60f). Die unbewusste Internalisierung dieses zwischenmenschlichen Umgangs, darunter auch die Normalisierung von Gewalt, prägt ihr Verständnis und ihren Umgang mit gewalttätigen Situationen im Erwachsenenleben nachhaltig (vgl. Ueckerth 2014, S. 108).

4.4. Wenn Liebe zum Gefängnis wird

„[...]Ist es schwer, sich aus einer Abhängigkeitsbeziehung zu befreien, sogar dann, wenn sie stark destruktive Züge annimmt.“ (Wardetzki 2023, S. 39). Die Frage, warum Frauen in gewaltgeprägten Beziehungen verbleiben, beschäftigt sowohl Betroffene als auch Fachleute. Die Gewaltforschung sowie therapeutische Ansätze zu narzisstischen Beziehungen bieten psychologische Theorien und Argumente, die erläutern, warum es den betroffenen Frauen oft so schwerfällt, aus der Beziehung auszusteigen und die emotionale Gewaltspirale zu durchbrechen.

4.4.1. Verdrängung

Frauen, die von Gewalt betroffen sind, empfinden die Unrechtmäßigkeit solcher Handlungen häufig deshalb nicht mehr, da diese negativen Erfahrungen tief in ihren Alltag integriert und so zu einem scheinbar natürlichen Bestandteil ihres Lebens geworden sind. In manchen Fällen stufen Frauen Gewalt innerhalb von Partnerschaften sogar als legitim ein. Vergangene Gewalterfahrungen, insbesondere im familiären Kontext, führen häufig dazu, dass Gewalt verharmlost wird, sodass die Betroffenen annehmen, dass eine Veränderung ihrer Situation nicht möglich ist. Sie rechtfertigen oft das Gewaltverhalten ihrer Partner durch soziale Bedingungen, wie belastende Arbeitssituationen oder andere Stressfaktoren (vgl. Ueckerth

2014, 103ff.). Um mit ihren Erlebnissen umzugehen, setzen diese Frauen Verdrängungsmechanismen ein und vermitteln den Eindruck, nicht als Opfer wahrgenommen werden zu wollen. Äußeren Beobachter*innen gegenüber präsentieren sie oft eine Fassade des Wohlbefindens, die häufig aus einem Gefühl der Handlungsunfähigkeit und der vermeintlichen Abwesenheit realistischer Alternativen resultiert. Zudem sind viele dazu bereit, ihre Partner vor externer Kritik zu verteidigen, was oft zulasten ihres eigenen Wohlbefindens geht (vgl. ebd.).

Gewaltbeziehungen sind häufig durch ein charakteristisches zyklisches Muster gekennzeichnet. Nach einem Gewaltausbruch folgt in der Regel eine Phase der Reue seitens des Täters, begleitet von Entschuldigungen und Versprechungen, sich zu bessern. Angesichts erlebter Gewalt sind viele Frauen dazu geneigt, ihren Partnern wiederholt eine zweite Chance zu gewähren, und sind bereit, Trost zu spenden. Diese Dynamik kann temporär zu einer Verbesserung der Beziehung führen, doch die vorhergehenden Gewalthandlungen werden meist nicht angesprochen. Stattdessen kommt es häufig zu einer Schuldumkehr, bei der die Verantwortung für die Gewaltakte den betroffenen Frauen aufgebürdet wird (vgl. Jocher 2020, S. 153). Wesentliche Konflikte bleiben so lange unausgesprochen, bis die Aggression erneut eskaliert. Mit der Zeit nehmen sowohl die Häufigkeit als auch die Intensität der Gewalthandlungen oft zu, was ein komplexes Zusammenspiel emotionaler Reaktionen und dynamischer Muster erzeugt. Diese Aspekte tragen dazu bei, dass Frauen trotz ihrer offensichtlichen Leiden in solchen Beziehungen verbleiben. Ihr Verbleib in gewaltbelasteten Partnerschaften verdeutlicht häufig den vergeblichen Versuch, durch emotionale Bindung Kontrolle über den Täter zu erlangen (vgl. ebd.).

Frauen in narzisstischen Beziehungen erleben oft ein ähnliches, starkes Bedürfnis nach Sicherheit und emotionaler Unterstützung. Dieses Verlangen äußert sich vor allem in einer intensiven Angst vor dem Verlassenwerden, die häufig ihre Autonomie-Bestrebungen überlagert und diese unterdrückt (vgl. Wardetzki 2023, S. 48).

4.4.2. Stockholm-Syndrom

In seiner Untersuchung zur Situation von Frauen und zu den verfügbaren Beratungsangeboten nach einem Platzverweis aufgrund häuslicher Gewalt behandelt Helfferich (2004) das Konzept der „ambivalenten Bindung“. Dieses Konzept macht deutlich, dass Frauen in Gewaltbeziehungen häufig Verhaltensweisen an den Tag legen, die dem angestrebten Trennungsprozess entgegenstehen. Besonders auffällig ist, dass die Dauer solcher Beziehungen negativ mit der aktiven Handlungsbereitschaft der Frauen korreliert. Statt aktiv eine Trennung

herbeizuführen, neigen sie häufig dazu, passive Strategien zu verfolgen: Sie beruhigen ihre Partner oder verzichten auf Widerspruch. Helfferich hebt hervor, dass viele Frauen, obwohl sie die Notwendigkeit einer Trennung erkennen, in einem Teufelskreis gefangen sind, dessen Dynamik durch wiederholte Versöhnungen nach gescheiterten Trennungsversuchen weiter verstärkt wird. Dies perpetuiert ihre Abhängigkeit (vgl. Ueckerth 2014, S. 36; ind. zit. n. Helfferich 2004, 46ff, S. 145). Dieses Phänomen erinnert an das „Stockholm-Syndrom“, bei dem Opfer enge emotionale Bindungen zu ihren Täter*innen entwickeln. Um festzustellen, ob eine solche Bindung vorliegt, sind bestimmte Faktoren erforderlich: die Bedrohung des Opfers, die soziale Isolation und das unberechenbare Verhalten des Täters. Helfferich demonstriert, dass die schrittweise zunehmende Hilflosigkeit der Frauen sowie der Verlust ihrer persönlichen Ressourcen diesen Bindungseffekt verstärken. In diesem Kontext spielt die soziale Gewalt deshalb eine fundamentale Rolle, da die Täter oft die einzigen Personen sind, welche die grundlegenden Bedürfnisse der Frauen befriedigen (vgl. ebd.).

Die wiederholte Rückkehr zu einem gewalttätigen Partner illustriert das innere Dilemma der betroffenen Frauen: Sie fühlen sich einerseits machtlos gegenüber der Gewalt, sind andererseits aber emotional so stark mit ihren Partnern verbunden, dass eine symbiotische Beziehung entsteht. Diese Bindung kann die Identifikation mit dem Täter fördern und dazu führen, dass externe Unterstützungsangebote abgelehnt werden. Im Zuge dessen verzerren sie ihre Wahrnehmung als Anpassungsmechanismus (vgl. Jocher 2020, S. 153f.). Langfristig führt das Verweilen in dieser belastenden Umgebung zu schweren Beeinträchtigungen des Selbstwertgefühls, wodurch wiederum das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten untergraben wird. Zusätzlich stellen finanzielle Abhängigkeiten, fehlende Ressourcen und die Verantwortung für die Kinder erhebliche Hürden dar, die ein Verlassen gewalttätiger Beziehungen erschweren (vgl. Jocher 2020, S. 154).

4.4.3 Die Suchtthese

Die Suchtthese hat zum Inhalt, dass viele Frauen in narzisstischen Beziehungen anfällig für ein Muster negativer emotionaler Erfahrungen sind. Diese sogenannte Sucht nach schmerzhaften Gefühlen hat häufig ihre Wurzeln in frühen Kindheitserlebnissen, in denen Liebe und Beziehungen häufig mit Leiden, Zurückweisung und Stress verbunden waren. Die Erkenntnisse psychologischer Studien deuten darauf hin, dass ständiger Stress langfristig zu einer Abhängigkeit von Stresshormonen, wie Adrenalin und Cortisol, führen kann, was den Organismus in ständigem Alarmzustand hält (vgl. Wardetzki 2023, S. 151). Außerdem generiert der ständige Wechsel zwischen emotionaler Nähe und offensichtlicher Abgrenzung und stiller

Behandlung durch den narzisstischen Partner ein Gefühl der Verwirrung. Diese Dynamik verstärkt die Selbstzweifel, Unsicherheiten und das Streben nach Versöhnung, was eine emotionale Abhängigkeit hervorruft, bei der Parallelen zu einer Substanzabhängigkeit zu erkennen sind (vgl. Wenzel 2022, S. 62f). Damit bleibt der Körper nicht nur unter Spannung, sondern die gesamte emotionale Verfassung leidet erheblich unter diesen wiederkehrenden Mustern (vgl. ebd.).

4.4.4. Trauma-Bonding

Die Abhängigkeit in narzisstischen Beziehungen korreliert eng mit dem Phänomen des „Trauma-Bonding“. Dutton und Painter (1993) definierten das "Trauma-Bonding" als eine tief verwurzelte emotionale Bindung, die sich aus den einzigartigen Dynamiken missbräuchlicher Beziehungen speist (vgl. Dutton/Painter 1993, S. 105). Diese Bindung resultiert aus der komplexen, oft verwirrenden Differenz zwischen Schmerz und Intimität, die in narzisstischen Strukturen intensiviert wird (vgl. Ramani 2024, S. 74-77). Zentral für dieses Phänomen sind zwei Aspekte: ein starkes Machtungleichgewicht sowie ein variabler Wechsel zwischen positiver und negativer Behandlung. Hierdurch entwickeln sich eine nachhaltige Abhängigkeit und ein Gefühl der Ohnmacht der Betroffenen gegenüber dem Täter (vgl. Dutton/Painter 1993, S. 105). Diese Dynamik führt häufig dazu, dass die betroffene Person trotz früheren Schadens immer wieder deshalb zum Täter zurückkehrt, weil die emotionale Verbindung durch ein Wechselspiel aus Belohnungen und Bestrafungen (vgl. Dorey 2023, S. 4f), bekannt auch durch Flitterwochen und Ausbruch der Gewalt (Dutton/ Painter 1993), entsteht, das die Bindung kontinuierlich aufrechterhält (vgl. Dorey 2023, S. 4f.). In dieser Beziehung zeigt sich eine dysfunktionale Polarität: Während der Täter nach außen freundlich und liebevoll erscheint, agiert er hinterhältig, kontrollierend und emotional missbräuchlich. Diese Doppelzüngigkeit bewirkt, dass das Opfer in einem Teufelskreis der Dysfunktionalität gefangen ist (vgl. ebd. S. 5). Wardetzki charakterisiert dieses Verhältnis als: „[...] Nicht wirklich miteinander, aber auch nicht ohneinander. Keinem von beiden ist eine Ablösung aus der negativen Spirale möglich.“ (Wardetzki 2023, S. 150).

Forschungen von Wissenschaftlern, wie Van Der Kolk (1989, 1991, 1994, 2001), Simonič und Osewska (2019), Fisher (2010) und Bloom (1999), belegen, dass Personen, die häufigen oder langanhaltenden Missbrauch sowie ein frühkindliches Trauma erfahren haben, eher zu Trauma-Bonding neigen. Diese Neigung wird durch den Belohnungsmechanismus im Körper begünstigt, der auf die Endorphinausschüttung nach Krisen reagiert und deren Wiederholung anstrebt (vgl. Fonseca/Oliveira 2021, S. 4).

Diverse Hormone im menschlichen Organismus spielen eine entscheidende Rolle bei der Entwicklung der sogenannten "Trauma-Addiction", welche die Bindung zum Täter verstärken oder hervorrufen kann (vgl. ebd.). Ein Aspekt dieser Dynamik-Verstärkung betrifft die Verzerrungen, die psychologisch als „kognitive Dissonanzen“ titulierte werden. Sie stellen Abwehrmechanismen dar, die in bedrohlichen oder kontrollierenden Beziehungen als Überlebensstrategien fungieren (Carver, 2011). Eine solche Strategie wird oft unbewusst praktiziert, da die Opfer die subtilen Anzeichen von Missbrauch zu Beginn der Beziehung ignorieren, ohne die drohende Gefahr emotionalen Missbrauchs klar zu erkennen (vgl. Dutton/Painter, 1993). Sie neigen dazu, individuelle Interpretationen oder Rechtfertigungen für das Verhalten ihrer Partner zu entwickeln, und sind fest überzeugt davon, dass sie nicht Opfer von Missbrauch sind (vgl. Fonseca/Oliveira 2021, S. 6f.). Später wird die Gewaltsituation vom Opfer zwar rational erkannt, dennoch führt die tief verwurzelte emotionale Unfähigkeit nicht dazu, sich von dem gewalttätigen Partner zu trennen, dessen Verhalten unverändert bleibt. Selbst nach einem Versuch der Trennung kehren viele Opfer häufig wieder zurück, was die Komplexität der missbräuchlichen Beziehung vertieft und den Kreislauf der Gewalt erneut in Gang setzt (vgl. ebd. S. 14-18). Mit zunehmender Intensität der emotionalen Bindung wird das Muster gewalttätigen und missbräuchlichen Verhaltens jedoch immer offensichtlicher (Dutton/Painter 1993, S. 105ff.).

4.4.5. Täterintrojektion

„Die deutsche Übersetzung ist Verinnerlichung. Gefühle, Gedanken, Verhalten einer anderen Person werden ins Selbst hineingenommen. Normalerweise erfolgt eine Assimilation, sodass aus Introjekten Selbstanteile werden, die nicht als fremd erlebt werden.“ (Reddemann 2021, S. 275) Es geht um die Verinnerlichung der Handlungsimpulse, die Gewalttäter projizieren und damit das Handeln der Opfer beeinflussen (vgl. Huber 2020, S. 343). Frauen, die in missbräuchlichen Beziehungen leben, erfahren oft eine psychische Unterordnung, die ihr Selbstwertgefühl mindert und sie dazu veranlasst, ihre Selbstwahrnehmung an die Perspektive des Täters anzupassen. Sie internalisieren die Bedürfnisse und Emotionen des Partners, was zu einer verzerrten Selbstwahrnehmung führt, in deren Rahmen sie den Missbrauch durch die Augen des Täters betrachten. (vgl. Lahav 2021, S. 2). Betroffene Frauen agieren mit dem Täter nicht mehr aus ihrem eigenen Selbst heraus, sondern sind von diesem Introjekt geleitet (vgl. Huber 2020, S. 343). Diese Einflussnahme der Täterintrojektion geht nicht selten mit Mitgefühl für den Täter einher, was anschließend zu einer Rationalisierung und Leugnung des Missbrauchs führen kann. In der Folge richten sich die inneren und äußeren Aggressionen oft

gegen sich selbst oder andere, weil die Identifikation mit dem Täter die Abhängigkeit verstärkt und die Schuld für die erlittene Gewalt zunehmend auf die Opfer verlagert wird (vgl. Lahav 2021, S. 2). Betroffene sind häufig der Überzeugung, dass es an ihnen liege, sich zu verändern, um künftige Gewalterfahrungen zu vermeiden. Faktoren, wie Selbstbeschuldigung und ein verformtes Selbstbild, gewinnen an Bedeutung, was nicht nur die Wahrnehmung der Realität verzerrt, sondern auch langfristig dazu führt, dass sie im Kreislauf der Gewalt gefangen bleiben (vgl. Fonseca/ Oliveira 2021, S. 15). Dies erzeugt ein Machtungleichgewicht, bei dem die gefühlte Unterlegenheit und das verringerte Selbstwertgefühl die Abhängigkeit vom gewalttätigen Partner vertiefen (vgl. Dutton; Painter 1993).

Wenn der gewalttätige Partner spürt, dass eine Trennung in Aussicht steht, reduziert er temporär sein aggressives Verhalten. Um die Trennung aber zu verhindern, setzt er aber psychische Manipulationsstrategien ein (vgl. Fonseca/ Oliveira 2021, S. 16). Psychische Gewalt wird häufig vom Partner als Strategie dazu benutzt, um die Nähe zum Opfer aufrechtzuerhalten, obwohl das Opfer Unterstützung für einen Ausweg benötigt (vgl. ebd. S. 16f.).

Das Hauptproblem wird in der neurobiologischen Reaktion evident. Bei der Suche nach Bindung, die der Stressreduktion dienen soll, fungiert die Beziehung selbst als Stressquelle. So verstärken sich die Abhängigkeiten und schaffen einen Kreislauf narzisstischer partnerschaftlicher Gewalt (vgl. ebd. S. 17f.). Die Bindung, die durch solche traumatischen Erlebnisse entstehen kann, wird durch neurobiologische Prozesse noch verstärkt. Eine Dysregulation der Hormone Dopamin, endogene Opiode, Corticotropin und Oxytocin sind einige der biologischen Faktoren, die zur sogenannten Abhängigkeit führen (vgl. ebd. S. 17). Überdies wirkt sich die Geschichte wiederholter Täterintrojektionen in der Kindheit auf die erneute Erlebbarkeit ähnlicher Dynamiken in gegenwärtigen missbräuchlichen Beziehungen aus (vgl. Lahav 2021, S. 2).

5. Handlungsmöglichkeiten für die Soziale Arbeit

Auf Grundlage der zuvor durchgeführten psychosozialen Analyse der emotionalen Belastungen und des Leidensdrucks, die Frauen im Kontext narzisstischen Missbrauchs erfahren, resultiert für die Soziale Arbeit eine umfassende Herausforderung. Insbesondere die Unterstützung der Frauen, die sich in solchen Beziehungen befinden, erfordert sowohl therapeutische Weiterbildungen als auch psychosoziales Fachwissen. Dieser Abschnitt widmet sich den praxisorientierten Interventionen und legt den Fokus auf die Handlungsmöglichkeiten, die auf dem Empowerment-Ansatz basieren. Im Folgenden werde ich einige Vorschläge unterbreiten,

um betroffenen Frauen umfassende Unterstützung zu leisten und ihre persönliche Stärkung zu fördern.

5.1. Frauenberatung

In den 1970er Jahren, als die zweite Frauenbewegung ihren Anfang nahm, erlangten Themen, wie patriarchale Unterdrückung, offener Sexismus, und die unterschiedlichsten Manifestationen von Gewalt gegen Frauen zunehmend Aufmerksamkeit in den feministischen Diskursen. Die Bekämpfung der Gewalt gegen Frauen bildet seit jeher ein zentrales Anliegen der Bewegung und ist bis heute von hoher Bedeutung (vgl. Soine 2020, S. 245). In den 1980er und 1990er Jahren wurden zahlreiche Initiativen und Projekte sowohl auf nationaler als auch auf internationaler Ebene ins Leben gerufen, häufig initiiert von politischen Aktivistinnen oder direkt betroffenen Frauen. Zu diesen Initiativen gehört die Einrichtung von Frauenberatungsstellen, die mittlerweile aus einem breiten und differenzierten Netzwerk verschiedener Unterstützungsangebote bestehen (vgl. ebd. S. 245f). Unter dem Motto von Carol Hanisch, „Das Privat ist politisch“ (1969), fand in den 1990er Jahren ein paradigmatischer Wandel statt, der zur Schaffung innovativer Beratungsangebote für Opfer häuslicher Gewalt in Deutschland führte. Die Pionierprojekte verfolgten das primäre Ziel, den Opferschutz zu verbessern, indem sie das verstärkt täterorientierte staatliche Handeln betonten (vgl. Lehmann 2016, S. 231; ind. zit. n. WiBIG Band IV 2004, S. 32). Diese Interventionsprojekte bildeten Netzwerkk Kooperationen unterschiedlichster Institutionen, die sich aktiv mit der Thematik häuslicher Gewalt auseinandersetzten. Von fundamentaler Wichtigkeit waren diese Initiativen für die Genese des Gewaltschutzgesetzes, welches rechtliche Rahmenbedingungen für Platzverweise und Wegweisungen in zahlreichen Landespolizeigesetzen etablierte. Darüber hinaus übten sie Einfluss auf die Entwicklung konkreter Handlungsleitlinien für die Polizeiarbeit aus (vgl. ebd.).

5.2. Partnerschaftliche Gewalt und Soziale Arbeit

„Die Gewalthandlung selbst wird insoweit als internationales Handeln gesehen [,] als ihr eine (wie auch immer bewusste) Willensentscheidung [vorausgeht].“ (Brückner 2002, S. 22; zit. n. Nini u.a. 1995, S. 5).

Ein zentraler Aspekt der Unterstützung für von Gewalt Betroffene liegt darin begründet, nicht nur Beratungsstellen zu schaffen, sondern auch gesellschaftliche Räume zu entwickeln, in denen sie Rat, Unterstützung und einen sicheren Rückzugsort finden können (vgl. Brückner 2002, S. 134). Zudem ist es entscheidend, über effektive Wissensressourcen zu verfügen, um

eine qualifizierte Weitervermittlung zu gewährleisten. Die Fachkräfte im sozialen Bereich sollten fundierte Kenntnisse in Bezug auf diese Problematiken besitzen, um sicherzustellen, dass Krisensituationen früh- und rechtzeitig erkannt und angesprochen werden können (vgl. ebd.). Indem sie:

5.2.1. Sensibilisieren

„Nur die Betroffenen selbst können entscheiden, wann und wodurch sie sich in ihrer Integrität verletzt fühlen.“ (Brückner 2002, S. 12).

Eine genderreflektierte Sozialarbeit (vgl. Böhnisch 2016, S. 45), die durch eine empathische Grundhaltung gekennzeichnet ist, erweist sich als unerlässlich für eine wirksame Unterstützung (vgl. Soine 2020, S. 246f.). In der geschlechtsreflektierenden Praxis verschmelzen emotionale und kognitive Aspekte in einem engen Zusammenspiel. (vgl. Böhnisch 2016, S. 45f.). Deshalb ist es von entscheidender Bedeutung, sich einfühlsam auf die Erlebnisse der Frauen einzulassen, ihre emotionalen und kognitiven Bedürfnisse zu verstehen und gleichzeitig ihren individuellen Blickwinkel zu respektieren. Berater*innen sollten sich ihrer eigenen Stärken sowie Schwächen bewusst sein, um die Anliegen gewaltbetroffener Frauen in den Mittelpunkt ihres professionellen Handelns zu rücken (vgl. ebd. S. 246). Zudem ist es wichtig, den Betroffenen das Gefühl zu vermitteln, dass ihre Bedürfnisse und ihr Wert ernst genommen werden (vgl. Böhnisch 2016, S. 99), weil effektive Veränderungen auf einer empathischen und wertschätzenden Beziehung basieren (vgl. Kratzer/Heinz 2020, S. 319).

Ein erheblicher Teil der Frauen, die Beratungsdienste in Anspruch nehmen, äußert oft unspezifische Beschwerden über ihre Partnerschaften, ohne die zugrunde liegenden Schwierigkeiten vollständig zu erfassen. Viele von ihnen erleben eine tiefe Erschöpfung und depressive Verstimmungen und neigen dazu, die Verantwortung für die erlittene Gewalt und die damit verbundenen Herausforderungen auf sich selbst zu übertragen. Diese Einstellung führt zu einer kritischen Neuordnung der Täter-Opfer-Dynamik und fordert eine differenzierte Betrachtung der Beziehungsmuster (vgl. Soine 2020, S. 248). In der Dynamik zwischen den Betroffenen und Berater*innen kommt nicht die Schuldzuweisung infrage, sondern der Versuch, das Selbstwertgefühl der Klientinnen durch ein professionelles und wertschätzendes Vorgehen zu bewahren und zu stabilisieren. Es wird deutlich, dass es sich hierbei um eine komplexe Machtdynamik handelt, an der beide Parteien beteiligt sind, wobei insbesondere die opferseitige Instabilität des Selbstwertgefühls einen wesentlichen Beitrag leistet (vgl. Wardetzki 2013, S. 68).

Das Verständnis dieser Bewältigungsstrategien, die in Krisensituationen zur Anwendung kommen, eröffnet essenzielle Perspektiven auf das Handeln der Frauen. Häufig aktivieren sie dann alternative Herangehensweisen, wenn traditionelle Methoden der Problemverarbeitung, wie die offene Auseinandersetzung mit ihren Schwierigkeiten, nicht ausreichen. In diesen Phasen klammern sie sich oftmals an die vertrauten Elemente ihres Lebens, insbesondere an die traditionellen Geschlechterrollen, die ihnen Stabilität und Orientierung vermitteln. Eine zentrale Herausforderung der Sozialen Arbeit liegt darin begründet, diese verfestigten Rollenbilder zu hinterfragen und schrittweise zu dekonstruieren. Die Etablierung wirksamer Alternativen erweist sich hierbei als hilfreicher Schlüssel, um in Zeiten der Unsicherheit Sicherheit und Unterstützung zu gewährleisten, die durch das Loslösen von stereotypen Geschlechtererwartungen entstehen können (vgl. Böhnisch 2016, S. 44-47).

5.2.2. Die Gewalt enttabuisieren

Die oft unerwähnten und tabuisierten Aspekte von Familien- und Partnerschaftsbeziehungen verdeutlichen, dass das häusliche Umfeld für Frauen eine bedeutende Quelle von Gewalterfahrungen darstellt. Statistiken weisen nach, dass Frauen in ihrem eigenen Zuhause häufiger in Gefahr sind als im öffentlichen Raum (vgl. Brückner 2002, S. 24). Die Rolle der Sozialarbeit in der Beratung liegt darin, die Herausforderungen im Umgang mit der von Frauen häufig geäußerten Neigung zur Verschwiegenheit zu thematisieren (vgl. Böhnisch 2016, S. 43f.). Heikle Themen, wie Gewalt und Missbrauch, werden oft ignoriert oder mit Scham belegt. Diesem Zustand der Hilflosigkeit muss die Sozialarbeit entgegenwirken, indem sie Sichtbarkeit für diese Problematik schafft (vgl. ebd. S. 58ff.).

Die soziale Arbeit hat die verantwortungsvolle Aufgabe zu erfüllen, die Aspekte von Anerkennung und verfügbaren Unterstützungssystemen innerhalb des sozialen Umfelds zu beleuchten. Es ist zudem entscheidend, die bestehenden Machtverhältnisse und Abhängigkeiten zu diskutieren, die oft ein Gefühl der Ohnmacht hervorrufen. (vgl. Böhnisch 2016, S. 94). Frauen müssen dazu befähigt werden, die kritischen Facetten ihrer Lebenssituation anzusprechen, insbesondere jene Gefühle der Hilflosigkeit, die häufig unausgesprochen bleiben. (vgl. ebd. S. 96). Die Sozialarbeit sollte sie in dem Bemühen bestärken, ihre Bedürfnisse klar zu artikulieren, ihre Grenzen zu definieren und so ihre Integrität sowie Selbstständigkeit zu bewahren. (vgl. ebd. S. 41). Wenn der Einfluss von Gewalt als potenziellem Auslöser psychischer Belastungen jedoch im Anamnesegespräch und Beratungsprozess ignoriert wird, dann steigt das Risiko einer Chronifizierung emotionaler Probleme erheblich. (vgl. Schwarz 2020, S. 233).

5.2.3. Aufklären

In Anbetracht der Vielfalt der aufgedeckten und vermuteten Faktoren, die zur männlichen Gewalt in Partnerschaften beitragen, wird deutlich, dass ein einheitlicher, kausaler und allgemeingültiger Erklärungsansatz den komplexen Realitäten nicht gerecht wird. Gewalt manifestiert sich nicht zufällig, sondern ist eng verwoben mit tief verwurzelten Geschlechterrollen und kulturellen Normen, welche die Vorstellung von Weiblichkeit prägen (vgl. Brückner 2002, S. 67). Das Verständnis von Geschlechterungleichheiten, Klischees und der verschiedenen Formen von Gewalt, insbesondere derjenigen in Beziehungen, ist von zentraler Relevanz. Ergänzend dazu ist es unerlässlich, die institutionellen, wirtschaftlichen und rechtlichen Rahmenbedingungen deshalb zu fokussieren, da sie die Bemühungen um die Bekämpfung von (Partner-)Gewalt entweder unterstützen oder behindern können (vgl. Soine 2020, S. 246f). Zudem ist das Verständnis der individuellen Barrieren für eine Trennung ebenso essenziell. Finanzielle Abhängigkeit, sozialer Druck, verminderter Selbstwert, erlernte Hilflosigkeit, dysfunktionale Überzeugungen sowie die Angst vor Rache des Partners sind einige der häufigsten Beweggründe, die Frauen dazu veranlassen, in missbräuchlichen Beziehungen zu verharren (vgl. Kratzer/Heinz 2020, S. 319).

Die geschlechtsreflektierende Praxis in der Sozialen Arbeit verbindet emotionale und kognitive Dimensionen in einem komplexen Verhältnis miteinander. Eine Form der Aufklärung, die auf Authentizität basiert, erfordert eine tiefgehende emotionale Bindung zu den Klient*innen, während gleichzeitig ein umfassendes Verständnis für die vielschichtigen Einflüsse, die geschlechtsspezifische Verhaltensmuster formen, unabdingbar ist (vgl. Böhnisch 2016, S. 45f.).

5.2.4. Unterstützen an entscheidenden Wendepunkten

Ein Wendepunkt im Leben der Betroffenen äußert sich häufig in der Intensität und Unmittelbarkeit der erfahrenen Emotionen, die von einer neuartigen Klarheit und Gewissheit der eigenen Gedanken begleitet werden (vgl. Brückner 2002, S. 89f). Zudem ist es entscheidend, dass sie die Bereitschaft und den Mut entwickeln, Veränderungen in ihrem Leben herbeizuführen (vgl. Böhnisch 2016, S. 41). In den Momenten, in denen sich Frauen von überholten Selbstbildern lösen, entfaltet sich in ihnen eine bemerkenswerte innere Stärke. Diese Erfahrungen verdeutlichen, dass das Festhalten an belastenden Lebensumständen lediglich eine von vielen Entscheidungsoptionen darstellt (vgl. Brückner 2002, S. 91f.). Brückner (2002) illustriert durch Berichte aus Frauenhäusern und durch detaillierte Interviews mit von Gewalt betroffenen Frauen, dass viele von ihnen ein Spannungsfeld zwischen zwei gegensätzlichen

Persönlichkeiten erleben. In belastenden Beziehungen sind Empfindungen, wie Unsicherheit, Minderwertigkeit und Ohnmacht, verbreitet. Dagegen eruieren sie nach der Trennung das Potenzial zur Stärkung ihres Selbstbewusstseins, zur Entwicklung von Durchsetzungsvermögen und zur Eröffnung neuer Lebensperspektiven (vgl. ebd. 84). Im Beratungskontext wird der Fokus auf die gegenwärtigen Bedürfnisse und Erreichbarkeiten der Klientinnen gelegt. Anstatt externalen Vorgaben zu folgen, werden die Frauen dazu ermutigt, ihre eigenen Entscheidungs- und Handlungsmöglichkeiten herauszufinden und zu verstehen. Durch diese Vorgehensweise entwickeln sie ein Bewusstsein für ihre Fähigkeiten, Problemlösungsansätze und Ressourcen, die für die Gestaltung einer gewaltfreien Zukunft von entscheidender Bedeutung sind (vgl. Soine 2020, 246).

Die Entscheidung, eine Beratung in Anspruch zu nehmen, stellt für viele Frauen einen langwierigen und komplexen Prozess dar, der Geduld, Empathie und respektvolle Herausforderung umfasst. Die Kompetenz der Berater*innen, die Klientin durch die vielschichtigen Situationen von Widersprüchen, erlebten Ausweglosigkeiten sowie Verstrickungen und Selbstbildverzerrungen zu begleiten, erlaubt es, schmerzhaftes und bislang unverarbeitete Beziehungsmuster zu identifizieren, die anschließend in die Gespräche integriert werden. (vgl. Soine 2020, S. 248).

5.3. Relevanz und Auswirkungen der Aufarbeitung biografischer Erfahrungen

Es besteht ein unmittelbarer Bedarf an einer psychosozialen personenzentrierten Beratung, die darauf abzielt, das Selbstbild der Frauen zu transformieren, damit diese mit größerem Selbstbewusstsein in Beziehungen eintreten können (vgl. Brückner 2002, S. 139). In der Phase der Erinnerungsverarbeitung wird Betroffenen die erforderliche Unterstützung geleistet, um ihre emotionalen Regungen, wie Wut und Trauer, angemessen zu artikulieren und dabei positive Selbst- sowie Außenbewertungen zu entwickeln (vgl. Kratzer/Heinz 2020, S. 316). Ferner ist es essenziell, sich mit den begleitenden kognitiven Verzerrungen auseinanderzusetzen, die zentrale Themen, wie Schuld, Verantwortung, Scham, Selbstwert sowie Sicherheit und Vertrauen, betreffen (vgl. ebd. S. 317). Verzerrte und idealisierende Sichtweisen auf den Partner können durch gezielte Interventionen verändert und angepasst werden (vgl. ebd. S. 319).

Die Klientinnen sollten dazu in der Lage sein, ihren eigenen Beitrag zur Beziehung zu reflektieren und gegebenenfalls anzupassen, ohne in Schuldzuweisungen oder Selbstanklagen zu verfallen. Das Erkennen und Ändern destruktiver Verhaltensmuster schaffen Raum für erfüllende Liebesbeziehungen und unterstützen die Bewältigung vergangener Traumata. Dieses

Vorgehen fördert letztlich sowohl die persönliche Autonomie als auch die soziale Beziehungsfähigkeit (vgl. Wardetzki 2023, S. 181).

Die “erlernte Hilflosigkeit“ (Seligmann 1996) hat ihre Wurzeln häufig in frühen Kindheitserfahrungen. Daher ist eine offene Anerkennung der gravierenden Auswirkungen von Kindheitsgewalterfahrungen unerlässlich, um den Heilungsprozess voranzutreiben und die betroffenen Personen zu empowern (vgl. Huber 2020, S. 342f). Diese Erkenntnisse eröffnen Frauen die Möglichkeit, sich aus der Rolle des Opfers zu befreien und die Kontrolle über ihr eigenes Leben zurückzugewinnen. Gleichzeitig fördert dies ein vertieftes Verständnis für die Wechselwirkungen in der Beziehung zu ihrem Partner (vgl. Wardetzki 2023, S. 181).

Im Mittelpunkt dieser Beratung steht das Wohlbefinden der Klientinnen, deren Ziel es ist, erlebte Gewalt zu verarbeiten und zu bewältigen. Die Beratungsgespräche leisten nicht nur Unterstützung bei der Entscheidungsfindung, sondern liefern auch essenzielle Informationen zu den finanziellen und rechtlichen Aspekten ihrer Lebenssituation. Überdies werden die relevanten rechtlichen Rahmenbedingungen sowie die Prozesse der Traumatisierung thematisiert und geeignete Strategien zur Gewaltbewältigung diskutiert. Auch die individuellen Erfahrungen der Frauen werden in die Gespräche einbezogen, wobei reflektiert wird, wie diese Gewalterfahrungen mit ihren bisherigen Lebensgeschichten verknüpft sind. Die Klientinnen werden in ihrem Bemühen unterstützt, ihre eigenen Grenzen zu erkennen und zu definieren, und es wird gemeinsam erarbeitet, wie das Selbstbild als Frau und Mutter effektiv gestaltet werden kann, um ein tieferes Verständnis ihrer Rolle zu entwickeln. Dies erfordert eine vertiefte Auseinandersetzung mit der Partnerschaft sowie den gesundheitlichen Folgen der erlebten Gewalt (vgl. Ueckerth 2014, S. 72f.).

In Zeiten kritischer Lebensereignisse strebt der Mensch an, geschehene Ereignisse zu begreifen und integrativ in sein Selbstbild zu integrieren. Es entwickelt sich ein dynamischer Prozess, in dem sich Phasen des Leugnens und der intensiven Reflexion abwechseln. Diese Interaktion ist entscheidend, um sich vor den überwältigenden Emotionen des traumatischen Erlebnisses zu schützen. Gleichzeitig ist es unerlässlich, sich zeitnah mit dem Ereignis auseinanderzusetzen. Durch die wiederholte Auseinandersetzung mit den verschiedenen Phasen wird ein behutsames Erkunden des traumatischen Geschehens ermöglicht, wobei stets die Möglichkeit besteht, sich zurückzuziehen. Das Ziel dieses schrittweisen Annäherungsprozesses besteht darin, langfristig eine Akzeptanz des Erlebten zu erreichen. Dabei ist es von großer Bedeutung, eine ausgewogene Balance zwischen Wegschauen und Konfrontation zu finden, um potenziellen negativen Auswirkungen vorzubeugen (vgl. Filipp/Aymanns 2010, S. 153ff.).

Das Ziel sozialpädagogischer Interventionen sollte daher darin bestehen, die psychosoziale Handlungsfähigkeit der Klientinnen wiederherzustellen. Diese Handlungsfähigkeit soll zu einer stabilisierenden inneren Selbstwahrnehmung führen (vgl. Böhnisch 2016, S. 105). Fachleute plädieren häufig für eine spezialisierte Beratung, die darauf abzielt, das **Empowerment** der Betroffenen zu fördern. Solche Maßnahmen können dazu beitragen, sowohl die Sicherheit als auch die Lebensqualität der betroffenen Personen erheblich zu steigern (vgl. Kratzer/Heinz 2020, S. 314).

5.4. Empowerment-Ansatz

Empowerment lässt sich als Prozess der Selbstermächtigung verstehen, der Individuen dazu anregt, die Kontrolle über ihr Leben zu übernehmen und ihre eigenen Potenziale zu entfalten. Dieses Konzept zielt darauf ab, die vorhandenen Fähigkeiten zu fördern und die Ressourcen zu aktivieren, um ein selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen (vgl. Lenz 2011, S. 13). Darüber hinaus unterstützt es Menschen darin, ein ausgeprägtes Bewusstsein für ihre Autonomie zu entwickeln und aktiv an der Gestaltung ihrer Lebensumstände mitzuwirken (vgl. Tsirigotis 2011, S. 161). Empowerment manifestiert sich laut Chamberlin (1993) in zentralen Dimensionen: in der Entscheidungsfähigkeit einer Person sowie in der Erschließung von Wahlmöglichkeiten, in dem individuellen Einfluss, in dem kritischen Denken und in der emotionalen Ausdrucksfähigkeit. Außerdem schließt es die Anerkennung von Eigen- und Fremdrechten, die Möglichkeit, Veränderungsprozesse initiativ zu gestalten, sowie das Verständnis von innerem Wachstum und der Entwicklung eines positiven Selbstbildes ein. Ebenso fördert es die Überwindung von Stigmatisierungen und die kritische Reflexion sowie die Anpassung individueller Handlungskonzepte (vgl. Lenz 2011, S. 14).

In der Beratung werden die wesentlichen Aspekte zusammen mit den von Gewalt betroffenen Frauen professionell behandelt, und zwar in Bezug auf ihren eigenen individuellen Weg, um sie zu stärken, und zwar:

5.4.1. Ressourcenorientierung:

„Unsere Ressourcen sind die Lebensquellen.“ (Lorenz 2016, S. 128).

Im psychologischen Kontext umfassen Ressourcen Energiequellen, erlernte Kompetenzen und Lösungsstrategien. Sie repräsentieren somit ein positives Potenzial, das dazu dient, die Bedürfnisse der Personen zu befriedigen (vgl. Buchwald/ Hobfoll 2004, S. 225). Die gezielte Verbindung identitätssichernder Ressourcen kann das Selbstwertgefühl der Individuen stärken und deren emotionale Stabilität fördern (vgl. Lorenz 2016, S. 128). Unser Ziel bleibt es, die

verborgenen Stärken zu ermitteln und aktiv in den Entwicklungsprozess einzubringen (vgl. Lenz 2011, S. 16).

Die Beratungsarbeit versucht, komplexe, oft missverstandene familiäre und gesellschaftliche Strukturen zu entwirren. Dieser Ansatz ist von entscheidender Wichtigkeit, um Frauen Selbstständigkeit zu ermöglichen. Ein zentrales Anliegen besteht darin, Klientinnen bei der Herausbildung und Umsetzung ihrer Identität zu helfen. Indem Frauen in diesem Prozess miteinander verbunden werden, entwickelt sich ein bemerkenswertes Gegengewicht zu den "harmonischen Ungleichgewichten" in ihren Familienkonstellationen (vgl. Böhnisch 2016, S. 178f.). Soziale Netzwerke sind in dem Fall unersetzlich (vgl. Lenz 2011, 16). Diese Netzwerkarbeit ermöglicht es den Frauen, Familie als einen vielschichtigen Lebensraum zu begreifen, in dem sie nach außen gerichtete Beziehungen knüpfen können (vgl. Böhnisch 2016, S. 178f.).

Die Schaffung sozialer Beziehungen unter Frauen kann als Quelle des Empowerments qualifiziert werden. Diese Beziehungen zeichnen sich durch Vorbildfunktionen und gegenseitige Unterstützung aus und fördern sowohl die psychische als auch die soziale Kompetenz der Frauen (vgl. Brückner 2002, S. 156f.). Ein geschützter Ort, der Raum bietet für die Äußerung von Problemen und Bedürfnissen, fördert gleichzeitig die Selbstverantwortung und Eigenständigkeit (vgl. Brückner 2002, S. 157). Auf der Basis eines gefestigten Selbstwertgefühls können insbesondere innerhalb dieser stabilen Beziehung Netzwerke entstehen, die nicht nur Sicherheit bieten, sondern auch in vielfältigen Aktivitäten zum Ausdruck kommen, welche die individuelle Souveränität und die Stärkung des Selbst bekräftigen (vgl. Lorenz 2016, 129).

In der Praxis berichteten die von narzisstischer Gewalt Betroffenen von der signifikanten Unterstützung, die ihnen der Austausch über ihre Erfahrungen mit Gleichgesinnten bot. Dieser Kontakt, der sowohl Sinnerfüllung als auch Rückhalt vermittelte, stellte sich als äußerst bereichernd heraus. Mit einem Fokus auf den Wiederaufbau ihrer sozialen Netzwerke suchten die Frauen wieder aktiv nach gesellschaftlichen Interaktionen. Zudem erkannten sie die Bedeutung von Selbstbildung und vertieften ihr Wissen über Themen, wie Narzissmus, narzisstischen Missbrauch, häusliche Gewalt sowie über die Mechanismen von Macht und Kontrolle und die Etablierung persönlicher Grenzen (vgl. Elise 2019, S. 55ff.). Dorey (2023) betont, dass bei der Überwindung der Folgen von Trauma-Bonding, das oftmals in narzisstischen Beziehungen zu einem gewalttätigen Partner auftritt, mehrere entscheidende Faktoren eine Rolle spielen. In seinen Studien werden folgende Aspekte hervorgehoben: Die

Verbesserung der Bildungs- und Berufsmöglichkeiten für die Betroffenen, die Förderung der wirtschaftlichen Unabhängigkeit, die Stärkung des Selbstwertgefühls sowie des Lebenssinns, eine klare Zielorientierung im Leben und der Ausbau sozialer Unterstützungsnetzwerke (vgl. Dorey 2023, S. 6f.).

Durch den kontinuierlichen Beratungsprozess und gezielte Netzwerkarbeit sind wir dazu in der Lage, flexibel auf Krisensituationen zu reagieren. Die Einbindung externer Unterstützungssysteme ermöglicht es uns, gemeinsam hilfreiche Lösungen zu erarbeiten und die nächsten Schritte zu klären. So aktivieren wir vorhandene Stärken, entdecken neue Ressourcen und fördern die Selbstständigkeit sowie bedeutungsvolle Erlebnisse der Selbstwirksamkeit (vgl. Jocher 2020, S. 149).

5.4.1.2. Anwendungsorientierte Umsetzung

Rußkopf (2023) präsentiert die Methode der psychodramatischen Ressourcenarbeit als wertvolles Instrument sowohl für individuelle als auch für Gruppensettings. Diese pädagogischen Übungen, wie etwa der „Liebesbrief an mich selbst“ oder die psychodramatische Visualisierung der „Big Five for Life“, sowie das Konzept des soziokulturellen Atoms beleuchten die eigenen Stärken und Ressourcenfelder. Sie fungieren als Schlüssel zu neuem Antrieb und Motivation für Veränderungen und regen zu tiefgreifenden Denkanstößen an. Diese Aktivitäten fördern nicht nur das Selbstwertgefühl, sondern auch das Selbstbewusstsein (vgl. Rußkopf 2023, S. 178-186).

Psychodramatische Arrangements ermöglichen ein transformationsförderndes Lernen, indem sie durch Perspektivwechsel – beispielweise durch Rollentausch – verborgene Wirkungszusammenhänge aufdecken. Mithilfe probierfreudiger Interaktionen und innerer Dialoge können bewährte Verhaltensstrategien entwickelt werden, die sich durch prägnante „Aha-Erlebnisse“ in das Bewusstsein der Teilnehmenden integrieren (vgl. ebd. S. 187).

Die individuelle Symbolarbeit erleichtert das Erfassen des Gesamtbilds und ermöglicht es, die zugrunde liegenden Probleme oder Spannungen zu erkennen. Insbesondere im Kontext der Ressourcenarbeit stützt diese Methodik die Hypothese eines signifikanten Mehrwerts. Tätigkeiten im psychodramatischen Rahmen ermöglichen die Aktivierung von Kreativität und Spontaneität und eröffnen den Zugang zu verborgenen Ressourcen im Individuum, die ein schöpferisches Handeln gestatten. Dieses lange verborgene innere Schatzkästchen bleibt lediglich durch einen Schlüssel verschlossen, der dazu ermutigt, sich intensiv mit den eigenen Stärken und Kraftquellen auseinanderzusetzen. Schließlich fördert das Teilen von

Empfindungen und Gedanken untereinander das Gemeinschaftsgefühl und die soziale Integration (vgl. ebd.).

5.4.2. Partizipation und Selbstbestimmung

„Der Mensch wird als handelndes Subjekt betrachtet.“ (Lenz 2011, 15).

Das professionelle Hilfemodell in der Beratung zielt darauf ab, die selbstständige Entscheidungsfindung der Klientinnen zu fördern, sie dazu in die Lage zu versetzen, eigenverantwortlich für ihre persönlichen Bedürfnisse und Interessen einzutreten, und sie zudem dazu zu ermutigen, aktiv mit Belastungen und Krisen umzugehen (vgl. Lenz 2011, S. 15). Ein zentraler Aspekt dabei ist der Zugang zu Wissen und sozialer Unterstützung. Um Frauen die Entfaltung ihrer Autonomie zu ermöglichen, ist es unerlässlich, ihnen geschützte Räume zur Aneignung ihrer Individualität sowie den Zugang zu einem breiten Spektrum sozialer Kontakte zu bieten. Oft müssen Frauen in ihrer Suche nach Bestätigung erleben, dass sie sich übermäßig auf ihre Partner stützen, was die Entwicklung tragfähiger Beziehungen zu anderen Frauen behindert. In der Praxis sozialer Arbeit wird deutlich, dass zahlreiche Frauen in einer direkten Abhängigkeit von ihren Unterstützungspersonen gefangen sind. Daher ist es von zentraler Bedeutung, kulturelle und soziale Netzwerke zu etablieren und zu fördern, um diesen Frauen die Möglichkeit zu eröffnen, sich aus den engen Grenzen traditioneller Familienstrukturen zu befreien und eine selbstbewusste Identitätsfindung zu fördern (vgl. Böhnisch 2016, S. 178f.).

„Suchen Sie immer nach Wegen, die es den KlientInnen erlauben, ein Gefühl von Eigenkontrolle zu bewahren und sich wohl zu fühlen, da Sie daran interessiert sind, eine schwierige Situation in eine für die KlientInnen hilfreiche zu verändern.“ (Loth 2011, S. 140; zit. n. Berg 1992, S. 65). Der Empowerment-Ansatz in der psychosozialen Beratung basiert auf einem prozessualen Verständnis, das den Respekt vor der Autonomie der Klientinnen in den Fokus rückt und deren individuelle Lebensentwürfe anerkennt. Er erfordert daher eine fortlaufende und gemeinsam ausgehandelte Herangehensweise, um den spezifischen Bedürfnissen jeder Klientin gerecht zu werden (vgl. Lenz 2011, S. 17). Daher sollten professionelle Angebote nicht ausschließlich auf objektiven Bedarfen basieren, sondern vielmehr an den subjektiven Bedürfnissen und Wünschen der Klientinnen orientiert werden. (vgl. Lenz 2011, S. 20).

5.4.3. Beziehung auf Augenhöhe

Die Partizipation stellt eine zentrale Strategie im Empowerment-Ansatz dar und fördert die aktive Mitgestaltung der Betroffenen in der Beratung. Dabei stehen Selbstbestimmung, Selbstorganisation und Eigenverantwortung im Vordergrund. Die Klientinnen agieren in diesem Prozess aktiv als Co-Produzentinnen der erbrachten Dienstleistungen (vgl. Lenz 2011, S. 20).

Durch gezielte Teilnahmestrategien unterstützen Berater*innen die Betroffenen dabei, die Herausforderungen und Ziele zu identifizieren. Anschließend präsentieren sie ihnen verschiedene Konzepte und Handlungsmöglichkeiten, aus denen die Klientinnen eine Option auswählen können (vgl. Lenz 2011, S. 21). Diese Teilhabestrategie legt den Schwerpunkt auf die individuellen Bedürfnisse, Herausforderungen und spezifischen Ressourcen der Betroffenen. In diesem Zusammenhang übernehmen Berater*innen die Rolle von Geburtshelfer*innen, indem sie die Klientinnen bei der Entdeckung ihrer Stärken und Fähigkeiten unterstützen (vgl. ebd.).

Eine transformative Form der Zusammenarbeit zwischen den Betroffenen und Berater*innen stellt das Konzept der „Shared Decision Making“ dar. Diese geteilte Entscheidungsfindung fördert aktiv die Teilhabe der Betroffenen am professionellen Unterstützungsprozess und stärkt deren Mitgestaltungsmöglichkeiten (vgl. Lenz 2011, S. 25).

5.4.4. Förderung von Selbstwirksamkeit

Die Empowerment-Perspektive konzentriert sich auf die Förderung der individuellen Entwicklungsprozesse. Dabei sind insbesondere die Aktivierung der persönlichen Ressourcen, wie Selbstwertgefühl und Selbstwirksamkeit, von zentraler Bedeutung (vgl. Lenz 2011, S. 16). Ein wichtiger Aspekt dieser Förderung betrifft die Schaffung von Rückzugsorten, die den Betroffenen Wertschätzung und Anerkennung bieten. Solche Freiräume ermöglichen es den Menschen, sich von belastenden Lebenssituationen zu distanzieren und ihre eigenen Bedürfnisse sowie Emotionen gründlich zu reflektieren. Diese Räume leisten einen wesentlichen Beitrag zur Entwicklung von Selbstwahrnehmung und Selbstverwirklichung, indem sie den Individuen die Gelegenheit geben, ihre innere Welt zu erforschen und einen neuen Zugang zu ihrer Realität zu finden (vgl. Böhnisch /Schröer 2013, S. 69). Die Entfaltung individueller Entwicklungspotenziale hängt sowohl von den persönlichen Fähigkeiten als auch von den sozialen und kontextuellen Rahmenbedingungen der Lebensumstände ab (vgl. Lenz 2011, S. 15). Diese Strategien zielen darauf ab, die Stärken der Klientinnen zurückzugewinnen und ihnen die Kontrolle über ihr eigenes Leben zurückzugeben. Dadurch werden sowohl das physische als auch das psychische Wohlbefinden gefördert, was letztendlich zu einem

gestärkten Kohärenzgefühl führt. Popularisierte Studien, wie die von Antonovsky (1997), verdeutlichen die Relevanz dieses Kohärenzgefühls, indem sie verdeutlichen, dass partizipative Lebenserfahrungen einen entscheidenden Beitrag zur Entwicklung und Bewahrung dieses Gefühls leisten (vgl. ebd. S. 21). In diesem Zusammenhang wird die biografische Erfahrung der Betroffenen in der Beratung als wesentlich erachtet. Das Kohärenzgefühl spielt in der Integrationsarbeit innerhalb der Beratung eine zentrale Rolle. Ein solcher Ansatz zeigt deutlich, dass alle Erlebnisse einen Teil des identitären Kerns bilden und den Betroffenen dabei helfen, ihre persönliche Entwicklung besser zu verstehen. Darüber hinaus ist die Fähigkeit der Klientinnen, neue Identitätsentwürfe zu adoptieren und ihre Erfahrungen zu transformieren, in hohem Maße von der Spannungsfreiheit und Offenheit gegenüber unerwarteten Veränderungen abhängig (vgl. Straus/ Höfner 2011, S. 47f). Aktuelle Forschungsergebnisse deuten darauf hin, dass Personen mit einem ausgeprägten Kohärenzgefühl eher dazu in der Lage sind, Unsicherheiten und neue Entwicklungen zu akzeptieren (vgl. ebd. S. 48).

5.4.5. Kritisches Bewusstsein und kritische Reflexion

„Verstehen heißt lernen. Lernen braucht Raum und Zeit.“ (Völzke 2011, S. 299).

In der professionellen Beratung kommen gezielte Ansätze der narrativen Psychologie zum Einsatz, um die Klientinnen zu ermutigen, sich eingehend mit ihrer Lebenssituation auseinanderzusetzen. Der Schwerpunkt liegt auf der Hervorhebung der individuellen sowie kontextabhängigen Ressourcen (vgl. Lenz 2011, S. 32). Psychisch belastete Frauen haben häufig keinen oder nur erschwerten Zugang zu ihren Ressourcen, was sie daran hindert, ihr volles Potenzial zu entfalten und auszuschöpfen. Daher ist es entscheidend, diese Ressourcen in der Beratung aktiv zu mobilisieren und hierfür einen unterstützenden Raum zu schaffen. Dieser Raum kann soziale Ressourcen erschließen, die als Puffer gegen Belastungen wirken und das Gefühl von Zugehörigkeit und sozialer Bindung stärken (vgl. ebd. S. 220f). Die biografisch-narrative Gesprächsführung unterstützt das Empowerment von Ratsuchenden. Das Ziel dieser Methode ist darauf ausgerichtet, betroffenen Personen zu helfen, wieder die aktive Rolle in ihrer Lebensgeschichte zu übernehmen. Durch gezielte Biografiearbeit werden die Klientinnen in ihren Aneignungs- und Verstehensprozessen gefördert, wodurch gleichzeitig ihre Selbstwahrnehmung gestärkt wird (vgl. Völzke 2011, S. 298f.). Des Weiteren sollen sie bei der Identifikation und Reflexion ihrer Überlebensstrategien und relevanten Verhaltensmuster unterstützt werden, die ihnen bislang ein psychisches oder physisches Überleben ermöglicht haben. Diese bewusste Auseinandersetzung mit den identifizierten Ressourcen schafft Räume, in denen der Wille wachsen und neue Hoffnung sich entfalten kann. Die Veränderungen

entstehen durch Interaktion und Bindung und die Berater*innen können die Individuen durch Ermutigung, Wertschätzung und Angebotsangebote in ihrer Selbstwirksamkeit stärken (vgl. Hanswille 2011, S. 349ff.).

Das Konzept der Abhängigkeit zeigt oft eine Verbindung zu Gewaltverhältnissen; deshalb überschneiden sich die Ideen von Abhängigkeit und Ausgesetztsein regelmäßig. Diese Form der Abhängigkeit ist komplex und schließt auch wissenschaftliche Zusammenhänge, wie „Co-Abhängigkeit“, ein. In ihrer praktischen sozialarbeiterischen Arbeit stoßen Fachkräfte häufig auf Frauen, die fortwährend nach Bestätigung durch ihren Partner streben. Diese Dynamik kann erhebliche Schwierigkeiten beim Aufbau stabiler Vertrauensverhältnisse zu anderen Frauen verursachen. Mit der sozialpädagogischen Strategie des Empowerments wird das Ziel verfolgt, die Selbstständigkeit der Klientinnen zu stärken, um sie somit in die Lage zu versetzen, die bestehenden Abhängigkeiten zu reflektieren und nachhaltig zu reduzieren (vgl. Böhnisch 2016, S. 101).

5.4.6. Herausforderung für die Soziale Arbeit

Viele Überlebende von Missbrauch neigen dazu, ihre Erfahrungen zu minimieren; sie denken oft: "Mein Partner wurde schließlich nicht diagnostiziert, also reagiere ich vielleicht über, und es liegt nur an mir." (Ramani, 2024, S. 28). Die Auswirkungen sind aber gleich (vgl. ebd.). Diese Gedanken haben jedoch gravierende Folgen, und zwar selbst dann, wenn es an eindeutigen Beweisen mangelt, da die Auswirkungen der emotionalen Gewalt, und zwar besonders auf Frauen, häufig unterschätzt werden. Frauenverletzungen sind oft unsichtbar, was die Ergreifung rechtlicher Schritte im Kontext einer Straftat erschwert (vgl. Wenzel 2022, S. 219). Seelische und emotionale Gewalt sind keine fest etablierten wissenschaftlichen Konzepte, da die Schwere der erlittenen Kränkungen aus medizinischer Perspektive heraus unklar bleibt. Dennoch bleibt der Schmerz subjektiv und unverändert, und zwar unabhängig davon, ob er seelischer oder körperlicher Natur ist. Diese Subjektivität macht es schwierig, Leid objektiv zu messen, denn für Außenstehende sind die Verletzungen oft nicht angemessen nachvollziehbar (vgl. Bartens 2020, S. 24f.). Leider ist die Unterstützung für Frauen in Deutschland, die unter den psychischen Folgen von Gewalt leiden, nach wie vor unzureichend (vgl. Schwarz 2020, S. 233).

Missbräuchliche Partnerschaftsgewalt findet vor allem im privaten Raum statt, weitab von der Außenwelt, was fatale Konsequenzen für die betroffenen Frauen hat. Der Raum, der ursprünglich für Entspannung, Geborgenheit und Sicherheit gedacht ist, verwandelt sich in

einen Ort der Angst und Bedrohung. Häufig bleibt die Gewalt unbemerkt, und zwar vor allem dann, wenn es um psychische und emotionale Misshandlungen geht. Die fehlende Dokumentation der Übergriffe macht es für die Opfer äußerst schwierig, den Mut aufzubringen, ihre Partner anzuzeigen oder die Beziehung zu beenden (vgl. Funk 2020, S. 339). Die Herausforderungen für Sozialarbeiter*innen in der Beratung liegen darin begründet, das Verhalten und die Ausdrucksformen von Frauen adäquat zu interpretieren und mit ihnen im Austausch zu kommunizieren. Dies erfordert die Schaffung eines Raumes, in dem die Adressatinnen ihre eigenen Emotionen und Befindlichkeiten einbringen können (vgl. Böhnisch 2016, S. 43). Bei der Arbeit mit betroffenen Frauen spiegeln sich tiefgreifende Herausforderungen wider: Viele haben die Komplexität ihrer Situation bereits verinnerlicht und sich selbst die Schuld gegeben, bevor sie den Beratungsprozess in Anspruch nehmen. Daher ist es entscheidend, dass sie neue Wege finden, ihre Situation zu betrachten und zu beschreiben. Der Einsatz reflektierender Sprache kann ihnen bei dem Bemühen helfen, eine distanzierte Perspektive auf ihr soziales Umfeld und ihre eigene Identität zu entwickeln (vgl. ebd. S. 96).

Die Zusammenarbeit mit Frauen bringt sowohl persönliche Enttäuschungen als auch innere Blockaden mit sich. Sozialarbeiter*innen sind dazu aufgefordert, die Vielfalt an Interessen und Bedürfnissen in ihren Interaktionen zu respektieren (vgl. Brückner 2002, S. 161). Viele Klientinnen erleben im Veränderungsprozess Ängste vor möglichen Risiken, die sich als Blockaden manifestieren können und sie im gewohnten Zustand festhalten. Es ist zentral zu erkennen, dass Entscheidungen oft unter Bedingungen relativer Unsicherheit getroffen werden müssen, was neue Perspektiven für den Umgang mit Veränderungsängsten eröffnet (vgl. Sachse et al. 2018, S. 41f.). Eine weitere wichtige psychologische Einsicht in der Beratung betrifft die Tatsache, dass jede Entscheidung Kosten verursacht. Für Klientinnen kann das Zögern oder der Entschluss, überhaupt keine Entscheidung zu treffen, als Schutzmechanismus gegen das Scheitern fungieren (vgl. ebd. S. 42). Im Klärungsprozess kann zudem eine Tendenz zur Vermeidung entstehen. Daher sind die Identifikation und Annahme dieser Vermeidungsstrategien, ihre Reduzierung und gezielte Klärung essenziell für einen erfolgreichen Beratungsverlauf (vgl. ebd. S. 43-46).

5.5. Coercive Control:

Das internationale Verständnis des Konzepts der Coercive Control, das 2007 eingeführt wurde, könnte von erheblichem Nutzen sein. Angesichts der großen Herausforderung, psychische Gewalt konkret und messbar zu machen, eröffnet dieses Konzept wertvolle Perspektiven, um unsichtbare Gewaltdynamiken besser zu verstehen (vgl. Wenzel 2022, S. 182). Entwickelt von

Evan Stark, beschreibt es Gewalt in intimen Beziehungen als eine komplexe, missbräuchliche Dynamik, die sich durch Einschüchterung sowie durch subtile, oftmals unauffällige Verhaltensweisen auszeichnet, die dennoch sehr wirkungsvoll sind. Außerdem umfasst diese Dynamik unvorhersehbare und bestrafende Strategien sowie erniedrigende Taktiken, die im Rahmen solcher Beziehungen zur Anwendung kommen (vgl. ebd.).

Durch diese Maßnahmen wird Kontrolle über den Partner oder die Partnerin ausgeübt und das Spektrum der Verhaltensmuster ist vielfältig. In dem Zusammenhang setzen Täter Methoden ein, um den Willen des Opfers zu mindern und dessen Autonomie sowie Entscheidungsfreiheit zu untergraben. Einschüchterung und Isolation, gepaart mit kontrollierenden Maßnahmen und gezielten Angriffen, schaffen eine permanente Atmosphäre der Angst (vgl. ebd.). Das Konzept der Coercive Control stuft partnerschaftliche Gewalt als ein Verbrechen gegen die Freiheit einer Person und nicht nur als Verletzung der körperlichen Unversehrtheit ein. In Großbritannien und Österreich wurde dieses Konzept 2015 als eine Form häuslicher Gewalt anerkannt und kriminalisiert, mit Irland und Schottland als folgenden Ländern. In Deutschland besteht noch erheblicher Handlungsbedarf in dieser Hinsicht (vgl. ebd. S. 182f.).

6. Fazit

Eine spezielle Form partnerschaftlicher Gewalt gegen Frauen manifestiert sich in psychischer Gewalt innerhalb von Beziehungen zu Personen mit narzisstischen Persönlichkeitsmerkmalen. Diese Art der Gewalt kann häufig nur mit großen Schwierigkeiten identifiziert werden und wird oft tabuisiert. Die mangelnde Dokumentation von Übergriffen erschwert es den Betroffenen, den Mut aufzubringen, ihre Stille zu brechen, ihre Partner anzuzeigen oder die Beziehung zu beenden.

Die Merkmale einer narzisstischen Persönlichkeitsstörung umfassen unter anderem Empathiemangel, Arroganz, Rücksichtslosigkeit, Anspruchsdenken, Antagonismus und Ausbeutung. Studien haben zudem herausgefunden, dass narzisstische Persönlichkeitsstörungen einen erheblichen negativen Einfluss auf intime Beziehungen und damit auf betroffene Frauen ausüben. Individuen mit einer ausgeprägten narzisstischen Persönlichkeitsstörung zeigen häufig ein aggressives Verhalten, von dem die Betroffenen als dominant, fern und manipulativ betroffen sind. Die Studien verdeutlichen, dass die Betroffenen in diesen Beziehungen objektiviert und primär als Mittel zur Selbstbefriedigung wahrgenommen werden. Frauen erleben in diesen Verhältnissen fortwährend ein Wechselspiel zwischen Bewunderung und Abwertung.

Diese Prozesse vollziehen sich in der Regel unbewusst und reflektieren tief verankerte Verhaltensmuster. In narzisstischen Beziehungen wird die Verantwortung für die Verhaltensweisen oft auf die betroffenen Frauen übertragen, was zu internalisierten Gefühlen von Scham und Schuld führt – ein psychologischer Prozess, der als „Täterintrojektion“ bekannt ist und mit einem Verlust des Selbstwertgefühls einhergeht. Manchmal kommt es zu einer unbewussten narzisstischen Kollusion, bei der die betroffenen Frauen in ihrer untergeordneten Rolle verharren und psychologisch als Komplementär-Narzisstinnen gelten. Verschiedene emotionale und neuropsychobiologische Faktoren tragen zur Genese von Trauma-Bindungen in diesen Beziehungen bei, dabei verinnerlichen die Betroffenen das Gefühl, dass „mit ihnen etwas nicht stimmt“ und dass auftretende Probleme in ihnen begründet liegen. Frauen in missbräuchlichen narzisstischen Beziehungen zeigen häufig ein ambivalentes Verhalten, das durch eine paradoxe Haltung gegenüber ihren Partnern geprägt ist, und offenbaren Gefühle, wie Angst, Schuld und Erschöpfung. Diese Frauen hinterfragen ihre Wahrnehmung der Realität, was zu einem geschädigten Selbstwertgefühl führt. Sie charakterisieren sich selbst oft als nicht liebenswert und sind daher auf externe Bestätigung angewiesen. Nach jahrelangen Erfahrungen in solchen Beziehungen internalisieren sie den Glauben, dass ihre Fähigkeiten als Mensch nicht ausreichen, weshalb sie sich den Erwartungen und dem Willen ihrer narzisstischen Partner unterordnen. Darüber hinaus können gemachte Gewalterfahrungen in der Kindheit zur Entwicklung von Verhaltensmustern und Überlebensstrategien beitragen, welche die Wahrnehmung und Normalisierung von Gewalt im Erwachsenenleben beeinflussen.

Es handelt sich um eine komplexe Machtdynamik, an der beide Seiten beteiligt sind, wobei insbesondere die eine Seite durch ihr brüchiges Selbstwertgefühl ihren Teil zu dieser Dynamik beiträgt. Narzisstische Gewalt nimmt oft subtile, körperlose Formen an und folgt einem wiedererkennbaren Muster. Sie beginnt in der Phase des sogenannten „Love Bombing“, in der der Narzisst ein „falsches Selbst“ kreiert, das in starkem Gegensatz zu seiner wahren Natur steht. Diese anfängliche Täuschung schafft eine verzerrte Realität für die betroffenen Frauen, die glauben, geliebt zu werden. Nachdem Vertrauen und Zuneigung der Frauen gewonnen worden sind, wird allmählich die negative, authentische Persönlichkeit des Narzissten offenbar, die zu erheblichem emotionalem und psychischem Chaos führt. Frauen, die unter narzisstischem Missbrauch leiden, erfahren verschiedene Formen emotionaler und psychischer Gewalt, darunter Abwertung, Manipulation, Wutausbrüche, verbale Angriffe, Stalking, Drohungen, chronische Eifersucht, Kontrolle, Hoovering, soziale Isolation und Gaslighting. Diese sich wiederholenden Erfahrungen erzeugen einen Teufelskreis aus Intimität, Missbrauch, Nähe und Wiedergutmachung. Im Verlauf dieses Zyklus wird ihr Selbstverständnis infrage

gestellt; ihr mentales, soziales und psychisches Wohlbefinden verschlechtert sich. Die Auswirkungen können bis hin zu posttraumatischen Belastungsstörungen (PTBS), psychosomatischen Beschwerden und Depressionen führen. Forschungsergebnisse belegen, dass Frauen eine langfristige soziale und emotionale Unterstützung benötigen, um von den Folgen ihrer narzisstischen Beziehungen zu genesen.

Ein Verständnis der Mechanismen emotionaler Gewalt und des Phänomens der Trauma-Bindung ist essenziell für Fachkräfte der Sozialarbeit sowie für die individuelle Entwicklung der betroffenen Frauen. Mit angemessener Unterstützung und Intervention können die negativen Folgewirkungen überwunden und das Selbstwertgefühl gestärkt werden. In einem beratenden und therapeutischen Umfeld können die destruktiven Denkmuster identifiziert und verändert werden. Dank der Neuroplastizität des Gehirns haben Menschen die Möglichkeit, ihre Geschichte mithilfe professioneller Unterstützung zu bearbeiten, ihr Leben neu zu gestalten und ihre Fähigkeit zur Liebesfähigkeit zu erweitern.

Der Einstieg in eine Beratung kann als entscheidender Wendepunkt für positive Veränderungen betrachtet werden. Interventionen der Sozialen Arbeit ermöglichen den Betroffenen, Klarheit über ihr Leiden und ihre Lebenshistorie zu gewinnen. In der Beratung tauschen Sozialarbeiter*innen Wissen mit ihren Klientinnen aus und liefern für die Erfahrungen der Klientinnen oft erklärende Begriffe, die ihnen helfen, ihre Situation zu verstehen. Das zentrale Ziel der Sozialen Arbeit besteht darin, die Klientinnen zu empowern, sodass sie aktiv an der Lösung ihrer Probleme mitwirken können. Im Rahmen eines Empowerment-Ansatzes wird der Fokus nicht auf die Defizite, sondern auf die Stärken der Betroffenen gelegt. Die Hilfe sollte aus der Perspektive der Klientinnen entwickelt werden, was es ihnen ermöglicht, durch eigenverantwortliches Handeln ihre Werte und Fähigkeiten zu erkennen. Das Empowerment zielt darauf ab, die Betroffenen zu stärken und ihre positive Integration in das gesellschaftliche Umfeld zu fördern. Die Klientinnen benötigen die Möglichkeit, zu erfahren, dass sie nicht auf abweichendes Verhalten angewiesen sind, um Selbstwertgefühl, Selbstwirksamkeit und soziale Anerkennung zu erlangen. Die ressourcenorientierte Beratung durch den Empowerment-Ansatz bildet die Grundlage für die Frauen, die belastende Lebensphasen durch psychische Gewalt erlebt haben, um diese erfolgreich zu überwinden. Daher ist es entscheidend, die systematische Erosion des Selbstwerts durch narzisstischen Missbrauch in der Beratung anzuerkennen und zu validieren. Viele Frauen haben ihre Stimme zu ihrem eigenen Schutz zurückgenommen; die Beratung sollte daher darauf abzielen, ihre Ausdruckskraft zu stärken und das Vertrauen in ihre

eigene Stimme zu fördern. Professionelle Beratung stellt für Frauen eine umfassende Möglichkeit dar, zukünftigen missbräuchlichen Beziehungen vorzubeugen.

7. Ausblick

Jede dritte Frau ist von partnerschaftlicher Gewalt betroffen, dieses Faktum verdeutlicht, dass Gewalt gegen Frauen nicht nur kein individuelles Problem ist, sondern auch ein gesellschaftliches, das tief in den patriarchalen Strukturen verankert und verwurzelt ist. Eine fundierte Beschäftigung mit dem Thema Gewalt verfügt im Geschlechterverhältnis über das Potenzial, zur Schadensbegrenzung auf individueller sowie gesellschaftlicher und zukünftiger Ebene beizutragen. Missbräuchliche Partnerschaftsgewalt ereignet sich häufig im privaten Raum, abgeschottet von der Außenwelt, was für die betroffenen Frauen verheerende Konsequenzen hat. Der private Raum, der ursprünglich für Entspannung, Geborgenheit, Sicherheit und Rückzug gedacht ist, verwandelt sich in einen Ort voller Angst, Ungewissheit und Bedrohung. Häufig wird die Gewalt ohne Zeugen ausgeübt.

Partnerschaftliche Gewalt in einer narzisstisch ausgeprägten Beziehung ist kein privates oder rein individuelles Phänomen, sondern sie spiegelt auch die komplexen gesellschaftlichen Verhältnisse wider. Viele Männer wachsen oft in einem Umfeld auf, welches das Entstehen narzisstischer Verhaltensweisen begünstigt. Diese gesellschaftlichen Bedingungen schaffen einen fruchtbaren Boden. Die psychische Gewalt von Narzissten ist vielmehr ein Ausdruck der historisch ungleichen Machtverhältnisse zwischen Frauen und Männern, die zur Unterdrückung und Unterordnung von Frauen führen. Diese Dynamik behindert immer noch weltweit die vollumfängliche Gleichstellung der Frauen und verdeutlicht die unbedingte Notwendigkeit eines gesamtgesellschaftlichen Wandels. Die erkennbare Verbindung zwischen den patriarchalen Strukturen und sämtlichen Ausprägungen männlicher narzisstischer Gewalt sollte im Zentrum der strategischen Ansätze zur Bekämpfung von Gewalt in Beziehungen stehen.

Frauen erfahren täglich unterschiedliche Gewalt, zum einen wahrnehmbar, aber zum anderen auch nicht wahrnehmbare Gewalt. Eine spannende Studie von Wippermann 2022 beschäftigte sich mit Gewalt und Milieus. Wippermann führt aus: „Obwohl Gewalt als alltäglich wahrgenommen wird, und in der Wahrnehmung die Häufigkeit und Brutalität von Gewalt in den letzten Jahren gestiegen sind, berichten Menschen aus allen Milieus von sich selbst und ihrem Umfeld, gewaltfrei zu leben.“ Die Wahrnehmungslücke lässt die folgenden Fragen offen bleiben: Wie nehmen wir Gewalt wahr? Möchten wir uns überhaupt mit Gewalt wirklich auseinandersetzen? Warum gilt für viele Frauen bis jetzt Gewalt als ihre alltägliche Routine?

Inwiefern könnten die Gesellschaft und dabei die Soziale Arbeit dazu beitragen, gewaltfreies Leben zu etablieren?

Für mich beginnt partnerschaftliche geschlechtsspezifische Gewalt gegen Frauen bereits sehr früh, also bevor es zu physischen Angriffen kommt. Die Gewalt wird aber allgemein häufig toleriert und bagatellisiert. Sonst würden die Zahlen der Partnerschaftsgewalt nicht unverfroren jedes Jahr weiter ansteigen, und das betrifft die zentrale Verantwortung des Staates. Es ist wichtig, laut über die Menschenrechte und Gewaltverhältnisse zu sprechen, um die psychische Integrität von Frauen zu stärken und ihre Selbstbestimmung in zwischenmenschlichen Beziehungen zu unterstützen. Dies kann durch gezielte Programme in Schulen, Elternverbänden, Kindergärten und Universitäten geschehen, wie etwa durch die Sensibilisierung im Schulunterricht gegen Gewalt, gegen Frauenfeindlichkeit und Misogynie. Eine solche sensibilisierte Herangehensweise würde nicht nur die Situation der betroffenen Frauen zukünftig stark verbessern, sondern auch die Sozialarbeiter*innen erheblich entlasten. Die Achtung der psychischen Integrität von Frauen stellt keine bloße gesellschaftliche Herausforderung dar, sondern ist eine dringende und unerlässlich Pflicht! Daher sollte der Staat verstärkt in Fraueneinrichtungen investieren und die erforderliche finanzielle Unterstützung gewähren, anstatt Kürzungen vorzunehmen.

Der Narzissmus hat sich zu einem beliebten Schlagwort entwickelt, das von Coaches in sozialen Medien für lukrative Gelegenheiten genutzt wird. Obwohl es unerlässlich ist, dass Fachwissenschaftler*innen sachkundig aufklären und informieren, bringt dieser Trend in der Coaching-Szene auch sicherheitsbedenkliche Aspekte mit sich. Ich glaube, der Narzissmus an sich ist aber kein neues Modephänomen, partnerschaftliche narzisstische Gewalt hat schon immer gegeben und sie ist ein Teil unserer patriarchalen gesellschaftlichen Strukturen. Die Menschen verfügen nur jetzt für dieses Verhalten über einen Namen. Bei meinen Recherchen wurde mir aber gleichzeitig auch klar (obwohl viele über Narzissmus lehren), wie leicht Fehlinformationen verbreitet werden können, was zur Verharmlosung von Gewalt führt, und eine Täter-Opfer-Umkehr fördert. Zudem wird das Konzept der Selbstliebe bei den Frauen oft als universelles Heilmittel präsentiert, das dazu dienen soll, das innere Kind zu heilen, was den komplexen Behandlungsansatz, den psychische Probleme erfordern, erheblich vereinfacht und simplifiziert. Die Verantwortung für Gewalthandlungen liegt eindeutig beim Mann begründet. Dennoch sind beide Partner*innen aktiv an der Gestaltung der Beziehungs- und Konfliktdynamik innerhalb der Beziehung beteiligt. Die Charakterisierung der Verhaltensweisen der von Gewalt Betroffenen in narzisstischen Beziehungen ausschließlich nur

als Opfer, als co-abhängig oder nur als komplementärnarzisstisch führt zu Stigmatisierung und Abwertung. Die Betroffenen haben oft nicht die Wahl, so behandelt zu werden, und haben in vielerlei Hinsicht Widerstand in ihren Bewältigungsmechanismen gegen die Misshandlungen geleistet. Der ausschließliche Fokus auf diese Perspektive führt zu einer Schuldverschiebung auf die betroffenen Frauen, indem man ihnen ein psychologisches Defizit unterstellt, das entmündigend wirkt. Die Validierung ihrer Erfahrungen, vielleicht im sozialarbeiterischen Kontext durch zukünftige Selbsthilfegruppen, Gleichgesinnte und Fachberater*innen, kann sich als vorteilhaft für den Hilfeprozess erweisen. In diesen Beziehungen erbringen Frauen immense Leistungen, geprägt von Überlebensstrategien und maladaptiven Bewältigungs-Mechanismen als Reaktion auf Gewalt. Diese Aspekte verdienen Anerkennung und Wertschätzung. In diesem Sinn kann die Soziale Arbeit einen Ort schaffen, an dem die Frauen ganz reibungslos über ihre Gewalterfahrungen berichten können, ohne dafür verurteilt zu werden, ohne die Frage nach Beweisen, ohne misstrauisch gegenüber ihnen zu sein, ohne die Aussagen zu hinterfragen, sondern es geht an diesem Ort darum, sie begleiten und ihnen erlauben zu können, ihren eigenen Schmerz auszudrücken, ihnen zu glauben und eine Lösung gemeinsam mit ihnen zu finden. Die Herausforderung für Soziale Arbeit liegt auf der anderen Seite darin begründet, die Männer nicht zu pathologisieren.

Die Komplexität narzisstischer Gewalt in Partnerschaften lässt sich schwer erkennen. Hinter psychischer emotionaler Gewalt in diesem Kontext steckt oft ein typisches Muster, das intensiver erforscht und betrachtet werden sollte. Durch das Bewusstsein für dieses Muster könnte mehr Anerkennung des Frauenleides stattfinden. Sozialarbeiter*innen könnten zur Anerkennung beitragen, indem sie einen differenzierten Ansatz über psychische Gewalt in Partnerschaft in der Sozialen Arbeit entwickeln und etablieren, um den betroffenen Frauen adäquate Unterstützung zu bieten und Präventionsmaßnahmen zu entwickeln. Die Beziehung mit einem Narzissten läuft wie ein Drehbuch ab. Wenn Sozialarbeiter*innen das Muster verstehen und klarsehen, dann können sie die Gefahr spüren, vorhersagen und früh handeln. Es ist von Bedeutung, in familiären Konstellationen darüber nachzudenken, wie die Kinder frühzeitig geschützt werden können. Bedroht der narzisstische Vater die Mutter, entsteht nicht nur für sie, sondern auch für die Kinder eine große Gefahr. Hier kommen Aspekte, wie die Nachtrennungsgewalt und die Eltern-Kind-Entfremdung, zum Tragen. Dieser Bereich sollte ebenfalls intensiver erforscht werden.

Der Kontakt zu einer Fachberatung bedeutet für Frauen, einen ersten bedeutenden Schritt aus der Isolation heraus zu gehen. Obwohl diese kleinen Schritte für Außenstehende oft unsichtbar

bleiben, sind sie für die Betroffenen von großer Wichtigkeit. Sie ebnen den Weg, um schließlich gemeinsam mit den Berater*innen eine Entscheidung für die eigene Sicherheit und Selbstbestimmung treffen zu können. Auf die eigene Geschichte im Laufe der Beratung zu schauen, bedeutet nicht, dass die Frauen für die erlebte Gewalt verantwortlich sind, sondern es geht viel mehr darum, um Boden unter den Füßen zu bekommen, und zwar im Sinne von Reflektieren und die eigenen Anteile in der Beziehung zu betrachten, wie Anpassung und Gewalttoleranz. Die Frauenerfahrungen sollten validiert werden, um eine professionelle und effektive Strategie zu entwickeln, um zukünftig missbräuchlichen Beziehungen vorzubeugen. Nach meiner Erfahrung aus der Praxis stellt allein die Verarbeitung der erlebten Gewalt für die Betroffenen eine immense Herausforderung dar. Sie haben nicht nur mit den physischen und emotionalen Wunden ihrer Erfahrung zu kämpfen, sondern auch damit, ihr Leben wieder in den Griff zu bekommen. Statt wirksame Maßnahmen zur Bekämpfung dieser Gewalt zu ergreifen, fordern institutionelle Einrichtungen oft von Frauen, die erlittene Gewalt nachzuweisen, zu dokumentieren und wiederholt öffentlich zur Schau zu stellen. Die Frauen werden oft als der Fehler in diesem System dargestellt, aber das System, das Gewalt gegen Frauen zulässt, ist der Fehler. Ihre Verletzungen werden infrage gestellt, nicht ernst genommen und oft bagatellisiert. Die Etablierung des Konzepts der Coercive Control könnte für institutionelle Stellen, wie Polizei, Familiengerichte und Beratungsstellen, von enormem Nutzen sein. So wird die Kluft zwischen Opferunterstützung und politischer Verantwortung überbrückt. Ich war über die Tatsache schockiert, dass es so wenige und oft gar keine Unterstützungsangebote zur psychischen Gewalt in Deutschland gibt. Im Studium wurde das Thema Gewalt allgemein auch nicht in ausreichendem Umfang behandelt. Die Spezialisierung durch Aus- und Fortbildung zum Thema sowie die traumasensible Arbeit mit von Gewalt Betroffenen kostet zu viel. Die Soziale Arbeit sollte ins Curriculum mehr Ansätze in Bezug auf die Formen der Gewalt gegen Frauen integrieren. Frauenhäuser und Interventionseinrichtungen, die sich gegen Gewalt in Partnerschaften einsetzen, spielen eine unverzichtbare Rolle in der Basisarbeit. Angesichts des anhaltenden Bedarfs ist es von entscheidender Bedeutung, diese Strukturen weiter auszubauen und die Netzwerke für von psychischer Gewalt betroffene Personen zu stärken. Zudem mangelt es in Deutschland an Präventionsstellen, die Aufklärungsarbeit in Gemeinden und öffentlichen Räumen leisten. Die Abwesenheit der staatlichen Verantwortung zur finanziellen und gezielten Unterstützung dieser Vernetzungsstrukturen ist bemerkenswert. Obwohl die Aufrechterhaltung der psychischen Gesundheit der betroffenen Frauen sowohl aus ökonomischer als auch aus langfristiger Perspektive einen erheblichen Nutzen für den Staat generieren könnte, bleiben die Förderung und Unterstützung dieser wichtigen Initiativen bisher unzureichend. Den

Betroffenen bleibt oft nur der kostspielige Zugang zu Coaching-Angeboten und privaten Therapieformen, um die Folgen dieser Gewalt zu verarbeiten und sich mit ihrer vollen Lebensgeschichte auseinanderzusetzen.

In Deutschland besteht ein erheblicher Mangel an qualitativ hochwertigen wissenschaftlichen Studien sowie empirischen Untersuchungen und Befragungen über diese Form der Gewalt. Eine gezielte wissenschaftliche Auswertung dieser Daten könnte wertvolle Hinweise auf potenzielle Risikofaktoren und auf die Dunkelziffer liefern. Solche Erkenntnisse sind essenziell für mögliche Anpassungen in der Gesetzgebung, für die Aus- und Fortbildung zum Thema Narzissmus für die Soziale Arbeit und dafür, Unterstützungsangebote zu etablieren. In diesem Sinne kann die Soziale Arbeit das Thema politisieren.

Trotz der Erkenntnisse aus früheren sowie neuen Studien, die den Zusammenhang zwischen Narzissmus und interpersoneller Aggressivität herauskristallisieren, existiert kaum umfassende Forschung, welche die komplexen Wechselwirkungen in Beziehungen erforscht. Insbesondere fehlt eine Analyse, die beide Partner*innen einbezieht und psychische emotionale Gewalt als eigenständige Gewaltform betrachtet, um deren Einfluss auf die Beziehungszufriedenheit und die hinterlassenen Spuren in der Psyche zu erklären. Diese Forschungsziele könnten die Untersuchung der Wechselwirkungen zwischen den beiden Partner*innen und der geschlechtsspezifischen Unterschiede umfassen. Zudem wäre es wertvoll zu klären, wann und wie emotionaler Missbrauch anfängt und endet, um geeignete präventive Maßnahmen zu entwickeln und betroffene Paare besser unterstützen zu können. Obwohl bislang keine Forschungsergebnisse vorliegen, die herausgefunden, ob Frauen frühzeitig Warnsignale wahrgenommen haben, deutet meine Einschätzung darauf hin, dass Faktoren, wie Kontrolle, der Mangel an persönlichem Raum, Love Bombing und das Phänomen des Hoovering, es betroffenen Frauen erheblich erschweren, Abstand zu ihrem Partner zu gewinnen. Dies wiederum kann ihre Fähigkeit beeinträchtigen, die möglichen frühen Anzeichen von Besitzergreifung und missbräuchlichen Verhaltensweisen zu identifizieren und kritisch zu reflektieren.

Weitere Untersuchungen sollten die Wechselwirkungen zwischen den sozialen und kulturellen Faktoren und Narzissmus beleuchten. Insbesondere sollte erforscht werden, inwiefern Individualisierung und soziale Isolation als Faktoren fungieren, welche die Wahrnehmung von Gewalt erschweren oder maskieren. Psychische Gewalt wird oft nicht als eine eigenständige Form des Missbrauchs wahrgenommen, obwohl viele Frauen in Beziehung sie als zentrale Quelle ihres Leids angeben. Eine vertiefte Untersuchung der Folgen psychologischer

Misshandlung wäre sinnvoll und erstrebenswert. Besonders relevant ist dabei die Analyse in Dating-Kreisen, da emotionale Übergriffe häufig körperlichen Gewaltakten vorangehen und die Opfer Missbrauchstätern häufig bereits im Kennenlernprozess vertrauen. Zudem sollte Forschungen über die Verknüpfung von psychologischer Misshandlung mit gesundheitsschädigendem Verhalten, wie Rauchen, Drogenkonsum und Alkoholmissbrauch, mehr Aufmerksamkeit geschenkt werden. Ein tieferes Verständnis für die Gesundheitswahrnehmung von Betroffenen in narzisstischen Missbrauchsbeziehungen ist von großer Relevanz für zukünftige Unterstützungsansätze.

Die Stärke der Sozialarbeit entfaltet sich durch die Wissensübermittlung. In diesem Wissen liegt das Potenzial zur Transformation begründet – also die Kraft, die in einer Beratung Frauen dazu veranlasst, einen Moment des Aha-Erlebnisses zu erfahren. Es ist dieser Augenblick des Erkennens: „Jetzt verstehe ich, was mir widerfahren ist.“ Heilung beginnt in dem Moment, wenn Menschen das Gefühl verspüren, gesehen und gehört zu werden, wenn sie wahrgenommen und verstanden werden. Frauen benötigen Sozialarbeiter*innen, die sie unterstützen, an sie glauben, ohne sie zu verurteilen.

Die Schulung und Ausbildung von Polizist*innen, Justizbeamt*innen und Mitarbeiter*innen des Jugendamts sind entscheidend, um ihre Sensibilität im Umgang mit betroffenen Frauen zu fördern und bei ihnen ein tiefes Verständnis für die Dynamiken von psychischer Gewalt in diesen Fällen zu entwickeln. Diese Maßnahmen stärken die Fähigkeit der Fachkräfte, das ambivalente Verhalten der Betroffenen zu erkennen, ihre Ängste nachzuvollziehen und die individuellen Schutzstrategien zu identifizieren.

Die Forschung zur Partnerschaftsgewalt hat in den letzten 30 Jahren zugenommen, dennoch bestehen nach wie vor bedeutende Wissenslücken hinsichtlich der Ursachen dieser Gewalthandlungen. Eine zentrale Fragestellung bleibt: Warum neigen einige Männer zu gewalttätigem Verhalten in Beziehungen, während andere dies vermeiden? Diese Frage ist nach wie vor unbeantwortet. Für mich ist es besonders von Interesse, die Ergebnisse und Erkenntnisse aktueller Studien zu verfolgen, die sich mit der Veränderungsbereitschaft von Menschen mit narzisstischen Zügen beschäftigen, insbesondere hinsichtlich ihrer Fähigkeit, sich empathisch gegenüber den Leiden anderer zu verhalten.

Literaturverzeichnis

- Ainz Galende, Alexandra / Rodríguez Puertas, Rubén (2024): Psychopathy and Narcissistic Abuse: the Consequences of an Unknown Type of Intimate Partner Violence. In: CENTRA Journal of Social Sciences, 3(2), S. 53–72. Online unter: <https://doi.org/10.54790/rccs.85> Letzter Zugriff: 16.05.2025
- American Psychiatric Association (2013): Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- Ambrosius, Sigmund (2022): Narzissmus in Beziehungen: Soforthilfe für Betroffene. Poland Sp. z o.o., Wrocław.
- Arabi, Shahida (2023): Narcissistic and psychopathic traits in romantic partners predict post-traumatic stress disorder symptomology: Evidence for unique impact in a large sample. In: Personality and Individual Differences 201. 111942. Online unter: <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111942> Letzter Zugriff: 08.06.2025
- A. Riggs, Shelly (2018): Der Zyklus des emotionalen Missbrauchs im Bindungsnetzwerk. In: Brisch, Karl Heinz (Hrsg): Bindung und emotionale Gewalt. Aufl. 2. Stuttgart. Kösel, Kurzell. S. 59-97.
- A. Riggs, Shelley (2010): Childhood Emotional Abuse and the Attachment System Across the Life Cycle: What Theory and Research Tell Us. In: Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma, 19:1, S. 5-51. Online unter: <https://doi.org/10.1080/10926770903475968> Letzter Zugriff 23.04.2025
- Bartens, Werner (2020): Emotionale Gewalt- die unsichtbare Keule. In: Büttner, M. (Hrsg.) 2020: Handbuch häusliche Gewalt, Schattauer, Stuttgart, J.G. Gotta'sche Buchhandlung. S. 24-36
- Bauer, Joachim (2005): Warum ich fühle, was du fühlst. Intuitive Kommunikation als Geheimnis der Spiegelneuronen. Hamburg: Hoffmann and Camp. In: Masz, Friederike 2020: Dem Schmerz begegnen und in die Liebe hineinwachsen- Traumaorientierte Paartherapie. In: Büttner, M. (Hrsg.) 2020: Handbuch häusliche Gewalt, Schattauer, Stuttgart, J.G. Gotta'sche Buchhandlung. S. 351- 364
- Baumeister, Roy F. et al (2000). Self-esteem, narcissism, and aggression: Does violence result from low self-esteem or from threatened egotism? In: Current Directions in Psychological Science, 9: S. 26-29. Online unter: <https://journals.sagepub.com/doi/epdf/10.1111/1467-8721.00053> Letzter Zugriff: 08.06.2025
- BIG e.V. Online unter: <https://www.big-praevention.de> letzter Zugriff: 07.05.2025

- Bell, Kathryn M./ Higgins, Lorrin (2015): The Impact of Childhood Emotional Abuse and Experiential Avoidance on Maladaptive Problem Solving and Intimate Partner Violence. Behav. Sci. 5, S. 154–175. Online unter: [10.3390/bs5020154](https://doi.org/10.3390/bs5020154) Letzter Zugriff: 10.05.2025
- Bonelli, Raphael M. (2016): Männlicher Narzissmus: Das Drama der Liebe, die um sich selbst kreist. 2. Aufl. München: Kösel.
- Brown, Ryan P. (2004): Vengeance is mine: Narcissism, vengeance, and the tendency to forgive. In: Journal of Research in Personality, 38, S. 576–584. Online unter: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0092656603001247?via%3Dihub> Letzter Zugriff: 14.04.2025
- Brown, Ryan P. et al. (2009): On the meaning and measure of narcissism. In: Personality and Social Psychology Bulletin, 35(7), S. 951-964. Online unter: <https://journals.sagepub.com/doi/epdf/10.1177/0146167209335461> Letzter Zugriff: 08.06.2025
- Brückner, Margrit (2002): Wege aus der Gewalt gegen Frauen und Mädchen: Eine Einführung. Aufl.2 / Fachhochverlag: der Verlag für angewandte Wissenschaft Frankfurt am Main/ Druck und Bindung: Elektra GmbH, Niedernhausen.
- Brzank, Petra (2012): Wege aus der Partnergewalt. Frauen auf der Suche nach Hilfe. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften Springer.
- Brunell/ Campbell (2011): Narcissism and romantic relationships: Understanding the paradox. Online unter: <https://www.researchgate.net/publication/287182447> Letzter Zugriff: 08.06.2025
- Buchwald, Petra/ Hobfoll, Stevan E. (2004): Burnout aus ressourcentheoretischer Perspektive. Psychologie in Erziehung und Unterricht, 51, S. 247-257
- Bundeskriminalamt (2024): Straftaten gegen Frauen und Mädchen steigen in allen Bereichen. https://www.bka.de/SharedDocs/Kurzmeldungen/DE/Kurzmeldungen/241119_BLBStraftatengegenFrauen2023.html Letzter Zugriff: 03.06.2025
- Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2025): Formen der Gewalt erkennen. Online unter: <https://www.bmfsfj.de/bmfsfj/themen/gleichstellung/frauenvorgewaltschuetzen/haeusliche-gewalt/formen-der-gewalt-erkennen-80642> Letzter Zugriff: 04.06.2025
- Bushman, Brad J. et al. (2009): Looking again, and harder, for a link between low self-esteem and aggression. In: Journal of Personality, 77,

S. 327-599. Online unter: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/j.1467-6494.2008.00553.x> Letzter Zugriff: 10.04.2025.

- Böhnisch, Lothar (2016): Lebensbewältigung. Ein Konzept für die Soziale Arbeit. Weinheim. Basel: Beltz Juventa.
- Böhnisch, Lothar/ Schröer, Wolfgang (2013): Soziale Arbeit - eine problemorientierte Einführung. Bad Heilbrunn: Verlag Julius Klinkhardt.
- Büttner, Melanie Hrsg. (2020): Handbuch häusliche Gewalt. Schattauer, Stuttgart, J.G. Gotta'sche Buchhandlung.
- Carton, Hannah / Egan, Vincent (2017): The dark triad and intimate partner violence. In: Personality and Individual Differences, 105, S. 84–88. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S019188691630993X?via%3Dihub> Letzter Zugriff: 08.04.2025.
- Carver, Charles (2011): Self-regulation of action and affect. In: K. D. Vohs & R. F. Baumeister (Eds.), Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications (2nd ed., S. 3–21). The Guilford Press. Online unter: https://www.researchgate.net/publication/247482853_Selfregulation_of_action_and_affect Letzter Zugriff: 14.04.2025.
- Carver, Joseph M. (2011): Love and Stockholm Syndrome: The Mystery of Loving an Abuser. Online unter: <https://counselingresource.com/therapy/self-help/stockholm/1/> Letzter Zugriff: 27.04.2025
- Centers for Disease Control and Prevention (2022): Fast facts: Preventing intimate partner violence. Online unter: <https://www.cdc.gov/violenceprevention/intimatepartnerviolence/fastfact.html> Letzter Zugriff: 19.06.2025
- Collison, Katherine L. / Lynam, Donald R. (2021) : Personality disorders as predictors of intimate partner violence : A meta-analysis. Clinical Psychology Review, 88, Artikel. Nr. 102047. Online unter: [10.1016/j.cpr.2021.102047](https://doi.org/10.1016/j.cpr.2021.102047) letzter Zugriff: 08.04.2025
- Day, Nicholas J.S. et al. (2022): Pathological narcissism: An analysis of interpersonal dysfunction within intimate relationships. In: Personality and Mental Health, 16(3), S. 204–216. <https://doi.org/10.1002/pmh.1532> Letzter Zugriff: 24.04.2025
- Dorey, Kathysue (2023): A Traumatology Focus on Trauma Bonding. Department of Community Care and Counseling: Traumatology, Liberty University https://www.researchgate.net/publication/364294067_A_Traumatology_Focus_on_Trauma_Bonding Letzter Zugriff: 15.04.2025

- Du, V. Tianwei et al. (2022): The relation between narcissism and aggression: A meta-analysis. In: Journal of Personality Volume 90, Issue 4, S. 509-657
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/jopy.12684> Letzter Zugriff: 09.04.2025
- Dutton, Donald/ Painter, Susan (1993): Emotional attachments in abusive relationships: A test of traumatic bonding theory. In: Violence and Victims, 8(2), S. 105–120.
https://www.researchgate.net/publication/15006319_Emotional_Attachments_in_Abusive_Relationships_A_Test_of_Traumatic_Bonding_Theory#fullTextFileContent
Letzter Zugriff: 10.04.2025
- Dutton, Mary Ann (2002): Gewalt gegen Frauen. Diagnostik und Intervention. Bern. Göttingen. Toronto. Seattle: Hans Huber. In: Ueckerth, L. 2014: Partnergewalt gegen Frauen und deren Gewaltbewältigung. Herbolzheim: Centaurus Verlag & Media UG.
- Elise, Sophia (2019): Experiences of Narcissistic Abuse: An exploration of the effects on women who have had a long term, intimate, relationship with a suspected narcissistic male partner. A dissertation submitted in partial fulfilment of the requirements for the Degree of Master of Applied Practice, Unitec Institute of Technology. Online unter:
<https://www.researchgate.net/publication/341275894> Letzter Zugriff: 20.05.2025
- Filipp, Sigrun-Heide / Aymanns, Peter (2010): Kritische Lebensereignisse und Lebenskrisen. Vom Umgang mit den Schattenseiten des Lebens. 1. Auflage. Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH Stuttgart.
- Filipp, Sigrun-Heide/ Aymanns, Peter (2018): Kritische Lebensereignisse und Lebenskrisen. Vom Umgang mit den Schattenseiten des Lebens 2., aktualisierte Auflage/ Verlag W. Kohlhammer.
- Follingstad, Diane R. / Dehart, Dana D. (2000): Defining psychological abuse of husbands toward wives: Contexts, behaviors, and typologies. In: Journal of interpersonal violence, 15(9), S. 891-920. Online unter:
<https://doi.org/10.1177/088626000015009001> Letzter Zugriff: 08.06.2025
- Fonseca, Nicole de Queiroz Lima / Oliveira, Bruno Quintino de (2021): Trauma Bonding: concepts, causes and mechanisms in intimate relationships. In: Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. Year. 06, Ed. 11, Vol. 06, S. 60 78. ISSN: 2448-0959 Online unter:
<https://www.nucleodoconhecimento.com.br/psychology/intimate-relationships> Letzter Zugriff: 15.04. 2025

- Foster, Joshua D. et al. (2003): Individual differences in narcissism: Inflated self-views across the lifespan and around the world. In: Journal of Research in Personality, 37(6), S. 469-486. Online unter: <https://www.researchgate.net/publication/222567676> Letzter Zugriff: 08.06.2025
- Frauenhauskoordinierung e.V. 2022. Kriminalstatistik zu Partnerschaftsgewalt + häuslicher Gewalt <https://www.frauenhauskoordinierung.de/aktuelles/detail/kriminalstatistikzupartnerschaftsgewalt-haueslicher-gewalt-2022>. Letzter Zugriff: 20.03.2025.
- Funk, Susanne (2020): Mütter nach der Trennung: Dilemma zwischen Eigenschutz, Schutz der Kinder und dem Wunsch einer gelingenden Vater-Kind-Beziehung. In: Büttner, M. (Hrsg.) 2020: Handbuch häusliche Gewalt, Schattauer, Stuttgart, J.G. Gotta'sche Buchhandlung. S. 397- 408
- Gahleitner, Silke Brigitta/ Lenz, Hans-Joachim (2007): Gewalt und Geschlechterverhältnis. Interdisziplinäre und geschlechtersensible Analysen und Perspektiven. Hrsg. Juventa Verlag Weinheim München.
- Gay, Lauren E. et al (2013): Attachment style and early maladaptive schemas as mediators of the relationship between childhood emotional abuse and intimate partner violence. J. Aggress. Maltreat. Trauma. 22, S. 408–424. Online unter: <https://doi.org/10.1080/10926771.2013.775982> Letzter Zugriff: 10.05.2025
- Geist, Richard. A. (2009): Empathic understanding: the foundation of self-psychological psychoanalysis. In: Annals of the New York Academy of Sciences, 1159(1), S. 63-74. Online unter: <https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.2009.04353.x> Letzter Zugriff: 08.06.2025
- Gewirtz-Meydan, Ateret/ Finzi-Dottan, Ricky (2017): Narcissism and relationship satisfaction from a dyadic perspective: The mediating role of psychological aggression, Marriage & Family Review, DOI: 10.1080/01494929.2017.1359814. Online unter: <http://dx.doi.org/10.1080/01494929.2017.1359814> letzter Zugriff: 15.04.2025
- Gronwald, Silke / Siegert, Almut (2020): Genug ist Genug: Narzissmus, Egozentrik und emotionaler Missbrauch: Wie toxische Beziehungen entstehen – und wie Sie sich daraus lösen können. 3. Aufl. Ten Talks.
- Hagemann-White et al. (1997): Strategien gegen Gewalt im Geschlechterverhältnis. Bestandsanalyse und Perspektiven. In: Hagemann-White, Carol; Kavemann, Barbara; Ohl, Dagmar: Parteilichkeit und Solidarität. Praxiserfahrungen und Streitfragen zur Gewalt im Geschlechterverhältnis. Schriftenreihe des Instituts Frau und Gesellschaft.

- Band 27. Bielefeld: Kleine. S. 15-116. In: Ueckerth, L. 2014: Partnergewalt gegen Frauen und deren Gewaltbewältigung. Herbolzheim: Centaurus Verlag & Media UG.
- Hanswille, Reinert (2011): Ressourcenorientierte systemische Traumatherapie. In: Lenz, Albert (Hrsg.) Empowerment: Handbuch für die ressourcenorientierte Praxis. Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie/ dgvt-Verlag Im Sudhaus, Tübingen. S. 339-362
 - Hartmann, Hans-Peter (2009): Psychoanalytic Self Psychology and Its Conceptual Development in Light of Developmental Psychology, Attachment Theory, and Neuroscience. Self and Systems Explorations in Contemporary Self Psychology. S. 86-105. Online unter: <https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.2009.04476.x> Letzter Zugriff: 18.06.2025
 - Helfferich, Cornelia (2004): Abschlussbericht zum 30.10.2004. Forschungsprojekt. Wissenschaftliche Untersuchung zur Situation von Frauen und zum Beratungsangebot nach einem Platzverweis bei häuslicher Gewalt. „Platzverweis – Beratung und Hilfen“. Im Auftrag des Sozialministeriums Baden-Württemberg. In: Sozialwissenschaftliches Frauen Forschungsinstitut der Kontaktstelle praxisorientierte Forschung. Freiburg. S. 8-163. In: Ueckerth, Linda. 2014: Partnergewalt gegen Frauen und deren Gewaltbewältigung. Herbolzheim: Centaurus Verlag & Media UG.
 - Huber, Michaela (2020): Traumaorientierte Therapie für Personen, die Partnerschaftsgewalt ausüben. In: Büttner, M. (Hrsg.) 2020: Handbuch häusliche Gewalt, Schattauer, Stuttgart, J.G. Gotta'sche Buchhandlung. S. 339- 350
 - Imbusch, Peter (2002): Der Gewaltbegriff. In: Wilhelm Heitmeyer/John Hagan (Hrsg.): Internationales Handbuch der Gewaltforschung, Wiesbaden: Westdeutscher Verlag, S. 45-46
 - Jocher, Brigit (2020): Arbeit im Frauenhaus- Herausforderung und Möglichkeiten. In: Büttner, M. (Hrsg.) 2020: Handbuch häusliche Gewalt, Schattauer, Stuttgart, J.G. Gotta'sche Buchhandlung. S. 147- 155
 - Kanemasa, Yuji et al. (2022): Do the Dark Triad and psychological intimate partner violence mutually reinforce each other? An examination from a four-wave longitudinal study. In: Personality and Individual Differences. Artikelnummer: 111714. Online unter: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0191886922002197> Letzter Zugriff: 09.04.2025
 - Kavemann, Barbara; Nagel, Bianca (2018): Erfahrungswissen in der Prävention von sexualisierter Gewalt in Kindheit und Jugend – Qualität lässt sich beschreiben. In:

BZgA (Hg.) Forum Sexualaufklärung und Familienplanung 2/2018, Schwerpunkttheft Prävention sexualisierter Gewalt, S. 22–25.

- Kjaervik, Sophie L. / Bushman, Brad J. (2021): The link between narcissism and aggression: A meta-analytic review. Psychological Bulletin: Advance online publication. Online unter: <https://psycnet.apa.org/record/2021-48823-001> letzter Zugriff: 08.04.2025
- Kratzer, Leonhard/ Heinz, Peter (2020): Traumafokussierte Therapie bei Partnerschaftsgewalt. In: Büttner, M. (Hrsg.) 2020: Handbuch häusliche Gewalt, Schattauer, Stuttgart, J.G. Gotta'sche Buchhandlung. S. 313- 324
- Lahav, Yael (2021): Painful bonds: Identification with the aggressor and distress among IPV survivors. In: Journal of Psychiatric Research S. 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2021.09.046> Letzter Zugriff: 26.04.2025
- Lambe, Sinead et al. (2018): The role of narcissism in aggression and violence: A systematic review. Trauma, Violence, & Abuse, 19, S. 209–230 <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27222500/> Letzter Zugriff: 10.04.2025
- Lammers, Class Hinrich / Doering, Stephan (2018): Narzissmus und die narzisstische Persönlichkeitsstörung. In: PSYCH up2date. Georg Thieme Verlag KG. 12(4): S. 331-345. Online unter: https://www.researchgate.net/publication/326361276_Narzissmus_und_die_narzisstische_Personlichkeitsstorung Letzter Zugriff: 28.05.2025
- Lehmann, Katrina (2016): Wiesbaden Professionelles Handeln gegen häusliche Gewalt. Der Platzverweis aus der Sicht von Polizei, Beratung und schutzsuchender Frauen. Springer VS. Wiesbaden.
- Lenz, Albert (2003): Ressourcenorientierte Beratung: Konzeptionelle und methodische Überlegungen. In: Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie, 52(4), S. 234-249. In: Nußbeck, S. (2014). Einführung in die Beratungspsychologie. 3. Aufl. Ernsthardt Verlag München Basel. GmbH & Co KG.
- Lenz, Albert (Hrsg.). (2011): Empowerment. Handbuch für die ressourcenorientierte Praxis. Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie/ dgvt-Verlag Im Sudhaus, Tübingen.
- Lenz, Albert (2011): Die Empowermentperspektive in der psychosozialen Praxis. In: Lenz, Albert (Hrsg.) Empowerment: Handbuch für die ressourcenorientierte Praxis. Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie/ dfv-Verlag Im Sudhaus, Tübingen. S. 13-38

- Lohmann, Susanne et al. (2024): The Trauma and Mental Health Impacts of Coercive Control: A Systematic Review and Meta-Analyse, Trauma, Violence, & Abuse Volume 25, Issue 1, S. 630-647. Online unter: <https://journals.sagepub.com/doi/epub/10.1177/15248380231162972> letzter Zugriff: 01.04.2025
- Loth, Wolfgang (2011): Klinische Kontrakte entwickeln, Gemeinsames Anstiften von Sinn. In: Lenz, Albert (Hrsg.) Empowerment: Handbuch für die ressourcenorientierte Praxis. Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie/ dfv-Verlag Im Sudhaus, Tübingen. S. 137-160
- Lorenz, Rüdiger-Felix (2016): Salutogenese: Grundwissen für Psychologen, Mediziner, Gesundheits- und Pflegewissenschaftler. 3.Aufl. Ernst Reinhardt Verlag München Basel.
- L. Zurbriggen/ Ben Hagai (2018): Die Folgen frühen emotionalen Missbrauchs für das Leben und die Beziehungen der erwachsenen Person. In: Brisch, Karl Heinz (Hrsg): Bindung und emotionale Gewalt. Aufl. 2. Stuttgart. Kösel, Kurgzell. S. 226-242.
- Maloney, Molly et al. (2024): Dimensions of narcissism and intimate partner aggression: A vignette study. In: Personality and Individual Differences 217, Artikelnummer: 112449. Online unter: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0191886923003720> Letzter Zugriff: 10.04.2025
- Masz, Friederike (2020): Dem Schmerz begegnen und in die Liebe hineinwachsen-Traumaorientierte Paartherapie. In: Büttner, M. (Hrsg.) 2020: Handbuch häusliche Gewalt, Schattauer, Stuttgart, J.G. Gotta'sche Buchhandlung. S. 351- 364
- Määttä, Marju et al. (2012): An intimate relationship in the shadow of narcissism: What is it like to live with a narcissistic spouse. In: International Journal of Research Studies in Psychology, 1(1), S. 37–50. Online unter: <http://consortiacademia.org/10-5861ijrsp-2012-v1i1-28/>. Letzter Zugriff: 08.06.2025
- Miller, Joshua D et al. (2007): Narcissistic Personality Disorder: Relations with distress and functional impairment. In: Comprehensive Psychiatry, 48, S. 170-177. Online unter: [10.1016/j.comppsy.2006.10.003](https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2006.10.003) Letzter Zugriff: 08.06.2025
- Nußbeck, Susanne (2014): Einführung in die Beratungspsychologie (3., aktualisierte Auflage). München: Ernst Reinhardt GmbH & Co. KG.

- Oliver, Eliza et al. (2024): Narcissism and Intimate Partner Violence: A Systematic Review and Meta-Analysis. In: TRAUMA, VIOLENCE, & ABUSE 2024, Vol. 25(3) S.1871 –1884. Online unter: <https://journals.sagepub.com/doi/epub/10.1177/15248380231196115> Letzter Zugriff: 09.04.2025
- Peterson, Julie Longua / DeHart, Tracy (2014): In defense of self-love: An observational study on narcissists' negative behavior during romantic relationship conflict. In: Self and Identity, 13(4), S. 477-490. Online unter: <https://doi.org/10.1080/15298868.2013.868368> Letzter Zugriff: 01.04.2025
- Penney, Lisa M./ Spector, Paul E. (2002): Narcissism and counterproductive work behavior: Do bigger egos mean bigger problems? In: International Journal of Selection and Assessment, 10: S. 126-134. Online unter: <https://doi.org/10.1111/1468-2389.00199> Letzter Zugriff: 01.06.2025
- Ramani, Durvasula (2024): It's Not You: How to Identify and Heal from NARCISSISTIC People. Aufl.1. Vermilion. ISBN-10: 1785045024.
- Reddemann, Luise (2021): Über den Umgang mit traumatisierten Anteilen und Täterintrojekten. Z Psychodrama Soziom. S. 271–281. Online unter: <https://doi.org/10.1007/s11620-021-00608-x> Letzter Zugriff: 15.05.2025
- Rinker, Lee Scott (2009): Narcissism and Type of Violent Relationships for Perpetrators of Intimate Partner Violence. Doktorarbeit. Texas A&M University. Online unter: <https://www.semanticscholar.org/paper/Narcissism-and-type-of-violent-relationships-for-of-Rinker/610d25626f583e059ca52fb670b8791df047cde1> Letzter Zugriff: 10.04.2025
- Roßkopf, Astrid (2023): Psychodramatische Ressourcenarbeit mit Erwachsenen im pädagogischen Setting Soziokulturelles Atom, The Big Five for Life, Liebesbrief an mich selbst. In: Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie. Springer Fachmedien Wiesbaden GmbH, ein Teil von Springer Nature. 22: S. 177–188 Online unter: <https://doi.org/10.1007/s11620-022-00708-2> Letzter Zugriff: 11.05.2025
- Sachse, Rainer et al. (2018): Klienten motivieren: Therapeutische Strategien zur Stärkung der Änderungsbereitschaft. 2. Aufl. Psychiatrie Verlag GmbH, Bonn 2012, Köln.
- Schröttle, Monika /Ansorge, Nicole (2009): Gewalt gegen Frauen in Paarbeziehungen - eine sekundäranalytische Auswertung zur Differenzierung von Schweregraden, Mustern, Risikofaktoren und Unterstützung nach erlebter Gewalt. Berlin:

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. Online unter: [urn:nbn:de:0070-pub-18591518](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0070-pub-18591518) Letzter Zugriff: 18.06.2025

- Schröttle, Monika/ Müller, Ursula (2004): Lebenssituation, Sicherheit und Gesundheit von Frauen in Deutschland. Eine repräsentative Untersuchung von Gewalt gegen Frauen in Deutschland. BMFSFJ.
- Schröttle, Monika /Müller, Ursula (2004): Gewalt gegen Frauen in Deutschland. In: Lehmann, K. (2015): Professionelles Handeln gegen häusliche Gewalt: Der Platzverweis aus der Sicht von Polizei, Beratung und schutzsuchender Frauen. Springer VS.
- Schröttle, Monika (2020): Häufigkeit von Partnerschaftsgewalt in Deutschland. In: Büttner, M. (Hrsg.) 2020. Handbuch häusliche Gewalt, Schattauer, Stuttgart, J.G. Gotta'sche Buchhandlung. S. 37-46
- Schwarz, Silke (2020): Gewalt gegen Frauen in heterosexuellen Partnerschaften. In: Büttner, M. (Hrsg.) 2020: Handbuch häusliche Gewalt, Schattauer, Stuttgart, J.G. Gotta'sche Buchhandlung. S. 47-58/ S. 233- 241.
- Seligman, Martin E. P. (1996): Die Effektivität von Psychotherapie. Die Consumer Reports-Studie. In: Integrative Therapie 2–3, S. 264–287. Online unter: <https://doi.org/10.1037/0003-066X.50.12.965> Letzter Zugriff: 10.06.2025
- Shousha, Nayera Mohamed (2023): "Now, You Can Breathe: A Qualitative Study of the Experiences and Resilience of Egyptian Women Victimized by Narcissistic Relationships". In: Journal of International Women's Studies: Vol. 25: Iss. 1, Artikel 14. Online unter: <https://vc.bridgew.edu/jiws/vol25/iss1/14>. Letzter Zugriff: 08.06.2025
- Soine, Stefanie 2020: Beratung von Frauen, die Gewalt in der Partnerschaft erleben. In: Büttner, M. (Hrsg.) 2020: Handbuch häusliche Gewalt, Schattauer, Stuttgart, J.G. Gotta'sche Buchhandlung. S. 245- 253
- Sprenger, Brend /Joraschky, Peter (2015): Mehr Schein als Sein? Die vielen Spielarten des Narzissmus. Springer-Verlag Berlin Heidelberg.
- Stahl, Stefanie (2025): EX-Partner Loslassen: Warum fällt mir das so schwer? [Audio-Podcast von Stefanie Stahl] Online unter: <https://open.spotify.com/episode/2XPPabglPoH47EVe6GNbaK?si=yfyGVYj-QymgFgZiw0jBlg> Zugriff: 23.04.2025.
- Stark, Cynthia (2019): Gaslighting, Misogyny and Psychological Oppression. The Monist 102, No. 2. Online unter: <https://doi.org/10.1093/monist/onz007> Letzter Zugriff 16.05.2025

- Straight, Erin S. et al (2003): The Impact of Partner Psychological Abuse on Health Behaviors and Health Status in College Women. In: JOURNAL OF INTERPERSONAL VIOLENCE, Vol. 18 No. 9, September 2003 S. 1035-1054. Online unter: <https://doi.org/10.1177/0886260503254512> Letzter Zugriff: 28.05.2025
- Straus, Florian/ Höfner, Renate (2011): Das Modell der Salutogenese. In: Lenz, Albert (Hrsg.) Empowerment: Handbuch für die ressourcenorientierte Praxis. Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie/ dfv-Verlag Im Sudhaus, Tübingen. S. 41- 55
- Street, Amy A. / Arial, Ileana (2001): Psychological Abuse and Posttraumatic Stress Disorder in Battered Women: Examining the Roles of Shame and Guilt. Springer Publishing Company.
- Strutzenberg, Claire et al. (2017): Love-bombing: a narcissistic approach to relationship formation. Discovery. In: The Student Journal of Dale Bumpers College of Discovery, The Student Journal of Dale Bumpers College of Agricultural, Food and Life Sciences. Artikel 14. 18(1), S. 81-89. Online unter: <https://scholarworks.uark.edu/discoverymag/vol18/iss1/14> Letzter Zugriff: 27.04.2025
- Stövesand, Sabine (2007): Mit Sicherheit Sozialarbeit! Gemeinwesenarbeit als innovatives Konzept zum Abbau von Gewalt im Geschlechterverhältnis unter den Bedingungen neoliberaler Gouvernementalität. Hamburg: LIT.
- Sweet, Paige L. (2019): The sociology of gaslighting. In: American Sociological Review, 84(5), S. 851–875. Online unter: <https://doi.org/10.1177/0003122419874843> Letzer Zugriff: 28.05.2025
- Thomaes, Sander et al. (2008): Trumping shame by blasts of noise: Narcissism, self-esteem, shame, and aggression in young adolescents. In: Child Development, 79, S. 1792–1801. <https://srcd.onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/j.1467-8624.2008.01226.x> letzter Zugriff: 10.04.2025
- Tsirigotis, Cornelia (2011): Empowermentprozesse anregen- fördern- begleiten. In: Lenz, Albert (Hrsg.) Empowerment: Handbuch für die ressourcenorientierte Praxis. Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie/ dgvt-Verlag Im Sudhaus, Tübingen. S. 161- 182
- Twenge, Jean M. / Campbell, W. Keith (2009): The narcissism epidemic: Living in the age of entitlement. Simon ans Schuster Verlag.
- Ueckerroth, Linda. 2014: Partnergewalt gegen Frauen und deren Gewaltbewältigung. Herbolzheim: Centaurus Verlag & Media UG.

- Völzke, Reinhard (2011): Das biographisch-narrative Beratungsgespräch. In: Lenz, Albert (Hrsg.) Empowerment: Handbuch für die ressourcenorientierte Praxis. Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie/ dgvt-Verlag Im Sudhaus, Tübingen. S. 277-301
- WARDETZKI, Bärbel (2013): Eitle Liebe. Wie narzisstische Beziehungen scheitern oder gelingen können. 4. Aufl. München: Kösel.
- WARDETZKI, Bärbel (2023): Sonja R. Und das soll Liebe sein? Wie es gelingt, sich aus einer narzisstischen Beziehung zu befreien? 5. Aufl. München: dtv. (Originalausgabe 2018).
- Wenzel, Caroline (2022): Vom Trauma zum Trauma: Psychische Gewalt in Partnerschaften. 1. Aufl. S. Hirzel Verlag GmbH. Stuttgart.
- WILLI, Jürg (2024): Die Zweierbeziehung. 7. Auflage. Reinbek: Rowohlt.
- Wippermann, Carsten (2022): Gewalt und Milieus Einstellungen zu Gewalt und Gewalterfahrungen in sozialen Milieus in Bayern. Abschlussbericht. Delta-Institut für Sozial- und Ökonomieforschung GmbH.
- Yoon, Jeung Eun/ Lawrence, Erika (2013): Psychological victimization as a risk factor for the developmental course of marriage. In: Journal of Family Psychology, 27(1), S. 53–64. Online unter: <https://psycnet.apa.org/record/2013-05310-005> Letzter Zugriff: 20.04.2025

Eidesstattliche Erklärung

Ich versichere, dass ich die vorliegende Arbeit ohne fremde Hilfe selbstständig verfasst und nur die angegebenen Quellen und Hilfsmittel benutzt habe. Wörtlich oder dem Sinn nach aus anderen Werken entnommene Stellen sind in allen Fällen unter Angabe der Quelle kenntlich gemacht.

Hamburg 25.06.2025

Ort, Datum

