

# Häusliche Gewalt

---

## L A S S E N S I E

Bei häuslicher Gewalt ist es ganz wichtig, sich jemandem anzuvertrauen und Hilfe zu suchen. Sich aus eigener Kraft davon zu befreien, ist fast nicht möglich, da die Betroffenen durch eine ganz besondere Beziehung verbunden sind. Das Loyalitätsgefühl des Opfers gegenüber der gewaltausübenden Person aufgrund einer familiären Verbindung oder intimen Beziehung macht es für das Opfer sehr schwierig, über die erlebte Gewalt zu sprechen. Häufig schämt es sich, hat Angst, dass ihm nicht geglaubt wird oder dass es andere Familienmitglieder enttäuscht oder verletzt, wenn es darüber spricht.

Auch der gewaltausübenden Person fällt es schwer, über ihre Taten zu sprechen – auch sie kann sich schämen. Die gewaltausübende Person kann starke Schuldgefühle haben. Da sie sich nicht aus der Gewaltspirale befreien kann, ist ihr Selbstwertgefühl beeinträchtigt.

Sowohl Opfer als auch gewaltausübende Personen brauchen Hilfe. Im Wallis gibt es entsprechende [Fachstellen](#). Man sollte nicht zögern, diese Stellen zu kontaktieren. Denn Gewalt darf man nicht einfach so hinnehmen. Sie ist niemals gerechtfertigt!

Die Fachleute können Betroffenen helfen, Abstand zu ihrer Situation zu gewinnen, über verschiedene Lösungen nachzudenken, Strategien umzusetzen, um sich vor Gewalt zu schützen, um seine Kinder zu schützen oder aber um zu verhindern, gewalttätig zu werden (Broschüre S. 10 und 11).