

Großes Tabuthema: „Häusliche Gewalt betrifft auch Männer“

24.01.2025, 05:25 Uhr • [Lesezeit: 6 Minuten](#)



Von [Lisa-Marie Eggert](#)
Volontärin

Hamburg. Gewalt gegen Männer häufig Tabuthema. Gewaltberater berichten aus Erfahrung: Was sind das für Taten und wieso ist es so schwer, sich Hilfe zu holen?

Diesen Artikel vorlesen lassen:

[00:00](#) / [05:18](#)

[1X](#)
[BotTalk](#)

Die Zahlen von **häuslicher Gewalt** steigen – sowohl gegen Frauen als auch gegen Männer. Das zeigen Statistiken für ganz Deutschland, aber auch für **Hamburg**. „Das Thema häusliche Gewalt hat in den letzten Jahren viel mehr öffentliches Aufsehen bekommen“, sagt Kristina Lühr, stellvertretende Leiterin der **Opferhilfe Hamburg**. Dadurch würden sich Betroffene auch vermehrt trauen, Hilfe bei Beratungsstellen oder der Polizei zu holen.

Doch gerade bei männlichen Betroffenen gebe es noch viel zu tun, um die Akzeptanz und Sensibilisierung in der Gesellschaft zu fördern. Lühr sagt: Ein richtiger Ansatz, um Männern und non-binären Menschen mehr Unterstützung zu bieten, sei die Einrichtung der ersten **Schutzwohnung** in **Hamburg**. Sascha Niemann, Leiter der Traumaambulanz beim [Wendepunkt e.V. in Pinneberg](#) und Berater erklärt,

warum „sich Hilfe zu holen“ bei vielen ein Tabuthema ist und Betroffene oft in gewalttätigen Beziehungen bleiben.

Leiter einer Traumaambulanz: Männer schämen sich bei häuslicher Gewalt oft, sich Hilfe zu holen

Besonders problematisch sei die Scham, die viele Männer davon abhält, sich überhaupt [Unterstützung zu suchen](#). „Das hat viel mit dem Bild von Männlichkeit zu tun, dem ‚starken Geschlecht‘“, erklärt Niemann, der auch im Arbeitskreis Männerberatung in Hamburg aktiv ist. „Wegen solcher Stereotype trauen sich viele nicht, Beratungsstellen oder die Polizei einzuschalten.“ Positiv sieht der Gewaltberater aber, dass auch bei der Polizei ein Umdenken stattgefunden hat: „Täter können auch weiblich sein.“

Die Gewalt, von der Niemann in seiner Arbeit erfährt, reicht von psychischen Attacken über schwere körperliche Gewalt bis hin zu Vergewaltigungen. „Von Schlagen, dem Drücken eines Kissens aufs Gesicht während des Schlafs, bis hin zu Drohungen – ich habe vieles gehört.“ Die Öffentlichkeit reagiere oft mit Unverständnis: „Warum lässt ein Mann so etwas mit sich machen?“ Niemann: „Wir sollten weniger fragen: Wieso lässt das jemand mit sich machen, sondern vielmehr: Wieso tut jemand einem anderen Menschen so etwas an!“

AUCH INTERESSANT



[HÄUSLICHE GEWALT](#)

[Erstes Männerhaus kommt: Warum das so wichtig für Hamburg ist](#)

Von Lisa-Marie Eggert

Laut Niemann gibt es viele Gründe, warum Männer im gewalttätigen Umfeld bleiben: psychische Abhängigkeiten, die Angst, dass den Kindern etwas geschieht, oder die Furcht, selbst zu Unrecht der Gewalt beschuldigt zu werden. Viele wehren sich auch nicht, um nicht selbst gewalttätig zu sein. „Ein Mann erzählte mir, seine Frau drohte, ihn wegen häuslicher Gewalt anzuzeigen, wenn er sich wehrt“, schildert der Gewaltberater. Hinzu komme, dass kleine gewalttätige Handlungen in manchen Fällen in den Alltag integriert werden und sich irgendwann „normal“ anfühlen.

Beraterin aus Hamburg: „Hilfe und Schutz vor Gewalt dürfen nicht vom Geschlecht abhängen“

Kristina Lühr von der Opferhilfe bestätigt das. „Es sind oft auch Taten wie Schubsen, Beißen, aber auch Stalking oder Verleumdung“, erklärt sie. Häusliche Gewalt könne aber auch auf psychischer Ebene stattfinden. Manche Männer suchen zudem die Schuld bei sich selbst. Ein Vorurteil: Solche Taten seien vor allem in unteren sozialen Schichten zu finden. „Das ist bildungsübergreifend“, sagt Lühr. Allerdings können finanzielle Sorgen oder berufliche Unsicherheiten das Konfliktpotenzial erhöhen.

Sie betont die Notwendigkeit, das Thema häusliche Gewalt gegen Männer zu enttabuisieren. „In den letzten Jahren hat sich zwar viel getan, aber es braucht noch mehr Aufklärungsarbeit, damit sich Opfer trauen, Hilfe zu suchen. Das sollte für niemanden unangenehm sein.“ Positiv sei aber, dass die Sensibilisierung in der Gesellschaft langsam wächst. Dadurch und auch durch vermehrte Hilfsangebote trauen sich mehr Menschen, sich an Beraterinnen und Berater zu wenden oder Anzeige zu erstatten. Und auch Präventionsarbeit sollte gefördert werden.

Mehr Themen aus Hamburg

- [„Bespuckt und geschubst“: So schützen sich Mediziner gegen Angriffe](#)
- [Das Triell: So werden Tschentscher, Fegebank und Thering bewertet](#)
- [Mobbing an Schulen: Hohe Dunkelziffer befürchtet](#)

Dass es in Hamburg bald eine Schutzwohnung gibt, begrüßt sie sehr. „Es ist wichtig, aus der Wohnung herauszukommen, in der man häusliche Gewalt erfahren hat“, erklärt Lühr, die seit 2012 in der Opferhilfe Hamburg tätig

ist. Ein Ziel von Schutzräumen sei es, den Betroffenen zu helfen, zur Ruhe zu kommen und die nächsten Schritte zu planen. Und auch eine psychologische Anbindung sei sehr sinnvoll. Lühr betont: „Hilfe und [Schutz vor Gewalt](#) dürfen nicht vom Geschlecht abhängen und sollten für jede Person erreichbar sein.“

Hier finden Betroffene Hilfe

256.276 Menschen in Deutschland wurden 2023 laut BKA Opfer häuslicher Gewalt. Die meisten Opfer häuslicher Gewalt waren von Partnerschaftsgewalt betroffen (167.865 Personen), ein Drittel (88.411) von innerfamiliärer Gewalt. Bei der Partnerschaftsgewalt sind rund 80 Prozent Frauen. Aber auch rund 35.000 Männer waren betroffen. Damit ist die Zahl der Fälle in den vergangenen fünf Jahren um fast 20 Prozent gestiegen.

Um die Hemmschwelle zu senken, eine Beratungsstelle aufzusuchen, wurde das [Männerhilfetelefon](#) unter der bundesweiten Telefonnummer 0800 123 99 00 eingerichtet. Opfer und Zeugen von häuslichen Gewalttaten können – bei Tag und Nacht – über den [Notruf 110](#) Hilfe holen.

Beratung bei Gewalt und Trauma finden Betroffene bei der [Opferhilfe Hamburg](#) unter der Telefonnummer 040 381 993. Das Opfer-Telefon vom [Weißen Ring](#) ist unter 116006 erreichbar. Auch beim [Männerberatungsnetz](#) können sich Jungen, Männer und Väter Hilfe holen.

Die Interkulturelle Beratungsstelle für Betroffene von häuslicher Gewalt und Zwangsheirat ([i.bera](#)) ist unter der Rufnummer 040 350 177 226 zu erreichen. Kontakt zur Proaktiven Interventionsstelle bei häuslicher Gewalt und Stalking ([intervento](#)) gibt es unter 040 226 226 27.

Alle Beratungsstellen informieren auch auf ihren Homepages.