



**Fachtag „ Weiblich, behindert, Gewalt erlebt – und dann?  
Beratung und Therapie ohne Barrieren“**

**am 31. Oktober 2023 in Essen**

**Workshop**

**„Psychische Belastung bei Frauen mit Behinderung besser  
erkennen – aber wie?“**

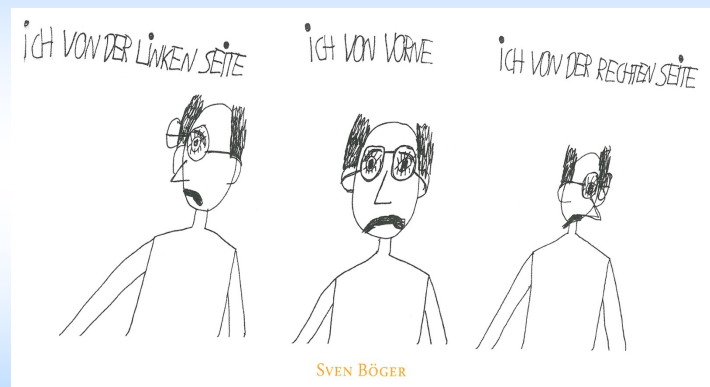
**Christian Janßen**

**Folien aus dem Workshop ROT  
Kurzer und leichter Überblick**

Christian Janßen (Dipl.-Psych, Psych. Psychotherapeut)  
vBS Bethel – Gesamt-MAV - Karl-Siebold-Weg 9 - 33617 Bielefeld  
Tel. 0521-144 5049, mailto: christian.janssen@bethel.de  
Internet privat: [www.sivus.net](http://www.sivus.net)

1

**Das bin ich**



Die Wortfinder e.V (Feldwieser, S.), Mein Schatten springt vor  
Freude, Texte von Menschen mit geistiger Behinderung,  
Literarischer Wochenkalender, 2021

Janßen (2023)

2

## GEWALTig herausfordernd – eine Annäherung



**Bei einer Veranstaltung von etwa 160 Mitarbeiter\*innen aus Wohngruppen und Werkstätten (GSE in Köln, 2019):**

### **Frage**

Wer von Ihnen hat bereits Gewalt in der Arbeit selbst oder bei Kolleg\*nnen erlebt?

### **Antwort:**

„JA“ sagten 150 Teilnehmende

Janßen (2023)

3

## Mit was für einer „Gewalt“ haben wir zu tun?



### **Wer von Ihnen hat in einer Wohngruppe oder Wohnheim gelebt?**

Das sind die Beschäftigten in ihren Werkstätten, die dort wohnen  
Wer von Ihnen wollte das - oder WILL das weiter?

In einer Wohngruppe/-haus mit 7 – 23 anderen leben,  
die man sich nicht ausgesucht hat?

Das ist hart.

Janßen (2023)

4

## Mit was für einer „Gewalt“ haben wir zu tun?



### Herausforderndes Verhalten – Auffälligkeiten:

Jeder Mensch braucht  
Sicherheit, Aufmerksamkeit, Zuwendung und Liebe.  
(und wir suchen Wege, wie wir davon für uns genug bekommen)

Sich DAS aber mit 7 oder vielleicht 23 anderen zu teilen ist schwer  
- manchmal zu schwer!

Janßen (2023)

5

## Mit was für einer „Gewalt“ haben wir zu tun?



### „Überlebensstrategie“

Denn JEDER Mensch braucht DAS  
– mit Behinderung oder mit Nicht-Behinderung.

Menschen, die die Welt nicht gut „verstehen“, brauchen  
jedoch eine  
besondere / eine größere Sicherheit als andere.

Janßen (2023)

6

## Mit was für einer „Gewalt“ haben wir zu tun?



Jede und jeder von uns hat eine – eigene -  
„Überlebensstrategie“

LAUT oder leise

Das machen wir nicht, weil wir es uns ausdenken – also  
bewusst,  
sondern es kommt einfach so.

Janßen (2023)

7

## Mit was für einer „Gewalt“ haben wir zu tun?



Das ist ein **Lernprozess**:

Ich kriege nicht die Aufmerksamkeit und Zuwendung, die ich  
brauche.

Wie kann ich bei den wenigen Mitarbeiterinnen Aufmerksamkeit und  
Zuwendung kriegen?

„Ich mach einen auf laut und die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter  
kommen!“

Aber:

Sie kümmern sich, sind aber genervt.

(Das nennt man negative Verstärkung)

Janßen (2023)

8

## Mit was für einer „Gewalt“ haben wir zu tun?



Dies ist auch ein **Lernprozess**:

Ich kriege nicht die Aufmerksamkeit und Zuwendung, die ich brauche.

Dann lerne ich vielleicht aufzugeben:

ich ziehe mich zurück,  
sage nichts mehr,  
bin unauffällig ...

... „pflegeleicht“ sagen manche.

Janßen (2023)

9

## Mit was für einer „Gewalt“ haben wir zu tun?



Aber es gibt auch:

**etwas, was wie „Gewalt“ aussieht,**

Es kann einfach heißen:

„Ich will Ruhe“ – in meiner Nachbarschaft wird „ruhiggestellt“  
Das ist bei „Autismus“ oft so.

Denn:

Wir hören und sehen viele Sachen garnicht mehr,  
weil es uns ablenkt

Aber manche können das nicht überhören oder übersehen  
– das ist dann zuviel Information!

Janßen (2023)

10

## Ein Erklärungsansatz



### Frage: Was denkt sich jemand denn dabei? Weshalb macht er das?

(Welche „subjektive“ Logik liegt hinter einem Verhalten?)

- Jeder Mensch ist „eigensinnig“, „eigenartig“.
- Oft kann ich ein Verhalten, das ich erst nicht verstehe, nachvollziehen und logische Zusammenhänge finden:
  - z.B. die „Überlebensstrategie“
  - der Versuch, Sicherheit zu schaffen
  - oder eine Reaktion auf Einengung oder Fremdbestimmung
  - leise oder laut.

Janßen (2023)

11

## Ein Erklärungsansatz



- **Ich muss also Verstehen, was hinter einem Verhalten steckt.**

**Das ist Aufgabe der Mitarbeiterinnen und Gruppenleitungen  
- oder der Beratungsstelle, der Psychologin, des Sozialdienstes.  
Aber vielleicht hilft es mir auch.**

Janßen (2023)

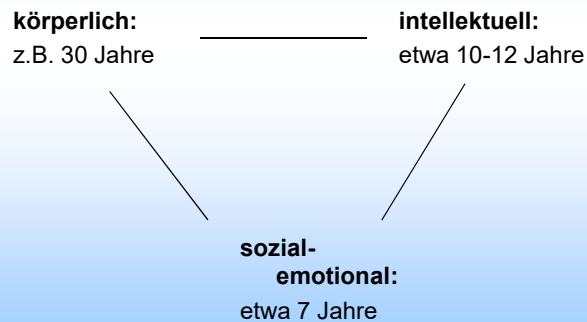
12

## Unterschiedliche Entwicklung in wichtigen Persönlichkeitsbereichen



Der Entwicklungsstand in verschiedenen Bereichen „fällt“ auseinander:

Beispiel: Frau, 30 Jahre, „Geistige Behinderung“



Janßen (2023)

13

## Was sind Anzeichen für Gewalterleben psychische Belastung oder eine psychische Störung



- Wenn sich das Verhalten plötzlich ändert:
  - Wenn sich jemand zurückzieht, nicht mehr an Gesprächen beteiligt
  - Wenn jemand ganz aufgereggt ist und sich nicht beruhigen kann
- bei manchen kennen Sie schon Anzeichen: jetzt kommt was
- oder war vorher vielleicht etwas oder folgt etwas (z.B. Besuch zuhause)
- und Sie wissen vielleicht auch, was jemand schon einmal beruhigt hat.
- Und: eine psychische Störung ist eher selten: Nur eine von sieben auffälligen Menschen mit Behinderung haben eine psychische Störung
  - sechs nicht!

Janßen (2023)

Sappok (2015), N =203

14

## Was können Sie tun?



- Sie sind Beschäftigte in der Werkstatt und im Werkstatttrat oder Frauenbeauftragte:  
Die Gruppenleitungen werden dafür bezahlt, dass die sich kümmern
- Also:  
Wenn Ihnen etwas an einer Kollegin, einem Kollegen auffällt, was anders ist, als sonst – sagen Sie z.B. der Gruppenleitung Bescheid.
- Die Gruppenleitung soll sich das angucken, und was tun - wenn es notwendig ist. Das ist ihre Aufgabe.
- Wenn eine Krise da ist, wird sie den Sozialdienst, eine Psychologin, Beratungsstelle oder eine andere Person einschalten, die sich damit auskennt.

Janßen (2023)

15

## Was können Sie tun?



Im Kontakt:

- laut, einfach und ruhig sprechen,
- passen Sie auf, dass sie die Person nicht in ihren Bewegungen einengen, ihr nicht zu nah kommen,
- Rufen Sie eine Mitarbeiterin / Gruppenleitung

Janßen (2023)

16





## BEHINDERT IST MAN NICHT. BEHINDERT WIRD MAN.

Zum Beispiel durch zu hohe Bordsteinkanten oder weil Aufzüge oder behindertengerechte Toiletten fehlen. Oder wenn man nicht in die Disco darf oder ins Schwimmbad. Oder dadurch, daß einem keiner richtig zuhört oder sich niemand die Mühe macht, einen richtig zu verstehen. Übrigens:

„Niemand darf wegen seiner Behinderung benachteiligt werden.“  
(Art. 3 Abs. 3 Grundgesetz)

Eine Initiative der Aktion Sorgenkind  
und 85 Verbänden und Organisationen  
der Behindertenhilfe und -selbsthilfe

**AKTION** GRUND  
GESETZ

Aktion Grundgesetz,  
80er Jahre

Janßen (2023)

17



### **Christian Janßen**

(Dipl.-Psych, Psych. Psychotherapeut)

Vorsitzender der Gesamtmitarbeitendenvertretung Stiftung Bethel i.D.

vBS Bethel

Karl-Siebold-Weg 9 - 33617 Bielefeld

Tel. 0521-144 5049

mailto: [christian.janssen@bethel.de](mailto:christian.janssen@bethel.de)

Internet privat: [www.sivus.net](http://www.sivus.net)

Janßen (2023)

18