

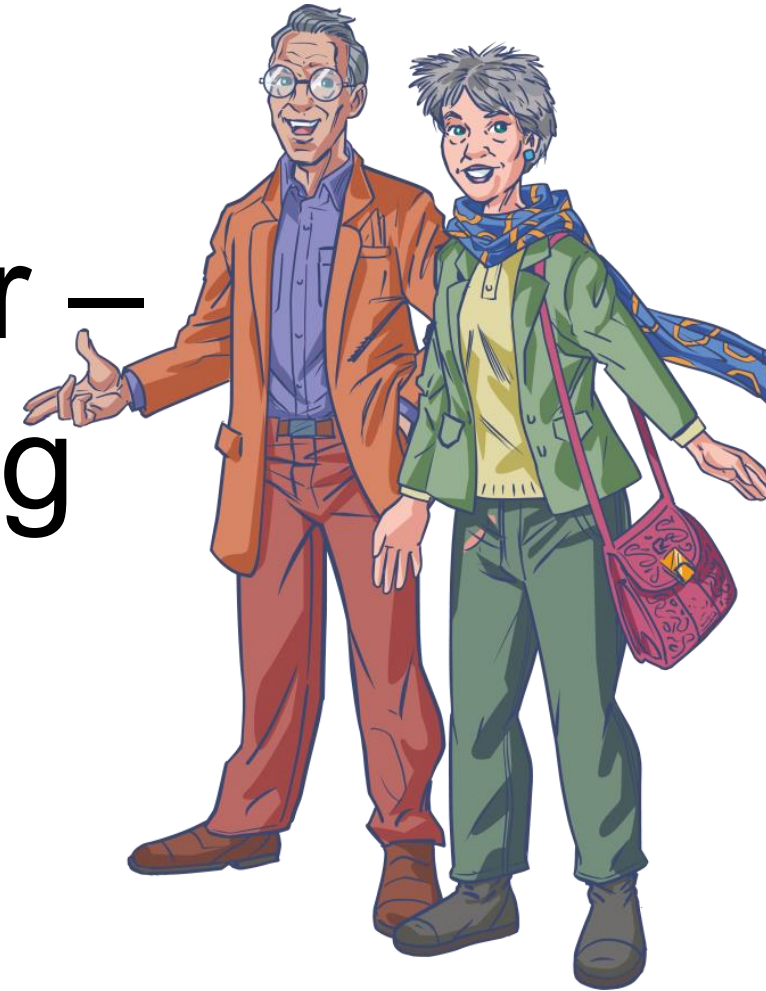


Kanton Bern
Canton de Berne



Grenzverletzungen im Alter – Information & Unterstützung

Input Pro Senectute Bern
26.02.2026



Yvonne Hofstetter Rogger, UBA
Laura Elmiger, Berner Interventionsstelle gegen Häusliche Gewalt

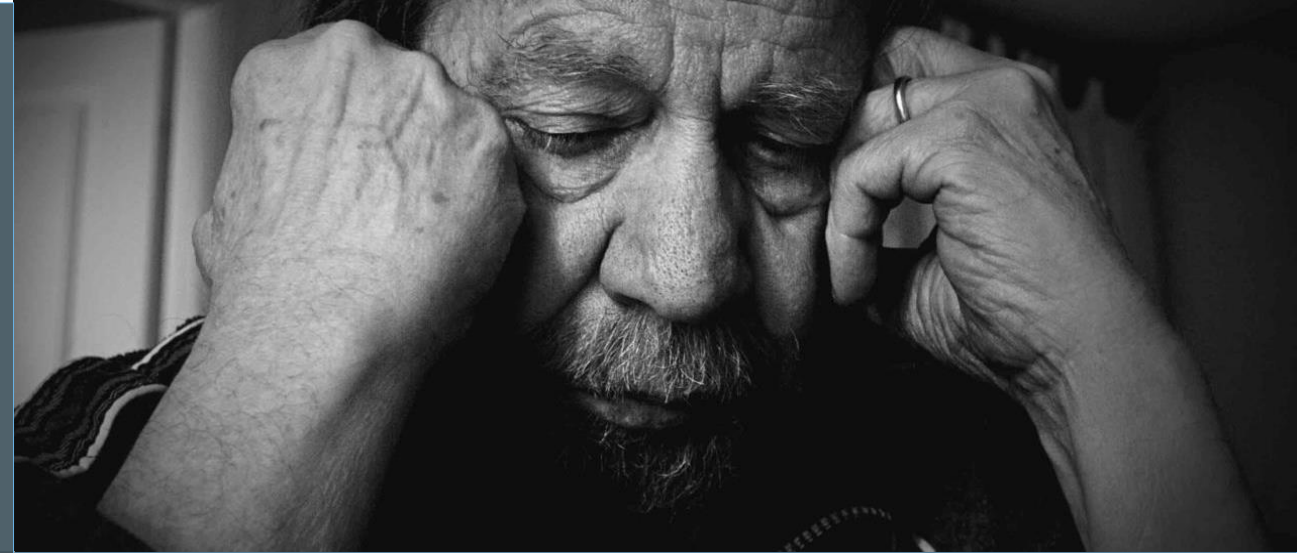


Kanton Bern
Canton de Berne



Was Konflikte mit uns anstellen...

... wir machen dicht ...
... wir knallen durch ...
... wir fühlen uns gekränkt, verletzt ...
... wir werden blind vor Wut ...



... wir fühlen uns im Recht ...
... es verschlägt uns die Sprache ...
... der Andere hat angefangen ...
... wir schlagen zu ...



Eskalationstreiber



- **Schuldzuschreibung**
- **Dämonisierung** (Misstrauen und Destruktivität)
- **Konflikt wird zum Parasiten**
(beide treiben an und meinen, nur zu reagieren)
- **«geeichte» Kommunikationsschleifen**
(Reden hilft auch nicht)
- **Gerechtigkeitsvorstellungen und Verrechnungen**
(Jedem gleich viel? Jedem was er verdient? Jedem was er braucht?)
- **Soziale Vergleichsprozesse**
(Anspruch auf absolute Gleichbehandlung, Zuwendung, Anerkennung...)
- **Gefährliche Gedanken und Gefühle**
(Verschwörung, Heimlichkeit, Vergeltungsimpuls, Mythos von Macht und Kontrolle)
- **Groll und Erosion der Beziehung**



Unwillkürliche Prozesse in Spannungssituationen

Konflikte sind wechselseitig in Gang gesetzte **Problemhypnosen**.

Sie lösen unwillkürliche Prozesse aus

→ körperlich: Atmung, Hormonausschüttung, Verspannung...

→ psychisch: Emotionen, Bedürfnisse

→ mental: Gedanken, Aufmerksamkeitsfokus, alte Geschichten.

Unwillkürliche Prozesse werden durch äussere und innere Reize ausgelöst.

Sie sind an sich zum vornherein weder negativ noch positiv. Sie sind da.

Nicht die Konflikte sind das Problem, sondern der Umgang mit ihnen!

Wir sind für unsere Gefühle verantwortlich, wir können sie steuern!

Agitation spüren - Stop vor Grenzverletzung und Gewalt!

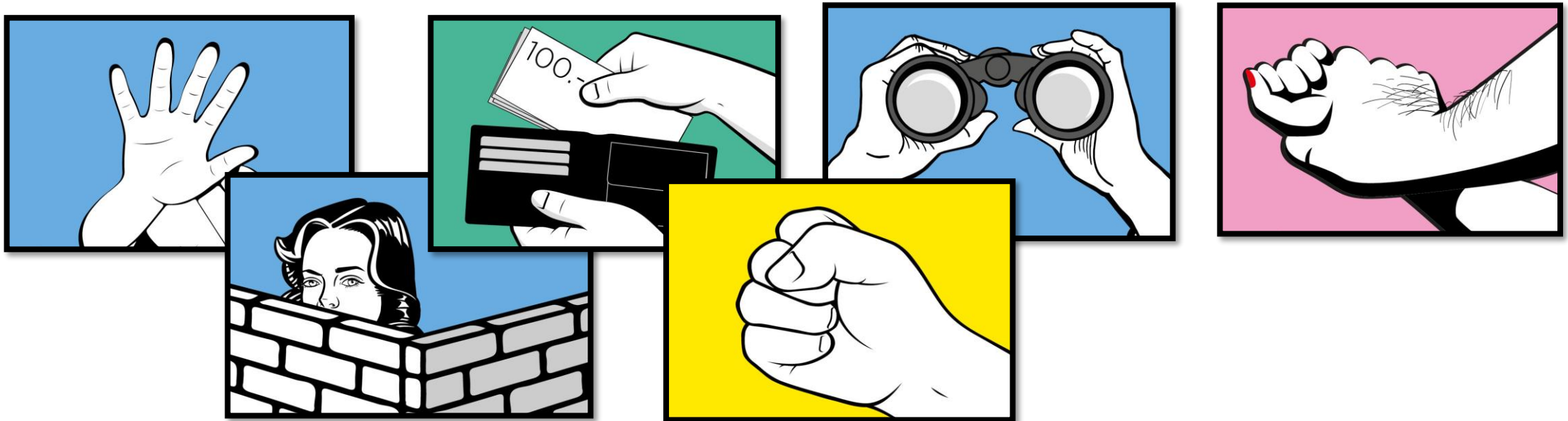


Ordnen Sie ein: Konflikt? Gewalt?

- Sara schmeichelt ihrem Grossvater immer wieder und so lange, bis er zustimmt, ihr ein Schmuckstück zu kaufen.
- Daniel sagt Ruth, sie bekomme kein Geld für den Coiffeur, sie sei ihm schön genug.
- Damit Esther wieder mal in Ruhe schlafen kann, gibt sie ihrer Mutter eine höhere Dosis an Medikamenten.
- Regula wird regelmässig von ihrem Mann beschimpft, wenn sie wieder etwas vergessen hat.
- Maria trifft ihre Freundinnen nicht mehr, ihr Mann sagt, diese hätten einen schlechten Einfluss auf sie.
- Die Berührungen beim Waschen sind Torsten unangenehm.
- Der Sohn bestellt die Spitex ab, dies sei Geldverschwendung.
- Der gepflegte Ehepartner isst zu wenig um das Gewicht zu halten; die Frau lässt ihn nicht vom Tisch, bis sie ihn genügend gefüttert hat.

Häusliche Gewalt umfasst... (Art. 3 Abs b Istanbul-Konvention)

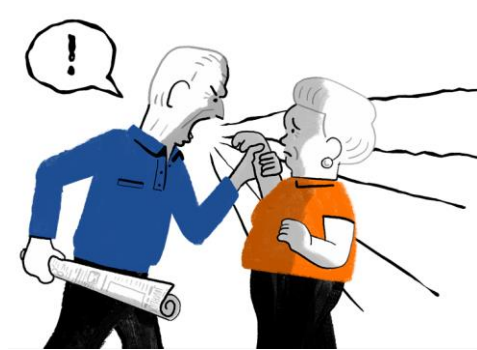
- Verschiedene Formen
- Gewalt in der Familie und Partnerschaft
- Man muss nicht zusammen wohnen
- Emotionale Bindung und Abhängigkeit





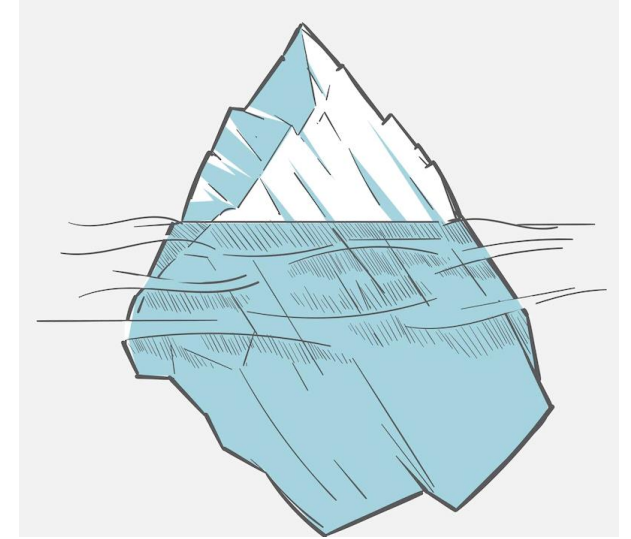
Seit der Pensionierung ist es für Ruth schlimmer geworden. Marc hat nun den ganzen Tag Zeit, sie zu kontrollieren und zu schikanieren. Sogar mit ihren Schwestern trifft sie sich deswegen nicht mehr. Den ganzen Tag ist sie angespannt. Der Ausbruch kommt oft aus dem nichts. Danach tut es Marc immer leid und er sagt ihr, dass er sie braucht.

Seit einiger Zeit muss Philipp seine Tochter Ivana um Hilfe im Alltag bitten. Zu Beginn ging es nur um Kleinigkeiten. Mittlerweile wohnt Philipp bei Ivana und ihrer Familie. Ivana wird die Pflege nebst Arbeit und Kinder oft zuviel. Sie ist dann verärgert, wenn Philipp Hilfe braucht; sie ignoriert seine Rufe oder beschimpft ihn.



Gewalt im Alter - Wer ist betroffen?

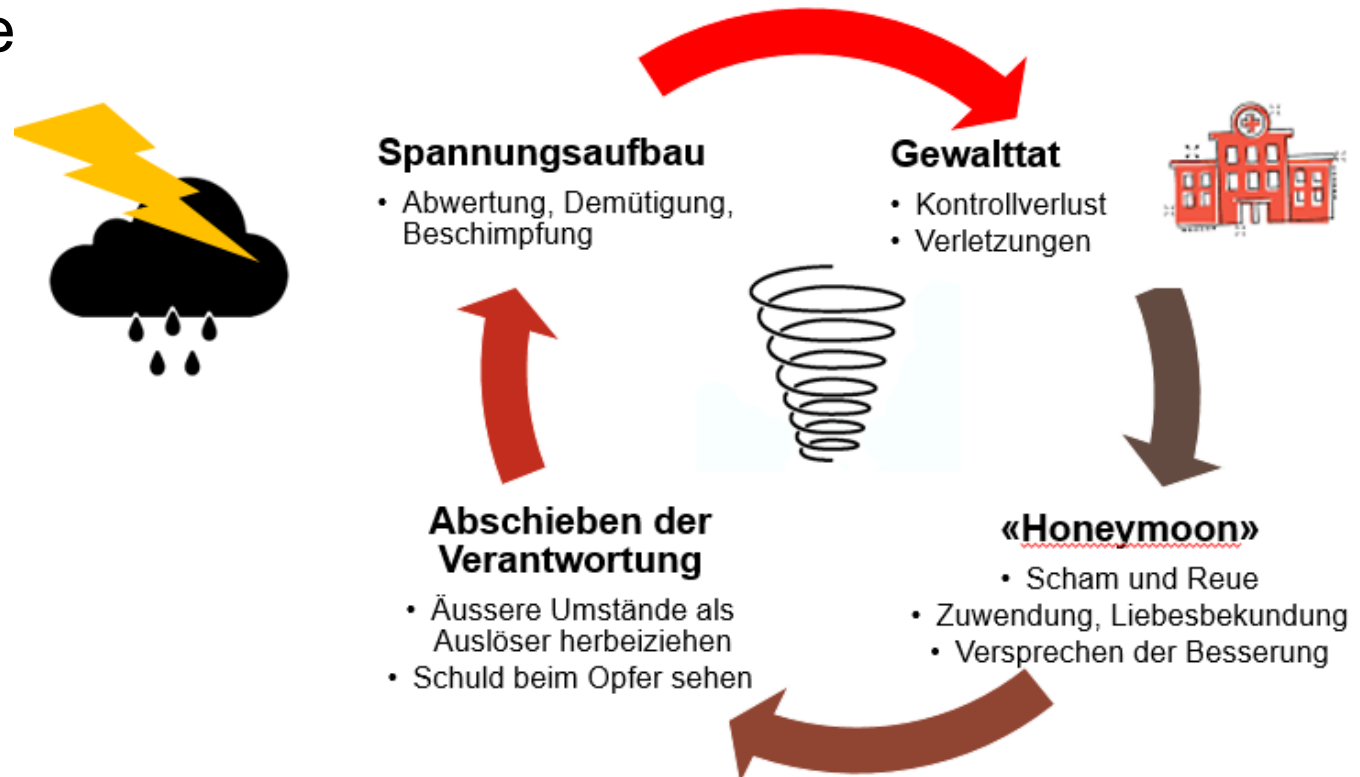
- «Klassische» Häusliche Gewalt & Gewalt ab Pflegebedürftigkeit
- Häusliche Gewalt findet im Verborgenen statt
 - Hellfeld: Wenige betagte Opfer erfasst, u.a. in PKS
 - **Dunkelfeld: Jede 5. – 10. betagte Person / 300'000 – 500'000 in CH**
 - Frauen: höheres Risiko, insb. schwere und sexualisierte Gewalt
 - Bei Pflegebedürftigkeit Risiko ungefähr gleich
- Häusliche Gewalt betrifft alle!



Beispiel 1: Häusliche Gewalt hört im Alter nicht auf

- Häusliche Gewalt bei älteren Paaren ist oft Teil einer langfristigen Gewaltbeziehung
- Pensionierung = kritische Phase
- Macht und Kontrolle

- Kreislauf der Gewalt:

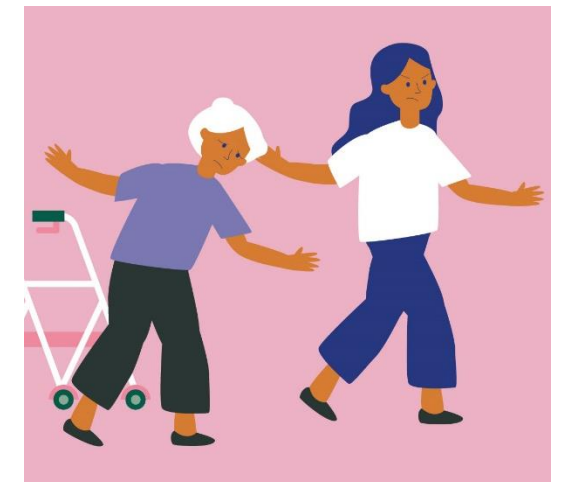


Beispiel 2: Gewalt durch pflegende Angehörige

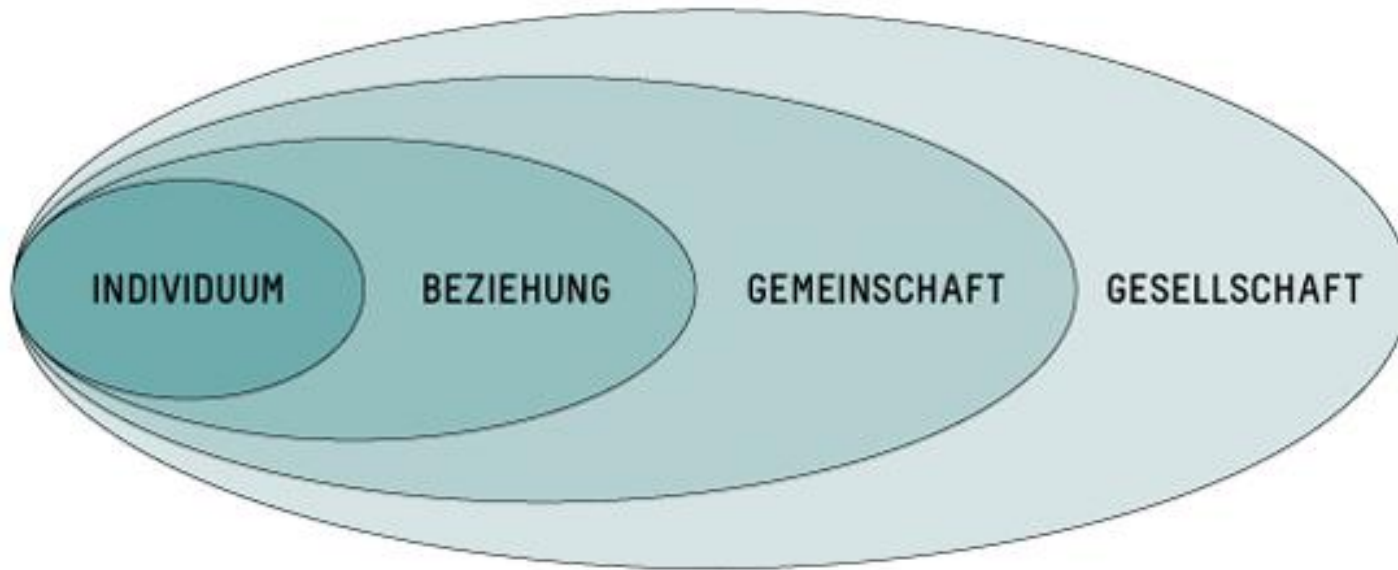
- Bei Gewalt im Alter unterscheidet man insb.
 - Gewalt durch aktives Tun: Misshandlung
 - Gewalt durch Unterlassung: passive und aktive Vernachlässigung
 - Finanzielle Ausbeutung
 - Einschränkung des freien Willens und Freiheitsbeschränkungen
- Oft aus Überforderung durch pflegende Angehörige
- Häufig auch gegenseitige Grenzverletzungen



**Selbstsorge und
Entlastung sind zentral!**



Risikofaktoren häusliche Gewalt allgemein



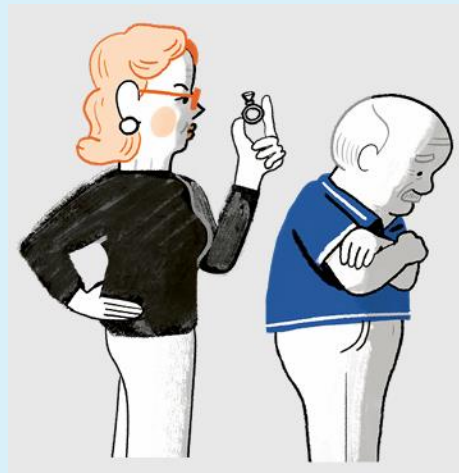
- Multifaktorenansatz
- Einschneidende Lebensereignisse oder Veränderungen können in bereits belasteten Familien Gewalt begünstigen (bspw. Pensionierung, Eintritt Pflegebedürftigkeit)

Darstellung: WHO, Weltbericht Gewalt und Gesundheit (2002)

Risikofaktoren Gewalt in der Pflege von Angehörigen

UMSTÄNDE BEI BETROFFENEN

- Pflegebedürftigkeit, insb. Demenz
- Verhaltensstörung
- Zusammenleben / keine Abgrenzung
- Vereinsamung
- Einschränkung in Kommunikation & Mobilität
- Rollenumkehr



UMSTÄNDE BEI BETREUENDEN

- Überforderung mit der Situation
- Rollenkumulation, fehlende Entlastung
- Verminderte Belastbarkeit, Sucht
- Gewalt in der Biographie / durch betreute Person
- Finanzielle Probleme, Abhängigkeiten
- Fehlende Anerkennung / gute Momente

Warum schweigen Betroffene

- Betroffene schweigen:
 - Unkenntnis von Hilfsangeboten
 - Angst vor Folgen / Kontrollverlust
 - Unmöglichkeit sich Hilfe zu holen / strukturelle Hindernisse
 - Scham
 - Dankbarkeit / Loyalität ggü. der betreuenden Person
 - Angst vor Veränderung (z.B. Heim oder Verlust betreuende Person)



Eine Veränderung gelingt oft nur mit externer Unterstützung. Es ist deshalb wichtig, dass die Situation angesprochen wird

Warum schweigen Zeug:innen



- Tendenz zur Beschönigung der Probleme
- Unterschätzen des Leidens
- Verharmlosung der Ursache einer Klage
- Opfer wird für die Situation verantwortlich gemacht
- Angst Konflikte zu provozieren
- Mangel an Fachwissen von Fachpersonen über Misshandlung und bezüglich der existierenden Unterstützungsmöglichkeiten



Darf ich einen Verdacht ansprechen?

Hinschauen, nicht wegschauen

Häusliche Gewalt ist keine Privatsache

- Was beobachten Sie?
- Wie schätzen sie die Dringlichkeit ein? (Oft ist das Geschehen nicht neu)
- Was löst die Beobachtung bei mir selber aus?

Verantwortung klären - Hilfe ermöglichen

- Was ist meine Rolle?
- Wer ist verantwortlich, mit wem kann ich die Verantwortung teilen?
- Holen und bieten Sie Hilfe!

Achtsam ansprechen (je nach Beziehung die gefährdete, die gefährdende Person oder eine Bezugsperson)

- Mir fällt auf, dass..., ich Sorge mich...
- Wollen Sie mir etwas mehr erzählen, wie es ihnen geht?



Bedingungen für Gespräch mit Betroffenen schaffen

- Die eigenen Einstellungen und Emotionen bezüglich Gewalt in Erinnerung rufen. Mögliche Schamgefühle oder Ängste. Eigene Erlebnisse.
- Ziel des Gesprächs überlegen:
 - Vertrauen schaffen, Situation klären.
 - Selbstwert und Handlungsfähigkeit der betroffenen Person stärken, kommt vor dem Handeln und Eingreifen.
- Möglichst alleine mit der betroffenen Person sprechen, genügend Zeit einräumen.
- Passende Tageszeit und Ort wählen, Gefühl der Sicherheit vermitteln.
- Sich vorstellen, eigene Rolle erklären und Sorge um das Wohlergehen ansprechen.
- Vertrauen schaffen: Eigene, innere Präsenz, Einstimmung auf das Gegenüber, Resonanz geben
- Einstiegsfragen, die zum Erzählen einladen, sowie weitere Fragen vorbereiten (vgl. nachstehend).



Als Pflegende Gewalt(risiko) erkennen

Themen ansprechen, reflektierendes Zuhören, Fragen stellen

- Die ältere Person achtsam auf Risiko-Themen ansprechen mit dem Ziel, allfällig missbräuchliches Verhalten in der Familie herauszufinden.
 - Fragen stellen, die dahin gehen, was die betroffene Person möchte, nicht möchte, was sie befürchtet, was sie nicht verlieren möchte.
 - Themen ansprechen und erzählen lassen («Geschichte erzählen»).
- Gesprächsfaden weiterspinnen statt unterbrechen oder in eine andere Richtung lenken.

Es geht vorerst um das Erleben der betroffenen Person und (noch) nicht um eine Sachverhaltsfeststellung.



Gewaltometer (aus „Gewalt bei älteren Paaren“, Leitfaden für Fachpersonen)

Sicherheit
Sie fühlen sich in
Ihrer Beziehung...

respektiert.

gehört, auch bei gemeinsamen Entscheidung und Konfliktlösungen.

frei, sich mit anderen zu treffen und Ihre Aktivitäten selbst zu bestimmen.

frei im Umgang mit Ihrem Geld und dem des gemeinsamen Haushalts.

unterstützt in Ihren Lebensentscheidungen, auch in Bezug auf Ihre Gesundheit und das Älterwerden.

im Alltag entsprechend Ihrer Bedürfnisse unterstützt.

Gewaltbarometer (aus „Gewalt bei älteren Paaren“, Leitfaden für Fachpersonen)

Warnung
Ihr:e Partner:in...



überwacht Ihre sozialen Kontakte, Ihre Aktivitäten oder Ihren Umgang mit Geld.

versucht, Sie von Ihrer Familie zu entfremden.

kritisiert, demütigt oder bevormundet Sie.

ist sehr eifersüchtig oder aufbrausend.

droht Ihnen, Sie zu verlassen, Sie in ein Pflegeheim zu schicken, Ihnen Ihre Medikamente nicht zu geben, allen zu erzählen, dass Sie den Verstand verlieren würden, oder Ihnen, Ihren Haustieren oder sich selbst etwas anzutun.

setzt Ihre (Enkel-)Kinder als Druckmittel ein.



Gewaltbarometer (aus „Gewalt bei älteren Paaren“, Leitfaden für Fachpersonen)



Gefahr
Ihr:e Partner:in...

hindert Sie daran, auszugehen, andere Leute zu treffen oder eigenen Aktivitäten nachzugehen.

kontrolliert Ihr Geld oder verbietet Ihnen den Zugang dazu.

macht Ihnen Angst, beleidigt Sie oder greift Sie körperlich an.

vermittelt anderen den Eindruck, dass Sie den Verstand verlieren.

zwingt Sie gegen Ihren Willen zu sexuellen Handlungen.

hindert Sie daran, die Hilfe und Pflege zu erhalten, die Sie benötigen.



Die vermutlich gewaltausübende Person ansprechen

- Nicht bei akuter Gewaltgefährdung
- Unter vier Augen. Ohne weitere Zeugen
- Ort, wo sich die Person sicher fühlt
- Gespräch eventuell ankündigen und Termin planen
- Einstieg: Eigene Beobachtung von Schwierigkeiten
- Normalisieren
- Was ist schwierig für Sie? Oder: Wahrscheinlich sind auch Sie schon mal in schwierige Situationen geraten bei der Pflege von...
- Person als verantwortlich Handelnde ansprechen; respektvoll zur Person, keine Toleranz gegenüber der Tat
- Auch hier: Präsent sein, sich auf die Person einstimmen, Resonanz geben, Vertrauen schaffen und transparent sein.



Entlastungsdienst Kanton Bern:
www.entlastungsdienst.ch/bern,
031 382 01 66, be@entlastungsdienst.ch

STIFTUNG BERNISCHE
OMBUDSSTELLE FÜR ALTERS-
BETREUUNGS- UND HEIMFRAGEN

Ombudsstelle für Alters- Betreuungs- und
Heimfragen: www.ombudsstellebern.ch,
031 372 27 27, info@ombudsstellebern.ch



Pro Senectute Kanton Bern:
www.be.prosenectute.ch, 031 359 03 03,
info@be.prosenectute.ch



Schweizerisches Rotes Kreuz Kanton Bern:
www.srk-bern.ch, 031 919 09 09,
kvbe@srk-bern.ch



Spitex Verband Kanton Bern: 031 300 51 51,
info@spitexbe.ch, Liste mit Spitex-Organisationen
im Kanton Bern unter www.spitexbe.ch



Telefon 143: Mit jemandem vertraulich reden,
Tag und Nacht. Auch per Chat und Mail.
143.ch – Die Dargebotene Hand, www.143.ch



Unabhängige Beschwerdestelle für
das Alter UBA: www.uba.ch,
Telefon 0848 00 13 13, info@uba.ch

Netzwerk

- Hausärztin / Hausarzt
- Nationales Kompetenzzentrum
«Alter ohne Gewalt»: 0848 00 13 13,
info@alterohnegewalt.ch
- Opferhilfe: Juristische und
psychologische Beratung
- KESB: Gefährdungsmeldung,
Abklärungen, ggf. Verbeiständung,
auch anonyme Fallbesprechung
- Berner Interventionsstelle für
Häusliche Gewalt: Gewaltberatung für
gewaltausübende Person



Kanton Bern
Canton de Berne



**«Die UBA klärt, vermittelt und
schlichtet in Konfliktsituationen
und bietet Hilfe für von Gewalt
Betroffene»**

Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter UBA
Malzstrasse 10, 8045 Zürich

Montag bis Freitag von 14 bis 17 Uhr

0848 00 13 13 info@uba.ch

Lösungsansätze

- In jedem Fall:
 - Diagnostische Abklärung (veranlassen)
 - Betreuungsbedarf abklären
 - Allenfalls Konflikte klären: Altersmediation, Familiengespräche
 - Betreuungsnetzwerk erweitern, je nach Situation eine gute Mischung zwischen privater Pflege und fachlichen Diensten in den Bereichen Medizin, Pflege, Soziales
- Bei hohem Schutzbedarf:
 - Angehörige oder Fachpersonen für eine Gefährdungsmeldung gewinnen
 - Sich an die Polizei wenden

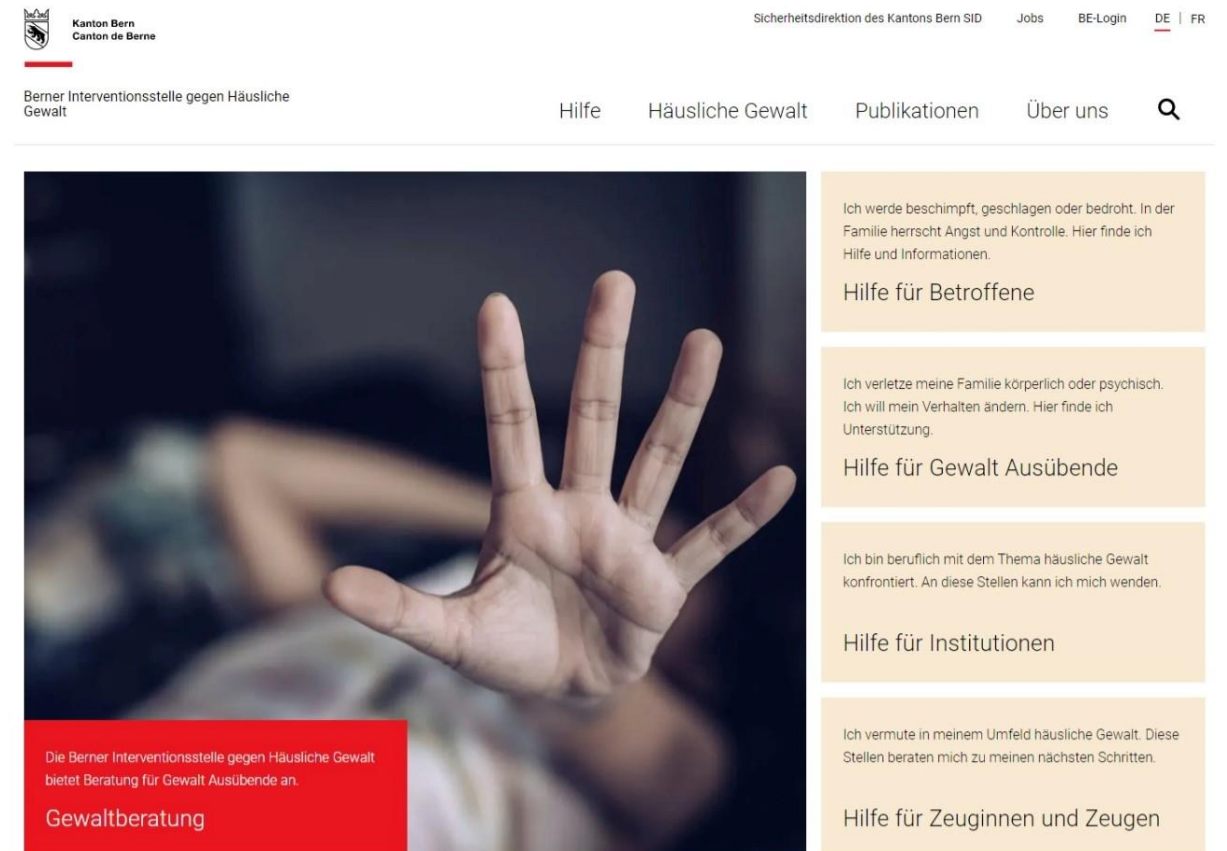


Berner Interventionsstelle gegen Häusliche Gewalt

Verhüten und bekämpfen von häuslicher Gewalt

Drei Hauptbereiche

- Politische Aufträge, Beobachtung von Entwicklungen, Vernetzung
- Prävention, Sensibilisierung und Informationsarbeit
- Beratung von gewaltausübenden Personen / Zusammenarbeit mit zuweisenden Stellen





Kanton Bern
Canton de Berne



Diskussion und Fragen





Kanton Bern
Canton de Berne



Danke für die Aufmerksamkeit!

Kontakt

Yvonne Hofstetter Rogger
UBA / Mediatorin SDM / Dozentin
www.mediation-rohof.ch
yvonne.hofstetter@rohof.ch
031 301 59 36

Laura Elmiger
Berner Interventionsstelle gegen Häusliche Gewalt
www.be.ch/big
laura.elmiger@be.ch
031 633 85 75

Fragebogen «ich pflege zu Hause»

- Fragebogen für betreuende und pflegende Angehörige
 - www.ichpflege.ch
 - Anonym und kostenlos
- Ziel:
 - Klären, wie Sie am besten helfen können.
 - Welche Stellen weiterhelfen und unterstützen können.
 - Risikosituation / Grenzverletzungen aufzeigen



Materialien
kostenlos bei der
Interventionsstelle
gegen Häusliche
Gewalt beziehbar