Teufelskreis Gewalt in der Familie

1. Verhalten ist nicht primär willensgesteuert

Zentrale Aspekte menschlichen Verhaltens – insbesondere in Belastungs- und Konfliktsituationen – werden in unbewusst arbeitenden Hirnstrukturen gesteuert. Das Stress- und Emotionssystem reagiert schnell und automatisch auf wahrgenommene Bedrohung. Die dabei ausgeschütteten Stresshormone (u. a. Noradrenalin und Cortisol) erhöhen kurzfristig Handlungsbereitschaft und Wachsamkeit, entziehen sich aber weitgehend bewusster Kontrolle.
Affektive Reaktionen, Eskalationen oder Rückzug sind häufig Ausdruck neurobiologischer Regulation, nicht primär Ergebnis bewusster Entscheidung.

2. Individuelle Unterschiede sind biologisch und erfahrungsbedingt geprägt

Menschen unterscheiden sich deutlich in ihrer Stress- und Bedrohungsempfindlichkeit und ebenso in ihren sozialen Fähigkeiten. Diese Unterschiede ergeben sich aus dem Zusammenwirken genetischer Voraussetzungen und früher Erfahrungen. Bestimmte Genvarianten können beispielsweise die Empfindlichkeit des Stress- oder Belohnungssystems beeinflussen. Ebenso können in der Kindheit erlebte anhaltende Belastungen, Gewalt oder emotionale Unvorhersehbarkeit das Stresssystem und ebenso das Oxytocin-Bindungssystem über einen epigenetischen Mechanismus dauerhaft verändern. Diese Prägungen sind funktionale Anpassungen an eine als gefährlich erlebte Umwelt, in der kurzfristiges Überleben wichtiger ist als eine langfristig relevante Investition in ein sozial erfülltes und langes Leben. Ob daraus jedoch eine erhöhte Angst- oder Gewaltneigung entsteht, hängt wesentlich von den gemachten Beziehungserfahrungen ab. Studien zeigen, dass sensibles, unterstützendes und feinfühliges elterliches Verhalten selbst bei genetisch vulnerablen Kindern das Risiko aggressiven Verhaltens deutlich reduzieren kann.

Für die Bewertung von Erziehungsfähigkeit, Zumutbarkeit und Veränderbarkeit ist bedeutsam: Hohe Reizbarkeit, Angst oder Aggression können biologisch verankert sein und sind durch Einsichtsforderungen allein kaum veränderbar.

3. Beziehungskontexte wirken regulierend oder destabilisierend

Dem Stresssystem steht das Oxytocinsystem gegenüber, das in sicheren, verlässlichen Beziehungen aktiviert wird. Oxytocin wirkt stresshemmend und unterstützt Emotionsregulation, soziale Orientierung und Vertrauen. Fehlen solche Beziehungserfahrungen in der Kindheit, kann dieses System epigenetisch geprägt werden und die Fähigkeit Nähe zuzulassen oder Konflikte zu regulieren, langfristig beeinträchtigt sein.

Diese Prägungen sind jedoch prinzipiell veränderbar, wenn sich die Umwelt nachhaltig wandelt. Veränderung erfolgt nicht durch Appelle an Einsicht oder Moral, sondern durch neue Erfahrungen von Sicherheit, Verlässlichkeit und emotionaler Resonanz. Veränderung gelingt nicht isoliert, sondern nur in stabilen Beziehungskontexten. Interventionen entfalten Wirkung nur dann, wenn sie den Alltag und die Interaktionsmuster tatsächlich verändern.

4. Gewalt als intergenerationeller Prozess

Gewalt ist vor diesem Hintergrund häufig Teil eines intergenerationellen Kreislaufs: Belastete Eltern mit eingeschränkter Emotions- und Stressregulation sind oft in ihren Fähigkeiten, feinfühlig und responsiv auf ihre Kinder einzugehen, eingeschränkt. Dies erzeugt wiederum

Stress bei ihren Kindern, der auch deren biologische Systeme epigenetisch prägen und ihr soziales Verhalten und ihre späteren elterlichen Kompetenzen beeinträchtigen kann.

Entscheidend ist: Die Weitergabe von Gewalt ist kein zwangsläufiges Schicksal, aber sie lässt sich auch nicht allein durch Belehrung oder Auflagen unterbrechen. Erforderlich ist eine systemische Perspektive. Wirksame Ansatzpunkte liegen in der Stärkung elterlicher Kompetenzen, der Unterstützung bei Stressregulation, dem Aufbau feinfühliger Interaktionsmuster sowie der Förderung von Synchronität und Beziehungssicherheit.

6. Professionelle Haltung und Verantwortungszuschreibung

Kindliches Verhalten ist als Reaktion auf Vorerfahrungen zu verstehen. Wo Eltern aufgrund eigener Belastungen nicht in der Lage sind, kindliche Gefühle zu regulieren oder Sicherheit herzustellen, kann es notwendig sein, ergänzende oder ersetzende Beziehungskontexte zu schaffen. Unter günstigen Bedingungen sind neurobiologische Prägungen veränderbar, auch nach einem schwierigen Start.

Die Neurobiologin Dr. Nicole Strüber hielt im Rahmen der Tagung am 10.12.2025 aus Anlass von 30 Jahren Gewaltschutzzentrum Steiermark „Gewaltschutz – Wo beginnt Verantwortung?“ einen Vortrag mit dem Titel „Bindung fördern, Gewalt vorbeugen – Was frühe Hilfen für die kindliche Gehirnentwicklung leisten“, der oben zusammengefasst dargestellt wird.