

# Streit und Gewalt unterm Weihnachtsbaum

**Kaiserslautern (RP).** „Driving home for Christmas“ läuft auf der Heimfahrt im Radio, die Vorstellung von einem großen, funkelnden Weihnachtsbaum, Plätzchenduft und schönen Geschenken lässt die Vorfreude auf das Weihnachtsfest größer werden. Endlich sieht man seine Lieben wieder und verbringt eine glückliche, harmonische Zeit miteinander.

**Weihnachten - es steht für Liebe und Frieden. Es ist das Fest mit der größten Emotionalität überhaupt.**

Doch die Realität kann ganz anders aussehen: Viele Familien können nicht damit umgehen, dass sie für mehrere Tage in die gemeinsame Häuslichkeit zurückgeworfen werden. Sie verbringen mehr Zeit als gewöhnlich miteinander. Es gibt keine Freiräume durch Arbeit oder Schule. Vorhandene, im Alltag verdrängte Konflikte können plötzlich auflodern.

Weihnachten ist mit hohen Erwartungen und dem Bild der trauten Familie verbunden. Dem Fest wird viel Bedeutung aufgeladen: Es sollen schöne Tage werden, das Essen soll besonders lecker schmecken und die Stimmung soll fröhlich sein. In der Vorweihnachtszeit wurde viel Zeit und Kraft in die Vorbereitungen gesteckt. Und dann? Die Mühe wird nicht (ausreichend) anerkannt.

Verschiedene Generationen treffen aufeinander und haben auseinandergelassene Meinungen zur Flüchtlingspolitik, zur „Dieselaffäre“, zur Religion oder Arbeit. Der Vater klebt vorm Fernseher, die Mutter am Telefon oder die Kinder an der Spielekonsole. Erwartungen und Vorstellungen werden nicht erfüllt. Das führt zu Frust und Aggressionen, oft sind Kleinigkeiten der Auslöser.

So tun zu müssen, als sei alles in Ordnung, um den „Weihnachtsfrieden“ nicht zu gefährden, ist ein weiterer Stressfaktor. (Familien-)biographische Aspekte wie zum Beispiel Alkoholismus, Drogenmissbrauch, Depression oder Gewalterfahrungen können hinzukommen und einen Streit eskalieren lassen. Häusliche Gewalt und Übergriffe sind für Betroffene oft ein Tabuthema. Viele schämen sich, dass sie ausgerechnet zum Fest der Liebe in eine derartige Krise geraten.

**Stopp! Holen Sie sich Hilfe!**

Wenn Sie in der Krise stecken, es zu häuslicher Gewalt oder Übergriffen kommt, ziehen Sie die Notbremse! Vertrauen Sie sich Menschen an, die Ihnen Halt geben und informieren Sie die Polizei. Im Akutfall wählen Sie die Notrufnummer 110. Der Polizei-Notruf ist Tag und Nacht erreichbar. Die Polizei kann die Täterin oder den Täter aus der Wohnung verweisen, vorübergehend in Gewahrsam nehmen oder den Kontakt zum Opfer verbieten. Die Polizei schützt Opfer.

Wenn Sie selbst nicht betroffen sind, aber Ihre Nachbarn sich streiten, „möbelrücken“ oder deren Kind ununterbrochen schreit: Handeln Sie!

Zivilcourage fordert Mut, aber kein leichtfertiges Heldentum. Bereits ein Anruf bei der Polizei kann genügen, um wirksam Hilfe zu leisten. Auch die Bereitschaft, sich als Zeuge zur Verfügung zu stellen, ist von Bedeutung. Die Polizei ist auf die Hilfe von couragierten Bürgerinnen und Bürgern angewiesen, um Straftaten aufzuklären. Wichtig ist, dass Opfer nicht alleine zu lassen!

Beratung und Hilfe bieten Ihnen auch verschiedene Hilfetelefone. Das Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ ist ein Beratungsangebot für Frauen, die Gewalt erlebt haben oder noch erleben. Unter der Nummer 08000 116 016 werden Betroffene rund um die Uhr unterstützt.

Die Nummer gegen Kummer ist anonym und kostenlos unter der Rufnummer 116 111 erreichbar. Das Angebot richtet sich an Kinder und Jugendliche. Die Nummer kann von montags bis samstags, von 14 bis 20 Uhr, angerufen werden. Unter der Telefonnummer 0800 111 0 550 können Eltern anonym und kostenlos, von montags bis freitags, 9 bis 11 Uhr, und dienstags und donnerstags, 17 bis 19 Uhr, das Beratungsangebot in Anspruch nehmen.

Für Opfer einer Straftat hat der Weisse Ring unter der Nummer 116 006 ein kostenfreies Opfer-Telefon eingerichtet.

Die Telefonseelsorge ist ein Angebot der evangelischen und katholischen Kirchen. Sie richtet sich auch an Menschen ohne Kirchengliederung und ist kostenfrei unter den Rufnummern 0800 111 0 111 und 0800 111 0 222 erreichbar.

Text: Polizeipräsidium Westpfalz