

# **GFK**

## **Marshall Rosenberg**

### **Restorative Justice (deutsche Übersetzung)**

London, 13.Juni 2002

#### **Protokoll eines Rollenspiels**

„Konferenz“ zu RESTORATIVE JUSTICE zwischen einem Opfer und einem Sexualstraftäter

##### Hintergrundinformation

In diesem Rollenspiel zeigte Marshall auf, wie ein Mediator GFK nutzen kann, um sowohl Opfer als auch Täter zu helfen, zu einem Punkt zu kommen, an dem Heilung des jeweiligen Schmerzes möglich werden kann.

Als Mediator nahm er Bezug auf die Anfrage, dass das Opfer eingeladen würde, dem Täter zu verzeihen, aber er beschäftigte sich nicht im Detail damit. Er erkannte außerdem an, wie viel Arbeit es den Täter wahrscheinlich kosten werde, mit seinen Gefühlen und Bedürfnissen zum Tatzeitpunkt in Verbindung zu kommen, bevor er an der „Konferenz“ mit dem Opfer teilnahm.

Marshall spielte die drei Rollen des:

- Mediators für RESTORATIVE JUSTICE
- Opfers der Sexualstraftat
- Täters der Sexualstraftat

GFK im RESTORATIVE JUSTICE: Überblick über den Prozess

1.Schritt: Vor dem Treffen trainiert der Mediator mit dem Täter, sich in Gefühlen und Bedürfnissen auszudrücken und Gefühle und Bedürfnisse zu hören, unabhängig davon, was das Opfer sagen wird. Soweit möglich, wird er das Opfer in ähnlicher Weise vorbereiten.

Wie viel Training erforderlich ist, wird von Person zu Person unterschiedlich sein.

2. Schritt: Das Opfer benennt den Schmerz, den sie/er hat aufgrund dessen, was der Täter getan hat. Der Täter spiegelt mit Hilfe des Mediators dem Opfer all diese Gefühle, die in dem Opfer aufgrund der Tat noch lebendig sind, zurück. In der Gewaltfreien Kommunikation nennt man dies Empathie geben (sich einfühlen). Dieser Vorgang kann einige Zeit dauern, sollte aber fortgesetzt werden, bis klar erkennbar ist, dass das Opfer eine Zufriedenheit spürt, die daher kommt, dass sie/er sich vollkommen verstanden fühlt. Bevor dies nicht erreicht ist, wird das Opfer nicht fähig sein, die Gefühle und Bedürfnisse des Täters zu hören, und das würde dazu führen, dass der Heilungsprozess nicht in seiner ganzen Tiefe stattfinden kann.

3.Schritt: Der Täter hört tief in sich hinein und benennt, was er fühlt, wenn er das hört und sagt, welche seiner Bedürfnisse durch die Tat nicht erfüllt wurden.

In Gewaltfreier Kommunikation nennen wir dies 'Trauern' und es ist etwas vollkommen anderes als jeder andere Prozess, bei dem der Täter aufgefordert wird, Schuld oder Scham zu empfinden.

4. Schritt: Der Täter sagt, was in ihm vorging, als er tat, was er tat, das heißt, er spricht über die Gefühle und die Bedürfnisse, die ihn dazu gebracht haben, so zu handeln.

Das unterscheidet sich sehr von einer Erklärung oder Rechtfertigung wie z.B. „weil ich als Kind missbraucht wurde“.

Das Opfer spiegelt dem Täter die Gefühle und Bedürfnisse zurück, die im Täter lebendig waren und ihn dazu geführt haben, zu tun, was er getan hat.

Anders ausgedrückt: das Opfer gibt dem Täter Empathie (fühlt sich in den Täter ein). Der 4. Schritt stellt die Grundlage für die weitere RESTORATIVE Arbeit mit dem Täter her: er kann dem Täter helfen, neue, konstruktivere Wege zu finden, um künftig seine Bedürfnisse zu erfüllen.

5. Schritt: Das Opfer und der Täter formulieren konkrete Bitten aneinander.

Wir glauben, dass es für den Mediator dringend notwendig ist, sich zu vergewissern, ob eine Partei dies tun muss, um den Heilungsprozess abzuschließen.

Dieser Kreislauf von Empathie und Verständnis für den Schmerz des Opfers, Trauern über das Handeln des Täters und Verständnis dafür, was den Täter zu seinen Handlungen bewogen hat, erhöht die Chance für beide Seiten, dass eine Heilung stattfinden kann.

Protokoll

Meine Präferenz ist, soweit wir die Möglichkeit haben, Opfer und Täter zusammen zu bringen.

Lasst uns annehmen, das Opfer ist eine Frau, die vergewaltigt wurde. Da gibt es zwei Bestandteile: sich ausdrücken mit dem Herz und Empathie. So wird es aussehen: Das Erste, was ich tun werde, ist, den Täter dazu zu bringen, sich empathisch mit dem zu verbinden, was in dem Opfer lebendig ist. Ich gebe dem Opfer eine Chance, sich auszudrücken und Empathie vom Täter zu bekommen.

Ich denke, dass in den meisten Fällen, in denen Leute denken, sie wollen jemanden bestrafen, das 'Bedürfnis' dahinter – die Bestrafung - eine Strategie und nicht wirklich ein Bedürfnis ist. Ich denke, dass eines ihrer Bedürfnisse ist, dass sie wollen, dass die andere Person weiß, wie sehr sie gelitten haben. Aber wo in unserer Gesellschaft sehen wir jemals, dass das passiert? Das Einzige, was die Leute sich vorstellen können, ist, sich schlicht als Opfer zu fühlen – und nichts passiert – oder sie wollen Bestrafung. Das sind die einzigen zwei Möglichkeiten, die wir sehen. Ich habe bisher noch kein Opfer gesehen, das den Prozess durchgemacht hat, den ich gleich demonstrieren werde, und danach lieber die andere Person bestraft hätte. Alles, was die Opfer in den meisten Fällen wollen, ist, zu sehen, dass die andere Person leidet.

So werde ich vorgehen: Ich werde damit anfangen, dem Täter zu helfen, sich in die Person einzufühlen, die er vergewaltigt hat. (NB: siehe 2. Schritt)

Opfer: Weißt du, wie das ist, so runtergedrückt zu werden und das über dich ergehen lassen zu müssen? Weißt du, wie sehr ich gelitten habe? Du Monster..., du Arschloch. Ich wünsche mir, du wärst tot.

Mediator zum Täter: Ich möchte, dass Sie sich mit dem, was sie sagt, verbinden. Was fühlt sie gerade?

Täter: Es tut mir leid.

Mediator zum Täter: Keine Entschuldigungen. Entschuldigungen sind zu billig. Ich möchte, dass Sie ihr sagen, was Sie gehört haben von dem, was sie gesagt hat, wie sie sich fühlt.

(Pause)

Mediator zum Täter: Ich werde Ihnen sagen, was ich gehört habe und dann möchte ich, dass Sie das wiederholen.

Mediator zum Opfer: Wenn ich Sie richtig verstanden habe, haben Sie eine ganze Menge Gefühle. Sie fühlen Wut, dass Ihnen so etwas passieren konnte und Sie wollen auch Verständnis dafür, wie viel Angst Sie hatten, als das passierte.

Opfer: Nicht nur das. Es ist nun zwei Jahre her und es gab seitdem keinen einzigen Tag, an dem ich nicht gelitten habe.

Mediator zum Opfer: Was Sie also auch wollen, ist Verständnis für das Ausmaß an Leid, das sie jeden Tag aushalten, für die Angst, die in Ihnen ist.

Opfer: Ja.

Mediator zu Täter: OK. Sagen Sie ihr, was Sie gehört haben über das, was sie fühlt. Was fühlt sie und was braucht sie? (Pause) Wollen Sie, dass ich es wieder sage?

Täter: Nein, lassen Sie es mich probieren. (Zum Opfer) Du denkst, ich bin ein Monster.

Mediator zum Täter: Das ist der leichte Teil. Ich möchte, dass Sie ihre Gefühle und Bedürfnisse hören. Welche Gefühle und Bedürfnisse drückt sie Ihnen gegenüber aus?

Täter: Sie ist wütend. Sie will, dass ich weiß, wie es ist, zu Sex gezwungen zu werden und festgehalten zu werden.

Mediator zum Täter: Und weiter?

Täter: Ich weiß nicht.

Mediator zum Täter: Ich will Ihnen sagen, was ich noch von ihr höre. Sie will, dass Sie hören, was für eine furchtbare Angst sie hatte und wie diese Angst noch in ihr ist und dass sie keinen Tag hatte, der frei von Schmerz war, seit das passiert ist. Wiederholen Sie das.

Täter: Sie hatte furchtbare Angst damals und sie hat seitdem täglich furchtbare Angst.

Mediator zu Opfer: Ist es das, was Sie wollten, dass er hört?

Opfer: Es ist mehr als das, mehr als das.

OK, so geht es eine ganze Weile weiter. Dieser Schmerz kann sehr tief sein, deshalb helfe ich dem Täter, das zu hören. Das ist der erste Schritt. Bis diese Person sich vollständig verstanden fühlt.

Mediator zum Opfer: Fühlen Sie sich verstanden?

Opfer: Ja.

Das nächste, das ich nun tun werde, ist, dem Täter helfen, zu trauern – nicht, sich zu entschuldigen, sondern zu trauern. Trauern bedeutet, dass du tief in dein Inneres gehst. Entschuldigung ist billig. Es ist leicht, zu sagen, dass es dir Leid tut, aber was bedeutet das? Die Menschen haben in ihrer Kindheit gelernt, das zu sagen, damit ihnen verziehen wird. Dabei braucht es keine Aufrichtigkeit, kein echtes Gefühl. Aber bei dem, was wir unter Trauern verstehen, wollen wir, dass die Person tief in ihr Inneres geht. (NB: siehe 3. Schritt)

Mediator zum Täter: Sagen Sie ihr jetzt bitte, was Sie gerade fühlen, nachdem Sie gehört haben, durch was sie durchgegangen ist.

Täter: Ich denke, ich sollte bestraft werden.

Mediator: Nicht, was Sie denken, was mit Ihnen passieren sollte – was Sie gerade fühlen.

Täter: Ich fühle mich wie ein Arschloch.

Mediator: Sich zu beschimpfen ist keine Antwort. Ich möchte, dass Sie nach innen gehen und mir sagen, wie Sie sich fühlen.

Täter: Verlangen Sie das nicht von mir.

Mediator: Es macht schreckliche Angst, nach innen zu gehen und wirklich anzusehen, wie es sich anfühlt, so etwas zu tun. Es ist so viel leichter, sich selbst zu beschimpfen. Oder zu sagen, sie hat Sie herausgefordert, oder sich selbst zu verteidigen. Das ist leicht, aber nach innen zu gehen, nachdem Sie gesehen haben, wie die andere Person gelitten hat, nach innen

zu gehen und wirklich auszudrücken, wie Sie fühlen – das ist unheimlich. Deshalb möchte ich, dass Sie nach innen gehen und mir sagen, wie Sie sich jetzt fühlen, nachdem Sie gehört haben, wie sie gelitten hat.

Täter: Ich bin traurig. Ich bin traurig.

Mediator: Was sind die Bedürfnisse, die durch Ihre Tat nicht erfüllt wurden?

Täter: So will ich nicht mit Menschen umgehen, Mensch. So will ich nicht mit Menschen umgehen.

OK, das nennen wir ‚Trauern‘. Ich verkürze den Prozess, aber das ist Trauern: nach innen gehen und wirklich anschauen, wie man sich fühlt nach dem, was man getan hat. Und es verbinden mit seinen Bedürfnissen – den eigenen – die nicht erfüllt wurden durch die eigenen Handlungen. Das ist bei weitem unheimlicher, aber wesentlich aufrichtiger als eine Entschuldigung.

(NB: der nächste Teil bezieht sich auf den 4. Schritt in der vorangehenden Übersicht)

Mediator zum Täter: Nun möchte ich, dass Sie ihr erzählen, was in Ihnen vorgegangen ist, als Sie das getan haben. Was haben Sie gefühlt, als Sie es getan haben. Welche Bedürfnisse haben Sie versucht, sich zu erfüllen, als Sie das getan haben?

Hier ist es interessant, wie die Opfer, nachdem sie Verständnis für ihr Leid bekommen haben, an dieser Stelle fast immer, ohne dass ich überhaupt danach frage, etwas in der Richtung schreien wie: Wie konntest du das tun? Wie konntest du das tun?

Damit Heilung stattfinden kann, braucht es zuerst die grundlegende Empathie, das Verständnis, aber dann wollen wir auch wissen, ‚wie konnte diese Person das tun?‘ Bevor wir nämlich die andere Person wirklich verstanden haben und erkennen, warum sie getan hat, was sie getan hat, können wir ihr nicht vergeben und wir können nicht heilen, bevor wir vergeben können.

In der GFK sind Empathie und Verzeihung das Selbe. Wenn wir uns einfülen, gibt es nichts zu vergeben. Aber was wir in unserer Arbeit auch sehr betonen: geht nicht zu schnell dabei vor, das Opfer zum Verständnis für die andere Person zu bringen. Schon von frühester Kindheit an gab es Menschen in ihrem Leben, die sie aufgefordert haben, zu verzeihen, die andere Person zu verstehen. Und wenn sie das vor dem ersten Teil tun, bevor sie volles Verständnis für ihr Leiden bekommen haben, kann das Verständnis für die andere Person nur oberflächlich sein. Und es unterbindet ihre eigene Heilung. Aber wenn sie das Verständnis bekommen haben, das sie brauchen, sind sie gewöhnlich gierig, zu erfahren, was in der anderen Person vorgegangen sein mag, als sie tat was sie tat.

Mediator zum Täter: Ich möchte nun, dass Sie ihr erzählen, was in dem Moment, in dem Sie die Tat begangen haben, in Ihnen vorgegangen ist. Was ist in Ihnen vorgegangen?

Und da helfe ich dem Gefangenen, die Gefühle und Bedürfnisse herauszufinden und zu benennen, die in ihm lebendig waren, als er es tat. Und dann bitte ich das Opfer, sich in das einzufühlen, mir zu spiegeln, was sie hört, was in ihm vorgegangen ist, als er es getan hat. Was hat er gefühlt? Was hat er gebraucht?

Die Veränderung, die stattfindet, wenn das passiert, ist erstaunlich. An diesem Punkt sind diese zwei Menschen in einer Art und Weise verbunden, die den nächsten Schritt viel einfacher machen wird. Der nächste Schritt ist nun der Wiedergutmachungsprozess. Was ist noch notwendig für beide Parteien, um sich in dieser Angelegenheit geheilt zu fühlen? Und da geht es ganz einfach um die Frage: „welche Bitten habt Ihr nun aneinander?“

Das war nun ein kurzer Überblick, wie wir GFK im RESTORATIVE JUSTICE benutzen.

Frage von den Zuhörern: Was ist der Unterschied zwischen einer Entschuldigung und Trauern?

Was die Person immer tun will, ist folgendes:

Täter: 'Es tut mir leid, ich bin ein Arschloch. Bring mich um.'

Mediator: 'Das nenne ich eine Entschuldigung – zu sagen 'Ich bin falsch, ich habe es verdient, zu leiden'. So sind die Menschen erzogen worden. Wie lange haben Sie gedacht, Sie sind ein Arschloch?'

Täter: 'Mein ganzes Leben lang'

Mediator: 'Hat Sie das davon abgehalten, dies zu tun?'

Täter: Nein.

Mediator: Das ist nicht, was ich Sie frage – was Sie denken, was Sie sind. Ich will wissen, was Sie fühlen. Was fühlen Sie?'

Täter: Es tut mir leid.

Mediator: Nein, der Ausdruck sagt mir gar nichts. Sie haben bisher wahrscheinlich für alles, was Sie getan haben, gesagt, dass es Ihnen Leid tut. Sie sind wahrscheinlich dazu erzogen worden, das automatisch zu sagen. Sobald jemand denkt, Sie sind falsch, sagen Sie, dass es Ihnen leid tut und dann ist Ihnen verziehen. Nein, das ist zu billig. Ich will, dass Sie nach innen gehen und mir wirklich sagen, was Sie jetzt fühlen, wenn Sie sehen, wer leidet.

Fast immer sagen sie ‚verlangen Sie das nicht von mir‘. Es ist schmerzhaft, nach innen zu gehen und wirklich anzuschauen, wie weh es tut, einer anderen Person solche Dinge angetan zu haben. Das ist nicht Scham. Scham kommt von Gewalt gegen sich selbst – indem man denkt, was man getan hat, war falsch. Das ist zu leicht. Scham ist zu oberflächlich. Und es ist eine Form von Gewalt gegen sich selbst. Ich will, dass diese Person nach innen geht und auf natürliche Art, aber tief leidet. Es ist ein natürliches Gefühl, wenn wir erkennen, dass wir etwas getan haben, das dem Leben nicht zuträglich war. Wir haben starke Gefühle, aber niemals Scham oder Schuld. Die Gefühle sind oft eine tiefe Traurigkeit. Eine tiefe Verzweiflung. Eine große Angst. Oft ist es das: ‚Ich bin zu Tode erschrocken, wenn ich daran denke, dass ich jemandem so etwas angetan habe‘. Tiefe, tiefe Gefühle. Aber keine Scham, keine Schuld.

Scham und Schuld entstehen durch Gewalt gegen dich selbst. Indem du denkst, dass das, was du getan hast, bedeutet, dass etwas falsch mit dir ist.

Täter: ‚Aber es ist etwas falsch mit mir, Mensch. Schau, was ich ihr angetan habe.‘

Mediator: Wir werden später dazu kommen, warum Sie es getan haben. Es ist zu leicht, zu denken, es ist etwas falsch mit Ihnen. Ich will, dass Sie jetzt nach innen gehen und mir sagen, wie sie fühlen, es getan zu haben. Ich möchte nicht hören, dass Sie sich verurteilen. Wenn Sie sich verurteilen, machen Sie sich nur noch gewalttätiger. Ich will, dass Sie trauern, ich will nicht, dass Sie sich entschuldigen.

Und dann, nach dem Trauern, gehen wir nach innen und fühlen uns in die Gründe ein, aus denen heraus die Person es getan hat. Sie sehen, dass der Grund, warum eine Person das tut, immer der ist, sich ein menschliches Bedürfnis zu erfüllen, eines oder mehrere.

Häufig, wenn wir in Gefängnissen arbeiten, stehen uns die Opfer nicht zur Verfügung. Also spiele ich die Rolle des Opfers und die Art, wie wir mit dem Gefangenen arbeiten, ist, ihn dazu zu bringen, sich im Rollenspiel in sein Opfer einzufühlen – so wenden wir den Prozess sogar dann an, wenn wir nicht an das Opfer herankommen. Aber wir wollen, dass sie sich in das Leiden einfühlen, das sie durch ihre Handlungen verursacht haben. Wir wollen, dass sie das Leid betauern und dann wollen wir, dass sie sich selbst vergeben, indem sie sich in die Bedürfnisse einfühlen, die sie sich durch die Tat erfüllen wollten. Das rechtfertigt nicht das Verhalten. Es bedeutet nur, dass, wenn sie die guten Gründe sehen können, aus denen heraus sie die Tat begangen haben – die guten Gründe bedeuten, sie haben versucht, das Beste, das sie kannten, zu tun, um menschliche Bedürfnisse zu erfüllen. Dann können wir mit dem



Versuch beginnen, andere Wege zu finden, diese Bedürfnisse zu erfüllen, die andere Menschen nicht verletzen.

Von

["http://de.nvcwiki.com/index.php/Restorative Justice %28deutsche %C3%9Cbersetzung%29"](http://de.nvcwiki.com/index.php/Restorative_Justice_%28deutsche_%C3%9Cbersetzung%29)