



Vor Gewalt schützen

Regeln für den Bereich Wohnen
in Leichter Sprache

Schutzkonzept Wohnen

Lebenshilfe für Menschen mit Behinderungen
Kreisvereinigung Memmingen/Unterallgäu e.V.



Was steht auf welcher Seite?

Um was geht es?	2
Wie wollen wir uns verhalten?	4
Was ist Gewalt? Was ist Aggression?	6
Beispiele für 2 Bereiche	11
Was tun wir, damit es nicht zu Gewalt kommt?	14
Wie gehen wir mit Gewalt und Aggression um?	18
Wann und warum kommt es zu Gewalt?	21
Was tun wir nach der Gewalt?.....	22
Danke	23

Um was geht es?

Wir wollen **keine Gewalt** bei der Lebenshilfe Memmingen/Unterallgäu.

Alle Menschen sollen sich bei uns sicher fühlen:

- Alle Menschen mit Behinderungen,
die unsere Angebote nutzen.
- Alle vom Personal, die bei uns arbeiten.

Darum haben wir Ideen und Regeln gegen Gewalt aufgeschrieben.

Wir nennen das auch: **Schutz-Konzept**.

Das Schutz-Konzept gilt für

- alle Wohn-Einrichtungen von der Lebenshilfe Memmingen/Unterallgäu
- alle, die mit der Lebenshilfe zusammen arbeiten.

Für uns ist am wichtigsten:

Es gibt erst gar keine Gewalt.

Wir verhindern, dass es zu Gewalt kommt.

Gibt es doch mal Gewalt?

Dann wissen wir, was wir tun müssen.





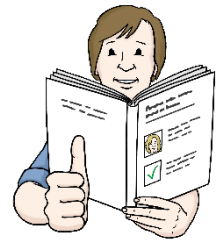
3 Hinweise zum Text

Dieser Text ist in **Leichter Sprache**.

Viele Menschen können Leichte Sprache besser verstehen.

Es gibt diesen Text auch in Standard-Sprache.

In der Standard-Sprache sind mehr Infos für das Personal.



Jeder Mensch kann ein Opfer von Gewalt werden.

Und jeder Mensch kann selbst gewalttätig sein:

Frauen, Männer und Menschen mit anderem Geschlecht.

Aber manchmal schreiben wir hier nur die Wörter für Frauen.

Dann kann man den Text leichter lesen.

In diesem Text steht zum Beispiel oft das Wort

Nutzerinnen.

Das sind die Menschen,

die von der Lebenshilfe betreut werden.

Es ist egal, welches Geschlecht sie haben.



Achtung:

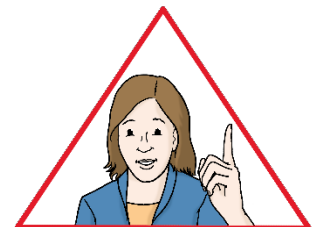
In diesem Text geht es um Themen, die vielleicht traurig machen.

Vielleicht ist Ihnen selbst schon Gewalt passiert.

Vielleicht wollen Sie **nicht** mehr daran denken.

Aber wir müssen trotzdem über Gewalt reden.

Denn nur so können wir Gewalt verhindern.



Wie wollen wir uns verhalten?

Die Lebenshilfe hilft Menschen mit Behinderungen.
Dafür sind wir gut ausgebildet und
wir wollen das auch sehr gut machen.

Unsere Nutzerinnen haben alle eine geistige Beeinträchtigung.
Einige Nutzerinnen haben auch noch

- eine körperliche Beeinträchtigung.
- eine seelische Beeinträchtigung.

Manche können nicht gut zeigen oder sagen, was sie wollen.

Manche brauchen viel Pflege.

Und manche Nutzerinnen haben selbst schon Gewalt erlebt.

Die Nutzerinnen können einige Sachen **nicht** ohne Hilfe.

Das Personal muss die Nutzerinnen dabei unterstützen.

Zum Beispiel:

- beim Essen,
- bei Aufgaben im Alltag,
- bei der Pflege,
- beim Verstehen von Briefen oder Infos.



Diese Nutzerinnen sind vom Personal abhängig,
denn sie brauchen die Unterstützung vom Personal.

Das Personal hat darum eine große Verantwortung.

Man kann es auch so sagen:

Das Personal hat eine bestimmte **Macht** über die Nutzerinnen.

Das darf das Personal nicht ausnutzen.

Zwischen Menschen mit viel Macht und
Menschen mit wenig Macht gibt es oft Gewalt.
Denn Menschen mit viel Macht halten sich für etwas Besseres.
Und Menschen mit wenig Macht fühlen sich schlecht behandelt.

Aber in unserer Lebenshilfe soll es **keine** Gewalt geben:

- Keine Gewalt vom Personal an Nutzerinnen
- Keine Gewalt von Nutzerinnen am Personal
- Keine Gewalt zwischen Nutzerinnen
- Keine Gewalt zwischen dem Personal

Darum haben wir Regeln gegen Gewalt gemacht.

Dann wissen alle:

- Wie darf ich mich verhalten?
- Was ist in Ordnung und was nicht?
- Was kann ich tun, wenn es doch Gewalt gibt?

Wir nennen diese Regeln: Verhaltenskodex.

Alle bei der Lebenshilfe müssen sich daran halten.



Was ist Gewalt?

Was ist Aggression?

Gewalt und Aggression sind **nicht** das Gleiche.
Wir erklären die Unterschiede.

Was ist Gewalt?

Es gibt verschiedene Arten von Gewalt.
Und jeder erlebt Gewalt etwas anders.

Aber eine Sache ist immer gleich bei Gewalt:
Eine Person oder eine Gruppe wird zum **Opfer**.
Dem Opfer passiert etwas, was es **nicht** will.
Vielleicht nur einmal,
vielleicht immer wieder.
Das Opfer kann **nicht** so leben, wie es will.

Gewalt ist leider ein Teil von unserem Leben.
Wir erklären nun mit Beispielen:

- Körperliche Gewalt
- Sexuelle Gewalt
- Gewalt mit Worten
- Gewalt durch Regeln



Körperliche Gewalt

Diese Gewalt ist gegen den Körper von einer Person.

Zum Beispiel:

- Eine Person mit Absicht verletzen, damit es der Person weh tut.
- Schlagen, Kneifen, Treten, Schubsen
- Eine Person zum Essen oder Trinken zwingen
- Eine Person festhalten oder einsperren



Sexuelle Gewalt

Eine Person macht sexuelle Dinge mit einer anderen Person.

Die andere Person will das **nicht**.

Zum Beispiel:

- Ein Pfleger berührt den Intimbereich von einer Nutzerin.
Für die Pflege ist das aber gar **nicht** nötig
- Man kommt einer Person sehr nah
oder fasst sie an.
Aber die Person will das **nicht**.
- Man achtet **nicht** darauf,
wenn eine Person alleine sein will,
zum Beispiel im Bad.
- sexueller Missbrauch an Personen,
die sich **nicht** gut wehren können.
Zum Beispiel: Menschen mit Beeinträchtigung oder Kinder.
- Vergewaltigung
- Sexuelle Sachen zu jemanden sagen, sexuelle Witze machen



Gewalt mit Worten

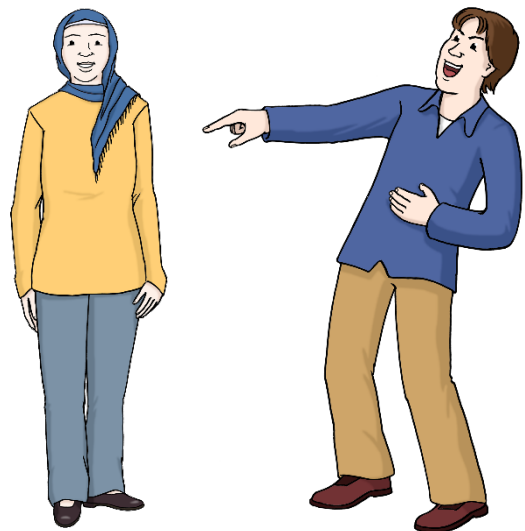
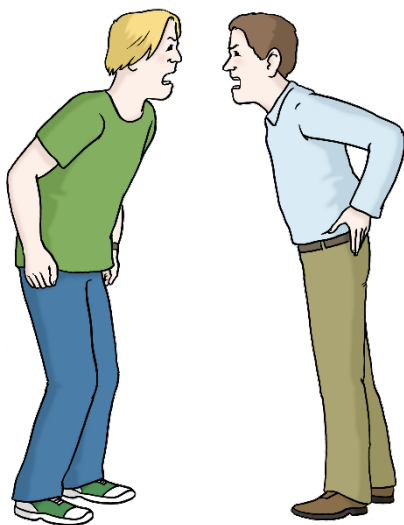
Das Fachwort ist: Verbale Gewalt.

Dabei geht es um alles,

- **was** eine Person sagt.
- **wie** sie es sagt oder aufschreibt.

Zum Beispiel:

- Eine Mitarbeiterin schreibt etwas Falsches auf über eine Nutzerin.
- Eine Person schreit laut herum und beleidigt andere.
- Eine Person erzählt Lügen über eine Nutzerin.
- Eine Person sagt nicht alles weiter, obwohl es wichtig ist.
- Eine Person redet mit Absicht zu schwierig.
Sie will, dass sich andere deswegen dumm fühlen.



Gewalt durch Regeln

Das Fachwort ist: Strukturelle Gewalt.

Das ist Gewalt durch bestimmte Regeln in einer Firma oder beim Wohnen.

Die Regeln sind **nicht** für alle Menschen gleich gut.

Zum Beispiel:

- Die Nutzerinnen dürfen **nicht** mitbestimmen und zu wenig selbst entscheiden.
- Die Nutzerinnen müssen sich an zu viele Regeln halten.
- Man behandelt verschiedene Nutzerinnen sehr unterschiedlich.
Die Nutzerinnen wissen **nicht**, warum.
- Die Bedingungen sind schlecht:
Es gibt zum Beispiel zu wenig Personal.
Oder es gibt zu wenig Angebote zum Lernen
oder für die Gesundheit.



Was ist Aggression?

Aggression ist ein sehr starkes Gefühl,
so ähnlich wie Wut.

Aggression kann gut sein.

Zum Beispiel:

Aggression kann uns helfen,

- unsere Meinung zu sagen.
- etwas zu ändern, was uns stört.
- eigene Ziele zu schaffen.

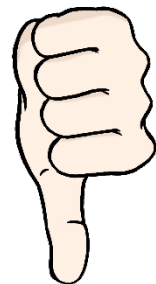


Aber Aggression kann auch schlecht sein.

Aggression kann zu Gewalt führen.

Zum Beispiel:

- Wir verletzen uns selbst.
- Wir verletzen andere Menschen.
- Wir machen Sachen kaputt.



Darum müssen wir immer genau schauen:

Warum ist eine Person aggressiv?

Was ist der Grund für die Wut?



Beispiele für 2 Bereiche

In unseren Regeln sind 2 Bereiche besonders wichtig:

- Pflege
- Förderung und Unterstützung von NutzerInnen.
Das Fachwort ist: Pädagogisches Handeln.

Pflege

Einige NutzerInnen brauchen viel Hilfe bei der Pflege.

Vielleicht ist ihnen das peinlich.

Oder sie fühlen sich dabei **nicht** wohl.

Das Personal muss darum immer daran denken:

Wie geht es der Person bei der Pflege?

Beispiele für Gewalt in der Pflege:

- Frauen und Männer brauchen verschiedene Pflege.
Aber das Personal achtet **nicht** darauf.
- Vielleicht kann man sich erst oben und dann unten ausziehen.
Aber das Personal will,
dass man sich sofort ganz auszieht.
- Das Personal achtet **nicht** auf die Privatsphäre:
Die Zimmer-Tür steht offen und
jeder kann einfach so reinkommen.
- Das Personal sagt **nicht**,
wo es die NutzerInnen anfassen muss.
- Der Raum oder das Wasser sind zu kalt.



Förderung und Unterstützung

Unser Ziel ist:

Die Nutzerinnen sollen so leben, wie sie wollen.

Sie sollen viel alleine können.

Das Personal unterstützt sie dabei.

Zum Beispiel:

- Beim Planen vom Alltag
- Beim Umgang mit anderen Menschen
- Wenn man etwas Neues lernen will

Aber das Personal kann dabei auch etwas falsch machen.

Beispiele für Gewalt bei Förderung und Unterstützung:

- Das Personal unterstützt nur bei Sachen, die es selbst gut findet.
- Das Personal verhält sich mal wie ein guter Freund und dann wieder wie ein Chef.
Die Nutzerinnen wissen nicht, was das soll.

- Das Personal bestraft die Nutzerinnen, wenn etwas nicht gleich klappt.

Zum Beispiel:

Eine Nutzerin darf nicht mit zu einem Ausflug.

Oder sie bekommt kein Frühstück.

- Das Personal gibt den Nutzerinnen **nicht** alle Infos.

Zum Beispiel:

Es gibt eigentlich 3 Sachen zum Wählen, zum Beispiel beim Essen.

Das Personal sagt aber:

Es gibt nur ein Essen.

Ihr müsst das essen.



Was tun wir, damit es nicht zu Gewalt kommt?

Am besten ist:

Es kommt gar nicht erst zu Gewalt.

Dafür kann man viel tun:

Gute Ausbildung:

Das Personal im Bereich Wohnen weiß:

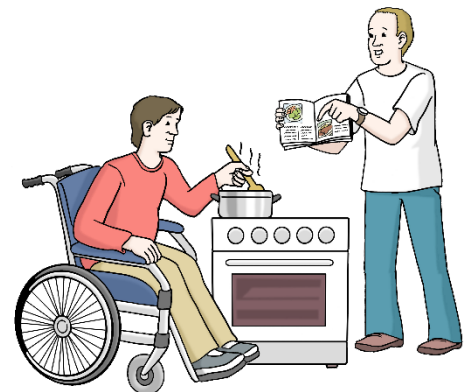
Ich habe eine große Verantwortung für die Menschen mit Beeinträchtigung.

Alle Menschen sind gleich wichtig.

Ich respektiere jeden Menschen mit Beeinträchtigung.

Ich schaue immer:

- Was kann der Mensch gut?
- Was will der Mensch alleine schaffen?
- Bei was braucht er Hilfe?



Ich achte darauf:

Meine Arbeit ist meine Arbeit

und meine Freizeit ist meine Freizeit.

Ich vermische keine Grenzen.

Zum Beispiel:

Ich gebe meine private Telefon-Nummer **nicht** an eine Nutzerin.

Und vielleicht kann eine Nutzerin nur sehr wenig alleine machen.

Ich muss viel helfen.

Und vielleicht kann sie auch nicht sprechen.

Dann muss ich besonders darauf achten:

- Was will die Nutzerin?
- Wie zeigt sie mir, was sie will?



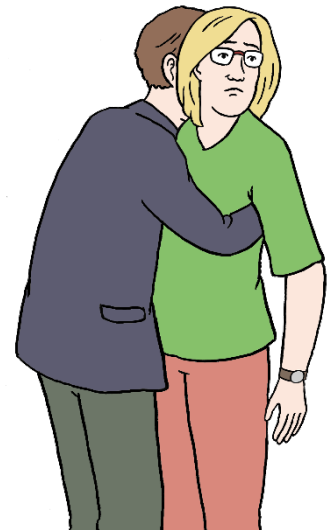
Alle Kolleginnen sollen ehrlich sein.
Hat sich eine Kollegin falsch verhalten?
Dann darf man das sagen.
Die Kollegin kann dann darüber nachdenken:
Warum habe ich mich falsch verhalten?
Wie mache ich es beim nächsten Mal richtig?
Dann kann man auch besser zusammen arbeiten.



Gut auf die Rechte von allen Menschen achten

Jeder Mensch ist anders.
Jeder Mensch hat andere Wünsche und Ziele.
Und jeder Mensch hat andere Sachen, die er nicht mag.
Aber jeder Mensch hat die gleichen Rechte.
Wir wollen eine gute Stimmung bei der Lebenshilfe.
Alle sollen wissen:
Ich darf sagen oder zeigen, was ich nicht mag.
Meine Meinung ist wichtig.

Zum Beispiel:
Peter will alle zur Begrüßung umarmen.
Für Nina ist das aber ein Problem.
Sie mag nicht so gern Körper-Kontakt.
Sie sagt das.
Und dann macht Peter das nicht mehr.

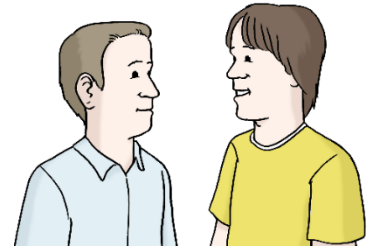


Die Lebenshilfe unterstützt die Menschen bei allem, was sie wollen.
Zum Beispiel auch dabei,

- eine Liebes-Beziehung zu haben.
- alles über Sex zu lernen.

Gut miteinander reden

Wir glauben: Alle Personen sind gleich wichtig.
Und so reden wir auch mit allen gleich.
Wir überlegen uns genau, wie wir etwas sagen.
Wir sind ehrlich.
Wir halten, was wir versprechen.
Wir sprechen und schreiben so, dass alle es verstehen.



Gute Bedingungen bei der Arbeit

Alle sollen wissen:
In der Lebenshilfe ist **kein** Platz für Gewalt.
Alle müssen mithelfen, damit das klappt.
Zum Beispiel:
Die Mitarbeiterinnen sollen oft darüber nachdenken:

- Verhalte ich mich richtig?
- Nutze ich meine Macht aus?
- Erlebe ich selbst Gewalt bei der Arbeit?

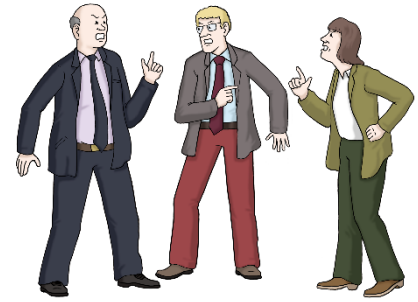
Und sie sollen oft mit Kolleginnen reden und gemeinsam überlegen:
Wie können wir ein Problem lösen?



Vielleicht gibt es über eine lange Zeit zu viel Stress.
Dann ist die Gefahr für Gewalt besonders groß.
Wir wollen mit diesem Heft auch zeigen:

- Über Stress nachdenken und reden ist wichtig.
Wir wollen für alle gute Lösungen finden.
- Keiner soll mit seinen Problemen alleine sein.
Das gilt für Menschen mit und ohne Beeinträchtigung.

Alle können mithelfen und sagen,
wann und wo es Probleme mit Gewalt gibt.
Wenn wir das wissen,
dann können wir auch etwas gegen Gewalt tun.
Und alle müssen immer wissen:
Wie verhalte ich mich bei Gewalt?



Es ist leichter, wenn es dafür klare Regeln gibt.
Dann weiß man genau, was man tun muss.

Gut für das Personal sorgen

Allen soll es bei der Arbeit gut gehen.
Das Personal soll **nicht** durch die Arbeit krank werden.
Darum kümmern wir uns um Gesundheits-Schutz und Arbeits-Schutz.

Es soll immer klar sein,

- warum eine bestimmte Arbeit wichtig ist.
- warum eine Person eine bestimmte Aufgabe hat.

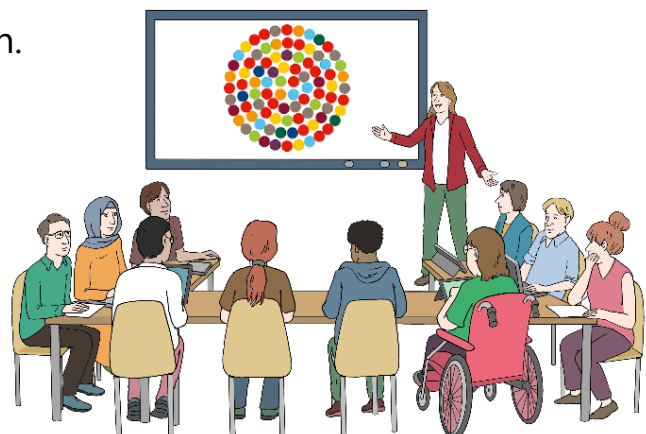
Dann wissen alle Bescheid
und es gibt weniger Stress.

Wir sagen ehrlich:

Was läuft gut?

Und was kann noch besser werden?

Und wir bieten verschiedene Kurse an.
Zum Beispiel zu Gewalt-Schutz.



Wie gehen wir mit Gewalt und Aggression um?

Vielleicht sehen wir nicht, wie die Gewalt passiert.

Aber wir sehen blaue Flecken oder andere Verletzungen.

Dann schreiben wir das immer auf.

Vielleicht sagt eine Nutzerin:

Ich hab mich nur gestoßen.

Und vielleicht stimmt das auch.

Aber vielleicht gab es auch einen anderen Grund.

Darum beobachten wir die Nutzerin weiter.



Vielleicht merken wir auch:

Eine Nutzerin ist anders als sonst.

Sie redet weniger und ist traurig.

Dann schreiben wir das auch auf

und beobachten das weiter.

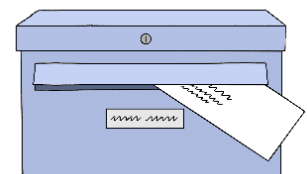


Das Personal schreibt das auf im Computer.

Es können auch alle anderen einen Tipp geben,
zum Beispiel andere Nutzerinnen.

Vielleicht wollen sie das machen,
ohne ihren Namen zu nennen.

Dann schreiben sie ihre Nachricht auf einen Zettel
und werfen ihn in den Briefkasten im Haus.



Pläne bei Gewalt

Am besten ist:

Es kommt gar nicht erst zu Gewalt.

Aber manchmal gibt es doch Gewalt.

Sind wir dabei, wenn es zu Gewalt kommt?

Dann müssen wir wissen, was wir tun können.

Dafür haben wir verschiedene Pläne.

Das Personal muss sich an diese Pläne halten.

Fachleute sagen dazu:

Handlungs-Leitfaden oder Krisen-Interventions-Plan.

Die Pläne sind **nicht** in Leichter Sprache.

Am wichtigsten ist:

Wir schützen zuerst die Person,
die das Opfer von der Gewalt ist.

Zum Beispiel:

Wir bringen sie in ein anderes Zimmer.

Wir reden in Ruhe mit ihr.



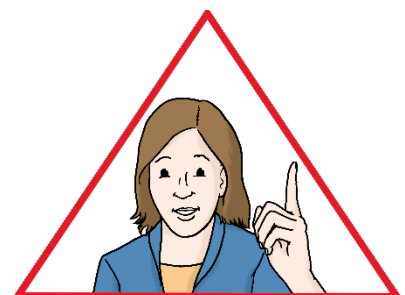
**Und wir tun alles dafür,
dass die Gewalt nicht noch schlimmer wird.**

Dabei ist wichtig:

Wir drohen **nicht** selbst mit Gewalt.

Wir sind selbst **nicht** gewalttätig.

Das darf nur im absoluten Notfall passieren.





Es gibt verschiedene Pläne.

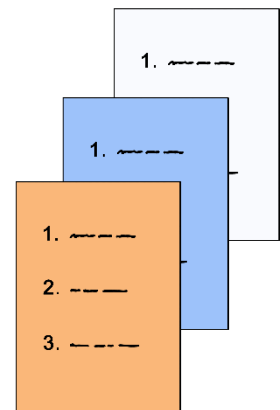
Es kommt zum Beispiel darauf an:

- Wer hat die Gewalt gemacht?
- Wie schlimm ist die Gewalt?

Bei allen Plänen ist es so:

Das Personal ist damit **nicht** allein.

Es kann immer Hilfe bekommen,
zum Beispiel von Kolleginnen oder Leitungen.



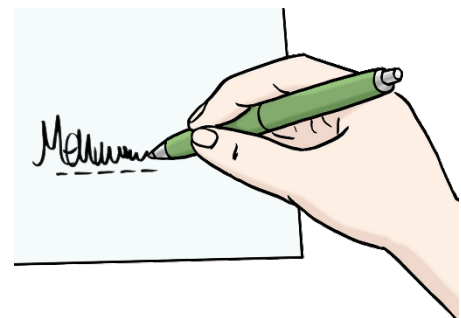
Erklärung vom Personal

Arbeitet man im Wohnen der Lebenshilfe Memmingen/Unterallgäu?

Dann muss man eine Erklärung unterschreiben.

Damit zeigt man:

- Ich habe die Regeln in diesem Heft gelesen.
- Ich halte mich an die Regeln
und ich werde bei der Arbeit auf die Regeln achten.
- So helfe ich mit, dass es weniger Gewalt gibt.





Wann und warum kommt es zu Gewalt?

Wir wollen Gewalt verhindern.

Darum müssen alle erst verstehen:

Warum kommt es zu Gewalt?

Es kann verschiedene Gründe geben.

Die Leitungen und die Betreuerinnen prüfen diese Gründe genau.

Das nennen wir: **Risiko-Analyse.**

Zum Beispiel:

- Es gibt **zu große Unterschiede** zwischen Personal und Nutzerinnen.

Das Personal darf viel alleine entscheiden,
die Nutzerinnen dürfen **nichts** entscheiden.

- Es gibt **zu viel Stress** für das Personal:

Ein Mitarbeiter muss viele Nutzerinnen alleine betreuen
oder pflegen.

- Es ist zu laut oder zu eng.

- Oder es gibt persönliche Gründe.

Zum Beispiel:

Eine Person fühlt sich überfordert oder hilflos.

Wir überprüfen jedes Jahr:

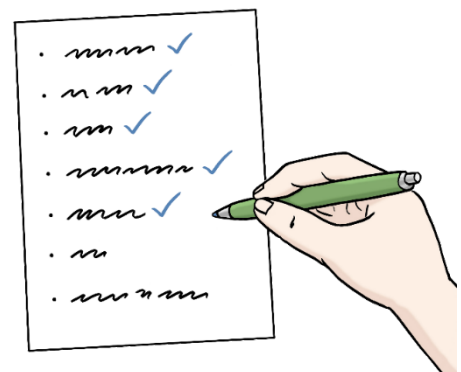
Hat sich etwas geändert?

Wie ist das Risiko für Gewalt jetzt?

Und wir finden Lösungen.

Wir arbeiten zuerst an dem Risiko,

bei dem es die größte Gefahr für Gewalt gibt.



Was tun wir nach der Gewalt?

Wir haben alles dafür getan,
dass es erst gar keine Gewalt gibt.
Aber manchmal passiert es doch:
Es gab ein Problem mit Gewalt.
Und weil wir gute Pläne hatten,
haben wir das Problem gelöst.

Nun ist unser Ziel:

Das Problem soll es nicht wieder geben.



Darum müssen sich die Leitungen kümmern.

Sie müssen genau prüfen:

Warum gab es das Problem?

Dafür reden sie mit allen Beteiligten.

Und sie müssen überlegen:

Was muss sich ändern?

Zum Beispiel:

- Es muss neue Regeln für eine Gruppe geben.
- Die Mitarbeiterinnen müssen mehr über Gewalt-Schutz lernen.
- Die Polizei muss Infos bekommen.

Die Leitungen schreiben das alles auf.

So kann man nachlesen,

- was passiert ist.
- warum die Leitungen so entschieden haben.

Danke

Das war unser Schutz-Konzept gegen Gewalt in Leichter Sprache.

Danke, dass Sie alles gelesen haben.

Danke, dass Sie mithelfen etwas gegen Gewalt zu tun.

Haben Sie noch Fragen?

Dann reden Sie mit Ihren Betreuerinnen.

Alle helfen Ihnen gerne weiter.



Text in Leichter Sprache:

Büro für Leichte Sprache, Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V., 2025

Bilder:

© Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V., Illustrator Stefan Albers