



Bundesgeschäftsstelle: Erich-Kurz-Str. 5, 10319 Berlin \* Funk: 0178 – 57 82 333 \* [www.anuas.de](http://www.anuas.de) \* [info@anuas.de](mailto:info@anuas.de)

## Anlage 2 – Executive Summary

### Grenzen der Selbsthilfe bei Mit-Opfern nach tödlicher Gewalt Schutz vor Re-Traumatisierung und sekundärer Viktimisierung

#### Ausgangslage

Selbsthilfe ist ein zentrales Element der Unterstützung von Betroffenen. Ihre Wirksamkeit setzt jedoch bestimmte psychische Voraussetzungen voraus und findet dort ihre Grenze, wo diese Voraussetzungen nicht gegeben sind.

Bei **Mit-Opfern nach tödlicher Gewalt** bestehen regelmäßig hochkomplexe Belastungslagen, die mit den Annahmen klassischer Selbsthilfeformate nur eingeschränkt vereinbar sind.

#### Besondere Vulnerabilität von Mit-Opfern

Mit-Opfer erleben häufig:

- akute und anhaltende Traumafolgen,
- komplexe Trauer-, Schuld- und Sinnkrisen,
- fortdauernde Belastungen durch Strafverfahren, Medien und institutionelle Kontakte,
- eine erhöhte Vulnerabilität gegenüber emotionaler Überforderung.

Diese Konstellationen erhöhen das Risiko **vorhersehbarer Re-Traumatisierungen**, insbesondere in ungeschützten Gruppensettings.

#### Grenzen klassischer Selbsthilfeformate

Klassische Selbsthilfeformate setzen voraus:

- ausreichende psychische Stabilität,
- Selbststeuerungsfähigkeit in Gruppenprozessen,
- freiwillige Selbstoffenbarung ohne gesundheitliches Risiko.

Bei Mit-Opfern nach tödlicher Gewalt sind diese Voraussetzungen häufig **nicht oder nur eingeschränkt erfüllt**.

Unmoderierte, offene oder primär narrativ ausgerichtete Selbsthilfeangebote können in diesen Fällen **vorhersehbar zu Re-Traumatisierungen, psychischer Destabilisierung und gesundheitlichen Verschlechterungen führen**.



Bundesgeschäftsstelle: Erich-Kurz-Str. 5, 10319 Berlin \* Funk: 0178 – 57 82 333 \* [www.anuas.de](http://www.anuas.de) \* [info@anuas.de](mailto:info@anuas.de)

**Selbsthilfe findet ihre fachlich gebotene Grenze dort, wo sie vorhersehbar zu Re-Traumatisierungen oder sekundärer Viktimisierung führt.**

### **Schutzorientierte Konsequenz**

Die Benennung der Grenzen der Selbsthilfe stellt **keine Abwertung** dieses Unterstützungsansatzes dar.

Sie ist Ausdruck eines **schutzorientierten, präventionsfachlich gebotenen Selbsthilfeverständnisses**.

Zur Vermeidung gesundheitlicher Schäden bedarf es für Mit-Opfer:

- einer differenzierten Indikationsstellung,
- klarer Kontraindikationen für klassische Selbsthilfeformate,
- sowie **koordinierter, traumasensibler Hilfe-zur-Selbsthilfe-Ansätze**.

### **Kernaussage**

**Mit-Opfer nach tödlicher Gewalt benötigen eine differenzierte Einbindung in das Selbsthilfesystem. Die explizite Benennung der Grenzen klassischer Selbsthilfe sowie Anerkennung von möglichen ressourcenorientierten Selbsthilfeprojekten ist ein zentrales Schutzinstrument zur Vermeidung von Re-Traumatisierungen.**