

**Zeitschrift:** Bündner Schulblatt = Bollettino scolastico grigione = Fegl scolastic grischun  
**Herausgeber:** Lehrpersonen Graubünden  
**Band:** 70 (2008)  
**Heft:** 4: Jahr der Mathematik

**Artikel:** Häusliche Gewalt : gewaltfreie Konfliktlösung ist lernbar  
**Autor:** [s.n.]  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-357636>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 06.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Gewaltfreie Konfliktlösung ist lernbar

## Neue Beratungsstelle in Chur

Frauen und Männer, welche Gewalt ausüben oder zu Gewalt gegenüber Menschen neigen, können sich seit September 2007 in Chur beraten lassen. Mit den Hilfesuchenden werden Methoden für einen gewaltfreien Umgang mit Konflikten entwickelt und trainiert.

Die Beratung beruht auf Freiwilligkeit und hat zum Ziel, den Hilfesuchenden mit einer spezifischen Beratung, Auswege aus dem Gewaltkreislauf aufzuzeigen. In der Beratung wird vermittelt, dass die Betroffenen als Personen respektiert werden, dass

jedoch keinerlei gewalttätiges Verhalten akzeptiert wird.

Die Gewaltberater gehen davon aus, dass gewalttätiges Verhalten nicht angeboren ist. Gewalt ist durch die individuelle Sozialisation erlernt und/oder kann durch soziale, ökonomische und kulturelle Faktoren begünstigt werden und ist daher veränderbar.

### Beratungsstelle für Gewalt ausübende Personen

Die Beratungsstelle kann nach Terminvereinbarung in Chur, Gäuggelistrasse 16

(Brunnenhof) aufgesucht werden. Ausserhalb der Bürozeiten steht rund um die Uhr die telefonische Hotline 079 544 38 63 zur Verfügung.

Die Beratungen sind unentgeltlich und die Anliegen werden absolut vertraulich behandelt.

Weitere Informationen unter  
[www.ajv.gr.ch](http://www.ajv.gr.ch) (Bewährungsdienst)

## «Ich will das in den Griff kriegen!»

«mannebüro züri», ein Beispiel aus dem Jahresbericht 2006

Ralf \*, 37 Jahre, Informatiker, sagt von sich, dass er ein engagierter Schaffer, beruflich und in der Freizeit, sei und dass er es gerne habe, wenn etwas laufe. Er möge es nicht lange warten. Das sei schon auch in Sachen Frauen so. Er hatte schon mehrere kürzere und längere Beziehungen, eine richtig verbindliche Kiste oder gar Ehe mit Familiengründung sei aber lange gar kein Thema gewesen. Bis er vor 5 Jahren Priska kennengelernt habe. Wenn er ehrlich sei, hätte es auch in diesen Beziehungen mal geknallt, wenn's nicht vorwärts gegangen sei. Seine Ohrfeigen hätten ihn wohl auch die eine oder andere Partnerschaft gekostet.

Priska ist vier Jahre jünger und eine eher ruhige, stille, vorsichtige Frau, die wenige Bekannte hat. Ralf will ihr die Welt zeigen,

macht ihr Mut und denkt, für ihn überraschend, plötzlich an Heirat und Familie. Spannungen entstehen, als Priska eine Weiterbildung macht, mit neuen Freundinnen Aktivitäten unternimmt und weniger zu Hause ist. Ralf fühlt sich vernachlässigt, bekommt Angst, Priska zu verlieren. Sie fühlt sich von seinen Reaktionen eingeengt und unter Druck gesetzt. Er wird stiller, je aktiver Priska wird.

Es kommt rund um die Themen Zeit, Freunde treffen, gemeinsame Themen oft zu Streit, in denen Ralf zunehmend wieder Ohrfeigen verteilt. Die Beziehung zieht sich so über fast drei Jahre hinweg. Eine geplante mehrwöchige Auslandsreise von Priska mit einer Freundin wird für Ralf zur Bewährungsprobe. Nach langen Diskussionen sagte er ihr, dass sie sich entscheiden

müsse, für ihn oder für die Reise. Priska sagt nichts und reist zur Freundin ab. Unter Tränen fährt Ralf am folgenden Morgen, dem Abreisetag, vor das Haus der Freundin, will reden, will Priska umstimmen, will die Abreise verhindern, droht mit Mord, Suizid. Als die gerufene Polizei vorfährt, kehrt Ralf nach Hause zurück.

Tage später surft er im Internet und stösst aufs «mannebüro züri». Im «mannebüro» will Ralf verstehen, wie es soweit kommen konnte. Er möchte Priska zurückgewinnen. Er sagt, dass er sich total verrannt habe und eigentlich ja gar kein Gewalttäter sei. Er will das in den Griff kriegen.

Weiter im Netz [www.mannebuero.ch](http://www.mannebuero.ch)