

Psychische Gewalt und deren gesundheitlichen Folgen

Andauernde Erniedrigung, Entwürdigung, Herabsetzung, Abwertung, Demütigung raubt Substanz, macht hilflos und verändert die Psyche; verändert das Wesen der Person.

Dieser psychische, emotionale Missbrauch, der da stattfindet, der erniedrigt und entwürdigt, raubt Selbstachtung, macht hilflos und führt oft zu chronischen Krankheiten und greift nebst geistiger Folter auch den Körper an.

Bei psychischer Gewalt wird der Körper in höchste Alarmbereitschaft versetzt. Es kommt sogar zu Veränderungen der Botenstoffe im Gehirn. Stresshormone werden ausgeschüttet, das Immunsystem wird geschwächt und die ständige Aktivierung des neuroendokrinen Systems führt zu einer Schädigung, die chronisch werden kann.

Und das geht meist Hand in Hand mit:

- Herzrasen
- Beklemmungsgefühle
- Schlafstörungen
- Rückenschmerzen
- Atemnot
- Reizbarkeit
- Kopf- Magenschmerzen
- Erschöpfungszustände
- Panikattacken

Es ist eben schwer sich gegen eine Gewalt zu wehren, die nicht mit der Faust zuschlägt und die auch kein Blut hinterlässt. Und doch durch Abwertung in Worten und Gesten sehr tief verletzt.

Wohlverhalten mit solchen Menschen nützt nichts. Das ist ein grosser Irrtum. Wenn jemand «übel» will, dann nützt Wohlverhalten wenig.

«Schluss mit Lustig.»

Hole Dir Hilfe und Unterstützung bei guten Menschen und/oder bei fachlicher Stelle. Hole Dir auch juristischen Beistand.

Kein Mensch muss die Schikanen und dieses elende Spiel aushalten. Es muss gestoppt werden. Diese Menschen kennen kein Skrupel.

Annelise

Ich bin für Dich da!

In jeder Lebenslage

+41 79 224 51 71



www.seelenweg.ch