



„Wenn jemand,
den Sie lieben,
Gewalt erlebt hat“

Entlastungsgespräch
für Angehörige von Betroffenen
sexualisierter Gewalt

uak-muenster.de



Das Entlastungsgespräch

bietet Angehörigen von Betroffenen sexualisierter Gewalt einen geschützten Raum, um eigene Gefühle, Überforderung und Fragen auszusprechen – ohne die Betroffenenperspektive zu überlagern. Es unterstützt dabei, mögliche Schuldgefühle zu reduzieren, Verständnis zu fördern, Wege der Selbstfürsorge zu stärken und einen eigenen Raum für das Gespräch zu finden.

1. Einstieg

Zu Beginn werden Rahmen, Rollen, Dauer und Vertraulichkeit klar benannt, um Orientierung und Sicherheit zu schaffen. Anschließend werden Erwartungen aufgenommen und der Fokus auf den entlastenden Charakter des Gesprächs gesetzt, nicht auf Bewertung oder Fallanalyse.

Der beschriebene **Ablauf** kann individuell angepasst werden.

2. Standortbestimmung

Die Teilnehmenden erhalten Raum, ihre persönliche Situation, ihre Wahrnehmung der Ereignisse und ihre aktuellen Gefühle zu beschreiben. Dieser Austausch dient dazu, Belastungen sichtbar zu machen und eigene Reaktionen einzuordnen.

3. Hintergründe

Es werden zentrale Dynamiken wie Täterstrategien, mögliche Gründe für spätes Sprechen von Betroffenen sowie typische Reaktionen von Angehörigen erläutert. Ziel ist es, Verständnis zu fördern, Sprachlosigkeit abzubauen und ein gemeinsames Begriffs- und Erklärungsgerüst zu schaffen.

4. Entlastung

Gemeinsam werden vorhandene und bislang ungenutzte Ressourcen, Unterstützungsmöglichkeiten und Netzwerke identifiziert. Dadurch sollen Entlastungspfade sichtbar werden und die Angehörigen erfahren, welche persönlichen und professionellen Anlaufstellen sie stärken können.

5. Abschluss & Ausblick

Zum Ende werden zentrale Erkenntnisse gesammelt und reflektiert, was die Teilnehmenden aus dem Gespräch mitnehmen. Darüber hinaus werden mögliche nächste Schritte und individuelle Bedürfnisse für die Zeit nach dem Treffen geklärt.

Dauer: 120 min. | **Teilnehmer:** 4-6 Angehörige, & Jochen Elte | **Ort:** Geschäftsstelle des UAK Münster e.V.

Unser Ziel ist es, Ihnen zu helfen,
den Missbrauch aufzuklären, und dafür zu sorgen,
dass Verantwortung übernommen wird.

Wir sind unabhängig von kirchlichen Strukturen
und machen uns stark für Betroffene
sexualisierter Gewalt.

Wir sind für Sie erreichbar.

uak

**unabhängige
aufarbeitungskommission**

für das Bistum Münster



Krummer Timpen 63a, 48143 Münster

Telefon: 0251 48091098

kontakt@uak-muenster.de



[instagram.com/uakmuenster/](https://www.instagram.com/uakmuenster/)