



FREIBURGER FACHSTELLE  
INTERVENTION **gegen**  
HÄUSLICHE GEWALT

# Workshop: Digitale Interventionen für Betroffene von Gewalt in Paarbeziehungen - Herausforderungen und Möglichkeiten

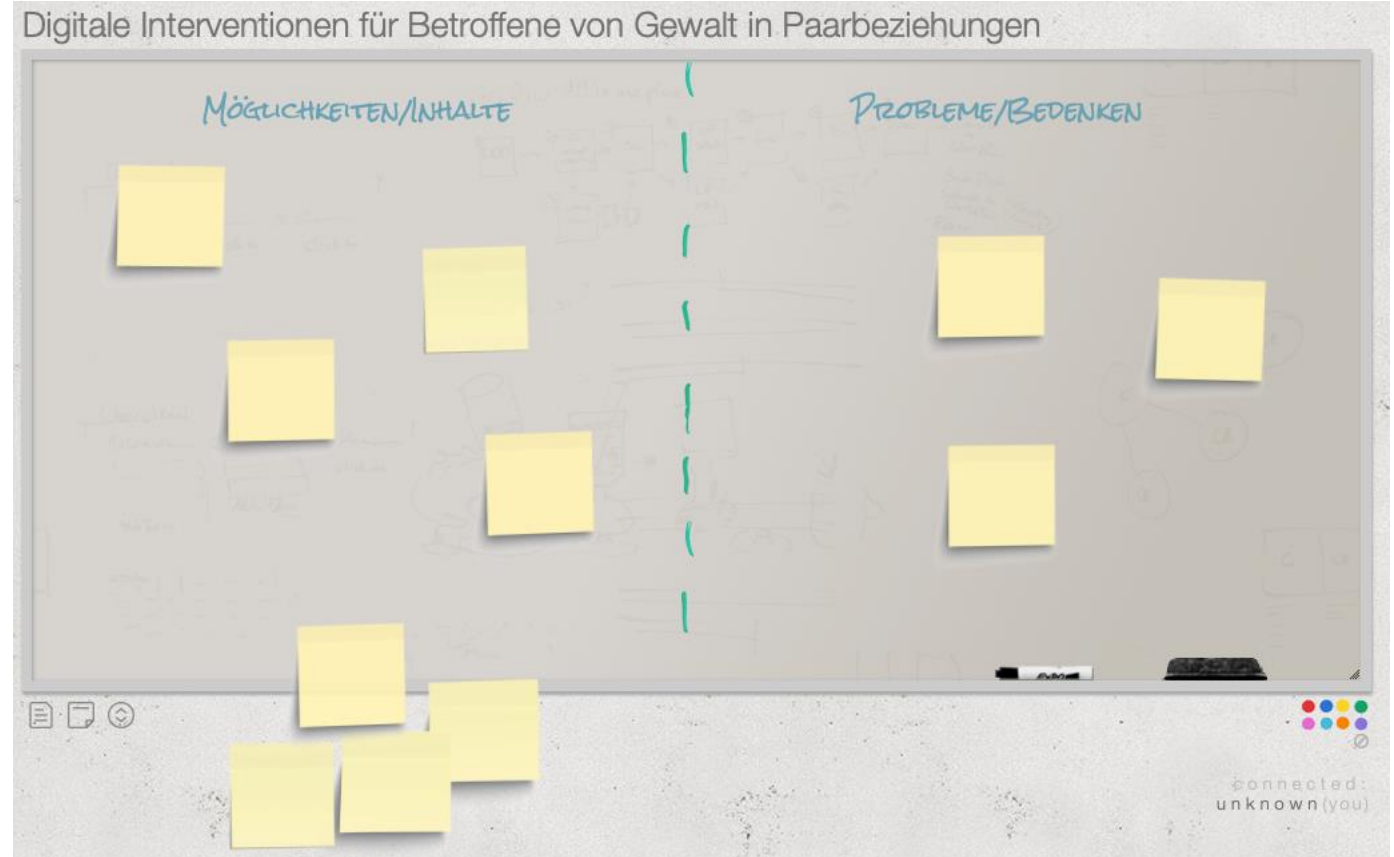
Hannah M. Micklitz, M.Sc. Psychologie  
Medizinische Psychologie und Medizinische Soziologie  
Albert-Ludwigs-Universität Freiburg

[hannah.micklitz@psychologie.uni-freiburg.de](mailto:hannah.micklitz@psychologie.uni-freiburg.de)

# Brainstorming

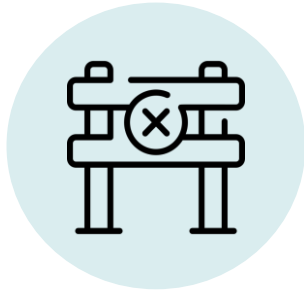
<http://scrumblr.ca/FRIGDIGA1> bzw.  
<http://scrumblr.ca/FRIGDIGA2>

1. Welche Potentiale bietet internetbasierte Unterstützung? Welche Inhalte/Methoden/Aspekte Ihrer Arbeit würden Sie Betroffenen gerne im Internet zur Verfügung stellen? In welcher Form?
2. Welche Bedenken hätten Sie/welche Probleme sehen Sie beim Einsatz digitaler Unterstützungsangebote?



# Digitale Interventionen als vielversprechende Unterstützung?

---



**Niedrige Inanspruchnahme** professioneller Unterstützungsangebote (in Dtl. ca. 10-25% der Betroffenen)

Schrötte, 2009

# Digitale Interventionen als vielversprechende Unterstützung?

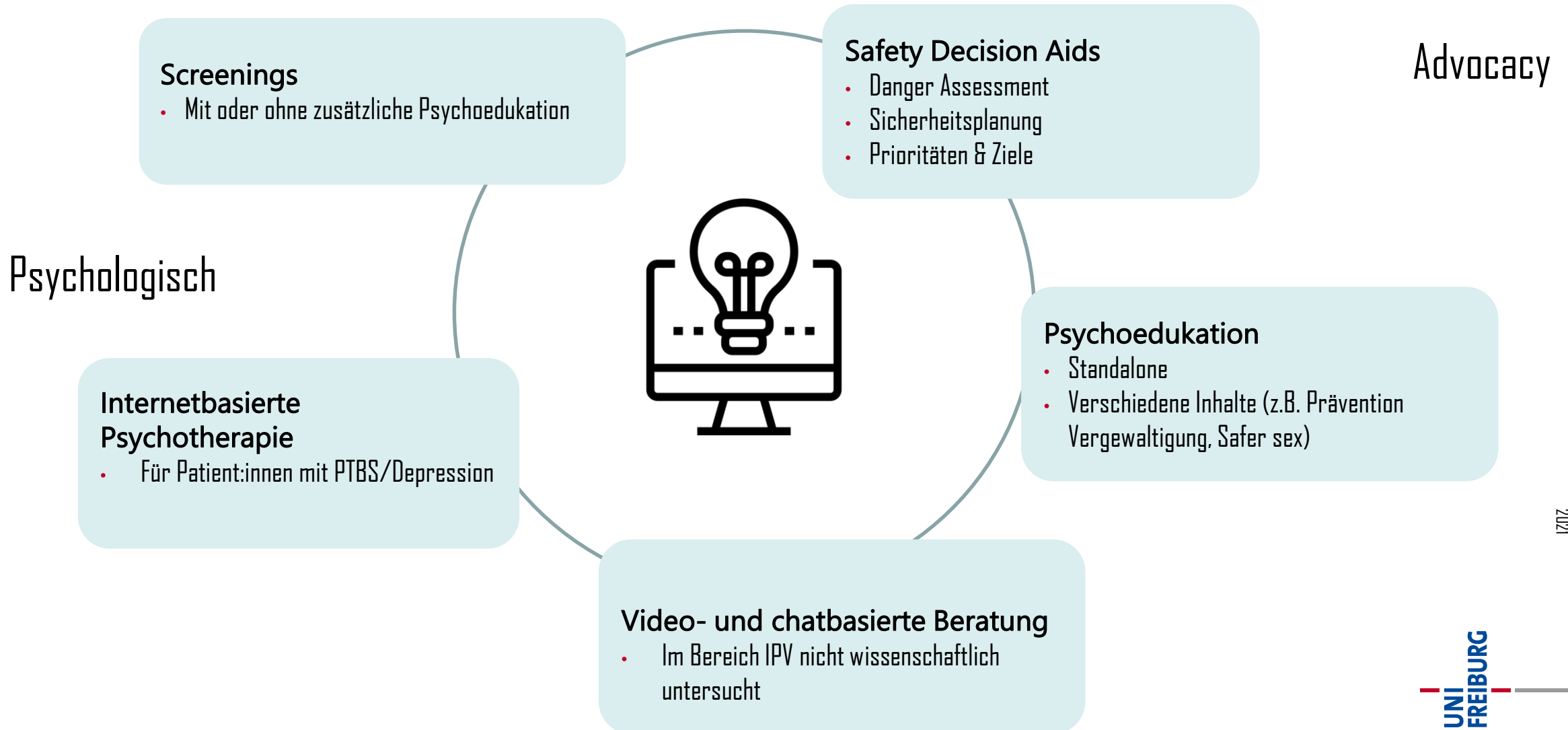
**Niedrigschwelliger Zugang** zu Unterstützung, Überwindung von Barrieren beim Zugang zu F2F-Versorgung:

- Zeitlich und räumlich flexibel
- Anonym
- Anpassung an verschiedene Sprachen, Kulturen, sexuelle Orientierungen, Geschlechter
- Hohe Skalierbarkeit
- Gute empirische Evidenz zur Behandlung verschiedener psychischer Erkrankungen (z.B. Reduktion Depression, PTBS) und Änderung gesundheitsrelevanten Verhaltens



Anderson et al., 2019; Ebert et al., 2018; Ford-Gilboe et al., 2020; Gilmore et al., 2019; Gloor & Meier, 2020; Hegarty et al., 2019; Lindsay et al., 2013; Tarzia et al., 2018

# Wie könnten wir die Effektivität verbessern?



# Empirische Evidenz

---

- Hohe Machbarkeit und Akzeptanz

Andersson et al., 2021

## ABER

- Keine Überlegenheit digitaler Interventionen im Vgl. zu verschiedenen Kontrollbedingungen bei Reduktion von:
  - Gewalterleben (SMD -0.01 [95% CI= -0.11, 0.08])
  - Depression (SMD -0.13 [95% CI= -0.37, 0.11])
  - PTBS (SMD -0.11 [95% CI= -1.04, 0.82])

Linde et al., 2021



# Wie könnten wir die Effektivität verbessern?

---

## Empirische Evidenz F2F-Interventionen:

- Integrative Interventionen mit psychologischen und advocacy-basierten Inhalten vielversprechend
- Intensität erhöhen

Micklitz et al., in prep



## Empirische Evidenz digitale Interventionen zur Behandlung von Depression:

- Menschlicher Support
- Browser-basiert vs. App-basiert (Nutzungsdauer ca. 45-120 Min. pro Modul vs. wenige Min. pro App)

Moshe et al., 2021

# Wie könnten wir die Effektivität verbessern?

---

## Bedürfnisse von Betroffenen in qualitativen Studien

- Sicherheit und Grundbedürfnisse
- Psychoedukation IPV und Konsequenzen
- Kognitive, emotionale und verhaltensbezogene Strategien zum Umgang mit Symptomen
- Arbeit mit persönlichen und kulturellen Stärken
- Gefühl des Selbst wiederherstellen
- Storyline entwickeln
- Kommunikationsstrategien
- Austausch mit anderen Betroffenen und Expert:innen
- Soziale Unterstützung, Überwindung sozialer Isolation
- Personalisierung in Bezug auf verschiedene Identitäten und Lebensrealitäten (z.B. Gender, Race, Sexualität, Wohnungslosigkeit)



Crump et al., 2020; Ferranti et al., 2018; Ford-Gilboe et al., 2011; Gilmore et al., 2019; Tarzia et al., 2018)



# By my side – Ziele & Konzept

## PSYCHOTHERAPEUTISCHE INHALTE:

- Wissen über und Umgang mit psychologischen Folgen
- Einblicke in psychotherapeutische Inhalte
- Erste Anregung intrapersoneller und interpersoneller Prozesse

by my side

## ADVOCACY-BASIERT:

- Wissen zu Gewalt in Paarbeziehungen
- Sicherheitsplanung
- Wissen über Hilfsangebote und Motivation zur Inanspruchnahme
- Entstigmatisierung

## TRAUMASENSIBEL:

- vertraute Atmosphäre, Validierung des Erlebten
- flexibel, personalisiert, selbstbestimmt

# Module & Inhalte

---

Notfallplan

Gewalt in Partnerschaften

Psychologische Konsequenzen

Hilfe suchen

Schuld und Scham

Angenehme Aktivitäten

Achtsamkeit & Entspannung

Negative Gedanken

Selbstwert

Schlaf

Soziales Netzwerk

Bedürfnisse & Grenzen kommunizieren

# By my side

---



## Information und Psychoedukation

- Texte
- Audios
- Videos
- Optional vertiefende Information
- Zusammenfassung der wichtigsten Inhalte



## Interaktiver Inhalte und Übungen

- Selbstreflexion
- Symptom Check
- Angeleitete Entspannung
- Arbeitsblätter
- Hausaufgaben



## Validierung und Check in's

- Validierung des Erlebten
- Check in's
- Steigerung von Selbstwert und Selbstfürsorge
- Erinnerung an Pausen
- Verweise auf Notfallkontakte und Unterstützungsangebote

# By my side

## Fallbeispiele

- 5 Fallbeispiele, wiederkehrend in verschiedenen Modulen
- Diversität hinsichtlich Identität und Erfahrungen

The screenshot shows the eSano online-trainings app interface. The top navigation bar includes the eSano logo, a back arrow, a document icon, the title 'Lektion: Selbstwert', and a language selector set to 'Deutsch'. A dark sidebar on the left contains menu items: Home, Meine Interventionen, Meine Tagebücher, Meine Gespräche, Offene Interventionen, Einladungen, Mein Profil, and Technischen Support kontaktieren. The main content area displays a list of case studies under the heading 'Lektion: Selbstwert'. The first item is 'Laura L. (26 Jahre)' and the second is 'Melanie S. (38 Jahre)'. Below the list is a photograph of a woman looking at her smartphone. A text box below the photo contains a quote from Frau S. regarding her experience with domestic violence and its impact on her self-esteem.

**eSano**  
online-trainings

← **Lektion: Selbstwert** Deutsch

► Hier können Sie noch einmal nachlesen, was Selbstwertungsregeln sind


- ▼ Klicken Sie hier, um ein Fallbeispiel zu lesen
- Laura L. (26 Jahre)
- ▼ Melanie S. (38 Jahre)






Frau S. erzählt ihrer Psychotherapeutin: „Mein Mann wollte mir immer einreden, dass ich kalt und herzlos bin, nie für ihn da bin und mir die Familie egal wäre. Ich durfte ihn natürlich nie kritisieren. Das hat mich noch Jahre lang geprägt.“  
Frau S. fügt hinzu, wie sehr das gesellschaftliche Stigma von häuslicher Gewalt ihren Selbstwert belastet hat: „Man muss nicht nur die Psychospiele und die Gewalt vom Partner ertragen, sondern auch die Meinungen von außen. Ich bin immer die, die von ihrem Mann geschlagen wurde – als würde mich nichts anderes ausmachen.“

Impressum | Datenschutz | Sicherheitserklärung

# By my side




←  **Lektion: Psychische Folgen von Gewalt in Paarbeziehungen** Deutsch 



**Wir können festhalten:**

Das Erleben von Gewalt in Paarbeziehungen hat für betroffene Menschen oftmals kurz- und langfristige psychische Folgen.

 Manche Folgen können positiv sein und neue Ressourcen und Stärken offenbaren.

Die psychischen Folgen können jedoch auch belastend sein und den Alltag beeinträchtigen. Wenn die psychischen Folgen Sie sehr belasten, liegt möglicherweise eine psychische Erkrankung vor. Ihnen stehen dann verschiedene Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung, die Ihnen dabei helfen können, die Beschwerden zu lindern.

Möchten Sie mehr über psychische Erkrankungen erfahren?

Impressum | Datenschutz | Sicherheitserklärung

# Think-Aloud und Interviewstudie

---

- Beispielmodule psychische Folgen und Selbstwert

- Think-Aloud Studie und halbstrukturierte Interviews mit Betroffenen und Expert:innen



- N = 12  
(6 Betroffene, 6 Expert:innen, 100% weiblich)
- Interviewdauer: 36 - 60 min.

# Qualitative Studie – Ergebnisse

---

## Bedürfnisse:

- Einsamkeit reduzieren
- Anonymität und Privatsphäre
- Wenig komplex, gut strukturiert
- Atmosphäre, Validisierung
- Anerkennung, Sensibilität
- Personalisierbar
- Anwendungsnah und praktische Hinweise



# Qualitative Studie – Ergebnisse

---

## Sprache

- Klar, direkt & verständlich
- Wertschätzend, differenziert, sensibel (z.B. Anerkennung psychischer Gewalt)
- Metaphern & Analogien zur Verbildlichung komplexer Sachverhalte





# Qualitative Studie – Ergebnisse

---

## Design:

- Klar & einfach strukturiert
- Bilder in warmen & soften Farben
- Multimodalität (z.B. Entspannungsmusik)
- Wahlmöglichkeiten & Verzweigung



# Qualitative Studie – Ergebnisse

---

## Inhalt:

- Fragen & Aufgaben, die Interaktion & Selbstreflexion anregen
- Lösungsorientiert, praktisch anwendbar
- Direktes Feedback, Erinnerung an Pausen
- Fallbeispiele

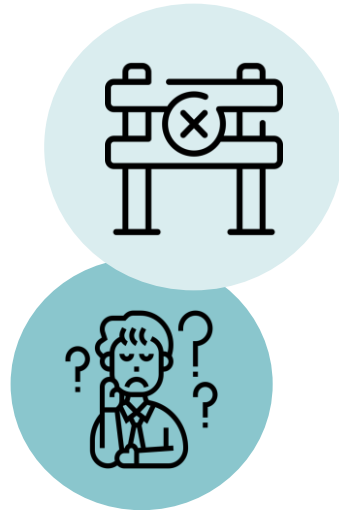


# Qualitative Studie – Ergebnisse

---

## Nachteile von DI's:

- Sicherheit
- Begrenzte Krisenintervention



## Mögliche Lösungen:

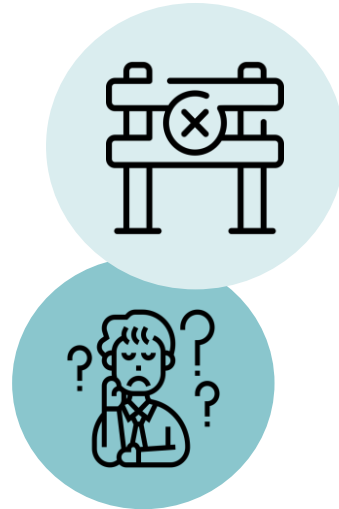
- Sicherheitsbedenken antizipieren & beheben
- Umfangreiche Aufklärung zu Anonymität, Privatsphäre & Grenzen dieser
- Instruktion zum ungestört sein während Bearbeitung
- digitaler Notausgang
- Verlässlichkeit und Verfügbarkeit
- Protokolle zur technischen Sicherheit
- Diskrete Sprache (Inhalte vor anderen verbergen)

# Qualitative Studie – Ergebnisse

---

## Nachteile von DI's:

- Kein persönlicher Kontakt
- Nicht tiefgreifend genug, fehlende Individualisierung
- Belastung und Schwierigkeiten durch Missverständnisse



## Mögliche Lösungen:

- Transparente Kommunikation von Limitationen & potentiellen Gefahren
- Motivation zur Suche von F2F Support, Notfallkontakte
- Leitung & Feedback im Rahmen der Intervention, E-Coach:innen
- Missverständnisse antizipieren & verhindern

# Qualitative Studie – Ergebnisse

---

## Barrieren:

- Strukturelle Barrieren
- Medienausstattung
- Technische Kompetenz
- Betroffene erreichen
- Identifikation als „Betroffene:r“

## Mögliche Lösungen:

- Kostenloser Zugang
- Usability
- Einfache Sprache
- Öffentlich bewerben
- Betroffene adäquat adressieren

*So I basically think that for people who are actually in the situation, ... this word violence or anything, is just what makes one, one shy away a little bit, ... I think (Participant 6).*

# Qualitative Studie – Ergebnisse

---

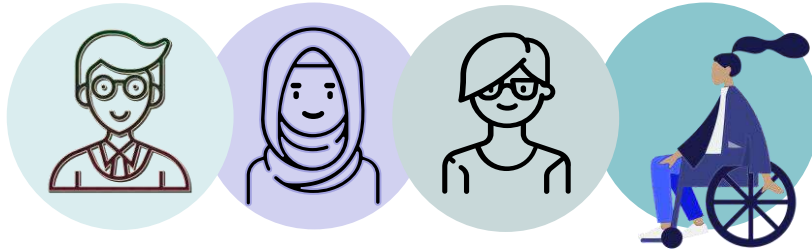
## Zielgruppe:

- Verschiedene thematische Prioritäten (z.B.: Was ist Gewalt in Paarbeziehungen, Sicherheitsplanung vs. therapeutische Behandlung psychischer Langzeitfolgen)
- Wording und Ansprache (z.B. Betroffene:r, Opfer, Täter:in)

*I had the impression that ... [it] wants to cover two things: on the one hand, create a bit of awareness, if I might say it like that: “You are there, you have a problem there”, and at the same time, it also assumes: “You already know that you have a problem and here, you can get help”. And I wondered whether this could not perhaps be separated ....” (Participant 4)*

# Qualitative Studie – Ergebnisse

---



## Mögliche Lösungen:

- Klare Definition der Zielgruppe?
- Personalisierbarkeit
- Inklusive Sprache, Bilder und Inhalte

Figueroa et al., 2022

# Ausblick: Pilotstudie

by my side

## Forschungsfragen:

- Interventionszufriedenheit, Adhärenz und Akzeptanz  
(ZUF-8, Subjektives Erleben des Trainings, NEQ, SAE, Rekrutierungsdaten, Dropout-Daten, Nutzungsdaten)
- Hinweise auf Wirksamkeit
  - Gesundheits- (HES) und sicherheitsbezogenes Empowerment (MOVERS)
  - Gewalterleben (CAS)
  - Hoffnungslosigkeit (BHS)
  - Depressions- (PHQ-9), Angst- (GAD-7) und PTBS-Symptome (SSS PTSD)

→ Randomisierung (T0), drei Wochen (T1), 3 Monate (13 Wochen, T2) und 6 Monate (26 Wochen, T3)



# Ausblick: Pilotstudie



by my side

## Rekrutierung:

- FRIG, Netzwerkpartner:innen und Kommunikationskanäle
- Studicare
- Weitere Kooperationspartner:innen

Ziel: Stichprobenumfang von ca. 40 Personen

## Einschlusskriterien:

- (1)  $\geq 18$  Jahre
- (2) weibliche Geschlechtsidentität
- (3) ausreichende Deutschkenntnisse
- (4) Erfahrung von Gewalt in Paarbeziehungen oder Dating,
- (5) Vorliegen einer unterschriebenen informierten Einwilligungserklärung.

## Ausschluss:

- (1) Gesteigerte oder schwere akute Gewaltbetroffenheit mit erhöhtem Eskalationsrisiko (Danger Assessment)
- (2) Trans und cis-Männer, nicht-binäre Personen

# Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

- Gibt es Fragen und/oder Gedanken zum Thema, die Sie gerne diskutieren möchten?
- Haben Sie noch weitere Ideen/Hinweise?



SIMON FRASER  
UNIVERSITY



ulm university

universität  
**uulm**

**Kontakt**



[hannah.micklitz@psychologie.uni-freiburg.de](mailto:hannah.micklitz@psychologie.uni-freiburg.de)



[www.researchgate.net/profile/Hannah-Micklitz](http://www.researchgate.net/profile/Hannah-Micklitz)



# Literatur

---

- Anderson, E. J., McClelland, J., Krause, C. M., Krause, K. C., Garcia, D. D., & Koss, M. P. (2019). Web-based and mHealth interventions for intimate partner violence prevention: a systematic review protocol. *BMJ Open*, 9(8), e029880.
- Crump, T. G. (2020). *The Forgotten Survivor: The Articulated Needs of Survivors of Psychological and Economic Abuse Who Stay*. *Violence and Gender*.
- Ebert, D. D., Van Daele, T., Nordgreen, T., Karekla, M., Compare, A., Zarbo, C., ... & Taylor, J. (2018). Internet-and mobile-based psychological interventions: Applications, efficacy, and potential for improving mental health: A report of the EFPA E-Health Taskforce. *European Psychologist*, 23(2), 167.
- Ferranti, D., Lorenzo, D., Munoz-Rojas, D., & Gonzalez-Guarda, R. M. (2018). Health education needs of intimate partner violence survivors: Perspectives from female survivors and social service providers. *Public Health Nursing*, 35(2), 118-125.
- Figueroa, C. A., Luo, T., Aguilera, A., & Lyles, C. R. (2021). The need for feminist intersectionality in digital health. *The Lancet Digital Health*, 3(8), e526-e533.
- Ford-Gilboe, M., Merritt-Gray, M., Varcoe, C., & Wuest, J. (2011). A theory-based primary health care intervention for women who have left abusive partners. *Advances in Nursing Science*, 34(3), 198-214.
- Ford-Gilboe, M., Varcoe, C., Scott-Storey, K., Perrin, N., Wuest, J., Wathen, C. N., Case, J., & Glass, N. (2020). Longitudinal impacts of an online safety and health intervention for women experiencing intimate partner violence: randomized controlled trial. *BMC Public Health*, 20(1), 260. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-8152-8>
- Gilmore, A. K., Davidson, T. M., Leone, R. M., Wray, L. B., Oesterle, D. W., Hahn, C. K., Flanagan, J. C., Gill-Hopple, K., & Acierno, R. (2019). Usability testing of a mobile health intervention to address acute care needs after sexual assault. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(17), 3088

# Literatur

---

- Gloor, D., & Meier, H. (2020). Does online counselling provide better access to victim services? Insights and reflections from a Swiss pilot evaluation. *Journal of Gender- Based Violence*, 4(1), 123–131.
- Hamel, J. (2013). *Gender-inclusive treatment of intimate partner abuse: Evidence-based approaches*. Springer Publishing Company.
- Hegarty, K., Tarzia, L., Valpied, J., Murray, E., Humphreys, C., Taft, A., Novy, K., Gold, L., & Glass, N. (2019). An online healthy relationship tool and safety decision aid for women experiencing intimate partner violence (I-DECIDE): a randomised controlled trial. *The Lancet Public Health*, 4(6), e301–e310.
- Huntley, A. L., Potter, L., Williamson, E., Malpass, A., Szilassy, E., & Feder, G. (2019). Help-seeking by male victims of domestic violence and abuse (DVA): a systematic review and qualitative evidence synthesis. *BMJ open*, 9(6), e021960.
- Linde, D. S., Bakiewicz, A., Normann, A. K., Hansen, N. B., Lundh, A., & Rasch, V. (2020). Intimate Partner Violence and Electronic Health Interventions: Systematic Review and Meta-Analysis of Randomized Trials. *Journal of Medical Internet Research*, 22(12), e22361. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.2196/22361>
- Lindsay, M., Messing, J. T., Thaller, J., Baldwin, A., Clough, A., Bloom, T., Eden, K. B., & Glass, N. (2013). Survivor feedback on a safety decision aid smartphone application for college-age women in abusive relationships. *Journal of Technology in Human Services*, 31(4), 368–388.
- Micklitz, H. M., Glass, C.M., Bengel, J. & Sander, L.B. (In prep.) Efficacy of psychosocial interventions for survivors of intimate partner violence –a systematic review and meta-analysis.
- Tarzia, L., Cornelio, R., Forsdike, K., & Hegarty, K. (2018). Women's experiences receiving support online for intimate partner violence: how does it compare to face-to-face support from a health professional? *Interacting with Computers*, 30(5), 433–443.