



## **Psychischer Stress während der Bewährungszeit: ein unerforschtes Hindernis für die Wiedereingliederung von Haftentlassenen in die Gesellschaft**

*Beitrag von Daniel Smeritschnig, 2022*

Der vorliegende Artikel befasst sich mit einem wenig erforschten Problem im Kontext der Haftentlassung und den damit zusammenhängenden Herausforderungen der Wiedereingliederung in die Gesellschaft: dem psychischen Stress während der Bewährungszeit.

Eine empirische Studie des Autors hat zu Tage gefördert, dass neben den klassischen Wiedereingliederungsproblemen – Diskriminierung auf dem Wohnungs- und Arbeitsmarkt, gesellschaftliche Stigmatisierung, materielle Problemlagen etc. – auch psychischer Stress eine große Herausforderung bilden kann.

Von diesem wird insbesondere von bedingt entlassenen Ex-Sträflingen aufgrund der Bewährungszeit berichtet. Die Sorge darüber, jederzeit wieder ins Gefängnis zurückkehren zu müssen, wenn die Bewährungsaufgaben nicht erfüllt werden, gewinnt eine besondere Dynamik angesichts der sozialen Stigmatisierung von bedingt haftentlassenen Personen: *„Du kannst es dir so vorstellen, ich lebe gerade in Vorsicht oder Angst, weil wenn ich mit dir telefoniere, und du gehst zur Polizei und sagst: ‚Ja, der Typ hat eine gefährliche Drohung ausgesprochen‘, [dann] bin ich weg vom Fenster, so schnell geht es.“*



Die ständige Angst, von anderen Personen fälschlicherweise einer Straftat bezichtigt oder in Situationen hineingezogen zu werden, in deren Verlauf gesetzeswidrige Handlungen erfolgen (z.B. eine Schlägerei), kann große Ausmaße annehmen und zu einer starken, psychischen Dauerbelastung werden. Die Betroffenen vermeiden Menschenansammlungen und ziehen sich während der Probezeit aus Selbstschutz von der Gesellschaft zurück, was die Wiedereingliederung in diese erschwert. Hinzu kommt das Phänomen, aus der Panik heraus erneut Straftaten zu begehen, wenn die Betroffenen in eine prekäre Situation gelangt sind, in der sie wirklich oder vermeintlich begangener Straftaten beschuldigt werden. Dieser Artikel widmet sich der näheren Betrachtung dieser unbekannteren Herausforderung.

Die Haftentlassung von Sträflingen und deren Herausforderungen im Kontext der Wiedereingliederung in die Gesellschaft ist ein Phänomen, zu dem sich in der deutsch- und englischsprachigen Literatur ein bestimmter Korpus an Untersuchungen finden lässt. Strafgefangene werden nach ihrer Haftentlassung mit zahlreichen Problemen konfrontiert, die sich aus ihrer amtlich bekannten Vergangenheit heraus ergeben und es erschweren können, dass sie wieder produktive und glückliche Mitglieder der Gesellschaft werden, welche die Anerkennung ihres persönlichen und beruflichen Umfelds genießen.

Nicht nur der Übergang vom unselbstständigen, strukturierten Haftalltag in ein Leben, in dem wieder eigenständig Entscheidungen getroffen werden müssen und das mit zahlreichen ungewohnten Aufgaben konfrontiert, bereitet den Betroffenen Schwierigkeiten. Es kommen noch verschiedenste andere Herausforderungen hinzu: Haftentlassenen werden wegen ihrer Vergangenheit häufig sozial stigmatisiert und begegnen einer öffentlichen Haltung, die eher negativ ihnen gegenüber geprägt ist. Auch in ihrem persönlichen Umfeld werden sie mit Vorurteilen konfrontiert. Sie werden auf dem Arbeits- und Wohnungsmarkt



diskriminiert, haben oft Schulden und materielle Problemlagen, und sie haben Schwierigkeiten im Umgang mit Behörden und Bürokratie. Drogenabhängigkeit und negative Persönlichkeitsveränderungen durch die Haft können gleichfalls Herausforderungen darstellen, die eine gesellschaftliche Reintegration erschweren. In den ersten sechs Monaten ist eine hohe Rückfallquote nach dem einschneidenden Übergang der Enthftung zu beobachten, welche häufig mit den erwähnten Anpassungsschwierigkeiten in Verbindung steht.

Von den im Jahr 2013 verurteilten oder aus einer Freiheitsstrafe bzw. dem Maßnahmenvollzug entlassenen 29.570 Personen in Österreich wurden über den individuellen Beobachtungszeitraum von vier Jahren 9.618 Personen wiederverurteilt - dies entspricht einer Wiederverurteilungsquote von 33,3%. Jedoch ist es wichtig, dass die Wiedereingliederung der Haftentlassenen gelingt und die betreffenden Personen resozialisiert werden. So wird die Sicherheit der Gesellschaft gewährleistet und auch ermöglicht, dass Haftentlassene ihr Recht auf ein freies, selbstbestimmtes Leben im Rahmen der gesetzlichen Vorgaben in Anspruch nehmen können. Mit der Enthftung wurde in der Regel die Strafe für ein begangenes Verbrechen bereits abgeübt - die Personen sollen wieder in die Freiheit zurückkehren, um sich auch bestmöglich wieder in die Gesellschaft einzugliedern (Smeritschnig, 2019, S. 12).

Für eine besondere Personengruppe gilt dies jedoch nur mit Einschränkung: Es geht um Strafgefängene, die noch vor der vollständigen Verbüßung ihrer Haft auf Bewährung freigelassen werden. Bei bedingter Entlassung aus einer Freiheitsstrafe wird eine Probezeit festgesetzt. Diese Probezeit ist mit bestimmten gerichtlichen Auflagen verbunden, die erfüllt werden müssen, wie das regelmäßige Aufsuchen eines Sozialarbeiters oder striktes Alkoholverbot. Sie beträgt mindestens ein Jahr und höchstens drei Jahre. Übersteigt der bedingt erlassene Strafreist drei



Jahre, beläuft sich die Probezeit auf fünf Jahre. Bei der bedingten Entlassung aus einer lebenslangen Freiheitsstrafe erstreckt sich die Probezeit über zehn Jahre. Und gerade diese Probezeit kann trotz der Möglichkeit, früher als vorgesehen das Gefängnis verlassen zu können, auch zu einer Belastungsprobe für die Psyche werden und mitunter zu prekären Folgen führen.

Im Rahmen einer empirischen Studie des Autors wurde der Frage nachgegangen, mit welchen Herausforderungen Männer und Frauen in Österreich nach ihrer Haftentlassung konfrontiert werden. Dabei wurden halbstandardisierte Leitfadeninterviews mit 20 haftentlassenen Personen geführt (17 Männer und 3 Frauen), die unterschiedlich lange Haftzeiten aufgrund verschiedener Delikte verbüßt hatten. An die Interviews wurde nach zehn Tagen ein Folgetermin zur Überprüfung der aufgenommenen Interviewantworten angeschlossen. Mit Hilfe einer strukturierenden Inhaltsanalyse nach Mayring (2016) wurden die Ergebnisse computergestützt durch ein Programm der qualitativen Datenanalyse (Atlas.ti) ausgewertet. Im Ergebnis zeigte sich, dass der Großteil der in der Literatur schon erforschten Wiedereingliederungsprobleme, die zuvor genannt wurden, bestätigt werden kann. Eine von zwei originären Erkenntnissen jedoch waren psychische Belastungen, von denen bedingt Haftentlassene aufgrund der Probezeit berichteten (Smeritschnig, 2019, S. 3 f.).

Die Sorge, wieder ins Gefängnis zurückzumüssen, wenn man gegen die Bewährungsaufgaben verstößt oder mit dem Gesetz in Konflikt gerät, wird als quälend empfunden. Damit geht ein psychischer Dauerstress einher, der nicht nur eine große Belastung für die eigene Psyche darstellt, sondern auch ein zusätzliches Hindernis für die erfolgreiche Resozialisierung bildet. Ein bedingt Haftentlassener hat konkret seine Angst angesprochen, wegen einer Verleumdung zurück in Haft zu müssen. Er spricht davon, dass er in großer Vorsicht lebt: Er hatte einmal eine gefährliche Drohung ausgesprochen, für die er zu einer Freiheitsstrafe



verurteilt worden war, und sieht sich jetzt in der Gefahr, von anderen erneut einer Drohung bezichtigt zu werden. Er lebe jetzt vorsichtiger, zurückhaltender und eingeschlossener, weil er nicht so sein könne, wie er eben sei, und weil er sich Gedanken darüber mache, dass etwas sein könne (Smeritschnig, 2019, S. 121).

Ein Ex-Polizist wiederum, der wegen fortgesetzter Gewaltanwendung gegen seine Familie eine sechsjährige Haftstrafe erhalten hatte, für die er nach drei Jahren auf Bewährung entlassen werden konnte, sprach in den Interviews den E-Mail-Verkehr mit seiner Ex-Frau als große seelische Belastung an. Schließlich seien die Streitigkeiten mit seiner ehemaligen Partnerin und die in seinen Augen unwahren Aussagen, die getätigt wurden, der Grund für seine Verurteilung gewesen. Nun fühle er sich nicht mehr wohl, wenn er dieser Frau im Rahmen einiger Gerichtstermine gegenüber sitze. *„Ich muss da vorsichtig sein, wie ich argumentiere [und] wie ich eine E-Mail schreibe“*, erzählte der bedingt Haftentlassene in den Interviews, *„dass ich [...] da nicht in Verdacht komme, da irgendwelche Pseudobedrohungen oder sonstwas rauszulassen.“* Dies „würge“ ihn oft innerlich ein wenig, weil er häufig etwas anderes ausdrücken würde, aber gerade aus der Situation heraus, ein nur auf Bewährung Freigelassener zu sein, müsse er vorsichtiger mit seinen Aussagen sein und sich gegen seinen Willen zurückhalten (Smeritschnig, 2019, S. 122).

Ein weiterer bedingt Haftentlassener äußerte sich zu seinem täglichen Umgang mit Frauen, dass er ihnen aus dem Weg gehe. Seine Bewährungszeit beläuft sich auf zwei Jahre, in denen er den Kontakt zu ihnen vermeidet und auch weiterhin zu vermeiden sucht: *„Denn sollte eine angeben, ich habe was Falsches getan, bin ich sofort wieder im Gefängnis“*, begründete der Mann in den Gesprächen seine Vorsicht (Smeritschnig, 2019, S. 122 f.).



Diese Angst aufgrund der Bewährungszeit schwebt wie das sprichwörtliche Damoklesschwert über den Köpfen der bedingt haftentlassenen Männer und Frauen. Die psychische Belastung ergibt sich zunächst dadurch, dass in sozialen Situationen, in denen strafbare Handlungen gesetzt wurden, die Haftentlassenen als Erste in Verdacht geraten, die Urheber zu sein. Ihre Glaubwürdigkeit vor Gericht ist geringer, wenn sie bspw. in eine Schlägerei verwickelt wurden, die amtlich bekannt geworden ist. Als Vorbelastete sind die Betroffenen sozial stigmatisiert; der Grund für eine erneute Inhaftierung ist oft schnell bei der Hand, selbst wenn die bedingt Haftentlassenen gar keine gefährliche Drohung ausgesprochen oder niemanden sexuell belästigt haben. Diese Angst, wieder ins Gefängnis zurückzumüssen, kann jedoch selbst wiederum der Auslöser für Straftaten sein.

Nehmen wir einen bedingt Haftentlassenen als Beispiel, der fünf Jahre Probezeit erhält und verschiedene gerichtliche Auflagen erfüllen muss. Er ist mit verschiedensten Herausforderungen konfrontiert, die ihm bei der Wiedereingliederung in die Gesellschaft begegnen und schon zuvor genannt wurden. Die Diskriminierung am Arbeits- und Wohnungsmarkt sowie bestehende Schulden aufgrund der begangenen Delikte und materielle Problemlagen können ihn in finanzielle Nöte gestürzt haben. Nun entnimmt dieser bedingt Haftentlassene aus irgendeinem Grund dem Portemonnaie seiner Freundin heimlich Geld, wird dabei jedoch von deren Sohn beobachtet. Der Dieb bemerkt den Zeugen und gerät in Panik: „Ich muss wieder zurück ins Gefängnis“, ist der Gedanke, der ihn in dieser Situation wie ein Blitz durchfährt. Es kommt zu einem Streit und einem Handgemenge – der Junge beginnt, nach der Mutter zu schreien, deren Freund legt seine Hände um dessen Hals und erwürgt ihn, um seine Tat zu verdecken. Aus der Panik heraus begeht der Haftentlassene also eine erneute Straftat, über deren schwerwiegende Folgen er sich noch gar nicht im Klaren ist.



Ein weiteres Beispiel ist ein wegen eines Sexualdeliktes vorbestrafter Mann, der ebenfalls nur bedingt entlassen wurde und während der Probezeit einen einwandfreien Leumund vorweisen muss. Er lernt im Sommer eine Frau an einem Badesee kennen, verbringt einige Zeit mit ihr und möchte dann später am Abend, an einem etwas abgelegeneren Teil des Strandes mit ihr zärtlich werden. Die Frau jedoch fühlt sich überrumpelt und blockt ab; der Mann missinterpretiert ihre Reaktion und wird zudringlicher. Schließlich beginnt die junge Frau, nach Hilfe zu schreien, woraufhin der wegen eines Sexualdelikts vorbestrafte Mann in Panik verfällt. Aus dem plötzlichen Angststadium versucht auch er, sein Gegenüber durch Würgegriffe zum Schweigen zu bringen, was schließlich zum Erstickungstod der Frau führt. Aus der Panik heraus, die Aufmerksamkeit der Behörden zu erregen und wieder ins Gefängnis zurückzumüssen, begeht der Betroffene sogar einen Mord und besiegelt damit erst recht seine Rückkehr in die Strafhafte.

### **Psychische Belastungen und Anpassungsschwierigkeiten**

Die Begriffe der psychischen Belastungen und der psychischen Beanspruchung entstammen dem Arbeitsschutz und werden in der DIN EN ISO 10075-1 definiert als die Gesamtheit aller erfassbaren Einflüsse, die von außen auf den Menschen zukommen und eine psychische Auswirkung auf ihn haben.

Der Begriff der Belastung wird neutral gebraucht, ohne eine Bewertung im Sinne einer Anforderung. Die Auswirkung der psychischen Belastung wird „psychische Beanspruchung“ genannt. Laut DIN EN ISO 10075-1 ist psychische Beanspruchung als unmittelbare (nicht langfristige) Auswirkung der psychischen Belastung definiert, die das Individuum in Abhängigkeit von seinen jeweiligen überdauernden und augenblicklichen Voraussetzungen, einschließlich der individuellen



Bewältigungsstrategien, erfährt. Das heißt also, dass die Auswirkung einer psychischen Belastung davon abhängt, welche Bewältigungsmöglichkeiten ein Mensch verfügt. Diese Möglichkeiten bestehen aus Fähigkeiten, Erfahrungen, Selbstvertrauen, Wertmaßstäben, inneren Haltungen, Problemlösefähigkeiten u. dgl. (Riechert, 2015, S. 24 ff.).

Umgelegt auf die Situation von haftentlassenen Personen kann gesagt werden, dass die Herausforderungen der Wiedereingliederung in die Gesellschaft psychische Belastungen darstellen. Die erschwerte Wohnungs- und Arbeitssuche, Vorurteile, die man im eigenen Umfeld erfährt, finanzielle Nöte und die Anforderungen der Selbstorganisation in einem mit verschiedensten Aufgaben beladenen Alltag, der nun selbst strukturiert werden muss, stellen (ganz wertneutral) Belastungen dar, die auf die Haftentlassenen einwirken. Den bedingt haftentlassenen Männern und Frauen wiederum werden Bewährungsaufgaben auferlegt. Sie müssen auch darauf achten, während der Probezeit amtlich nicht mehr aufzufallen und auch Situationen fernzubleiben, die sie direkt oder indirekt in Konflikt mit dem Gesetz bringen könnten.

Ob sich diese spezifischen Aufgaben für die Haftentlassenen, die auf die Wiedereingliederung nach der Entlassung aus der Straftat bezogen sind, als Anforderung oder Stressbelastung auswirkt, steht in Zusammenhang mit den augenblicklichen Bewältigungsmöglichkeiten, die dem Einzelnen zur Verfügung stehen. Jedes Individuum kann dabei als ein Gemisch aus sehr eigenen psychischen, körperlichen, genetischen und sozialen Voraussetzungen betrachtet werden. Jeder Mensch empfindet, reagiert und handelt in individueller Weise vor dem Hintergrund der persönlichen Geschichte und seiner Art, Erlebnisse zu verarbeiten. Ebenso individuell sind auch die Möglichkeiten des Einzelnen, Probleme zu lösen, Anforderungen zu bewältigen,



Grenzen zu setzen, sich zu schützen und mit seinen Kräften hauszuhalten.

Der Eine mag seine bedingte Haftentlassung als Chance für einen Neustart betrachten, als lange ersehnte Rückkehr in die Freiheit, die er sich nun zunutze machen wird, um voller Zuversicht und Optimismus die kriminelle Vergangenheit hinter sich zu lassen und sich Schritt für Schritt ein besseres Leben aufzubauen; der Andere blickt seiner vorzeitigen Enthftung mit Sorge entgegen, bangt um seine materielle Versorgung, das Finden einer Wohnung und eines Arbeitsplatzes und glaubt, besonders vorsichtig im sozialen Umgang mit anderen sein zu müssen.

Das Belastungs-Beanspruchungsmodell, das auf diesen individuellen Unterschieden aufbaut, zeigt auf, dass eine Beanspruchung oder Belastung sowohl anregend als auch beeinträchtigung sein kann. Die typischen Wiedereingliederungsprobleme können zum einen als Herausforderung zur Weiterentwicklung anregen, zum anderen aber auch durch Überforderung negative Folgen nach sich ziehen. Die Bewertung der Situation („Ich muss vorsichtig mit anderen Menschen sein“, oder: „Es wird schon nichts Schlimmes passieren“) führt zu einer erlebten Belastung, die sich entweder als positive Anregung oder als hohe Anspannung und innere Erregung manifestiert. Eine der Erlebnisweisen führt im besten Fall zu Aktivierung und in der Folge zu persönlicher Entwicklung, Erfahrungszuwachs und Wohlbefinden; die andere dagegen zu Beeinträchtigung, Ermüdung, Stress und zu gesundheitlichen Beschwerden (z.B. Burn-out-Syndrom) (Riechert, 2015, S. 26 f.).

Allerdings muss im Falle der (bedingt) Haftentlassenen auch mitberücksichtigt werden, dass die individuelle Persönlichkeit des Einzelnen aufgrund der Hafterfahrung nicht selten negativ beeinflusst wird. Neben der erwünschten Resozialisierung ist die Haft auch mit dem Nebeneffekt verbunden, als negativer Selektionsprozess zu wirken. Der Gefangene gleicht seine



Einstellungen und Verhaltensweisen an die Normen und Werte an, die in der Haftanstalt herrschen. Dieser geistig-seelische Prozess der Anpassung an das Anstaltsleben wird „Prisonisierung“ genannt (Hüttenrauch, 2015, S. 129).

Der Haftentlassene hat während der Haft meist versucht, „ein guter Gefangener“ zu sein; er hat die Normen und Dogmen der Insassenkultur von Strafgefangenen erlernt – ein Prozess, von dem bis zu einem gewissen Grad jeder Häftling betroffen ist.

Die Intensität der Prisonisierung unterscheidet sich auch zwischen dem offenen und geschlossenen Vollzug: Letzterer stellt ein stärker in sich geschlossenes System dar, in dem die Normen und Werte der Gefangenen eine größere Bedeutung haben. Problematisch ist der Umstand, dass die im Gefängnis erlernten Normen und Werte sowie das erlernte Verhalten, mit der Anpassung an den Anstaltsbetrieb außerhalb der Vollzugsanstalt keine Bedeutung haben. Der Haftentlassene muss die Normen und Werte, die in der Gesellschaft Geltung haben, von neuem erlernen und verinnerlichen (Hüttenrauch, 2015, S. 130 f.).

Eine maßgebliche Rolle spielt also die persönliche Bewertung einer Situation, anhand derer Haftentlassene etwas als gefährlich oder bedrohlich und Stress auslösend einschätzen oder nicht. Menschen setzen fortlaufend einen nicht unerheblichen Teil ihrer unbewussten Gehirnaktivität dafür ein, die Gegenwart mit früheren Erinnerungen abzugleichen und auf der Basis dieses Vergleiches abzuschätzen, ob die aktuelle Situation gefährlich ist oder Gutes verheißt. Beeinflusst durch die Prisonisierung kann diese Bewertung negativ gefärbt sein.

Diese persönliche Bewertung der Situation und der eigenen Möglichkeiten, mit ihr fertigzuwerden, wird vom transaktionalen Stressmodell nach Lazarus fokussiert. Wenn jemand (bspw. ein vorzeitig aus der Haft Entlassener) eine Anforderung (Bewährungsaufgaben; soziale Kontakte; Gefahr, verleumdet zu



werden) für sich, seine Möglichkeiten und seine Wertvorstellung als bedrohlich bewertet und überdies nicht über ausreichende Bewältigungsmöglichkeiten verfügt, wird eine Stressreaktion die Antwort auf die Anforderung sein. Wenn dieselbe Person die Situation für sich zwar als bedrohlich bewertet, jedoch zur Einschätzung gelangt, sie bewältigen zu können, so löst die Situation keinen Stress aus.

Dies erklärt noch einmal, weshalb nicht jede Belastung eine Stressreaktion auslösen muss und unter Haftentlassenen sowohl Personen zu finden sind, die an den Wiedereingliederungsproblemen scheitern als auch solche, die sie mehr oder minder problemlos bewältigen (Riechert, 2015, S. 46).

#### **Fazit:**

Haftentlassene sind mit unterschiedlichsten Wiedereingliederungsproblemen konfrontiert. Neben den typischen Herausforderungen, die damit einhergehen, stehen bedingt Haftentlassene unter psychischen Belastungen, indem sie Bewährungsaufgaben zu erfüllen haben und darauf achten müssen, weder indirekt noch direkt in Konflikt mit dem Gesetz zu geraten.

Abhängig von der persönlichen Bewertung der Situation und der Einschätzung der eigenen Bewältigungsmöglichkeiten für diese kann die vorzeitige Haftentlassung als vorzeitiger Neustart oder als Entlassung in die Ungewissheit aufgefasst werden. Diese ständige Angst und Sorge, wegen tatsächlicher oder vermeintlicher Vergehen wieder ins Gefängnis zurückzumüssen, bringt die Gefahr einer dauerhaften Stressbelastung und des sozialen Rückzugs mit sich, die beide die erfolgreiche Wiedereingliederung erschweren. Schlimmer noch können aus der Panik heraus Straftaten gesetzt werden, damit um jeden Preis verhindert wird, erneut die (negative) Aufmerksamkeit der Behörden auf sich zu lenken. Diese Straftaten können massive



Schäden für die Opfer nach sich ziehen, die Gesellschaft beeinträchtigen und eine erneute Strafhaft notwendig machen.

Es ist daher aus der Sicht des Autors notwendig, die psychische Belastbarkeit von vorzeitig Haftentlassenen korrekt einzuschätzen, eine intensivere Entlassungsvorbereitung durchzuführen, in der auf diese Probleme eingegangen wird, und auch die Haftentlassenenbetreuung besser zu schulen, um den Betroffenen positive Bewältigungsstrategien zu vermitteln und ihnen zu helfen, eine konstruktivere Grundstimmung in der Freiheit zu entwickeln.



### **Literaturverzeichnis:**

Hüttenrauch, K. (2015). Die Arbeit als Resozialisierungsfaktor Eine empirische Studie zur Bedeutung der Arbeit während der Inhaftierungszeit. Baden-Baden: Nomos Verlagsgesellschaft.

Richert, I. (2015). Psychische Störungen bei Mitarbeitern. Ein Leitfaden für Führungskräfte und Personalverantwortliche - von der Prävention bis zur Wiedereingliederung. Springer Verlag; 2., überarbeitete Auflage.

Smeritschnig, D. (2019). Wiedereingliederungsprobleme nach der Enthftung in Österreich und der Beitrag der sozialen Arbeit im Kontext der Lebensweltorientierung. Eine empirische Studie. Druck: epubli, ein Service der neopubli GmbH, Berlin. Printed in Germany.