

# An ihrer Seite

Informationen und Hilfen für Unterstützer/innen,  
Freund/innen und Angehörige von Betroffenen  
häuslicher Gewalt.



**bff:**

FRAUEN - GEGEN - GEWALT E. V.

FÜR FRAUEN – GEGEN GEWALT

*Kennen Sie jemanden, der Gewalt erfahren hat? Wollen Sie eine Freundin unterstützen, sind aber nicht sicher, was Sie überhaupt tun können?*

*Hier finden Sie erste Informationen und Handlungsorientierungen.*


## Wussten Sie,

*... dass jede 4. Frau in ihrem Leben schon einmal körperliche oder sexuelle Gewalt oder beides durch aktuelle oder frühere Partner/innen erlebt hat?*

Frauen erleben viel häufiger in ihren eigenen vier Wänden Gewalt und durch eine Person, die sie kennen, als durch Fremde auf der Straße. Gewalt in Partnerschaften oder durch Ex-Partner/innen kann jede treffen: Frauen mit hohem Einkommen und höherer Bildung ebenso wie Frauen mit geringem Einkommen und geringerem Bildungsstand.

Die meisten Frauen erleben mehr als einmal Gewalt in der Beziehung, etwa ein Drittel berichtet sogar von regelmäßigen Misshandlungen. Viele der Frauen erleiden dabei Verletzungen, manche sind so schwer, dass sie medizinisch behandelt werden müssen.

### **Gewalt hat viele Erscheinungsformen:**


- 
- **Schlagen, Treten, Schütteln, Würgen, Bewerfen und Verletzen mit Gegenständen**
  - **Sexuelle Belästigung, Nötigung und Vergewaltigung**
  - **Übermäßige Eifersucht, soziale Kontrolle und Isolation der Frau**
  - **Nachstellen und verfolgen, auch über Telefon, SMS und Internet**
  - **Beleidigungen, Demütigungen und Drohungen**
  - **Verleumdungen, Bevormundung und ökonomische Kontrolle**

Viele Frauen erleiden durch ihre/n Partner/in oder Ex-Partner/in nicht nur eine, sondern mehrere Formen von Gewalt. In den allermeisten Fällen sind Männer die Täter.

# Woran erkenne ich Gewalt in Partnerschaften?

Vielleicht haben Sie schon länger den Eindruck, dass bei Ihrer Angehörigen, Freundin oder Bekannten etwas nicht stimmt. Nicht immer ist Gewalt durch Partner/innen an offensichtlichen Verletzungen erkennbar. Blaue Flecken können überschminkt oder unter Kleidungsstücken versteckt werden. Vielleicht handelt es sich bei der erlebten Gewalt auch vorrangig um Psychoterror.

**Mögliche Anhaltspunkte können sein:**

- 
- › **Sie sagt oft Verabredungen ab und hat sich insgesamt zurückgezogen**
  - › **sie wirkt abwesend, verschlossen, deprimiert, unsicher, nervös, ängstlich oder gereizt**
  - › **ihr Gewicht verändert sich stark oder sie hat einen erhöhten Suchtmittelkonsum (Zigaretten, Alkohol, Drogen, evtl. Tabletten)**
  - › **sie klagt vermehrt über körperliche Beschwerden und wirkt oft sehr erschöpft**
  - › **sie gibt den Wünschen des Partners oder der Partnerin immer Vorrang und ordnet sich der Meinung unter**
  - › **sie hat Verletzungen und reagiert bei Nachfragen ausweichend**

Viele gewalttätige Partner/innen zeigen nach außen ein ausgesprochen freundliches Gesicht. Aber manchmal verhält sich auch der Partner oder die Partnerin auffällig:


- › **korrigiert sie oft, macht sie vor anderen lächerlich und ist respektlos**
- › **verbietet ihr den Mund, verhält sich dominant und rechthaberisch**
- › **unterwandert Freundschaften und vertreibt ihre Verwandten durch unhöfliches und aggressives Verhalten**

# Was kann ich tun?

Wirkliche Gewissheit gibt es meist erst, wenn ausgesprochen wird, was los ist. Wenn Sie sich Sorgen um eine Frau in Ihrem Umfeld machen, fragen Sie am besten nach. Es kann gut sein, dass die Betroffene auf ihre Sorge erst mal abwehrend reagiert, die Anzeichen aber bestehen bleiben. Seien Sie trotzdem aufmerksam und zeigen Sie Ihre Solidarität.

In der Regel wenden sich betroffene Frauen zuerst an Menschen, die ihnen nahe stehen und denen sie vertrauen. Jede/r kann Unterstützer/in sein, ob als Freund/in, Bekannte/r, Nachbar/in, Familienangehörige/r, Arbeitskolleg/in, Mitbewohner/in oder Vereinskolleg/in etc.

**Sie können auf unterschiedliche Weise unterstützen, indem sie**

- 
- › **zuhören und trösten**
  - › **zu Polizei, Anwalt/in, Ärzt/in oder Fachberatungsstelle begleiten**
  - › **bei der Alltagsorganisation und der Kinderbetreuung helfen**
  - › **bei Anforderungen in Schule, Ausbildung, Studium oder Beruf beistehen**
  - › **bei der Suche nach einer neuen Wohnung oder einem Job helfen**
  - › **in akuter Gefahrensituation die Polizei rufen**
  - › **sich informieren, Kontakt zu Fachberatungsstellen aufnehmen**

Vielleicht verwirrt Sie das Verhalten der Frau, der sie helfen wollen. Viele Frauen möchten in ihrer Beziehung bleiben unter der Bedingung, dass der Mann die Gewalt beendet. Für andere ist es ein langer Prozess, sich aus der gewalttätigen Beziehung zu lösen.

### **Es ist hilfreich und wichtig**

- › **der Betroffenen zu glauben: Bezweifeln und bewerten Sie nicht**
- › **Bedürfnisse und Wünsche der Betroffenen zu respektieren**
- › **nicht eigenmächtig oder unabgesprochen zu handeln**
- › **geduldig zu sein, im Kontakt zu bleiben und weiterhin Unterstützung anzubieten**



# Hier finden Sie Unterstützung

Es ist sinnvoll, sich als Unterstützer/in, Freund/in oder Angehörige/r zusätzlich professionelle Hilfe zu suchen. Diese gibt es bei den Frauenberatungsstellen und Frauennotrufen in Ihrer Umgebung, überall in Deutschland.

Zögern Sie nicht, sich mit einer Fachberatungsstelle in Verbindung zu setzen, wenn Sie Fragen haben oder Hilfe benötigen.

Auf unserer Homepage finden Sie die Adressen dieser Beratungsstellen sowie weitere Informationen.

## www.frauen-gegen-gewalt.de



The screenshot shows the homepage of the German Women's Movement (bff) website. The header features the 'bff' logo and navigation tabs for 'Aktuelle', 'Hilfe & Beratung', 'Spezial & Hilfe', 'Forschung & Projekte', 'Über bff', and 'Presse'. A search bar is located in the top right corner. The main content area is titled 'Stark für Frauen und gegen Gewalt' and includes a text introduction, a list of services (Beratung und Befreiung, Aufklärung, Fortbildung, Fachvereine und politische Interessenvertretung), and a section for 'Aktuelle Nachrichten' with three news items. Below this is a 'Termine/Veranstaltungen' section with one event listed. The footer contains contact information for the Bundesverband Frauenbeweglicher Frauenvereine (bfff) and the website's phone and fax numbers.

# Schutz durch das Gesetz

Häusliche Gewalt ist keine Privatangelegenheit. Auch in einer Ehe oder Partnerschaft sind Körperverletzung, Bedrohung, Nötigung und sexuelle Übergriffe strafbar. Das am 1. Januar 2002 in Kraft getretene Gewaltschutzgesetz stellt klare rechtliche Regelungen zum Schutz vor körperlicher Gewalt, Bedrohung und Verfolgung (Stalking) durch aktuelle oder frühere Ehe- und Beziehungspartner oder Partner/innen, Bekannte und fremde Personen auf und ermöglicht schnelle Hilfe.

## ***Wichtige Maßnahmen sind:***

### **Näherungsverbot:**

Der Täter/die Täterin darf sich der Betroffenen selbst, ihrer Wohnung, ihrer Arbeitsstelle oder anderen Orten, an denen sie sich regelmäßig aufhält nur bis auf einen gerichtlich angeordneten Umkreis nähern.

### **Kontaktverbot:**

Der Täter/die Täterin darf keinen Kontakt zu der Betroffenen aufnehmen, sei es durch Telekommunikation oder über Dritte.

### **Vorläufige Überlassung der gemeinsamen Wohnung:**

Dies gilt für häusliche Gemeinschaften unabhängig von Ehestand oder sexueller Orientierung.

Betroffene können beim zuständigen Familiengericht die oben genannten Schutzmaßnahmen beantragen, um weitere Angriffe und Belästigungen zu verhindern. Bei akuter Gefahr kann das Gericht im Eilverfahren entscheiden. Verstöße gegen das Gewaltschutzgesetz können sowohl zivilrechtlich als auch strafrechtlich geahndet werden. Detaillierte Informationen bieten Fachberatungsstellen in Ihrer Nähe.

***Der Bundesverband Frauenberatungsstellen und Frauennotrufe (bff) ist der Dachverband der Fachberatungsstellen für Frauen zum Themengebiet sexuelle, körperliche und psychische sowie häusliche Gewalt. Der bff vertritt gegenwärtig über 160 Fachstellen in ganz Deutschland.***

**bff:**

FRAUEN GEGEN GEWALT E.V.



**Bundesverband Frauenberatungsstellen  
und Frauennotrufe**

**Frauen gegen Gewalt e.V.**

Rungestraße 22-24

10179 Berlin

info@bv-bff.de

[www.frauen-gegen-gewalt.de](http://www.frauen-gegen-gewalt.de)

Gefördert vom



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend