

# Richtig helfen bei häuslicher Gewalt


Handlungsleitfaden für den Erstkontakt mit betroffenen Frauen



FRAUEN HELFEN FRAUEN e.V. Dieburg  
Fachberatungsstelle für häusliche Gewalt

Büro für Chancengleichheit des  
Landkreises Darmstadt-Dieburg





„Überall auf der Welt, in armen wie in reichen Ländern, werden Frauen geschlagen, verschleppt, vergewaltigt und umgebracht. Diese Verletzungen der Menschenrechte schaden nicht nur den Betroffenen selbst; sie untergraben die Entwicklung, den Frieden und die Sicherheit der ganzen Gesellschaft.“

Ban Ki-moon  
Generalsekretär der Vereinten Nationen,  
New York

## Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
<b>Teil 1</b>	
Einführung und gesellschaftliche Hintergründe	4 bis 12
<b>Teil 2</b>	
Konkrete Handlungsmöglichkeiten	13 bis 20
<b>Teil 3</b>	
Adressen	21 bis 26

# Vorwort

Liebe Leserinnen und Leser,

dieser Handlungsleitfaden „Richtig helfen bei häuslicher Gewalt“ liegt Ihnen nun in der vierten und überarbeiteten Auflage vor.

Entstanden aus einer Fortbildungsreihe für kommunale Frauenbeauftragte und Beraterinnen aus Bildungs-, Frauen- und Mütterzentren im Landkreis Darmstadt-Dieburg fand er über den Landkreis hinaus bundesweit Beachtung. Er wird häufig nachgefragt und als äußerst hilfreich bezeichnet.

Hilfesuchende Frauen, die aus ernststen, gewaltbelasteten Situationen von zu Hause fliehen, wenden sich häufig nicht sofort an professionelle Einrichtungen, in denen sie von dafür ausgebildeten Fachkräften betreut und begleitet werden können. Verwandte, Freundinnen, Nachbarn, Kolleginnen und Kollegen können daher ebenso unvorhergesehen in die Rolle von Helfenden geraten wie Ansprechpersonen in Rathäusern, Vereinen, Kindergärten oder Schulen.

Mit dieser Broschüre möchten wir dieser Zielgruppe eine Orientierung für einen kompetenten Umgang mit Frauen geben, die Opfer von häuslicher Gewalt geworden sind.

Der Leitfaden wurde von den Mitarbeiterinnen unserer Dieburger Beratungsstelle für Gewalt gegen Frauen erstellt, die gemeinsam mit der Schutzeinrichtung Frauenhaus vom Verein Frauen helfen Frauen Darmstadt-Dieburg e. V. im Landkreis unterhalten wird. Seit vielen Jahren werden hier betroffene Frauen beraten und unterstützt sowie Weiterbildungen für Multiplikatorinnen und Multiplikatoren angeboten.

„Frauen helfen Frauen“ ist aktiv im Netzwerk Gewaltschutz – Prävention und Schutz gegen häusliche und sexualisierte Gewalt an Frauen, Mädchen und Jungen in der Wissenschaftsstadt Darmstadt und dem Landkreis Darmstadt-Dieburg, das 1998 gegründet wurde.

Die auf diese Weise markierten Kästchen enthalten besonders wichtige Hinweise für helfende Personen. Im angehängten Adressenverzeichnis finden Sie weiterführende Einrichtungen und Anlaufstellen aus unserem Netzwerk, die Sie benachrichtigen oder weiterempfehlen können, wenn hilfebedürftige Frauen mit Ihnen Kontakt aufnehmen. **!**

Haben Sie Fragen oder Rückmeldungen? Dann wenden Sie sich gerne an das Büro für Chancengleichheit des Landkreises Darmstadt-Dieburg  
Jägertorstraße 207, 64289 Darmstadt, Telefon 06151 / 881-1040, [chancengleichheit@ladadi.de](mailto:chancengleichheit@ladadi.de)

# Teil I Einführung und gesellschaftliche Hintergründe

## Häusliche Gewalt – Ein gesellschaftliches Problem

Gewalt gegen Frauen ist eine Menschenrechtsverletzung.

Im Grundgesetz der Bundesrepublik Deutschland sind die Grundrechte „die Würde des Menschen ist unantastbar“ und „jeder hat ein Recht auf Leben und körperliche Unversehrtheit“ verankert.

Gewalt gegen Frauen im häuslichen Bereich ist keine Familienstreitigkeit oder ein Beziehungskonflikt, sondern eine kriminelle Handlung, für die der Gewalttäter zur Verantwortung gezogen werden muss.

Eine Gesellschaft, die es mit dem Schutz der Menschenrechte ernst meint und Frauen wie Männern gleiche Rechte zuspricht, darf häusliche Gewalt nicht als Privatangelegenheit hinnehmen!

## Wir sind alle angesprochen!

### Gewalt gegen Frauen im engen sozialen Nahbereich

- ist weltweit eine der häufigsten Verletzungshandlungen,
- kommt in allen sozialen Schichten und Kulturen vor,
- ist unabhängig von Alter, Bildungsstand, Einkommen, Nationalität oder religiöser Zugehörigkeit,
- verletzt immer die Würde und das Selbstbestimmungsrecht des Opfers,
- hat schwere und anhaltende Folgen.

In keinem anderen Sektor der Gesellschaft ist die Sicherheit von Frauen und Kindern so schlecht gewährleistet wie im familiären Kontext.

Bei Gewalt im häuslichen Bereich geht es überwiegend um Männer als Täter und Frauen als Opfer. Je bekannter Täter und Opfer miteinander sind, desto unbekannter ist die Tat.

Häusliche Gewalt wird in der Öffentlichkeit immer noch in einem hohen Maße tabuisiert oder toleriert. Gewalttätiges Verhalten wird oft verharmlost und durch äußere Anlässe entschuldigt. **Mythen und Vorurteile** erschweren den von Gewalt betroffenen Frauen, über ihre Situation zu sprechen und verhindern angemessene Hilfe. Sie tragen dazu bei, dass Frauen die Schuld bei sich selbst suchen und sich nicht trauen, ihre Gewaltsituation anzusprechen.



„Das ist doch keine Gewalt, die beiden streiten nur miteinander.“

„Wahrscheinlich hat sie ihn wieder provoziert.“

„Er war im Stress, ihm ist eben mal die Hand ausgerutscht.“

„Das ist doch deren Privatsache.“

Solche Sichtweisen bilden den Nährboden für die Überzeugung der Täter, ein Recht auf kontrollierendes und gewalttätiges Verhalten gegenüber ihren Partnerinnen zu haben. Die meisten Opfer schweigen aus Scham und Angst oder einfach aus Unwissenheit und Ratlosigkeit hinsichtlich ihrer Rechte. Oftmals werden sie von dem Täter oder Familienmitgliedern unter Druck gesetzt.

Es besteht eine enorme Diskrepanz zwischen den Fakten von häuslicher Gewalt (Ausmaß, Formen, Folgen, Ursachen, Hintergründe) und den zu diesem Thema vertretenen Meinungen.

### **Fakten und Ausmaß häuslicher Gewalt**

Häusliche Gewalt ist kein Randproblem. Sie beginnt bei seelischen Gewaltformen wie Demütigungen, Drohungen, jeder Form von erzwungenen Handlungen und Zugeständnissen sowie Erniedrigung.

Sie setzt sich fort in ökonomischer Gewalt, bei der Frauen nicht mehr frei über Geld- oder Sachmittel verfügen können, drückt sich aus in Freiheitsberaubung (die Frauen werden zum Beispiel eingesperrt, können nur „in Begleitung“ die Wohnung verlassen, ihre sozialen Kontakte werden kontrolliert oder verboten) und reicht bis zur sexuellen Nötigung, Vergewaltigung und anderen Formen von körperlicher Gewalt, wie herumstoßen, festhalten, ohrfeigen und verprügeln.

Im Jahr 2012 kam es in Hessen zu **43 Tötungsdelikten / Tötungsversuchen** an Frauen im Zusammenhang mit häuslicher Gewalt. (Quelle: Jahresbericht des Hessischen Landeskriminalamtes) Seit 2013 wird diese Zahl für Hessen nicht mehr statistisch erhoben.

2017 gab es bundesweit 364 **Tötungsdelikte / Tötungsversuche** im Zusammenhang mit häuslicher Gewalt.

Neunzig Prozent aller statistisch erfassten Gewalttaten finden im Familien- und Bekanntenkreis statt. Die Betroffenen sind fast ausschließlich Frauen. Für die Tat verantwortlich sind in nahezu allen aufgenommenen oder zur Anzeige gebrachten Fällen Ehemänner, Lebenspartner oder männliche Freunde (Berliner Kompetenz- und Fortbildungszentrum zu häuslicher Gewalt).



„Sie ist

...das war bestimmt keine Absicht...

Das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend hat zur Lebenssituation, Sicherheit und Gesundheit von Frauen in Deutschland eine repräsentative Untersuchung veröffentlicht. Im Folgenden eine Zusammenfassung zentraler Studienergebnisse zu Gewalt gegen Frauen in Deutschland:

- 37 Prozent aller Frauen haben körperliche Gewalt erlebt
- 13 Prozent haben strafrechtlich relevante sexuelle Gewalt erlebt
- 58 Prozent haben unterschiedliche Formen sexueller Belästigungen erlebt
- 42 Prozent haben Formen psychischer Gewalt erlebt (Demütigung, Drohung, Einschüchterung, Psychoterror)
- 25 Prozent haben körperliche und/oder sexuelle Gewalt durch einen Beziehungspartner erlebt

Die vorliegenden Ergebnisse bestätigen bisherige Dunkelfeldschätzungen. Dies bedeutet, dass mindestens jede vierte Frau Übergriffe durch einen Partner ein- oder mehrmals erlebt hat.

**Dies belegt auch der Jahresbericht „Polizeiliche Kriminal- und Verkehrsprävention in Hessen 2018“:**

- Die Straftaten im Bereich häuslicher Gewalt sind im Vergleich zum Vorjahr (2017) um 4,6 Prozent (389) auf 8.927 Fälle gestiegen. Betroffen waren 82,9 Prozent weibliche Opfer und 17,1 Prozent männliche Opfer.
- Erschreckend hoch ist die Zahl der Eilanträge, die bei den zuständigen Amtsgerichten im Jahr 2018 eingegangen sind. Darmstadt verzeichnet 140 Anträge, Dieburg 59.
- Es muss von einer Vielzahl nicht angezeigter Straftaten ausgegangen werden, die aus dem familiären Umfeld nicht in die Öffentlichkeit dringen.

# doch selber schuld...“

## Formen und Folgen von Gewalt

Frauen erleben Gewalt in vielfältigen Erscheinungsformen von physischer und psychischer Gewalt. Männer setzen in Beziehungen eine breite Palette von Kontroll- und Beherrschungsmitteln ein. Frauen müssen in der Regel nicht nur **eine** Form der Gewalt erleiden, häufig erfahren sie Gewalt in Form von physischer, sexueller, psychischer, sozialer und ökonomischer Machtausübung durch ihren Partner. Bei allen Formen der Gewalt geht es immer um die Ausübung von Macht und Kontrolle.

- Physische Gewalt: stoßen, schlagen, treten, würgen, festhalten, fesseln, mit Gegenständen und Waffen bedrohen und Verletzungen zufügen, Essensentzug, Schlafentzug
- Psychische Gewalt: Drohungen, Beleidigungen, einschüchterndes oder kontrollierendes Verhalten, verbale Erniedrigung, Beschuldigungen, Verleumdungen, Rufmord, bewusste Falschaussagen, geht oft mit Stalking einher
- Sexualisierte Gewalt: sexuelle Übergriffe, sexuelle Nötigung, sexuelle Belästigung, sexueller Missbrauch, Vergewaltigung, Zwangsprostitution
- Digitale Gewalt: umfasst eine Vielzahl von Angriffsformen, die auf Herabsetzung, Rufschädigung, Diffamierung, Beleidigung, soziale Isolation und die Nötigung oder Erpressung eines bestimmten Verhaltens abzielen
- Soziale Gewalt: Verbot bzw. Kontrolle von Kontakten zu anderen mit dem Ziel der Isolierung, Kontrollanrufe, Überprüfung des Handys, der E-Mails und anderer sozialer Netzwerke
- Ökonomische Gewalt: Verbot oder Zwang zur Berufstätigkeit, Geld zuteilen, verweigern oder wegnehmen, Ausgaben kontrollieren, Zugang zum Bankkonto verweigern

## Stalking

„Stalking“ ist ein Begriff aus dem Englischen und bezeichnet ein willentliches, fortgesetztes und beharrliches Verfolgen und Belästigen einer anderen Person über einen längeren Zeitraum. Stalking geht oft mit der Anwendung körperlicher oder sexualisierter Gewalt einher.

Studien zufolge sind in Deutschland 24 Prozent aller Frauen und 4 Prozent aller Männer einmal im Leben von Stalking betroffen. Etwa 80 Prozent aller Betroffenen von Stalking sind Frauen, etwa 80 Prozent der Täter\*innen sind Männer. Die Täter sind zum großen Teil Ex-Partner und stammen aus allen sozialen Schichten und Altersgruppen (Quelle: bff).

# „Ihm ist nur die Hand

## Folgen

- **Physische Folgen:** Blutergüsse, Knochenbrüche, Schädigung innerer Organe, Fehlgeburten, Unterleibsverletzungen, Tod
- **Psychische und psychosomatische Folgen:** starke Ängste, Nervosität, Schlafstörungen, Essstörungen, zerstörtes Selbstwertgefühl, Sucht, Suizidgedanken
- **Ökonomische Folgen:** finanzielle Abhängigkeit, Verlust des Arbeitsplatzes, Verlust von Eigentum und der Verfügbarkeit von Geld- und Sachmitteln
- **Soziale Folgen:** soziale Isolation
- **Stockholm-Syndrom:** Solidarisierungsverhalten der Frau gegenüber dem Täter

## Stockholm-Syndrom – Was ist darunter zu verstehen?

Eine betroffene Frau wird Ihnen als helfender Person unter Umständen signalisieren, dass sie keine Hilfe wünscht. Dieses Verhalten entspricht wahrscheinlich nicht Ihren Erwartungen.

Als Folge langjähriger häuslicher Gewalt kann es zu scheinbaren Solidarisierungen der Frau mit dem Mann/Täter bis hin zum Abstreiten der vorgefallenen Gewalttaten kommen. Wie ist dieses ambivalente Verhalten der Frau zu erklären?

Um zu überleben, passt sich das Opfer dem Täter an; es kommt zu einer Identifikation mit dem Aggressor. Dadurch wird die Bindung an den Täter so stark, dass häufig dessen Perspektive von dem Opfer übernommen wird. Die so entstandene Koalition mit dem Misshandelnden ist für Unterstützende oft unerklärlich und nicht nachvollziehbar.

## Was ist ein Trauma?

Das Wort „Trauma“ (griechisch) heißt Wunde. Hierbei handelt es sich um eine Verletzung der Psyche durch ein von außen kommendes oft gewaltsames Ereignis, das starke Emotionen verursacht (z. B. Unfall, Kriegserlebnisse, Tod eines Angehörigen, Gewalterfahrung). Dies kann eine bleibende Störung zur Folge haben.

Kerngefühle eines Traumas sind Machtlosigkeit und Todesangst.

Misshandelte Frauen zeigen **also keine** ungewöhnlichen psychischen Reaktionen, sondern reagieren ebenso wie andere Menschen, die Gewalt erfahren und keinen Ausweg aus ihrer Situation sehen (Geiseln, missbrauchte Kinder, KZ-Häftlinge, Sektenmitglieder, Kriegsgefangene und politische Häftlinge).



...er meint es nicht so...

ausgerutscht...“



### **Wichtig**

Das scheinbar destruktive Verhalten der Betroffenen hat eine Schutzfunktion. Es dient dem vermeintlichen Aufrechterhalt von Sicherheit für sich selbst oder die gefährdeten Kinder. Die Frauen glauben, durch Verharmlosung, Anpassung, Demut und Gehorsam eine weitere Eskalation verhindern zu können.

Wenn zum Beispiel die Polizei gerufen wird und die misshandelte Frau das Geschehene herunterspielt, wie: „Es ist nichts passiert; es ist alles in Ordnung!“, ist das oft ein Zeichen für das lange Anhalten einer Gewaltbeziehung und das Vorliegen einer Traumatisierung.

Gerade für Sie als helfende Person oder Institution ist es wichtig zu wissen, dass Passivität und Ambivalenz psychische Folgen der Beziehungsgewalt sind.



Frauen, die über Jahre gedemütigt und misshandelt wurden, haben ein tiefes Gefühl von Hilflosigkeit und Ausgeliefertsein. Durch die ständige Demonstration der Allmacht des Mannes entsteht und wächst das Ohnmachtsgefühl der Frau.

Tiefe Skepsis und ein großes Misstrauen gegenüber eigenen Kompetenzen und effektiver Hilfe von außen sind weitere Folgen von erlebter Gewalt.

### **Trotzdem fragen Sie sich vielleicht:**

**„Warum bleiben Frauen in Gewaltbeziehungen oder gehen wieder zurück?“**

**„Warum trennen sich Frauen nicht ‚einfach‘ vom Gewalttäter?“**

### **Trennung ist ein schwieriger Prozess und braucht Zeit**

Eine Trennung ist immer eine schwierige Erfahrung mit weit reichenden Konsequenzen. Dies bedeutet oft eine Veränderung der gesamten Lebenssituation.

Auch in nicht gewalttätigen Beziehungen ist eine Trennung meist ein sehr schmerzhafter Prozess, verbunden mit intensiven Gefühlen wie Trauer, Verzweiflung, Angst, Wut und Enttäuschung.

Den wenigsten Menschen fällt es leicht, eine Partnerschaft zu beenden. Vom ersten Gedanken an eine Trennung bis zur endgültigen Entscheidung ist es oft ein langer Weg.

Ein ambivalentes Verhalten, wie mehrere Trennungsversuche, Rückkehr in die Partnerschaft etc. ist also kein ungewöhnliches Verhalten, sondern entspricht einem ganz normalen Bedürfnis nach Familie, Bindung und Zugehörigkeit. Es ist daher verständlich, dass misshandelte Frauen einerseits die Gewalt beenden möchten, aber nicht zwangsläufig auch die Beziehung. Dies bedeutet keinesfalls, dass die Frau mit ihrer Situation einverstanden ist und keine Veränderung anstrebt.



**Es gibt viele Faktoren, die die Trennung von einem gewalttätigen Partner erschweren**

## **Steigende Gefährdung nach der Trennung**

Die Gefahr von Gewalt ist in der Trennungszeit am größten. Die schwersten Gewalttaten bis hin zu Morden werden nach erfolgter Trennung und Scheidung verübt.

Die Trennung bedeutet für die verlassenen Männer einen Verlust von Kontrolle und Macht. In aller Regel nehmen diese Männer die Trennung nicht hin und werden durch die Konsequenzen der Frau auch nicht zu einer echten Einsicht in ihr Fehlverhalten bewegt. Häufig steigt ihre Gewaltbereitschaft; sie bedrohen oder verfolgen Frauen und Kinder oder weiten ihr übergriffiges Verhalten auf unterstützende Personen aus.

Die Trennung bedeutet also häufig nicht das Ende der Gewalt, sondern ein Fortbestehen oder sogar eine Zunahme.

## **„Goldene“ Regel**

Es ist sehr wichtig, dass Sie sich als unterstützende Person der Gefahr nach einer vollzogenen Trennung aus einer Gewaltbeziehung bewusst sind. Schutz- und Sicherheitsmaßnahmen für Frauen und Kinder müssen daher in solchen Fällen das oberste Ziel aller Maßnahmen und Interventionen sein.

**Eine Trennung von ihrem Mann kann aus der Sicht der betroffenen Frau bedeuten:**

- **sozialer Abstieg, Verlust von Wohnung, Haus, Arbeitsplatz**
- **Verlust des vertrauten sozialen Umfelds für Frau und Kind/er**
- **ökonomische Abhängigkeit**

Eine Trennung kann für Frauen und Kinder die Konsequenz haben, den Arbeitsplatz zu verlieren, Kindergarten oder Schule wechseln zu müssen, keine finanzierbare Wohnung zu finden. Die gesamte Existenz kommt ins Wanken.

Hinzu kommt als seelische Folge der jahrelangen Unterdrückung:

- **Mangelndes Zutrauen zu den eigenen Fähigkeiten und Stärken**

Neben den körperlichen Folgen der Misshandlungen sind es vor allem die seelischen Langzeitfolgen, die häufig noch Jahre später auftreten und die besonders zerstörerisch wirken. Unter anderem sind Selbstwertgefühl, Selbstvertrauen und Vertrauen in andere meist schwer erschüttert. Die Folgen der traumatischen Erfahrungen wirken auch nach Beendigung der Gewaltbeziehung oft noch viele Jahre nach.

# nichts passiert...“

„Er weiß dann nicht, was er macht...“

- **Moral und Glaubenssätze**

Sich eine enge Beziehung mit einer anderen Person zu wünschen und dies auch zu erhalten, ist ein normales Bedürfnis, das den Zielen und Normen unserer Gesellschaft entspricht. Ehe und Familie haben einen hohen gesellschaftlichen Wert.

- **Verantwortungsgefühl für die Familie und die Kinder, Liebe**

Manche Frauen stehen trotz der Misshandlungen zu ihrem Mann und hoffen auf eine Änderung, da der Mann ja nicht immer gewalttätig ist und es auch gute Phasen gibt.

- **Fehlende oder inadäquate Hilfe**

Mehr als dreimal versuchen betroffene Frauen durchschnittlich Hilfe von außen zu erhalten. Viele Frauen, die länger als sechs Jahre in einer Misshandlungsbeziehung leben, haben dies mehr als fünfmal versucht. Sie wissen nicht, wohin sie sich wenden sollen oder werden enttäuscht, wenn sie versuchen Hilfe zu bekommen.

## **Für Sie als helfende Person ist es daher unerlässlich**

- die Entscheidungen der Frau zu respektieren und sie nicht zusätzlich unter Druck zu setzen,
- die individuellen, vielschichtigen Gründe zu kennen, die Frauen veranlassen in der Misshandlungsbeziehung zu bleiben,
- zu akzeptieren, dass eine Trennung der Frau enorm viel Mut und Risikobereitschaft abverlangt,
- zu verstehen, dass die betroffenen Frauen oft ein geringes Selbstwertgefühl haben, traumatisiert sein können und ihre Handlungs- und Abwehrmöglichkeiten deshalb eingeschränkt sind,
- Ihre eigenen Grenzen zu kennen und den Frauen professionelle Hilfe von entsprechenden Fachstellen und Schutzeinrichtungen zu vermitteln.



### **Zeitpunkt der Hilfesuche der betroffenen Frau**

Wenn Frauen sich nach außen wenden, um Hilfestellung zu erhalten, dann haben sie meist Misshandlungen über einen längeren Zeitraum ertragen und benötigen schnelle und kontinuierliche Unterstützung, um aus dem geschilderten Kreislauf ausbrechen zu können. Haben sie mehrfach vergeblich versucht, den Misshandelnden zu verlassen und Hilfe zu erhalten, machen Frauen häufig die Erfahrung, dass ihre Glaubwürdigkeit seitens der Personen und Institutionen, zu denen sie Kontakt herstellen, in Frage gestellt wird. Dadurch nimmt ihre Verunsicherung zu. Die Frauen reduzieren ihre Ansprüche und können dann oft ihre Erwartungen nicht benennen.

Alle befragten Frauen äußern ein vorrangiges Bedürfnis nach Schutz vor weiterer Gewalt. Sie benötigen Beratung, Motivation und Unterstützung für sich und ihre Kinder.

Eine Anzeigenerstattung ist für die betroffene Frau nicht immer gleich der erste Schritt. Äußere Sicherheit, Existenzsicherung und Stabilisierung sind zunächst vorrangige Ziele!

## Teil II Konkrete Handlungsmöglichkeiten für Helferinnen und Helfer

### Was können Sie tun, wenn Sie mit dem Thema „häusliche Gewalt“ konfrontiert werden?

Voraussetzung für weiteres kompetentes Handeln ist, dass Gewalt als Ursache von Verletzungen, Krankheiten, unerklärlichen Verhaltensweisen oder indirekten Hilferufen erkannt und richtig eingeordnet wird. Erst dann ist professionelles, gezieltes Handeln möglich.

Die Problematik „häusliche Gewalt“ löst viele Emotionen aus, sowohl bei den Betroffenen als auch bei Helferinnen und Helfern.

#### **Damit Sie als helfende Person unterstützend tätig sein können, ist es wichtig,**

- sich mit eigenen Sichtweisen auf gewalttätige Übergriffe auseinanderzusetzen und eigene Erfahrungen oder Ansichten dazu gut zu reflektieren,
- eine klare, ablehnende Einstellung zu jeder Form der Gewalt zu haben und das auch vermitteln zu können,
- Opfern häuslicher Gewalt offen, vorurteilsfrei und ohne Schuldzuweisung zu begegnen, denn nur so können sie sich öffnen.



### Gewalt als Ursache von Problemen in Betracht ziehen

Obwohl in den letzten Jahren sehr viel Aufklärungs- und Informationsarbeit über Gewalt gegen Frauen geleistet worden ist, scheint es dennoch schwer vorstellbar, dass es im eigenen Umfeld Betroffene gibt.

Vielen Frauen ist es peinlich, über das, was ihnen angetan wird, zu sprechen. Sie schweigen aus Scham, aus Schuldgefühlen oder weil sie eingeschüchtert worden sind.

Gewalt als Ursache von Problemen in Betracht zu ziehen, verlangt Sensibilität für die Lage und die Bedürfnisse der betroffenen Frau. Ein bestehender Verdacht wird sich nur klären lassen, wenn ein Vertrauensverhältnis aufgebaut worden ist und die Grenzen der hilfesuchenden Frau geachtet werden.

### Kompetentes Handeln

Gewalt gegen Frauen im häuslichen Bereich zählt zu den häufigsten und gleichzeitig am meisten verschwiegenen Verbrechen in unserer Gesellschaft. Diese Form der Gewalt wird im Allgemeinen im privaten Bereich verübt, die misshandelnde und die misshandelte Person stehen oder standen in einer engen Beziehung zueinander.

Die Auswirkungen der Gewalt sind daher besonders dramatisch und die Unterstützung von außen verlangt ein sehr vorsichtiges und sensibles Vorgehen.

Gewalt ausgesetzt zu sein, bewirkt bei den Opfern ein Gefühl von Ohnmacht und Ausgeliefertsein.



# „Ich komme schon

„Er weiß dann nicht, was er macht...“

Ziel der Hilfe ist es, Handlungsmöglichkeiten zu entwickeln, damit die Betroffenen wieder die Kontrolle über das eigene Leben erlangen.

**! Dazu ist es zunächst wichtig, dass Sie das Vertrauen der Frau gewinnen, sie ernst nehmen und ihr glauben.**

- Handeln Sie überlegt. Nehmen Sie Kontakt mit einer Fachberatungsstelle auf.
- Suchen Sie niemals selbst den Ort des Geschehens auf, sondern ermutigen Sie die Frau, ihr häusliches Umfeld zu verlassen.
- Beziehen Sie die betroffene Frau in alle Überlegungen und Entscheidungen mit ein.
- Beachten Sie Ihre eigene Sicherheit und die des Opfers und nehmen Sie keinen Kontakt zum Täter auf. Das könnte Sie und die Hilfesuchende in Gefahr bringen.
- Rufen Sie sofort die Polizei, wenn es sich um eine akute Gewaltsituation handelt!
- Achten Sie darauf, wie es Ihnen geht. Es ist wichtig, dass Sie sich emotional nicht zu stark einbinden lassen (z. B. sich innerlich in die Rolle des Retters oder der Retterin begeben und den gesamten Hilfeprozess an sich nehmen wollen).

In der Regel passieren gewalttätige Handlungen plötzlich und unerwartet. Sie sind meist überwältigend und gefährlich.

Hierbei ist es egal, ob jemand direkt oder als Außenstehender betroffen ist!

Das Sehen und Erleben von Gewalt kann sich traumatisierend auswirken. Betroffene können Kinder sein, die in häuslichen Gewaltverhältnissen leben, aber auch andere Zeugen und Zeuginnen, die direkt oder indirekt mit Gewalt konfrontiert werden, wie Helferinnen und Helfer im weitesten Sinne.

**! Der Kontakt mit traumatisierten Menschen und Berichte von schrecklichen Ereignissen sprechen die eigene Vorstellungskraft an und löst intensive Gefühle aus. Schuldgefühle, Hilflosigkeit und Identifikation können die Folge sein (Sekundärtraumatisierung).**

Als helfende Person sind Sie dann keine Unterstützung mehr.

## „Goldene“ Regel

Wie können Sie das vermeiden?

Keine Details erfragen und erzählen lassen, sonst wird Traumatisierung vom Opfer zum Helfer oder zur Helferin weitergegeben. Abgrenzung ist sehr wichtig.

Fragen Sie sich: „Wie viel muss ich wirklich wissen, um hilfreich sein zu können?“

Das Erzählen von traumatischen Situationen ist sowohl für die Betroffenen als auch für die Helfenden schädlich. Es wiederholt das Trauma und bringt keine Klärung und Heilung.

## Was können Sie konkret tun, wenn Sie Gewalt in Ihrem Umfeld vermuten, Zeugin oder Zeuge werden oder eine von Gewalt bedrohte oder betroffene Frau Sie um Unterstützung bittet?

- Unterstützung im Hier und Jetzt: Vorrangig ist das Anstreben der äußeren Sicherheit.
- Keine Probleme lösen, sondern über Hilfsmöglichkeiten informieren.
- Professionelle Distanz schaffen; mit einer Fachstelle sprechen.
- Keine Details erfragen: Nicht in das Erlebte einsteigen, sonst wird dieses verstärkt. Betroffene nach dem Erlebten befragen, kann das Trauma wiederholen (Retraumatisierung). Erzählen bringt hier nicht die Heilung und Klärung der Traumasituation. Dies sollte nur im geschützten Rahmen einer Fachberatungsstelle, einem Frauenhaus oder im Rahmen einer Therapie passieren.
- Keine persönliche Verantwortung für Probleme der Frau übernehmen.
- Mitfühlen, aber nicht Mitleiden.
- Ermutigen Sie die Frau.

### Zum Beispiel

„Es ist gut, dass Sie Hilfe gesucht haben. Nehmen Sie die Situation nicht länger hin. Niemand auf dieser Welt hat das Recht, Ihnen Gewalt anzutun. Und nichts rechtfertigt, dass Ihnen Gewalt angetan wird. Es gibt sichere Auswege, auch wenn Sie diese vielleicht im Moment nicht sehen können.“

## „Goldene“ Regel

Die Entscheidung und Kontrolle muss bei der Frau bleiben. Sie geben nur Unterstützung. Denken Sie daran: Sie leisten wertvolle erste Hilfe.

# „...wohin soll ich „...dann verliere ich alles...“

## ! Ihre Checkliste für erste Hilfe in akuten Situationen

- Sie sind Zeugin oder Zeuge einer akuten Situation von häuslicher Gewalt z. B. als Nachbarin oder Nachbar: Denken Sie an Ihre Eigensicherung! Rufen Sie die Polizei!
- Wenn die Frau verletzt wurde, empfehlen Sie ihr, sich möglichst schnell ihre Verletzungen durch eine Ärztin oder einen Arzt dokumentieren zu lassen.
- Informieren Sie die Frau über die Fachberatungsstellen in der Region.
- Unterstützen Sie die Frau, wenn nötig, in der Kontaktaufnahme zu der Fachberatungsstelle.
- Wenn Sie möchten, bieten Sie der Frau Ihre Begleitung zur Fachberatungsstelle an.

## „Goldene“ Regel

Stabilisierung, Bearbeitung und Aufarbeitung muss in einer Fachberatungsstelle oder in einer Therapie erfolgen.

### Unterstützung des Familiensystems

#### Unterstützung für Kinder in Gewaltfamilien

Leben Kinder in einer Gewaltfamilie, sind auch sie immer Gewaltopfer.

In einer Vielzahl von Fällen, in denen Frauen Gewalt erleiden, werden auch die Kinder misshandelt. Aber auch wenn Kinder nicht direkt von Gewalt betroffen sind, erleiden sie seelischen Schaden, indem sie die Misshandlungen an ihren Müttern miterleben, die Auswirkungen sehen und/oder gegebenenfalls den Vater als Täter erleben.

- Gewalt gegen die Mutter schadet den Kindern, auch wenn sie selbst nicht unmittelbar von Gewalt betroffen sind.
- Kinder sind also niemals nur „Zeugen“, sondern immer selbst Opfer der Gewalt.
- Die Unterstützung der Mutter ist somit die beste Strategie des Kinderschutzes.

Wenn Frauen von Unterstützungsangeboten erreicht werden, ebnet das auch den Kindern einen Weg zu spezifischen Hilfsangeboten.



# denn gehen?...“

## Unterstützung für gewaltausübende Männer

Gewalttätige Männer wollen Macht und Kontrolle über andere gewinnen.

Männer, die Verantwortung für ihr kriminelles Handeln übernehmen, haben gute Chancen, sich zu verändern.

Männer aber, die sich in Ausreden flüchten, die ihre Übergriffe verharmlosen und die Verantwortung dafür auf die Frau oder ihr Umfeld abschieben, müssen weiter als potentielle Gewalttäter betrachtet werden.

In Beratungsstellen für gewalttätige Männer besteht die Möglichkeit, das eigene Handeln zu reflektieren und es mit professioneller Unterstützung wie Einzel- und Gruppengesprächen oder einer Therapie langfristig zu verändern.

Regionale Beratungsstellen für Männer können auch über die Frauenberatungsstellen erfragt werden.

## Das Gewaltschutzgesetz und Inanspruchnahme von professioneller Unterstützung

Im Januar 2002 ist bundesweit das Gewaltschutzgesetz in Kraft getreten. Ziel ist es, durch zivilrechtliche Regelungen den Schutz für Opfer häuslicher Gewalt zu verbessern. Die Täter sollen stärker in die Verantwortung genommen werden.

Auf Antrag der Frau kann das Amtsgericht den Gewalttäter für begrenzte Zeit aus der gemeinsamen Wohnung weisen und Kontakt- und Näherungsverbote verfügen.

Die polizeilichen und gesetzlichen Möglichkeiten des Schutzes werden von Gewaltopfern meist erst dann angenommen, wenn es entsprechende beratende Unterstützung gibt.

Für die wirksame Umsetzung des Gewaltschutzgesetzes ist daher als flankierende Maßnahme eine kompetente psychosoziale Unterstützung für Frauen und ihre Kinder eine zentrale Voraussetzung.

# „Es ist so „Ich dachte, mir passiert

## Wer wird geschützt?

Das Gesetz kommt allen von Gewalt betroffenen Menschen zugute, unabhängig davon, ob es sich um Gewalt in einer Partnerschaft in einer häuslichen Gemeinschaft oder außerhalb einer häuslichen Gemeinschaft handelt. Auch jedes Opfer von „Stalking“ wird geschützt.

## Was tun, wenn Kinder betroffen sind?

Kinder sind vielfach von häuslicher Gewalt betroffen. Entweder werden sie selbst misshandelt oder sie erleben Misshandlungen z. B. gegenüber der Mutter.

Für Kinder und Jugendliche, die misshandelt werden, gilt nicht das Gewaltschutzgesetz, sondern das im BGB geregelte Kindschaftsrecht. Sie haben einen Anspruch auf Beratung und Hilfe durch das Jugendamt.

Personen, Gruppen und Mitarbeitende von Einrichtungen, die von der Gefährdung von Kindern durch häusliche Gewalt wissen, können sich an das Jugendamt oder an das Familiengericht wenden.

## Was können die Polizei und die Justiz tun?

Eine Aufgabe der Polizei ist es, den Schutz vor Gewalttaten zu gewährleisten: Wenn Sie direkt Zeugin oder Zeuge von Gewalt werden, etwa weil Sie Schmerzensschreie hören und der Verdacht auf eine Gewalttat besteht, können Sie über die Telefonnummer 110 die Polizei zu Hilfe rufen. In solchen Notsituationen muss die Polizei grundsätzlich kommen.

Scheuen Sie sich nicht, in einer Gewaltsituation die Polizei zu holen. Einige Täter schrecken allein durch das Auftauchen der „Gesetzhüter“ vor weiteren Gewalttaten zurück.

Die Polizistinnen und Polizisten sollen in solchen Fällen u.a.

- Opfer und Täter getrennt befragen,
- das Opfer über Unterstützungseinrichtungen und die Notwendigkeit eines ärztlichen Attests informieren sowie gegebenenfalls beim Verlassen der Wohnung unterstützen,
- den Täter durch Maßnahmen wie z. B. Platzverweis an weiterer Gewaltausübung hindern,
- grundsätzlich eine Strafanzeige fertigen.

# peinlich...“

so etwas nie...“



## Anzeige

Gewalt von Männern gegen (Ehe-)Frauen ist grundsätzlich gesetzeswidrig und z. B. als (schwere oder gefährliche) Körperverletzung, Vergewaltigung, Nötigung oder Bedrohung strafbar.

Alle, die von den Straftaten eines Mannes wissen, können diese anzeigen. Wie lange nach der Tat noch angezeigt werden kann, ist von Vorwurf zu Vorwurf unterschiedlich. Betroffene haben aber mindestens drei Monate Zeit, sich zu entscheiden.

## Zivilrechtliche Verfahren

Opfer von Gewalttaten haben immer die Möglichkeit, auf dem so genannten zivilrechtlichen Weg gegen den gewalttätigen Mann vorzugehen. Sie treten dann als Klägerin auf, d. h. sie klagen z. B. Schadensersatzforderung oder Schmerzensgeld ein. Der Mann ist in diesem Falle der Beklagte.

Richterin oder Richter entscheiden dann in einem Gerichtsverfahren über eine solche Klage. Hierbei können oder müssen die Betroffenen sich durch eine Anwältin oder einen Anwalt unterstützen lassen. Es gibt die Möglichkeit, Prozesskostenhilfe zu beantragen, wenn kein oder nur ein geringes Einkommen zur Verfügung steht.

## Strafrechtliches Verfahren durch die Staatsanwaltschaft

Hierbei tritt die Staatsanwaltschaft als Anklägerin gegen den Täter auf. Die betroffene Frau ist selbst dann grundsätzlich Zeugin. Sie hat darüber hinaus die Möglichkeit, Nebenklägerin zu sein.

Bei Strafprozessen kommt es immer zu mündlichen Verhandlungen, entweder vor dem Amts- oder dem Landgericht. Dabei werden zunächst alle Zeugenaussagen gehört und Beweismittel vorgetragen. Zum Abschluss gibt es ein richterliches Urteil.

## Fachberatung in Anspruch nehmen

Die Adressen der Frauenberatungsstellen sind öffentlich bekannt. Sie können sie auch bei einer Frauenbeauftragten, der Stadt/Gemeinde oder der Polizei erfragen.

In der Beratungsstelle erhalten Sie Informationen über praktische und rechtliche Möglichkeiten sowie Unterstützung und Begleitung bei der Bewältigung der Situation.

### **Die professionelle Unterstützung ist notwendig, weil an dieser Stelle**

- eine Krisenintervention stattfinden kann,
- misshandelten Frauen und deren Kindern Möglichkeiten aufgezeigt werden, geltendes Recht zu nutzen,
- gemeinsam mit der Frau notwendige Schutzmaßnahmen getroffen werden,
- die betroffene Frau motiviert wird, den eingeschlagenen Weg weiter zu gehen und damit aus der Gewaltbeziehung auszusteigen,
- Unterstützung zur Bearbeitung der akuten Gewaltsituation bzw. der Gewaltsituation erfolgt,
- eine Begleitung durch die Mitarbeiterinnen zu Anwältinnen/Anwälten/Amtsgericht/ Polizei etc. möglich ist,
- eine Unterbringung in ein Frauenhaus organisiert werden kann,
- eine Koordination und ein Abwägen der nächsten rechtlichen Schritte erfolgen kann,
- ein neutraler, geschützter Rahmen geboten wird,
- die Kinder berücksichtigt werden,
- die Kooperation und Vernetzung mit anderen beteiligten Institutionen (Polizei, Gericht, Jugendamt, Kinderschutzeinrichtungen etc.) geleistet wird.

Die eindeutige Verurteilung der Gewalt und Unterstützung der Opfer sollte Ziel jeder Kooperation und Intervention gegen häusliche Gewalt sein. Wenn alle Helfer und Helferinnen angemessen reagieren, kann Gewalt abgebaut und verhindert werden. Dies reicht von der Ausschöpfung der rechtlichen Möglichkeiten über die individuelle Unterstützung der Opfer bis hin zu einer klaren Haltung in Öffentlichkeit und Gesellschaft.

**Keine von Gewalt betroffene Frau sollte ohne Schutz und Beratung bleiben!**

## Teil III Adressen

### FACHBERATUNGSSTELLEN ZU HÄUSLICHER GEWALT

#### **Beratungsstelle**

##### **Frauen helfen Frauen e. V.**

Zentturmstraße 6

64807 Dieburg

Telefon 06071 / 25 666

[beratungsstelle@frauenhelfenfrauen-da-di.de](mailto:beratungsstelle@frauenhelfenfrauen-da-di.de)

[www.frauenhelfenfrauen-da-di.de](http://www.frauenhelfenfrauen-da-di.de)

#### **Frauenhaus**

##### **Frauen helfen Frauen e. V.**

Telefon 06071 / 33033

[frauenhaus@frauenhelfenfrauen-da-di.de](mailto:frauenhaus@frauenhelfenfrauen-da-di.de)

[www.frauenhelfenfrauen-da-di.de](http://www.frauenhelfenfrauen-da-di.de)

#### **Frauen-Räume**

##### **Fachberatungsstelle des Frauenhauses Darmstadt**

Bad Nauheimer Straße 1

64289 Darmstadt

Telefon 06151 / 375080

[info@frauenberatung-darmstadt.de](mailto:info@frauenberatung-darmstadt.de)

[www.frauenhaus-darmstadt.de](http://www.frauenhaus-darmstadt.de)

#### **Frauenhaus Darmstadt**

Postfach 120154

64238 Darmstadt

Telefon 06151 / 376814

[info@frauenhaus-darmstadt.de](mailto:info@frauenhaus-darmstadt.de)

[www.frauenhaus-darmstadt.de](http://www.frauenhaus-darmstadt.de)

# „Ich möchte ja aus dem „Wie schaffe ich die ersten Schritte?“

## **POLIZEI**

### **Polizeistation Dieburg**

Groß-Umstädter-Straße 82  
64807 Dieburg  
Telefon 06071 / 96560  
pst.dieburg.pps@polizei.hessen.de  
www.polizei.hessen.de

### **Polizeipräsidium Südhessen**

Klappacher Straße 145  
64285 Darmstadt  
Telefon 06151 / 969-0  
pps@polizei.hessen.de  
www.polizei.hessen.de  
Polizei-Notruf 110 (in akuten Krisensituationen)

## **FACHBERATUNGSSTELLE FÜR KINDER UND JUGENDLICHE**

### **Kinderschutzbund Bezirksverband Darmstadt e. V.**

Holzhofallee 15  
64295 Darmstadt  
Telefon 06151 / 36041-50  
Fax 06151 / 36041-99  
info@kinderschutzbund-darmstadt.de  
www.kinderschutzbund-darmstadt.de

### **Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche Groß-Umstadt**

Werner-Heisenberg-Straße 10  
64823 Groß-Umstadt  
Telefon 06078 / 931328  
erziehungsberatung-gu@ladadi.de  
www.ladadi.de/erziehungsberatung

# Kreislauf raus.“



## **Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche Pfungstadt**

Mühlstraße 14  
64391 Pfungstadt  
Telefon 06157 / 989414  
erziehungsberatung-pf@ladadi.de  
www.ladadi.de/erziehungsberatung

## **Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche Ober-Ramstadt**

Darmstädter Straße 66-68  
64372 Ober-Ramstadt  
Telefon 06154 / 696170  
erziehungsberatung-or@ladadi.de  
www.ladadi.de/erziehungsberatung

## **Erziehungsberatung Familienzentrum Darmstadt**

Jakob-Jung-Straße 2  
64291 Darmstadt  
Telefon 06151 / 35060  
erziehungsberatung@darmstadt.de

## **JUGENDÄMTER**

### **Kreisjugendamt Darmstadt-Dieburg**

Mina-Rees-Straße 2  
64276 Darmstadt  
Telefon 06151 / 881-1441 oder -1513  
jugendamt@ladadi.de  
www.ladadi.de

# „Interessiert denn jemand

„Ich dachte mir passiert so etwas nie...“

## **Wissenschaftsstadt Darmstadt Jugendamt / Städtischer Sozialdienst**

Frankfurter Straße 71  
64293 Darmstadt  
Telefon 06151 / 13-2725  
staedt-sozialdienst@darmstadt.de  
www.darmstadt.de

## **Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen**

Telefon 08000 / 116016  
www.hilfetelefon.de  
24 Stunden täglich kostenfrei erreichbar



## **Nummer gegen Kummer: 0800 / 1110333**

Kinder und Jugendtelefon  
Zuhören, Angst abbauen, helfen  
www.kinderundjugendtelefon.de

## **Telefonseelsorge: 0800 / 1110111 (bundesweit)**

Beratung und Hilfe in schwierigen Lebenssituationen  
anonym, vertraulich und gebührenfrei,  
24 Stunden täglich  
www.telefonseelsorge.de

## **FRAUENBÜROS**

### **Büro für Chancengleichheit Landkreis Darmstadt-Dieburg**

Jägertorstraße 207  
64289 Darmstadt  
Telefon 06151 / 881-1044  
Fax 06151 / 881-1045  
chancengleichheit@ladadi.de  
www.ladadi.de/chancengleichheit



# meine Lage?“

## **Frauenbüro Wissenschaftsstadt Darmstadt**

Frankfurter Straße 71  
64289 Darmstadt  
Telefon 06151 / 13-2340  
frauenbuero@darmstadt.de  
www.frauenbuero-darmstadt.de

## **WEITERFÜHRENDE ADRESSEN AUS UNSEREM NETZWERK GEWALTSCHUTZ – PRÄVENTION UND SCHUTZ GEGEN HÄUSLICHE UND SEXUALISIERTE GEWALT AN FRAUEN, MÄDCHEN UND JUNGEN**

### **Wildwasser Darmstadt e.V.**

Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt für  
Mädchen, Frauen und sie unterstützende Personen  
Wilhelminenstraße 19  
64283 Darmstadt  
Telefon 06151 / 28871  
info@wildwasser-darmstadt.de  
www.wildwasser-darmstadt.de

### **Frauennotruf profamilia Darmstadt**

Landgraf-Georg-Straße 120  
64287 Darmstadt  
Telefon 06151 / 45511  
darmstadt@profamilia.de  
www.profamilia.de/darmstadt

**N.I.N.A.** – kein Kind kann sich alleine schützen,  
Nationale Infoline, Netzwerk und Anlaufstelle zu  
sexueller Gewalt an Mädchen und Jungen  
Telefon 01805 / 123465  
www.nina-info.de

# „Ich habe Anspruch

...und meine Kinder...“



Hilfreiche Informationen finden Sie auch in der Broschüre „Hilfe für Frauen und Kinder nach Gewalttaten“ des Netzwerks Gewaltschutz – Prävention und Schutz gegen häusliche und sexualisierte Gewalt an Frauen, Mädchen und Jungen in der Wissenschaftsstadt Darmstadt und dem Landkreis Darmstadt-Dieburg.

Die Broschüre liegt in den im Adressteil genannten Beratungsstellen aus und ist zu beziehen beim:

Büro für Chancengleichheit des Landkreises Darmstadt-Dieburg  
Jägertorstraße 207  
64289 Darmstadt  
Telefon 06151 / 881-1044  
Fax 06151 / 881-1045  
chancengleichheit@ladadi.de  
www.ladadi.de/chancengleichheit

# auf Hilfe und Schutz!“

## Notizen

### Impressum

Herausgeber:

Frauen helfen Frauen e.V.  
Zenturmstraße 6  
64807 Dieburg  
Telefon 06071 / 2089829  
geschaeftsstelle@frauenhelfenfrauen-da-di.de  
www.frauenhelfenfrauen-da-di.de

Bilder: storchdesign.de (Titelcollage), M.Dörr & M.Frommherz (S.5,19,23), Dan Race (S.6), kmiragaya (S.10) – stock.adobe.com

Design: [www.storchdesign.de](http://www.storchdesign.de)

4. überarbeitete Neuauflage

Unterstützt von:  
Büro für Chancengleichheit des Landkreises Darmstadt-Dieburg  
[www.ladadi.de/chancengleichheit](http://www.ladadi.de/chancengleichheit)

