



Aufbrüche aus einem gewaltigen Alltag

Arbeitskreis »Keine Gewalt
gegen Frauen und Mädchen«

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	2
Was ist Gewalt?	3
Wie zeigt sich Gewalt?	4
Verbale Gewalt – Die ganz alltägliche Anmache und Herabsetzung	4
Finanzielle Gewalt – Macht durch Geld in Beziehungen	5
Gewalt im Erwerbsleben – Ungleicher Lohn für gleiche Arbeit	6
Körperliche Gewalt – Angriffe gegen die körperliche Unversehrtheit	6
Sexualisierte Gewalt – Machtmissbrauch durch Gewalt	7
Gewalt macht krank	9
Warum ertragen Mädchen und Frauen Gewalt oft über Jahre?	10
Wege aus der Gewalt	11
Mehr Schutz vor häuslicher Gewalt durch das neue Gewaltschutzgesetz	16
Gewaltprävention aus polizeilicher Sicht	17
Tipps	20
Anlaufstellen im Rheinisch-Bergischen Kreis	21

Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser,

Gewalt gegen Mädchen und Frauen hat viele Gesichter. In der Öffentlichkeit wird sie als medienwirksame Meldung vom »brutalen Triebtäter und seinen hilflosen Opfern« wahrgenommen. Gewalt besteht aber nicht erst dann, wenn sichtbare körperliche Verletzungen vorliegen, vielmehr zeigt sie sich auf unterschiedliche Weisen: von der unerwünschten »Anmache« durch Männer, vom Herunterspielen von Leistungen, die Frauen erbringen, von sexistischer Werbung bis hin zum sexuellen Missbrauch und zur Vergewaltigung.

Der Arbeitskreis »Keine Gewalt gegen Frauen und Mädchen« im Rheinisch-Bergischen Kreis gibt nun die 2., überarbeitete Fassung der Broschüre »Aufbruch aus einem GEWALTigen Alltag« heraus. In ihr werden auch die »alltäglichen« Formen der Gewalt aufgezeigt, die von vielen Menschen als »normal« akzeptiert und nicht als gewalttätig wahrgenommen werden. Jede Frau kann nur für sich selbst spüren, was sie ängstigt und was sie als bedrohlich erlebt. Der Arbeitskreis will mit dieser Broschüre Frauen Mut machen und ihr Selbstbewusstsein stärken. Sie sollen ermuntert werden, klare Grenzen zu setzen und ihren Bewegungsraum auszudehnen, anstatt sich aus Angst zurückzuziehen.

An dieser Stelle gilt der Dank allen Mitgliedern des Arbeitskreises, die durch ihre engagierte und aktive Zusammenarbeit diese Broschüre ermöglicht haben:

Michaela Fahner (Frauenbüro der Stadt), Katrin Fassin (Dt. Kinderschutzbund), Lysann Häusler (Frauen-Zimmer), Iris Hemmeter (Kreispolizeibehörde), Elisabeth Hettwer (Schulpsychologischer Dienst), Mathilde Jodocy-Miebach (katholische Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen), Birgit Lernbecher (Frauenzentrum), Elisabeth Rudersdorf (Städt. Jugendamt), Agnes Scharffe (Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder), Elisabeth Schneider (Städt. Jugendamt), Luise Tröbst (Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt), Conni Wagner-Kocabas (Frauenhaus), Jutta Zanders (Städt. Jugendamt)

Falls Sie weitere Informationen brauchen, Fragen oder auch Anregungen haben, steht Ihnen jedes Mitglied des Arbeitskreises gerne für Gespräche zur Verfügung.

Für den Arbeitskreis



Brunhilde Benkert-Schwieren

Gleichstellungsbeauftragte des Rheinisch-Bergischen Kreises

Was ist Gewalt?

Formen von Gewalt gegen Mädchen und Frauen werden auf psychischer, körperlicher, gesellschaftlicher, sexueller und verbaler Ebene sichtbar. Was als Gewalt empfunden wird, kann jede Frau nur für sich selbst sagen, denn nur sie kann spüren, was sie als bedrohlich und ängstigend erlebt.

Gewalt gegen Mädchen und Frauen

- ist kein Einzelschicksal. Jede Frau – ob jung oder alt – kann direkt oder indirekt im Laufe ihres Lebens in Familie, Beruf oder Freizeit mit diesem Thema konfrontiert werden.
- ist alltäglich und beginnt keineswegs erst da, wo sichtbare Verletzungen vorliegen.
- ist ein uraltes Thema. Jahrhundertlang hatte die patriarchale Gesellschaftsordnung die Unterdrückung und Diskriminierung von Frauen zur Grundlage: Frauen wurde der Zugang zu Öffentlichkeit, Studium, Beruf verwehrt, ihr Kontakt- und Bewegungsspielraum war eingeschränkt, über ihre Sexualität wurde verfügt.
- kommt in allen gesellschaftlichen Schichten vor.
- ist erst seit Anfang der 70er Jahre ein »öffentliches« Thema. Die Frauenbewegung hat das Thema Gewalt aus der Tabuzone geholt; von ihr wurde auch die Gründung entsprechender Hilfsangebote forciert, z.B. Frauenberatungsstellen, Frauenhäuser usw.
- muss immer vor dem Hintergrund der jeweiligen gesellschaftlichen Ordnung gesehen werden. Trotz der 1949 im Grundgesetz festgeschriebenen Gleichheit von Mann und Frau dominieren Männer immer noch in vielen öffentlichen und privaten Bereichen.

Die tradierte Vormachtstellung des Mannes hält sich weiter in den Geschlechtsrollen-Mustern unserer Gesellschaft. Das ungleiche Machtverhältnis erschwert das Infragestellen von alltäglichen Gewaltformen und kann ein subtiler Nährboden für Gewalt gegen Frauen sein.

Wie zeigt sich Gewalt?

Unbestritten ist, dass Gewalt gegen Frauen viele Gesichter hat. Wichtig ist es daher, den Gewaltbegriff weit zu fassen. Gewalt besteht nicht erst dann, wenn sichtbare Verletzungen vorliegen. Trotzdem wollen wir differenzieren zwischen:

Gewalt gegen Mädchen und Frauen, die misshandelt, missbraucht oder vergewaltigt werden, und Gewalterfahrungen wie permanente Anmache durch Kollegen, pornographische Werbung oder die Einstufung in ungerechte Lohngruppen.

So groß der Unterschied zwischen diesen Gewaltebenen auch ist: »Sie sind alle Ausdruck des gleichen Machtverhältnisses und ergeben gemeinsam ein gut funktionierendes Gewaltsystem.« (Barbara Kavemann: Sexuelle Gewalt in der Kindheit, in: Sexuelle Gewalt gegen Mädchen und Frauen, Notruf für vergewaltigte Frauen und Mädchen e.V. (Hrsg.), München 1989)

Wir wollen in diesem Kapitel besonders die »alltäglichen« Gewaltformen ansprechen. Alltägliche Gewalt meint einerseits das Nichternstnehmen von Fraueninteressen in der Politik, im Erwerbsleben und in der Familie und andererseits das permanente Herunterspielen von Leistungen, die von Frauen erbracht werden.

Alltägliche Gewalt wird von vielen Menschen als »normal« akzeptiert und von vielen Frauen und Männern nicht als Gewalt wahrgenommen.

Verbale Gewalt – Die ganz alltägliche Anmache und Herabsetzung

Unter verbaler Gewalt sind Ausdrucksweisen zu verstehen, durch die Frauen in ihren Belangen nicht ernst genommen, herabgesetzt oder einfach übergangen werden. Unsere Sprache bewahrt das Bild einer Männergesellschaft, in der Frauen in der Regel nicht genannt, höchstens »mitgemeint« sind. Dies ist keineswegs unwichtig; denn Sprache prägt das Denken. Niemand kommt auf die Idee, dass unter den »Vätern des Grundgesetzes« vier Frauen waren. Auf diese Weise werden Frauen in der Sprache nicht nur nicht gewürdigt, sondern ihr Anteil an Leistungen für unsere Gesellschaft wird verdeckt.

Es wird insbesondere sowohl von Männern als auch von Frauen als »zu umständlich« und »unwichtig« empfunden, dass Frauen in der Sprache durch Anreden wie »Koleginnen«, »Bürgerinnen« usw. benannt werden. Es ist aber immer wieder erstaunlich, wie Männer völlig aus der Fassung und in Rage geraten, wenn sie sich nur »mitgemeint« fühlen.

Die unterschiedlichen Bewertungen von weiblichen und männlichen Eigenschaften finden sich im alltäglichen Sprachgebrauch, besonders in Schimpfwörtern, wieder: Die »dicke Nudel« für die korpulente Frau enthält eindeutig negative Vorstellungen, während der dicke Mann als »untersetzt« oder gar »stattlich« bezeichnet wird. Die häufigste Form der verbalen Belästigung besteht in anzüglichen und herabwürdigenden Bemerkungen, aber auch in verachtenden Äußerungen gegenüber Frauen. Die Palette beginnt bei harmlosen Sticheleien: »So sind sie nun mal, die Frauen«, »Na, Kollegin, was meint denn die Emanzenecke?«, »Was kannst du eigentlich?«, bis hin zu Anspielungen auf ihr Sexualleben, Kommentaren über ihr Aussehen, ihre Figur, ihre Kleidung sowie gezielten Fragen nach ihrem Intimleben. Als besonders beschämend erleben Frauen die sprachliche Abwertung in Anwesenheit von Dritten. Die brutalste Form der verbalen Gewalt sind Drohungen mit Mord oder Selbstmord.

Die Mehrheit der Frauen empfindet verbale Gewalt als verunsichernd und kann sie oft nicht einordnen. Sie ist ein Angriff auf das Selbstwertgefühl, beschämend und demütigend. Genau dies macht es Frauen nicht leicht, verbale Gewalt öffentlich zu machen. Dazu kommt die Angst davor, nicht ernst genommen zu werden und so weitere Verletzungen und Erniedrigungen davonzutragen. Verbale Herabsetzung ist eine Machtdemonstration des Mannes gegenüber der Frau. Sie dient häufig der Bestätigung des »Mann-Seins« auf Kosten der Frau. Der Mann wertet sich auf, indem er die Frau abwertet.

Finanzielle Gewalt – Macht durch Geld in Beziehungen

Die wirtschaftliche Abhängigkeit, mit der Männer ihre Partnerinnen finanziell »GEWALTig« in Schach halten, gehört zu den subtilen Aggressionsformen, die kaum nachweisbar und dadurch schwer aufzudecken sind.

Viele Frauen und Mütter tragen durch eigene Berufstätigkeit – oft in Teilzeit – zu einem höheren Familieneinkommen bei. Trotz aller Gleichberechtigung bewerten Männer, oft aber auch Frauen selbst, diese Beschäftigung und/oder geleistete Erziehungs- und Familienarbeit als unbedeutend ab. Männer als in Vollzeit arbeitende »Familienernährer« zementieren nicht selten weiterhin ihre traditionelle Rolle als »Familienoberhaupt«. Frau gibt »sein« Geld aus! Mit Verschleierung des wirklichen Einkommens sowie Kontrollmechanismen (z.B. der Partnerin keine Bankvollmacht erteilen bzw. Taschengeld zahlen) halten Männer ihre Frauen in wirtschaftlicher Abhängigkeit. Besonders Müttern, die aufgrund von Familienarbeit längere Zeit nicht berufstätig sind, fehlt es oft an Selbstbewusstsein, eigenverantwortliche Entscheidungsfreiheit über die Verwendung des Familieneinkommens einzufordern. Sie entwickeln als »Not-Lösungen« entwürdigende Mittel und Tricks, um an Geld zu kommen.

Das Ausspielen der finanziellen Übermacht setzt sich im Zuge von Trennung/Scheidung fort. Eine nicht unerhebliche Zahl der Väter/Männer entzieht sich ihrer finanziellen Verantwortung für Kindes- und Ehegattenunterhalt, indem sie ihren Unterhalt verspätet, reduziert oder überhaupt nicht zahlt oder aber mit Hilfe ihres Arbeitgebers steuerrechtliche Schlupflöcher sucht, um ihr anrechnungsfähiges Einkommen zu senken. Oft wird dies als »Kavaliersdelikt« behandelt. Frauen/Mütter und ihre Kinder sind in der Folge von Verwandten, Sozialhilfe, Unterhaltsvorschuss u.a. abhängig.

Um diese Konfliktsituationen zu bewältigen, sollten Mädchen und Frauen nicht nur eine gute Ausbildung erhalten, sondern auch dazu ermutigt werden, sich für ihre finanzielle Unabhängigkeit einzusetzen und ihre eigenen Rollen-Vorstellungen zu entwickeln und zu leben.

Gewalt im Erwerbsleben – Ungleicher Lohn für gleiche Arbeit

Trotz deutlich verbesserter Bildungschancen und juristischer Gleichberechtigung erfahren Frauen im Beruf auch heute noch Benachteiligungen. Bei gleicher Qualifikation werden Frauen weiterhin bei Einstellung, Beförderung und Entlohnung benachteiligt. Leistungen von Frauen werden weiterhin heruntergespielt: Müllwerker leisten Schwerstarbeit und werden entsprechend entlohnt, Reinigungsfrauen finden sich hingegen in den unteren Lohngruppen wieder. Mütter übernehmen immer noch sehr viel häufiger als Väter die Verantwortung für Haushalt und Kinder und reduzieren ihre außerhäusliche Berufstätigkeit bzw. steigen für die Erziehungszeit aus dem Erwerbsleben aus. Bei einem späteren Wiedereinstieg in den Beruf erleben sie, dass ihre Berufserfahrung aus der Familienarbeit und Haushaltsorganisation im Erwerbsleben ignoriert bzw. bagatellisiert wird und sie sich mit einem weniger qualifizierten Arbeitsplatz und entsprechend geringerer Bezahlung abfinden müssen.

Im Zuge von Arbeitsplatzverknappung und Massenentlassungen wird Frauen tendenziell wieder ein geringeres Recht auf einen Arbeitsplatz zugebilligt, insbesondere Frauen in Doppelverdiener-Ehen.

Körperliche Gewalt – Angriffe gegen die körperliche Unversehrtheit

Körperliche Gewalt ist die offensichtlichste Form von Gewalt gegen Frauen und Mädchen. Sie umfasst alle tätlichen Angriffe auf die körperliche Unversehrtheit einer Frau, z.B. Schlagen mit der Faust oder Gegenständen auf Gesicht und Körper, Ausreißen von Haaren, Treten, Schubsen, Schleifen, Festhalten, Verletzen mit Schusswaffen, Messern etc. Den Preis für die physische Gewalterfahrung bezahlen Frauen: mit blauen Flecken, zum Teil mit irreparablen Schäden wie fehlenden Zähnen, schlecht verheilten Narben, schief zusammengewachsenem Nasenbein oder sogar mit dem Tod.

Körperlich verletzte und misshandelte Frauen können mit der Zeit eine Gleichgültigkeit ihrem Körper gegenüber entwickeln. Sie holen sich oft keine, verspätete oder unzureichende ärztliche Hilfe.

Obwohl diese extreme Form der Gewaltanwendung sichtbare Spuren hinterlässt, werden diese von Dritten oft nicht wahrgenommen. Frauen versuchen aus Scham und Angst, alleine damit fertig zu werden und die Spuren der Misshandlung zu verdecken.

Körperliche Gewalt verursacht neben Schmerzen, Narben und möglichen gesundheitlichen Schädigungen auch psychische Schäden, die von den betroffenen Frauen oftmals gravierender beurteilt werden als die körperlichen Einwirkungen. Die unmittelbare, massive Erfahrung von Gewalt zerstört ihre intuitive Sicherheit gegenüber Menschen. Das Erleben tätlicher Grenzüberschreitungen löst eine Flut von Gefühlen aus: Demütigung, Angst, Scham und Misstrauen werden empfunden sowie der Verlust oder die Beeinträchtigung des Selbstwertgefühls und der Selbstbestimmung. Körperliche Gewalt findet meist unter Ausschluss der Öffentlichkeit statt. In Ehen und Partnerschaften wird besonders häufig und brutal, nicht selten auch in Anwesenheit der Kinder, zugeschlagen. Gewalt kommt in den »besten Familien« vor.

Die meisten Männer, die einmal zugeschlagen haben, werden es wieder tun. Ist die Gewaltspirale einmal im Gang, wird sie sich weiter drehen, wenn sie nicht unterbrochen wird.

Sexualisierte Gewalt – Machtmissbrauch durch Gewalt

Sympathie, Zuneigung, Sexualität und Liebe finden am ehesten Erfüllung im gegenseitigen Respekt vor der Selbstbestimmung des Anderen. Sexualisierte Gewalt ist Ausdruck von Aggression, Macht und Besitz am Anderen. Sie zeigt sich in unterschiedlichsten Formen und an unterschiedlichsten Plätzen, z.B. in frauenfeindlichen Witzen, in reißerischer Berichterstattung der Medien, in sexistischer Werbung, Pornographie, sexueller Belästigung, sexueller Gewalt in der Familie, bis hin zum sexuellen Missbrauch von Kindern.

Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz

Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz meint jede Grenzüberschreitung oder ein Verhalten, durch das sich die Frau persönlich in ihrer Würde beeinträchtigt fühlt. Grundsätzlich ist jedes Verhalten unerwünscht, das darauf abzielt, Frauen als Personen herabzuwürdigen. Auch scheinbar freundschaftliche Gesten, wie z.B. das Hand-auf-die-Schulter-Legen oder das Umfassen der Taille, können als Grenzüberschreitungen empfunden werden, wenn sie nicht im Einverständnis mit der Frau geschehen.

Kommentare wie »Stell dich nicht so an!«, »Kannst du keinen Spaß verstehen?«, »Sieh das nicht so eng!« kennen viele Frauen in solchen Situationen. Sexuelle Belästigung hat deutlich mit Macht und Beherrschung zu tun und wird oft als eine wirksame Methode genutzt, um Kolleginnen abzuwerten, sie als Konkurrentinnen auszuschalten, für die eigenen Belange »gefügig« zu machen oder in ihrem Karrierestreben zu verunsichern.

Im 2. Gleichberechtigungsgesetz, Art. 11, wird sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz als Verletzung arbeitsvertraglicher Pflichten oder als Dienstvergehen eingestuft. Arbeitgeber sind verpflichtet, Beschwerden zu prüfen und Maßnahmen zum Schutz der Beschäftigten zu ergreifen, z.B. Abmahnung, Umsetzung, Versetzung oder gar Kündigung des Belästigers.

Vergewaltigung

Vergewaltigung ist eine massive Verletzung des Körpers und der Persönlichkeit der Frau – und ist auch ein Verbrechen an ihrer Seele. Fast alle Frauen berichten, dass sie während der Vergewaltigung Todesängste empfunden haben, sich absolut hilflos und ausgeliefert fühlten. Eine Vergewaltigung bedeutet also eine extreme Demütigung.

Über Vergewaltigung gibt es zahlreiche gesellschaftliche Vorurteile, die wiederum starken Einfluss auf den Umgang mit vergewaltigten Frauen haben: »Vergewaltiger gelten als fremde Triebtäter!« Tatsächlich sind ca. 80 % der Täter den Opfern bekannt. Hier geht es um Machtdemonstration und nicht um Triebbefriedigung.

Die Vergewaltigung gehört zu den schwerwiegendsten Verbrechen, die Frauen angetan werden. Die Schwere der Tat und die Dramatik des Erlebens stehen oft im Gegensatz zur gesellschaftlichen Betrachtungsweise Nichtbetroffener. So kommt es immer noch vor, dass dem Opfer die Verantwortung für das Geschehen aufgebürdet wird und dass es mit einer Verständnislosigkeit konfrontiert wird, die eine zweite Opferwerdung bedeutet. Die steigende Anzeigebereitschaft vergewaltigter Frauen und eine unmissverständliche Ahndung solcher Taten haben bewirkt, dass diese Form der Gewaltdelinquenz enttabuisiert wird. Dieser Weg sollte mit aller Entschiedenheit fortgesetzt werden.

Gewalt macht krank

Die beschriebenen Gewaltformen haben oft Auswirkungen auf Körper und Seele. Frauen und Mädchen erleben Gewalt durch einen Mann als einen übermächtigen Angriff auf ihr Selbstwertgefühl. Das Unerträgliche, so berichten Frauen, ist die tiefe Beschämung und Erniedrigung. Nicht der Täter schämt sich, sondern die Frau, die Gewalt erfahren hat. Sie fühlt sich klein, schwach, unzulänglich und ohne Selbstkontrolle. Jeder sexuelle Übergriff erzeugt bei Mädchen und Frauen das Gefühl, zumindest mit schuld zu sein, selbst etwas falsch gemacht zu haben.

»Allein die Tatsache, dass sie es nicht verhindern konnte oder aus Gehorsam und Unsicherheit gar nicht erst versucht hat zu verhindern, lässt Schuldgefühle entstehen. Im nachhinein kann sie nicht mehr klären, ob sie die Übergriffe wirklich hätte verhindern können; was bleibt ist der Zweifel, ob sie sich richtig verhalten hat.«
(Barbara Kavemann, a.a.O.)

Da keine Frau und kein Mädchen sich so »richtig« verhalten können, dass ihnen deshalb keine Gewalt geschieht, sitzen sie in der Falle. Hinzu kommen häufig Unverständnis und Zweifel des Umfelds. Ein »Öffentlich-Machen« des Geschehenen birgt die Gefahr weiterer Verletzungen und lässt Frauen und Mädchen schweigen. Dieses Wissen verstärkt das Gefühl von Hilflosigkeit und Verlassenheit.

Folgen von Gewalterfahrungen sind u.a. psychosomatische Erkrankungen wie Depressionen, Migräne, Magen-Darm-Beschwerden, Essstörungen sowie starke Ängste bis hin zu Panikattacken mit Schweißausbrüchen, Zittern usw. Typisch nach der Erfahrung sexualisierter Gewalt sind die Ablehnung des eigenen Körpers und Ekel vor Sexualität. Nicht selten findet man selbstzerstörerische Verhaltensweisen bis hin zu Selbstmordphantasien und -handlungen. Die körperlichen Beschwerden werden oft mit Medikamenten behandelt. Deren unkontrollierte Einnahme kann in eine Suchtmittelabhängigkeit führen. Ausgerüstet mit dämpfenden, ruhig stellenden, schmerzlindernden und angstlösenden Mitteln bewältigen Frauen oft jahrelang reibungslos ihren Alltag, bis ihnen das Ausmaß des Verzichtes, ihrer Selbstverleugnung und Selbstzerstörung schmerzlich bewusst wird und sie mühsam in kleinen Schritten nach Wegen aus ihrer Not suchen.

Warum ertragen Mädchen und Frauen Gewalt oft über Jahre?

Die Gründe sind vielfältig und erschließen sich oft nicht auf den ersten Blick. Neben den biografischen Hintergründen jedes einzelnen Gewaltopfers wirkt die beschriebene strukturelle Benachteiligung von Frauen begünstigend für ein »Ertragen männlicher Gewalt«.

Trotz veränderter Geschlechterrollen-Vorstellungen orientieren sich viele Frauen auch heute noch meist unbewusst an Bildern vom Frau-Sein, die Männern in ihrem Leben eine Machtposition einräumen. Frauen beschneiden durch »Sackgassenberufe« ihre eigenen finanziellen bzw. beruflichen Einflussmöglichkeiten; überlassen Männern gerne im Arbeits- und Privatleben den Vortritt; nehmen männliche Entscheidungen oft stillschweigend zur Kenntnis; akzeptieren ein geringes Engagement ihrer Männer bzw. Partner in Haushalt und Kindererziehung u.v.a.m. So festigen Frauen ihre Abhängigkeit von Männern und unterstützen deren Vorherrschaft.

In der Lebensgeschichte von Frauen mit länger dauernden Gewalterfahrungen findet man nicht selten »Opferbiografien«. Diese Frauen haben oft in Kindheit und Jugend nicht gelernt, ihre eigenen Wünsche und Bedürfnisse ernst zu nehmen. Sie haben nicht gelernt, dass sie ein Recht darauf haben, sich gegen Demütigungen und Herabsetzungen zu wehren, nicht gelernt, sich selbst zu vertrauen, beispielsweise eine Gewaltsituation aus eigener Initiative zu beenden.

Verantwortungsgefühl für ihre Kinder, Träume von Familienglück und Klischees von einer liebenden Gattin und Mutter lassen Frauen oft über Jahre die Gewalt aushalten. Wirtschaftliche Abhängigkeit von ihren Partnern (»Wo soll ich hin? Wovon sollen ich und die Kinder leben?«) und Schuldgefühle, für die gewaltsamen Konflikteskalationen mitverantwortlich zu sein (»Ich hab' ja mit dem Thema angefangen!«), lassen Frauen in der trügerischen Hoffnung auf bessere Zeiten in der Partnerschaft aushalten (»Ausrutscher«).

Gerade Frauen mit körperlichen Gewalterfahrungen schämen sich und schweigen – aus Angst vor gesellschaftlicher Diskriminierung. »Nicht der Verursacher wird schief angesehen, sondern sein Opfer.« (Claudia Schrimpf : Hinter verschlossenen Türen, Bericht von Petra Pluwatsch im Kölner Stadt-Anzeiger, Moderne Zeiten, 25./26. November 2000)

Es braucht eine aktive und mutige Gegenwehr von Mädchen und Frauen, alte, eingefahrene Rollenvorstellungen zu reflektieren und sich gegen Gewalt aufzulehnen.

Wege aus der Gewalt

Gewalt findet an unterschiedlichen Orten statt – in der Familie, in der Schule und am Arbeitsplatz, in der Öffentlichkeit. Wo auch immer Sie Gewalt erfahren, sollten Sie folgende Grundsätze beachten:

- Nehmen Sie sich selbst wichtig. Ihre Interessen und Bedürfnisse sind genauso wichtig wie die anderer.
- Trauen Sie Ihrer eigenen Urteilsfähigkeit und nehmen Sie Ihre Gefühle ernst.
- Warten Sie nicht auf Besserung. Unternehmen Sie selbst etwas, um nicht länger Opfer zu sein.
- Lassen Sie nicht zu, dass Sie beleidigt und verletzt werden. Grenzen Sie sich klar ab, sagen Sie deutlich »Nein«, und fordern Sie den Täter (auch wenn er ein Familienmitglied ist) auf, Belästigungen zu unterlassen.
- Sprechen Sie mit einer vertrauten Person, Freundin, Verwandter, Kollegin, über die Vorfälle und planen Sie gemeinsame Strategien aus der Gewalt.
- Suchen Sie sich professionelle Hilfe, wenn Sie alleine nicht weiterkommen. Beraterinnen und Berater stehen unter Schweigepflicht. (Siehe Anhang)
- Besuchen Sie Kurse, die Ihr Selbstbewusstsein stärken, z.B. Rhetorikkurse, Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurse. (Siehe Kapitel »Selbstbehauptung und Konflikttraining«)
- Fühlen Sie sich zuständig, wenn Ihre Freundin, die Nachbarin oder Kollegin zu Hause misshandelt wird. Zeigen Sie, dass Sie ansprechbar sind. Bieten Sie Ihre Hilfe an, aber rechnen Sie nicht damit, dass die misshandelte Frau sich sofort offenbart.
- Zeigen Sie Anteilnahme, wenn die Frau andeutet, dass in ihrer Ehe oder Beziehung etwas nicht in Ordnung ist. Reagieren Sie nicht mit Vorhaltungen oder mit Vorwürfen. Gehen Sie behutsam vor. Hören Sie geduldig zu und weisen Sie auf Möglichkeiten professioneller Hilfe hin.

Häusliche Gewalt

Was Sie tun können:

- Trauen Sie Ihrem Gefühl. Nur Sie wissen, ob mit Ihrer Partnerschaft etwas nicht in Ordnung ist.
- Auch wenn Ihr Mann/Partner meint, Familienangelegenheiten »gehen niemanden etwas an«, sprechen Sie mit einer vertrauten Person über Ihre Situation.
- Isolieren Sie sich nicht, halten Sie neben der Familie persönliche Kontakte z.B. zu FreundInnen, KollegInnen, NachbarInnen, Vereinen aufrecht.
- Warten Sie nicht auf Besserung. Die Hoffnung »Das geht schon wieder vorbei« ist trügerisch. Unternehmen Sie selbst etwas, um nicht länger Opfer zu sein.

- Suchen Sie sich professionelle Hilfe. Private Ursachenforschung (»Was hat ihn nur so gereizt?«) hilft nicht weiter. Die Beratungsstellen (siehe Anhang) werden Ihr Anliegen vertraulich behandeln.
- Leben Sie in einer Ehe oder Beziehung mit einem gewalttätigen Partner, können Sie eine Beratungsstelle (siehe Anhang) aufsuchen, die Ihnen hilft, Ihre Lebenssituation neu zu gestalten und Ihre Fragen in Bezug auf Ihre rechtliche sowie wirtschaftliche Situation zu beantworten.
- Wenn Sie sich von Ihrem gewalttätigen Ehemann/Partner trennen wollen, besteht die Möglichkeit, in ein Frauenhaus zu gehen, um sich und Ihre Kinder vor möglichen weiteren Gewalttätigkeiten zu schützen.
- Sie können jede Gewalttat ihres Ehemannes/Partners zur Anzeige bringen! Nach § 34 a des Polizeigesetzes NRW kann die Polizei im Fall von häuslicher Gewalt, d.h. nach Gewaltandrohung oder Gewaltausübung, gewalttätige Partner sofort aus der gemeinsamen Wohnung verweisen und ein Rückkehrverbot bis zu 10 Tagen erteilen. In dieser Zeit haben Sie die Möglichkeit, in Ruhe zu überlegen, ob Sie zivilrechtliche Schutzmaßnahmen in Anspruch nehmen wollen.
- Anwältinnen und Anwälte können Sie bei Gericht unterstützen und für entsprechende Schutzanordnungen sorgen. So kann beispielsweise dem Täter jegliche Form von Kontakt, Annäherung und Belästigung untersagt werden. Verstößt der Täter gegen diese Schutzanordnung, wenden Sie sich sofort an die Polizei, da der Verstoß eine Straftat ist.
- Sie oder Ihre Anwältin/Ihr Anwalt können bei Gericht einen Antrag auf »Überlassung einer gemeinsam genutzten Wohnung« stellen, der darauf abzielt, dass Ihnen – als Opfer von Gewalt – die gemeinsame Wohnung zugesprochen wird. Der Täter muss dann gehen!

Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz

Was Sie tun können:

- Zweifelnd Sie nicht an Ihrer Durchsetzungsfähigkeit und beruflichen Eignung. Sie sind nicht persönlich für die Belästigungen verantwortlich und auch nicht dafür, dass Belästigungen vorkommen. Quälen Sie sich nicht mit Schuldgefühlen.
- Sprechen Sie mit Vertrauenspersonen innerhalb und außerhalb Ihres Betriebes. Die Frauenbeauftragte Ihres Betriebes oder Ihrer Kommune kann Sie über mögliche Vorgehensweisen beraten, und bei Ihrer Gewerkschaft bzw. bei Ihrer Rechtsanwältin/Ihrem Rechtsanwalt können Sie darüber hinaus Rechtsbeistand einholen. Gemeinsam können Sie effektiver handeln.
- Machen Sie sich differenzierte Notizen in Tagebuchform über die sexuellen Belästigungen. Es sollte daraus hervorgehen, was sich wann und wo abgespielt hat oder ob Sie eine Kollegin bzw. einen Kollegen über die jeweilige Belästigung in Kenntnis gesetzt haben.

- Informieren Sie den Vorgesetzten des Belästigers und beschweren Sie sich bei dem jeweiligen Arbeitgeber. Der Arbeitgeber ist verpflichtet, Ihren Gesundheits- und Sittlichkeitsschutz zu wahren. Er muss dafür sorgen, dass Sie vor entsprechenden Schäden geschützt sind.
- Fordern Sie den Belästiger ausdrücklich auf, sein herabwürdigendes Verhalten zu unterlassen, indem Sie z.B. in einem Brief (per Einschreiben mit Rückschein, eine Durchschrift für sich aufbewahren) Ihre Anschuldigungen sachlich und konkret formulieren.

Gewalt in der Öffentlichkeit

Was Sie tun können:

- Übernehmen Sie nicht die Verantwortung für die Gewalthandlung. Egal wie Sie sich kleiden oder verhalten – niemand hat das Recht, Ihnen zu nahe zu treten.
- Werden Sie aktiv! Gehen Sie weg oder weisen Sie den Mann energisch zurecht.
- Fallen Sie aus der Rolle! Wenn Sie gezwungen werden zu reagieren, versuchen Sie genau das Gegenteil von dem zu tun, was »man(n)« von Ihnen erwartet. Gegen Anmache darf Frau sich lautstark und auch grob zur Wehr setzen.
- Wenn Sie angegrapscht werden, machen Sie das Verhalten des Mannes öffentlich. Benennen Sie laut, was er tut, damit die anderen aufmerksam werden. Für den Mann muss es peinlich werden.
- Wenn es vor Publikum passiert: Sprechen Sie andere Personen an und bitten Sie um Unterstützung.
- Ergreifen Sie selbst Partei und bieten Sie Hilfe an, wenn Frauen belästigt oder angegriffen werden. Dabei müssen Sie sich jedoch nicht selbst gefährden.

Selbstbehauptung und Konflikttraining

Frauen können neue Verhaltensweisen erproben, die geeignet sind, unangenehme Situationen frühzeitig zu erkennen und zu stoppen. Von verschiedenen Bildungsträgern und Beratungsstellen werden zu folgenden Themen Kurse und Veranstaltungen angeboten: Gesprächsführung und Körpersprache, Redetraining und Selbstbehauptung, Konfliktbewältigung u.v.m.

In solchen Kursen können Frauen erleben und üben:

- eigene Gefühle wahrzunehmen,
- selbstbewusst aufzutreten,
- Redeängste zu überwinden,
- eigene Grenzen mitzuteilen und zu verteidigen,
- »Nein« zu sagen,
- Ärger und Kritik zu äußern,
- vor Konflikten nicht zurückzuschrecken und sie auszutragen,
- klare Körperbotschaften zu senden,
- sich auf die eigenen Stärken zu besinnen.

Solche Kurse machen Mut, sich notwendigen Auseinandersetzungen in der Familie, im Beruf, in der Freizeit und im öffentlichen Leben zu stellen. Mit den erlernten Fähigkeiten und Fertigkeiten können Frauen neue Wege und Handlungsmöglichkeiten für sich finden.

Selbstverteidigungskurse – Tipps für die Auswahl

Selbstverteidigung und Kampfsport (Judo, Karate) müssen voneinander unterschieden werden. Kampfsportarten werden über Jahre trainiert und bauen auf Regeln der Fairness auf.

Selbstverteidigung von Frauen für Frauen, allem voran WenDo (= Weg der Frauen), bereitet auf alle Arten von Angriffen vor, nicht allein auf die körperlichen. Speziell in WenDo-Kursen werden sowohl die Verteidigung in extremen Gewaltsituationen als auch der Umgang mit eher alltäglichen, verbalen Grenzverletzungen geübt. Weglaufen zählt ebenso dazu wie Überraschungsreaktionen und körperliche Abwehr. Die Überwindung von Angst und Passivität und damit die Entschlossenheit zu handeln sind wichtige Voraussetzungen für eine erfolgreiche Gegenwehr. Ziel ist es, ganz individuelle Verteidigungswege zu finden.

Kurse mit Männern und Frauen halten wir für nicht sinnvoll, weil Frauen »unter sich« offener zu ihren Gefühlen stehen können als in der Konkurrenzsituation gemischter Gruppen.

Techniktraining mit männlichen Trainern empfehlen wir nicht, da hier eine Scheinwirklichkeit entsteht. Es geht bei Selbstverteidigungskursen nicht darum, einen »richtigen« Mann zu besiegen, sondern darum, sich mit der Wahrnehmung der eigenen Grenze und der Entschlossenheit auseinander zu setzen, diese eigene Grenze zu verteidigen. Diese Situation kann nicht mit dem Freund/Partner oder jugendlichen Sohn zu Hause ausprobiert werden und auch nicht mit männlichen Trainern, die den »Ernstfall« spielen.

Die Dauer eines Seminars sagt nicht viel über die Qualität aus. Eine Grundlage in Selbstverteidigung kann auch an einem Wochenende erworben werden, da keine komplizierten Verteidigungstechniken gelernt und lange eingeübt werden müssen.

Es gibt Kurse, denen der Gedanke zugrunde liegt, Frauen und Mädchen seien schwach, und es wird versucht, dieses »Defizit« wegzutrainieren. Ein qualifizierter Selbstverteidigungskurs baut darauf auf, dass Mädchen und Frauen kompetent, stark und handlungsfähig sind. Jede Frau kann sich selbst verteidigen. Sie lernt sich an ihren eigenen Möglichkeiten und Grenzen zu orientieren.

Ein guter Selbstverteidigungskurs zeichnet sich durch Folgendes aus:

- Der Kurs sollte von einer qualifizierten Frau geleitet werden. Sie muss in der Lage sein, Hemmungen, Unsicherheiten und Ängste anderer Frauen ernst zu nehmen und nachzuvollziehen. Sie selbst sollte in der Lage sein, die individuellen Selbstbehauptungsmöglichkeiten jeder einzelnen Frau zu erkennen. Um dies herauszufinden, können Kursteilnehmerinnen nach Ausbildung, Konzept und Kenntnissen der Kursleiterin zum Thema Gewalt fragen.
- Der Kurs sollte Informationen zum Thema Gewalt beinhalten. Nur durch das Wissen um reale Gewaltsituationen kann man sich darauf vorbereiten. Bilder vom »fremden Triebtäter« sollten hinterfragt werden. Schuldzuweisungen, wie z.B. »Die Frau ist ja selbst schuld, wenn sie nachts alleine rumläuft«, müssen entlarvt werden.
- Es sollte dazu sensibilisiert werden, verunsichernde oder bedrohliche Situationen rechtzeitig wahrzunehmen. Ängste, Unsicherheiten, Hemmungen und andere Gefühle sollten ausreichend berücksichtigt werden.
- Im Rollenspiel sollten sprachliche und körperliche Verhaltensweisen geübt werden, die gegen die »alltägliche« Anmache, z.B. auf dem Schulhof, an der Arbeitsstelle, in der Bahn, in der Kneipe, eingesetzt werden können.
- Reaktionen auf körperliche Angriffe verschiedenster Art (z.B. Arm-Festhalten, Auf-den-Boden-Werfen) sollten trainiert werden.
- Die körperlichen Verteidigungstechniken sollten einfach erlernbar sein und keine komplizierten Wurftechniken beinhalten.

Mehr Schutz vor häuslicher Gewalt durch das neue Gewaltschutzgesetz

Gerda Gehlen, Frauenhaus Bergisch Gladbach

Mehr als 50.000 Frauen in Deutschland flüchten jährlich mit ihren Kindern vor gewalttätigen Ehemännern oder Partnern in ein Frauenhaus. Diese Einrichtungen werden weiterhin dringend gebraucht, denn auch das neue Gewaltschutzgesetz verhindert leider nicht, dass viele Opfer von zu Hause fliehen müssen. Inzwischen gibt es in Deutschland über 400 Frauenhäuser, die immer noch nicht den Bedarf decken. Häusliche Gewalt gegen Frauen ist nicht auf einzelne Gruppen der Gesellschaft beschränkt, sondern kommt in allen sozialen Schichten der Gesellschaft vor. Häusliche Gewalt ist keine Privatangelegenheit, sondern muss wie Gewalt auf der Straße verfolgt werden.

Am 01.01.2002 ist das neue Gewaltschutzgesetz in Kraft getreten. Dabei gilt in erster Linie der Grundsatz: Das Opfer bleibt, während der Täter die Wohnung verlassen muss. Die Polizei hat nun die Möglichkeit, bei häuslicher Gewalt die Täter bis zu zehn Tagen der Wohnung zu verweisen und ihnen eine Rückkehr zu untersagen. Die Opfer können in dieser Zeit beim Familiengericht einen Beschluss erwirken, der den Tätern für einen noch längeren Zeitraum untersagt, das Umfeld des Opfers zu betreten. Beim Einsatz informiert die Polizei die Opfer vor Ort über ihre rechtlichen Möglichkeiten und benennt ihnen eine geeignete Beratungsstelle. In 99 % der Fälle sind die Opfer Frauen. Seit Januar 2002 führen das Frauenhaus Bergisch Gladbach (siehe Anhang) sowie die Beratungsstelle »Frauen-Zimmer e.V.« in Burscheid (siehe Anhang) die im Gesetz vorgesehenen Interventionsberatungen durch.

Mit dem Einverständnis der Frauen gibt die Polizei die nötigen Daten an die beratenden Institutionen weiter. Sie nehmen zuerst telefonisch Kontakt zu den Frauen auf und bieten ein Treffen oder Hausbesuche an. Die Interventionsberatung umfasst Informationen über das neue Gewaltschutzgesetz, z.B. über die Beantragung der Wohnungszuweisung oder über erforderliche Schutzanordnungen. Gemeinsam mit der Frau wird ein Plan erarbeitet, was zu veranlassen ist und wie das Leben weitergehen kann.

Auch für die Polizeibeamten vor Ort hat sich die Arbeit durch das neue Gewaltschutzgesetz verändert. Oft sind sie die Ersten, die Kenntnis von häuslicher Gewalt erhalten, und der weitere Verlauf hängt von ihrer Reaktion ab. Dafür benötigen sie mehr Hintergrundinformationen über dieses Thema. Eine enge Zusammenarbeit mit der Polizei hat sich dadurch entwickelt. Weiterhin ist nach dem neuen Gesetz eine Vernetzung der unterschiedlichen beteiligten Institutionen im Rheinisch-Bergischen Kreis erforderlich.

Gewaltprävention aus polizeilicher Sicht:

Wie kann Frau sich schützen?

Kriminalhauptkommissarin Gundi Hebborn
Polizeihauptkommissarin Iris Hemmeter
Kreispolizeibehörde Bergisch Gladbach

Die Polizei widmet sich der Thematik »Keine Gewalt gegen Frauen« nicht nur über die Strafverfolgung. Sie arbeitet in der Vorbeugung, indem sie Informationen zur Entstehung von Gewalt bietet, und sie trägt auch in verstärktem Maße für den Opferschutz Sorge.

Mittels der polizeilichen Kriminalstatistik gewinnen wir einen Überblick über das Ausmaß der Gewalkriminalität. Im Rheinisch-Bergischen Kreis stieg der Anteil der Gewalkriminalität an der Gesamtkriminalität in den letzten 10 Jahren von 2,66 auf 3,22 %.

Da in der polizeilichen Kriminalstatistik nur die **Delikte** erfasst werden, die auch zur Anzeige gelangen, sind Aussagen über das tatsächliche Ausmaß der Gewalt nur über so genannte Dunkelfeldforschungen möglich. Danach liegt der Anteil der Gewaltdeliktstrafaten gegen Frauen, die im Nahbereich durch Verwandte, Freunde oder Bekannte begangen werden, auf sehr hohem Niveau. Jeder angezeigten Straftat stehen etwa 15 nicht benannte Taten gegenüber.

Gewalt in Beziehungen

Aus dem Verständnis über die Entstehung von Gewalt lassen sich Handlungsmöglichkeiten herleiten. Gewalt ist das Ergebnis einer Fehlentwicklung in Beziehungen. Besonders deutlich ist dies in Fällen häuslicher Gewalt erkennbar, in der aus einer Partnerschaft ein Über-/Unterordnungsverhältnis wird. Der Machtzuwachs des einen Partners nährt sich von der Kraft des anderen, so dass dieser in gleichem Maße schwächer wird. Die Fehlentwicklung deutet sich zunächst in Beschränkungen, Beleidigungen und Demütigungen an und entwickelt sich zum tätlichen Angriff. Je früher die Grenzsetzung erfolgt, umso geringer muss der Kraftaufwand sein, um die Eskalation zu verhindern. Die Entwicklung des Machtzuwachses wird nur durch aktives Einschreiten unterbrochen. Die Hoffnung, dass ein gewaltbereiter Partner zur Einsicht kommt, es vorübergehen werde, sich die Frau den Ansprüchen so weit anpassen könne, dass es keinen Anlass zur Auseinandersetzung geben werde, ist Illusion.

So schmerzhaft eine solche Entwicklung aus der Nähe wahrzunehmen ist, so bietet sie doch die Möglichkeit, sich auf Übergriffe vorzubereiten und Gegenstrategien zu entwickeln. Diese können sich im Spannungsfeld von verbaler Auseinandersetzung,

wie z.B. ein deutlich vernehmbares »NEIN«, bis zur Strafanzeige als Zeichen von Wehrhaftigkeit bewegen. Grundbedingung ist die entschlossene Bereitschaft zur Übernahme der Verantwortung für das eigene Schicksal.

Angst und tatsächliche Gefährdung

Die polizeiliche Erfahrung lehrt: Übergriffe fremder Täter sind selten, die Chancen, ihnen erfolgreich zu begegnen, sind sehr groß. Die gleichen Kräfte, die im Nahbereich in der Lage sind, sich Übergriffen erfolgreich entgegenzustellen, sind Voraussetzung zur erfolgreichen Abwehr fremder Täter.

Trotzdem hält sich zum Beispiel der Mythos vom Triebtäter als allgegenwärtige Bedrohung der Frau. Kriminologischen Erkenntnissen zufolge wird sexualisierte Gewalt von Durchschnittsbürgern ausgeübt, die ihre Handlung klar steuern können, bewusst und gewollt vorgehen. Dies erklärt auch die große Erfolgsquote Widerstand leistender Frauen. Der Täter will dominieren, Macht ausüben, erniedrigen. Sieht er diesen Erfolg in Gefahr, bricht er die Tat ab.

Bewaffnung

Viele Bürgerinnen und Bürger fragen sich, ob eine Bewaffnung größere Sicherheit bieten könnte. Hier bezieht die Polizei eine klare Position: Wir können keine Waffen empfehlen!

Die Bewaffnung bedeutet für jede Auseinandersetzung erhöhte Gefährdung für alle Beteiligten. Für jede Waffe, ob Schusswaffe, Messer, Elektroschocker oder Gas, gilt:

- Sicherheit in der Anwendung entsteht nur durch ständiges, regelmäßiges Training.
- Die Waffe muss immer griffbereit (in der Hand) mitgeführt werden.
- Sie kann häufig nur sinnvoll eingesetzt werden, wenn der Täter nahe herangekommen ist.
- Sie kann eine eskalierende Wirkung haben.
- Sie kann die betroffene Frau selbst verletzen.
- Sie vermittelt ein trügerisches Gefühl der Sicherheit.
- Wenn im Kopf die Wehrhaftigkeit nicht vorhanden ist, dient auch die Waffe in der Hand nicht der Sicherheit.
- Sprays und Gase unterliegen einem Verfallsdatum, technisches Gerät bedarf der Wartung.

Jeder mitgeführte Gegenstand, sei es der Regenschirm, die Handtasche oder der Haustürschlüssel, eignet sich durchaus als Abwehrmittel.

Die Strafanzeige

Gewalt gegen Frauen darf nicht als privates Schicksal missverstanden werden. Deshalb gelten Körperverletzungsdelikte in Beziehungen schon seit 1996 als Officialdelikte und werden ohne persönlichen Strafantrag des Opfers verfolgt. Hiermit setzt der Gesetzgeber ein wesentliches Signal zur Ahndung von Gewalt gegen Frauen.

Die Bearbeitung der Anzeigen wird auf die besonderen Bedürfnisse der Opfer abgestimmt und die ermittelnden Beamten und Beamtinnen sind mit der besonderen Problematik vertraut. Der Opferschutz wurde ausgebaut, so dass immer eine Vermittlung an Opferschutzorganisationen möglich ist.

Fehlt die Bereitschaft, eine Gewalttat zur Anzeige zu bringen, wähnt sich der Täter sicher. Sein Fehlverhalten wird nicht als kriminelle Tat benannt, er scheint sich im Rahmen geltender Normen zu bewegen. Infolgedessen wird die Hemmschwelle zu Tatwiederholungen sinken. Die Strafanzeige dient dem Schutz des Opfers vor weiteren Taten und dem Strafanspruch des Staates.

Verhalten von Zeuginnen und Zeugen

Abwehrmaßnahmen, die auf die Aufmerksamkeit der Umwelt abzielen, können nur so lange Erfolg haben, wie wir eine Kultur der gegenseitigen Wahrnehmung, Anteilnahme und Unterstützung pflegen. Dies bedeutet, dass sich alle darüber im Klaren sind, dass sie Zeugen von Gewalt werden können, die sofortige Unterstützung erforderlich macht. Wie diese Hilfestellung aussehen kann, ist abhängig von der Art der Bedrohung und den individuellen Möglichkeiten der Zeuginnen und Zeugen.

Ob gegenüber dem Täter laut ankündigt wird, die Polizei zu holen, ob andere Passanten konkret um Unterstützung gebeten werden oder in anderer Weise die Aufmerksamkeit auf das Geschehen gelenkt wird, die Erfahrung hat gezeigt, dass sich sehr schnell Solidargemeinschaften bilden, sobald eine/einer den Mut aufbringt, sich einzumischen. Dieser Mut wird sowohl von anderen Zeuginnen und Zeugen als auch vom Opfer als Stärkung aufgenommen. Den Täter verunsichert dieses couragierte Eingreifen, er ist nicht mehr »Herr der Lage« und wird den Rückzug antreten.

Darüber hinaus ist die Unterstützung des Opfers auch im Folgenden wichtig. Diese kann in Form begleitender Anteilnahme geboten werden, bis hin zur Bereitschaft, als Zeuge/Zugin im Strafverfahren zur Verfügung zu stehen.

Tipps

Angebote des Öffentlichen Personennahverkehrs

Einige Busbetriebe bieten einen Taxiruf vom Bus oder von der S-Bahn aus an. Nach Auskünften (Dez. 2002) ist dies im Regionalverkehr beispielsweise in Fahrzeugen der Kraftverkehr Wupper-Sieg AG ganztägig und in solchen der Kölner Verkehrs-Betriebe AG ab 20.00 Uhr möglich. Laut Auskunft der Stadtverkehrsgesellschaft Bergisch Gladbach mbH ist die Busfahrerin bzw. der Busfahrer grundsätzlich ab 20.00 Uhr berechtigt, auf Strecken zwischen zwei Haltestellen anzuhalten.

Nutzen Sie diese Angebote, um sicher nach Hause zu kommen! Halten Sie bei der Rückkehr in Ihr Haus oder Ihre Wohnung den Türschlüssel schon bereit, damit Sie sofort hineingelangen können. Bitten Sie den Taxifahrer oder die Taxifahrerin, noch so lange zu warten, bis Sie das Haus betreten haben.

Rheinisch-Bergischer Mädchenmerker

(für Mädchen im Alter von 13 bis 18 Jahren)

Hrsg. Regionalstelle Frau & Beruf im Frauenbüro der Stadt Bergisch Gladbach

Zu beziehen über:

- weiterführende Schulen im Rheinisch-Bergischen Kreis
- für Einzelexemplare:

Regionalstelle Frau & Beruf im Frauenbüro

Hauptstr. 192

51465 Bergisch Gladbach

Telefon (0 22 02) 14 26 49

Der Mädchenmerker erscheint jeweils zum neuen Schuljahr. Er ist ein

Taschenkalender mit Informationen zu Berufswahl und Freizeitgestaltung

und mit Adressen von Kontakt- und Beratungsstellen.

Wegweiser – nicht nur für Frauen

Hrsg. Rheinisch-Bergischer Kreis, Der Landrat

Zu beziehen über:

Rheinisch-Bergischer Kreis – Gleichstellungsstelle

Am Rübezahlwald 7

51469 Bergisch Gladbach

Telefon (0 22 02) 13 27 50 und 13 27 05

Der Wegweiser gibt einen Überblick über das vielfältige Angebot von Organisationen, Einrichtungen, Institutionen und Vereinen im Rheinisch-Bergischen Kreis.

Einrichtungen und Institutionen im Rheinisch-Bergischen Kreis

Beratung und Hilfe

Katholische Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen

Hauptstraße 227

51465 Bergisch Gladbach

Telefon: (0 22 02) 3 49 18 und (0 22 02) 245279

Telefax: (0 22 02) 3 06 56

E-Mail: efl-bgl@netcologne.de

Internet: www.efl-beratung.org

Angebotsumfang: Krisenintervention, Einzel- und Paarberatung

Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder

Paffrather Straße 7 - 9

51465 Bergisch Gladbach

Telefon: (0 22 02) 3 50 16

Telefax: (0 22 02) 3 02 36

E-Mail: eb-bergischgladbach@erziehungsberatung.net

Internet: www.erziehungsberatung.net

Angebotsumfang: Krisenintervention, Beratung und Therapie bei inner- und außer-familiärer Gewalt bzw. sexuellen Übergriffen (Mädchen/Frauen bis 27 Jahre, Eltern bzw. Bezugspersonen wie LehrerInnen, ErzieherInnen u.a.), Erziehungs- und Familienberatung, Beratung in Partnerschafts-, Trennungs- und Scheidungsfragen (nur bei Paaren mit Kindern)

Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

im Evangelischen Stadtkirchenverband Köln

Milchborntalweg 3

51429 Bergisch Gladbach

Telefon: (0 22 04) 5 40 04

Telefon: (0 22 04) 5 13 90

Angebotsumfang: Krisenintervention, Trennungs- und Scheidungsberatung, Familienberatung

Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder

Kirchstraße 1

42799 Leichlingen

Telefon: (0 21 75) 1 69 79-0 und (0 21 75) 60 12

Telefax: (0 21 75) 1 69 79-19

E-Mail: eb-leichlingen@erziehungsberatung.net

Internet: www.Erziehungsberatung.net

Angebotsumfang: Krisenintervention, Beratung, Therapie und Information

Psychologische Beratungsstelle für Eltern, Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene

Viktoriastraße 5

42929 Wermelskirchen

Telefon: (0 21 96) 10 22

Telefax: (0 21 96) 10 23

E-Mail: EB@Stadt.Wermelskirchen.de

Internet: www.Wermelskirchen.de

Angebotsumfang: Beratung und Therapie für Mädchen und Frauen, bei Bedarf auch Familienberatung; Durchführung von Selbstbehauptungs-/Selbstverteidigungskursen für Mädchen

Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt

Rheinhöhenweg 9

51465 Bergisch Gladbach

Telefon: (0 22 02) 24 52 96 und 24 52 97

Telefax: (0 22 02) 24 53 86

E-Mail: awo-bildungswerk.gl@t-online.de

Internet: www.awo-rbk.de

Angebotsumfang: Selbstverteidigungskurse für Mädchen (7 - 9 Jahre, 10 - 12 Jahre und 13 - 15 Jahre), Selbstverteidigung für Frauen, Info-Abende zu den Veranstaltungen, Selbstverteidigung für Mädchen, Konflikttraining etc.

Caritas RheinBerg

Fachdienst Familie und Frauen – Familienhebamme

Laurentiusstraße 32

51465 Bergisch Gladbach

Telefon: (0 22 02) 10 08-7 01

Telefax: (0 22 02) 10 08-7 88

E-Mail: familie-frauen@caritas-rheinberg.de

Angebotsumfang: Die Familienhebamme ist aufsuchend tätig und gibt praktische Ratschläge und Tipps. Zudem begleitet sie bei Bedarf zu Ämtern, Ärzten u.Ä. und vermittelt in andere ambulante Hilfen.

donum vitae im Rheinisch-Bergischen Kreis

Hauptstraße 277

51465 Bergisch Gladbach

Telefon: (0 22 02) 10 86 50

Telefax: (0 22 02) 10 86 49

E-Mail: donum.vitaeRB@freenet.de

Internet: www.dv-rheinberg.de

Angebotsumfang: Schwangerenkonfliktberatung, Schwangerenberatung,
Vergabe der Mittel aus der Bundesstiftung Mutter - Kind

Deutscher Kinderschutzbund

Kreisverband Rheinisch-Bergischer Kreis e.V.

Hauptstraße 192

51465 Bergisch Gladbach

Telefon: (0 22 02) 3 99 24

Telefax: (0 22 02) 24 38 66

Angebotsumfang: Präventions- und Anlaufstelle bei Gewalt gegen Mädchen und Jungen, insbesondere bei sexuellem Missbrauch, Kinder- und Jugendtelefon, Kleiderladen, Begleiteter Umgang, Familienbetreuung, Gruppe für allein erziehende Eltern, Hausaufgabenhilfe, Selbsthilfegruppe für Eltern von überaktiven Kindern, Elternseminare: »Starke Eltern – Starke Kinder«

Frauenhaus – Frauen helfen Frauen e.V.

Postfach 20 03 32

51433 Bergisch Gladbach

Telefon: (0 22 02) 4 26 82

Telefax: (0 22 02) 4 26 94

E-Mail: nc-frauenha3@netcologne.de

Angebotsumfang: Wohnmöglichkeit für Frauen und ihre Kinder nach Gewalterfahrung, Einzelgespräche, Aufarbeitung der Gewalterfahrung, Begleitung und Unterstützung, Gruppenangebote

Frauenzentrum – Frauen helfen Frauen e.V.

Hauptstraße 155

51465 Bergisch Gladbach

Telefon: (0 22 02) 4 51 12

Telefax: (0 22 02) 24 25 11

E-Mail: frauenzentrum-bgl@t-online.de

Internet: www.frauenhelfenfrauen-gl.de

Angebotsumfang: Psychosoziale Beratung bei Trennung/Scheidung, Gewalt gegen Frauen, sexuelle Gewalt, Essstörungen, u.a. frauenspezifische Themen
Einzelberatungen, Gruppen, offener Frühstückstreff

**Frauen-Zimmer e.V. – Bildungs- und Beratungszentrum für Frauen
Burscheid – Leichlingen – Wermelskirchen**

Bismarckstraße 8

51399 Burscheid

Telefon: (0 21 74) 10 47

Telefax: (0 21 74) 74 89 70

Internet: www.frauenberatung-burscheid.de

E-Mail: zimmer63@web.de

Angebotsumfang: Sozialberatung, Einzelberatung zur Krisenintervention,
Einzelgespräche, Beratung in Bezug auf Gewalterfahrung und Essstörungen

Gleichstellungsstelle Rheinisch-Bergischer Kreis

Am Rübezahlwald 7

51469 Bergisch Gladbach

Telefon: (0 22 02) 13-27 50

Telefax: (0 22 02) 13-26 00

E-Mail: gleichstellung@rbk-online.de

Angebotsumfang: Beratung für Frauen und Mädchen, Weitervermittlung
insbesondere bei sexuellem Missbrauch, Gewalt in der Ehe usw.

Frauenbüro/Gleichstellungsstelle der Stadt Bergisch Gladbach

Hauptstraße 192

51465 Bergisch Gladbach

Telefon: (0 22 02) 14-26 47

Telefax: (0 22 02) 14-26 88

E-Mail: frauenbuero@stadt-gl.de

Angebotsumfang: Informationen im Internet www.bergischgladbach.de –
Rathausinfo – Städtische Einrichtungen – Frauenbüro/Gleichstellungsstelle

Jugendamt der Stadt Bergisch Gladbach

An der Gohrsmühle 18

51465 Bergisch Gladbach

E-Mail: jugendamt@fb5.stadt-gl.de

Abteilung Jugend- und Familienhilfe

Telefon: (0 22 02) 14-28 14

Telefax: (0 22 02) 14-28 32

Angebotsumfang: Rechtliche und psychosoziale Betreuung, Hilfen für Mädchen in
aktuellen Notlagen wie sexueller Missbrauch, Misshandlungen

Abteilung Jugendförderung

Telefon: (0 22 02) 14-28 40

Telefax: (0 22 02) 14-23 25

Angebotsumfang: Förderung und Durchführung von Projekten, Freizeiten,
Theaterstücken, Selbstverteidigungskursen für Mädchen

Der Landrat als Kreispolizeibehörde Bergisch Gladbach

GS/ZKB – Kommissariat Vorbeugung

Hauptstraße 1 - 9

51465 Bergisch Gladbach

Telefon: (0 22 02) 2 05-0

Telefax: (0 22 02) 2 05-4 84

E-Mail: iris.hemmeter@gl.polizei.nrw.de

gundhild.hebborn@gl.polizei.nrw.de

Angebotsumfang: Kriminalprävention zu den Themen Häusliche Gewalt, Opfer-
schutz, Sexueller Missbrauch, Jugendschutz, Gewalt an Schulen, Sucht,
Einbruchsicherung

Schulpsychologischer Dienst des Rheinisch-Bergischen Kreises

Hauptstraße 21

51465 Bergisch Gladbach

Telefon: (0 22 02) 13-90 12

Telefax: (0 22 02) 13-90 10

E-Mail: schulpsy@rbk-online.de

Angebotsumfang für Schülerinnen von Klasse 1 bis Schulabschluss aller Schulformen,
Kindergärten und Schulkindergärten: Einzelfallhilfe, Diagnostik, Beratung und Betreu-
ung, Krisenintervention, Weitervermittlung bei längerfristiger Therapie; bisher keine
Gruppenangebote

Evangelisches Krankenhaus

Ferrenbergstraße 24

51465 Bergisch Gladbach

Telefon: (0 22 02) 1 22-0 (Zentrale)

Telefon: (0 22 02) 1 22-6 84 (Durchwahl)

Telefax: (0 22 02) 24 70 86

E-Mail: sozialdienst@evk.de

Angebotsumfang: Beratung und Krisenintervention mit Betroffenen und Angehöri-
gen, Vermittlung und Zusammenarbeit mit anderen Einrichtungen, Einzelfallhilfe

Marienkrankenhaus

Dr.-Robert-Koch-Straße 18

51465 Bergisch Gladbach

Telefon: (0 22 02) 9 38-0 (Zentrale)

Telefon: (0 22 02) 9 38-29 85 oder -86 (Durchwahl)

Telefax: (0 22 02) 9 38 29 86

E-Mail: sozialdienst@mkh-bgl.de

Angebotsumfang: Beratung und Krisenintervention mit Betroffenen und Angehöri-
gen, Vermittlung und Zusammenarbeit mit anderen Einrichtungen, Einzelfallhilfe

Vinzenz-Pallotti-Hospital Bensberg

Vinzenz-Pallotti-Straße

51429 Bergisch Gladbach

Telefon: (0 22 04) 41-0 (Zentrale)

Telefon: (0 22 04) 41-256 (Durchwahl)

Telefax: (0 22 04) 41-6544

E-Mail: uschi.braun@vph-bensberg.de

Angebotsumfang: Beratung und Krisenintervention mit Betroffenen und Angehörigen, Vermittlung und Zusammenarbeit mit anderen Einrichtungen, Einzelfallhilfe

Weisser Ring

Gemeinnütziger Verein zur Unterstützung von Kriminalitätsoptionen
und zur Verhütung von Straftaten e.V.

Telefon: (0 22 06) 60 88 10

E-Mail: info@weisser-ring.de

Angebotsumfang: Hilfe für Opfer von Gewalttaten

Impressum

Herausgeber:
Arbeitskreis »Keine Gewalt gegen Frauen und
Mädchen«, Rheinisch-Bergischer Kreis

Redaktion:

Armbruster, Gudrun;
Frauenbüro der Stadt Bergisch Gladbach

Benkert-Schwieren, Brunhilde;
Gleichstellungsstelle des Rheinisch-Bergischen
Kreises

Scharffe, Agnes;
Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche
und Kinder, Bergisch Gladbach

Tröbst, Luise;
Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt,
Bergisch Gladbach

Titelgestaltung:
thurm design, Bergisch Gladbach

Druck:
ICS Kommunikations-Service GmbH,
Bergisch Gladbach

2. überarbeitete Auflage
Auflage 1.500
Februar 2003