

**Ihr Recht
auf Unterstützung bei
Vergewaltigung
und sexueller Nötigung**



Inhalt

	Seite
04	Vergewaltigung, sexuelle Nötigung und die Folgen
06	Beweissicherung und ärztliche Versorgung
08	Rechtliche Möglichkeiten bei Vergewaltigung und sexueller Nötigung
15	Beratung, Begleitung, Information – Frauen helfen Frauen e.V.
17	Was Sie selbst tun können
19	Was Angehörige tun können
21	Weitere Opferhilfeeinrichtungen
22	Wichtige Adressen in Ulm

Wir danken für die finanzielle Unterstützung:



Ulmer Bürger Stiftung

Stadt Ulm
Frauenbüro

ulm

Herausgegeben von Frauen helfen Frauen e.V., Juli 2006

Gestaltung: Sabine Lutz, Ulm

Grußwort

Gewalt gegen Frauen ist leider ein Thema das auch heute noch viele Frauen betrifft. Die Opfer sind nicht, wie oft fälschlicher Weise dargestellt „aufreizende, junge Mädchen“, sondern ganz durchschnittliche Frauen, vom jungen Mädchen bis zur alten Frau. Vergewaltigung ist ein Verbrechen, zu jeder Zeit und an jedem Ort. Die Täter sind meist die Partner, Ehemänner oder Bekannte.

Die Täter begehen Menschenrechtsverletzungen, sie verletzen – körperlich und seelisch. Die Frauen, die Opfer der Gewalt werden, die bedroht, verletzt, traumatisiert werden, haben einen schwierigen Weg vor sich. Gewalt gegen Frauen ist heute kein Tabuthema mehr, aber der Schritt aus der Verschwiegenheit ist schwer. Stillschweigen und Verbergen jedoch hilft nur dem Täter.

Diese Broschüre will betroffenen Frauen Mut machen, erste Handlungsschritte anzugehen, sich aus der Situation zu befreien, sich Hilfe zu holen und damit die Folgen der Gewalttat zu mindern. Sie soll aber auch Angehörige und FachkollegInnen informieren und mögliche Wege und nötige Hilfestellungen aus der Gewalt aufzeigen.

Vergewaltigung ist kein privates Problem, sie beginnt im Alltag mit sexistischen Sprüchen und Mobbing. Wir müssen Vergewaltigung verhindern, schon im Entstehen – überall dort, wo Gewalt gegen Frauen passiert. Deshalb möchte diese Broschüre auch allen Mut machen, gegen Gewalt an Frauen in allen Bereichen unserer Gesellschaft Stellung zu beziehen.



Diana Bayer
Leiterin des Frauenbüros der Stadt Ulm

Vergewaltigung, sexuelle Nötigung und die Folgen

Das Recht auf sexuelle Selbstbestimmung ist gesetzlich verankert. Vergewaltigung in der Ehe wird strafrechtlich verfolgt. Dennoch gehören sexuelle Übergriffe und Belästigungen immer noch zum Alltag vieler Frauen und Mädchen

- im täglichen Umgang mit Männern (obszöne Blicke, Worte, Gesten)
- durch sexuellen Missbrauch in der Kindheit
- durch telefonische Belästigung
- durch Herstellung, Verbreitung und Konsum von Pornografie an Frauen und Kindern
- durch sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz
- durch sexuellen Missbrauch in Therapie, Beratung und Institution
- durch Vergewaltigung und sexuelle Nötigung.

„Jede 7. Frau hat seit ihrem 16. Lebensjahr sexuelle Gewalt erlebt. In drei von vier Fällen leben die Täter im gleichen Haushalt. 58 % der befragten Frauen gaben an, unterschiedliche Formen von sexueller Belästigung erfahren zu haben“.* Diese Zahlen verdeutlichen wie allgegenwärtig sexuelle Grenzüberschreitungen sind. 2005 haben in Baden-Württemberg 645 Frauen eine Vergewaltigung/sexuelle Nötigung angezeigt. Im Stadtgebiet Ulm wurden insgesamt 76 weibliche Opfer gegen die sexuelle Selbstbestimmung registriert, davon waren es 18 angezeigte Vergewaltigungen oder sexuelle Nötigungen.** Die Dunkelziffer liegt um ein Vielfaches höher. Über das wirkliche Ausmaß wissen wir somit wenig. Der größte Teil der Taten sind Beziehungstaten, d.h. Täter und Opfer kannten sich, hatten mehr oder weniger enge Kontakte miteinander gepflegt oder waren verheiratet.

Die Vergewaltigung ist eine besonders schwere Form von sexueller Gewalt gegen Frauen, die tiefe körperliche und seelische Verletzungen hinterlässt. Umso wichtiger ist es, Frauen zu unterstützen, die Opfer einer Vergewaltigung oder einer sexuellen Nötigung geworden sind.

Eine Vergewaltigung löst immer einen schweren Schock aus, unabhängig davon, welche verschiedenen Reaktionen die Frauen zeigen. Sie schämen sich, ziehen sich zurück, versuchen die Tat zu vergessen und wollen alleine damit klarkommen. Die Spuren der äußeren Verletzungen heilen, aber viele Frauen leiden auch Monate und Jahre nach der Tat an körperlichen und seelischen Folgen. Dazu zählen Erschöpfung, Depressionen, Schlafstörungen, Ängste, Rückzug, Misstrauen in Beziehungen, sexuelle Schwierigkeiten und psychosomatische Erkrankungen wie z.B. Unterleibsbeschwerden, Essstörungen, Missbrauch von Alkohol, Drogen, Tabletten, selbstverletzendes Verhalten, Isolation bis hin zu Selbstmordgedanken.

In der Zeit nach der Vergewaltigung sind die Reaktionen des Umfeldes für die betroffene Frau sehr wichtig. Insbesondere der Kontakt zu den nächsten Vertrauenspersonen kann für eine Verarbeitung der Gewalterfahrung besonders wichtig sein. Nach Gewalterlebnissen sollte aber auch unbedingt fachliche Hilfe in einer Beratungsstelle oder bei niedergelassenen PsychotherapeutInnen in Anspruch genommen werden. Je früher, um so geringer sind die langfristigen Folgen! Fachleute können einen Überblick über die persönlichen Möglichkeiten im Umgang mit den seelischen Folgen der Gewalttat geben, in der Krisensituation therapeutisch und beraterisch helfen und die Folgen einer sexuellen Gewalttat mildern.

Jede Frau hat das Recht, nach einer Vergewaltigung den für sie besten Weg zu gehen. Informieren Sie sich über Ihre Möglichkeiten der Unterstützung und Hilfe. Haben Sie den Mut, sich anzuvertrauen und sich Ihr Recht auf Unterstützung zu holen.

* Studie des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend 2004

** Statistische Angaben 2005 (Frauen ab 18 Jahre), Landeskriminalamt und Polizeidirektion Ulm

Beweissicherung und ärztliche Versorgung

Beweissicherung

Wenn Sie vergewaltigt oder sexuell genötigt wurden, ist es im Falle einer Anzeige für die Beweissicherung wichtig, **Folgendes zu beachten:**

- Bitte waschen Sie sich nicht – auch wenn es sehr ekelig und Ihr dringendstes Bedürfnis ist!
- Reinigen Sie keine Kleidung und werfen Sie nichts weg (Tampons, Tempos oder Slipeinlagen etc.)!
- Bewahren Sie – wenn möglich in Plastiktüten – alle Gegenstände auf, mit denen der Täter in Berührung kam (Bettlaken, Gläser etc.)!
- Auch Fotos von äußerlich sichtbaren Verletzungen haben einen hohen Stellenwert. Wenn es Ihnen möglich ist, lassen Sie diese Verletzungen von einer Vertrauensperson oder einer Ärztin/einem Arzt fotografieren.

Frauenärztliche Untersuchung

Eine medizinische Untersuchung ist in jedem Fall – unabhängig von der Anzeige bei der Polizei – wichtig für Ihre Gesundheit. Es geht um mögliche Verletzungen, die festgestellt und behandelt werden müssen. Kurz nach der Tat ist die gynäkologische Untersuchung auch sehr wichtig, um vorhandene Spuren zu sichern. Sperma, Blut, Haare und Hautteilchen des Täters können meist nur innerhalb von 24 Stunden nachgewiesen werden und dienen der Überführung des Täters. Wenn Sie sich zur Anzeige entschlossen haben, ist diese Beweissicherung sehr wichtig. Die Untersuchungsergebnisse sind auch gültig, wenn Sie zu einem späteren Zeitpunkt anzeigen wollen.

Die medizinische Untersuchung in der Frauenklinik Ulm erfolgt nach Kriterien, die zur Vorlage am Gericht notwendig sind. Das bedeutet, die Untersuchungsergebnisse dienen als gerichtsverwertbare Beweismittel. Wenn Sie lieber zu einer Ärztin/einem Arzt Ihres Vertrauens gehen wollen, fragen Sie bitte nach, ob sie eine für das Gericht verwertbare beweis-sichernde Untersuchung vornehmen lassen können –

dies ist nicht bei allen niedergelassenen Ärztinnen/Ärzten möglich. Sie können sich zu der ärztlichen Untersuchung von einer Person Ihres Vertrauens oder von einer unserer Mitarbeiterinnen begleiten lassen.

Frauenklinik Ulm

Ambulanz der gynäkologischen Abteilung
Prittwitzstraße 43
89073 Ulm
Tel. (0731) 500 - 58 678

Tests und Schwangerschaft

Im Gespräch mit der Ärztin/dem Arzt können Sie Fragen stellen zu möglichen ansteckenden Geschlechtskrankheiten und zum Thema Aids und Hepatitis. Wenn Sie durch die Vergewaltigung schwanger geworden sind, haben Sie das Recht auf einen Schwangerschaftsabbruch bis zur 12. Schwangerschaftswoche (kriminologische Indikation). Die Kosten übernimmt die Krankenkasse. Eine Indikation kann von jedem/r ÄrztIn und von jedem/r Gynäkologen/in ausgestellt werden. Eine Beratung an einer anerkannten Beratungsstelle ist in diesem Fall nicht vorgeschrieben, kann aber jederzeit in Anspruch genommen werden und sehr hilfreich sein.

Beratungsstelle bei Schwangerschaftsfragen und Familienplanung

Schelergasse 6
89073 Ulm
Tel. (0731) 9 68 57 - 0
info@schwangerschaftsfragen.de

Caritas Ulm

Katholische Schwangerschaftsberatung
Olgastraße 137
89073 Ulm
Tel. (0731) 20 63 20
www.caritas.telebus.de

Rechtliche Möglichkeiten bei Vergewaltigung und sexueller Nötigung

Strafrechtliche Möglichkeiten

Basis des staatlichen Strafanspruches ist das Strafgesetzbuch. Darin ist festgelegt, welche Taten als Straftaten angesehen werden und wie der Staat diese ahndet. Die Straftaten gegen die sexuelle Selbstbestimmung sind geregelt in den §§ 174–184 f StGB (Strafgesetzbuch). Hierzu gehört der § 177 StGB, der die Voraussetzungen und die Strafandrohung von sexueller Nötigung und Vergewaltigung festlegt.

Auch eine Vergewaltigung in der Ehe und Partnerschaft ist ein Verbrechen nach § 177 StGB.

Je früher eine Anzeige erfolgt, um so günstiger ist es für die Beweisführung. Dennoch lassen Sie sich genügend Zeit für diese Entscheidung. Denn eine Anzeige nach § 177 StGB wird auf jeden Fall von der Polizei verfolgt. Die Polizei muss ermitteln. Das heißt, dass eine Anzeige wegen Vergewaltigung oder sexueller Nötigung nicht mehr zurückgenommen werden kann. Auch Äußerungen von Bekannten, Freunden und Angehörigen bezüglich einer Vergewaltigung gegenüber Polizeibeamten, setzt ein Ermittlungsverfahren in Gang.

Anzeige ja oder nein?

Viele Frauen erkundigen sich bei Frauen helfen Frauen, ob das, was passiert ist, strafrechtlich verfolgt wird z.B.: „Er hat mich aufgefordert sein Glied anzufassen, ist das sexuelle Nötigung?“. „Als 13jährige bin ich sexuell missbraucht worden, jetzt bin ich 27 Jahre alt, kann ich den damaligen Nachbarn noch anzeigen?“ „Ich wurde vor einem 1/2 Jahr von einem Bekannten meines Freundes vergewaltigt, ich habe es bislang niemanden erzählt, wird man mir vor Gericht glauben?“

Diese Fragen und Unsicherheiten sollen ernstgenommen werden und können auch im Vorfeld einer Anzeige besprochen werden.

Wenn Sie noch nicht genau wissen, ob Sie eine Anzeige erstatten sollen oder Ihnen dieser Schritt schwer fällt, können Sie das Angebot der Beratung an unserer Fachstelle annehmen.

Anwaltliche Beratung

Wenn Sie eine Beratung durch eine Anwältin oder einen Anwalt wünschen, unterstützen wir Sie und vermitteln Ihnen entsprechende Adressen von erfahrenen Rechtsanwältinnen oder Rechtsanwälten. Wir helfen Ihnen, eine kostenlose Erstberatung zu erhalten.

Die Anwältin, der Anwalt kann Sie umfassend und detailliert über Ihre Rechte im Strafverfahren oder im Zivilverfahren beraten. Wichtige Informationen über Verjährungszeiten, Art der Straftat und Opferrechte sowie die Klärung der Anwaltskosten im Rahmen des Strafverfahrens können für Sie auch im Vorfeld einer Strafanzeige von Bedeutung sein.

Der Weg zur Polizei –

Anzeige erstatten bei aktueller Gewalttat

Wenn Sie in Ulm in akuter Gefahr sind, rufen Sie die Polizei über den **Notruf 110**.

Die diensthabenden BeamtInnen erheben alle Daten, die zur kurzfristigen Ergreifung des Täters führen können.

§ 177 Abs. 1 StGB besagt:

Wer eine andere Person mit Gewalt, durch Drohung mit gegenwärtiger Gefahr für Leib oder Leben oder unter Ausnutzung einer Lage, in der das Opfer der Einwirkung des Täters schutzlos ausgeliefert ist, nötigt, sexuelle Handlungen des Täters oder eines Dritten an sich zu dulden oder an dem Täter oder einem Dritten vorzunehmen, wird mit Freiheitsstrafe nicht unter einem Jahr bestraft (sexuelle Nötigung).

In § 177 Abs. 2 StGB wird der besonders schwere Fall geregelt, der besagt, wenn der Täter mit dem Opfer den Beischlaf vollzieht oder ähnliche sexuelle Handlungen an dem Opfer vornimmt oder an sich von ihm vornehmen lässt, die dieses besonders erniedrigen, vor allem, wenn sie mit dem Eindringen in den Körper verbunden sind (Vergewaltigung) oder die Tat von mehreren gemeinschaftlich verübt wurde, dann wird auf Freiheitsstrafe nicht unter 2 Jahren erkannt. Auch der Versuch einer sexuellen Nötigung oder Vergewaltigung ist strafbar.

Für die weitere Anzeigenerstattung ist in Ulm die **Kriminalpolizei**, am Münsterplatz 47
Tel. 188 - 0 zuständig.

Im Dezernat für Sexualdelikte arbeiten auch Kripo-beamtinnen, die speziell für die Befragung bei Vergewaltigung und sexueller Nötigung geschult sind.

Die polizeiliche Vernehmung

Sie dürfen zur Anzeigenerstattung eine Person des Vertrauens und/oder eine Anwältin, ein Anwalt mitnehmen. Sie haben das Recht, dass eine Beamtin die polizeiliche Vernehmung durchführt. Bei dieser polizeilichen Vernehmung müssen Sie Angaben machen zur Tat, zum Täter und zum Geschehen der Tat. Diese Schilderungen müssen so genau wie möglich sein. Ihre Aussagen können eventuell gleich auf Tonband aufgenommen werden. Oder Ihre Zeugenaussage kann auf Video aufgezeichnet werden und entlastet Sie unter bestimmten Voraussetzungen vor einer erneuten persönlichen Vernehmung.

Folgende Fragen werden häufig gestellt:

Was ist passiert?

Wo und wann war es?

Gibt es Beweise?

Gibt es Spuren?

Hat jemand bemerkt, was passiert ist?

Wie wurde die sexuelle Gewalt ausgeübt?

Wie oft war es?

Wann hat es aufgehört?

Die detaillierte Beschreibung ist sehr wichtig, denn die Polizei ist verpflichtet, den Sachverhalt genau zu erforschen und Ermittlungen einzuleiten.

Die Zeugenaussage kann für Sie anstrengend werden, je nachdem wie viele einzelne sexuelle Übergriffe Sie erfahren mussten oder weil es auch schwer ist, darüber zu reden. Es gibt immer die Möglichkeit, Pausen einzulegen.

Das Vernehmungsprotokoll bleibt bei der Polizei. Es ist möglich, dass Ihre eigene Adresse in den Akten nicht vermerkt wird. Besprechen Sie dies mit Ihrer Anwältin/Ihrem Anwalt.

Es ist ratsam für sich selbst ein Gedächtnisprotokoll über den Tathergang aufzuschreiben, es ist für die spätere Gerichtsverhandlung hilfreich.

Gynäkologische Untersuchung

Falls Sie zum Zeitpunkt der Anzeigenerstattung noch nicht gynäkologisch untersucht wurden und dies jetzt wichtig ist, um vorhandene Spuren zu sichern, begleitet Sie die Polizeibeamtin oder der -beamte in die Frauenklinik Ulm oder zu einer Ärztin oder einem Arzt Ihrer Wahl (siehe auch Seite 6, Frauenärztliche Untersuchung).

Ermittlungsverfahren

Nachdem die Polizei von der Straftat erfahren hat, ist sie von Amts wegen verpflichtet, den Täter zu ermitteln. Dies bedeutet z.B. bei aktueller Gewalt, dass der Beschuldigte gesucht wird, der Tatort aufgesucht wird, um Beweise zu sichern und, dass weitere Zeugen vernommen werden. Liegen die geschilderten sexuellen Übergriffe zeitlich zurück, werden alle zur Verfügung stehenden Informationen gesammelt. Der Beschuldigte wird zu den Vorwürfen vernommen.

Wenn die Ermittlungen abgeschlossen sind, entscheidet die Staatsanwaltschaft, ob es zu einer Anklageerhebung oder zur Einstellung des Verfahrens kommt. Ihr Anwalt/Ihre Anwältin kann Ihnen konkrete Verfahrensabläufe erklären und Ihre Rechte im Ermittlungsverfahren vertreten.

Die Polizeibeamten informieren Sie, wenn sie den Verdächtigen vernehmen, sie halten Kontakt und geben auch Informationen über den Stand der Ermittlungen. Diese Ermittlungszeit kann einige Wochen in Anspruch nehmen, je nach notwendigen Zeugenaussagen und wichtigen Überprüfungen.

Sobald die Ermittlungen der Polizei laufen und Sie noch keinen anwaltlichen Beistand haben, ist es sehr ratsam nun eine Anwältin, einen Anwalt Ihres Vertrauens zu bitten, alle weiteren Schritte zu erklären und sich aktiv am Ermittlungsverfahren zu beteiligen (z.B. Akteneinsicht, weitere Zeugen und Beweise benennen).

Rechtsbeistand und Nebenklage

Nach dem Opferschutzgesetz haben Sie das Recht, eine Anwältin oder einen Anwalt als Verletztenbeistand zu beauftragen, der Ihnen unter bestimmten Voraussetzungen mittels Prozesskostenhilfe beigeordnet werden kann. Wenn Sie Opfer einer Vergewaltigung oder sexuellen Nötigung sind, können Sie für das Strafverfahren einen Antrag auf Zulassung als Nebenklägerin beim Gericht stellen. Ihre Anwältin/Ihr Anwalt wird Sie detailliert über Ihre Rechte und über mögliche Kosten der anwaltlichen Vertretung im Strafverfahren informieren.

Einige wichtige Vorteile der Nebenklage sind:

- Einsicht in die Akten zu nehmen
- während des Gerichtsverfahrens eigene Anträge zu stellen z.B. Ausschluss der Öffentlichkeit
- Fragen an den Angeklagten und an die Zeugen zu stellen
- Beweisanträge zu stellen
- ein Plädoyer zu halten
- Rechtsmittel einzulegen

Wenn Sie weder Nebenklage noch die Beordnung eines Beistandes beantragt haben, werden Sie vor Gericht lediglich als Zeugin vernommen und haben selbst keine Möglichkeit, auf das Verfahren Einfluss zu nehmen.

Hauptverhandlung / Strafprozess

Sie werden als Zeugin zum Verhandlungstag geladen. Das bedeutet, dass Sie vor dem Gericht Ihre Aussage wiederholen und Fragen zum Tathergang beantworten müssen.

Sind viele Zeugen und Sachverständige (z.B. Gutachter, Ärzte) geladen, kann die mündliche Verhandlung auch mehrere Tage dauern. Ihre Aussage wird zu einem bestimmten Zeitpunkt festgelegt, dennoch können Wartezeiten entstehen.

Es ist gut, sich von Personen Ihres Vertrauens begleiten zu lassen, dies können z.B. Mitarbeiterinnen unserer Beratungsstelle sein oder FreundInnen. Somit haben Sie während der Wartezeit und den Pausen eine/n Ansprechpartner/in.

Über den Ablauf der mündliche Hauptverhandlung können Sie sich im Vorfeld informieren. Einiges haben Sie dann schon einmal gehört. Das gibt Sicherheit – z.B. Die Belehrung vor Gericht, Beweisaufnahme, Plädoyers.

Ihre Aussage vor Gericht

Beantworten Sie die Fragen, so gut Sie können. Wenn Sie etwas nicht mehr genau wissen, sagen Sie es. Niemand kann erwarten, dass Sie alle Details noch präzise schildern können. Trauen Sie sich auch nachzufragen, wenn Sie etwas nicht genau verstanden haben. Nach der Befragung durch die/den vorsitzende/n Richter/in haben alle anderen Verfahrensbeteiligten das Recht, Ihnen Fragen zu stellen, auch der Angeklagte selbst. Die Fragen der Verteidigung werden oftmals als unangenehm empfunden, weil diese versuchen wird, Ihre Glaubwürdigkeit in Frage zu stellen.

Sind alle Zeuginnen und Sachverständige wie ÄrztInnen, GutachterInnen gehört worden, wird die Beweisaufnahme geschlossen. Sie können anschließend als ZuhörerIn bis zur Urteilsverkündung im Gerichtssaal bleiben.

Es folgen die Plädoyers der Staatsanwaltschaft, der Nebenklagevertretung und der Verteidigung. Alle fassen wichtige Sachverhalte und Beweismittel zusammen, bewerten sie und fordern Freispruch oder ein bestimmtes Strafmaß und Auflagen. Der Angeklagte hat das letzte Wort und kann entscheiden, ob er etwas sagen möchte.

Das Gericht zieht sich dann zur Beratung zurück. Das Verfahren endet mit der Verkündung des Urteils durch die/den vorsitzende/n RichterIn.

Zivilrechtliche Möglichkeiten

Es gibt zwei Möglichkeiten, einen Schaden und Schmerzensgeldanspruch beim Täter einzufordern. Eine Möglichkeit besteht darin, die Forderungen im sogenannten Adhäsionsverfahren im Strafprozess geltend zu machen. Dies hat zum Vorteil, dass in einem einzigen Verfahren sowohl die Bestrafung des Täters als auch die Verurteilung zur Zahlung von Schmerzensgeld erfolgt.

Eine andere Möglichkeit ist, dass die Forderungen in einem getrennten Zivilverfahren, entweder durch Mahn-/Vollstreckungsbescheid oder durch eine Klage vor dem Zivilgericht geltend gemacht werden kann. Möglicherweise muss dann eine weitere zivilrechtliche Beweisaufnahme erfolgen. Eine vorausgegangene strafrechtliche Verurteilung des Täters ist jedoch hilfreich.

Das Opferentschädigungsgesetz

Wenn Sie Opfer einer Gewalttat wurden, die Tat angezeigt haben und einen gesundheitlichen (körperlichen und/oder seelischen) oder wirtschaftlichen Schaden erlitten haben, leisten die Versorgungsämter Unterstützung. Übernommen werden die

- Kosten der Heil- und Krankenbehandlungen
z.B. auch Psychotherapie
- Beschädigten- und Hinterbliebenenrente, wenn die Gesundheitsschädigung aufgrund der Gewalttat sehr schwer ist
- Witwen- und Waisenrente (bei Mord/Totschlag)

Leistungen werden ab Antrag gewährt. Der Täter wird wegen Kostenerstattung benachrichtigt. Aus diesem Grunde ist eine Verurteilung des Täters wichtig. Auf jeden Fall brauchen Sie ärztliche Atteste, die deutlich machen, dass Ihre gesundheitliche Beeinträchtigung direkt mit der erlebten Gewalttat in Zusammenhang steht.

Antrag stellen Sie beim Versorgungsamt, das für Ihren Wohnort zuständig ist. Die Bearbeitungszeit kann bis zu einem Jahr andauern.

Versorgungsamt Ulm
Wilhelmstraße 23–25
Tel. 189 - 27 26 oder 27 27

Gewalt stellt immer einen Angriff auf Ihre Menschenwürde dar und ist Unrecht. Sie gedeiht am besten im Verborgenen und häufig in sehr vertrauten Beziehungen. Wir behandeln Ihre Angelegenheit vertraulich. Sie müssen uns das, was Sie erlebt haben, nicht beweisen. Wir glauben Ihnen das, was Sie uns erzählen. Sie können die Dauer und die Form Ihrer Unterstützung mitbestimmen.

Beratung, Begleitung, Information – Frauen helfen Frauen e.V.

Der Verein Frauen helfen Frauen hat mit dem Notruf für Frauen eine Beratungs- und Anlaufstelle bei sexueller Gewalt eingerichtet. Tagsüber beraten Diplom-Sozialpädagoginnen im Frauenberatungszentrum, nachts und am Wochenende ist das Krisentelefon der Telefonseelsorge geschaltet. Durch die Kooperation mit der Telefonseelsorge sind wichtige und notwendige Informationen und Hilfestellungen rund um die Uhr möglich.

Krisenintervention und Beratung

Wir unterstützen Sie bei der Klärung der aktuellen Gefahrensituation und bei rechtlichen, finanziellen und gesundheitlichen Fragen im Zusammenhang mit der Gewalterfahrung. Wir beraten einmalig oder mehrmals, auch anonym, telefonisch und persönlich. Bei Bedarf kann auch ein/e DolmetscherIn einbezogen werden. Sie können über die erlebte Gewalt und die damit verbundenen Ängste und Verletzungen offen sprechen.

Vermittlung

Wir helfen Ihnen bei der Suche nach ÄrztInnen, TherapeutInnen, Kliniken, RechtsanwältInnen und anderen Hilfeinrichtungen. Wenn Sie Fragen zu Therapien haben und/oder TherapeutInnen suchen, die Erfahrungen mit Gewaltopfern haben, helfen wir Ihnen bei der Vermittlung und bieten Ihnen Gespräche und Unterstützung bis zum Beginn der Therapie.

Rund um das Strafverfahren

Wir unterstützen Sie bei Ihrer Entscheidung, ob Sie eine Anzeige erstatten möchten und geben Ihnen wichtige Informationen. Auf Wunsch begleiten wir Sie zu Behörden, zur ärztlichen Untersuchung oder zu einer Rechtsanwältin/einem Rechtsanwalt und zur Polizei. Wir stehen Ihnen während der gesamten Zeit der Strafverfolgung zur Seite und unterstützen Sie in der Vorbereitung auf die Hauptverhandlung und begleiten Sie zu den Gerichtsterminen.

Gruppenangebote

Wir bieten angeleitete Gruppen für Frauen mit Gewalterfahrungen an oder vermitteln an Selbsthilfegruppen. Sie können mit anderen Frauen, die Ähnliches erlebt haben, in Austausch kommen.

Beratung für Partner/in, Angehörige

Unterstützung und Beratung erhalten auch Angehörige, PartnerInnen und FreundInnen (siehe Seite 19, Was Angehörige tun können).

Kollegiale Fachberatung

Wir beraten auch FachkollegInnen, wie sie Frauen nach erlebter sexueller Gewalt unterstützen können.

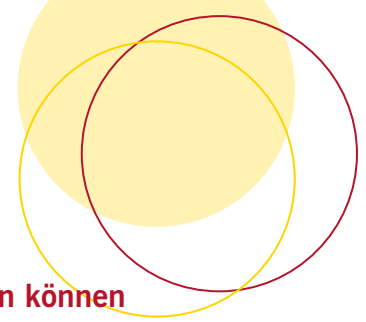
Workshops und Fortbildungsseminare

Unsere Workshops „Nein heißt Nein!“ bieten wir an Schulen und Berufseinrichtungen sowie Fortbildungsseminare für verschiedene Berufsgruppen an.

Frauen helfen Frauen e.V. Ulm

Olgastraße 143
89073 Ulm
Tel. (0731) 61 99 06
info@fhf-ulm.de

Notruftelefon der Telefonseelsorge nachts und am Wochenende (0731) 6 98 84



Was Sie selbst tun können

Jede Vergewaltigung und sexuelle Nötigung ist ein Angriff auf den Körper, den Geist und die Seele. Es ist wichtig, mit den eigenen Gefühlen und Problemen nicht allein zu bleiben. Da viele der Übergriffe im näheren sozialen Umfeld stattfinden, im Freundes-, Bekanntenkreis, am Arbeitsplatz, in der Familie und Partnerschaft, ist es oft sehr schwer, den Schritt zu wagen, sich wieder anzuvertrauen, besonders weil das Vertrauen so massiv erschüttert wurde.

Es ist wichtig, mit den eigenen Gefühlen und Problemen nicht allein zu bleiben. Viele Frauen, die eine Vergewaltigung erlebt haben, wenden sich erst nach Wochen und Monaten an eine professionelle Hilfeeinrichtung. Direkt nach der Tat vertrauen sie sich „der besten Freundin“, dem Partner an oder sie bleiben alleine damit („das schaff‘ ich schon“). Wir möchten Sie aber dazu ermutigen, sich sobald Sie sich dazu in der Lage fühlen, professionelle Hilfe in einer Beratungsstelle, bei einer Ärztin/einem Arzt oder einer Psychotherapeutin/einem Psychotherapeuten zu holen (siehe Seite 15, Beratung, Begleitung, Information). Darüber hinaus gibt es aber auch einige Dinge, die Sie für sich selbst tun können:

Gedächtnisstütze

Versuchen Sie einer Vertrauensperson den Tathergang zu schildern, wenn Sie nicht sofort anzeigen möchten. Diese Person ist dann eine wichtige unmittelbare Zeugin.

Günstig ist ein schriftliches Gedächtnisprotokoll, auch Nebensächlichkeiten können von Bedeutung sein. Das Niederschreiben kann für Sie selbst erleichternd wirken.

Selbsthilfe

Selbsthilfe unterstützt die eigenen Selbstheilungskräfte und den natürlichen Verarbeitungsprozess. Gespräche mit Vertrauenspersonen sowie Ablenkungen durch Unternehmungen und Hobbies können helfen. Körperliche Aktivitäten wie z.B. Joggen können angestaute Wut und Aggression abbauen und wieder ein positives Körpergefühl vermitteln. Entspannungsübungen und Musik können wieder Ruhe einkehren lassen. Wichtig ist, dass Sie das finden, was Ihnen gut tut.

Unterstützung durch Angehörige, PartnerIn und FreundInnen

Menschen, die verständnisvoll mit Ihnen umgehen, sind Balsam für Ihre Seele. Achten Sie dabei auf die Zeit, die Sie brauchen, auf Ihre innere Stimme und lassen Sie sich zu nichts drängen (siehe Seite 19, Was Angehörige tun können).

Selbsthilfegruppen

Frauen, die den Austausch mit anderen betroffenen Frauen suchen, können sich an die bestehenden Selbsthilfegruppen für Frauen, die Gewalt erlebt haben, wenden. Gerne vermitteln wir Ihnen den Kontakt zu einer Gruppe in Ulm.

Internet

Sie können über das Internet Informationen zum Thema, Beratung von Hilfeeinrichtungen oder gegebenenfalls auch Kontakt zu Frauen erhalten, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben.

Literatur

Es gibt sehr gute Literatur für Frauen, die sexuelle Gewalt erlebt haben, Ratgeber für Betroffene und Erfahrungsberichte sowie Fachbücher. Weiterführende Literatur können Sie bei Frauen helfen Frauen e.V. Ulm erfragen oder im Internet erhalten Sie unter www.frauennotrufe.de bundesweite Informationen.

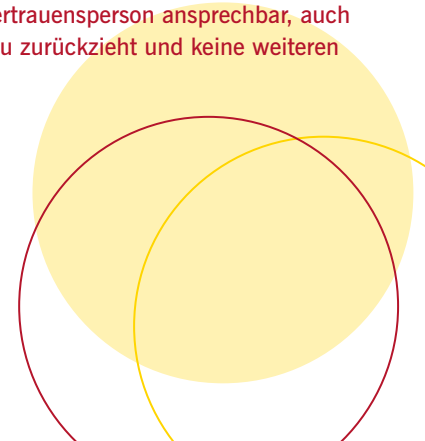
Was Angehörige tun können

In diesem Abschnitt wenden wir uns an Angehörige und Bezugspersonen aus Partnerschaft und Freundeskreis, die Frauen nach erlebter sexueller Gewalt unterstützen wollen. Diese Unterstützung ist wichtig, damit Betroffene den Mut finden, darüber zu sprechen. Es ist nicht leicht, über die Hand am Busen oder über obszöne und beleidigende Anrufe zu sprechen. Es ist erst recht nicht leicht, über den erzwungenen Geschlechtsverkehr, über Ekel und Scham zu sprechen. Besonders, wenn der Täter aus dem sozialen Umfeld oder Bekanntenkreis kommt.

Sie als Angehörige/r, PartnerIn, FreundIn können ermutigen, über Grenzverletzungen zu sprechen. Sie können unterstützen, nach dem ersten Schock einen individuellen Weg zu finden. Sie können entscheidend dazu beitragen, dass die Frau die Gewalterfahrung verarbeiten kann. Diese Unterstützung ist nicht einfach.

Ein paar wichtige Grundhaltungen sind:

- Zeigen Sie, dass Sie dem Täter die alleinige Verantwortung für die Tat geben. Machen Sie deutlich, dass diese Gewalt Unrecht war. Schuldzuweisungen und Unglaube sind für die betroffene Frau unnötige Belastungen.
- Nehmen Sie die Frau mit ihren Gefühlen von Wut, Trauer, Schmerz, Angst ernst. Denn jede Form der Reaktion auf die Gewalttat ist in Ordnung.
- Jede Entscheidung trifft die betroffene Frau selbst. Auch wenn Sie sicher sind, dass es für die Frau richtig und hilfreich ist, entscheiden Sie nicht über den Kopf der Frau hinweg.
- Bleiben Sie als Vertrauensperson ansprechbar, auch wenn sich die Frau zurückzieht und keine weiteren Gespräche will.



Unterstützung und Verantwortung für Sie selbst als Helfende/r

Eigene Aktivitäten

Schützen Sie sich vor eigenen Aktivitäten, den Täter selbst zur Verantwortung ziehen oder konfrontieren zu wollen. Vermeiden Sie, die Frau zu sofortigen Aktivitäten zu drängen: Es muss sofort Anzeige erstattet werden. Es müssen sofort die Angehörigen informiert werden. Die betroffene Frau muss sofort in psychologische Behandlung etc. Handeln Sie nicht ohne Rücksprache und Zustimmung der betroffenen Frau.

Wahrnehmen und achten

Verantwortungsvolle Unterstützung bedeutet, dass die Bedürfnisse und Wünsche der betroffenen Frau vorrangig wahrgenommen und respektiert werden sollen. Den individuellen Weg der betroffenen Frau anzuerkennen, zu würdigen und zu achten ist sehr wichtig, aber auch nicht einfach. Wenn es Ihnen aus verschiedenen Gründen nicht gelingt, holen Sie sich professionelle Unterstützung.

Eigene Hilfslosigkeit und Überforderung

Für Sie als Bezugsperson kann der Kontakt zu einer betroffenen Frau eine große Belastung bedeuten, weil Ihnen die schrecklichen Berichte über die erlebte Gewalt Angst einflößen und auch bei Ihnen ein Gefühl von Hilfslosigkeit und Ohnmacht auftritt. Das ist verständlich, denn die Verletzung und Demütigung nahestehender Menschen ist schwer zu ertragen. Es ist gut, gemeinsam mit der betroffenen Frau auch nach zusätzlichen unterstützenden Personen Ausschau zu halten.

Beratung für Helfende

Zur eigenen Unterstützung und zur Entlastung können Sie als helfende Person Beratung in unserer Einrichtung annehmen. In den Gesprächen ist es möglich, über eigene Hilfslosigkeit zu sprechen, die Situation der betroffenen Frau besser verstehen lernen und gemeinsam nach unterschiedlichen Lösungsmöglichkeiten zu schauen.

Weitere Opferhilfeeinrichtungen

Weißer Ring e.V.

Der Weiße Ring ist ein bundesweit tätiger Verein, der sich für Opfer von Straftaten einsetzt. In ihm engagieren sich Männer und Frauen verschiedener Professionen ehrenamtlich für den Schutz von Opfern von Straftaten.

Der Weiße Ring bietet:

- Persönliche Betreuung und menschlichen Beistand nach einer Straftat
- Begleitung zu Gerichtsterminen
- Hilfestellung im Umgang mit Behörden
- Vermittlung von Hilfen anderer Organisationen
- **Bundesweites Info-Telefon: (01803) 34 34 34**
- Unterstützung bei materiellen Notlagen im Zusammenhang mit der Straftat, u.a. durch:
 - Beratungsscheck für eine kostenlose Erstberatung bei einem frei gewählten Anwalt und teilweise Übernahme weiterer Anwaltskosten
 - Beratungsscheck für eine kostenlose medizinisch-psychologische Erstberatung bei seelischen Belastungen infolge der Straftat
 - Finanzielle Zuwendungen zur Überbrückung der Tatfolgen

Weißer Ring e.V.

Geschäftsstelle Ulm/Alb-Donau
Tel. (07305) 95 61 07

Landesstiftung Opferschutz

Die Landesstiftung Opferschutz unterstützt Einrichtungen und Projekte, die Opfern von Straftaten helfen und arbeitet eng mit verschiedenen Opfereinrichtungen zusammen. Die individuellen Leistungen für Betroffene sind einmalige materielle Zuwendungen in Form einer Schadenshilfe oder ein Ersatz für nicht einklagbares Schmerzensgeld. Die Stiftung kann in der Regel nur Hilfe gewähren, wenn der Täter wegen der Tat strafrechtlich verurteilt worden ist (es gibt aber auch Ausnahmen).

Im Frauenberatungszentrum können Sie weitere Informationen über die Landesstiftung erhalten.

Landesstiftung Opferschutz

Neckarstraße 145
70190 Stuttgart
Tel. (0711) 2 84 64 54
www.landesstiftung-opferschutz.de

Wichtige Adressen in Ulm

Anzeige – gerichtliches Verfahren

Polizei-Notruf 110

Kriminalpolizei Ulm

Dezernat für Sexualdelikte
Münsterplatz 47
Tel. (0731) 188 - 0

Rechtsantragsstelle am Amtsgericht Ulm

Zeughausgasse 14
Tel. (0731) 189 - 2149

Staatsanwaltschaft Ulm

Olgastraße 109
Tel. (0731) 189 - 0

Medizinische Versorgung

Ärztlicher Notdienst 112

Notfallambulanzen am Universitätsklinikum Ulm

Tel. (0731) 500 - 0

Frauenklinik Ulm

Ambulanz der gynäkologischen Abteilung
Prittwitzstraße 43
Tel. (0731) 500 - 58 678

Beratung und Begleitung

Frauen helfen Frauen e.V. Ulm

Notruf und Beratung bei Vergewaltigung und sexueller Belästigung
Olgastraße 143
Tel. (0731) 61 99 06

Beratungsstelle bei Schwangerschaftsfragen und Familienplanung

Schelergasse 6
Tel. (0731) 9 68 57 - 0

Caritas Ulm

Katholische Schwangerschaftsberatung
Olgastraße 137
Tel. (0731) 20 63 20

Telefonseelsorge – Notruftelefon für Frauen bei Gewalt

(0731) 6 98 84

Weißer Ring e.V.

Geschäftsstelle Ulm/Alb-Donau
Tel. (07305) 95 61 07

Finanzielle Unterstützung

Landesstiftung Opferschutz

Neckarstraße 145
70190 Stuttgart
Tel. (0711) 2 84 64 54

Versorgungsamt Ulm

Opferentschädigung
Wilhelmstraße 23–25
Tel. (0731) 189 - 27 26 oder - 27 27



Olgastraße 143
89073 Ulm
Telefon 0731/61 99 06
Telefax 0731/61 99 01
info@fhf-ulm.de
www.fhf-ulm.de