

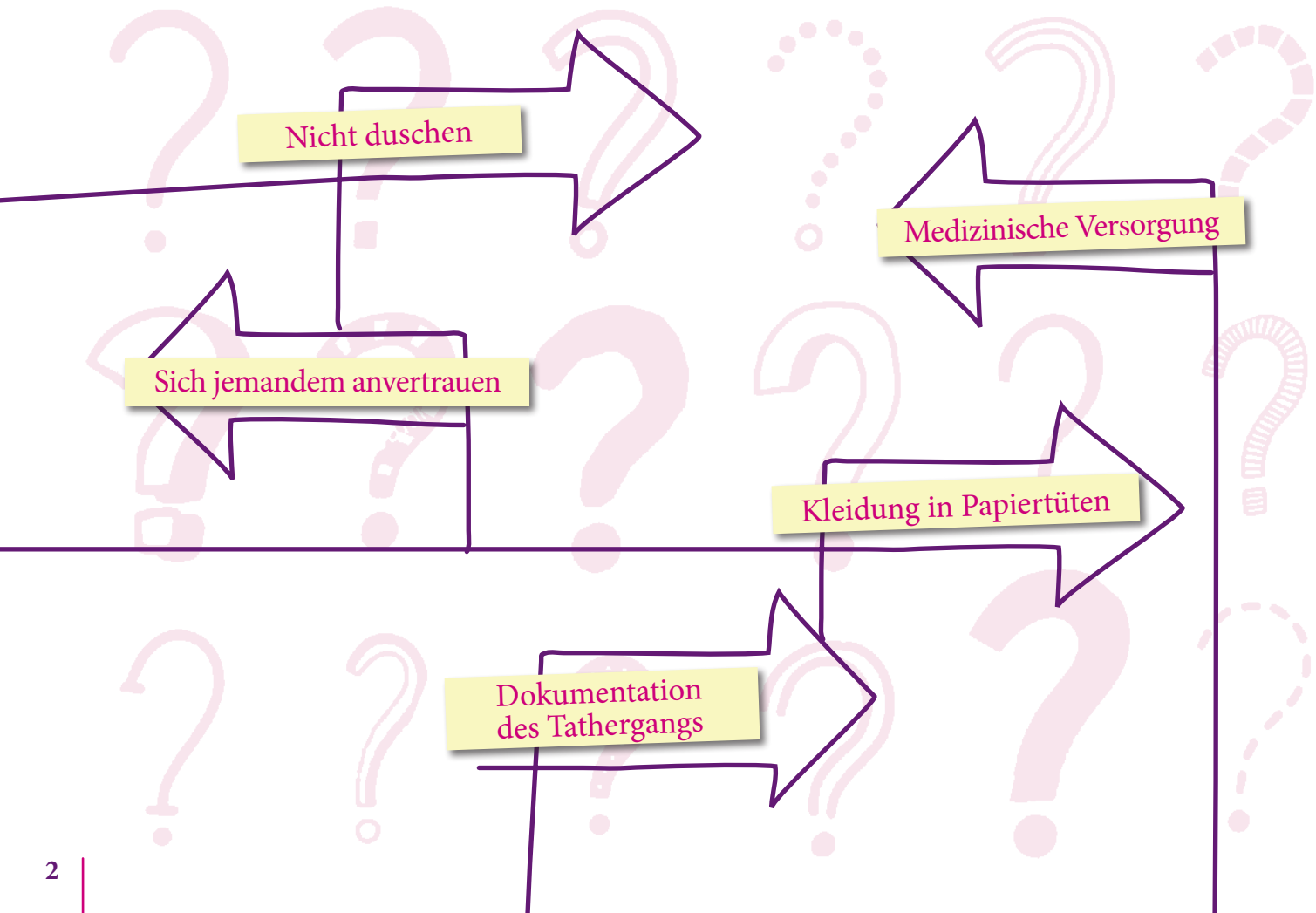
DORNROSE

bei sexualisierter Gewalt e.V.



**Vergewaltigung -
was tun?**

Informationsbroschüre für Betroffene
und Unterstützende



INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort

Allgemeine Informationen

- | | |
|--|----|
| I. Vergewaltigung ist ein Verbrechen | 5 |
| II. Fakten | 6 |
| III. Das Erleben – Während und Danach | 7 |
| IV. Trauma und Traumareaktionen | 9 |
| V. Frauen mit Behinderung | 11 |

Unterstützungs- und Handlungsmöglichkeiten

- | | |
|--|----|
| I. Für Betroffene | |
| • Erste wichtige Schritte | 12 |
| • Erste Anlaufstellen | 13 |
| • Anzeige – Ja oder Nein? | 14 |
| • Anzeige und Vernehmung – Was sollte beachtet werden? | 16 |
| • Das Strafverfahren | 18 |
| • Selbstfürsorge | 21 |
| II. Für Unterstützende | 22 |
| III. Wie unterstützt Dornrose e.V.? | 24 |

Weitere unterstützende Fachstellen	27
---	----



VORWORT

Unsere Informationsbroschüre richtet sich an Sie als Betroffene einer Vergewaltigung und das unterstützende Umfeld. Unser Anliegen ist, Ihnen Informationen, Handlungsmöglichkeiten und Abläufe aufzuzeigen. Dadurch möchten wir Ihnen mehr Handlungssicherheit geben. Ein weiteres Ziel ist es, die Öffentlichkeit auf die Situation der Betroffenen aufmerksam zu machen und zu sensibilisieren.

VERGEWALTIGUNG KANN JEDE PERSON TREFFEN - UNABHÄNGIG VON ALTER, SOZIALER HERKUNFT, AUSSEHEN ODER VERHALTEN.

Wir, die Fach- und Beratungsstelle Dornrose e.V., bieten Beratung und Unterstützung bei sexualisierter Gewalt an Kindern, Jugendlichen und Frauen. Diese Broschüre richtet sich beson-

ders an betroffene Mädchen und Frauen. Auch Jungen und Männer sind von sexualisierter Gewalt betroffen. Für sie gibt es eigene spezialisierte Fachstellen (S. 27).

Uns ist ein Anliegen, Ihnen als Betroffene Informationen und Unterstützung zu bieten, um sich im „Dickicht der Institutionen“ zurecht zu finden und jede erdenkliche Unterstützung beim Umgang mit dem Erlebten zu bekommen.

Es gibt nicht die typische Reaktion auf eine Vergewaltigung und daher ist der Umgang damit individuell. Es könnte wichtig für Sie sein, strafrechtlich dagegen vorzugehen. Oder aber Sie wollen das traumatische Erlebnis ohne Öffentlichkeit verarbeiten.

UNABHÄNGIG VON IHRER ENTSCHEIDUNG FINDEN SIE BEI UNS UNTERSTÜTZUNG.

ALLGEMEINE INFORMATIONEN

I. VERGEWALTIGUNG IST EIN VERBRECHEN...

und kein aggressiver Ausdruck von Sexualität. Es ist die extremste Form des Machtmissbrauchs, bei der Sexualität zur Demütigung benutzt wird. Es ist daher eine **SEXUALISIERTE GEWALTTAT**. Vergewaltigung ist eine von vielen unterschiedlichen Formen sexualisierter Gewalt und wohl eine der schmerzvollsten und erniedrigendsten Erfahrungen, der Frauen und Mädchen in unserer Gesellschaft ausgesetzt sind.

Eine Gesetzesänderung aus dem Jahr 2016 unterstreicht noch einmal, dass sexualisierte Gewalt ein Verbrechen ist. Unter dem Grundsatz „NEIN HEIßT NEIN“ wurde das Sexualstrafrecht verschärft. Ein Vorgehen „GEGEN DEN ERKENNBAREN WILLEN“ ist ausreichend

für die Strafverfolgung. Das heißt, es braucht keine körperliche oder verbale Gegenwehr. Das öffentliche Bewusstsein im Zusammenhang mit sexualisierter Gewalt ist immer noch mit vielen Vorurteilen und Mythen behaftet, sodass Betroffene zusätzlich zu dem Erlebten mit Schuldzuschreibungen belastet werden. Häufig werden Vergewaltigungen und andere sexualisierte Gewalttaten verharmlost oder verleugnet.

EXKURS:

Neben der analen, oralen und vaginalen Vergewaltigung gibt es verschiedenste physische, verbale, nonverbale Handlungen sexualisierter Gewalt, bei der individuelle Grenzen überschritten werden. Dazu zählen u.a.:

- **durchdringende und ausziehende Blicke,**
- **anzügliche Bemerkungen,**
- **unangemessene Berührungen.**

Wie Sie mit solchen Übergriffen umgehen, ob und inwieweit Sie eine rechtliche Verfolgung wollen – für diese Entscheidung bieten wir Ihnen gerne Unterstützung.

II. FAKTEN

- Vergewaltigung ist eine **AGGRESSIV MOTIVIERTE GEWALTTAT** zum Machtmissbrauch. Es besteht keine wissenschaftliche Grundlage, dass der Mann triebgesteuert ist.

- Vergewaltigungen und sexualisierte Gewalttaten werden am häufigsten im **SOZIALEN UMFELD** durch **MÄNNLICHE TÄTER** verübt – in der Familie, in der Partnerschaft, im Freundeskreis, in Vereinen und Institutionen oder am Arbeitsplatz. In einem geringen Maße treten auch Frauen als Täterinnen auf und üben sexualisierte Gewalttaten aus.

- Eine Vergewaltigung erfolgt immer **GEGEN DEN WILLEN** einer Frau und wird von ihr nicht als lustvoll, sondern als **LEBENSGEFÄHRLICHE BEDROHUNG** erlebt. Widerstand und Gegenwehr sind in den allermeisten Fällen nicht oder nur sehr schwer möglich.

- Jede Frau **REAGIERT INDIVIDUELL** auf die Gewalttat. Aufgrund von **SCHAM UND ANGST VOR UNGLAUBWÜRDIGKEIT** und **SCHULDVORWÜRFEN** sind viele Betroffene verunsichert, sich nahestehenden

oder fremden Personen anzuvertrauen oder zur Polizei zu gehen.

- Vergewaltigung geschieht **UNABHÄNGIG VON** äußeren **ERSCHEINUNGSMERKMALEN** wie Alter, Kleidung, Aussehen oder dem gesellschaftlichen Status.

- **FALSCHBESCHULDIGUNGEN** sind laut Polizei **EXTREM SELTEN**. Viel häufiger verzichten Frauen aus Angst und Scham auf eine Anzeige. Je näher ihnen der Täter steht, desto seltener zeigen Betroffene an.

- Eine Vergewaltigung hat **BELASTENDE PHYSISCHE UND PSYCHISCHE AUSWIRKUNGEN**. Fragen wie: „Weshalb bist Du überhaupt mitgegangen?“ bis hin zu: „Warum hast Du Dich nicht gewehrt?“ beinhalten Schuldzuweisungen, die nicht gerechtfertigt sind. Solche Äußerungen basieren auf gesellschaftlich weit verbreiteten Ansichten und Vorurteilen, die stigmatisieren und verunsichern.

**DIESE FAKTEN SIND GRUNDLEGENDE, UM EINE ANGE-
MESSENE PERSPEKTIVE EINZUNEHMEN.**

III. DAS ERLEBEN – WÄHREND UND DANACH

Frauen reagieren **UNTERSCHIEDLICH** auf eine Vergewaltigung. Für betroffene Frauen geht Lebensnormalität verloren. Die Bewältigung der erlittenen Lebensbedrohung bringt viele offene Fragen und Probleme mit sich. Während der Vergewaltigung fühlen sich viele Frauen ohnmächtig und gelähmt, gemischt mit Gefühlen von Demütigung und Erniedrigung. Dazu kommen massive Angstgefühle, wie die Angst vor körperlichen Verletzungen bis hin zu Todesängsten. Im Verhalten wird dieser Schockzustand sowohl während als auch nach der Tat nach außen nicht immer deutlich. Manche Frauen erscheinen nach außen ruhig und gelassen, andere sind verwirrt und desorientiert. In jedem Fall wird die betroffene Frau mit einer **UNZAHL WIDERSPRÜCHLICHER GEFÜHLE** überschwemmt: Ekel, Scham, Wut, Angst, Verletzlichkeit, Hass, Misstrauen, Ohnmacht, Trauer, Schuldgefühle, Selbstzweifel...

Viele Betroffene sind über ihre eigenen, ihnen selbst fremden Reaktionen während und/oder nach der Gewalttat zutiefst irritiert. Dieses Empfinden wird häufig durch

nahestehende Personen verstärkt, die mit Abwehr, Ungläubigkeit oder Schuldzuweisungen reagieren oder bestimmte Erwartungen an das Verhalten der Frau haben. Nicht nur durch den **DRUCK DES SOZIALEN UMFELDES**, sondern auch, um ihr eigenes emotionales Überleben zu sichern, versuchen betroffene Frauen möglichst bald wieder zur „Normalität“ zurück zu kehren. Sie wollen das Erlebte verdrängen und wünschen sich alles vergessen zu können, um so ein gewisses Maß an Sicherheit und Kontrolle zu gewinnen. In dieser Zeit geht es den Frauen in erster Linie darum, das Leben wieder „in den Griff“ zu bekommen. Außenstehende erleben diese Phase der Verdrängung irrtümlicherweise als Rückkehr in den Alltag.

In den meisten Fällen leiden Betroffene über Monate und Jahre hinweg unter den Folgen der Gewalterfahrung und **PSYCHOSOMATISCHEN SYMPTOMEN**. Dies könnten sein: Ess- und Schlafstörungen, Suchtverhalten, Kopfschmerzen, Magenbeschwerden sowie soziale Isolation.

Sie möchten damit als bedrohlich empfundene Situationen vermeiden. Viele Frauen leiden unter Depressionen, haben Suizidgedanken oder versuchen ihren Erinnerungen durch Alkohol-, Drogen- oder Tablettenmissbrauch zu entfliehen. Erfahrungsgemäß ist es für eine Frau sehr schwierig, mit den Folgen einer Vergewaltigung ohne Hilfe und Unterstützung zu leben.

Die **VERARBEITUNG** dieses traumatischen Erlebnisses hängt von vielen Faktoren ab, sie ist jedoch möglich! Zahlreiche betroffene Frauen sind diesen Weg mutig gegangen. Über das Erlebte, die eigenen Empfindungen und Ängste zu sprechen, kann ein erster Schritt für den Verarbeitungsprozess sein.



IV. TRAUMA UND TRAUMAREAKTIONEN

TRAUMA

Der Begriff Trauma lässt sich bildhaft als eine „seelische Verletzung“ verstehen, die durch ein traumatisierendes Erlebnis entstehen kann. Eine traumatisierende Situation bringt Menschen in einen Zustand überwältigender Hilflosigkeit, weil die psychische oder körperliche Unversehrtheit zutiefst bedroht wird.

TRAUMAREAKTIONEN

Dem Körper stehen bei erlebten Bedrohungen folgende Strategien zur Verfügung: **FLUCHT ODER KAMPF**. Gelingt dies nicht, so tritt eine **ERSTARRUNG** ein, um in akuten Situationen Schock und Schmerzen durchzustehen. Betroffene erleben häufig sogenannte **FLASHBACKS**, womit schwer kontrollierbare, plötzlich auftretende Erinnerungen und Körperempfindungen gemeint sind. Diese können durch sogenannte **TRIGGER** ausgelöst werden, die unbewusst an das Trauma erinnern, z.B.

Sexualkontakte, Ähnlichkeiten mit dem Täter, Geräusche oder Gerüche.

Flashbacks sind äußerst belastend, da sie die Betroffenen das traumatische Erlebnis erneut durchleben lassen. Begleitet wird dies oftmals von Herzrasen, Atemnot, Angstzuständen und Beklemmungsgefühlen. Betroffene erleben meist eine permanente innere Anspannung.

Anders als bei einem Autounfall, bei welchem die körperlichen Folgen für Außenstehende unter Umständen deutlich sichtbar sind, sind die **PSYCHISCHEN UND PHYSISCHEN FOLGEN** sexualisierter Gewalt **FÜR ANDERE UNSICHTBAR**. Je nach individuellen und sozialen Ressourcen kann es Betroffenen schwer fallen sich Hilfe zu holen oder eine Anzeige zu erstatten. Schamgefühl und eigene Schuldzuweisungen können ein Grund dafür sein.

DIE FOLGEN SEXUALISIERTER GEWALT SIND SEHR INDIVIDUELL

- Psychische, körperliche und psychosomatische Erkrankungen
- Rückzug aus dem sozialen Umfeld
- Erwerbslosigkeit
- Schwierigkeiten und Ängste vertrauensvolle Beziehungen einzugehen...

MÖGLICHE EMPFINDUNGEN VON BETROFFENEN SEXUALISIERTER GEWALT

- Angst – teilweise Todesangst -, Hilflosigkeit, Verwirrung und das Gefühl von Alleingelassen-Sein
- Angriff auf die ganze Person, die Würde, die körperliche und psychische Unversehrtheit
- Der Macht und Willkür eines Mannes ausgesetzt zu sein
- Gefühl von Ohnmacht und Demütigung...

ES IST SEHR HILFREICH, MIT TRAUMATHERAPEUT/INNEN UND TRAUMAFACHBERATER/INNEN ZU SPRECHEN. SIE HABEN ANSPRUCH AUF PROFESSIONELLE UNTERSTÜTZUNG, JEDOCH AUCH **DAS RECHT, SELBST ZU ENTSCHEIDEN**, OB, WANN, VON WEM UND IN WELCHER FORM SIE DIESE ANNEHMEN WOLLEN.

Die Auswirkungen einer Vergewaltigung müssen einen Menschen nicht lebenslang beeinträchtigen. Besonders **RESSOURCEN UND HILFEN** unterstützen, neue positive Lebenswege zu finden und die **VERARBEITUNG** der traumatisierenden Erlebnisse zu ermöglichen.

V. FRAUEN MIT BEHINDERUNG

Diese Broschüre richtet sich an alle Frauen. Uns ist wichtig, auf die **BESONDERE PROBLEMATIK** von Frauen mit Behinderung hinzuweisen.

Die meisten Betroffenen schweigen aus **SCHAM- UND SCHULDGEFÜHLEN** oder **ANGST VOR UNGLAUBWÜRDIGKEIT** über sexualisierte Gewalterfahrungen. Eine Studie der Universität Bielefeld (2011) zeigt, dass Frauen mit Behinderung sowohl in der Kindheit und Jugend als auch im Erwachsenenalter **ZWEI- BIS DREIMAL SO HÄUFIG BETROFFENE** einer sexualisierten Gewalttat werden. Dies ist vor allem in Verbindung mit Betreuung der Fall.

ZU ÜBER 80% stammen die Täter der sexualisierten Gewalt gegen Frauen mit Behinderung aus deren **SOZIALEM UMFELD**. Die häufig benötigte Unterstützung, d.h. Hilfe bei der Alltagsbewältigung wie Pflege und Haushalt,

schafft eine große körperliche Nähe. Diese **NOTWENDIGKEIT DER UNTERSTÜTZUNG** ermöglicht dem Täter seine Übergriffe zu vertuschen und zu wiederholen. Auch in Institutionen wie Heimen und Krankenhäusern sind Frauen mit Behinderung sexualisierten Gewalttaten ausgesetzt. Viele Frauen mit Behinderung machen von klein auf die Erfahrung, gegen ihren Willen angefasst zu werden. Fremdbestimmung und die kognitive und physische Einschränkung bestimmen ihre Sozialisation und sind Nährboden für sexualisierte Gewalt.

Immer mehr Frauen mit Behinderung brechen trotz aller Hürden und Schwierigkeiten ihr Schweigen. Auch sie finden auf ihrem mutigen Weg, mit den Folgen sexualisierter Gewalt leben zu lernen, professionelle Unterstützung.

UNTERSTÜTZUNG & HANDLUNGSMÖGLICHKEITEN

I. FÜR BETROFFENE

Die folgenden Seiten sind Ihnen als Betroffene gewidmet. Sie allein wissen, was gut für Sie ist und was Sie brauchen. Es gibt jedoch wichtige Aspekte, die wir Ihnen mit auf den Weg geben möchten.

ERSTE WICHTIGE SCHRITTE

SPRECHEN SIE MIT EINER PERSON IHRES VERTRAUENS

Sie brauchen mit den Erfahrungen, die Sie gemacht haben, nicht alleine zurechtzukommen. Es ist sehr entlastend, sich einer Person anzuvertrauen.

SUCHEN SIE EINE/N ÄRZTIN/ARZT AUF

Suchen Sie eine/n Ärztin/Arzt Ihres Vertrauens auf, um sich bei Verletzungen ärztlich versorgen zu lassen und diese zu dokumentieren. Sie können hierfür auch zu jeder Zeit in die Notaufnahme eines Klinikums gehen.

DOKUMENTATION DER EREIGNISSE

Aufgrund der traumatischen Ereignisse kann es sein, dass Sie die Erinnerungen an das Geschehene nicht mehr chronologisch wiedergeben können.

Es ist ratsam, alles zu dokumentieren, woran Sie sich erinnern. Das kann für eine mögliche spätere Strafverfolgung von großer Bedeutung sein. Eine vertraute Person oder die Mitarbeiterinnen einer spezialisierten Fachberatungsstelle können Sie dabei unterstützen.

AUFSUCHEN EINER FACHBERATUNGSSTELLE

Dornrose e.V. ist die zuständige Fachberatungsstelle bei sexualisierter Gewalt in der Region Weiden, Neustadt/WN und Tirschenreuth. Unsere Mitarbeiterinnen, beraten Frauen die sexualisierte Gewalt erlebt haben. Gemeinsam überlegen wir, welche weiteren Schritte Sie unternehmen möchten.

SIE KÖNNEN JEDERZEIT ANZEIGE ERSTATTEN

Wenn Sie sich zu einer Anzeige entschließen, gehen Sie direkt zur zuständigen Kriminalpolizei oder machen telefonisch einen Termin aus. Da es sich bei einer Vergewaltigung um ein Offizialdelikt handelt, muss die Polizei ermitteln.

ERSTE ANLAUFSTELLEN

KLINIKUM	FRAUENARZT/- ÄRZTIN	DORNROSE E.V.	KRIMINALPOLIZEI
<p>Gynäkologische Station</p> <p>Untersuchung und medizinische Versorgung durch weibliche Fachkraft</p> <p>Dokumentation der Befunde</p>	<p>Untersuchung und medizinische Versorgung</p>	<p>Beratung</p> <p>Krisenintervention</p> <p>Stabilisierung</p>	<p>Polizeiliche Vernehmung</p>
<p>Keine Anzeigenerstattung durch das Klinikum. Sie als Betroffene entscheiden selbst!</p>	<p>Dokumentation der Befunde</p>	<p>Gemeinsames Besprechen der weiteren Vorgehensweise</p>	<p>Möglichkeit der gerichtsfesten Spurensicherung durch eine/n Ärztin/Arzt im Klinikum</p>
<p>EXKURS: <i>Eine anonymen Spurensicherung, also eine gerichtsfeste Spurensicherung ohne Anzeigenerstattung, ist rechtlich möglich.</i></p>	<p>Ggfs. Weiterleitung an Klinikum</p>	<p>Unterstützung auf Ihrem Weg der Verarbeitung</p>	<p>Weitergabe der Befunde an Rechtsmedizin und polizeiliche Ermittlung</p>

ANZEIGE – JA ODER NEIN?

Sind Sie unsicher, ob Sie eine Anzeige erstatten wollen? Wir, als spezialisierte Fachberatungsstelle, unterstützen Sie gerne bei dieser Entscheidung, geben Ihnen alle erwünschten Informationen und begleiten Sie auf Wunsch zu Polizei und/oder Gericht.

Durch die Erfahrung in der Arbeit mit betroffenen Frauen hat sich gezeigt, wie wichtig es ist, genau abzuwägen, ob Sie Anzeige erstatten wollen oder nicht. Auch wenn für die Strafverfolgung der Grundsatz „je eher, desto besser“ gilt, ist es notwendig, sich die Zeit zu nehmen, die Sie brauchen.

BEDENKEN SIE JEDOCH:

- Bei einer Vergewaltigung (§ 177 StGB) beträgt die Verjährungsfrist 20 Jahre. Seit dem 27.01.2015 beginnt diese Frist frühestens mit Ablauf des 30. Lebensjahres der Betroffenen. Das heißt, Sie können bis zur Vollendung des 50. Lebensjahres Anzeige erstatten.
- Die Beweisführung wird immer schwieriger.

Vor einer Anzeigenerstattung oder der Verfahrenseröffnung haben Sie Anspruch auf eine **ANWALTliche ERSTBERATUNG**. Wenn Sie geringes/kein eigenes Einkommen nachweisen können, besteht die Möglichkeit, bei der Rechtsantragsstelle des Amtsgerichts einen **BERECHTIGUNGSSCHEIN FÜR BERATUNGSHILFE** zu beantragen. Unter Umständen können Sie auch durch den **WEISSEN RING E.V.** einen Beratungsscheck zur anwaltlichen Erstberatung erhalten.

AUCH IM FALLE EINER SPÄTEREN ANZEIGE SOLLTEN SIE FOLGENDES BEACHTEN:

- Suchen Sie schnellstmöglich Ihre/n vertraute/n Frauenärztin/-arzt oder das Krankenhaus auf.
- Lassen Sie sich alle Verletzungen, die in unmittelbarem Zusammenhang mit dem Übergriff stehen, attestieren.
- Dokumentieren Sie das Erlebte so genau wie möglich. Eine genaue Tatzeit ist sehr wichtig für die Strafverfolgung.

Im Falle einer späteren Anzeige tragen Beweismittel möglicherweise zur Überführung des Täters bei oder sind ausschlaggebend für eventuelle Schadensersatz- und Schmerzensgeldansprüche.

Vergewaltigung ist ein Verbrechen und damit laut gesetzlicher Definition ein **OFFIZIALDELIKT**. Dies bedeutet, es wird immer eine Strafverfolgung in Gang gesetzt, wenn Sie die Polizei benachrichtigen. Allerdings ist keine betroffene Frau verpflichtet, die Vergewaltigung anzuzeigen.

Wenn durch Sie oder eine andere Person eine Anzeige erfolgt ist, raten wir Ihnen dringend, sich umgehend Unterstützung und Hilfe zu holen. Entweder bei einem/einer Anwalt/Anwältin, dem/der Sie vertrauen und der/die sich im Bereich sexualisierte Gewalt auskennt oder beim Frauennotruf.

WENN SIE SICH ZU EINER ANZEIGE ENTSCHEIDEN ODER SIE IN ERWÄGUNG ZIEHEN, BERÜCKSICHTIGEN SIE FOLGENDE HINWEISE:

- Achten Sie darauf, dass Sie nicht ungewollt **BEWEISMITTEL** vernichten.
- Unterwäsche, zerrissene Kleidung und Bettwäsche sollten **UNGEWASCHEN** und nach Möglichkeit **IN PAPIERTÜTEN** getrennt aufbewahrt werden.
- Trotz Ihres verständlichen Ekels ist es sinnvoll, wenn Sie sich vor der ärztlichen Untersuchung **NICHT WASCHEN**.
- Wenn es Ihnen möglich ist, vielleicht mit Unterstützung einer Person Ihres Vertrauens, halten Sie Ihre Erinnerungen an die Tat schriftlich in Form eines **GEDÄCHTNISPROTOKOLLS** fest.

ANZEIGENERSTATTUNG & VERNEHMUNG

ERSTELLEN SIE EIN GEDÄCHTNISPROTOKOLL

Aufgrund der verständlichen Aufregung ist es möglich, dass Sie Details vergessen oder durcheinanderbringen. Hierbei kann es hilfreich sein, vorab den Tathergang zu dokumentieren.

SUCHEN SIE EINEN/EINE ANWALT/ANWÄLTIN AUF

Wenn Sie sich zu einer Anzeige entschließen, empfiehlt es sich immer einen/eine Anwalt/Anwältin aufzusuchen, um von Anfang an eine kompetente juristische Unterstützung zu haben. Als Betroffene einer Vergewaltigung steht Ihnen nach § 397a StPO die Beiordnung eines/einer Anwalts/Anwältin auf Staatskosten zu. Den Antrag hierauf können Sie bei Ihrem/Ihrer Anwalt/Anwältin stellen.

EINE VERTRAUENSPERSON KANN HILFREICH SEIN

Während der Vernehmung darf eine Person Ihres Vertrauens anwesend sein, darum können Sie sich zu Ihrer Unterstützung von Ihrem/Ihrer Freund/in, Angehörigen, Ihrem/Ihrer Anwalt/Anwältin oder einer Mitarbeiterin des Frauennotrufs begleiten lassen.

ERSTATTEN SIE DIE ANZEIGE DIREKT BEI DER KRIPPO

Es ist ratsam, die Anzeige direkt bei der Kriminalpolizei zu erstatten, da dort Beamt/innen arbeiten, die speziell für die Vernehmung von Betroffenen sexualisierter Gewalttaten geschult sind. Es besteht die Möglichkeit, von einer Frau vernommen zu werden. Dies können sie vorab telefonisch bei der Kriminalpolizei abklären.

GEBEN SIE DIE ADRESSE EINER KONTAKTPERSON AUF DEM VERNEHMUNGSBOGEN AN

Wenn Sie nicht wollen, dass der Täter Ihre persönliche Anschrift erfährt, können Sie auf dem Vernehmungsbogen die Adresse einer Kontaktperson angeben. Dies kann die Anschrift einer/eines Vertrauten, des/der Anwaltes/Anwältin oder des Frauennotrufs sein. Da die komplette Ermittlungsakte der Verteidigung und damit auch dem Täter zur Verfügung gestellt wird, ist solch ein Vorgehen möglicherweise sinnvoll für Sie.

NEHMEN SIE SICH DIE ZEIT, DIE SIE BRAUCHEN

Bei der Vernehmung dürfen Sie sich Zeit lassen und es stehen Ihnen Pausen zu.

VERSCHWEIGEN SIE KEINE WICHTIGEN ODER UNANGENEHMEN DETAILS

Auch wenn es Ihnen schwer fällt, den Tathergang zu beschreiben, lassen Sie aus Scham- oder Schuldgefühlen keine wichtigen Details aus. Sollten Erinnerungslücken entstanden sein, weisen Sie darauf hin. Sie können die Informationen auch nachträglich noch mitteilen. Notieren Sie sich daher den Namen des/der Beamten/Beamtin, damit Sie ihn/sie kontaktieren können.

LESEN SIE DAS PROTOKOLL IN RUHE DURCH

Nehmen Sie sich die Zeit, die Sie brauchen, um das Vernehmungsprotokoll in Ruhe durchzulesen. Unterschreiben Sie es nur, wenn alle Einzelheiten stimmen. Nach der Anzeigenerstattung können Betroffene nur über ein Akteneinsichtsgesuch das Vernehmungsprotokoll einsehen.

VERMEIDEN VON TÄTERKONTAKT

Möglicherweise werden Sie während des Ermittlungsverfahrens mehrfach von der Polizei befragt. Es könnte auch zu einer Gegenüberstellung kommen. Dies muss die Polizei so arrangieren, dass ein direkter Kontakt zum Täter vermieden wird.

PSYCHOSOZIALE PROZESSBEGLEITUNG

Psychosoziale Prozessbegleitung ist eine Form der Begleitung für schutzbedürftige Verletzte von Straftaten - vor, während und nach der Hauptverhandlung. Psychosoziale Prozessbegleiter/innen informieren und unterstützen Sie im Strafverfahren, um Ihre Belastung möglichst gering zu halten. Die Psychosoziale Prozessbegleitung kann auf Antrag vom Gericht beigeordnet werden. Nähere Auskünfte erhalten Sie bei Ihrem/Ihrer Anwalt/ Anwältin, der Polizei und dem Frauennotruf.

DAS STRAFVERFAHREN

ANKLAGEERHEBUNG DURCH STAATSANWALTSCHAFT

Nach der Anzeigenerstattung geht die Ermittlungsakte von der Polizei an die Staatsanwaltschaft. Wenn diese mit einer Verurteilung des Täters rechnet, erhebt sie Anklage. Das Gericht entscheidet, ob die vorgelegten Beweise für die Eröffnung eines Verfahrens ausreichen, falls nicht wird das Verfahren eingestellt.

DAUER DES STRAFVERFAHRENS

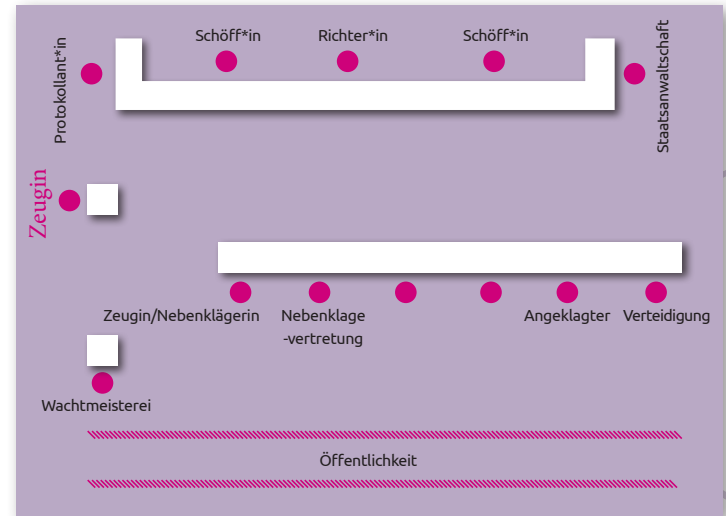
Zwischen Anzeigenerstattung und Beginn des Verfahrens beim Amts- oder Landgericht vergehen oft bis zu eineinhalb Jahre. Ob das Verfahren eröffnet wurde, erfahren Sie erst kurz vor dem ersten Verhandlungstag in Form einer Vorladung.

AUFSUCHEN EINES/EINER ANWALTS/ANWÄLTIN

Wenn Sie es bis jetzt noch nicht getan haben, sollten Sie sich spätestens zum Zeitpunkt der Anklageerhebung an eine/einen erfahrene/erfahrenen Anwältin/Anwalt wenden und weiteres Vorgehen mit ihr/ihm abstimmen.

SITZORDNUNG IM SCHÖFFENGERICHT WEIDEN

Die folgende Abbildung zeigt eine mögliche Sitzordnung des Schöffengerichts in Weiden. Diese kann jedoch unter Umständen (z.B. auf Wunsch der Zeugin) variieren.



AUSSAGEPFLICHT ALS ZEUGIN

Während des gesamten Gerichtsverfahrens ist der/die Vertreter/in der Staatsanwaltschaft Ankläger/in, Sie selbst sind Zeugin. Das heißt, Sie sind verpflichtet, im Prozess auszusagen. Als Ehefrau, Verlobte, Verwandte oder Angehörige des Angeklagten können Sie von Ihrem Zeugnisverweigerungsrecht Gebrauch machen.

DIE NEBENKLAGE

Um Ihre Position vor Gericht zu verbessern und auf das Verfahren einwirken zu können, haben Sie die Möglichkeit, über Ihren Status als Zeugin hinaus Nebenklägerin zu werden. Ihr/Ihre Anwalt/Anwältin, die dann Ihre Nebenklagevertretung wird, beantragt die Zulassung der Nebenklage. Die Kosten trägt der Staat. Bitte beachten Sie, dass bei minderjährigen Angeklagten die Nebenklage nicht vorgesehen ist. Erkundigen Sie sich bei Ihrem/Ihrer Anwalt/Anwältin über weitere Möglichkeiten.

Als Nebenklägerin können Sie oder Ihre Nebenklagevertretung **AKTIV AM PROZESS TEILNEHMEN**. So können Sie vor der Gerichtsverhandlung über Ihren/Ihre Anwalt/Anwältin **AKTENEINSICHT** erhalten. Er/sie kann Beweisangebote und Fragen stellen sowie Fragen und Anträge der Gegenseite beanstanden, um Sie als Zeugin zu schützen und zu unterstützen. Ebenso können Pausen beantragt werden, wenn Sie dies wünschen. Sie können als Nebenklägerin während des gesamten Prozesses anwesend sein. Da Sie trotzdem Zeugin sind, sollten Sie abwägen, wann es vielleicht sinnvoller für Sie sein könnte, nicht im Gerichtssaal zu bleiben. Im Weidener Gericht haben Sie die Möglichkeit, Wartezeiten im Zeug/innenzimmer zu verbringen.

Im Hinblick auf die Verhandlung können Sie sich von einer Beraterin des Frauennotrufs oder Ihrer Psychosozialen Prozessbegleitung unterstützen lassen. Sie wird Ihnen behilflich sein und Sie, wenn Sie es sich wünschen, auch zum Gericht begleiten.

ANWESENHEIT UND AUSSCHLUSS DER ÖFFENTLICHKEIT

Sowohl Journalist/innen als auch unbeteiligte Bürger/innen dürfen grundsätzlich jeder öffentlichen Verhandlung beiwohnen. Das Gericht kann allerdings im Falle von – vor allem minderjährigen – Beschuldigten und Betroffenen die Öffentlichkeit ganz oder zumindest für die Zeit Ihrer Aussage ausschließen, wenn dies aus bestimmten Gründen angeraten ist. Den Antrag stellt Ihre Nebenklagevertretung. Allerdings müssen auch Ihre Begleitpersonen, mit Ausnahme von der Psychosozialen Prozessbegleitung, den Saal verlassen.

RECHTSKRÄFTIGKEIT DES URTEILS

Nach einer Woche ist das Urteil rechtskräftig, wenn weder die Staatsanwaltschaft, noch die Verteidigung oder Ihre Nebenklagevertretung Rechtsmittel (Berufung oder Revision) eingelegt haben. Ansonsten kommt es unter Umständen zu einer neuen Verhandlung. Ob und wann Sie Schmerzensgeld und Schadensersatz geltend machen können, klären Sie mit Ihrem/Ihrer Anwalt/Anwältin.

GLAUBWÜRDIGKEITSGUTACHTEN

Gerade im Bereich der Sexualstraftaten wie Vergewaltigung ist die Beweislage oft schwierig, da es meist nur eine Zeugin gibt, von deren Aussage eine Verurteilung des vermeintlichen Täters abhängt. Oft steht es „Aussage gegen Aussage“, da der Beschuldigte die Tat unter Umständen bestreitet. Die Glaubwürdigkeit der Zeugin ist daher besonders wichtig. Möglicherweise wird daher ein aussagepsychologisches Gutachten beantragt, bei welchem durch eine/einen Psychologin/Psychologen die Glaubwürdigkeit begutachtet wird. Da Sie **NICHT ZUR MITWIRKUNG VERPFLICHTET** sind, sollten Sie mit Ihrem/Ihrer Anwalt/Anwältin besprechen, ob die Begutachtung für Sie sinnvoll ist. Denken Sie daran, dass alles was Sie sagen, in dem aussagepsychologischen Gutachten verwertet und zitiert wird.

DAS OPFERENTSCHÄDIGUNGSGESETZ

Haben Sie aufgrund der Gewalttat gesundheitliche Folgeerscheinungen, besteht die Möglichkeit, verschiedene Versorgungsleistungen nach dem OEG zu beantragen. Für genauere Auskünfte wenden Sie sich an den Frauennotruf und lassen sich von einem/einer Anwalt/Anwältin oder dem Sozialverband VdK beraten.



SELBSTFÜRSORGE

Die belastenden Erfahrungen und die bevorstehenden Entscheidungen und Schritte können viel Energie kosten. Nehmen Sie sich Zeit für sich selbst. Sie wissen am besten, was Ihnen eine kleine Auszeit verschafft und Ihnen auch bisher gutgetan hat. Neben Ihren gewohnten Aktivitäten gibt es Methoden, die dabei helfen, Stress abzubauen, zurück ins Hier und Jetzt zu kommen und wieder etwas Selbstsicherheit zu erlangen. Einige dieser bewährte Übungen möchten wir Ihnen hier auflisten. Genauere Erläuterungen und Anleitungen bekommen Sie jederzeit bei Dornrose e.V. oder im Internet.

DISTANZIERUNGSÜBUNGEN

Diese Übungen dienen dazu, sich von den belastenden Erinnerungen, Bildern oder Gefühlen zu distanzieren. Die Ablenkung durch die Fokussierung und die Achtsamkeit auf eine bestimmte Übung führen in der Folge zu einer Beruhigung.

- 5-4-3-2-1: Was sehe ich, was höre ich, was rieche ich?
- Kopfrechnen oder Rückwärtszählen
- Imaginationsübung:
Der sichere Ort; Wegpacken was zu viel ist

STABILISIERUNGSÜBUNGEN

Stabilisierungsübungen helfen grundsätzlich dabei Stress abzubauen. Ängste, Panik und andere Unsicherheiten sollen gestoppt werden. Die innere Sicherheit wird erhöht und der Stresszustand reduziert.

- Abklopfen des Körpers
- Atemübungen (z.B. Atem zählen: 4 Sekunden ein- und 6 Sekunden ausatmen)
- Yoga und Meditation

RESSOURCENÜBUNGEN

Ressourcen sind alle inneren und äußere Einflüsse, die Sie in irgendeiner Weise unterstützen und Ihnen Selbstsicherheit geben (z.B. Schule, Beruf, Sport, Familie, Freunde, Charaktereigenschaften etc.). Ziel ist die Aktivierung der eigenen Ressourcen und das Bewusstsein dafür zu stärken.

- Notfallkoffer
- Krafttier/Talisman
- Schatzkiste
- Freudentagebuch
- Zubettgeh-Ritual

FINDEN SIE FÜR SICH HERAUS, WELCHE ÜBUNG IHNEN GUTTUT!

II. FÜR UNTERSTÜTZENDE

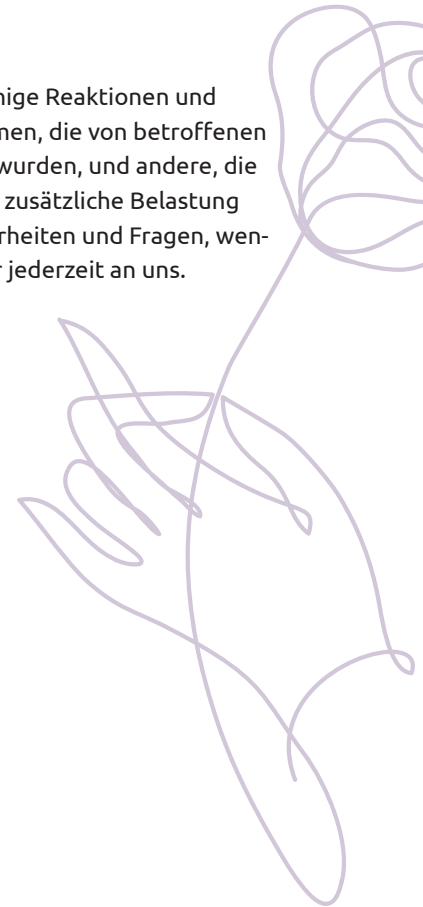
Als unterstützende Bezugsperson sind Sie **VON GROSSER BEDEUTUNG** für die Verarbeitung der Gewalterfahrung und die Bewältigung des Traumas. Wir möchten Sie ermutigen, die Betroffenen zu unterstützen und haben Ihnen daher ein eigenes Kapitel gewidmet.

Es ist durchaus normal, dass Sie sich selbst **HILFLOS, WÜTEND ODER ÜBERFORDERT** fühlen.

WICHTIG:

- Auch für Sie gibt es Unterstützung in der Fachberatungsstelle.
- Seien Sie für die betroffene Frau da, glauben Sie ihr und hören Sie ihr zu.
- Reden Sie ruhig, offen und ehrlich mit ihr, um Missverständnisse zwischen ihnen zu vermeiden.
- Machen Sie keine Versprechungen, die Sie nicht halten können.

Nachfolgend fassen wir Ihnen einige Reaktionen und Handlungsmöglichkeiten zusammen, die von betroffenen Frauen als unterstützend erlebt wurden, und andere, die als wenig hilfreich oder sogar als zusätzliche Belastung empfunden wurden. Bei Unsicherheiten und Fragen, wenden Sie sich als Unterstützende/r jederzeit an uns.



WIE KANN ICH UNTERSTÜTZEN?

UNVOREINGENOMMENHEIT UND VERSTÄNDNIS

Vermeiden Sie versteckte Vorwürfe („Warum hast Du ihn mit in Deine Wohnung genommen?“ oder „Warum sprichst Du erst jetzt darüber?“). Diese stellen eine zusätzliche Belastung dar und können die Schuldgefühle verstärken. Signalisieren Sie der Betroffenen, dass der Täter die alleinige Verantwortung trägt.

EINVERSTÄNDNIS DER BETROFFENEN

Verständlicherweise haben Sie als Bezugsperson das Bedürfnis, konkret zu handeln. Was auch immer Sie vorhaben, unternehmen Sie nichts ohne das Einverständnis der betroffenen Frau. Vor allem rechtliche Schritte sollten nur nach gründlicher Information und nur in Absprache mit ihr eingeleitet werden.

BEDÜRFNISSE UND WÜNSCHE AKZEPTIEREN

Auch gut gemeinte Ratschläge und Hilfsangebote können dazu führen, dass die Betroffene sich bevormundet und kontrolliert fühlt. Unterstützen Sie sie dabei, wieder Selbstvertrauen zu entwickeln und Ihr Sicherheitsgefühl zurück zu gewinnen. Sie entscheiden, was gut für sie ist und ihre Bedürfnisse und Wünsche stehen dabei im Fokus. Dabei sollten Sie nicht vergessen, auf Ihre eigenen Bedürfnisse zu achten und darüber zu sprechen.

GEBEN SIE ZEIT

Jede Frau verarbeitet die erlittene Gewalttat auf ihre Weise und dafür gibt es keine Regeln. Drängen Sie die Frau nicht, alles zu vergessen und endlich wieder zur „Normalität“ zurück zu finden. Im Bereich Sexualität werden Partner/innen häufig mit Problemen konfrontiert, die sie an die Grenzen der Belastbarkeit bringen. Holen Sie sich professionelle Hilfe, wenn Sie überfordert sind. Gerne können Sie sich dabei an uns wenden.

**DAS WICHTIGSTE IST, DASS SIE FÜR DIE BETROFFENE DA SIND UND ZUHÖREN.
DANKE DAFÜR!**

III. WIE UNTERSTÜTZT DORNROSE E.V.?

Dornrose e.V. wurde 1993 als gemeinnütziger Verein gegründet. Unter dem Dach von Dornrose e.V. sind die spezialisierte Fach- und Beratungsstelle bei sexualisierter Gewalt in der Kindheit und der Frauennotruf untergebracht.

Als Fachberatungsstelle arbeiten wir **SOWOHL POLITISCH ALS AUCH KONFESSIONELL UNABHÄNGIG** und finanzieren uns unter anderem aus Beiträgen, Spenden und Bußgeldern. Wir beraten von sexualisierter Gewalt betroffene **KINDER, JUGENDLICHE UND FRAUEN**, Unterstützende und Fachkräfte. Die Beratungen sind für Sie **KOSTENFREI** und **AUF WUNSCH ANONYM**. Wir sind Sozialpädagoginnen und Traumafachberaterinnen und unterliegen der Schweigepflicht. Gerne können Sie auch eine Vertrauensperson zu den Beratungen mitbringen.

Wir begegnen Ihnen mit Offenheit, Wertschätzung, Zugewandtheit und Respekt und beziehen Ihren individuellen Lebensentwurf und die persönlichen Wertvorstellungen in die Beratung mit ein. Wir klären die Öffentlichkeit über sexualisierte Gewalt auf und haben ein vielfältiges Präventionsangebot.

Ebenso spielt die breite Vernetzung mit anderen Frauennotrufen sowie den Facheinrichtungen vor Ort eine wichtige Rolle, um die Sensibilisierung für dieses Thema voranzutreiben und immer weiter in die Öffentlichkeit zu tragen.

Wir bieten Ihnen, als von sexualisierter Gewalt betroffene/r Jugendliche/r und Frau:

- Krisenintervention
- persönliche bzw. telefonische Beratung
- Begleitung, Unterstützung und Weitervermittlung
- sowie eine angeleitete Selbsthilfegruppe

KRISENINTERVENTION bedeutet, dass Sie in einer akuten Krisen- und Notsituation möglichst schnelle und individuelle Unterstützung erhalten. In der Regel sind wir von Montag bis Freitag von 08:30 – 15:30 Uhr persönlich, telefonisch und per E-Mail erreichbar.

PERSÖNLICHE UND TELEFONISCHE BERATUNG

- Traumapädagogische Beratung
- Informations- und Entscheidungshilfe (z.B. Anzeige und Strafverfahren)
- Umgang mit Reaktionen des sozialen Umfeldes
- Ggf. Umgang mit dem Täter
- Planung konkreter Schutzmaßnahmen
- Vermittlung von Informationen und weiteren Hilfsangeboten (z.B. Kliniken und Therapeut/innen)
- Unterstützung im Umgang mit Schlafproblemen, Alpträumen, Panikattacken etc.
- Begleitete Selbsthilfegruppe

Zusätzlich zu den Einzelangeboten besteht eine **BEGLEITETE SELBSTHILFEGRUPPE** für Frauen, die sexualisierte Gewalt erlebt haben. Eigene Kräfte und Fähigkeiten wiederzuentdecken und neue Ideen für das eigene Leben zu entwickeln – dafür bietet diese Gruppe Zeit und Raum. Die Gruppe ist ein Ort des Kraftschöpfens, der gegenseitigen Annahme und Wertschätzung. Die gemeinsamen Gespräche und der Austausch der Frauen untereinander stehen im Mittelpunkt dieses Gruppenangebotes. In einer vertrauensvollen Atmosphäre bringen die Frauen ihre Themen zur Sprache. Die Gespräche sind von gegenseitigem Respekt, Verständnis und Rücksichtnahme geprägt. Die Gruppe findet 14-tägig in den Räumen von Dornrose e.V. statt. Wenn Sie Interesse haben, melden Sie sich bitte telefonisch in der Beratungsstelle.

Vielleicht löst die Vorstellung, sich an den Frauennotruf zu wenden, Ängste, Unsicherheiten oder Schamgefühle in Ihnen aus. Uns sind diese Befürchtungen vertraut und wir werden versuchen, Ihren Gefühlen und Bedürfnissen gerecht zu werden. Wir werden Sie in Ihrem Erleben ernst nehmen und Sie in Ihrem eigenen Tempo in der Auseinandersetzung mit der erlebten Gewalterfahrung unterstützen. Es geschieht nichts gegen Ihren Willen und ohne Ihre Einwilligung.



WEITERE FACHSTELLEN

MEDIZINISCHE UNTERSUCHUNG

- Klinikum Nordopferpfalz
Söllnerstraße 16, 92637 Weiden
Telefon: 0961 303-0

ERSTATTUNG EINER ANZEIGE

- Kriminalpolizeiinspektion Weiden
Regensburgerstraße 52, 92637 Weiden
Telefon: 0961 4010

FRAUENHAUS

- Frauenhaus des Diakonischen Werkes
Telefon: 0961 3893170

HILFETELEFON

- Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen
Telefon: 08000 116 016
- Hilfetelefon sexueller Missbrauch
Telefon: 0800 22 55 530

AIDS-BERATUNG

- Psychosoziale Aids-Beratungsstelle
Bruderwöhrdstraße 10, 93055 Regensburg
Telefon: 0941 791388

STAATLICH ANERKANNTE BERATUNGSSTELLEN FÜR SCHWANGERSCHAFTSFRAGEN

- Donum Vitae
Schillerstraße 11, 92637 Weiden oder Mähringer Straße 9
95643 Tirschenreuth
Telefon: 0961 4016940
- Gesundheitsamt
Maistraße 7-8, 92637 Weiden, Telefon: 09602 790 oder
St.-Peter-Straße 33, 95643 Tirschenreuth, Telefon: 09631 70760
- Caritas Schwangerschaftsberatungsstelle
Nikolaistraße 6, 9263 Weiden
Telefon: 0961 389140

BERATUNGSANGEBOTE FÜR JUNGEN UND MÄNNER

- kibs e.V.
Holzstraße 26, 80469 München
Telefon: 089 231716 9120
- Jungenbüro Nürnberg
Wespennest 9, 90403 Nürnberg
Telefon: 0911 52814751
- Trauma Hilfe Zentrum Nürnberg e.V.
Glockenhofstraße 47, 90478 Nürnberg
Telefon: 0911 990090 11
- AVALON
Casselmannstraße 15, 95444 Bayreuth
Telefon: 0921 512525

DORNROSE

bei sexualisierter Gewalt e.V.

SIE KÖNNEN DORNROSE E.V. UNTERSTÜTZEN:

SAGEN SIE WEITER, DASS ES UNS GIBT!

WIR FREUEN UNS AUCH ÜBER SPENDEN:

Sparkasse Oberpfalz Nord

IBAN: DE95 7535 0000 0009 5052 23

BIC: BYLADEM1WEN

DORNROSE E.V.

Fach- und Beratungsstelle bei sexualisierter Gewalt

Frauennotruf

Goethestraße 7

92637 Weiden

KOSTENFREIE BERATUNG

Telefon: 0961 33099

E-Mail: kontakt@dornrose.de

www.dornrose.de

WIR SIND MITGLIED

- im Deutschen Paritätischen Wohlfahrtsverband – DPWW
- im Bundesverband der Frauenberatungsstellen und Frauennotrufe bff – Frauen gegen Gewalt e.V.
- der Landesarbeitsgemeinschaft der Frauennotrufe in Bayern – FiB
- und bei der DGfPI - Deutsche Gesellschaft für Prävention und Intervention bei Kindesmisshandlung, -vernachlässigung und sexualisierter Gewalt e.V.

Herausgeber: Dornrose e.V.

Initiatorin: Ulrike Weber, Gründungsmitglied, 1. Vorsitzende Dornrose e.V.

Text: Sophia Zeitler, Sozialpädagogin (B.A.)

Elisabeth Scherb, Diplom Sozialpädagogin (FH)

Ilkay Gebhardt, Psychologin (B.Sc.)

Gestaltung: Ela Stark

Druck: flyeralarm, 2020, 1. Auflage

