

Gewalt gegen Frauen in Beziehung –  
was ist das?

Klischees und Vorurteile...

Rad der Gewalt...

Was ist für mich als Migrantin  
besonders zu beachten?

Schutz ist das Wichtigste!

Was kann mich noch schützen?

Was können die Polizei und die  
Justiz für mich tun?

Was können Angehörige tun?

Wo kann ich wohnen?

Wovon soll ich leben?

Was wird mit den Kindern?

Was tun gegen Stalking?

Was können Angehörige tun?

Checkliste...

Zu guter Letzt...

# Nur Mut!

Handlungsmöglichkeiten  
für Frauen in  
Gewaltbeziehung

frauen  
beratungsstelle  
düsseldorf e.V.

## Impressum

### ● Herausgeberin

frauenberatungsstelle düsseldorf e.V.

### ● Konzeption und Redaktion

Almut Lomer und Luzia Kleene

Dank für Unterstützung an die Teamkolleginnen, insbesondere an Etta Hallenga und Ingeborg Nödinger

### ● Grafik-Design Pauline Denecke

### ● Bildnachweis

Seite 25: Lisa Percher u.a. (Hg.)  
Weil der Papa die Mama haut. Kinder aus dem Frauenhaus zeichnen und erzählen.  
Donna Vita, 1997

### ● Druck TIAMATdruck GmbH

Düsseldorf, 2. Auflage 2005

gefördert mit Mitteln des



## Inhalt

Gewalt gegen Frauen in Beziehung –  
was ist das? 4

Klischees und Vorurteile... 6

Rad der Gewalt... 6

Was ist für mich als Migrantin  
besonders zu beachten? 8

Schutz ist das Wichtigste! 9

Was kann mich noch schützen? 10

Was können die Polizei und die  
Justiz für mich tun? 11

Was können Angehörige  
medizinischer Berufe tun? 15

Wo kann ich wohnen? 17

Wovon soll ich leben? 20

Was wird mit den Kindern? 23

Was tun gegen Stalking? 26

Was können Angehörige tun? 28

Checkliste... 29

Zu guter Letzt... 30

! Wir verwenden in dieser Broschüre der Einfachheit halber die weiblichen  
● Gruppen- und Berufsbezeichnungen.  
Wenn wir also nur Freundinnen, Kolleginnen, Rechtsanwältinnen und Polizistinnen nennen, wollen wir damit nicht ausschließen, dass Männer genauso unterstützend, kompetent und hilfreich sein können.

# Gewalt gegen Frauen in Beziehung... Was ist das?

**Grausame Tatsache ist, dass es Gewalt gegen Frauen durch Männer überall, zu jeder Zeit und in jeder Form gab und gibt. Die verbreitetste Form ist die Männergewalt in Beziehungen. Ob verheiratet oder nicht, häufig demütigen, schlagen, treten, beleidigen, vergewaltigen Männer die Frau, die sie angeblich lieben. In der Bundesrepublik bestätigt die aktuellste und umfassendste Untersuchung, dass mindestens jede vierte Frau in ihrer Beziehung Gewalt erlebt. Mittlerweile kommt ca. ein Fünftel dieser Gewalttaten an die Öffentlichkeit. Die betroffenen Frauen sind ganz normale Frauen jeden Alters, jeden Bildungsstands, jeden Aussehens, jedweder sozialer Herkunft. Die Täter können auch z.B. der charmante Nachbar, der nette Kollege oder der sozial engagierte Bekannte sein.**

Gewalt ist das, was das Opfer als solche empfindet, was verletzt, demütigt und erniedrigt. Im Gegensatz zu Streit, Konflikt oder Auseinandersetzung treffen bei Gewalt zwei ungleiche Machtpositionen aufeinander, bei der sich die eine immer durchsetzt. Dem Gewalttäter geht es um die Alleinherrschaft über die Frau.

Gewalttätigkeiten fangen häufig mit Demütigen, Bloßstellen und Diskriminieren (Fertigmachen) an: „Du kannst nichts!“, „Meine Frau hat davon sowieso keine Ahnung!“, „Wie du schon aussiehst!“, „Du Schlampe, Hure, Dumme, Dicke...“ Mit vielfältigen Mitteln versuchen diese Männer, ihre Frauen zu isolieren: Sie ziehen über Freundinnen oder Arbeitskolleginnen her oder benehmen sich denen gegenüber besonders schlecht. Sie überwachen jeden Schritt der Frau eifersüchtig und verlangen über alles, was sie macht, genauesten Bericht. Sie schließen das Telefon ab. Sie sperren die Frau ein. Und und und... Eine so eingeschüchterte und einsame Frau schafft es dann kaum noch, sich zur Wehr zu setzen, wenn er sie zum ersten Mal ohrfeigt, schlägt, würgt, vergewaltigt oder oder oder.

Danach gibt es immer Erklärungen: Alkohol, Eifersucht, schlechter Tag, Ärger mit Gott weiß wem, schwere Vergangenheit, Überforderung oder Vorwürfe: „Du hast mich provoziert“, „Die Kinder waren zu laut“, vielleicht sogar Versprechen „Das kommt nie wieder vor!“ Viele Frauen fangen irgendwann an, selber das Verhalten des Täters zu entschuldigen. Immer wieder bauen sie die Hoffnung auf, dass es diesmal das letzte Mal war, dass von jetzt an alles anders wird. Es bleibt aber gleichzeitig die Angst, dass ES wieder passiert. Und fast immer wird er erneut gewalttätig.

Denn: ob er schlägt oder nicht, hängt nicht vom Verhalten der Frauen oder Kinder ab, sondern von seiner Entscheidung. Wenn er sich ändern soll, muss er sich dazu entscheiden und die notwendige Hilfe holen. Wenn er dies nicht tut, bleibt den Betroffenen nur, sich (und die Kinder) vor weiteren Übergriffen zu schützen.

Viele Frauen halten sogar über Jahre massive Gewalt aus. Sie hoffen immer noch, dass er irgendwann DAMIT aufgehört und nur noch seine „guten Seiten“ zeigt. Sie fühlen sich für alles verantwortlich und schämen sich, persönlich versagt zu haben. Vielleicht ist die Gewalt auch schon alltäglich geworden, und sie können nur darauf achten, dass sie überleben. Oft droht der Mann auch damit, dass er ihr das Geld, die Kinder oder das Leben nimmt. Aus diesem Geflecht von Ängsten und Abhängigkeiten einen Weg zu finden, ist für jede Frau schwer und nachweislich gefährlich, aber es ist nicht unmöglich.

**Diese Broschüre richtet sich direkt an Betroffene, die sich informieren wollen. Sie soll Mut machen. Sie zeigt mögliche Wege auf und die dafür notwendige Unterstützung.**

# Klischees und Vorurteile

Bereits die individuelle Zwangslage macht es betroffenen Frauen schwer, eine Gewaltbeziehung als solche zu benennen und für sich einen sicheren Weg zu finden. Gesellschaftlich vorherrschende Klischees und Vorurteile verschärfen die Problemlage zusätzlich.

- „In jeder Ehe gibt’s mal Krach.“
- „Pack schlägt sich, Pack verträgt sich!“
- „Kein Wunder, die hat es doch verdient.“
- „Das kommt nur bei ‘Asozialen’ vor.“
- „Nur weil der mal schlägt, ist das doch kein Grund, gleich wegzulaufen!“
- „Mir ist höchstens mal die Hand ausgerutscht.“
- „Als Mann kann man sich doch nicht alles gefallen lassen!“
- „Ich klink’ aus, wenn sie nicht pariert.“
- „Schlage deine Frau täglich. Wenn du nicht weißt, warum, sie weiß es!“
- „...“

Männer, Frauen, Freundinnen, Bekannte, Familienangehörige – sie alle kennen und nutzen diese Sprüche. Gewalt gegen Frauen soll so verharmlost werden oder sogar eine Rechtfertigung bekommen. Dadurch entsteht eine soziale Atmosphäre, die die Gewalttäter schützt und verhindert, dass die Frauen Hilfe in Anspruch nehmen. Betroffene Frauen werden nicht als Opfer, sondern mindestens als Mitäterinnen gesehen. Die notwendige Unterstützung bleibt so häufig aus.

# Rad der Gewalt

Dieses Rad der Gewalt zeigt die vielen verschiedenen Formen von Gewalt von Männern gegen „ihre“ Frauen. Egal, welche Art benutzt wird, es geht dem Täter immer um Macht und Kontrolle. Jede körperliche und sexualisierte Gewalt baut auf die vielfältigen Formen von psychischer, emotionaler, ökonomischer und sozialer Gewalt auf und bedingt sie wiederum.

## Rad der Gewalt

Macht und Kontrolle stehen im Mittelpunkt der Gewalt gegen Frauen. Um Macht und Kontrolle über die Frau aufrechtzuerhalten und zu festigen, werden viele Formen von Unterdrückung (Kreisausschnitt) benutzt, die letztlich zu körperlicher Gewalt führen.

Dieses Modell wurde im Domestic Abuse Intervention Projekt in Duluth, USA, entwickelt. Es wird auch in Trainingskursen für Misshandler verwendet. Die Übersetzung leistete die Frauen Beratungsstelle Gladbeck e.V.



## Was ist für mich als Migrantin besonders zu beachten?

Das nachfolgend Geschriebene gilt in vollem Umfang für Sie. Fehlende Sprachkenntnisse und unvertraute soziale Strukturen erschweren sicherlich die einzelnen Schritte. Hinzu kommt, dass restriktive aufenthaltsrechtliche Vorschriften Ihre Situation insgesamt verschärfen. Nehmen Sie schon deshalb jegliche Unterstützung in Anspruch. Scheuen Sie sich auch nicht, die Polizei zu rufen, wenn Sie durch Ihren Mann bedroht sind, von ihm angegriffen, misshandelt und gequält werden!

Für alle Migrantinnen ist ihr Aufenthaltsstatus bei der Einleitung weiterer Schritte maßgeblich von Bedeutung.

Für viele Migrantinnen, die im Zuge des Familiennachzugs nach Deutschland gekommen sind, ist der § 31 Aufenthaltsgesetz bestimmend. Hierdurch erhalten Sie für zwei Jahre einen Aufenthaltsstatus, der davon abhängt, dass Sie mit Ihrem Ehemann zusammenleben. Wenn Ihr Ehemann Sie in dieser Zeit misshandelt, können Sie nach einer Härtefallregelung bereits vor Ablauf der zwei Jahre ein eigenständiges Aufenthaltsrecht erhalten. Dies zu erreichen, kann oft schwierig werden, insbesondere wenn die erlebte Gewalt nur schwer beweisbar ist.

Kompetente Beratung und Unterstützung ist in der Regel notwendig. Lassen Sie – auch wenn Sie zunächst noch keine weiteren (rechtlichen) Schritte einleiten wollen – in jedem Fall Ihre Verletzungen von einer Ärztin attestieren und berichten Sie, was Ihnen passiert ist! Oft noch hilfreicher sind entsprechende Dokumentationen, die von der rechtsmedizinischen Ambulanz der Universität Düsseldorf erstellt werden. Sie können unter der Telefonnummer 0211/811-93 85 dort einen Termin vereinbaren. Das kann unter Umständen wichtig werden, wenn es um den Nachweis einer „unzumutbaren Härte“ im Sinne des § 31 Aufenthaltsgesetz geht.

Wenden Sie sich frühzeitig an eine geeignete muttersprachliche Beratung wie z. B. die Migrantinnenberatung in der Frauenberatungsstelle und ggf. an eine Rechtsanwältin, die sich sowohl mit (internationalem) Familienrecht als auch mit ausländerrechtlichen Vorschriften auskennt.

## Schutz ist das Wichtigste!

Wenn es um Gewalt geht, ist der Schutz für die betroffenen Opfer das Wichtigste. Alles, was gemacht wird oder nicht gemacht wird, muss sich an den Notwendigkeiten für Ihren Schutz orientieren.

Sie als direkt Betroffene sind die Experten in Sachen Ihres eigenen Schutzes, denn nur Sie kennen Ihren Mann und die Situation, in der Sie leben, ganz genau. Tun Sie alles, was Ihr persönliches Sicherheitsgefühl erhöht.

Wenn Sie Angst haben, nehmen Sie sie ernst. Sie ist ein Zeichen dafür, dass Sie bedroht sind.

### ● „Das Geheimnis lüften“

ES zu verschweigen hilft nicht Ihnen, sondern nur dem Misshandler. Vielen Frauen ist es peinlich und unangenehm, über die Gewalttätigkeiten ihres Mannes zu sprechen. Auch wenn Sie sich scheuen, die Polizei oder die Staatsanwaltschaft zu informieren, teilen Sie sich Menschen mit, denen Sie vertrauen: Freundinnen, Nachbarinnen, Arbeitskolleginnen, Verwandten, oder wenden Sie sich an eine professionelle Beratungsstelle. Das entlastet Sie persönlich und kann zudem objektiv Ihren Schutz erhöhen. Je mehr Menschen von der Gewalt wissen, umso mehr können auf Sie achten.

### ● Konkrete Sicherheitsvorkehrungen

Neben der Möglichkeit, vor den Gewalttätigkeiten zu Vertrauten oder ins Frauenhaus zu fliehen, gibt es vielleicht andere Vorkehrungen, die Sie (und Ihre Kinder) schützen. Das könnte der Anruf bei der Polizei, ein „Sicherheitskoffer“ oder der Besuch eines Selbstverteidigungskurses sein.

#### Darüber hinaus haben betroffene Frauen Folgendes als hilfreich beschrieben:

- vertraute Menschen bitten, in regelmäßigen Abständen oder in besonderen Gefahrenzeiten bei Ihnen anzurufen oder vorbeizukommen
- sich der Hausärztin anvertrauen
- Atteste/rechtsmedizinische Dokumentationen sammeln
- ein abschließbares eigenes Zimmer beziehen/aufsuchen
- im Zimmer der Kinder mit übernachten
- sich ein eigenes Handy anschaffen und bereithalten, mit dem Sie im Notfall Hilfe herbeiholen können
- einen Baseballschläger neben das Bett legen
- einen „Sicherheitskoffer“ mit wichtigen Unterlagen und evtl. notwendiger Kleidung für Sie (und die Kinder) bei einer vertrauten Person deponieren
- etc.

Sie entscheiden, was für Sie im Einzelfall richtig ist. Nur so können Sie Ihr Leben und Ihre Gesundheit sowie Ihre Kinder schützen.

## Was kann mich noch schützen?

Zusätzlich zu den eigenen Schutzmaßnahmen stehen Ihnen auch rechtliche Möglichkeiten zur Verfügung. Neben dem Weg der Anzeige gibt es hierbei Vorgehensweisen, die nicht solch weitreichende rechtliche Auswirkungen haben. Dies sind die zivilrechtlichen Schutzmaßnahmen.

### ● Unterlassungsschreiben

Unabhängig davon, ob Sie mit Ihrem Mann zusammenleben oder nicht, kann eine Rechtsanwältin für Sie ein sog. Unterlassungsschreiben verfassen, wenn Ihr Mann Sie schlägt, bedroht, bedrängt oder verfolgt. Darin wird er ermahnt, dass Sie eine Schutzanordnung beantragen werden, wenn er Sie nicht in Ruhe lässt. Sie haben damit noch keine gerichtlichen Schritte eingeleitet. Es ist aber die einfachste Möglichkeit, offizielle Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Wenn Sie kein eigenes oder nur ein sehr geringes Einkommen haben, können Sie hierfür Beratungshilfe in Anspruch nehmen, d.h. bis auf einen Betrag von 10 € entstehen Ihnen keine Kosten.

### ● Schutzanordnung

Viele Frauen kennen Schutzanordnungen nach § 1 Gewaltschutzgesetz noch unter dem Begriff „Einstweilige Verfügung“, der vor Inkrafttreten des Gewaltschutzgesetzes üblich war. Sie bieten jedoch einen größeren Rechtsschutz als die früheren Einstweiligen Verfügungen. Schutzanordnungen können z.B. folgende Verbote enthalten:

- Ihre Wohnung zu betreten
- sich in einem bestimmten Umkreis Ihrer Wohnung aufzuhalten
- Orte aufzusuchen, an denen Sie sich regelmäßig aufhalten
- Verbindung zu Ihnen aufzunehmen per Telefon, Handy, E-Mail, Fax, etc.
- mit Ihnen zusammenzutreffen.

In der Regel wird in dem Beschluss Zwangsgeld oder ersatzweise Zwangshaft angedroht, wenn Ihr Mann sich nicht an die Anordnung hält. Ferner macht er sich mit jeder Zuwiderhandlung strafbar!

Einem Antrag auf Erlass einer Schutzanordnung kann innerhalb weniger Stunden entsprochen werden. Zu einem späteren Zeitpunkt (z.B. nach drei Monaten) kommt es zu dem sog. Hauptverfahren mit einer mündlichen Verhandlung und damit auch zur Anhörung Ihres Mannes. Hierzu beachten Sie bitte auf Seite 14 das, was dort zu Unterstützung beim Prozess steht.

Um eine Schutzanordnung zu bekommen, müssen Sie Ihr Anliegen überzeugend vortragen. Dies können Sie persönlich direkt bei der Rechtsantragstelle des Amtsgerichts Düsseldorf, Mühlenstraße 34, Räume R 6 – R 16,

oder schriftlich durch eine Rechtsanwältin tun.

Sie müssen die Misshandlungen, Verletzungen, Bedrohungen oder Belästigungen Ihres Mannes genau schildern, und zwar mit Datum, Uhrzeit und genauer Beschreibung des Hergangs. Auch wenn es schwer fällt – versuchen Sie dabei so konkret und ausführlich wie möglich zu sein. Diese Schilderung muss als eidesstattliche Erklärung abgegeben werden. Darüber hinaus ist es gut, wenn Sie zusätzliche Beweise haben, z.B. Zeuginnen, polizeiliche Dokumentationen oder ärztliche Atteste.

Ob die Schutzanordnung bereits vor der Zustellung an Ihren Mann wirksam ist, erfragen Sie bei der Rechtsantragstelle oder bei Ihrer Rechtsanwältin. Ebenso wie beim Unterlassungsschreiben ist das Verfahren bis auf einen Betrag von 10 € kostenfrei, wenn Sie kein oder nur ein so geringes Einkommen haben, dass Sie voll prozesskostenhilfeberechtigt sind.

Tragen Sie in jedem Fall die Schutzanordnung in Kopie immer bei sich und rufen Sie im Notfall die Polizei über die Nummer 110, wenn Ihr Mann dagegen verstößt. Außerdem sollten Sie Ihre Rechtsanwältin und das Gericht davon in Kenntnis setzen.

Auch Kindergarten, Schule, Nachbarschaft und Arbeitskolleginnen sollten über eine Schutzanordnung informiert sein, damit sie ebenfalls zu Ihrem Schutz beitragen können.

## Was können die Polizei und die Justiz für mich tun?

### ● Im Notfall 110

Eine Aufgabe der Polizei ist es, den Schutz vor Gewalt zu gewährleisten: Wenn Ihr Mann Sie misshandelt, ein- oder aussperrt, vergewaltigt oder..., können Sie über die Telefonnummer 110 die Polizei zu Hilfe rufen. In solchen Notsituationen müssen die Beamtinnen grundsätzlich kommen.

Scheuen Sie sich nicht, zu Ihrem Schutz in einer Gewaltsituation die Polizei zu holen. Einige Täter schrecken allein durch das Auftauchen der „Gesetzeshüter“ vor weiteren Gewalttätigkeiten zurück. In NRW sollen die Polizistinnen in Einsätzen zu Fällen häuslicher Gewalt u.a.


- Sie und Ihren Mann getrennt befragen,
- Sie über Unterstützungseinrichtungen informieren und ggf. beim Verlassen der Wohnung unterstützen,
- Ihren Mann an weiteren Gewaltanwendungen hindern und die dafür erforderlichen Maßnahmen (insb. Wohnungsverweisung gem. § 34a PolG NRW) ergreifen,
- Beweise sichern und z.B. auf die Notwendigkeit eines ärztlichen Attestes/ einer rechtsmedizinischen Dokumentation hinweisen,
- grundsätzlich eine Strafanzeige fertigen.











Neben einer einfühlsamen Behandlung und der zweckmäßigen Versorgung und Therapie können Medizinerinnen jedoch auch einen weiteren wichtigen Beitrag leisten. Eine gute ärztliche Dokumentation kann Ihre Position in einem möglichen Gerichtsprozess oder gegenüber Ämtern stärken. Sollten Sie z.B. eine Anzeige gegen den Misshandler in Erwägung ziehen, hätten Sie damit einen sachlichen Beweis für einen eventuellen Gerichtsprozess.

Die genaue Dokumentation Ihrer Verletzungen kann also wichtig zur Vorlage bei Ämtern (z.B. im Rahmen des § 31 AufenthG) oder für Gerichtsverfahren sein. Dabei ist entscheidend, dass die Verletzungen zeitnah und sachkundig beschrieben und vielleicht auch fotografiert werden. Bisher wurde dazu einfach auf ein sog. ärztliches Attest der behandelnden Ärztin verwiesen. Um jedoch sicher zu gehen, dass die Dokumentation auch Bestand vor Gericht hat, gibt es ein Angebot der Rechtsmedizinischen Ambulanz der Universität Düsseldorf (Moorenstr. 5, Tel. 0211/811-93 85): Dort arbeiten Ärztinnen, die speziell für die Dokumentation und Interpretation von Verletzungen sowie auch für die Sicherung

von Spuren nach Gewalttaten ausgebildet sind. Sie können sich dort kostenfrei untersuchen und die Beweise für eine Dokumentation sichern lassen. Dazu müssen Sie kurzfristig einen Termin vereinbaren. Denken Sie ggf. daran, eine Untersuchung durch eine Frau zu verlangen.

Auch die Rechtsmedizinerinnen unterliegen der ärztlichen Schweigepflicht und werden gegen Ihren Willen weder die Polizei einschalten noch den erhobenen Befund weitergeben. Nach der Untersuchung erhalten Sie eine Bescheinigung darüber, die Sie sicher verwahren sollten. Die Befund-Dokumentation selbst wird im Institut aufbewahrt und kann bei Bedarf (kostenpflichtig) angefordert werden.

Wenn Sie sich zur Versorgung Ihrer Verletzungen an Ihre Ärztin gewandt haben oder im Krankenhaus behandelt werden, können diese Medizinerinnen ggf. Kontakt zur Rechtsmedizinischen Ambulanz aufnehmen, um dort – im Rahmen eines kollegialen Fachaus-tausches – abzufragen, was sie bei der Erfassung der „gerichtsfesten Daten“ zu beachten haben.

## Wo kann ich wohnen?



### ● Frauenhaus

Wenn Sie direkt vor der Gewalt Ihres Mannes oder Lebensgefährten fliehen müssen, können Sie versuchen, bei Freundinnen, Kolleginnen oder Verwandten unterzukommen oder sich an ein Frauenhaus wenden.

Frauenhäuser können Sie Tag und Nacht erreichen, in Düsseldorf unter den Telefonnummern 0211/710 34 88 oder 0211/658 84 84. Die Adressen sind zum Schutz der Frauen geheim. Wenn Sie anrufen und ein Platz frei ist, werden Sie zu einem Treffpunkt gebeten und von dort dann abgeholt. Ist kein Platz mehr vorhanden, können Sie Telefonnummern von Frauenhäusern in der Umgebung erfragen. Bitte beachten Sie, dass Jungen über zwölf Jahre in der Regel nicht in Frauenhäusern unterkommen können. Auch Haustiere, wie Hund oder Katze, können nicht mitgenommen werden. Sie müssen vorübergehend eine andere Bleibe finden.

Im Frauenhaus werden Frauen und Kinder aufgenommen. Sie treffen dort mit anderen Betroffenen zusammen und organisieren gemeinsam den Tagesablauf. Es gibt ausgebildete und kompetente Mitarbeiterinnen, die Sie beraten und bei den anstehenden Vorgängen unterstützen. Sie können von dort aus

alles Weitere in die Wege leiten, zu Ihrer Arbeit gehen, wenn dies sicher für Sie ist, und den Schulbesuch Ihrer Kinder regeln.


### ● Gemeinsame Wohnung

Für viele Frauen, gerade auch mit Kindern, wäre es die beste Lösung, wenn der gewalttätige Mann die gemeinsame Wohnung verliesse. In den seltensten Fällen sind die Täter jedoch von sich aus bereit dazu. Es gibt verschiedene rechtliche Möglichkeiten, dass Sie (und Ihre Kinder) die Wohnung alleine weiter nutzen können. Selbst wenn Sie bereits aus der gemeinsamen Wohnung geflüchtet sind, besteht dazu die Möglichkeit.

### ● Richterliche Wohnungszuweisung

Eine solche Möglichkeit gibt es nach § 2 Gewaltschutzgesetz, egal ob Sie verheiratet oder unverheiratet zusammen wohnen. Dazu muss ein Antrag auf Überlassung einer gemeinsam genutzten Wohnung beim Amtsgericht gestellt werden. Denken Sie ggf. an die Beantragung von Prozesskostenhilfe. Sie müssen dann vortragen, dass und weshalb ein weiteres Zusammenwohnen mit dem Misshandler für Sie gefährlich und unzumutbar ist. Ähnlich wie beim Antrag auf Schutzanordnungen ist die detaillierte Schilderung der Gewalttätigkeiten erforderlich. Die letzte sollte bei Antragstellung nicht länger als drei Monate zurückliegen.





Die richterliche Entscheidung über den Antrag ist unabhängig davon, wem die Wohnung gehört oder wer sie gemietet hat. Selbst bei einer Dienst- oder Werkswohnung ist eine Wohnungszuweisung möglich.

Eine richterliche Wohnungszuweisung wird in der Regel auf sechs Monate befristet. In dieser Zeit sollten Sie sich darüber klar werden, wie es weiter gehen soll. Je nach dem, ob Sie verheiratet sind oder nicht, sind die erforderlichen Schritte unterschiedlich. In jedem Fall ist die Beratung (durch eine Rechtsanwältin) sinnvoll und wichtig.

#### ● **Verheiratet**

Für Verheiratete besteht die Möglichkeit, einen Antrag auf Zuweisung der Ehewohnung bis zur endgültigen Scheidung zu stellen. Im Zuge der Scheidung wird dann abschließend über die nacheheliche Nutzung der Wohnung entschieden. Das Gesetz sieht vor, dass die alleinige Benutzung dann zu befürworten ist, wenn dadurch eine unbillige Härte für Sie (und die Kinder) vermieden wird. In der Regel ist es sinnvoll, dass Sie sich zur Durchsetzung des Antrages anwaltliche Hilfe holen.

#### ● **Unverheiratet**

Abgesehen bzw. zusätzlich zur Wohnungszuweisung gem. § 2 Gewaltschutzgesetz haben Sie die folgenden Möglichkeiten:

**Haben Sie allein den Mietvertrag abgeschlossen** und Ihrem „Mann“ die Mitnutzung der Wohnung gestattet, können Sie ihm diese jederzeit wieder untersagen.

**Haben Sie mit ihm einen Untermietvertrag abgeschlossen**, können Sie diesen fristlos (wegen der Gewalttätigkeiten) kündigen. Sollte er daraufhin nicht die Wohnung verlassen, können Sie mit Hilfe einer Rechtsanwältin eine Räumungsklage einreichen. Für die Dauer dieses Verfahrens (es können einige Wochen dabei vergehen) sollten Sie zu Ihrem Schutz evtl. eine andere Unterkunft aufsuchen.

**Wenn Sie beide den Mietvertrag unterzeichnet haben**, können Sie beim Zivilgericht ein Urteil erwirken, mit dem Ihr „Mann“ zur Kündigung seines Anteils am Mietvertrag verpflichtet wird. Die Vermieterin kann dann allein mit Ihnen einen Mietvertrag abschließen. Der rechtliche Weg dorthin ist kompliziert. Holen Sie sich Hilfe bei einer Rechtsanwältin.

**Wenn Sie nicht Mieterin oder Mitmieterin der Wohnung sind**, können Sie kein dauerhaftes Recht an der Wohnung erwerben. Sie müssen sich dann eine eigene Wohnung suchen.

## ● **Neue Wohnung**

Um eine neue Wohnung für sich (und Ihre Kinder) zu finden, müssen Sie alle Register ziehen:

- Wenden Sie sich ans Wohnungsamt (in Düsseldorf: Brinckmannstr. 5).
- Beantragen Sie ggf. einen Wohnberechtigungsschein (Antragsformulare sind auch im Internet erhältlich: [www.duesseldorf.de](http://www.duesseldorf.de)).
- Studieren Sie die Anzeigen in der Zeitung, vielleicht geben Sie selber eine Anzeige auf. Zu Ihrem Schutz kann eine Chiffreanzeige sinnvoll sein.
- Informieren Sie alle Ihre Vertrauten über Ihre Wohnungssuche.
- Evtl. können Sie sich an eine Maklerin wenden.

Unter bestimmten Voraussetzungen übernimmt das Sozialamt Umzugskosten, Kaution und/oder Maklergebühren. Erkundigen Sie sich vorher, ob dies in Ihrem Fall möglich ist. Beachten Sie dabei die vorgegebenen Mietpreis- und Quadratmetergrenzen.

## ● **Auskunftssperre**

Es kann zu Ihrem Schutz notwendig sein, die Anschrift Ihrer neuen Wohnung geheimzuhalten. Zu diesem Zweck können Sie beim Einwohnermeldeamt bzw. im Bürgerbüro des Stadtteils, in dem Sie wohnen (Telefonbuch Stichwort: Stadtverwaltung), eine Auskunftssperre beantragen. Sie müssen

dafür glaubhaft machen, dass eine Gefahr für Leben, Gesundheit oder persönliche Freiheit für Sie (und/oder Ihre Kinder) besteht, wenn die Anschrift weitergegeben wird.

Sie können dazu eine eidesstattliche Erklärung abgeben. Das Einwohnermeldeamt darf dann Ihre Anschrift nicht herausgeben. Beachten Sie, dass der Antrag verlängert werden muss, bevor die vorgegebene Frist abgelaufen ist. Einen entsprechenden Antrag gibt es für andere offizielle Einrichtungen und Behörden oder auch Anwältinnen nicht. Sie müssen deshalb in jedem Einzelfall darauf hinwirken, dass Ihre Daten geheim gehalten werden.

# Wovon soll ich leben?

Viele Männer setzen ihre Frauen damit unter Druck, dass sie behaupten: „Von mir kriegst du nichts“ oder „Du hast ja nichts und wirst auch nichts kriegen“. Um diesen Fehlaustritten entgegenzuwirken, werden kurz die verschiedenen Möglichkeiten aufgezeigt.

Wichtige Informationen können Sie z.B. Scheidungsbroschüren entnehmen. In Düsseldorf hat das Frauenbüro eine gute Informationsschrift zum Thema Trennung/Scheidung erstellt.

In vielen Fällen kann eine Alleinerziehende den Familienunterhalt nicht nur aus einer Quelle bestreiten. Klären Sie, welche Möglichkeiten für Ihre jeweilige Situation in Frage kommen. Eine individuelle Beratung und Unterstützung durch eine Beratungsstelle oder eine Rechtsanwältin ist in den meisten Fällen sinnvoll.

## ● Eigenes Einkommen

Für Frauen, die ein eigenes Einkommen haben (z.B. auch Arbeitslosengeld I = ALG I), verändert sich zunächst nichts. Sie sollten in jedem Fall über ein eigenes Konto verfügen und Ihre Arbeitgeberin bzw. die für ALG I zuständige Stelle darüber informieren, dass das Geld dorthin überwiesen wird. Für die Änderung der Steuerklasse bleibt genügend Zeit, sich eingehender zu informieren. Evtl. ist bei geringem Einkommen Wohngeld und/oder ein sog. Kinderzuschlag zu beantragen.

## ● Ehegattenunterhalt

Beim Ehegattenunterhalt wird zwischen Unterhalt bei Getrenntleben und nachehelichem Unterhalt unterschieden. Der Unterhalt zumindest im ersten Trennungsjahr entspricht grundsätzlich den Absprachen, die zwischen den Eheleuten während der Ehezeit getroffen worden sind. Waren Sie also nicht berufstätig, müssen Sie auch im ersten Jahr nach der Trennung nicht berufstätig sein.

Etwas anderes gilt in den weiteren Trennungsjahren und beim naheheglichen Unterhalt. Hier müssen Sie einen begründeten Unterhaltsanspruch haben (insbesondere die Erziehung minderjähriger Kinder, Krankheit, Erwerbslosigkeit und Alter). Lassen Sie sich für Ihren persönlichen Fall unbedingt entsprechend beraten.

### Als ganz grobe Richtlinie zur Unterhaltsberechnung können Sie Folgendes ansehen:

+	Nettoeinkommen Ihres Mannes
-	minus Kindesunterhalt
-	minus sog. ehebedingte Kreditraten
-	ggf. minus berufsbedingte Ausgaben
-	minus Ihr Nettoeinkommen (wenn Sie nicht berufstätig sind, ist dies Null)
=	gleich Differenz

Von der so errechneten Differenz stehen Ihnen drei Siebtel zu. Ihr Mann hat jedoch, wenn er arbeitet, einen Anspruch, mindestens 890 € (Stand 1.7.05) selbst zu behalten. Wegen einer detaillierten und endgültigen Unterhaltsberechnung wenden Sie sich unbedingt an eine Rechtsanwältin (ggf. Anspruch auf Beratungskostenhilfe).

Theoretisch würde es reichen, wenn Sie und Ihr Mann sich – ohne rechtliche Unterstützung – einvernehmlich auf den Ehegattenunterhalt einigen. Bei Gewalt in Beziehung ist aber meistens keine Basis vorhanden, den Unterhalt gemeinsam zu klären. Wenden Sie sich spätestens dann an eine Rechtsanwältin, wenn Sie Ihren Anspruch einklagen müssen. Vielleicht gibt es für Sie auch die Möglichkeit, sog. Notunterhalt mit einer Einstweiligen Verfügung durchzusetzen.

### Noch drei wichtige Anmerkungen:

- Unterschreiben Sie niemals unbedacht bzw. ohne fachlichen Rat, dass Sie auf Unterhalt verzichten.
- Unterhalt kann grundsätzlich nicht rückwirkend beansprucht werden. Informieren Sie sich also umgehend, wie Sie ihn richtig geltend machen können.
- Sammeln Sie – wenn es geht – alle erforderlichen Unterlagen zur Einkommensberechnung (ggf. in Kopie).

## ● ALG II, Sozialgeld und Sozialhilfe

Unterhaltsansprüche gegenüber Ihrem getrennt lebenden oder geschiedenen Ehemann sind grundsätzlich vor anderen staatlichen Leistungen geltend zu machen.

Sollten Sie mit diesem Unterhalt unterhalb der Bedarfsgrenze liegen, können Sie (ggf. ergänzend) staatliche Hilfe beantragen. In der Regel stellen Sie einen Antrag auf ALG II (Arbeitslosengeld II).

Voraussetzungen dafür sind, dass Sie

- nicht älter als 65 Jahre sind. (Danach steht Ihnen dann ggf. die Grundsicherung zu.)
  - nicht dauernd erwerbsunfähig sind. (Ansonsten käme auch hier Grundsicherung in Frage.)
  - für mindestens drei Stunden am Tag als arbeitsfähig eingestuft werden. (Anderenfalls kommt hier Sozialhilfe in Betracht.)
- Selbst bei grundsätzlicher Arbeitsfähigkeit ist die Betreuung von eigenen Kindern (bis zu drei Jahren) und pflegebedürftigen Angehörigen (ab Pflegestufe 2) in der Regel ein anerkannter Hinderungsgrund für eine Erwerbstätigkeit.



## Was wird mit den Kindern?

### ● Gemeinsames Sorgerecht

Bei Trennung/Scheidung haben alle Eltern weiterhin das gemeinsame Sorgerecht, außer sie sind nicht verheiratet und haben keine gemeinsame Sorgeerklärung abgegeben.

Gemeinsames Sorgerecht bedeutet dann, dass Sie weiterhin in Fragen von grundsätzlicher Bedeutung mit dem Vater des Kindes Einigkeit erzielen müssen. Gemeinsam geklärt werden muss insbesondere der Aufenthalt des Kindes, d.h. bei wem und in welcher Stadt es lebt, welchen Kindergarten/welche Schule es besucht, welche teuren Freizeitbeschäftigungen (Hobbys, Urlaube) es ausüben darf.

Falls Sie sich nicht einig werden, können Sie die beratende Unterstützung z.B. des Jugendamtes in Anspruch nehmen. Wenn beide Elternteile es wollen, kann zur Klärung eine Mediation (Verfahren zur Streitschlichtung) hilfreich sein. Adressen von Mediationsangeboten erhalten Sie z.B. in der frauenberatungsstelle düsseldorf e.V. Wenn die Mediation zu keinem Ergebnis führt oder wenn Sie weiter vom Vater des Kindes bedroht, misshandelt oder geschlagen werden, gibt es keine außergerichtliche Möglichkeit der Einigung.

### ● Wohngeld

Wohngeld (d.h. Zuschuss zu Miet- und Nebenkosten) können Sie – in Ergänzung zum eigenen Einkommen – beim Wohnungsamt in Düsseldorf, Brinckmannstr. 5, beantragen. Klären Sie dort, ob und in welcher Höhe Sie etwas bekommen. Sollten Sie ALG II oder Sozialgeld erhalten, ist ein zusätzlicher Wohngeldanspruch ausgeschlossen.

### ● Kindesunterhalt

Wenn Ihre Kinder bei Ihnen leben, haben Sie Anspruch auf Kindesunterhalt. Die sog. Düsseldorfer Tabelle zeigt Richtwerte über die Höhe des Unterhalts. Diese Werte werden dynamisch angepasst. Die aktuellen Zahlen können Sie erfragen oder unter [www.olg-duesseldorf.nrw.de](http://www.olg-duesseldorf.nrw.de) finden.

Sollte der Vater der Kinder nicht zahlen (können), wenden Sie sich an die Unterhaltsvorschusskasse des Jugendamtes, Prinz-Georg-Straße 79, Tel. 0211/899-89 79. Diese zahlt maximal sechs Jahre für Kinder bis 12 Jahren den Unterhalt als Vorschuss. Die Vorschusskasse wendet sich dann an den verpflichteten Vater wegen der Rückerstattung. Ist Ihr Kind älter als 12 Jahre oder haben Sie bereits sechs Jahre Unterhaltsvorschuss bezogen, können Sie möglicherweise für das Kind Sozialgeld beziehen.

Denken Sie auch daran, die Familienkasse (Grafenberger Allee 300, Tel. 0211/692-33 99) über die neue Situation zu informieren, damit das

Kindergeld direkt an Sie überwiesen wird. Sie müssen dazu schriftlich, mit Angabe der Kindergeldnummer, mitteilen, wohin das Kindergeld zukünftig überwiesen werden soll. Der Vater des Kindes hat dann ggf. das Recht, einen Anteil des Kindergeldes von seinen Unterhaltsverpflichtungen abzuziehen. Die genaue Anteilshöhe können Sie bei Ihrer Anwältin erfragen.

### ● Kinderzuschlag

Seit 1.1.2005 gibt es den sog. Kinderzuschlag in Höhe von maximal 140 € monatlich je Kind. Er ist für Eltern oder Alleinerziehende gedacht, die ein so geringes eigenes Einkommen beziehen, dass sie zwar ohne Kinder von ihrem Einkommen leben könnten; mit den Kindern läge diese Familie jedoch unterhalb der Mindesteinkommensgrenze für ALG II. Informieren Sie sich bei der Familienkasse (Adresse s.o.), ob Ihnen der Kinderzuschlag zusteht und wie Sie ihn erhalten.

ALG II ersetzt seit dem 1.1.2005 in den meisten Fällen die frühere Sozialhilfe bzw. ergänzende Sozialhilfe. Der Regelsatz beträgt derzeit für Sie in den alten Bundesländern 345 €. Für Ihre Kinder, die mit Ihnen in einer sog. Bedarfsgemeinschaft leben, erhalten Sie Sozialgeld: Für jedes Kind unter 14 Jahren 207 €, danach und solange es kein eigenes Einkommen hat, 276 €. Der Mehrbedarf für Alleinerziehende beträgt 124,20 € (Stand 1.7.05). Hinzu kommen die Kosten für Unterkunft und Heizung.

Einmalige Hilfen wie Umzugskosten, Mietkaution und ggf. Maklerinnenkosten können auf Antrag übernommen werden. Wichtig ist es, die Kostenübernahme mit der bewilligenden Stelle vorher zu klären.

#### **Noch eine Anmerkung:**

Bitte informieren Sie umgehend die bewilligende Stelle, wenn die sog. Bedarfsgemeinschaft nicht mehr besteht. Die entsprechenden Bezüge sollten dann unbedingt auf Ihr Konto überwiesen werden. Dies kann nach einer Wohnungsverweisung durch die Polizei wichtig sein, in jedem Fall aber grundsätzlich, sobald Sie sich getrennt haben.

Dann bleibt nur noch die Möglichkeit, die zu klärenden Fragen mit Hilfe einer Rechtsanwältin durch einen Antrag beim Familiengericht entscheiden zu lassen.

Wenn Ihr Kind bei Ihnen lebt, haben Sie in Angelegenheiten des täglichen Lebens (vor allem: Organisation der Betreuung und des Alltags des Kindes) die alleinige Entscheidungsbefugnis.

### ● **Alleiniges Sorgerecht**

Wenn Sie bisher das gemeinsame Sorgerecht ausüben, können Sie (mit Hilfe einer Rechtsanwältin) beim Familiengericht einen Antrag auf alleiniges Sorgerecht stellen. Ob diesem Antrag stattgegeben wird, entscheidet sich grundsätzlich nach dem sog. Kindeswohl. Die Gewalttätigkeit eines Elternteils gegen den anderen ist mittlerweile ein gerichtlich anerkannter Maßstab für die Gefährdung des Kindeswohls.

#### **Einige Anmerkungen:**

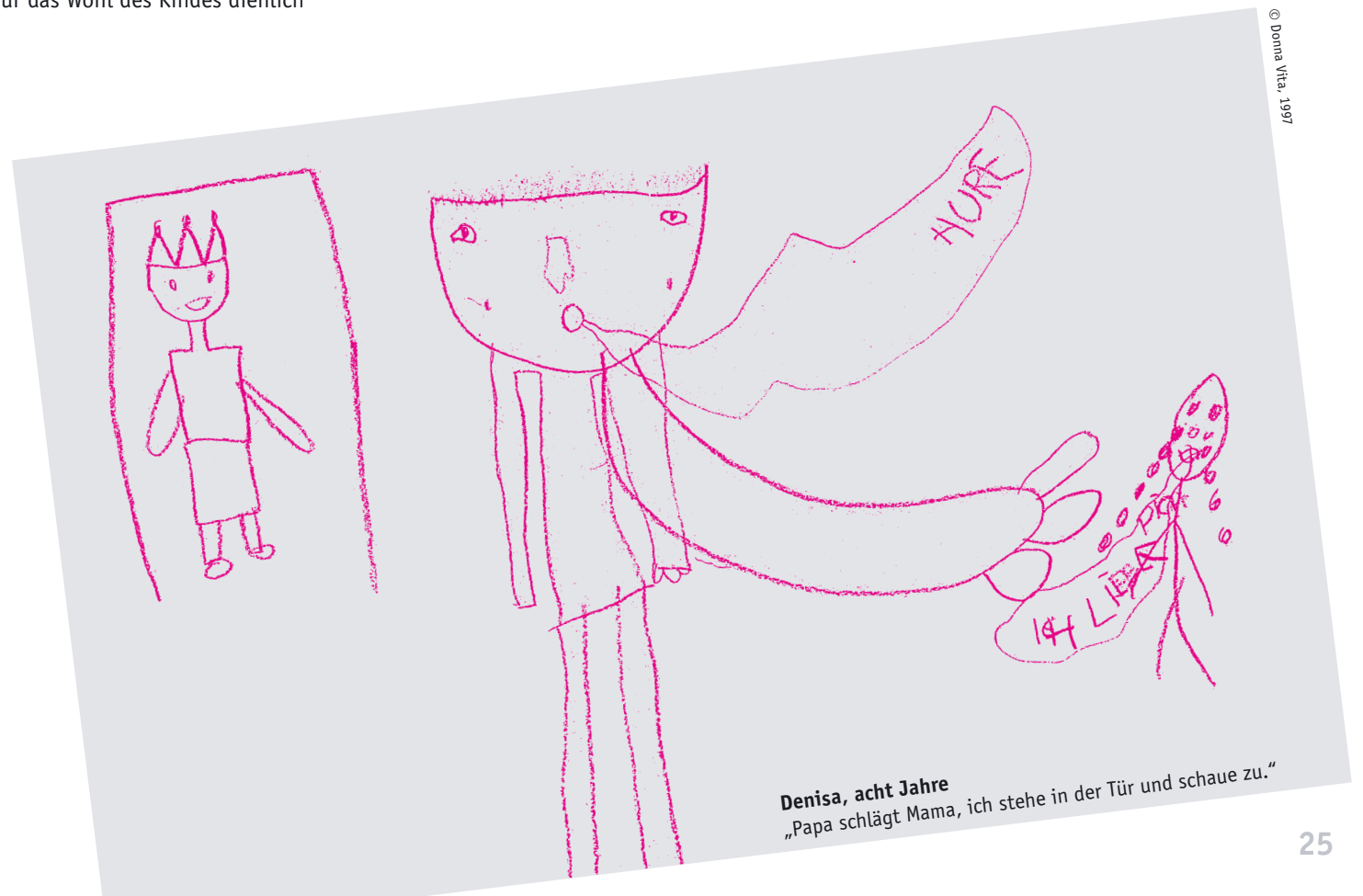
- Ein Antrag auf alleiniges Sorgerecht ist nur möglich, wenn Sie vom Vater des Kindes nicht nur vorübergehend getrennt leben.
- Kinder bis 14 Jahren können von der Familienrichterin zum Antrag befragt werden. Jugendliche ab 14 Jahren bestimmen regelmäßig mit, ob dem Antrag stattgegeben wird oder nicht.

### ● **Umgangsrecht (Besuchsrecht)**

- Jedes Kind hat das Recht auf Umgang mit jedem Elternteil.
- Jedes Elternteil hat die Pflicht zum Kontakt mit dem Kind, aber auch das Recht dazu.
- Großeltern, Geschwister oder andere enge Bezugspersonen des Kindes haben dann ein Besuchsrecht, wenn dies für das Wohl des Kindes dienlich ist.

Damit den Interessen des Kindes, aber auch den Schutznotwendigkeiten entsprochen werden kann, ist es absolut notwendig, dass Sie mit der zuständigen Mitarbeiterin des Jugendamtes über Ihre Situation sprechen. Nur so können entsprechende Maßnahmen ergriffen werden. Nehmen Sie ggf. die Unterstützung der Mitarbeiterinnen der Frauenhäuser (in Düsseldorf: Tel. 0211/710 34 88 oder 0211/658 84 84), der Frauenberatungsstelle (in Düsseldorf: Tel. 0211/68 68 54) oder des

Verbandes alleinerziehender Mütter und Väter (in Düsseldorf: VAMV, Kalkumer Straße 85, Tel. 0211/479 17 77) in Anspruch. Die Übergabe des Kindes kann auch an einem neutralen Ort und/oder durch eine dritte Person (Freundin, Mutter, Nachbarin etc.) stattfinden. Es gibt darüber hinaus die Möglichkeit des begleiteten Umgangs.



**Denisa, acht Jahre**  
„Papa schlägt Mama, ich stehe in der Tür und schaue zu.“

## Was tun gegen Stalking?

Das Umgangsrecht wird nur dann auf Antrag beim Familiengericht ganz ausgeschlossen, wenn das Wohl des Kindes gefährdet ist. Dies ist meistens der Fall, wenn das Elternteil das Kind während des Besuchs misshandelt hat. Ansonsten kommt es für den Vater des Kindes nach Gewalttätigkeiten gegen die Mutter in der Regel zu einem eingeschränkten Besuchsrecht in der Form des begleiteten Umgangs. Dies ist ein spezielles Verfahren, bei dem letztendlich das Kind seinen Vater nur im Beisein einer dritten neutralen Person trifft. In Düsseldorf bietet vor allem der Deutsche Kinderschutzbund, Posener Straße 60, Tel. 0211/617 05 70 hierzu ein qualifiziertes Angebot.

Es sollte dabei gewährleistet sein, dass Sie vor, während und nach diesen Kontakten nicht belästigt werden können (auch nicht in einer anderen Sprache!). Außerdem ist zu verhindern, dass Ihr Kind evtl. unbedarft Ihren anonymen Aufenthaltsort weitergibt. Es ist deshalb wichtig, dass die Mitarbeiterinnen, die den begleiteten Umgang durchführen, Ihre Gewalterfahrungen und Ihre Befürchtungen kennen.

Stalking ist der moderne Begriff für fortgesetztes Verfolgen, Belästigen und Terrorisieren eines Mitmenschen. Solche Übergriffe kennen viele Frauen – seit jeher – nach einer Trennung. Seit auch viele Prominente Opfer von Stalkern wurden, ist die Öffentlichkeit aufmerksamer geworden. In den meisten Stalking-Fällen werden Frauen von den (Ex-)Männern belästigt oder sogar bedroht.

Wichtiges Kennzeichen von Stalking ist, dass es sich nicht um einen einmaligen Übergriff handelt. Vielmehr kann das Opfer nie sicher sein, wann und wo wieder etwas passiert, und es kann nie darauf vertrauen, dass es für immer aufhört. Stalking kann sich durch folgende Handlungen zeigen, die einzeln oder in verschiedenen Kombinationen auftreten können:

- unerwünschtes, oft permanentes Zuschieken von „Liebesbriefen“ oder „Liebes-SMS“ oder E-mails“ bzw. auch beleidigende Zusendungen,
- Telefonterror: Anrufen (auch auf AB), ohne sich zu melden bzw. nur mit Stöhnen oder mit Beschimpfungen, Bedrohungen, Obszönitäten,
- Bestellen von Waren, Abonnieren von Zeitschriften etc. unter dem Namen des Opfers,
- Hinterlassen von z.B. Blumen oder Mitteilungen am Auto/Briefkasten,
- häufige Präsenz in der Nähe der Wohnung oder Arbeitsstelle,

- offensichtliche (umfassende) Kontrolle des Opfers und seines Umfeldes,
- sog. Cyberstalking in Form von gehässigen Einträgen in Internet-Foren oder -Gästebüchern,
- Schalten von falschen Anzeigen in Zeitungen (z.B. Hochzeits- oder Todesanzeige),
- Verleumdung/üble Nachrede im Freundeskreis oder bei der Arbeit,
- Sachbeschädigungen wie Zerstechen der Autoreifen, Zerschlagen von Fensterscheiben etc.,
- Verfolgen (zu Fuß, mit dem Fahrrad, Motorrad, Auto),
- Gewalttätigkeiten von körperlichen Übergriffen bis hin zum Totschlag.

In allen Fällen haben Frauen berichtet, dass sie diese Übergriffe erst sehr spät ernst genommen haben. Mit Entschuldigungen wie: „Der wird es schon irgendwann verstehen lernen“, „So bekomme ich wenigstens mit, was bei ihm läuft“ haben sie oft längere Zeit versucht, das Stalken zu verharmlosen oder zu ignorieren. Allein die Befürchtung, dass es „sonst noch schlimmer werden könnte“, führt dazu, dass die Betroffenen schweigen und ihre Ängste und konkreten Beeinträchtigungen des täglichen Lebens aushalten.

**Wir möchten Ihnen Mut machen, sich Hilfe zu holen.** Auch wenn es nicht die Patentlösung gibt. Auch wenn es nur begrenzte Möglichkeiten gibt, mittels Polizei oder Justiz gegen den Stalker vorzugehen, haben wir in der langjährigen Beratungspraxis der Frauenberatungsstelle immer wieder erfahren, dass Frauen sich erfolgreich gegen Stalking geschützt bzw. gewehrt haben.

### Folgende Vorkehrungen können dabei für Stalking-Opfer hilfreich sein:

- Wenn Sie gestalkt werden, nehmen Sie es ernst!
- Öffentlichkeit schützt Sie! Es kann hilfreich sein, die Familie, Freundinnen, Arbeitskolleginnen und Nachbarinnen zu informieren.
- Für eine gerichtliche Beweisführung kann es sinnvoll sein, dass alles, was der Stalker schickt, mitteilt oder tut, mit Datum und ggf. Uhrzeit dokumentiert wird („Stalking-Tagebuch“).
- Bei Telefonterror: Verabredung von ‚Klingelzeichen‘ oder Einrichtung einer neuen Geheimnummer, die nur an Ausgewählte weitergegeben wird oder ggf. eine (kostenpflichtige) Fangschaltung.
- Nehmen Sie keine Pakete entgegen, die Sie nicht erwarten.
- Beantragung von Schutzanordnungen nach § 1 Gewaltschutzgesetz (siehe Seite 10).
- Bei Verfolgung durch den Stalker: Aufsuchen eines nahen „sicheren Ortes“ (Polizeiwache, Geschäft, Friseurin, Gaststätte, Museum etc.).
- Unterlassungsschreiben von einer Rechtsanwältin (kostenpflichtig) oder auch von einer öffentlichen Einrichtung.

Wichtig ist, dass Sie – mit professioneller Hilfe – eine Gefährlichkeits-einstufung vornehmen, die dann die Grundlage für Ihren persönlichen Sicherheitsplan bildet. Lassen Sie sich helfen: Nur Mut!

## Was können Angehörige tun ?

Indirekt Betroffene wie z.B. Angehörige, Arbeitskolleginnen, Freundinnen erfahren oft als erste von der Zwangslage der Betroffenen. Für die Frau, die Gewalt erlebt, ist es von großer Wichtigkeit, dass Sie nicht wegsehen. Andeutungen und andere Auffälligkeiten können ein Hilferuf sein. Gehen Sie nicht darüber hinweg.

Die komplexe Zwangssituation der Betroffenen macht die Hilfe oft nicht einfach. Respektieren Sie in jedem Fall den Wunsch der Frau, auch wenn er für Sie als Außenstehende nicht nachzuvollziehen ist. Es ist sicherlich für nahestehende Angehörige schwer zu ertragen, wenn die Frau nicht direkt die Gewaltsituation verlässt. Aber nur sie kann und muss die Entscheidung treffen und jedwede Konsequenz daraus aushalten. Und Tatsache ist, dass die Bedrohung für Frauen in Gewaltbeziehungen in der Trennungsphase zunimmt.

Selbst gutgemeinte Handlungsanweisungen können den Druck auf die Frau verstärken. Erleichternd sind dagegen ernstgemeinte Angebote, die Sie auch einhalten können. Dies kann z.B. sein: „Du kannst zu mir kommen“, „Du kannst mich jederzeit anrufen“ oder auch der Hinweis auf professionelle Unterstützung.

**Jede Frau muss ihren eigenen Weg im Umgang mit der Gewalterfahrung finden.** Es gibt nicht **das** Patentrezept für die Lösung. Aufgrund der schwierigen und gefährlichen Situation der Frauen in Gewaltbeziehung gibt es kein einfaches „Weggehen“. Vielfältige Maßnahmen und Unterstützungen können jedoch helfen, eine Veränderung zu erreichen.

Die Frauenberatungsstelle bietet auch Ihnen als Angehörige Information und Beratung an.

## Checkliste für den Notkoffer oder für den Auszug

Falls Sie sich vorbereiten können, ist diese Checkliste sinnvoll.

Mitnehmen können Sie alle Unterlagen im Original, die Ihnen persönlich gehören, z.B.:

- Ausweise/Pass
- Krankenversicherungs-Scheckkarte
- Heiratsurkunde
- Geburtsurkunde
- Arbeitsvertrag
- Lohnsteuerkarte
- Rentenbescheid
- Atteste/rechtsmedizinische Dokumentation
- Zivilrechtliche Schutzanordnung
- Sozialversicherungsnachweise
- Sparbuch
- Versicherungsverträge
- Arbeitszeugnisse
- Schulzeugnisse
- ...
- ...

Wenn die Kinder mit Ihnen kommen, denken Sie an folgende Originalunterlagen, z.B.:

- Ausweise
- Geburtsurkunden
- Zeugnisse
- ...
- ...
- ...

Alle gemeinsamen Unterlagen und ggf. die Unterlagen Ihres Mannes sollten/dürfen Sie nur in Kopie mitnehmen, z.B.:

- Arbeitsvertrag oder genaue Anschrift der Arbeitgeberin
- Gehaltsüberweisungen des letzten Jahres
- Rentenversicherungsnummer
- Versicherungsverträge, z.B. auch Unterlagen über Lebensversicherungen
- Sparverträge
- Bausparverträge
- Mietvertrag
- Depot-Auszüge über Wertpapiere
- Kaufvertrag und Grundbuchauszug bei Haus- oder Wohnungseigentum
- Raten- und Kreditverträge
- ...
- ...
- ...

Wenn Sie die Wohnung verlassen, kann es günstig sein, eine Liste und ggf. Quittungen oder Kaufbelege der in der Wohnung enthaltenen Gegenstände bei sich zu haben. Denken Sie auch an die Dinge des täglichen Bedarfs wie Kleidung, Geld, Kontokarte etc.

*Im Notfall retten Sie vor allem sich (und die Kinder) !!!*

## zu guter Letzt

Wir hoffen, dass Sie in der Fülle der Informationen das Richtige für sich gefunden haben. Es gibt viele unterschiedliche Wege und Handlungsmöglichkeiten. Wie auch immer Sie sich entscheiden, nehmen Sie unterstützende Hilfe in Anspruch. Wählen Sie – sowohl bei professioneller als auch anderweitiger Unterstützung – die Personen, die kompetent, vertrauenswürdig und Ihnen sympathisch sind.

Ob eine Anwältin z.B. in den Bereichen Familienrecht und Nebenklagevertretung kompetent und erfahren ist, können Sie durch Mundpropaganda, durch Nachfrage bei Beratungsstellen in Erfahrung bringen. Ob sie Ihnen dann sympathisch ist, müssen Sie selbst entscheiden.

Die Kompetenz von Unterstützerinnen zeigt sich vor allem auch darin, dass Sie zu keiner Entscheidung gedrängt werden. Allein die Möglichkeit, sich einmal auszusprechen, kann für Sie wichtig sein – gerade dann, wenn Sie noch nicht wissen, was Sie wollen. Nutzen Sie die entsprechenden Angebote.

# Nur Mut!

## frauenberatungsstelle düsseldorf e.V.

● Ackerstraße 144 (im Hof)  
40233 Düsseldorf  
Telefon: 0211-68 68 54  
Telefax: 0211-67 61 61  
info@frauenberatungsstelle.de  
www.frauenberatungsstelle.de

### ● Allgemeine Beratung und Beratung für:

- Frauen, die in ihrer Kindheit sexualisierte Gewalt erlebt haben
- vergewaltigte Frauen
- Migrantinnen
- Lesben
- Frauen mit Behinderung
- Frauen in Gewaltbeziehung:
  - zu Häuslicher Gewalt
  - zu Trennung/Scheidung
  - für Angehörige

### ● Telefonische Beratungszeiten:

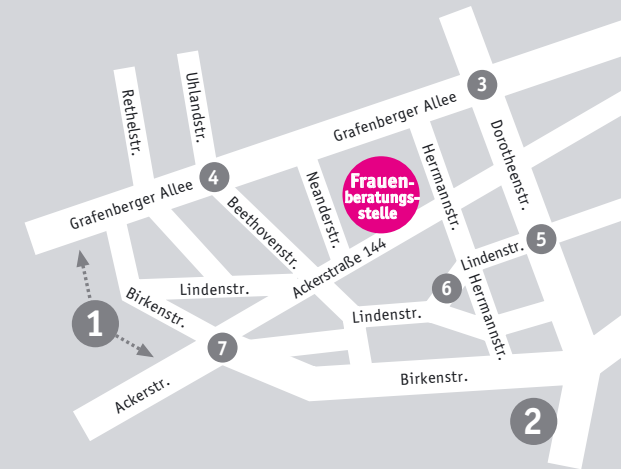
Mo und Mi: 14 – 18 Uhr  
Di, Do und Fr: 10 – 14 Uhr

### ● Frauen-Krisentelefon:

täglich (auch am Wochenende)  
10 – 22 Uhr.

### ● Persönliche Beratung...

ist nach Absprache möglich (auch kurzfristig). Die Beratung ist anonym und kostenfrei, die Beraterinnen unterliegen der Schweigepflicht.



- 1 S 1, S 6, S 7 bis Wehrhahn, Ausgang Ackerstraße
- 2 S 8, S 11 bis Flingern
- 3 703, 706, 712, 713, 737, 738 bis Lindemannstraße
- 4 703, 708, 712, 713, 737, 738 bis Uhlandstraße
- 5 706 bis Lindenstraße
- 6 834 bis Hermannstraße
- 7 708, 709, 719 bis Birkenstraße

**Spenden unterstützen unsere Arbeit!**

**Postbank Essen**

**Konto 7629-431, BLZ 360 100 43**



**Verständnis ist die Grundlage für Veränderung.**

Dies gilt auch für Frauen in Gewaltbeziehung.

Die Broschüre gibt einen Einblick in die Situation der betroffenen Frauen und Kinder.

Sie richtet sich direkt an Betroffene, die sich informieren wollen. Sie soll Mut machen.

Sie zeigt mögliche Wege auf und die dafür notwendige Unterstützung.

**frauen  
beratungsstelle  
düsseldorf e.V.**