

## Leitfaden

für Angehörige, Verwandte,  
FreundInnen, Bekannte,  
NachbarInnen, KollegInnen ...

**Gewalt hat kein Zuhause!**



**ifs Gewaltschutzstelle**  
Institut für Sozialdienste

# Wie kann ich helfen?

**Gewalt gegen Frauen in Ehe und Partnerschaft**

## Impressum

### Herausgeber

Amt der Vorarlberger Landesregierung  
Abteilung Elementarpädagogik, Schule und Gesellschaft  
Funktionsbereich Frauen und Gleichstellung  
Landhaus, 6901 Bregenz  
T +43 5574 511 22190  
frauen.gleichstellung@vorarlberg.at  
www.vorarlberg.at/frauen

### Druck

Amt der Vorarlberger Landesregierung  
Hausdruckerei

### Gestaltung

Amt der Vorarlberger Landesregierung  
Fachbereich Mediengestaltung

### Fotos

Titelbild | © Land Vorarlberg  
Seite 3 | © Photographee.eu/Fotolia.com  
Seite 5 | © djile/Fotolia.com  
Seite 6 | © anetlanda/Fotolia.com  
Seite 9 | © Africa Studio/Fotolia.com  
Seite 10 | © Photographee.eu/Fotolia.com

Gewalt an Frauen ist noch immer ein geschlechtsspezifisches Problem, das heißt, Frauen sind überproportional häufiger von Gewalt betroffen als Männer. Um diese Realität deutlich zu machen und nicht zu verharmlosen bzw. zu verschleiern, sprechen wir in unserer Broschüre bewusst von Tätern.

3. Auflage, Februar 2020

## Vorwort

Gewalt gegen Frauen in der Ehe und Partnerschaft ist eine weit verbreitete Realität. Deshalb ist auch die Zahl jener Personen, die in ihrem familiären, beruflichen oder privaten Umfeld Personen kennen, die Opfer von familiärer Gewalt sind, sehr hoch. Somit stellt sich die Frage: Wie reagiere ich als Verwandte(r), FreundIn, Bekannte(r), NachbarIn oder KollegIn in dieser Situation richtig?

Diese Broschüre soll Möglichkeiten aufzeigen, wie Sie entsprechend handeln und helfen können.

Wichtig ist dabei auch, wie und wo Sie professionelle Hilfe für die betroffene Frau und für sich selbst in Anspruch nehmen können.

### Klar ist:

- Es gibt keine einfachen Ratschläge und Rezepte, wie Sie vorgehen sollen. Jede Situation ist individuell und erfordert unterschiedliche Handlungen.
- Es gibt nicht falsch oder richtig. Sie sind keine professionellen HelferInnen. Als Angehörige(r) oder FreundIn stecken Sie in der Situation mit drinnen. Dadurch ist es noch schwieriger zu helfen.



## **„Es gibt keine Rechtfertigung für Gewalt“**

Wenn von Gewalt gegen Frauen innerhalb der Familie und Partnerschaft die Rede ist, so steht meist körperliche Gewalt im Vordergrund. Aber auch Drohung und Nötigung, sexuelle Gewalt, Freiheitsentziehung oder Beschädigung von Sachen sind strafbare Taten und dürfen in keiner Form toleriert werden. Unterdrückung aufgrund finanzieller Abhängigkeit ist ebenfalls eine Form von Gewalt.

## **Hinschauen statt wegsehen**

Familiäre Gewalt kommt in allen Altersgruppen und Schichten vor. Immer noch scheuen sich viele der betroffenen Frauen aus Scham und/oder Angst, über ihre Gewalterfahrungen zu reden. Deshalb ist es wichtig, bei Beobachtungen, die den Verdacht auf Gewalt wecken, genau hinzuschauen und zu reagieren. Wichtig ist, dabei zu bedenken: Gewalt passiert in verschiedenen Formen.

### **Wichtig ist ...**

... wenn Sie helfen wollen, dass Sie für sich und die anderen ganz klar definieren:  
„Es gibt keine Rechtfertigung für Gewalt.“



## Symptome, die einen Verdacht erwecken können:

- wenn Frau sich zurückzieht
- wenn sie allein nicht weggehen darf oder immer abgeholt und kontrolliert wird
- wenn ihr der Kontakt zur Herkunftsfamilie verboten wird
- wenn sie nicht weiß, wie viel Geld die Familie hat
- wenn sie sehr viele Krankenstände hat
- wenn Eifersuchtsszenen stattfinden
- wenn körperliche Verletzungen sichtbar sind
- wenn totaler Stress und Anspannung bemerkbar werden
- wenn psychosomatische Erkrankungen auftreten
- wenn Hilferufe aus der Nachbarwohnung/dem Nachbarhaus hörbar sind und Kinder schreien
- wenn Auffälligkeiten bei Kindern bemerkbar sind sie sind immer Mitbetroffene, z.B. wenn sie am Wochenende immer zur Oma wollen ...

## Enge Beziehung zwischen Täter und Opfer

Die enge Beziehung zwischen Täter und Opfer macht es für die betroffenen Frauen sehr schwierig, die bestehende Situation zu verändern. In manchen Fällen will die betroffene Frau nicht, dass sich irgendjemand einmischt. Z.B. weil sie Angst hat, dass sich die Situation verschlimmert oder weil sie den Täter schützt oder sich schämt.

Dazu kommt oft noch die finanzielle Abhängigkeit. Die Täter haben aber auch sehr subtile „Methoden“, das Opfer zu halten z.B. Reue, Wiedergutmachungen, in die Opferrolle schlüpfen... .

## Situationen in Familien und im Freundeskreis

Auch die Angehörigen und Freunde haben oftmals sowohl zum Opfer als auch zum Täter eine enge bzw. gute Beziehung. Daraus ergeben sich vielfach sehr schwierige Situationen, die zur Spaltung in der Familie/im Freundeskreis führen können.

## Emotionale Belastungen

Angehörige, FreundInnen und Bekannte von Opfern familiärer Gewalt befinden sich oftmals in einer schwierigen emotionalen Situation. Sie empfinden Unsicherheit was mache ich richtig oder falsch, Angst was könnte der Täter mir antun, Enttäuschung wenn das Opfer Hilfe ablehnt etc..



## Mitwissen kann belastend sein

Was tun, wenn das Opfer mir etwas anvertraut und sagt, dass ich es nicht weitersagen darf. Mitwissen kann sehr belastend sein, besonders wenn man das Gefühl hat, nicht helfen zu können. Als nahestehende Person hat man oft ähnliche Gefühle wie das Opfer selbst: Hilflosigkeit, Ohnmacht, es kaum fassen können etc..

Wichtig: Wenden Sie sich an eine Beratungsstelle. Hier bekommen Sie Hilfe und die Anonymität des Opfers bleibt gewahrt.

## Das bedeutet für die/den HelferIn:

- Wie halte ich es aus, davon zu wissen bzw. zuzusehen, ohne helfen zu können?
- Wichtig in solch einer Situation: Wenn Sie das Gefühl haben, überfordert zu sein, holen Sie sich professionelle Hilfe.

## Wichtig ist, gemeinsam zu klären:

- ... wie reagiere(n) ich/wir in Bezug auf das Opfer und wie in Bezug auf den Täter?
- ... wer redet mit wem? Damit nicht jede(r) eine eigene Strategie verfolgt oder gleichzeitig reagiert. Das ist kontraproduktiv und überfordert die Betroffenen. Mehr Ruhe ist meist wirkungsvoller.
- ... wie steht es mit der Solidarität zum Opfer und zum Täter? Gibt es jemanden in der Familie, der/die eher dem Täter nahesteht?
- ... Aktionen und Gespräche koordinieren und klären: wer, was, wann, mit wem?
- ... gemeinsam die Tat klar ablehnen, jedoch nicht den Täter als Ganzes abwerten. Die andere Seite des gewalttätigen Menschen sehen: freundlicher Nachbar, netter Kollege... .

## **Wenn das Opfer nichts ändert**

Gewaltbeziehungen dauern oft über Jahre an. In solchen Fällen wenden sich die HelferInnen häufig ab.

Darum ist es wichtig, sich zu informieren und zu verstehen, was sich in einer Gewaltbeziehung abspielt. Akzeptieren Sie, was das Opfer will.

## **Sie müssen keine Verantwortung übernehmen**

Es liegt nicht in Ihrer Verantwortung, was das Opfer macht. Es ist jedoch wichtig, dass die betroffene Frau spürt, dass Sie hinter ihr stehen, ihr aber die Entscheidung für ihren Weg und ihre Verantwortung nicht abnehmen können bzw. nicht für sie handeln können. Signalisieren Sie: Du kannst jederzeit zu mir kommen. Wenn du mich rufst, werde ich zu dir kommen.

---

### **Aber Achtung:**

Wenn die Situation Sie überfordert, sollten Sie auch STOPP sagen.

Achten Sie auf Ihre eigene Sicherheit!

Holen Sie sich fachliche Hilfe.

In all diesen Situationen ist es ganz wichtig, Ruhe zu bewahren, genau zu überlegen, sich zu informieren.



## Verhaltensweisen des Opfers, um Gewalt zu verhindern bzw. durchzuhalten:

- es nicht als Gewalt benennen
- still sein
- recht geben
- keine Wünsche äußern
- keine Forderungen stellen
- Erklärungen für die Gewalt suchen
- Umdeutungen, Entschuldigungen für die Gewalt
- Verantwortung für die erlittene Gewalt übernehmen
- Anpassung
- u.a.

Egal wie sich das Opfer verhält, es gibt keine Garantie dafür, dass es nicht wieder zu Gewalt kommt.

## Verhaltensweisen des Täters um von seiner Gewalttätigkeit abzulenken:

- die Schuld dem Opfer zuschieben
- Gewalt verleugnen
- Gewalt verharmlosen, bagatellisieren
- falsche Darstellung
- Handlungen rechtfertigen z.B. Geldprobleme, Stress, Kindheit...
- Kontrollverlust z.B. Alkohol, Jähzorn...
- Provokation

Der Täter weigert sich damit, Verantwortung für sein gewalttätiges Handeln zu übernehmen.



## Typische Verhaltensmuster in Gewaltbeziehungen

Für Außenstehende ist es oft sehr schwierig, die Beziehung zwischen Opfer und Täter zu verstehen. Vor allem dann, wenn das Opfer die Beziehung trotz der Gewalt fortführt. Wer helfen möchte, sollte jedoch wissen, wie typische Verhaltensmuster in Gewaltbeziehungen ablaufen.

## Was tun?

In jedem Fall ist es sinnvoll, sich zuerst eine Beratung von professionellen HelferInnen zu holen. Zu wissen, wo kann ich und/oder das Opfer professionelle Hilfe bekommen, wie sind die rechtlichen Gegebenheiten, etc. gibt Sicherheit. Ansonsten sind die hier angeführten Tipps als verschiedene Handlungsmöglichkeiten zu sehen und beinhalten keine Reihenfolge.



### ... bei Verdacht

- Opfer und/oder Täter darauf ansprechen
- klar machen, dass man Gewalt nicht akzeptiert (eigene Position)
- Hilfe und Unterstützung anbieten z.B. zuhören, Begleitung zur Beratungsstelle etc. .
- Hilfe und Unterstützung für sich selbst holen
- Ruhe bewahren, auf sich selber schauen
- professionelle Hilfe vermitteln

### ... wenn Gewalt passiert

- abklären, wie kann ich Sicherheit und Schutz herstellen?
- Notrufnummern griffbereit halten
- dafür sorgen, dass das Opfer im Notfall telefonieren kann eventuell ein Codewort vereinbaren
- Wege besprechen, wie die Frau in Gewaltsituationen handeln kann damit sie nicht in einen „Lähmungszustand“ fällt
- der Betroffenen raten, Reisepass, Dokumente und Urkunden von sich und den Kindern in Sicherheit zu bringen
- Notfalltasche packen und deponieren

# Hilfe und Unterstützung in Vorarlberg für gewaltbetroffene Frauen

## **ifs Gewaltschutzstelle**

Johannitergasse 6, 6800 Feldkirch  
T +43 5 1755 535  
gewaltschutzstelle@ifs.at | www.ifs.at

## **ifs Frauenberatungsstelle bei sexueller Gewalt**

Johannitergasse 6, 6800 Feldkirch  
T +43 5 1755 536  
frauenberatungsstelle@ifs.at | www.ifs.at

## **ifs FrauennotWohnung**

T +43 5 1755 577  
frauennotwohnung@ifs.at | www.ifs.at

## **femail FrauenInformationszentrum Vorarlberg**

Marktgasse 6, 6800 Feldkirch  
T +43 5522 31 002  
info@femail.at | www.femail.at

## **Krankenhaus der Stadt Dornbirn**

Abteilung Gynäkologie (24 Stunden)  
Erstuntersuchung für weibliche Missbrauchsoffer  
T +43 5572 303

**Polizei-Notruf: 133**

**Frauenhelpline gegen Gewalt: T +43 800 222 555**

## **Beratung für Gewaltausübende**

### **ifs Gewaltberatung**

Bahnhofstraße 18, 6800 Feldkirch  
Färbergasse 17/1, 6850 Dornbirn  
T +43 5 1755 515  
gewaltberatung@ifs.at | www.ifs.at

Amt der Vorarlberger Landesregierung  
Abteilung Elementarpädagogik, Schule und Gesellschaft  
Funktionsbereich Frauen und Gleichstellung  
Landhaus, Römerstraße 15, 6901 Bregenz  
T +43 5574 511 22190  
[frauen.gleichstellung@vorarlberg.at](mailto:frauen.gleichstellung@vorarlberg.at)  
[www.vorarlberg.at/frauen](http://www.vorarlberg.at/frauen)