

# Sexualisierte Gewalt -

Vergewaltigung / sexuelle Nötigung

Informationen • Hilfen • Adressen



## Vorbemerkung

Der Runde Tisch Häusliche Gewalt Kreis Steinfurt, unter der Schirmherrschaft des Landrats, setzt sich besonders für den Schutz und die Hilfe für von Gewalt betroffene Frauen und Kinder ein. Er arbeitet seit 2003 für eine gute Umsetzung des Gewaltschutzgesetzes im Kreis Steinfurt.

In den vergangenen Jahren sind im Kreis Steinfurt gute Rahmenbedingungen für den Schutz und die Unterstützung von Opfern häuslicher Gewalt, insbesondere von Frauen und Kindern, geschaffen worden.

## Herausgeber:

„Runder Tisch - Häusliche Gewalt Kreis Steinfurt“  
Lenkungsgruppe

Ansprechpersonen:

Gleichstellungsbeauftragte Kreis Steinfurt: Brigitte Kumpmann

Gleichstellungsbeauftragte Stadt Rheine: Monika Hoelzel

1. Auflage 2019

Der Runde Tisch – Häusliche Gewalt Kreis Steinfurt dankt der Frauenberatungsstelle Dortmund für die Möglichkeit der Übernahme des Inhalts dieser Broschüre.

gefördert vom: **Ministerium für Heimat, Kommunales,  
Bau und Gleichstellung  
des Landes Nordrhein-Westfalen**



## Koordinierung:

Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt der Frauenberatungsstelle

Unter der Schirmherrschaft des Landrates  
des Kreises Steinfurt

 **KREIS  
STEIFURT**

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort . . . . .	4
Was ist sexualisierte Gewalt? . . . . .	5
Mögliche Folgen nach einem sexuellen Übergriff . . . . .	6
Medizinische Versorgung . . . . .	7
Anonyme Spurensicherung . . . . .	8
Rechtliche Möglichkeiten . . . . .	9
Die Strafanzeige . . . . .	9
Wo kann ich eine Anzeige erstatten? . . . . .	11
Recht auf Nebenklage . . . . .	11
Psychosoziale Prozessbegleitung . . . . .	12
Selbstfürsorge . . . . .	13
Das Unterstützungsangebot der Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt . . . . .	14
Wichtige Adressen im Kreis Steinfurt . . . . .	15

# Vorwort

Liebe Leserin,

mit dieser Broschüre möchten wir Sie darüber informieren, was Sie tun können, wenn Sie von sexualisierter Gewalt betroffen sind, und welche Möglichkeiten Sie nach einer Vergewaltigung / sexuellen Nötigung haben.

Wir möchten Sie bei der Wahrung und Durchsetzung Ihrer Rechte unterstützen und Ihnen Informationen zur Verfügung stellen, die Ihnen Rat und Hilfe sein sollen.

Es gibt kaum Untersuchungen, die das tatsächliche Ausmaß und die unterschiedlichen Erscheinungsformen von sexualisierter Gewalt gegen Frauen wiedergeben.

Laut einer EU-weiten Erhebung aus dem Jahr 2014 hat jede dritte Frau seit ihrem 15. Lebensjahr körperliche und/oder sexualisierte Gewalt erfahren.

Am 10.11.2016 ist das neue Sexualstrafrecht in Kraft getreten, das der Deutsche Bundestag im Juli 2016 in einer historischen Abstimmung einstimmig beschlossen hatte.

Durch die Verankerung des Grundsatzes „Nein heißt Nein“ stellt die Reform eine erhebliche Verbesserung für den Schutz der sexuellen Selbstbestimmung dar.

Mit dem neuen Gesetz ist ein sexueller Übergriff schon dann strafbar, wenn er gegen den erkennbaren Willen einer Person ausgeführt wird. Es kommt nicht mehr darauf an, ob eine betroffene Person sich gegen den Übergriff körperlich gewehrt hat oder warum ihr dies nicht gelungen ist.

## Was ist sexualisierte Gewalt?

Sexualisierte Gewalt ist ein Thema, über das in den letzten Jahren zwar häufiger und auch öffentlicher gesprochen wird, ein wirklich offener und realitätsnaher Umgang damit ist aber längst noch nicht erreicht. Es muss von einer hohen Dunkelziffer nicht angezeigter Straftaten ausgegangen werden, da sexuelle Übergriffe vor allem im sozialen Nahbereich stattfinden, d.h. dort, wo Frauen sich am sichersten fühlen: in der Familie, in Partnerschaften und im Freundeskreis. Die Betroffene und der Täter kennen sich meistens gut, und eine nahe stehende Person anzuzeigen ist oft mit Hemmungen verbunden und die Meldequote somit entsprechend gering. Sexualisierte Gewalt beginnt dort, wo Mädchen und Frauen in ihrer persönlichen Freiheit eingeschränkt werden. Das ist bereits dann der Fall, wenn sie bestimmte Orte, Wege oder Situationen meiden müssen, um nicht beleidigt, belästigt oder bedroht zu werden. Bei sexualisierter Gewalt geht es nicht ausschließlich um die sexuelle Befriedigung des Täters, sondern Sexualität wird als Machtinstrument genutzt, um die andere Person zu erniedrigen und zu demütigen. Oft haben betroffene Frauen das Gefühl, sie treffe eine Mitschuld an dem, was ihnen widerfahren ist, oder sie schämen sich dafür. Völlig unabhängig von ihrem Verhalten, ihrer Kleidung, ihrem Auftreten - die Schuld liegt allein beim Täter!

### **Niemand hat das Recht, Ihre körperlichen, seelischen und sexuellen Grenzen zu missachten.**

Sexualisierte Gewalt kann Ihnen auf unterschiedliche Art und Weise begegnen. Es wird zwischen verschiedenen Formen unterschieden:

- Vergewaltigung und sexuelle Nötigung (auch nach Einsatz von K.O.-Tropfen)
- Sexualisierte Gewalt in Partnerschaft / Ehe
- Sexuelle Belästigung (im Alltag, am Arbeitsplatz)
- Sexualisierte Gewalt in der Kindheit
- Digitale Gewalt (z. B. in sozialen Netzwerken)
- Sexuelle Übergriffe durch professionell Tätige (wie z.B. Ärzt\*innen, Lehrer\*innen oder Therapeut\*innen)

## Mögliche Folgen nach einem sexuellen Übergriff

Jede Frau entwickelt ihre eigenen Bewältigungs- und Überlebensstrategien nach einem sexuellen Übergriff. Die Reaktionen sind individuell und sehr verschieden, außerdem von vielen Faktoren abhängig.

Die Beschwerden können Auswirkungen auf die sozialen, beruflichen und andere Lebensbereiche haben. Zudem kann eine Vergewaltigung / sexuelle Nötigung körperliche und/oder psychische Folgen haben. Unmittelbar nach dem Erlebten reagieren viele Frauen damit, dass sie in einen Schockzustand verfallen.

- Sie können dabei äußerlich ganz ruhig und gefasst wirken oder aber zusammenbrechen und weinen. Andere wirken wie erstarrt, leer, verstört oder fühlen sich innerlich wie tot. Andere zeigen starke emotionale Reaktionen: Sie sind wütend oder reizbar, aggressiv oder ängstlich.
- Viele Frauen empfinden Erniedrigung, Demütigung, Angst, Scham, Ohnmacht, aber auch Hass und Wut. Das eigene Selbstbild ist nach einer Vergewaltigung / sexuellen Nötigung oftmals geprägt von Gefühlen der Schuld. Als Konsequenz ziehen sich die Betroffenen zeitweise aus ihrem sozialen Umfeld zurück.

Mit der Zeit verändern sich die Reaktionen auf ein Gewaltereignis, und die Folgen können sich in Angst und Paniksymptomen, Selbstwertproblematiken oder Suchtverhalten äußern. Diese Aufzählung ist beispielhaft zu verstehen. Es gibt keine allgemeingültigen, vorhersagbaren Verhaltensweisen auf einen sexuellen Übergriff und auch keine richtigen oder falschen Reaktionen.

### **Sie sind nicht krank oder verrückt, wenn Sie die beschriebenen oder andere Symptome an sich erleben.**

All diese Erfahrungen können belastend sein, sie dienen aber dazu, dass Sie das Erlebte verarbeiten können. Sie sind eine normale Reaktion Ihres Körpers/Ihrer Person auf ein unnormales Ereignis.

Eine Vergewaltigung / sexuelle Nötigung oder ein versuchter sexueller Übergriff gehören zu den schmerzvollsten Erfahrungen, die eine Frau in ihrem Leben machen kann. Wenn Sie unmittelbar nach der Gewalterfahrung Hilfe in Anspruch nehmen wollen, dann vertrauen Sie sich einer guten Freund\*in, Ihrer Ärzt\*in oder einer anderen Person an, die Ihnen nahesteht. Auch in der Fachberatungsstelle Rheine finden Sie ein Unterstützungsangebot. Für die Versorgung Ihrer Verletzungen und eines möglichen Schocks können Sie eine Ärzt\*in aufsuchen. Sie allein entscheiden, was Sie wann umsetzen möchten.

## Medizinische Versorgung

Nach einer Vergewaltigung / sexuellen Nötigung ist es ratsam, möglichst schnell eine medizinische (gynäkologische) Untersuchung vornehmen zu lassen. Das ist bei einer Ärzt\*in oder in einer Klinik mit gynäkologischer Ambulanz möglich. Jede Ärzt\*in unterliegt der ärztlichen Schweigepflicht.

Die medizinische Untersuchung und Behandlung sind unabhängig von einer Anzeige. Auch wenn keine akuten körperlichen Verletzungen vorliegen, ist eine medizinische Untersuchung sinnvoll.

Bedenken Sie bitte, dass bei einer Vergewaltigung / sexuellen Nötigung grundsätzlich die Gefahr von Verletzungen im Genitalbereich, Infektionen mit sexuell übertragbaren Krankheiten oder die Möglichkeit einer ungewollten Schwangerschaft besteht. In diesem Fall ist es möglich die Pille danach zu nehmen. Zudem kann es zu Blessuren und Schürfwunden kommen, die versorgt und dokumentiert werden können. Es kann auch auf Infektionen wie HIV (sechs Wochen nach Risikokontakt nachweisbar), Hepatitis, Syphilis, Tripper und Chlamydien getestet und wenn notwendig eine Behandlung eingeleitet werden.

## Anonyme Spurensicherung

Neben der medizinischen Versorgung ist eine zeitnahe Dokumentation (von Verletzungen oder möglicher Spuren der Gewalttat) für eine Anzeige und die Beantragung von zivilrechtlichen Ansprüchen sehr wichtig.

Die „anonyme“ bzw. die anzeigunabhängige Spurensicherung ermöglicht Betroffenen eine rechtssichere ärztliche Dokumentation ihrer Verletzungen und eine Spurensicherung, ohne die Notwendigkeit einer sofortigen Anzeigenerstattung. Sie haben so die Möglichkeit, sich in Ruhe zu überlegen, ob Sie Anzeige erstatten möchten oder nicht. Die Spuren werden je nach Klinik bis zu 20 Jahre für einen möglichen Gerichtsprozess aufbewahrt.

Bei einer anonymen Spurensicherung werden die Beweise nach der Untersuchung mit einer Chiffrenummer anonym im rechtsmedizinischen Institut gelagert. Die Polizei erfährt dieses nicht, wenn keine Strafanzeige erstattet wird. Erfolgt im Zeitraum von 10 Jahren nach der Tat eine Anzeige, können die Spuren noch als wichtiges Beweismittel dienen. Für die Spurensicherung und die Beweislage ist es wichtig, wenn Sie sich trotz Ihres verständlichen Ekels nicht waschen und die Kleidung nicht säubern, bevor die ärztliche Untersuchung stattgefunden hat.

Im Kreis Steinfurt können Sie eine anonyme Spurensicherung in den folgenden Krankenhäusern vornehmen lassen:

- **Maria-Josef-Hospital Greven,  
Gynäkologische Abteilung, 02571-5020**
- **Mathias-Spital Rheine, Frauenklinik, 05971-420**
- **Klinikum Ibbenbüren, Frauenklinik, 05451-520**

## Rechtliche Möglichkeiten

Viele Frauen stehen nach einer Vergewaltigung / sexuellen Nötigung vor der Frage, ob sie den Täter anzeigen sollen. Eine Strafanzeige ist eine Möglichkeit, öffentlich zu machen, dass ein Verbrechen begangen wurde und den Täter hierfür zur Verantwortung zu ziehen.

**Sie entscheiden, ob Sie eine Anzeige stellen wollen oder nicht!**

Rechtlich dazu verpflichtet sind Sie nicht. Nachfolgend haben wir die wichtigsten Informationen für Sie zusammengefasst.

### Die Strafanzeige

Ob es sinnvoll ist, eine Anzeige zu erstatten, sollte gut und in Ruhe überlegt werden. Nehmen Sie sich die Zeit die Sie brauchen; Sie müssen diese Entscheidung nicht alleine treffen. Sie können sich professionelle Hilfe und Rat von einer Rechtsanwält\*in oder Mitarbeiterin einer Frauenberatungsstelle einholen.

Einmal gestellt, kann eine Anzeige bei Sexualstraftaten nicht zurückgezogen werden. Denn mit der Erstattung einer Anzeige leitet die Strafverfolgungsbehörde ein Ermittlungsverfahren ein.

Bei Sexualstraftaten gibt es unterschiedliche Strafmaße mit verschiedenen Verjährungsfristen. In dem Gespräch mit der Rechtsanwält\*in kann abgeklärt werden, wie der sexuelle Übergriff strafrechtlich zu bewerten ist, und dabei können auch Fragen zum Verlauf des Strafverfahrens oder zu Verjährungsfristen besprochen werden. Die Rechtsanwält\*in ist zur anwaltlichen Verschwiegenheit verpflichtet. Um eine kostenfreie Rechtsberatung in Anspruch zu nehmen, gibt es die Möglichkeit, beim Amtsgericht einen Beratungshilfeschein oder über den Weißen Ring einen Beratungsscheck zu erhalten.

**Für** eine Anzeige spricht z. B.:

- Es wird öffentlich gemacht, dass eine Straftat begangen wurde.
- Wenn es zu einer Verurteilung des Täters kommt, wird das begangene Unrecht bestraft. Das hat auch ein gesellschaftliches Signal.
- Sie wehren sich auf diese Weise gegen die erfahrene Gewalt, was ein wichtiger Schritt im Verarbeitungsprozess sein kann.

**Gegen** eine Anzeige spricht z. B.:

- Eine Anzeige und ein Gerichtsprozess sind häufig mit großen psychischen Belastungen verbunden. Sie sind grundsätzlich dazu verpflichtet, bei der Polizei genaue Angaben zum Tatverlauf zu machen. Im weiteren Verlauf des Strafverfahrens – insbesondere in der gerichtlichen Hauptverhandlung – müssen die Angaben ggfs. mehrfach wiederholt werden.
- Ein möglicher Freispruch des Täters kann zu einer psychischen Mehrbelastung führen.
- Eine Anzeige ist nicht immer sinnvoll und notwendig, um das Erlebte zu verarbeiten.



Wenn Sie noch Zeit für die Entscheidung brauchen, eine Anzeige zu erstatten oder nicht, dann halten Sie in jedem Fall möglichst unmittelbar nach der Tat Ihre Erinnerungen schriftlich fest (Gedächtnisprotokoll). Das kann für eine spätere Anzeige nützlich sein. Sie sollten daher versuchen, die Ereignisse so detailliert und umfassend wie möglich mit Ihren eigenen Worten aufzuschreiben.

## Wo kann ich eine Anzeige erstatten?

Grundsätzlich kann eine Anzeige zu jeder Zeit bei jeder Dienststelle der Polizei erstattet werden. Sie können zur Anzeigenerstattung / Vernehmung eine Begleitperson mitnehmen. Wenn Sie während der Vernehmung eine Pause brauchen, dürfen Sie um eine Unterbrechung bitten oder um eine Fortsetzung an einem anderen Tag.

## Recht auf Nebenklage

Bereits nach der Anzeigenerstattung besteht die Möglichkeit, auf Antrag kostenfrei eine Opferanwält\*in beigeordnet zu bekommen. Diese hat ein Akteneinsichts- und Befragungsrecht. Sobald die Staatsanwaltschaft eine Anklage erhoben hat und das Verfahren an das zuständige Gericht abgegeben worden ist, können Sie sich dem Strafverfahren als „Nebenklägerin“ anschließen. Auch hier besteht die Möglichkeit der Beiordnung einer Opferanwält\*in.

In der gerichtlichen Hauptverhandlung hat die beigeordnete Opferanwält\*in – genau wie die Verteidiger\*in und Staatsanwält\*in – ein Ablehnungs-, Frage- und Beweisantragsrecht. Die Opferanwält\*in kann am Ende der Beweisaufnahme ein Plädoyer halten und dadurch zu einer angemessenen Verurteilung beitragen.

Wenn Sie sich dem Verfahren als Nebenklägerin anschließen wollen, können Sie im Strafprozess eine aktive Rolle einnehmen, während sie sonst in der eher passiven Funktion als Zeugin keinen Einfluss auf das Verfahren nehmen können.

Nähere Informationen zur Möglichkeit der Nebenklage erfahren Sie in Ihrer Anwaltskanzlei.



## Psychosoziale Prozessbegleitung

Sie haben die Möglichkeit, zu jedem Zeitpunkt des Ermittlungs- und Strafverfahrens eine Zeugenbegleitung, die sogenannte psychosoziale Prozessbegleitung, in Anspruch zu nehmen. Psychosoziale Prozessbegleiter\*innen sind Personen, die Ihnen als Betroffene einer Straftat professionelle Betreuung, Unterstützung und Informationen anbieten. Das kann hilfreich sein, wenn Sie sich mit polizeilichen Ermittlungen und der Justizbehörde nicht auskennen.

Die Prozessbegleitung wird von erfahrenen Sozialpädagog\*innen durchgeführt und ist freiwillig.

Während des gesamten Ermittlungs- und Strafverfahrens ist die psychosoziale Prozessbegleiter\*in Ihre Ansprechpartner\*in, mit dem Ziel, Belastungen zu reduzieren und Sie zu stabilisieren. Er/Sie kann Sie beispielsweise zu Vernehmungen begleiten und während der Hauptverhandlung anwesend sein oder während Wartezeiten bei Gericht betreuen. Die psychosoziale Prozessbegleitung übernimmt keine rechtliche oder therapeutische Beratung. Sie führt mit Ihnen auch keine Gespräche über den Tathergang.

Die Kosten einer psychosozialen Prozessbegleiter\*in müssen selbst getragen werden, in besonderen Fällen besteht ein Anspruch auf Beiordnung, dann werden die Kosten von der Staatskasse übernommen.

## Selbstfürsorge

Neben der medizinischen Versorgung und dem Wissen über Ihre rechtlichen Möglichkeiten, ist der Aspekt der Selbstfürsorge für den Verarbeitungsprozess sehr wichtig.

Das Wichtigste ist, dass Sie wahrnehmen und erkennen, was Ihnen hilft und Sie stärkt. Je nachdem, was Ihnen einfällt, versuchen Sie es einzurichten und es sich zu erlauben. Wenn Sie sich beispielsweise den Fuß verstaucht hätten, dann würden Sie auch sorgsam und behutsam mit sich umgehen.

### **Es kann helfen, wenn Sie sich ablenken**

- mit anderen Menschen Zeit verbringen
- Lesen
- Hobbys
- Sport, körperliche Betätigung

### **Es kann helfen, wenn Sie versuchen, Ihren geregelten Tagesablauf zu erhalten**

- ausreichend Schlaf
- Beruf/ Arbeit
- Ruhezeiten
- gesunde Mahlzeiten

### **Es kann helfen, wenn Sie sich anderen Menschen anvertrauen.**

#### **Wenn Sie merken, dass das der richtige Weg für Sie ist, dann**

- entscheiden Sie bewusst, wem Sie sich anvertrauen.
- wählen Sie einen guten Zeitpunkt und Ort.
- entscheiden Sie vorher, worüber Sie sprechen möchten.
- sagen Sie Ihrem Ansprechpartner\*in möglichst konkret, was Sie brauchen oder was Ihnen helfen könnte.

**Jede Frau hat Ihre eigenen Bedürfnisse.**

**Schauen Sie, was Ihnen guttut.**

# Das Unterstützungsangebot

## Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt

Mit ihrer parteiichen Ausrichtung richtet sich die Fachberatungsstelle an alle Frauen ab 18 Jahren. In einer vertrauensvollen Atmosphäre und einem geschützten Rahmen können Sie über Ihre Gewalterfahrungen und deren Folgen sprechen.

### Die Fachberatungsstelle bietet Beratung bei

- einer Vergewaltigung / sexuellen Nötigung oder einem versuchten Übergriff
- der Vermutung, dass Sie sexualisierte Gewalt erfahren haben
- zurückliegenden Gewalterfahrungen
- sexueller Belästigung im Alltag oder am Arbeits- oder Ausbildungsplatz
- der Überlegung, eine Strafanzeige zu stellen
- der Suche nach Möglichkeiten, sich selbst zu schützen
- der Unterstützung der weiblichen Angehörigen von Betroffenen
- der Suche nach Unterstützung und Rat für bevorstehende Gerichtsverhandlungen
- der Suche nach therapeutischen Angeboten

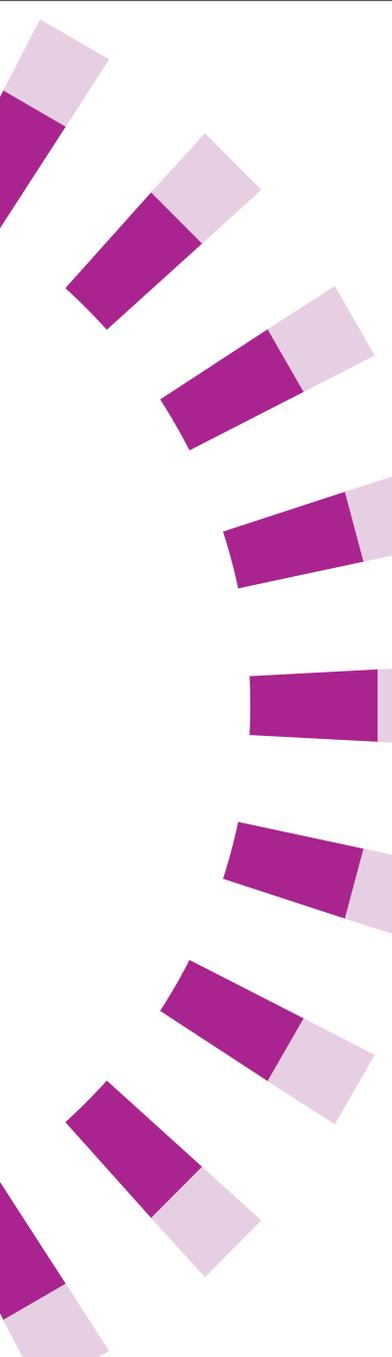
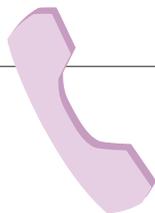
Die Mitarbeiterinnen der Fachberatungsstelle gegen sexualisierter Gewalt bieten betroffenen Frauen Einzelberatung an und arbeiten ressourcenorientiert und stabilisierend. In den Beratungsgesprächen erhalten Sie Informationen über das Anzeigeverfahren, über den Gerichtsprozess und Möglichkeiten der Opferentschädigung. Darüber hinaus bieten die Mitarbeiterinnen stabilisierende Beratung nach traumatherapeutischen Konzepten an.

**Das Beratungsangebot ist kostenlos, zudem unterliegen die Mitarbeiterinnen der Fachberatungsstelle der Schweigepflicht, und Beratungen können auf Wunsch anonym erfolgen.**

Sie können telefonisch unter der **Rufnummer 05971 / 800 92 92** Kontakt aufnehmen, um einen Beratungstermin zu vereinbaren.



# Rund um die Uhr erreichbare Hilfe



Polizei  
**Notruf 110**

Hilfetelefon "**Sexueller Missbrauch**"  
**08000 / 22 55 530**

Hilfetelefon "**Gewalt gegen Frauen**"  
**08000 / 116 016**  
**[www.hilfetelefon.de](http://www.hilfetelefon.de)**