

## Rechtliche Informationen:

Vergewaltigung und sexuelle Nötigung sind sogenannte Offizialdelikte.

### Das bedeutet:

- Sobald die Polizei oder die Staatsanwaltschaft davon erfährt, ist sie verpflichtet zu ermitteln.
- Eine Anzeige kann nicht zurückgenommen werden.
- Niemand ist verpflichtet, eine Vergewaltigung oder sexuelle Nötigung anzuzeigen.

Die Entscheidung für eine Anzeige muss nicht sofort getroffen werden. Sie können sich dafür Zeit nehmen und sich vorab über alle Schritte in Ruhe informieren. Dabei kann ein Gespräch in unserer Beratungsstelle helfen. Wir geben Informationen zu allen Abläufen und nehmen Ihre Ängste ernst.

### **WICHTIG:**

Die Entscheidung, einen sexuellen Übergriff bei der Polizei zu melden, muss die Betroffene selbst treffen!

## So können Sie selbst mit der Belastung umgehen:

- Sie können mit einer Vertrauensperson sprechen.
- Sie können sich selbst an den Frauennotruf oder andere Beratungsstellen wenden und über Ihre Erfahrungen und Gefühle in dieser Situation sprechen.
- Als Partner/Partnerin können Sie professionelle Hilfe annehmen, wenn ihre Beziehung durch die Gewalterfahrung belastet ist.

In unserer Beratungsstelle bieten wir persönliche Gespräche nach Terminabsprache an. Zu folgenden Sprechzeiten ist eine telefonische Beratung ohne Termin sofort möglich:

- > **Montag** 10.00 – 12.00 Uhr
- > **Dienstag** 10.00 – 12.00 Uhr
- > **Mittwoch** 8.30 – 9.30 Uhr
- > **Donnerstag** 14.00 – 18.00 Uhr
- > **Freitag** 10.00 – 12.00 Uhr

Telefonische Sprechzeiten in türkischer und russischer Sprache finden wöchentlich statt. Die Zeiten erfahren Sie auf unserer Bandansage.

## **FRAUEN** *Notruf*

Bielefeld e.V.

Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt

**FRAUENNOTRUF** Bielefeld e.V.

Rohrteichstraße 28 | 33602 Bielefeld  
Tel. 0521 - 12 42 48 | Fax 0521 - 17 64 78  
kontakt@frauennotruf-bielefeld.de

Die geschützte Online-Beratung finden Sie unter  
[www.frauennotruf-bielefeld.de](http://www.frauennotruf-bielefeld.de)

## **FRAUEN** *Notruf*

Bielefeld e.V.

Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt



## Hilfe bei sexualisierter Gewalt

Informationen für Angehörige  
und Bezugspersonen

**FRAUENNOTRUF** Bielefeld e.V.

Rohrteichstraße 28 • 33602 Bielefeld  
Tel. 0521 - 12 42 48 • Fax 0521 - 17 64 78

[www.frauennotruf-bielefeld.de](http://www.frauennotruf-bielefeld.de)

## Sexuelle Gewalt:



Jede (versuchte) Vergewaltigung und sexuelle Nötigung ist ein Angriff auf den Körper und die Seele einer Frau.

Die betroffene Frau fühlt sich dem Täter ausgeliefert. Sie fühlt sich hilflos und ohnmächtig.

Die Betroffene erlebt einen Schock, auch wenn Sie das von außen nicht immer sehen können. Die Frauen reagieren sehr unterschiedlich:

- Manche scheinen ruhig und gelassen.
- Manche sind aufgebracht, unruhig, können nicht schlafen.
- Manche wirken wie erstarrt.
- Manche sprechen über das Erlebte, andere können und wollen nicht darüber sprechen.

Das alles sagt nichts darüber aus, wie schlimm die Vergewaltigung für die Frau war.

## Als Bezugsperson sollten Sie wissen:

- Die Bedürfnisse der Frau können nach der Tat sehr unterschiedlich sein.
- Bezugspersonen und Angehörige müssen respektieren, welche Unterstützung sie sich wünscht.
- Sie sollten nichts tun, wenn die Frau das nicht will. Häufig fühlt sie sich dann wieder ausgeliefert und ohnmächtig.
- Jede Frau kann die erlittene Gewalt nur auf ihre Weise verarbeiten. Dafür gibt es keine Regeln.

## FRAUEN Notruf

Bielefeld e.V.

Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt

[www.frauennotruf-bielefeld.de](http://www.frauennotruf-bielefeld.de)

## So können Sie der betroffenen Frau helfen:

- Lassen Sie ihr Zeit zu entscheiden, was ihr hilft.
- Akzeptieren Sie, wenn sie nicht (mit Ihnen) darüber sprechen will.
- Zeigen Sie Verständnis, hören Sie offen zu.
- Bestärken Sie sie darin, ihren eigenen Entscheidungen und Wünschen zu trauen.
- Ermutigen Sie sie, Hilfe anzunehmen (z.B. in einer Beratungsstelle oder bei einer Ärztin).

## Diese Reaktionen helfen **nicht**:

- **Zweifeln**, ob sie die Wahrheit sagt (z.B. „So was hat er sicher nicht getan.“)
- **Schuldzuweisungen** (z. B. „Du hättest nicht mit gehen sollen.“)
- **Nicht ernst nehmen** (z. B. „Vergiss das einfach schnell.“)
- **Eigene Gefühle bei der Betroffenen „abladen“** (z.B. Wut, Hilflosigkeit, Trauer, Rachegefühle, Angst)
- **Dinge „über ihren Kopf hinweg“ unternehmen** (z.B. zur Polizei gehen, mit dem Täter sprechen)