



HILFREICHE HINWEISE & TIPPS BEI HÄUSLICHER GEWALT

ÜBER DIE OPFERHILFE HAMBURG

Die Opferhilfe Hamburg e.V. bietet professionelle Beratung für Betroffene von Straftaten an. Unser Team besteht aus psychologischen und ärztlichen Psychotherapeuten:innen. Wir unterstützen Sie, nach dem Erleben einer Straftat oder eines Unfalls Ihr psychisches Gleichgewicht wiederzufinden.

Unser Beratungsangebot umfasst:

- Unterstützung in Krisen
- Psychologische Beratung
- Stabilisierung
- Information

Wir beraten, unterstützen und informieren:

- Erwachsene ab 18 Jahre, die Opfer einer Straftat oder eines Unfalls geworden sind
- deren Angehörige und Freund:innen sowie Zeug:innen einer Straftat
- vertraulich und unterliegen der Schweigepflicht
- kostenfrei und anonym

Wir unterstützen Sie:

- in aktuellen Krisen
- bei der Bewältigung von psychischen, sozialen und rechtlichen Folgen von Gewalt
- durch Informationen zu Behandlungswegen und Traumatherapie
- durch gezielte Weiterverweisung an andere Unterstützungsangebote und Einrichtungen

EINFÜHRUNG

Liebe Leser:in,

in unserer Beratungsarbeit erleben wir täglich, wie belastend es sein kann, von Häuslicher Gewalt betroffen zu sein. Häusliche Gewalt kann in verschiedenen Formen auftreten. Dabei handelt es sich konkret um körperliche, sexualisierte und/oder psychische Gewalt. Besonders im familiären Umfeld fällt es sehr vielen Betroffenen oft schwer, angemessen und konsequent auf die Übergriffe zu reagieren.

Um Sie zu unterstützen, haben wir in diesem Flyer die wesentlichen Hinweise und Tipps zusammengestellt. Hierzu gehören Informationen über Hintergründe, Folgen, Handlungsempfehlungen und rechtliche Möglichkeiten.

Vereinbaren Sie gern einen Beratungstermin bei uns. Gerne unterstützen wir Sie bei der Klärung Ihrer ganz persönlichen Anliegen.

KONTAKT

Für eine telefonische Beratung rufen Sie uns gerne während unserer Bürozeiten unter 040 / 38 19 93 an. **Die aktuellen Zeiten finden Sie auf unserer Homepage.** Persönliche Beratungen sind nach telefonischer Erstberatung möglich. Wir bieten keine Beratung per E-Mail an.

OPFERHILFE HAMBURG E.V.

📍 Paul-Nevermann Platz 2-4 • 22765 Hamburg

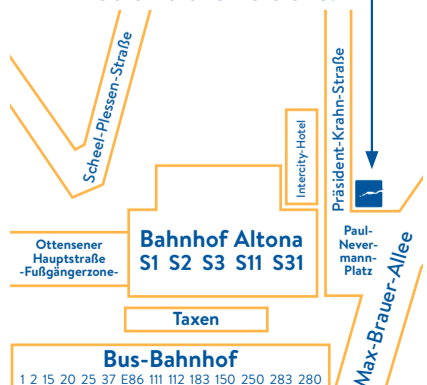
☎ 040 / 38 19 93

📠 040 / 389 57 86

✉ mail@opferhilfe-hamburg.de

🏠 www.opferhilfe-hamburg.de

So erreichen Sie uns:



Gefördert durch:



HINTERGRÜNDE

Wir sprechen von Häuslicher Gewalt, wenn ein Mensch im familiären Umfeld versucht, seine Interessen mit Hilfe von Macht, Kontrolle und Unterdrückung gegen den Willen des/der Anderen durchzusetzen.

Der Begriff „Familie“ ist hier weit gefasst und beinhaltet:

- Personen, die derzeit in einer Familie leben
- Personen, die derzeit in einer Beziehung leben
- Partner:innen einer früheren, beendeten Beziehung

In unseren Beratungen begegnen uns unterschiedliche Arten Häuslicher Gewalt:

- Körperliche Angriffe
- Sexuelle Übergriffe
- Einschüchterungen, Drohungen, Demütigungen, Kontrolle
- Kontaktverbote zu Freund:innen
- Gewollte finanzielle Abhängigkeit
- Zwangsverheiratung
- Stalking

FOLGEN

Die erlebten Übergriffe lösen viele psychische Reaktionen aus, wie etwa:

- Ängste
- depressive Verstimmungen und Stimmungsschwankungen
- sich zurückziehen
- Schlafstörungen
- belastende Erinnerungen und Bilder
- Misstrauen und Verunsicherung
- Schreckhaftigkeit
- Gefühle der Zwiespalt ggü. dem/ der Täter:in

HANDLUNGSEMPFEHLUNGEN

1. Erstellen Sie einen persönlichen „Sicherheitsplan“: Schutzmöglichkeiten, Notfallnummern, Fluchtwege, Notfalltasche, etc.
2. Rufen Sie bei einem gewalttätigen Übergriff die Polizei.
3. Suchen Sie ggf. in Frauenhäusern/ Zufluchtswohnungen Schutz (Zentrale Notaufnahme der Frauenhäuser Hamburg „24/7“: 040 800 041 000).
4. Informieren Sie zu Ihrem Schutz vertrauenswürdige Freund:innen, Nachbar:innen, und Arbeitskolleg:innen.
5. Sammeln Sie Beweise und schreiben Sie das Geschehene genau auf.
6. In Hamburg können Sie sich zur gerichtsfesten Dokumentation Ihrer Verletzungsfolgen an die Rechtsmedizinische Untersuchungsstelle für Gewaltopfer am UKE wenden (24h-h-Telefon: 040 741 052 127).
7. Das Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen berät Sie kostenfrei, rund um die Uhr: Tel. 08000 116 016 (www.hilfetelefon.de)

Nutzen Sie die Möglichkeit einer kostenfreien persönlichen Beratung bei uns, um Ihre Situation in aller Ruhe zu besprechen und nächste Schritte zu planen.

RECHTLICHES

Gewaltschutzanordnung:

1. Die Polizei kann Täter:innen bis zu 10 Tage aus der Wohnung verweisen (Wegweisung). In dieser Zeit können Sie beim zuständigen Familiengericht eine Zuweisung der Wohnung und eine Gewaltschutzanordnung (Näherungs- und Kontaktverbot) beantragen. Dies ist keine Anzeige und soll allein Sie schützen!
2. Informieren Sie die Polizei und das Gericht, wenn der/die Täter:in sich nicht an die Gewaltschutzanordnung hält.

Anzeige:

3. Häusliche Gewalt ist eine Straftat. Sie können diese Anzeigen. Im Falle einer Anzeigerstattung bei Polizei und Staatsanwaltschaft: Denken Sie daran, auch einen Strafantrag zu stellen (wichtig für den Widerspruch bei Einstellung des Verfahrens).

Bei gemeinsamen Kindern:

4. Denken Sie an die Beantragung des Aufenthaltsbestimmungsrechtes bzw. der alleinigen elterlichen Sorge und die Klärung der Umgangsrechte beim zuständigen Familiengericht. Informieren Sie ggf. das Jugendamt.

Haftungsausschluss: Die Inhalte dieses Flyers wurden von der Opferhilfe Hamburg sorgfältig zusammengestellt. Für die Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität der Inhalte können wir jedoch keine Gewähr übernehmen.