



OPFERHILFE HAMBURG
BERATUNG BEI GEWALT & TRAUMA

HILFREICHE HINWEISE & TIPPS

KÖRPERVERLETZUNG

EINFÜHRUNG

Liebe Lesende,

in unserer Beratungsarbeit erleben wir täglich, wie belastend das Erleben einer Körperverletzung sein kann. Eine Körperverletzung hinterlässt nicht nur sichtbare Spuren. Menschen, die Opfer einer Körperverletzung wurden, können auch unter psychischen Folgen der Tat leiden. Wir alle können Opfer einer Körperverletzung werden - oftmals unvorhersehbar und aus unerklärlichen Gründen.

Um Sie in dieser schwierigen Situation zeitnah und wirkungsvoll unterstützen zu können, haben wir in diesem Flyer wesentliche Hinweise und Tipps für Sie zusammengetragen. Hierzu gehören Informationen über Hintergründe, Folgen, Handlungsempfehlungen und rechtliche Möglichkeiten.

Wir möchten Sie auch ermutigen, persönliche Beratung bei uns in Anspruch zu nehmen. Gerne unterstützen wir Sie bei der Klärung Ihrer persönlichen Anliegen.

ÜBER DIE OPFERHILFE HAMBURG

Wir bieten professionelle Beratung für Betroffene von Gewalttaten und schweren Unfällen. Unser Team besteht aus psychologischen und ärztlichen Psychotherapeut:innen. Wir unterstützen Sie, nach einem traumatischen Erlebnis Ihr psychisches Gleichgewicht wiederzufinden.

Unser Beratungsangebot umfasst:

■ Unterstützung in Krisen ■ Psychologische Beratung ■ Stabilisierung ■ Information

Wir beraten:

■ Erwachsene ab 18 Jahren, die im Laufe ihres Lebens von einer Straftat oder einem Unfall betroffen waren ■ Bezugspersonen sowie Zeug:innen einer Straftat ■ vertraulich und unterliegen der Schweigepflicht ■ kostenfrei und auf Wunsch anonym

Wir unterstützen Sie:

■ in aktuellen Krisen ■ beim Umgang mit psychischen, sozialen und rechtlichen Folgen von Gewalt (Hinweis: dies ersetzt keine juristische Beratung) ■ durch Informationen zu therapeutischen Behandlungswegen und Traumatherapie ■ durch gezielte Weiterverweisung an andere Unterstützungsangebote und Einrichtungen

KONTAKT

Rufen Sie uns gern während unserer Telefonzeit unter **040 / 38 19 93** an. Persönliche Beratungen sind nach einem telefonischen Erstkontakt möglich. Wir bieten keine Beratung per E-Mail an.



OPFERHILFE HAMBURG
BERATUNG BEI GEWALT & TRAUMA

OPFERHILFE HAMBURG E.V.

📍 Paul-Neumann Platz 2-4
22765 Hamburg
☎️ 040 / 38 19 93
📠 040 / 389 57 86
✉️ mail@opferhilfe-hamburg.de
🏠 www.opferhilfe-hamburg.de

Gefördert durch:


Hamburg Sozialbehörde

 **Hilfefon 116 016**
Gewalt gegen Frauen
www.hilfetelefon.de

HINTERGRUND

Körperverletzungen gehören zu den sogenannten Gewaltdelikten. Körperverletzungen können mit der bloßen Hand oder Faust ausgeübt werden, aber auch mit Waffen.

Die Taten können in der Öffentlichkeit oder im privaten Raum stattfinden und sowohl von zuvor bekannten Täter:innen aus dem nahen Umfeld ausgehen (beachten Sie hierfür bitte auch unser Informationsmaterial zu Beziehungsgewalt) als auch von Fremden. Es gibt bei Körperverletzungen eine hohe Dunkelziffer, da viele Betroffene sich scheuen, eine Anzeige zu stellen.

In unserer Beratungsarbeit begegnen uns Körperverletzungen in den unterschiedlichsten Formen, z. B. als

- Übergriff eines Fremden ohne erkennbaren Anlass
- Übergriffe unter Bekannten, Kolleg:innen, Freund:innen und in Partnerschaften
- Schubsen bei einem Handtaschenraub
- Ohrfeige im Rahmen eines Nachbarschaftsstreits
- Körperliche Übergriffe in Bars oder Diskotheken

PSYCHISCHE FOLGEN

Eine Körperverletzung kann Menschen unterschiedlich beeinträchtigen. Menschen, die einer Körperverletzung ausgesetzt waren, erleben die Tat in der Regel als eine Grenzverletzung und Schädigung. Es ist normal, wenn sich nach der Tat verschiedene Symptome zeigen, z.B.:

- Ängste
- depressive Verstimmungen
- Stimmungsschwankungen
- Vermeidung, das Haus/die Wohnung nicht mehr verlassen wollen
- Schlafstörungen
- Belastende Erinnerungen und Bilder
- Unruhe
- Misstrauen und Verunsicherung
- Schreckhaftigkeit
- Scham

HANDLUNGSEMPFEHLUNGEN

Nach einer Körperverletzung ist man häufig wie unter Schock. Daher hier die wichtigsten Empfehlungen:

1. Bei Verletzungen: Suchen Sie umgehend ein Krankenhaus oder eine ärztliche Person auf und lassen Sie sich alle Verletzungen bis zur Verheilung bescheinigen.
2. In Hamburg können Sie sich zur gerichtsfesten Dokumentation Ihrer Verletzungsfolgen an die Rechtsmedizinische Untersuchungsstelle für Gewaltopfer am UKE wenden (24h-Telefon: +49 (0) 40 7410 – 52127). Dies ist unabhängig von einer Strafanzeige möglich. Dort gilt die ärztliche Schweigepflicht.
3. Falls möglich: Prägen Sie sich Täter:in und Handlung gut ein. Erstellen Sie ein genaues Gedächtnisprotokoll mit Tatort, Datum, Uhrzeit, Zeug:innen etc.
4. Wenn es Zeug:innen gibt, notieren Sie deren Namen, Telefonnummer.
5. Sie können bei der polizeilichen Anzeige einen Strafantrag stellen.

Wir empfehlen Ihnen professionelle Unterstützung. Nutzen Sie die Möglichkeit einer kostenfreien persönlichen Beratung. Wir unterstützen Sie dabei, sich stabiler zu fühlen und Ihren Alltag wieder bewältigen zu können. In den Gesprächen können Sie sich entlasten und Kraft sammeln. Wir nehmen Sie ernst und richten uns nach Ihren Anliegen und Bedürfnissen.

Um mit den psychischen Belastungen umzugehen, kann es hilfreich sein:

- das Empfinden der eigenen Sicherheit zu bestärken, z.B. Taschenalarm bei sich tragen, im Akutfall die Polizei rufen, Selbstverteidigungskurs belegen
- sich vergegenwärtigen, dass die Bedrohung vorbei ist und Sie im „Hier und Jetzt“ sicher sind
- gut um sich kümmern und Ruhepausen einplanen
- Kontakt zum Täter/zur Täterin meiden
- mit vertrauten Menschen über Ihre Situation zu sprechen, Unterstützung zu aktivieren.

Eine derart belastende Situation müssen Sie nicht alleine bewältigen. Nutzen Sie die Möglichkeit einer kostenfreien persönlichen Beratung, um Ihre Situation in aller Ruhe zu besprechen und nächste Schritte zu planen. Wir stehen Ihnen gerne zur Seite!

RECHTLICHES

Eine Körperverletzung ist strafbar. Das Strafgesetzbuch beinhaltet unter anderem folgende Paragraphen zu Straftaten gegen die körperliche Unversehrtheit:

- **§ 223 StGB Körperverletzung**
- **§ 231 StGB Beteiligung an einer Schlägerei**

Nach einer Körperverletzung gibt es verschiedene rechtliche Möglichkeiten:

- Anzeige bei der Polizei
- Schutz vor weiteren Taten durch eine Einstweilige Anordnung nach dem Gewaltschutzgesetz in Form eines Kontakt-/Näherungsverbot (zuständig ist das Familiengericht, Abteilung des Amtsgerichts)
- Antrag auf Entschädigung nach dem Sozialen Entschädigungsrecht (SER) bei vorsätzlichen Taten
- evtl. Täter-Opfer-Ausgleich (nach Anzeigestellung)

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.