

**Herzlich Willkommen!**

# Vergewaltigung - Folgen Bewältigung

# Ihre Anliegen an den Ws

# Vergewaltigung

Vergewaltigung ist nach Artikel 36 der Istanbul Konvention das nicht einverständliche Eindringen in den Körper einer anderen Person. Vergewaltigung ist eine massive Verletzung der Selbstbestimmung des Opfers und hat oft gravierenden psychische und physische Folgen. Eine VG verletzt das Menschenrecht auf sexuelle Selbstbestimmung.

# Vergewaltigung

„Nein heißt Nein“

Reform des Sexualstrafrechtes am 10.11.2016.

Strafbar ist jede sexuelle Handlung, die gegen den Willen einer Person vorgenommen wird.

Es ist nicht mehr entscheidend, ob eine Person sich gewehrt hat oder warum das nicht möglich war.

# Vergewaltigung

In Deutschland beträgt die Verjährungsfrist für Vergewaltigung und schwere Sexualdelikte 20 Jahre. Erst seit 1997 ist die Vergewaltigung in der Ehe strafbar!

# Vergewaltigung

77% der in der EU Studie befragten Frauen gaben an, den Täter gekannt zu haben. Oft sind es die Partner und Ehemänner. Viele Opfer wollen ihre Familie oder ihr soziales Umfeld schützen. Einige gestehen sich nicht ein, das ihnen Gewalt angetan wurde.

Die soziale Nähe der Täter, Scham und Schuldgefühle verhindern, das Frauen sexualisierte Gewalt anzeigen.

# Vergewaltigung

Eine erlittene Vergewaltigung und schwere sexualisierte Übergriffe weisen die Kriterien einer traumatischen Situation auf.



# Kennzeichen von traumatischen Erfahrungen

- Die Überwältigung durch unerträgliche, plötzliche oder lang andauernde Geschehnisse,
- Das Erleben von extremer Angst, Ausgeliefertsein, Ohnmacht und Hilflosigkeit,
- Erfahrung, nicht fliehen und nicht kämpfen können
- Psychische und/oder physische Todeserfahrung

# Trauma-Definition

Traumatische Erfahrungen bezeichnen das Erleben einer für Menschen lebensbedrohliche, Hilflosigkeit und Ohnmachtsgefühle auslösende und damit unkontrollierbare Situation. Es kommt zu einem überflutenden Stresszustand, der die steuernden Gehirnregionen vorübergehend oder dauerhaft beeinträchtigt.

# Traumaverlauf

## Traumatische Situation- Traumareaktion

- Schock
- Traumaeinwirkungsphase
- Erholungsphase

Ein traumatisches Erlebnis kann innerhalb von ca. 12 Wochen aus eigene Kräften bewältigt werden.

# Was es braucht...

Betroffene brauchen fachlich kompetente Beratung bez. Traumareaktion, einordnen können der Symptomatik.

Sie benötigen die Information über mögliche rechtliche Schritte und deren Folgen.

Sie sollten Zeit haben, sich ihr weiteres Vorgehen in Ruhe zu überlegen. Sie brauchen die Möglichkeit, zeitnah nach der Tat alle Spuren sichern zu lassen und adäquat medizinisch versorgt zu werden.

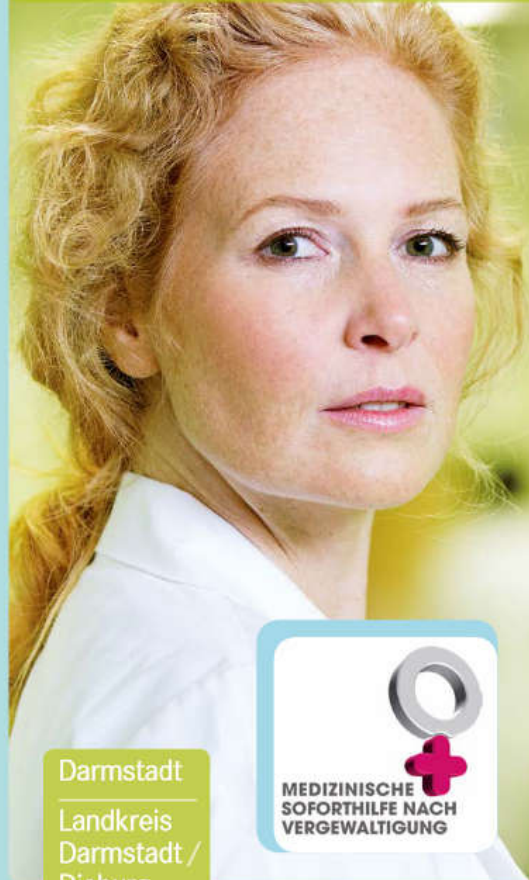
# Was es braucht..

Druck und Zwang gegenüber der betroffenen Frau, in dieser Zeit eine Strafanzeige stellen zu müssen, weil sonst keine Beweismittelsicherung und keine finanziellen Hilfen möglich sind, stellt eine erneuten Kontrollverlust und Handeln gegen den Willen der Frau dar.

Sie braucht ausreichend Zeit um das Geschehen einzuordnen und sich der Situation und den Folgen bewusst zu werden.

# Med. Soforthilfe nach Vg.

Jede Vergewaltigung  
ist ein medizinischer Notfall.  
Im Krankenhaus erhalten Sie Hilfe.  
Vertraulich.



Darmstadt  
Landkreis  
Darmstadt /  
Dieburg



## Med. Soforthilfe nach Vg

Betroffene Frauen können eine ärztliche Untersuchung, medizinische Beratung, auf Wunsch auch gerichtsverwertbare Beweismittelsicherung ohne Strafanzeige für sich in Anspruch nehmen.

# Med. Soforthilfe nach Vg

Medizinische Soforthilfe nach Vergewaltigung  
ohne Einbezug der Polizei

[www.soforthilfe-nach-vergewaltigung.de](http://www.soforthilfe-nach-vergewaltigung.de)

Infos zu Beratungsstellen, Kliniken, rechtliche und  
medizinische Schritte, Beweismittelsicherung,  
Gesprächsführung, Selbsthilfe.



# Spezifische Folgen nach Vergewaltigung

Körperliche Verletzungen, vor allem in Vagina und After, aber auch weitere körperliche Verletzungen durch Gewaltanwendung.

Risiko der Ansteckung mit übertragbaren Krankheiten.

Risiko der Schwangerschaft

Massive Scham –und Schuldgefühle, vor allem wenn sog. KO Tropfen verabreicht wurden.

Angst vor weiterer Bedrohung

# Spezifische Folgen nach Vergewaltigung

Psychische Folgen:

Massive Angst, Panikattacken, Ekel, Verlust von Vertrauen, Depression, Verlust von Selbstwertgefühl, Schlafstörungen.

Autoaggression, Selbstverletzendes Verhalten  
Suizidgefahr.

Vielfältige psychosomatische Symptome, die ohne Rückführung auf die erlittene Gewalt oft zu Fehlbehandlungen mit schweren Folgen führen.

# Hilfe nach Vergewaltigung

Wirkfaktoren:

- Soziale Unterstützung, vertraute Menschen
- Gefühl von Sicherheit und Schutz
- Zugang zu inneren und äußeren Ressourcen und Bewältigungsmöglichkeiten
- Rückgewinn von Selbstkontrolle und Selbstwirksamkeit

# Gesprächsführung

- Transparenz: „Was biete ich an, was kann hier geschehen, Schweigepflicht auch gegenüber der Polizei“.
- Selbstwirksamkeit und Selbstkontrolle fördern
- Die Möglichkeit geben, um über das Trauma in dosierter, strukturierter Weise zu sprechen.
- Psychoedukation: normale Reaktionen auf ein unnormales Ereignis. Information über mögliche Reaktion und Symptome geben.

# Gesprächsführung

- „Alle Gefühle und Reaktionen nach einem extremen Stressereignis sind normal, die Tat ist nicht normal“.
- Ressourcen, Kompetenzen markieren, spiegeln!
- Klären, welche Unterstützung gewollt ist.
- Soziale Unterstützung ist wesentlicher Bewältigungsfaktor.
- Keine Handlung ohne Absprache mit den Betroffenen!

# Gesprächsführung

- Falls noch keine Polizei eingeschaltet ist, Information über Med. Soforthilfe, Beweismittelsicherung (max. 3 Tage nach Tat)
- Bei Verdacht auf sog. KO Tropfen muss innerhalb von 8 Stunden Blut abgenommen werden!
- Wenn Anzeige gemacht ist, Anwältin einbeziehen, juristische Beratung, evt Nebenklage erheben.

# Gesprächsführung

Nach vergangenen Belastungserfahrungen, Traumata fragen! Wenn Betroffene schon in der Vergangenheit traumatische Erfahrungen machen mussten, kann die aktuelle Erfahrung triggern.

# Selbstfürsorge:

Möglichst keinen Alkohol trinken

Schlaf ist wesentlich

Möglichst viel Alltagsroutine

Bewegung sich im freien Aufhalten

Sicherheit, kein neuer Stress

Balance zwischen Aktivität und Ruhe



# Literatur

Melanie Büttner „Sexualität und Trauma“ 2018

Martin Sack, Ulrich Saachse, Julia Schellong

„Komplexe Traumastörung“ 2013

Lydia Hantke, H.J. Görge „Handbuch Traumakompetenz“ 2012

Martin Sack „Schonende Traumatherapie“ 2010