

Rosa-Rot



Ein Begleit-Heft in Leichter Sprache

Eine Information gegen häusliche Gewalt



Was steht in diesem Buch?

Der Name der Ausstellung	3
Schauen Sie hin!	5
Informieren Sie sich!	10
Lesen Sie Info-Hefte über dieses Thema	11
Schreiben Sie alles auf	13
Sprechen Sie das Thema offen an!	14
Sprechen Sie die Person direkt an	16
Bleiben Sie im Gespräch	16
Haben Sie Respekt	17
Machen Sie Angebote!	22
Überlegen Sie genau, was Sie tun!	24

Rosarote Kampagne

So ist der Name dieser Ausstellung.

Rosa-rot meint: Ich gucke durch eine rosa-rote Brille.

Dann sieht alles schöner aus. Es ist nicht so grau.

Das bedeutet:

Ich mache mir etwas vor.

Ich will nicht genau hinsehen.



Das Wort Kampagne kommt aus Frankreich.

Es meint eine Aktion.

Die Aktion gibt es eine bestimmte Zeit.

Sie hat ein Ziel.

Die Rosarote Kampagne will aufklären und informieren.

Über häusliche Gewalt.

Häusliche Gewalt bedeutet:

Es ist Gewalt im eigenen Zuhause.



Die Gewalt kommt von Menschen, die wir gut kennen.
Diese Gewalt erfahren meistens Kinder und Frauen.

Die Ausstellung spricht nicht zu den Opfern.
Sie will uns alle ansprechen.
Wir sollen hinschauen.
Nicht durch die rosa-rote Brille.
Sondern ungefärbt und genau:
Gibt es da häusliche Gewalt?
Wir bekommen Informationen und Tipps,
was wir tun können.



In diesem Heft sind die Informationen und Tipps in
Leichter Sprache.



Schauen Sie hin!

Sie hören etwas.
Es klingt wie Streit aus einem anderen Zimmer.
Oder der Lärm kommt aus einer anderen Wohnung.
Vielleicht zieht sich Ihre Mit-Bewohnerin immer mehr zurück.
Oder Ihre Kollegin benimmt sich ganz anders als sonst.
Das alles kann ganz verschiedene Gründe haben.

Aber immer kann es sein:
Es geht um häusliche Gewalt.





**Schauen Sie genau hin!
Denn häusliche Gewalt geht alle etwas an.**

Menschen erleben Gewalt.
Sie schämen sich.
Ihnen fehlt der Mut.
Sie sagen lieber nichts.
Vielleicht denken sie auch:
Ich bin selbst schuld daran.
Den anderen fällt es auch schwer, etwas zu sagen.
Was ist, wenn es gar nicht stimmt?
Über häusliche Gewalt spricht keiner gern.

Aber bitte nicht wegschauen!
Dann gibt es weiter Gewalt.





Wussten Sie:

1 von 5 Frauen erlebt körperliche Gewalt durch ihren Partner.

Das bedeutet: Ihr wird wehgetan.

Zum Beispiel:

- mit Schlägen
- oder Tritten,
- oder Anfassen, was sie nicht mag und will.

Jede 2. Frau erlebt andere Gewalt.

Sie wird anders verletzt.

Zum Beispiel mit Worten oder Verhalten.

Beides kann sehr verletzen.

Es kann beleidigen, kränken und demütigen.



Informieren Sie sich!

Gehen Sie zu einer Beratung.

Es gibt besondere

- Beratungs-Stellen,
- Frauen-Häuser und
- das Jugend-Amt.



Haben Sie einen Verdacht?

Sind Sie aber sehr unsicher?

Dann können Sie sich dort Rat holen.

Geht es um ein Kind?

Dann gehen Sie am besten zum Jugend-Amt.

Lesen Sie Info-Hefte über das Thema

Es gibt einige Info-Hefte.

Darin lesen Sie:

Warum kommt es zu häuslicher Gewalt?

Das passiert bei häuslicher Gewalt.

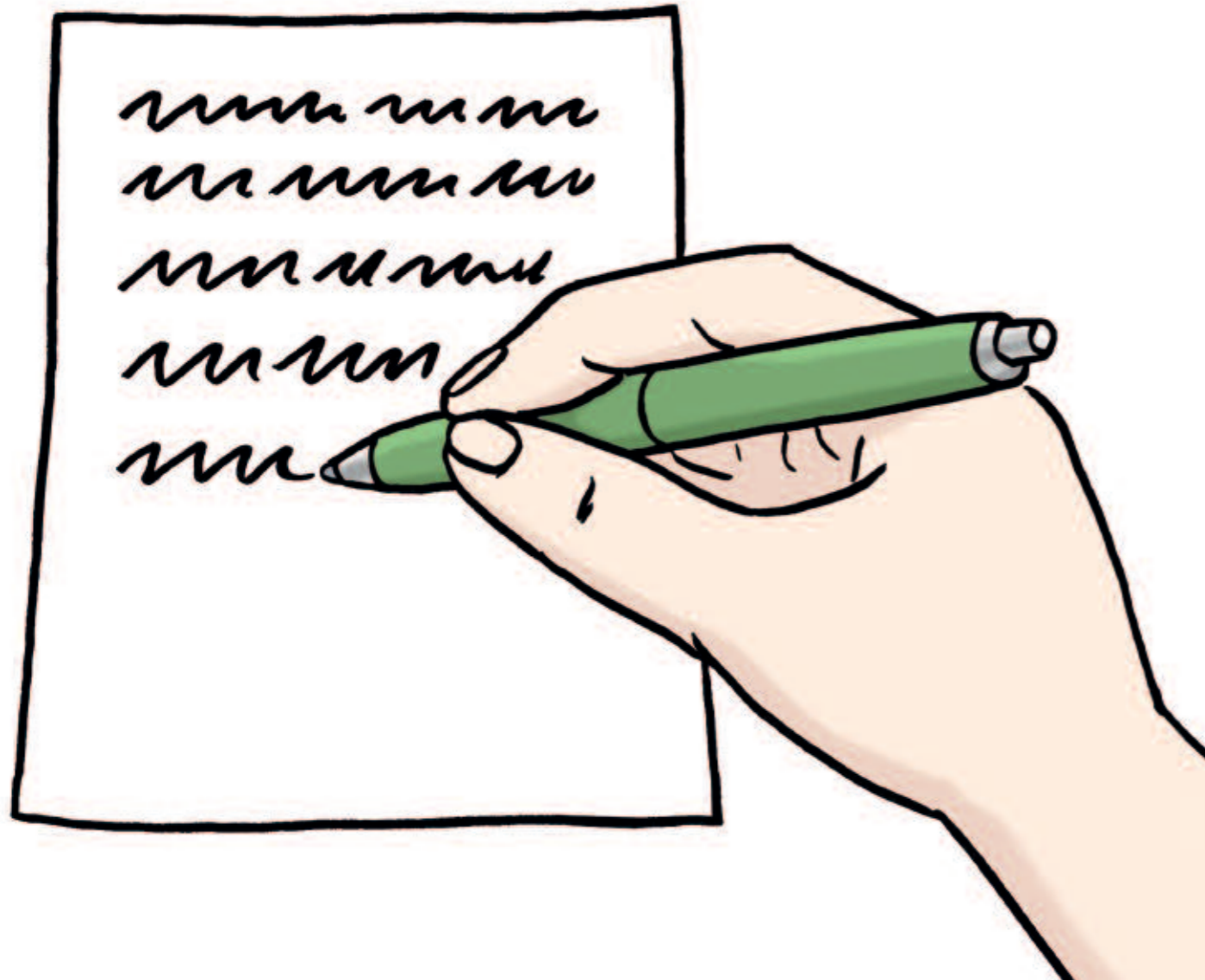
Oft gibt es Info-Hefte zum Beispiel:

- bei der Polizei
- bei den Beratungs-Stellen
- beim Gesundheits-Amt
- beim Jugend-Amt

Manchmal auch:

- beim Arzt
- am Arbeits-Platz
- in der Schule
- in der Kita





Schreiben Sie alles auf

Ihnen fällt zum Beispiel auf:

- Ihre Arbeits-Kollegin meldet sich oft krank.
- Ihre Mit-Bewohnerin kommt selten aus ihrem Zimmer.
- Ihre Freundin trifft sich kaum noch mit Ihnen.

Aber Sie wissen keinen Grund.

Es ist gut, wenn Sie sich alles aufschreiben.

Zum Beispiel:

- Wann kommt sie nicht zur Arbeit?
- Wann sehe ich sie überhaupt noch?
- Wie oft hat sie mir abgesagt?
- Was fällt mir noch auf?
- Was kommt mir komisch vor?

Das kann später helfen.

Denn Erinnerungen täuschen manchmal.

Was aufgeschrieben ist,

kann man nach langer Zeit noch nachlesen.

Das können wichtige Informationen sein.



Sprechen Sie das Thema offen an!

Sprechen Sie mit anderen Menschen darüber.

Sie haben einen Verdacht?

Fragen Sie auch andere:

Ist Ihnen oder Euch etwas aufgefallen?

Fragen Sie zum Beispiel:

- die Kollegen
- Nachbarn
- Mit-Bewohner oder
- Familien-Mitglieder



Je nachdem, um welche Person es geht.
Vielleicht haben sie den gleichen Verdacht.
Ein ungutes Gefühl.
Dann sind Sie schon mehrere Personen.

Geht es um eine Kollegin oder einen Kollegen?
Dann können Sie zur Werkstatt-Leitung gehen.
Oder zum Werkstatt-Rat.
Oft gibt es auch Gleichstellungs-Beauftragte.
Oder Frauen-Beauftragte.
Sie sind für solche Probleme da.

Wenn Sie das nicht möchten:
Gehen Sie zu einer Beratungs-Stelle.
Dort müssen Sie auch keine Namen sagen.
Alles bleibt geheim.



Sprechen Sie die Person direkt an.

Sie haben einen Verdacht?

Treffen Sie sich auf einen Kaffee.

Laden Sie die Frau zu einem Gespräch ein.

Zeigen Sie ihr: Ich höre zu. Ich bin offen. Du kannst alles sagen.

Sie sind selbst unsicher?

Sagen Sie das offen.

Keinem fällt es leicht, darüber zu reden.

Bleiben Sie im Gespräch.

Vielleicht reicht nicht ein Gespräch.

Damit sich etwas ändert.

Wer schon lange Zeit Gewalt erlebt, fühlt sich hilflos.

Viele Opfer schweigen.

Zeigen Sie der Person immer wieder:

Ich bin da. Ich höre zu. Du kannst mit mir reden.

Haben Sie Respekt!

Geben Sie Trost und Unterstützung.

Fragen Sie die Frau:

- Möchten Sie darüber sprechen?
- Oder: Möchtest du darüber sprechen?
- Was ist passiert?
- Wie kann ich helfen?

Zeigen Sie ihr:

Ich werde nichts weitersagen.

Mir kann man vertrauen.



Rechnen Sie damit: Die Frau streitet alles ab!

Vielleicht kamen Ihre Fragen überraschend.

Die Frau ist überfordert.

Bitte lassen Sie ihr Zeit.

Bieten Sie ihr an:

Wir können bald wieder einen Kaffee trinken.

Vielleicht können wir dann reden.

Ich bin bereit, ich bin da.



Hören Sie ihr zu. Werten Sie nicht.

Bei den Opfern gibt es viele Gefühle.

Zum Beispiel:

Angst, Schuld, Hilflosigkeit, Scham.

Nehmen Sie alles ernst.

Geben Sie der Frau das Gefühl:

Sie müssen mir nichts erklären.

Oder: Du musst dich nicht entschuldigen.

Sprechen Sie nicht ausführlich über die Gewalt-Erlebnisse.

Stellen Sie keine Fragen.

Sie müssen gar nicht so viel wissen.

Wenn jemand seine Erlebnisse erzählt,

kann es passieren:

Das Erlebte wird noch schlimmer.

Es werden wieder starke Gefühle geweckt.

Das muss nicht sein.

Drängen Sie die Frau nicht, etwas zu tun.

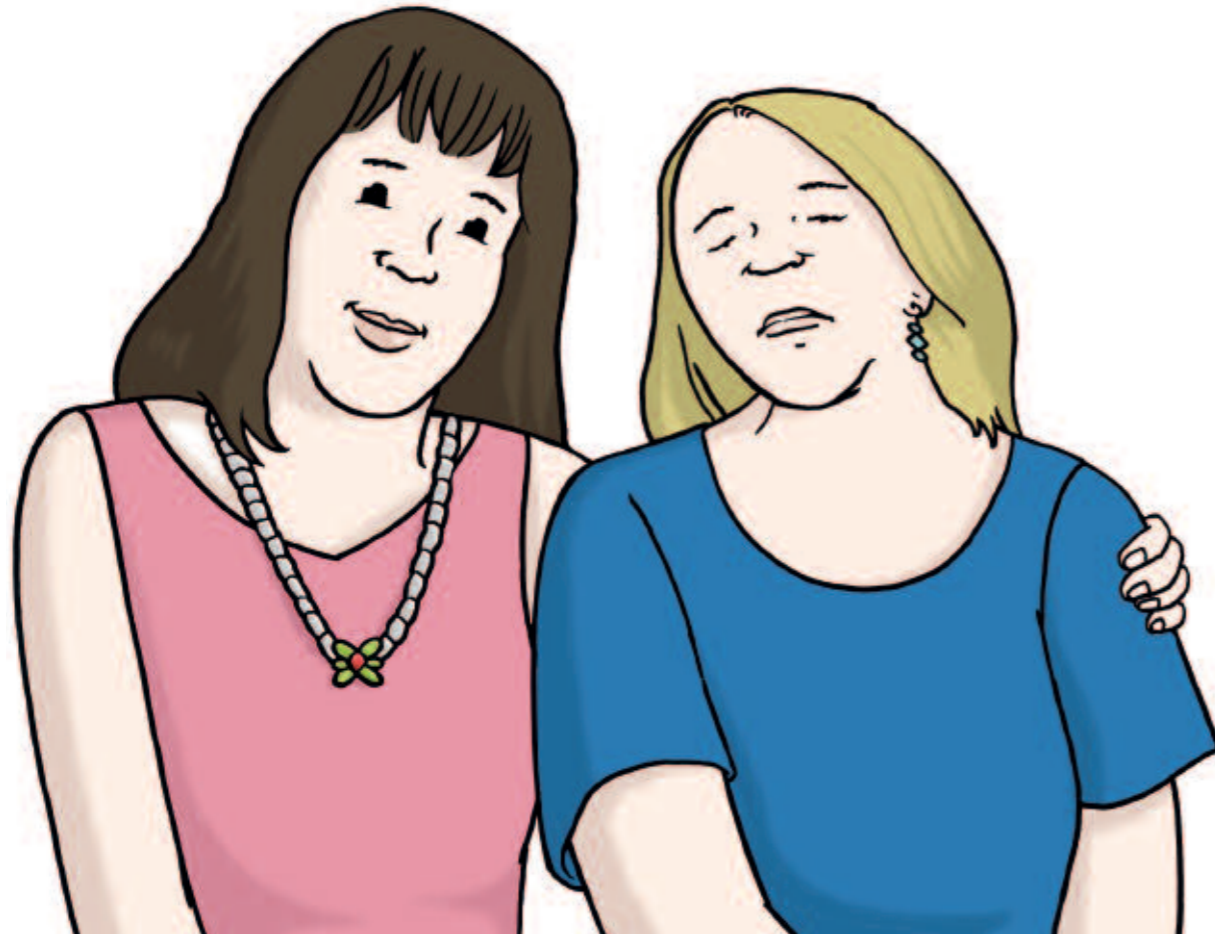
Vielleicht fallen Ihnen gleich ein paar Lösungen ein.

Zum Beispiel:

- Die Frau soll sich von ihrem Partner trennen.
- Sie soll die Person anzeigen.

Statt Lösungen anzubieten, stellen Sie lieber Fragen:

- Was ist ihr eingefallen, was ihr helfen könnte?
- Wovor hat sie Angst?
- Weshalb tut sie etwas nicht?



Machen Sie nichts allein.

Wenn Sie Ideen haben, was man tun kann:

Besprechen Sie alles mit der Frau.

Machen Sie nichts, was die Frau nicht will.

Mit-Gefühl, aber kein Mit-Leid

Die Probleme der Frau sind nicht Ihre Probleme.

Sie haben dafür keine Verantwortung.

Fühlen Sie mit. Aber leiden Sie nicht mit!

Machen Sie Angebote!

Stören Sie eine Gewalt-Situation.

Wenn Sie überraschen,
kann das die Gewalt in dem Moment beenden.

Zum Beispiel:

Sie hören aus der Nachbar-Wohnung Streit und vielleicht Schreie.

Klingeln Sie an der Wohnungs-Tür.

Fragen Sie zum Beispiel nach Mehl.

Oder Sie klopfen kräftig an die Wand zur Wohnung.

Sie zeigen damit, dass sie es hören.

Sagen Sie, wo es Hilfe gibt.

Es ist gut, wenn Sie Informationen sammeln.

Wo bietet wer Hilfe an?

Welche Adressen gibt es in Ihrer Nähe?

Die finden Sie in den Heften zur Ausstellung.

Auch Beratungs-Stellen und Frauen-Häuser haben Adressen.

Geben Sie die Adressen an die Opfer weiter.

Bieten Sie Ihre Begleitung an.

Jemand will sich Hilfe suchen.

Zum Beispiel

- eine Mit-Bewohnerin
- eine Kollegin
- oder eine Freundin

Bieten Sie an: Ich komme mit!

Vielleicht rufen Sie bei einer Beratungs-Stelle an.

Übernehmen Sie Aufgaben, die Ihnen leichter fallen.

Weil nicht Sie die Gewalt erlebt haben.



Überlegen Sie genau, was Sie tun!

Bei Gewalt benimmt sich jeder Mensch anders.

Zum Beispiel:

- erstarren und nicht mehr handeln können
- weglaufen
- angreifen

Dabei gibt es kein Richtig oder Falsch.

Aber hier ein paar Regeln.

An die sollten Sie sich halten:

- Sprechen Sie die Betroffene nicht an.
Reden Sie mit ihr nicht über die Gewalt.
Nicht, wenn die Person dabei ist, die Gewalt antut!
Das könnte die Betroffene noch mehr in Gefahr bringen.
- Bringen Sie sich nicht selbst in Gefahr.
Sonst wird Ihnen vielleicht Gewalt angetan.
Sie müssen sicher sein.
Nur dann können Sie auch anderen Menschen helfen.

- Halten Sie Abstand.
Die gewalt-tätige Person ist in einer besonderen Situation.
Sie wissen nicht, wie sie sich verhält.
Vielleicht fühlt sie sich besonders sicher.
Zum Beispiel, weil sie in ihrem eigenen Zuhause ist.
- Tun Sie nur das, was Sie tun können.
Vielleicht glauben Sie:
Ich müsste mehr tun!
Ich müsste anders handeln!
Nein, entscheiden Sie selbst, was richtig ist.
- Fühlen Sie sich unsicher?
Dann holen Sie sich Unterstützung.



Holen Sie die Polizei!

Die Notruf-Nummer der Polizei ist: 110.

Der Anruf kostet nichts.

Sie brauchen auch kein Guthaben auf Ihrem Handy.

Rufen Sie an, wenn jemand Hilfe braucht.

Scheuen Sie sich nicht!

Sagen Sie der Polizei kurz:

- Ihren Namen
- die Adresse, wo Sie gerade sind
- und was los ist

Die Polizei kommt auf jeden Fall.

Sie kümmert sich um alles.

Auch wenn die Situation wieder ruhig ist:

Die Polizei kommt in die Wohnung.

Sie sucht nach dem Grund für den Not-Ruf.

Auch wenn Sie sich getäuscht haben.

Sie glaubten, es ist eine Gewalt-Situation.

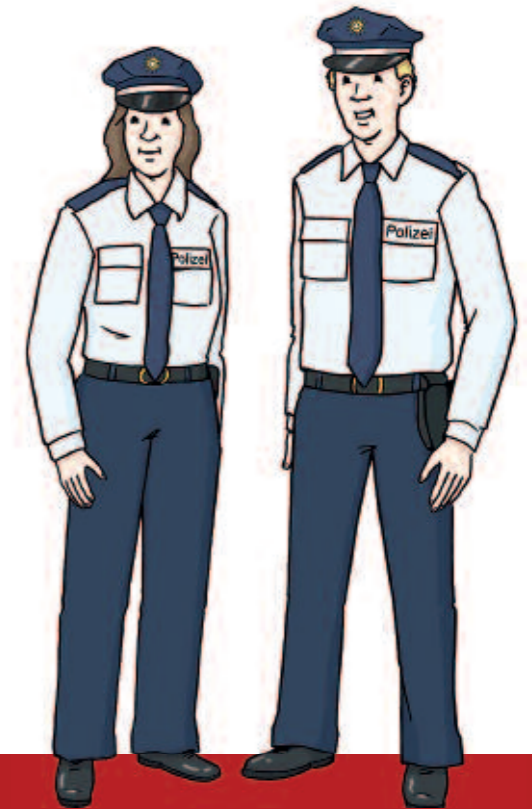
Aber es war ganz anders.

Dann passiert Ihnen nichts.

Sie haben richtig gehandelt.

Sie wollten helfen.

Schildern Sie der Polizei genau, was Sie erlebt haben.





Gut zu wissen:

Wer schlägt, der geht!

Es gibt seit über 10 Jahren ein Gesetz.

Darin steht das schwere Wort: Weg-
Weisung.

Damit ist gemeint:

Der Täter muss die Wohnung verlassen.

Egal, ob ihm die Wohnung gehört.

Oder was er sonst für Gründe hat.

Er darf dann mehrere Tage nicht zurück zur Wohnung.

Wer Gewalt erlebt hat, braucht Schutz.

Bei Gericht kann man eine **einstweilige Verfügung** fordern.

Das bedeutet:

Das Gericht entscheidet, der Täter darf längere Zeit nicht zurück.

Er darf die Wohnung nicht mehr betreten.

Das Gericht kann noch mehr bestimmen.

Es gibt zum Beispiel die Schutz-Anordnung.

Schutz-Anordnung heißt:

Der Täter darf mit dem Opfer keinen Kontakt haben.

Er darf nicht:

- anrufen
- SMS schreiben
- E-Mails schreiben
- in die Nähe der Wohnung gehen
- oder in die Nähe vom Arbeits-Platz.

Hält sich der Täter nicht daran,

nimmt die Polizei ihn in **Gewahrsam**.

Das heißt: Die Polizei nimmt ihn mit.

Sie hält ihn für eine Weile fest.

Bei Körper-Verletzung wird er länger festgenommen.

Für all das müssen Anträge gestellt werden.
Das Opfer macht das am besten bis zu 3 Tage nach der Tat.
Das muss beim Familien-Gericht gemacht werden.
Die Frauen-Beratungs-Stellen können dabei unterstützen.

Wurde bei Gewalt die Polizei gerufen,
kann das Opfer weitere Unterstützung bekommen.
Wenn das Opfer will,
gibt die Polizei die Adresse an eine Fach-Beratungs-Stelle weiter.
Die meldet sich dann bald bei dem Opfer.

Wer hat das Buch gemacht?

Herausgeber: **Netzwerk der brandenburgischen Frauenhäuser e. V.**

Konzept/Idee: **Katrin Buschmann**

Redaktion: **Susan Brose, Katrin Buschmann, Uta Meissner,
Elisabeth Schwarzenberg**

Gestaltung: **Ines Glöckner, info@ines-gloeckner.de**

Illustrator: © **Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung
Bremen e. V., Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013**

Übertragung in Leichte Sprache: **Ina Beyer, mail@inabeyer-3in1.de**

Alle Rechte vorbehalten.

**Jede Art der Vervielfältigung ohne Genehmigung des Herausgebers
ist nicht erlaubt.**



LAND
BRANDENBURG

Ministerium für Arbeit,
Soziales, Gesundheit,
Frauen und Familie

Die Kampagne wird aus Mitteln des MASGF gefördert.