

# +++ Ressourcensammlung+++

## Beratungsangebote für Betroffene sexualisierter Gewalt

Beratungsstellendatenbank (PLZ-Suche): <https://www.frauen-gegen-gewalt.de/de/hilfe-vor-ort.html>

### 1. Psychologische/Psychosoziale Unterstützung

Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ berät dich jederzeit telefonisch oder online zu allen Formen von Gewalt. Natürlich auch vertraulich, und dir werden bei Bedarf auch Kontakte zu Unterstützungseinrichtungen vermittelt. <https://www.hilfetelefon.de/>

Erreichbar: 24/7 unter der 08000 116016

**Weißer Ring** bietet anonyme telefonische Hilfe und Onlineberatung an. Dann besteht die Möglichkeit, sich mit geschulten ehrenamtlichen Ansprechpartner:innen vor Ort zu treffen (zB auf einem Spaziergang). Außerdem stellt der Weiße Ring Beratungsschecks für psychotraumatologische Erstberatung aus. <https://weisser-ring.de/>

Erreichbarkeit: 116 006 (Täglich 7-22 Uhr)

**Berliner Krisendienst** ist Anlaufstation, wenn du akut (und auf Wunsch auch anonym) Beratung/Betreuung oder ein offenes Ohr brauchst. <https://www.berliner-krisendienst.de/ich-brauche-hilfe/>

Erreichbarkeit: 030 390 63

**Komm Rum e.V.** ist eine Beratungsstelle mit Café und persönlichen Einzelgesprächen nach Vereinbarung, auf Wunsch auch per Telefon, Video oder draußen beim Spazierengehen. <https://kommrum.de/>

Erreichbarkeit: [kbs-friedenau@kommrum.de](mailto:kbs-friedenau@kommrum.de), telefonisch Di-Do & Sa 14-18 Uhr, Fr 14-18 Uhr unter 030 850 787 29 (Standort Friedenau) bzw. [kbs-fhainkreuzberg@kommrum.de](mailto:kbs-fhainkreuzberg@kommrum.de), telefonisch Di-Fr 14.30-19 Uhr unter 030 804 066 60 (Standort Friedrichshain/Kreuzberg)

**LARA - Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt an Frauen\*** bietet kurzfristige Krisengespräche per Telefon, Beratung per E-Mail oder auch in Person mit Termin an <https://lara-berlin.de/home>

Erreichbarkeit: Telefonische Hotline 030 216 88 88, Mo-Fr 9-18 Uhr; [beratung@lara-berlin.de](mailto:beratung@lara-berlin.de)

### 2. Rechtsberatung

Strafverfahren können eine starke Belastung, aber auch ein wesentlicher Schritt der Verarbeitung einer Gewalttat sein – das ist von Person zu Person unterschiedlich. Die Entscheidung, ob die Polizei involviert und Anzeige erstattet werden sollte, liegt bei dir. Ohne dein Einverständnis werden wir das auch dann nicht machen, wenn du uns von einem strafrechtlich relevanten Zwischenfall erzählst.

#### Warum rechtliche Beratung vor einer Anzeige?

Spreche mit einer geschulten Anwält:in über Erfolgsaussichten, Verfahrensabläufe und deine Rechte kennen, (zB sozialrechtliche Ansprüche nach dem Opferentschädigungsgesetz, Vertretung im Strafverfahren, psychosoziale Prozessbegleitung). Das ist auf jeden Fall und ganz besonders auch dann sinnvoll, wenn du dich noch nicht entschlossen hast, ob du Anzeige erstatten willst.

#### Und wie?

**Weißer Ring** gibt bei ersten Beratungsgesprächen mit Ehrenamtlichen (s.o.) auch Beratungsgutscheine für eine kostenlose anwaltliche Erstberatung aus (verfällt nach 6 Monaten). Für eine Liste mit geschulten Anwält:innen s. <https://lara-berlin.de/angebote/beratung-und-unterstuetzung#c2710>

**LARA - Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt an Frauen\*** selbst bietet auch Dienstags von 17.30-19.00 Uhr kostenlos telefonische Rechtsberatung nach Termin. Einziger Nachteil: Es kann teilweise einige Wochen dauern, bis man einen Termin bekommt. Terminvereinbarung: über die o.g. Telefonhotline oder Email-Adresse.

### **3. Weitere Informationen**

#### Beweis- und Spurensicherung

Auch wenn wir (kleiner Disclaimer) keine rechtlichen Empfehlungen geben können, gibt es ein paar Dinge, auf die wir dich gerne hinweisen wollen.

Ein **eigenes Gedächtnisprotokoll** kann sehr sinnvoll sein, vor allem wenn du überlegst, Anzeige zu erstatten und es zu einem Verfahren kommen kann, in dem du dann Zeug:in wärst. Das Protokoll muss nicht kompliziert ausformuliert sein, es reichen auch handschriftliche Notizen oder eine Audioaufnahme

- Datum und (ungefähre) Uhrzeit des Gewalt-Erlebnisses
- Beschreibung, evtl. Name des /der Täter:in
- Möglichst ausführliche chronologische Beschreibung des Erlebnisses
- Name/Beschreibung von Personen, die ebenfalls anwesend waren
- Datum des Tags, an dem du das Protokoll verfasst hast

**Interaktions-Vermerke** werden durch unsere Awareness-Personen bei jeder Interaktion verfasst. Diese dienen zunächst nur unserer internen Erfassung und Arbeit und wir behandeln diese Berichte absolut vertraulich. Ein Hinweis: Da wir aber keine offizielle Beratungsstellen mit ausgebildeten Fachkräften sind, erfahren unsere Vermerke nicht den gleichen Schutz vor staatlichem Zugriff wie zB Kommunikation mit Anwält:innen oder Ärzt:innen. Solltest du einen Vermerk über eine Interaktion wollen, da du Anzeige erstattest oder ein Strafverfahren einleitest, nimm bitte Kontakt zu unseren Awareness-Beauftragten auf.

Eine **medizinische Untersuchung** stellt oft eine psychische Belastung nach einem Gewalt-Erlebnis dar, ist aber in vielen Fällen sehr sinnvoll. Denn da werden Verletzungen festgestellt und behandelt und auch Beweise gesichert. Ärzt:innen und medizinisches Personal unterliegt der Schweigepflicht. In der Gewaltschutzambulanz der Charité kann man auch wenn man (noch) keine Anzeige erstatten möchte, vertraulich Spuren nach sexualisierter Gewalt sichern lassen. Wichtig: Spuren können nur innerhalb der ersten 72 Stunden (3 Tage) nach der Tat gesichert werden.

Außerdem ist eine medizinische Beratung sinnvoll um bei einer möglichen Ansteckung mit sexuell übertragbaren Krankheiten wie Hepatitis oder HIV oder einer möglichen ungewollten Schwangerschaft vorbeugende Maßnahmen ergreifen zu können.

Informationen: [https://gewaltschutzambulanz.charite.de/hilfe\\_fuer\\_betroffene/sexualisierte\\_gewalt/](https://gewaltschutzambulanz.charite.de/hilfe_fuer_betroffene/sexualisierte_gewalt/)  
Mitbringen zum Termin: Personalausweis, Krankenversicherungskarte, evtl. Vertrauensperson

#### Betreuung durch das FSI Awareness-Team

Wir sind natürlich weiterhin als Awareness-Team für dich da. Wenn du eine Person für ein Gespräch brauchst, wir dir bei der Recherche zu Beratungsangeboten helfen sollen oder auch wenn du gerne eine Begleitung zu einem Beratungstermin möchtest, melde dich gerne bei uns. Diese Begleitung kann auch so aussehen, dass wir dich vor die Tür bringen und draußen warten oder auch einfach telefonisch nach dem Gespräch erreichbar sind, falls du Redebedarf hast.

Dafür kannst du dich natürlich sowohl an die Person wenden, die dich an dem Tag der Gewalttat betreut hat, als auch grundsätzlich immer an unsere ständigen Awarenessbeauftragten.

Du wurdest betreut von \_\_\_\_\_

Tel.Nr. \_\_\_\_\_

Ständige Awarenessbeauftragte sind Nina (w) +49 1523 1711516  
und Jere (m) +49 1575 4007076

