

## Häusliche Gewalt: Verbreiteter als viele denken

Als Oberbegriff beinhaltet **häusliche Gewalt** alle Formen körperlicher, sexueller oder psychischer Gewalt und umfasst familiäre sowie partnerschaftliche Gewalt. Die Gewalt erfolgt überwiegend zu Hause – im vermeintlichen Schutz- und Wohlfühlraum.

Unter **Partnerschaftsgewalt** wird die Gewalt in bestehenden oder ehemaligen Partnerschaften bezeichnet. Darunter fallen Ehepartnerschaften, eingetragene Lebenspartnerschaften, nichteheliche Lebensgemeinschaften und ehemalige Partnerschaften.

Als **innerfamiliäre Gewalt** wird die Gewalt bezeichnet, die in der Familie oder durch Angehörige (ohne Eheleute/(Ex-)Partner/in) ausgeübt wird. Darunter fallen beispielsweise Kinder, Eltern (auch Pflege-, Adoptiv- und Stiefeltern), Geschwister, Großeltern oder Verwandte des Partners/der Partnerin.

### Woran erkenne ich Partnerschaftsgewalt?

Zu Partnerschaftsgewalt zählen nicht nur Schläge. Körperliche Gewalt ist nur eine Facette eines komplexen Verhaltensmusters, das umfassend auf Macht und Kontrolle zielt. Betroffene sind häufig auch psychischer Gewalt wie Demütigungen, Drohungen, Einschüchterungen, sozialer Isolation oder wirtschaftlichem Druck durch den Täter/die Täterin ausgesetzt.

Meistens beginnt häusliche Gewalt schleichend. Umso wichtiger ist es, Warnsignale frühzeitig zu erkennen wie z. B. die Kontrolle über Ausgaben, das Handy oder soziale Kontakte. Partnerschaftsgewalt ist oft kein einmaliges Phänomen, sondern ein wiederkehrendes. Die Gewalt wiederholt sich und wird dabei häufig schlimmer.

Für das Umfeld kann sich die Gewalt so zeigen:

- Rückzug aus dem sozialen Umfeld
- Die Person wirkt unsicher, nervös oder gereizt.
- Auch plötzliche Gewichtsveränderungen können auftreten.
- Ständige Erschöpfung oder Verletzungen können ebenfalls Warnsignale sein.

Kinder, die im Haushalt leben, sind ebenfalls hochgradig betroffen. Auch hier können die erwähnten Symptome auftauchen.

### Wie häufig kommt es zu häuslicher Gewalt in Deutschland?

Häusliche Gewalt ist in Deutschland erschreckende Realität. Laut dem „Bundeslagebild Häusliche Gewalt“ waren 256.276 Menschen im Jahr 2023 von Häuslicher Gewalt betroffen. Die Zahl der Betroffenen von häuslicher Gewalt ist damit im Vergleich zum Vorjahr um 6,5 Prozent gestiegen; 70,5 Prozent der Betroffenen waren Frauen. Bei den insgesamt 167.865 erfassten Opfern von Partnerschaftsgewalt liegt ihr Anteil sogar bei 79,2 Prozent. 155 Frauen sind im Jahr 2023 durch ihren Partner oder Ex-Partner getötet worden. Diese Tötungsdelikte werden auch als Femizide bezeichnet.

### Wer hilft in Fällen häuslicher Gewalt?

- In bedrohlichen Situationen gilt: sofort den Notruf der Polizei 110 wählen. Dabei muss es noch nicht zu körperlicher Gewalt gekommen sein. Es reicht, dass die Situation als bedrohlich empfunden wird.
- Das [Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen](#) bietet eine kompetente, anonyme und kostenlose Beratung unter der Nummer 116016.
- Das [Hilfetelefon Gewalt an Männern](#) bietet eine kompetente, anonyme und kostenlose Beratung unter der Nummer 0800 1239900.

# PARTNERGEWALT

in meinem Umfeld

Was kann ich tun?

## 1. Hinschauen

Gewalt in der Beziehung ist keine Bagatelle, sondern eine Straftat.

## 2. Warnsignale erkennen

Nicht nur sichtbare Verletzungen, auch Rückzug, Isolation oder Ängstlichkeit bei der Frau können Warnsignale für Gewalt in der Partnerschaft sein.

Unbegründete Eifersucht, Kontrollverhalten oder öffentliche Beschimpfungen durch den Mann ebenso.

## 3. Ansprechen

Such das ruhige Gespräch allein mit der Frau, höre zu, bewerte nicht und dränge nicht.

Biete Unterstützung an und erwähne, dass es Hilfe für Frauen gibt, die Gewalt in der Beziehung erfahren. Die von Gewalt betroffene Frau hat keine Schuld.

Tue nichts ohne das Einverständnis der Frau!

## 4. Gewalt unterbrechen

Wenn du Gewalt in der Nachbarschaft wahrnimmst, ruf die Polizei unter 110. Bring dich selbst nicht in Gefahr!

## 5. Achte auf dich

Sei einfühlsam, glaube der Frau, aber leide nicht mit ihr und grenze dich ab. Hol dir Unterstützung bei Freunden, Nachbarn oder spezialisierten Hilfsangeboten.

## 6. Hilfe und Unterstützung

Für betroffene Frauen, Angehörige oder Bezugspersonen:

Fachberatung zu sexualisierter Gewalt  
Frauennotruf Flensburg



[www.frauenhaus-suche.de](http://www.frauenhaus-suche.de)  
Frauenhaus-Suche online

Tel: 0461 90 90 82 00  
Hilfetelefon

\*Age M.\*



gefördert durch:



Schleswig-Holstein  
Ministerium für Soziales, Jugend,  
Familie, Senioren, Integration  
und Gleichstellung