



Polizeipräsidium Köln  
Kommissariat Vorbeugung

# Vergewaltigung – Wie kann ich mich wehren?

Informationen für Frauen und Mädchen

## **Vergewaltigung - Wie kann ich mich wehren?**

Vergewaltigung, sexueller Missbrauch und sexuelle Nötigung sind sexualisierte Gewaltstraftaten gegen Mädchen und Frauen. Nicht immer gelingt es, sich davor zu schützen bzw. sich dagegen zu wehren.

Die vorliegende Broschüre wendet sich an Frauen, die eine Vergewaltigung erlebt haben und/oder die sich vor (weiteren) sexuellen Übergriffen schützen wollen.

Zum besseren Verständnis der Problematik zeigt die Broschüre Hintergründe auf und beleuchtet die Wege des Anzeige- und Gerichtsverfahrens. Abschließend werden die Erfahrungen der Präventionsarbeit mit und für Frauen dargestellt.

Amt für Gleichstellung  
von Frauen und Männern

Kommissariat Vorbeugung  
der Polizei Köln

**Inhaltsverzeichnis**

Vergewaltigung - Wie kann ich mich wehren?	Seite 1
Vergewaltigung - Was ist das?	Seite 3
Wo und wann geschehen sexualisierte Übergriffe?	Seite 6
Wer sind die Täter?	Seite 8
Wer und wie viele sind betroffen?	Seite 10
Wie wird Vergewaltigung öffentlich beurteilt?	Seite 11
Was löst eine Vergewaltigung bei den Betroffenen aus?	Seite 14
Wie geht es weiter?	Seite 16
Was kann ich tun?	Seite 17
Rechtliche Schritte und Möglichkeiten	Seite 18
Wichtige Schritte nach einer Vergewaltigung	Seite 20
Gerichtsverfahren	Seite 23
Prozesskostenhilfe	Seite 25
Opferentschädigung	Seite 26
Gesetzliche Grundlagen: Welche Delikte können zur Anzeige gebracht werden	Seite 28
Wie schütze ich mich?	Seite 34
Selbstbehauptung und Selbstverteidigung	Seite 34
Direkte Gegenwehr	Seite 36
Juristische Seite der Gegenwehr/Notwehr	Seite 42
Informationen, Auskünfte über Kontakt- und Beratungsstellen für Betroffene	Seite 45

## **Vergewaltigung - Was ist das?**

Nach der bis 01.04.1998 geltenden Rechtslage wurde juristisch von einer Vergewaltigung nur ausgegangen, wenn drei Kriterien „Einwirkung von Gewalt bzw. Drohungen mit einer gegenwärtigen Gefahr für Leib und Leben“, „Vaginaler Geschlechtsverkehr“ und „Außerehelichkeit“ gegeben waren; jede andere, durch Gewalt herbeigeführte sexuelle Handlung wie oraler und/oder analer Geschlechtsverkehr galt „nur“ als sexuelle Nötigung, deren Strafmaß geringer angesetzt war als die Vergewaltigung.

Auch Vergewaltigung und sexuelle Nötigung durch den Ehemann waren damit im Sinne des Gesetzes nicht existent.

Außerdem bestanden Strafbarkeitslücken, wenn eine Frau sexuelle Handlungen über sich ergehen ließ, weil sie sich aufgrund einer körperlichen oder geistigen Behinderung nicht wehren konnte oder „starr vor Schreck“ war, denn diese Fälle wurden von dem „alten“ Straftatbestand der Vergewaltigung nicht erfasst.

Seit April 1998 sind nun die „alten“ Tatbestände der Vergewaltigung und der sexuellen Nötigung zu einem zusammen gefasst, und es wurden jahrelang geforderte Verbesserungen für den

Schutz des Selbstbestimmungsrechts der Frau in das Strafgesetzbuch (StGB) aufgenommen:

Das Merkmal „Außerehelichkeit“ wurde gestrichen, so dass nun auch Taten innerhalb einer Ehe verfolgt werden können.

Vergewaltigung ist jetzt ein besonders schwerer Fall des Gesamtdelikt; dem vaginalen Geschlechtsverkehr gleichgesetzt sind vergleichbare Handlungen wie analer oder oraler Geschlechtsverkehr.

Auch kann nun sexuelle Nötigung und Vergewaltigung dadurch begangen werden, dass die Tat unter Ausnutzen einer Lage geschieht, in der das Opfer der Einwirkung des Täters schutzlos ausgeliefert ist.

Damit ist insbesondere der Schutz geistig und/oder körperlich behinderter Frauen vor erzwungenen sexuellen Übergriffen verbessert.

Durch die Strafvorschrift „Sexueller Missbrauch widerstandsfähiger Personen“ kann zudem eine sexuelle Handlung u. a. an körperlich oder geistig Behinderten bestraft werden, wenn bei der

Begehung der Tat nicht nachweisbar ist, dass der Täter den sogenannten „entgegenstehenden Willen“ des Opfers beugt, d. h., dass er das Mädchen/die Frau nötigt.

Die geschlechtsneutralen Formulierungen machen die Tatsache klar, dass natürlich auch Jungen und Männer Opfer von sexualisierten Gewaltstraftaten sein können.

Juristisch lassen sich die Vergewaltigung und die sexuelle Nötigung klar definieren. Auch der Strafraum ist deutlich umrissen. Doch die juristische Definition zur Vergewaltigung wird dem subjektiven Erleben von Mädchen und Frauen nicht gerecht.

Für Mädchen und Frauen ist eine Vergewaltigung häufig Auslöser für einen langen Leidensweg.

Wichtig ist:

Mädchen und Frauen unterscheiden sich in ihrem Verhalten und Erleben voneinander. Genauso unterschiedlich sind auch ihre Reaktionen und Empfindungen nach einer Vergewaltigung. Einige Mädchen und Frauen benötigen Hilfe und Unterstützung von Menschen, die ihnen wichtig sind, andere ziehen sich erst einmal von ihrer Umwelt zurück. Aber für alle Mädchen und Frauen gilt: Die Verantwortung für die Tat liegt allein beim Täter!

## **Wo und wann geschehen sexualisierte Übergriffe?**

Eine Vergewaltigung ist **ü b e r a l l** und **j e d e r z e i t** möglich.

Aus Studien des Bundeskriminalamtes Wiesbaden ergibt sich, dass die Mehrzahl der Täter aus dem sozialen Umfeld oder dem Bekanntenkreis des jeweiligen Opfers stammt. Es zeigt sich auch: Je näher sich Täter und Opfer kannten, um so brutaler ist die Vorgehensweise des Täters (Sexualität, Gewalt und psychische Folgen, 1996).

Das oft vermittelte Bild einer überfallartigen Vergewaltigung in öffentlichen Bereichen wie Parks oder auf einer Straße erweckt daher oft den fälschlichen Eindruck, als wäre **n u r** der fremde Mann der potentielle Vergewaltiger. Ratschläge, wie Frauen und Mädchen sich schützen bzw. geschützt werden können, sind zumeist auf diesen Typ Mann zugeschnitten: Frauen und Mädchen sollen nicht zu Unbekannten ins Auto steigen, dunkle Straßen meiden und in der Dunkelheit möglichst zu Hause bleiben!

Auf diese Weise wird jedoch die Bewegungsfreiheit von Frauen und Mädchen massiv eingeschränkt. Gleichzeitig berücksichtigen diese Hinweise nicht, dass gerade in jenen Bereichen, in denen sich Frauen und Mädchen scheinbar am sichersten fühlen - im Bekanntenkreis, in der Familie, sowie am Arbeitsplatz - die Gefahr der Konfrontation mit männlicher Gewalt am größten ist.

Auch die Statistiken belegen: Die Mehrzahl der sexualisierten Gewalttaten gegen Mädchen und Frauen werden von Männern verübt, die aus dem sozialen Umfeld der Opfer kommen. Die sexualisierte überfallartige Gewaltstraftat durch den Fremdtäter ist demnach eher die Ausnahme. Daher finden sich in dieser Broschüre Wege zur Gegenwehr sowohl für den öffentlichen als auch für den privaten Bereich.



## **Wer sind die Täter?**

Vergewaltiger entsprechen in den seltensten Fällen dem Klischee des einzelgängerischen Psychopathen oder dem Bild des Triebtäters.

Wie schon im vorherigen Kapitel erwähnt, kommen Täter häufig aus dem sozialen oder nahen Umfeld des Opfers. Dabei sind die Täter in allen Gesellschaftsschichten vertreten. Mädchen und Frauen kennen ihre Täter in der Regel vor einer Tat flüchtig bis gut.

Die im Bekannten- oder Familienkreis verübten sexuellen Übergriffe werden nur selten angezeigt, da Verfahren dieser Art von den Betroffenen oft als besonders belastend empfunden werden. Dies erschwert die Frage nach dem Grund der Vergewaltigung, die Aufschluss über die Täterpersönlichkeit und Hinweise auf mögliche vorbeugende Maßnahmen geben kann. Der wirksamste Weg, Antworten hierauf zu finden, ist derzeit immer noch die Befragung verurteilter Vergewaltiger.

Der amerikanische Psychologe Nicolas Groth, der langjährige Therapieerfahrung mit verurteilten Sexualstraftätern hat, gibt drei Vergewaltigungsmotive an: Machtwillen (70%), Wut (25%) und Sadismus (5%). Alle drei Motive resultieren vielfach aus einem

mangelnden Selbstwertgefühl bzw. einem gestörten Selbstbild des Täters. Ziel ist es, Frauen zu unterwerfen und zu erniedrigen, um den „Mangel“, die „Störung“ auf diese Weise auszugleichen (vgl. Frauen gegen Gewalt, 1988).

In aller Regel handelt es sich bei dem Vergewaltiger um einen Einzeltäter, der seine Tat vorher plant, sie dann nach dem von ihm selbstentworfenen Ablauf in seiner Phantasie auch in der Realität ablaufen lassen will (Wyre/Swift, Und bist Du nicht willig... Die Täter).

## **Wer und wie viele sind betroffen?**

Jedes Mädchen und jede Frau kann Opfer einer Vergewaltigung werden. Die soziale Herkunft, das Alter und das Aussehen spielen dabei keine Rolle.

Die bekannten Fallzahlen von Sexualdelikten geben nur annähernd die Zahl der Taten in der Realität wieder, da sie sich auf staatsanwaltliche Ermittlungen und Gerichtsakten stützen und somit nur die zur Anzeige gebrachten Vergewaltigungen berücksichtigen können. Die Dunkelziffer liegt vermutlich um ein zehn- bis zwanzigfaches höher. Sie steigt mit zunehmendem Bekanntheits- und Verwandtschaftsgrad zwischen Täter und Betroffener an. Ebenso erhöht sich die Dunkelziffer in Mittel- und Oberschichten (vgl. Frauen gegen Gewalt, 1988).

Auch kleine Mädchen sind von sexualisierten Gewaltstraftaten betroffen. Kinder sind die hilflosesten Opfer, da sie wenig verbale Möglichkeiten haben sich auszudrücken und aktiv Hilfe einzufordern. Dennoch geben sie Zeichen, die Bezugspersonen aber häufig nicht richtig zu deuten wissen.

## **Wie wird Vergewaltigung öffentlich beurteilt?**

Frauen und Mädchen, die durch eine Vergewaltigung zutiefst gedemütigt wurden, sind nicht selten doppelt betroffen: Zum einen sind sie Betroffene der tatsächlich erlebten Tat, und zum anderen werden sie zu Betroffenen angesichts verständnisloser Reaktionen, die ihnen oftmals danach entgegengebracht werden.

Im öffentlichen Bewusstsein gibt es immer noch zu viele Vorurteile, mit denen der Tatbestand der Vergewaltigung behaftet ist. Haupttendenz ist: Die betroffene Frau zu diffamieren, den Täter aber zu entschuldigen! Beispiele dieser Art lauten: Frauen „provokieren“ eine Vergewaltigung, wenn sie sich aufreizend kleiden; eine Vergewaltigung ist sogar „angenehm“, wenn sie längere Zeit ohne Partner sind; die scheinbare Abwehr ist lediglich „Zierde“, weil sich das so gehört...

Mit anderen Worten: Einer anständigen Frau passiert keine Vergewaltigung, da diese sich gar nicht erst in „gefährliche“ Situationen begibt. An diesen immer noch gängigen Vorurteilen zeigt sich der Vorwurf der Mitschuld deutlich. Dabei liegt die Verantwortung für die Tat immer beim Täter!

Männer hingegen vergewaltigen nur, weil „ihr Sexualtrieb sie übermannt“ und weil sie „nach einem einmal begonnenen Flirt sehr viel schlechter wieder aufhören können“.

Tatsache ist jedoch, dass erzwungener Geschlechtsverkehr eine Straftat ist, nichts mit Sexualität zu tun hat und hier als Mittel zur Unterwerfung eingesetzt wird.

Deshalb sprechen wir von sexualisierten Gewaltstraftaten. Bei dieser Formulierung wird deutlich, dass die Vergewaltigung und die sexuelle Nötigung strafbare Handlungen sind.

Auch die Medien sind vielfach entscheidender Wegbereiter bei der Meinungsbildung zum Thema Vergewaltigung. Gerade dort werden häufig gewaltsame sexuelle Übergriffe auf Frauen und Mädchen verharmlost und bagatellisiert.

Die Gleichstellungsstelle München hat die Vermarktung in einer ausführlichen Dokumentation anschaulich dargestellt. Die Autorinnen kommen dabei zu folgendem Ergebnis: „Das für die Opfer traumatische Geschehen wird zur Sex-, Crime-, und Grusel-story verzerrt. Das rüde Wort ‚Vergewaltigung‘ wird gestrichen, es stört den Unterhaltungswert (1989).“

Demzufolge ist es auch kaum verwunderlich, dass es im öffentlichen Bewusstsein vielfach auch keinen großen Unterschied zwischen einer Verführung und einer Vergewaltigung gibt. Vom Erleben her ist eine Vergewaltigung lediglich „eine besonders aggressive Form des Geschlechtsverkehrs, die sogar ganz unerwartet große Lust bereiten kann.“

## **Was löst eine Vergewaltigung bei den Betroffenen aus?**

Jede erzwungene sexualisierte Gewaltstraftat und insbesondere jede Vergewaltigung stellt für Frauen und Mädchen eine tiefe körperliche und seelische Demütigung dar. Ihre sexuelle Selbstbestimmung wurde verletzt, ihre persönliche Grenze wurde gewaltsam überschritten. Gefühl wie Ekel, Scham, Wut, Verletztheit, Hass, Misstrauen, Ohnmacht, Trauer oder auch Schuldgefühle sind in einer solchen Situation realistisch und normal. Das Gleiche gilt für sich widersprechende Gefühlsschwankungen, die oft zwischen den beiden Polen des Sich-wehren-Wollens auf der einen und des Möglichst-bald-Vergessens auf der anderen Seite hin und her pendeln.

Lassen Sie sich nicht von verständnislosen Reaktionen und von unzulässigen Vorurteilen verunsichern. Es kann nicht oft genug betont werden: Egal wie Sie sich als Betroffene verhalten oder gekleidet haben und unabhängig davon, ob Sie den Täter vorher kannten und wie eng der Kontakt zu ihm war, in keinem Fall sind Sie die Schuldige. Ob Sie einen Mann zum Kaffee in Ihre Wohnung einladen, mit ihm einen Ausflug machen oder Zärtlichkeiten austauschen, dies alles ist kein Freibrief für einen nicht gewollten Geschlechtsverkehr.

Ein Nein von Ihnen bedeutet **N E I N**, in jeder Situation und zu jedem Zeitpunkt. Die Verantwortung für die Vergewaltigung liegt allein beim Täter.



## **Wie geht es weiter?**

Mit Ihren Gefühlen sollten Sie in dieser belastenden Situation möglichst nicht alleine bleiben. Reden Sie mit einer guten Freundin oder einer anderen Person Ihres Vertrauens über all das, was Sie augenblicklich bewegt. Dies ist ein erster Schritt, das Erlebte aktiv zu bewältigen.

Darüber hinaus stehen Ihnen zwei Formen an professioneller Hilfe zur Verfügung:

Zum einen können Sie bei den in der Broschüre „SCHRITTWEISE - Hilfe und Beratung für Frauen und ihre Kinder in Notsituationen“ (erhältlich beim Amt für Gleichstellung von Frauen und Männern der Stadt Köln) aufgeführten Beratungsstellen mit Rat und Unterstützung rechnen, zum anderen haben Sie die Möglichkeit, sich mit der Erstattung einer Anzeige zu wehren.

Auch wenn Sie persönlich von rechtlichen Schritten absehen wollen, können Sie die Beratungsstellen nutzen. Keine/r der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wird Sie drängen, sich auf ein gerichtliches Verfahren einzulassen, wenn Sie dies nicht wollen oder wenn Sie sich der Situation nicht gewachsen fühlen.

## **Was kann ich tun?**

Wenn Sie Opfer sexueller Gewalt geworden sind, müssen Sie nicht nur den körperlichen Schmerz bewältigen, sondern mit den seelischen Folgen, mit der Angst, der Demütigung und der Erniedrigung durch diesen massiven Angriff auf Ihre Persönlichkeit fertig werden.

Ihre Empfindungen können widersprüchlich sein: Sie schwanken zwischen dem Bedürfnis, sich wehren zu wollen, den Täter bestraft zu sehen und dem Wunsch nach schnellem Vergessen.

Die Entscheidung, ob Sie den Täter anzeigen, müssen Sie für sich treffen.

Den richtigen Weg können nur Sie selbst herausfinden. Auf jeden Fall sollten Sie aber in diesem Entscheidungs- und Verarbeitungsprozess nicht allein sein.

Sie haben ein Recht auf Verständnis, Hilfe und Unterstützung.

## **Rechtliche Schritte und Möglichkeiten**

Um Ihnen die Entscheidung zu erleichtern, ob Sie eine Anzeige erstatten oder nicht, werden im Folgenden Aspekte aufgeführt, die dagegen oder dafür sprechen.

Viele Frauen fürchten sich, über die Tat zu sprechen oder den Täter anzuzeigen, da es sich oft um Beziehungsdelikte handelt (d.h. Täter und Opfer sind miteinander verwandt/verheiratet, befreundet oder haben sich zumindest flüchtig gekannt).

Viele Frauen scheuen sich, eine Anzeige zu erstatten, weil sie Reaktionen ihrer Umwelt vermeiden wollen (Verständnislosigkeit, Vorurteile, Schuldzuweisungen).

Viele Frauen entscheiden sich gegen eine Anzeige, weil sie Ängste, Unsicherheiten und Unkenntnis in Bezug auf den Ablauf eines Strafverfahrens bei Polizei und Justiz haben. Sie fürchten peinliche und/oder kritische Fragen sowie die erneute Konfrontation mit der Tat und dem Täter vor Gericht.

Für eine Anzeige spricht, dass es sich bei den Vergewaltigungstätern in aller Regel um Wiederholungstäter handelt. Der Verzicht auf eine Anzeige lässt den Täter nur ungestraft, der Verzicht ermutigt ihn unter Umständen auch zu erneuten Übergriffen.

Mit der Anzeige schützen Sie sich und andere Frauen.

Mit der Anzeige wird Gewalt gegen Frauen öffentlich gemacht. Der Entschluss zu einer Anzeige kann ein wichtiger Schritt für Sie sein, Ihre Opfersituation aktiv zu bewältigen und zu verarbeiten.

Die Anzeige ist für Sie die einzige Möglichkeit, die gerichtliche Bestrafung des Täters zu erwirken. Sie müssen auch wissen, dass Sie eine erstattete Anzeige wegen sexueller Nötigung und Vergewaltigung nicht mehr zurückziehen können, da es sich um ein sogenanntes Officialdelikt handelt, bei dem die Polizei verpflichtet ist zu ermitteln, sobald sie von einer solchen Tat Kenntnis erhält.

## **Wichtige Schritte nach einer Vergewaltigung**

Erstatten Sie die Anzeige möglichst bald bei einer in Ihrer Nähe befindlichen Polizeidienststelle oder über den Notruf 110. Die Polizei hat dann größere Chancen, über die zu sichernden Spuren den Täter zu überführen. Die weitere Bearbeitung erfolgt bei der Kriminalpolizei ( siehe unten).

Falls Ihnen der Weg zur Polizei schwer fällt, kann eine Mitarbeiterin einer Beratungsstelle, eine Rechtsanwältin oder eine Person Ihres Vertrauens Sie begleiten. Ist Ihre Vertrauensperson Zeugin/ Zeuge der Tat, darf sie/er bei Ihrer Vernehmung nicht anwesend sein. Wenn möglich, beachten Sie bitte:

Vernichten Sie keine Beweismittel, das heißt:

Gehen Sie möglichst schnell zur ärztlichen Untersuchung!

Waschen Sie sich nicht, bevor Sie ärztlich untersucht worden sind!

Reinigen Sie nicht Ihre Kleidung, werfen Sie auch zerrissene Kleidungsstücke und Schlüpfen nicht weg!

- All das sind wichtige Spurenträger -

Verändern Sie den Tatort nicht oder - wenn Sie dazu in der Lage sind - machen Sie ein Foto davon.

Versuchen Sie den Tathergang chronologisch in schriftlicher Form festzuhalten. Das kann für die späteren Vernehmungen sehr wichtig werden, insbesondere bei einer zeitlichen Verzögerung, wenn Sie sich nicht zu einer sofortigen Anzeige entschließen. Im Bedarfsfall sollten Sie vorsorglich einen Schwangerschaftsfrühtest machen bzw. sich die „Pille danach“ verschreiben lassen als Schutz vor einer möglichen, ungewollten Schwangerschaft. Der spätmöglichste Einnahmetermin liegt bei 48 Stunden nach dem Geschlechtsverkehr.

In Köln können Sie sich auch direkt selbst während der normalen Dienstzeit an das Kriminalkommissariat 12 ( Bearbeitung sex. Gewaltdelikte) im Polizeipräsidium Köln, Walter-Pauli-Ring 2-4, 51103 Köln wenden.

Bei der Kriminalpolizei werden Sie von besonders geschulten und speziell fortgebildeten Beamtinnen oder Beamten angehört bzw. vernommen. In einem Vorgespräch erläutert man Ihnen den Ablauf der Ermittlungen. Es wird eine störungsfreie Vernehmungssituation geschaffen. Frauen und Mädchen können auf Wunsch durch Beamtinnen angehört bzw. vernommen werden. Sie haben das Recht, eine Person ihres Vertrauens mitzubringen.

Sind Sie bis dahin nicht ärztlich untersucht worden, werden Sie von einer Beamtin oder einem Beamten der Kriminalpolizei zur gynäkologischen Untersuchung in ein Krankenhaus gefahren, um

Ihnen die nötige ärztliche Versorgung zukommen zu lassen und um Beweise zu sichern.

Sie können aber auf Ihren Wunsch hin auch ein Krankenhaus Ihrer Wahl bzw. eine Frauenärztin oder einen Frauenarzt bestimmen.

Die Polizei leitet nach Abschluss der Ermittlungen die Akten an die Staatsanwaltschaft weiter. Diese prüft und entscheidet darüber, ob das Verfahren eingestellt oder Anklage erhoben wird. Falls die Staatsanwaltschaft das Verfahren einstellt, können Sie dagegen Rechtsmittel einlegen. Sie können dies unmittelbar bei Gericht selbst tun oder sich anwaltlich vertreten lassen.

Seit dem 01.01.1989 werden bei der Staatsanwaltschaft Köln Vergewaltigungen und sexuelle Nötigungen vom Sonderdezernat für Sexualdelikte bearbeitet. Dieses Dezernat wird von zwei Staatsanwältinnen und einem Staatsanwalt betreut. Nicht zuständig ist das Sonderdezernat hingegen für Jugenddelikte ( d.h. der Täter ist unter 21 Jahren) und für Jugendschutzsachen (d.h. das Opfer ist unter 21 Jahren).

Die vorgenommene Spezialisierung auf Sexualdelikte verbessert sowohl die Fachkompetenz als auch die Zusammenarbeit mit den zuständigen Behörden (Kriminalpolizei, Gerichtsmedizin, Uni-Frauenklinik, usw.).

## **Gerichtsverfahren**

Nach der Anklageerhebung kommt es in der Regel zur Gerichtsverhandlung, bei der Sie als Zeugin aussagen müssen. Häufig wird vor der Verhandlung ein Glaubhaftigkeitsgutachten hinsichtlich Ihrer Person und Aussagen durch eine sachverständige Psychologin bzw. einen Psychologen erstellt. Sie sollten dies als positive Verstärkung Ihrer Angaben werten.

Die Vernehmung während der Gerichtsverhandlung kann für Sie peinlich sein. Sie werden in ungewohnter Umgebung vor fremden Personen (u.a. auch vor Zuschauerrinnen und Zuschauern) und im Beisein des Täters über intimste und persönliche Dinge befragt. Um diese Belastung besser durchstehen zu können, sollten Sie sich gut auf die Verhandlung vorbereiten und sich Rückhalt und Unterstützung durch andere Frauen sichern. Sie sind im Verfahren grundsätzlich nur Zeugin. Als solche sind Sie nur während Ihrer eigenen Aussage im Gerichtssaal anwesend. Über Ihre Aussage hinaus haben Sie keinerlei Einfluss auf das Verfahren.



Zur aktiven, beeinflussenden Teilnahme am Gerichtsverfahren empfiehlt es sich, bei Gericht einen Antrag auf Zulassung als Nebenklägerin zu stellen. Als Nebenklägerin haben Sie das Recht, neben Ihrer Aussage zum Tathergang, schon vor der Verhandlung die Prozessakten einzusehen. Sie sind dann auch berechtigt, eigene Anträge und Fragen an den Angeklagten und die Zeuginnen bzw. Zeugen zu stellen, sowie unsachliche Fragen abzulehnen und ein Plädoyer zu halten. Falls Sie Entscheidungen des Gerichts für falsch halten, können Sie Rechtsmittel einlegen.

Mit Ihrer Anwältin bzw. Ihrem Anwalt können Sie sich auch besser auf die Verhandlung vorbereiten.

Insgesamt ist festzustellen, dass Sie mit der Anschlussklärung als Nebenklägerin fast alle Rechte wahrnehmen können, die auch der Beschuldigte in einem solchen Strafprozess hat. Bei Sexualstraftaten wird außerdem generell eine anwaltliche Vertretung empfohlen.

## Prozesskostenhilfe

Wenn Sie aus finanziellen Gründen nicht in der Lage sind, eine Rechtsanwältin bzw. einen Rechtsanwalt zu bezahlen, haben Sie einen Anspruch auf Prozesskostenhilfe und können dann eine/n von Ihnen ausgewählte/n Rechtsanwältin oder Rechtsanwalt in Anspruch nehmen. Die Gewährung von Prozesskostenhilfe richtet sich nach der Höhe Ihres Nettoeinkommens. Bei einer Einkommensberechnung werden Pauschalbeträge für Sie, Personen denen Sie unterhaltsverpflichtet sind, sowie Miete und Verpflichtungen aus Darlehen von Ihrem Nettoeinkommen abgezogen. Über Ihren Anspruch auf Prozesskostenhilfe können Sie sich auch telefonisch beim Amtsgericht beraten lassen.

Prozesskostenhilfe können Sie entweder über Ihre Anwältin bzw. Ihren Anwalt oder direkt beim Amtsgericht beantragen.

Amtsgericht Köln  
Luxemburger Str. 101  
50939 Köln  
Tel.: 477-0

Auch wenn Sie keine Prozesskostenhilfe bekommen, entstehen Ihnen neben den eventuell zu leistenden Kosten für Ihre Rechtsanwältin oder Ihren Rechtsanwalt darüber hinaus keine Prozesskosten. Dies gilt unabhängig vom Ausgang des Verfahrens.

## **Opferentschädigung**

Haben Sie durch die Vergewaltigung gesundheitliche Folgeschäden, dann können Sie nach dem Opferentschädigungsgesetz (OEG) einen Antrag auf Gewährung von „Beschädigtenversorgung“ stellen.

Versorgungsamt Köln  
Boltensternstr. 10  
50735 Köln  
Tel.: 7783-0

Der Antrag muss innerhalb eines Jahres gestellt werden, damit die Versorgung ab dem Tag der Vergewaltigung gewährt werden kann. Gleichzeitig sollten Sie Strafanzeige erstatten. Nur wenn schwerwiegende Gründe gegen eine Anzeige sprechen, kann von dieser Regel abgewichen werden. In diesem Fall wird das Versorgungsamt Sie allerdings anhören und zur Tat befragen.

Nach Eingang Ihres Antrages prüft das Versorgungsamt, ob die Voraussetzungen des OEG erfüllt sind. Die Unterlagen der Polizei/Staatsanwaltschaft und die der behandelnden Ärztinnen/Ärzte werden hierbei mit berücksichtigt.

Wird Ihrem Antrag stattgegeben, werden die Kosten für ambulante und stationäre Behandlungen - und zwar unabhängig von der Schwere des gesundheitlichen Schadens - übernommen.

Bei dauerhaften psychischen und/oder körperlichen Schäden, die mit einer deutlichen Minderung der Erwerbstätigkeit einhergehen, erfolgt zusätzlich auch eine Rentenleistung.

Für weitere Auskünfte stehen Ihnen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Versorgungsamtes zur Verfügung.

Unterstützung und Hilfe in diesen Fragen erhalten Sie auch beim Weissen Ring e.V. (Tel. 01803/343434).

## **Gesetzliche Grundlagen:**

Welche Delikte können zur Anzeige gebracht werden

### **§ 77 b StGB Antragsfrist**

(1) Eine Tat, die nur auf Antrag verfolgbar ist, wird nicht verfolgt, wenn der Antragsberechtigte es unterlässt, den Antrag bis zum Ablauf einer Frist von drei Monaten zu stellen.

Fällt das Ende der Frist auf einen Sonntag, einen allgemeinen Feiertag oder einen Sonnabend, so endet die Frist mit Ablauf des nächsten Werktags.

### **§ 177 StGB Sexuelle Nötigung, Vergewaltigung**

(1) Wer eine andere Person

1. mit Gewalt,
2. durch Drohung mit gegenwärtiger Gefahr für Leib oder Leben oder
3. unter Ausnutzung einer Lage, in der das Opfer der Einwirkung des Täters schutzlos ausgeliefert ist, nötigt, sexuelle Handlungen des Täters oder eines Dritten an sich zu dulden oder an dem Täter oder einem Dritten vorzunehmen, wird mit Freiheitsstrafe nicht unter einem Jahr bestraft.

(2) In besonders schweren Fällen ist die Strafe Freiheitsstrafe nicht unter zwei Jahren. Ein besonders schwerer Fall liegt in der Regel vor, wenn

1. der Täter mit dem Opfer den Beischlaf vollzieht oder ähnliche sexuelle Handlungen an dem Opfer vornimmt oder an sich von ihm vornehmen lässt, die dieses besonders erniedrigen, insbesondere, wenn sie mit einem Eindringen in den Körper verbunden sind (Vergewaltigung), oder
  2. die Tat von mehreren gemeinschaftlich begangen wird.
- (3) Auf Freiheitsstrafe nicht unter drei Jahren ist zu erkennen, wenn der Täter
1. eine Waffe oder ein anderes gefährliches Werkzeug bei sich führt,
  2. sonst ein Werkzeug oder Mittel bei sich führt, um den Widerstand einer anderen Person durch Gewalt oder Drohung mit Gewalt zu verhindern oder zu überwinden, oder
  3. das Opfer durch die Tat in die Gefahr einer schweren Gesundheitsschädigung bringt.
- (4) Auf Freiheitsstrafe nicht unter fünf Jahren ist zu erkennen, wenn der Täter
1. bei der Tat eine Waffe oder ein anderes gefährliches Werkzeug verwendet oder
  2. das Opfer bei der Tat körperlich schwer misshandelt oder durch die Tat in die Gefahr des Todes bringt.
- (5) In minder schweren Fällen des Absatzes 1 ist auf Freiheitsstrafe von sechs Monaten bis zu fünf Jahren, in minder schweren Fällen der Absätze 3 und 4 auf Freiheitsstrafe von einem Jahr bis zu zehn Jahren zu erkennen.

### § 178 StGB **Sexuelle Nötigung und Vergewaltigung mit Todesfolge**

Verursacht der Täter durch sexuelle Nötigung oder Vergewaltigung (§ 177) wenigstens leichtfertig den Tod des Opfers, so ist die Strafe lebenslange Freiheitsstrafe oder Freiheitsstrafe nicht unter zehn Jahren.

### § 179 StGB **Sexueller Missbrauch widerstandsunfähiger Personen**

(1) Wer eine andere Person, die

1. wegen einer geistigen oder seelischen Krankheit oder Behinderung einschließlich einer Suchtkrankheit oder wegen einer tiefergreifenden Bewusstseinsstörung oder
2. körperlich zum Widerstand unfähig ist, dadurch missbraucht, dass er unter Ausnutzung der Widerstandsunfähigkeit sexuelle Handlungen an ihr vornimmt oder an sich von ihr vornehmen lässt,

wird mit Freiheitsstrafe von sechs Monaten bis zu zehn Jahren bestraft.

(2) Ebenso wird bestraft, wer eine widerstandsunfähige Person (Absatz 1) dadurch missbraucht, dass er sie unter Ausnutzung der Widerstandsunfähigkeit dazu bestimmt, sexuelle Handlungen an einem Dritten vorzunehmen oder von einem Dritten an sich vornehmen zu lassen.

(3) Der Versuch ist strafbar.

(4) Auf Freiheitsstrafe nicht unter einem Jahr ist zu erkennen, wenn

1. der Täter mit dem Opfer den Beischlaf vollzieht oder ähnliche sexuelle Handlungen an ihm vornimmt oder an sich von ihm vornehmen lässt, die mit einem Eindringen in den Körper verbunden sind,
2. die Tat von mehreren gemeinschaftlich begangen wird oder
3. der Täter das Opfer durch die Tat in die Gefahr einer schweren Gesundheitsschädigung oder einer erheblichen Beschädigung der körperlichen oder seelischen Entwicklung bringt.

(5) in minder schweren Fällen der Absätze 1, 2 und 4 ist auf Freiheitsstrafe von drei Monaten bis zu fünf Jahren zu erkennen.

(6) § 176 a, Abs.4 und § 176 b gelten entsprechend.

### § 185 StGB **Beleidigung**

Die Beleidigung wird mit Freiheitsstrafe bis zu einem Jahr oder mit Geldstrafe und, wenn die Beleidigung mittels einer Tötlichkeit begangen wird, mit Freiheitsstrafe bis zu zwei Jahren oder mit Geldstrafe bestraft.

### § 194 StGB **Strafantrag**

Die Beleidigung wird nur auf Antrag verfolgt.



§ 223 StGB **Körperverletzung**

(1) Wer eine andere Person körperlich misshandelt oder an der Gesundheit schädigt, wird mit Freiheitsstrafe bis zu fünf Jahren oder mit Geldstrafe bestraft.

(2) Der Versuch ist strafbar.

## **Wie schütze ich mich?**

Das Durchsetzen eigener Interessen und Rechte sowie der Schutz der persönlichen Grenzen ist für viele Frauen und Mädchen nicht selbstverständlich. Dem Bedürfnis nach Selbstbestimmung stehen oft Ängste, Ohnmachtsgefühle und Unsicherheiten entgegen. Nur wenige Frauen haben in ihrer Erziehung gelernt, sich selbst zu behaupten, ihre Rechte wahrzunehmen und ihren Körper gegen sexualisierte Gewaltstraftaten zu verteidigen.

## **Selbstbehauptung und Selbstverteidigung**

Zur Lebensrealität vieler Mädchen und Frauen gehört die alltägliche Konfrontation mit verschiedenen Gewaltformen. Vergewaltigung, sexueller Missbrauch und die sexuelle Nötigung sind dabei die Spitze des Eisberges.

Neben diesen brutalen Gewaltformen gibt es aber auch die alltägliche Gewalt auf der Straße, die psychische und physische Gewalt in Beziehungen und in der Familie, die verbale Anmache, die sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz sowie subtilere Gewaltformen wie Ausgrenzung oder Bevormundung.

Wo und wie Mädchen und Frauen Gewalt erleben ist sehr unterschiedlich. Wichtig ist, dass sich jedes Mädchen und jede Frau mit ihren Gefühlen und Wahrnehmungen ernst nimmt. Selbstbehauptungskurse und Selbstverteidigungskurse können dazu beitragen, dass Mädchen und Frauen lernen, bedrohliche Situationen besser einzuschätzen.

Hierbei handelt es sich um ein spezielles Konzept, das sich mit seinen Inhalten und Zielen speziell an Mädchen und Frauen wendet.

In diesen Kursen geht es nicht allein um das Erlernen von Verteidigungsmöglichkeiten und -techniken. Rollenspiele, Diskussionen und Gespräche werden als Methoden angewandt, um Ängste und Wahrnehmungen transparent zu machen und individuelle Verteidigungsstrategien zu trainieren. Dabei spielt die Stärkung des Selbstbewusstseins eine wesentliche Rolle und psychische Hemmnisse können abgebaut werden.

Eine Übersicht der verschiedenen Trainerinnen und Trainer für Selbstbehauptungs- & Selbstverteidigungskurse finden Sie in dem Flyer „Selbstbehauptung & Selbstverteidigung für Frauen, Mädchen und Jungen in Köln“. Erhältlich ist dieser Flyer im Amt für Gleichstellung von Frauen und Männern der Stadt Köln.

## **Direkte Gegenwehr**

Der bestmögliche Schutz, nicht Opfer einer Sexualstraftat zu werden, liegt in der mentalen Auseinandersetzung mit der eigenen Angst, der Stärkung des Selbstbewusstseins und dem Wissen um die Handlungsabläufe einer Täter-Opfer-Situation.

### **Schutz - d.h. Selbstbehauptung und Selbstverteidigung - beginnt im Kopf!**

Folgende Punkte beziehen sich sowohl auf den Beziehungstäter als auch auf den Fremdtäter.

- Signalisieren Sie durch eindeutige Körpersprache, Gestik und Mimik, kein Opfer zu sein!
- Trauen Sie Ihren eigenen Gefühlen und nehmen Sie Ihre Wahrnehmungen ernst!
- Deuten Sie Ihre Angst als Alarmsignal Ihres Körpers!
- Fassen Sie Mut, Ihre Grenzen zu ziehen und ein klares und deutliches NEIN auszusprechen!

- Je früher Sie eine Gefährdungssituation wahrnehmen, als solche einschätzen und darauf reagieren, desto eher sind Sie handlungsfähig und haben bessere Chancen, aus der Opfer-situation herauszukommen!
- Scheuen Sie sich nicht, in für Sie angstbesetzten Situationen andere Personen anzusprechen bzw. sich diesen anzuschließen (z.B. beim Warten auf dem U-Bahnhof oder beim Verlassen von Bus und Bahn während der Nachtzeit).
- Setzen Sie Ihre Grenze bei Nähe- und Distanzverhalten (nur weiträumiger Abstand ist sicherer Abstand - wann die Grenze Ihres Sicherheitsgefühls überschritten ist, bestimmen Sie).
- Machen Sie sofort bei Grenzverletzungen und Grenzüberschreitungen laut auf sich aufmerksam, d.h. Öffentlichkeit herstellen. Empfinden Sie Ihre Situation nicht als peinlich (z. B. Sie werden auf der Straße, im Park angegriffen - in der Bahn, im Bus geht „Mann auf Tuchfühlung“ - Ihr Sitznachbar macht sich breit)!
- Sprechen sie gezielt einzelne Personen an, fordern Sie diese zu einem konkreten Handeln auf („Sie in dem roten Pullover, rufen Sie die Polizei“).

Darüber hinaus gibt es noch weitere Möglichkeiten, sich gegen Belästigungen und Bedrohungen zu wehren:

- Technische Hilfsmittel wie z.B. Reizstoffsprühgeräte und Schreckschusspistolen sind generell geeignet, einen Angriff abzuwehren. Voraussetzungen hierfür sind aber das ständige Mitführen eines technisch einsatzbereiten Gerätes sowie die vollkommene Sicherheit der Handhabung und der unmittelbare, konsequente Einsatz gegen den Angreifer.
- Jede Unsicherheit in der Handhabung, jede zeitliche Verzögerung des Einsatzes kann fatale Folgen für Sie selbst haben!
- Es empfiehlt sich der Einsatz von Personenschrillalarmgeräten. Diese können ohne besondere Eigengefährdung sowohl bei Telefonterror als auch bei drohender Gefahr auf der Straße eingesetzt werden. Das akustische Signal soll den Täter abschrecken und die Opfersituation öffentlich machen.
- Mit der Stimme, den Händen und Fingern, den Ellbogen, den Knien und Füßen haben alle Frauen körpereigene Waffen bei sich, die schon viele intuitiv in konkreten Gefährdungssituationen mit Erfolg eingesetzt haben.

- Weiterhin können Gegenstände wie Regenschirme, Stöckelschuhe, Schlüssel usw., die vielfach ohnehin mitgeführt werden, im Notfall auch zur Verteidigung benutzt werden.

Es gibt für eine erfolgreiche Verteidigung keine Patentrezepte. Dennoch verbessern sich in aller Regel Ihre Chancen im Falle einer Gegenwehr allein schon durch den Überraschungseffekt beim Täter. Denn dieser rechnet mit weiblicher Hilflosigkeit, nicht aber mit Entschlossenheit und Widerstand.

Hilfe und Aufklärung, um Wege zu einer aktiven Gegenwehr zu finden, leistet das

Kommissariat Vorbeugung  
Sachgebiet Gewalt gegen Mädchen und Frauen  
Walter-Pauli-Ring 2-4  
51103 Köln

Ansprechpartnerinnen  
Kriminalhauptkommissarin Frau Afflerbach, Tel. 229-6820 und  
Kriminalkommissarin Frau Petermeier, Tel. 229-6828  
Fax-Nr.:229-6818  
E-Mail: [vorbeugung@polizei-koeln.de](mailto:vorbeugung@polizei-koeln.de)  
Internet-Adresse: [www.polizei-koeln.de](http://www.polizei-koeln.de)

Das Kommissariat Vorbeugung bietet für Mädchen und Frauen Information und Sachaufklärung unter besonderem Aspekt der Prävention, Selbstbehauptung und Gegenwehr an.

Informiert wird:

- über die Erscheinungsformen der alltäglichen Gewalt gegen Mädchen und Frauen mit verhaltensorientierten Lösungsmöglichkeiten in angstbesetzten Situationen,
- Sinn und Zweckmäßigkeit technischer Hilfsmittel,
- Notwehrrechte und
- die Arbeit von Polizei und Justiz bei sexualisierten Gewaltstraftaten, unter besonderer Berücksichtigung der Rechte und Möglichkeiten von Mädchen und Frauen.

In der Gruppenarbeit wird die Theorie in Rollenspielen praktisch erprobt.

Das Kommissariat Vorbeugung hat keine diagnostische oder sozialtherapeutische Kompetenz.



Die Präventionsarbeit unterstützt durch Aufklärung und Information sowie das Aufzeigen konkreter rechtlicher Handlungsmöglichkeiten den Grundsatz, dass Selbstverteidigung und Selbstbehauptung im Kopf beginnen.

Jede Frau muss in einer konkreten Gefährdungssituation allein blitzschnell entscheiden, ob und wie sie sich wehrt. Sollte es Ihnen nicht gelingen, so darf dies aber nicht dazu führen, dass Sie sich selbst unter Druck setzen.

Denken Sie daran:

Die Verantwortung für die Anmache oder den sexuellen Übergriff trägt allein der Täter und nicht Sie und zwar unabhängig davon, ob Sie sich wehren oder nicht!

## **Die juristische Seite der Gegenwehr/ Notwehr**

Das bundesdeutsche Strafgesetzbuch beruht auf dem Grundsatz, dass das Recht dem Unrecht nicht zu weichen braucht. Im § 32 StGB ist das Recht auf Notwehr gesetzlich verankert.

### **Notwehr, § 32 StGB**

- I. Wer eine Tat begeht, die durch Notwehr geboten ist, handelt nicht rechtswidrig.
- II. Notwehr ist die Verteidigung, die erforderlich ist, um einen gegenwärtigen rechtswidrigen Angriff von sich oder einem anderen abzuwehren.

### **Überschreitung der Notwehr, § 33 StGB**

Überschreitet die in Notwehr handelnde Person die Grenzen der Notwehr aus Verwirrung, Furcht oder Schrecken, so wird sie nicht bestraft.

Der Gesetzgeber räumt jeder Bürgerin und jedem Bürger ausdrücklich das Recht zur eigenen Abwehr von Angriffen ein.

Notwehr setzt zunächst einen rechtswidrigen Angriff voraus. Der Angriff kann sich auf jedes Rechtsgut beziehen. Der die

Handtasche entreißende Räuber begeht einen Angriff auf das Eigentum. Beleidigungen sind ein Angriff auf die Ehre. Schläge und Tritte sowie andere Gewalttätigkeiten gelten juristisch gesehen ebenfalls als Angriffe auf geschützte Rechtsgüter.

Bei der Abwehr eines Angriffs mittels Gewalt ist juristisch folgendes zu beachten:

1. Der Angriff muss gegenwärtig sein, d.h. er muss unmittelbar stattfinden, bevorstehen oder fort dauern. Auf keinen Fall darf er zeitlich zurückliegen.

Beispiel:

Vor einer Woche hat Sie ein Mann angegriffen und unsittlich berührt. Sie treffen ihn heute wieder und beschließen nun, gemeinsam mit Ihren drei Freundinnen zurückzuschlagen. Dieser Angriff ist nicht gegenwärtig und daher nicht erlaubt.

2. Der Angriff muss rechtswidrig sein. Eine rechtmäßige Handlung berechtigt niemals zur Notwehr. Bei einem Sportkampf nach festgelegten Regeln oder beim Zahnarzt willigen Sie z.B. in die Verletzung ein bzw. nehmen sie billigend in Kauf.
3. Eine Verteidigung ist so lange nicht erforderlich, als der angegriffenen Person ein Ausweichen möglich und auch zuzumuten ist.

Es darf eine solche Verteidigung gewählt werden, die auch erforderlich ist. Dabei ist unter mehreren wirksamen Techniken die am wenigsten schädliche oder gefährliche zu wählen.

Dennoch gilt der Grundsatz:

Das Recht braucht dem Unrecht nicht zu weichen!

Wird eine Frau tätlich angegriffen oder steht ein solcher Angriff unmittelbar bevor, darf sie sich körperlich auch mit der Folge zur Wehr setzen, dass der Angreifer schwer verletzt oder sogar getötet wird. Droht dagegen ein Volltrunkener, der in der Gosse liegt und objektiv erkennbar zu einem tätlichen Angriff nicht in der Lage ist, einen solchen an, ist eine massive körperliche Abwehrmaßnahme nicht erlaubt.

**Informationen, Auskünfte über Kontakt- und Beratungsstellen für Betroffene:**

Stadt Köln  
Amt für Gleichstellung von Frauen und Männern  
Markmannsgasse 7  
50667 Köln

Auskunft: Anja Graul

Tel.: 221-26490

Fax: 221-26462

E-Mail: [anja.graul@stadt-koeln.de](mailto:anja.graul@stadt-koeln.de)

Internet: [www.stadt-koeln.de](http://www.stadt-koeln.de)

# Vergewaltigung – Wie kann ich mich wehren?

## Herausgeber

Stadt Köln  
Amt für Gleichstellung von Frauen und Männern  
Markmannsgasse 7  
50667 Köln  
Polizeipräsidium Köln  
Kommissariat Vorbeugung  
Walter-Pauli-Ring 2-4  
51103 Köln



**Stadt Köln**



## Der Oberbürgermeister

Amt für Gleichstellung von Frauen und Männern  
Amt für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Satz + Druck:

Moeker Merkur Druck GmbH

13/03/16.000/06.2003