

FACTSHEET: KEINE TÄTERIN, KEIN OPFER!

Was ist eigentlich Gewalt? Im ersten Moment denkt man dabei vielleicht an Gewalt, wie man sie aus Actionfilmen kennt. Doch Gewalt tritt in vielen Formen auf: als unmittelbare körperliche Misshandlung, als Angriff mit einer Waffe, als Vernachlässigung, als Unterdrückung, Abwertung, Beschimpfung oder auch als sexualisierte Gewalt, wobei diese von der Belästigung bis hin zur Vergewaltigung reicht. Gewalt kann sich auch gegen eine oder einen selbst richten (z.B. in Form von selbstverletzendem Verhalten wie Ritzen oder Magersucht). Auch Mobbing ist eine Form von Gewalt.

Wie die Erscheinungsformen sind auch die Gründe für Gewalt vielfältig. Sie betrifft Frauen und Männer – als TäterInnen und Opfer. Aber egal von welcher Seite man das Problem betrachtet: Gewalt ist niemals in Ordnung und schadet allen Beteiligten. Jeder Mensch hat ein Recht auf ein Leben in Frieden und Sicherheit!

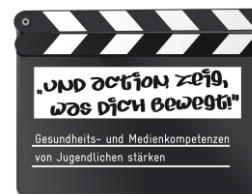
GEWALT IN BEZIEHUNGEN

Gewalt geschieht leider oft durch Menschen, denen wir vertrauen wollen und von denen wir uns eigentlich Geborgenheit erhoffen. Viel zu viele Jugendliche erleben körperliche, emotionale oder sexuelle Gewalt in der eigenen Familie oder auch in einer Beziehung. Wenn du in deiner Familie Gewalt ausgesetzt bist oder von deiner Freundin oder deinem Freund bedroht, kontrolliert, beschimpft, geschlagen oder missbraucht wirst, ruf' dir Folgendes in Erinnerung: Du hast keine Schuld, du hast ein Recht auf ein Leben ohne Gewalt und in Sicherheit – ohne Angst und ohne Scham. Es ist manchmal sehr schwierig, sich Hilfe zu suchen. Vielleicht ist es in einem ersten Schritt einfacher, sich anonym bei einer Beratungsstelle zu melden.

GEWALT IM ÖFFENTLICHEN RAUM

Auch im öffentlichen Raum – auf der Straße, im Park usw. – kann es zu schwierigen Situationen kommen. Hör' auf deine inneren Alarmglocken: Sie zeigen dir mit großer Sicherheit an, ob eine Situation eskalieren kann. Versuche aus der Situation herauszukommen – etwa durch Ignorieren der ProvokateurInnen oder durch Flucht. Halte möglichst Abstand und heize die Situation nicht zusätzlich an – etwa durch eine Berührung oder eine Beleidigung der Angreiferin oder des Angreifers. Wenn jemand anderer angegriffen wird: Riskiere nicht blind deine Sicherheit, sondern organisiere Hilfe, z.B. indem du die Polizei rufst oder Umstehende um Unterstützung bittest.

Übst du selbst Gewalt aus? Fühlst du dich stark, wenn du zuschlägst? Kannst du deine Wut am besten an anderen auslassen? Kurzfristig entlastet dich das vielleicht, aber langfristig ist Gewalt immer falsch. Nicht nur die Opfer von Gewalt leiden, auch die TäterInnen geraten in große Schwierigkeiten – in der Schule, in der Familie, am Arbeitsplatz. Du kannst Probleme mit der Polizei bekommen und musst in weiterer Folge mit Strafen rechnen. Wofür? Für den kurzen Kick, den dir Gewalt gibt?



SEXUELLE GEWALT: NEIN HEISST NEIN!

Wenn du einen sexuellen Übergriff erleben musstest, hol' dir unbedingt Hilfe! Auch wenn du dich schämst oder denkst, du hast selbst Schuld daran oder wenn dich die Täterin oder der Täter unter Druck setzt. Sexuelle Gewalt ist nie ok und du trägst keine (Mit-)Schuld – auch wenn die Person behauptet, dass sie dich liebt, diese Übergriffe schon länger stattfinden und du bisher dazu geschwiegen hast oder du „es“ vielleicht zu Beginn auch wolltest, dann aber nein gesagt hast.

Es ist nie zu spät, sich Hilfe zu holen! Wenn eine Freundin oder ein Freund Opfer sexueller Gewalt geworden ist: Lass' dir davon erzählen und hilf ihr/ihm dabei, sich Hilfe zu suchen.

Beim Ausgehen solltest du sorgsam mit Alkohol umgehen, denn in betrunkenem Zustand kannst du dich viel schlechter wehren. Ganz besondere Vorsicht ist bei Date-Rape-Drogen („K.O.-Tropfen“) geboten: Sie machen willenlos, extrem manipulierbar und können zur Bewusstlosigkeit führen. Fast immer kommt es zu einem Filmriss. Pass daher beim Fortgehen immer auf dein Glas auf bzw. bitte eine Freundin oder einen Freund, das für dich zu übernehmen.

AUCH MOBBING IST GEWALT

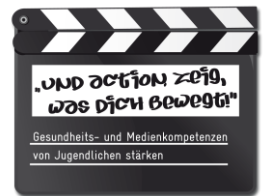
Nicht jede Schikane oder Beleidigung ist gleich Mobbing. Von Mobbing spricht man dann, wenn jemand über einen längeren Zeitraum hinweg und regelmäßig von einer oder mehreren Personen ausgegrenzt, beleidigt oder erniedrigt wird. Mobbing kann überall vorkommen: in einer Klasse, auf dem Arbeitsplatz oder auch im Internet.

Wenn du bemerkst, dass du gemobbt wirst, solltest du dir klar machen, dass es nicht an dir liegt. Mobbing kann jede und jeden treffen. Versuche so schnell wie möglich auf Mobbing zu reagieren, denn das Problem kann noch größer werden, wenn die TäterInnen keinen Widerstand bemerken. Dokumentiere die Übergriffe, sichere Beweise (z.B. Screenshots bei Cyber-Mobbing), suche Unterstützung bei Menschen, denen du vertraust (z.B. Eltern, SchulsozialarbeiterIn, LehrerIn, ChefIn, einer Kollegin oder einem Kollegen) und die dir zur Seite stehen können und/oder wende dich an eine Beratungsstelle.

Mobbing ist kein Spaß und kein „Streich“! Cyber-Mobbing etwa ist seit 1. Jänner 2016 als eigener Straftatbestand im Strafgesetzbuch verankert.

Tipps

- Jede und jeder kann Opfer von Gewalt werden – im öffentlichen Raum, in der Klasse, im Internet. Wenn du davon betroffen bist, ist es nicht deine Schuld. Die Verantwortung liegt bei den Täterinnen und Tätern!
- Wenn du dir nicht sicher bist, ob du von Gewalt betroffen warst oder bist: Achte genau auf deine Gefühle und vertrau' dir selbst. Deine Intuition täuscht dich ziemlich sicher nicht.
- Du hast ein Recht auf ein Leben ohne Gewalt! Wenn du von Gewalt betroffen bist, such' dir Unterstützung bzw. Beratung! Du musst nicht alles alleine schaffen oder warten, bis „es“ von selbst vorbeigeht.



LINKS UND SERVICESTELLEN

- ✓ **Gewalt ist nie ok!**
www.gewalt-ist-nie-ok.at
- ✓ **gewaltinfo.at**
www.gewaltinfo.at
- ✓ **KO Tropfen – Nein Danke**
www.ko-tropfen-nein-danke.de
- ✓ **Saferinternet.at zum Thema Cyber-Mobbing**
www.saferinternet.at/cyber-mobbing
- ✓ **feel-ok.at zum Thema Gewalt**
www.feel-ok.at/de_AT/jugendliche/themen/gewalt/gewalt.cfm
- ✓ **wienXtra: Mobbing**
www.wienxtra.at/jugendinfo/broschueren
- ✓ **Rat auf Draht**
www.rataufdraht.at
Telefon: 147
- ✓ **die möwe**
ww.die-moewe.at
- ✓ **Hotline Kinder- und Jugendanwalt**
Telefon: 0800 240 264
- ✓ **Opfernotruf für Opfer von Straftaten**
Telefon: 0800 112 112
- ✓ **Kinderschutzzentrum Wien**
<http://kinderschutz-wien.at/index.php/ueber-uns>
- ✓ **24-Stunden Frauennotruf der Stadt Wien**
Telefon: 01 71 71 9
- ✓ **Wiener Notruf. Beratung für vergewaltigte Frauen und Mädchen**
www.frauenberatung.at
Telefon: 01 523 22 22
- ✓ **TAMAR – Beratungsstelle für misshandelte und sexuell missbrauchte Frauen, Mädchen und Kinder**
www.tamar.at
- ✓ **Männerberatung**
www.maenner.at
- ✓ **Wiener Interventionsstelle gegen Gewalt in der Familie**
www.interventionsstelle-wien.at

Im Rahmen der Gesundheitsreform wurde von der Sozialversicherung und der Stadt Wien ein Landesgesundheitsförderungsfonds eingerichtet. Dieses Projekt wird daraus finanziert.