



## Die Landeskoordination Anti-Gewalt-Arbeit in NRW

rubicon e.V  
Rubensstraße 8-10, 50676 Köln

Tel. 0221-27 66 999-55

[kontakt@vielfalt-statt-gewalt.de](mailto:kontakt@vielfalt-statt-gewalt.de)  
[www.vielfalt-statt-gewalt.de](http://www.vielfalt-statt-gewalt.de)

## Das Gewaltschutzgesetz

Das Gewaltschutzgesetz bietet die Möglichkeit, sich gegen Gewalt durch den \_die Partner\_in zur Wehr zu setzen.

Das Gesetz hat zwei Schwerpunkte:

1. Gerichtlicher Schutz vor Gewalt und Nachstellung (Stalking)
2. Überlassung der gemeinsam genutzten Wohnung

Die Polizei kann gewalttätigen Partner\_innen für insgesamt 10 Tage den Zugang zur gemeinsamen Wohnung verbieten. (sog. Wegweisung).

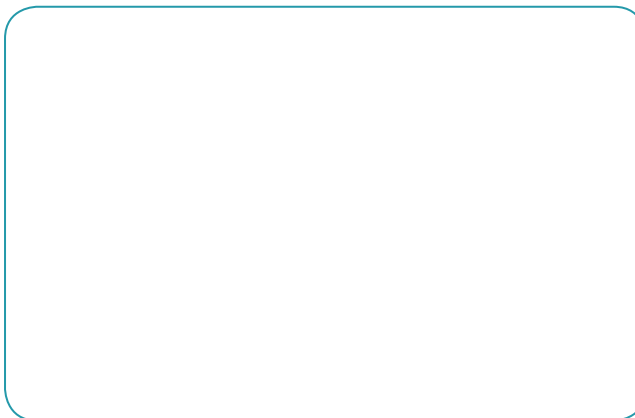
Weitere Informationen finden Sie unter  
[www.vielfalt-statt-gewalt.de](http://www.vielfalt-statt-gewalt.de)

oder in der Broschüre des BMFSFJ  
„Mehr Schutz bei häuslicher Gewalt -  
Information zum Gewaltschutzgesetz“

**Landeskoordination  
Anti-Gewalt-Arbeit**

für Lesben und Schwule in NRW

Dieser Flyer wurde Ihnen überreicht durch:



**rubicon.**

gefördert vom:  
Ministerium für Gesundheit,  
Emanzipation, Pflege und Alter  
des Landes Nordrhein-Westfalen



# Liebe Leben ohne Gewalt

[www.vielfalt-statt-gewalt.de](http://www.vielfalt-statt-gewalt.de)



Infos Hilfe Handlungsmöglichkeiten für  
Lesben, Schwule, Bisexuelle und Trans\*Menschen

**Landeskoordination  
Anti-Gewalt-Arbeit**

für Lesben und Schwule in NRW

# Ist es Liebe... oder Gewalt... oder beides...

Gewalt innerhalb von Beziehungen kann viele Facetten haben. Oft sind es Worte, die beleidigen, verletzen oder abwerten. Aber auch ständige Kontrolle oder die Drohung, den oder die Partner\_in zu verlassen, lösen Ängste und Gefühle von Ohnmacht aus: Man hat das Gefühl, der Situation nicht gewachsen zu sein und zieht sich zurück, von Freund\_innen und der Familie.

Oft nehmen wir Gewalt erst dann als solche wahr, wenn es zu körperlichen und sexuellen Übergriffen kommt. Um sich zu schützen, versuchen viele, das gewalttätige Geschehen zu verharmlosen, als einmaliges Vorkommnis zu beschreiben und nicht ernst zu nehmen. Denn: „Trotzdem kann da noch Liebe sein“.

*„Ich kann nichts recht machen“*

*„Ich kann mich auf nichts mehr konzentrieren“*

*„Wenn ich nach Hause komme, habe ich Magenschmerzen“*

*„Nachts schrecke ich häufig hoch“*

# Gewalt...

## **verletzt...**

...die Würde, den Selbstwert, das Gefühl für Vertrauen und Sicherheit, den Körper.

## **macht krank...**

...unabhängig davon, ob es sich um Schläge oder abwertende Bemerkungen handelt.

## **kann auch dazu führen...**

...sich nicht mehr auf eine Beziehung zu einem anderen Menschen einlassen zu können.



# Die ersten Schritte...

Sich an Dritte zu wenden, fällt daher oft schwer. Trotzdem ist es meistens der einzige Weg, um Gewalt zu beenden: mit einem nah stehenden Menschen darüber zu sprechen, sich online oder per Telefon an eine Beratungsstelle zu wenden, ein persönliches Beratungsgespräch zu vereinbaren. Es ist auch möglich, anonym und unverbindlich Informationen einzuholen.

## **Das Beratungsnetzwerk ist für Sie da**

- wenn Sie wissen wollen, was Sie tun können und an wen Sie sich mit Ihren Fragen wenden können
- wenn Sie Unterstützung und Beratung benötigen
- wenn Sie klären wollen, ob das, was Sie erleben, Gewalt ist

Informationen darüber, an wen Sie sich wenden können in NRW, wenn es um Gewalt in der Beziehung geht, erhalten Sie unter

**[www.vielfalt-statt-gewalt.de](http://www.vielfalt-statt-gewalt.de)**

*„Ich wollte nicht, dass es jemand weiß“*

*„Ich wusste nicht, wie ich mich verhalten soll“*

*„Es hat gut getan, mit jemandem darüber zu sprechen“*