Wissen, was hilft.

Hilfe bei Gewalt gegen Frauen.

EIN LEITFADEN



GRUSSWORT DER LAKT-VIZEPRÄSIDENTIN

Ein erster Schritt *kann vieles verändern*



Häusliche Gewalt geschieht meist dort, wo wir sie am wenigsten vermuten: im privaten Umfeld, hinter verschlossenen Türen und häufig über lange Zeit. Viele Betroffene schweigen – aus Angst, Scham, Abhängigkeit oder weil sie selbst noch keinen Weg aus ihrer Situation sehen. Allein im Jahr 2024 wurden in Deutschland rund 171.000 Menschen als Opfer von Partnerschaftsgewalt registriert, rund 80 Prozent davon Frauen.

Umso wichtiger sind Orte, an denen ein erster Schritt möglich ist. Eine Apotheke kann ein solcher Ort sein.

Apotheken sind Teil des Alltags. Sie sind leicht erreichbar, vertraut und für viele Menschen selbstverständlich. Menschen kommen mit ihren gesundheitlichen Fragen, mit Rezepten und Beschwerden – manchmal aber auch mit Sorgen, über die sie zunächst nicht sprechen können oder wollen. Das Apothekenteam ist ansprechbar, genießt das Vertrauen seiner Kundinnen und Kunden und ist zur Verschwiegenheit verpflichtet. Gerade das kann in einer schwierigen Situation eine wichtige Grundlage sein.

Hier setzt VIOLIND an.
Es macht die Apotheke nicht zur Beratungsstelle und das Apothekenteam nicht zu einer Einrichtung der Gewaltberatung. Die Aufgabe ist eine andere: wahrnehmen, zuhören, ernst nehmen und den Weg zu professioneller Hilfe eröffnen. Apotheken können sichere Wegweiser sein und einen ersten, niedrigschwelligen Kontakt ermöglichen.

Ein sichtbares VIOLIND-Zeichen kann dabei Orientierung geben. Die VIOLIND-Karte ermöglicht einen diskreten Zugang zu Informationen und Kontakten. Sie kann mitgenommen werden und in der Apotheke selbst als Zeichen dienen, dass Hilfe benötigt wird. So kann Unterstützung beginnen, ohne dass eine betroffene Frau ihre Situation vor anderen erklären muss.

Dabei geht es nicht darum, dass Apotheken alle Antworten geben müssen. Niemand erwartet einen „Superheldeneinsatz“. Apotheken sind keine Krisen- oder Beratungsstellen. Ihre Stärke liegt vielmehr darin, einen Kontakt herzustellen und – wenn gewünscht – den Weg zu den Fachstellen zu ebnen.

Manchmal beginnt Hilfe deshalb nicht mit einer großen Intervention. Manchmal beginnt sie mit einer aufmerksamen Frage. Mit einem kurzen Gespräch unter vier Augen. Mit einer Karte, die unauffällig weitergegeben wird. Oder schlicht mit dem Gefühl: Hier darf ich mich melden. Hier werde ich ernst genommen.

VIOLIND steht für diese Haltung. Für Aufmerksamkeit. Für Diskretion. Für den Mut, nicht wegzusehen.

Und für die Überzeugung, dass eine Apotheke ein Ort sein kann, an dem Hilfe ihren Anfang nimmt.

Manchmal braucht es keinen großen Schritt. Manchmal braucht es nur einen Ort, an dem der erste möglich wird.

SABINE KRATKY



„Gerade in Zeiten, in denen über die Zukunft der Vor-Ort-Apotheke diskutiert wird, zeigen wir, warum es uns braucht."
Ronald Schreiber

„Ein Hilfsangebot ist besonders wertvoll, wenn es dort erreichbar ist, wo Menschen ohnehin hinkommen. VIOLIND nutzt genau diese Stärke der Vor-Ort-Apotheken."
Dr. Jörg Wittig





„Häusliche Gewalt kann alle betreffen, auch die Kollegin neben mir. Wer VIOLIND im Team bespricht, schafft ein Klima, in dem man sich traut, Hilfe anzunehmen."
Sylvia Fandrei

„Im Apothekenalltag bekommen wir mehr mit, als man denkt. Da kauft eine Patientin immer wieder Schmerzmittel oder Verbandszeug und die Erklärung passt nicht so richtig. VIOLIND hilft uns, in so einer Situation angemessen zu reagieren."
Andrea Kern





„Für die Betroffene ist es nicht irgendein Hinweis. Es kann der Moment sein, in dem sich alles ändert."
Peggi Marquardt

„Gegen Gewalt einzutreten ist eine Verantwortung der gesamten Gesellschaft. Für Heilberufe ganz besonders, denn unser Auftrag ist es, die Gesundheit der Menschen zu fördern. Wer Gewalt bemerkt und schweigt, wird diesem Auftrag nicht gerecht. Deshalb ist VIOLIND keine zusätzliche Aufgabe, sondern Ausdruck unseres beruflichen Selbstverständnisses."
Matthias Zink



Fotos: Jacob Schröter



WORUM ES GEHT
Die eigenen vier Wände sind für die meisten Menschen der sicherste Ort. Auch wenn oft nur eine Tür zwischen der Welt „da draußen“ und dem eigenen Zuhause liegt, fühlen wir uns dort geborgen. Hier haben wir einen Rückzugsort, finden Ruhe und können dem Alltagstrubel zumindest zeitweise entfliehen.

Doch was ist, wenn eine Bedrohung hinter dieser vermeintlich sicheren Tür lauert?

Foto: KI-Generiert



Häusliche Gewalt – dazu zählen Partnerschaftsgewalt ebenso wie Gewalt innerhalb der Familie – ist eine allgegenwärtige Realität in Deutschland.

Nach der bundesweiten Prävalenzstudie des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend erlebt hierzulande etwa jede vierte Frau mindestens einmal in ihrem Leben körperliche oder sexuelle Gewalt durch einen aktuellen oder ehemaligen Beziehungspartner. Allein im Jahr 2024 wurden bundesweit rund 171.000 Menschen Opfer von Partnerschaftsgewalt, rund 80 Prozent davon Frauen. 132 Frauen wurden in diesem Jahr durch ihren (Ex-)Partner getötet. [1]

Häusliche Gewalt kommt in allen Altersgruppen und sozialen Schichten vor – unabhängig von Bildung, Einkommen oder Herkunft.

Anders als man vielleicht annehmen könnte, ist häusliche Gewalt kein Thema, das an bestimmte Krisenzeiten gebunden ist und mit ihnen wieder verschwindet. Es ist ein dauerhaftes gesellschaftliches Problem, das unabhängig von äußeren Umständen fortbesteht. Gerade weil Gewalt häufig im Verborgenen stattfindet, braucht es kontinuierliche Aufmerksamkeit – auch und besonders in vermeintlich ruhigen Zeiten.

Dennoch bleibt häusliche Gewalt häufig „unter dem Radar“. Betroffene, insbesondere bei verbaler, psychischer oder sozialer Gewalt, erkennen mitunter selbst nicht, dass das, was ihnen widerfährt, Gewalt ist. Sie fühlen sich ohnmächtig oder von der gewaltausübenden Person abhängig. Hinzu kommen tiefe Scham, das Gefühl der eigenen Wertlosigkeit oder sogar die Überzeugung, selbst für das Geschehene verantwortlich zu sein.

Deshalb fällt es Betroffenen häufig sehr schwer, sich aus einer Gewaltbeziehung zu lösen. Im Durchschnitt unternehmen Frauen, die körperliche Gewalt erfahren, sieben Trennungsversuche, bis eine Trennung dauerhaft gelingt – bei anderen Formen häuslicher Gewalt dauert es vermutlich noch länger. Um an ihrer Situation etwas zu ändern, brauchen sie Mut. Und Hilfe.

Apotheken sind ansprechbar

Für viele Menschen ist die Apotheke ein Ort, an dem ihnen geholfen wird. Die Versorgung mit Arzneimitteln und die kompetente Beratung stehen dabei an erster Stelle. Apotheken finden sich meist an zentralen Orten und sind dank des Notdienstes praktisch rund um die Uhr erreichbar. Dadurch sind sie auch ein Anlaufpunkt für Hilfesuchende aller Art. Es wird nach dem richtigen Weg zum Bahnhof gefragt oder nach einem Papiertaschentuch – und manchmal vielleicht auch nach Hilfe in einer persönlichen Notlage.

Das Personal in Apotheken ist ansprechbar, genießt das Vertrauen seiner Kundinnen und Kunden und ist zur Verschwiegenheit verpflichtet. Das sind gute Voraussetzungen dafür, dass sich Menschen auch in einer Notlage an Sie und Ihre Apotheke wenden können.

Auch bei häuslicher Gewalt?

Keine Sorge: Es wird kein Superheldeneinsatz von Ihnen erwartet. Sie müssen auch nichts leisten, was über Ihre Rolle als Apotheke hinausgeht. Apotheken sind keine Krisen- oder Beratungsstellen – und sollen es auch nicht werden.

Ihre Aufgabe ist eine andere, ebenso wichtige: Apotheken können sichere Wegweiser sein. Das bedeutet: Sie setzen ein klares Signal, dass häusliche Gewalt ein Thema ist, bei dem Sie nicht wegsehen. Das kann dazu beitragen, das Schweigen und die Unsichtbarkeit zu durchbrechen, auf die gewaltausübende Personen angewiesen sein können. Gleichzeitig eröffnen Sie Betroffenen einen ersten, niedrigschwelligen Kontakt und vermitteln zuverlässig an die Fachstellen, die für die eigentliche Beratung und Unterstützung da sind: die Thüringer Frauenhäuser und Interventionsstellen.

Doch das sind keineswegs die einzigen Hilfen. So ist beispielsweise das Angebot des bundesweiten Hilfetelefons „Gewalt gegen Frauen“ ausgeweitet worden und wird durch verstärkte Öffentlichkeitsarbeit zunehmend bekannter. Bereits an dieser Stelle können Sie als Apotheke unterstützen und damit helfen – indem Sie ebenfalls auf dieses jederzeit verfügbare Angebot aufmerksam machen.



Woran erkennt man häusliche Gewalt?

Die Juristin Andrea Büchler definiert häusliche Gewalt als „jede Verletzung der körperlichen oder seelischen Integrität einer Person, die unter Ausnutzung eines Machtverhältnisses durch die strukturell stärkere Person zugefügt wird“. Diese rein juristische und damit nicht von Emotionen überlagerte Definition bringt es sehr gut auf den Punkt. Häusliche Gewalt ist vielfältig. Sie kann sich in physischer, sexueller, aber auch in psychischer, sozialer oder ökonomischer Gewalt äußern.

Sie basiert auf einer ungleichen Machtverteilung, die sich aus einer fehlenden Balance in körperlicher, finanzieller, gesundheitlicher oder sozialer Hinsicht ergeben kann. Auch die Formen, in denen Gewalt ausgeübt wird, haben sich im digitalen Zeitalter erweitert.

Kinder, Frauen oder pflegebedürftige Menschen können aufgrund unterschiedlicher Abhängigkeits- und Machtverhältnisse besonders gefährdet sein. Aber auch ein Mann kann der Willkür seines Umfelds mehr oder weniger schutzlos ausgeliefert sein. Gerade bei psychischer Gewalt spielt das Geschlecht eine eher untergeordnete Rolle.

Häusliche Gewalt umfasst zwei Bereiche: Partnerschaftsgewalt meint Gewalt zwischen aktuellen oder früheren Partnerinnen und Partnern – unabhängig vom Geschlecht, also ausdrücklich auch in gleichgeschlechtlichen Beziehungen. Innerfamiliäre Gewalt umfasst Gewalttaten zwischen allen Familienmitgliedern, etwa zwischen Eltern und Kindern, Geschwistern, Großeltern und Enkelkindern oder Onkel, Tante, Nichte und Neffe. Häusliche Gewalt kann damit in allen Arten von Beziehungen auftreten, und Menschen jedes Geschlechts können Gewalt ausüben oder von Gewalt betroffen sein.

In diesem Leitfaden sprechen wir deshalb allgemein von „gewaltausübenden Personen“ und „von Gewalt betroffenen Personen“. Weil Frauen den weitaus größten Teil der Betroffenen von Partnerschaftsgewalt ausmachen und die Thüringer Frauenhäuser unsere wichtigsten Partner sind, beziehen sich viele Beispiele auf betroffene Frauen. Unabhängig davon gilt: Jede von Gewalt betroffene Person verdient Hilfe und eine Ansprechperson.

Körperliche Gewalt

Sobald der Körper oder das Leben eines Menschen angegriffen werden, spricht man von körperlicher Gewalt. Entgegen der landläufigen Ansicht gehört dazu auch schon der leichte Klaps, der angeblich noch nie jemandem geschadet hat. Körperliche Gewalt beginnt schon lange, bevor es zu Schlägen kommt: Schon die Androhung von Schlägen, ein Festhalten oder ein Schubser sind Verstöße gegen die körperliche Selbstbestimmung und müssen als Gewalt gewertet werden. Folgende Handlungen zählen u. a. zu körperlicher Gewalt: Einsperren, Aussperren, Festhalten, Schubsen, Anspucken, Gewalt gegen Haustiere und Sachen, Androhen von Gewalt, Schlagen, Stechen, Kratzen, Schneiden, Treten und Würgen.

Sexualisierte Gewalt

Alle Handlungen gegen die sexuelle Selbstbestimmung sind ebenfalls Formen der Gewalt. Die Mehrzahl von Vergewaltigungen findet – entgegen der öffentlichen Wahrnehmung – in der eigenen Wohnung, im Freundeskreis oder am Arbeitsplatz statt. Sexualisierte Gewalt fängt nicht erst bei der Vergewaltigung an – auch folgende Handlungen zählen dazu: Sexueller Druck („Ich habe ein Recht auf Sexualität, auch wenn es zwischen uns sonst nicht gut läuft.“), Nötigung zu Sexualpraktiken, ungewollte sexuelle Berührungen, Verbreitung/Veröffentlichung von intimen Bildern, auch wenn sie gefälscht sind (Deepfakes).


Foto: Bild von Diana Cibotari auf Pixabay

Psychische, soziale & ökonomische Gewalt

Während der Körper augenscheinlich unversehrt bleibt, leidet die Seele – was letztlich auch zu körperlichen Schäden führen kann. Handlungen gegen die psychische Stabilität reichen von verdeckten passiven bis hin zu offenen aktiven Formen, u. a.: Permanente Abwertung und Kritik, als „Witze“ getarnte Kränkungen; ständige Vorwürfe oder Schuldzuweisungen, Einschüchterungen, Drohungen; emotionale Erpressung, Essensentzug, Kontrolle der Ernährung; Negation von Wahrnehmungen und Gefühlen, Verdrehen von Tatsachen sowie Befehle erteilen und Herumkommandieren.

Soziale Gewalt äußert sich u. a. in Isolation, Kontrolle der sozialen Kontakte, „Vergraulen“ von Freundinnen, Freunden und Familie, Kontaktverboten, Einsperren oder Missachtung der Privatsphäre.

Ökonomische Gewalt richtet sich gegen die finanzielle und wirtschaftliche Selbstbestimmung, z. B. durch Kontrolle der Finanzen, das Verweigern oder Wegnehmen von Geld, die Sperrung des Kontozugangs, ein Arbeitsverbot oder das Sabotieren von Arbeit oder Ausbildung. Egal, um welche Form von Gewalt es sich handelt: gewaltausübende Personen setzen sie ein, um Macht über ihr Opfer auszuüben. Fast alle Frauen, die häusliche Gewalt erleiden, waren zuvor der Ansicht, dass ihnen „so etwas“ nicht passieren wird. Häusliche Gewalt beginnt meist schleichend und ist selten ein einmaliges Phänomen – ihre Ursache liegt letztlich in der Psyche der gewaltausübenden Person. Betroffene ziehen sich nach gewalttätigen Erfahrungen oft aus ihrem sozialen Umfeld zurück. Der Konsum von Sucht- und Rauschmitteln kann steigen – etwas, das in der Apotheke in Bezug auf einen Arzneimittelmissbrauch auffallen kann. Auch eine plötzliche Gewichtsveränderung kann ein Warnsignal sein.

Digitale Gewalt

Digitale Gewalt spielt eine zunehmend wichtige Rolle. Gewaltausübende Personen nutzen digitale Möglichkeiten häufig zur Kontrolle und Überwachung – oft, ohne dass dies für Betroffene selbst oder sogar Außenstehende sofort erkennbar ist. Dazu gehören u. a.: Kontrolle von Smartphones, Überwachung von Messenger-Diensten, Standortüberwachung, Passwortzwang, Kontrolle sozialer Medien, heimliches Mitlesen von Nachrichten, Cyberstalking, Veröffentlichung intimer Inhalte oder permanente Kontrollanrufe.

Wichtig für Apothekenteams: Digitale Kommunikation mit Betroffenen kann unsicher sein. Ein Anruf, eine Nachricht oder eine E-Mail können von einer kontrollierenden Person mitgelesen oder nachverfolgt werden. In dieser Hinsicht sicherer ist daher immer ein persönliches Gespräch an einem unverdächtigen Ort wie zum Beispiel in Ihrer Apotheke.

Stalking und Nachtrennungsgewalt

Gewalt endet häufig nicht mit einer Trennung – im Gegenteil: Gerade Trennungsphasen gelten als Hochrisikophasen, in denen sich Gewalt zuspitzen oder erstmals eskalieren kann. Eine häufige Form der Gewalt ist hier das sogenannte Stalking. Dies kann sich äußern durch ständiges Aufsuchen von Orten, Beobachten und Verfolgen, Drohungen sowie Kontrollanrufe, Digitale Überwachung, Kontaktaufnahme über Dritte und Sachbeschädigung. Hinweise auf Stalking sollten ernst genommen werden – auch wenn einzelne Handlungen für sich genommen harmlos wirken mögen. Erst die Häufung und das dahinterliegende Kontrollmuster machen das Ausmaß sichtbar. Für Apothekenteams gilt hier dieselbe Grundregel wie bei anderen Gewaltformen: Aufmerksam sein, ernst nehmen und an die zuständigen Fachstellen weitervermitteln.

DAS GEWALTSCHUTZGESETZ

Gesundheitliche Folgen
und rechtlicher Schutz

Häusliche Gewalt kann erhebliche und langfristige Auswirkungen auf die Gesundheit haben. Die Folgen reichen von akuten Verletzungen bis hin zu chronischen körperlichen Beschwerden und psychischen Erkrankungen. Dabei können körperliche, psychische und psychosomatische Folgen eng miteinander verbunden sein. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) beschreibt Gewalt in Paarbeziehungen ausdrücklich als relevantes Gesundheitsproblem mit kurz- und langfristigen Auswirkungen auf die körperliche, psychische sowie sexuelle und reproduktive Gesundheit.

Akute körperliche Folgen entstehen unmittelbar durch körperliche Gewalt. Dazu gehören beispielsweise Hämatome und Prellungen, offene Wunden, Verstauchungen, Knochenbrüche oder Kopfverletzungen. Auch innere Verletzungen können auftreten und sind nicht immer von außen erkennbar. Wiederholte Gewalterfahrungen können zudem zu chronischen Schmerzen und dauerhaften Funktionseinschränkungen führen.

Darüber hinaus können sich unspezifische oder psychosomatische Beschwerden entwickeln. Beschrieben sind unter anderem chronische Kopf-, Rücken-, Bauch- und Beckenschmerzen, Magen-Darm-Beschwerden, Verdauungsprobleme sowie Herz-Kreislauf-Beschwerden. Auch ungeklärte chronische gastrointestinale Beschwerden oder wiederkehrende Kopfschmerzen können im Zusammenhang mit Gewalt in Paarbeziehungen auftreten.

Eine besondere Bedeutung haben die psychischen Folgen. Gewalt kann anhaltenden Stress, Angst und ein Gefühl permanenter Bedrohung auslösen. Häufig beschrieben werden Angst- und Panikreaktionen, Depressionen, Schlafstörungen, Albträume, Erschöpfung und Konzentrationsprobleme. Nach schweren oder wiederholten traumatischen Erfahrungen kann sich eine posttraumatische Belastungsstörung (PTBS) entwickeln. Auch Selbstverletzungen, Suizidgedanken und ein problematischer Konsum von Alkohol oder anderen Substanzen werden als mögliche gesundheitliche Folgen beschrieben.

Wie stark die gesundheitlichen Folgen ausfallen, hängt unter anderem von Art, Dauer, Häufigkeit und Schwere der Gewalterfahrungen ab. Besonders belastend können wiederholte und über längere Zeit andauernde Gewalterfahrungen sein. Die WHO weist darauf hin, dass gesundheitliche Beeinträchtigungen auch nach dem Ende der Gewalt fortbestehen können.

Für die gesundheitliche Versorgung ist deshalb wichtig: Nicht jede betroffene Person spricht von sich aus über die erlebte Gewalt. Beschwerden können im Vordergrund stehen, während die Ursache zunächst nicht angesprochen wird. Gesundheitsfachkräfte können daher eine wichtige Rolle beim Erkennen von Gewalt, bei der medizinischen Versorgung und bei der Vermittlung in geeignete Unterstützungsangebote übernehmen. Die WHO empfiehlt hierfür eine einfühlsame, vertrauliche Erstunterstützung, die neben den unmittelbaren gesundheitlichen Bedürfnissen auch die Sicherheit und den weiteren Unterstützungsbedarf der betroffenen Person berücksichtigt.

Zum rechtlichen Schutz

Nach dem Gewaltschutzgesetz können Gerichte unter anderem Kontakt- und Näherungsverbote anordnen. Unter bestimmten Voraussetzungen kann außerdem die gemeinsam genutzte Wohnung der von der Gewalt betroffenen Person zur alleinigen Nutzung überlassen werden. Die Thüringer Frauenhäuser und Interventionsstellen informieren Betroffene über diese und weitere Schutzmöglichkeiten und unterstützen sie bei der Suche nach einem geeigneten Schutz- und Unterstützungsangebot.

Gerade in der Trennungsphase kann der Hinweis auf diese Möglichkeiten wichtig sein: Eine Trennung beendet die Gefährdung nicht automatisch. Für Betroffene kann es deshalb entscheidend sein, ihre rechtlichen Schutzmöglichkeiten zu kennen und gemeinsam mit Beratungsstellen einen individuellen Schutz- und Sicherheitsplan zu entwickeln.

UNTERSTÜTZUNG, WENN GEWALT ZUM ALLTAG WIRD

Interventionsstellen
für Opfer häuslicher Gewalt.

Häusliche Gewalt kann viele Formen annehmen – von körperlicher Gewalt über Bedrohungen und psychische Gewalt bis hin zu Stalking und Kontrolle. Betroffene Frauen müssen mit dieser Situation nicht allein bleiben. In Thüringen bieten vier regionale Interventionsstellen für Opfer häuslicher Gewalt schnelle, vertrauliche und niedrigschwellige Unterstützung an. Sie sind Anlaufstellen für Frauen und ihre Kinder, die Gewalt erlebt haben oder von weiterer Gewalt bedroht sind.

Die Beratung richtet sich nach der individuellen Situation. Mitarbeiterinnen informieren über rechtliche Möglichkeiten nach dem Gewaltschutzgesetz, unterstützen bei der Beantragung von Schutzanordnungen, Kontakt- oder Näherungsverboten und können dabei helfen, eine zeitweise Überlassung der gemeinsamen Wohnung zu erreichen. Gemeinsam wird überlegt, welche Schritte für mehr Sicherheit notwendig sind – beispielsweise in Form eines persönlichen Schutz- und Sicherheitsplans.

Auch die nächsten Schritte können gemeinsam vorbereitet werden. Auf Wunsch unterstützen die Interventionsstellen bei der Kontaktaufnahme mit Polizei, Gerichten, Rechtsanwältinnen und Rechtsanwälten, Frauenhäusern und weiteren Fachberatungsstellen und vermitteln an geeignete Hilfsangebote. Eine Begleitung kann je nach Bedarf auch persönlich erfolgen. Die Interventionsstellen arbeiten dabei eng mit Polizei, Justiz, Frauenhäusern sowie Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe zusammen.

Die Grundhaltung ist dabei klar: Die betroffene Frau und ihre individuelle Situation stehen im Mittelpunkt. Beratung bedeutet nicht, Entscheidungen abzunehmen, sondern Informationen zu geben, Handlungsmöglichkeiten aufzuzeigen und dabei zu unterstützen, wieder mehr Sicherheit und Selbstbestimmung zu gewinnen.

Interventionsstelle Nord (Nordhausen)
Markt 5, 99734 Nordhausen
03631 6588460
ist-ndh@caritas-bistum-erfurt.de
www.caritas-bistum-erfurt.de

Interventionsstelle Mitte (Erfurt/Jena)
Anger 12, 99084 Erfurt
0361 5416868
Interventionsstelle@stadtmission-erfurt.de
stadtmission-erfurt.de



Interventionsstelle Südwest (Gotha/Suhl)
Wettiner Straße 2a, 98617 Meiningen
03693 505211
ist-hanna@t-online.de
www.interventionsstelle-hanna.de

Interventionsstelle Südost (Gera/Saalfeld)
Große Kirchstraße 9, 07545 Gera
0365 5519027
Ist-GeSa@web.de
www.interventionsstelle-gesa.de

Was Sie tun können – die Rolle der Apotheke



Ein sichtbares Zeichen setzen, ein leicht zugängliches Angebot vermitteln.
Hilfe kann mit einem Plakat im Fenster beginnen. Ein Symbol, ein Zeichen an der Apothekentür – beispielsweise ein VIOLIND-Türaufkleber – kann Sie als Anlaufstelle erkennbar machen. In der Apotheke kann kompaktes Informationsmaterial – allen voran die VIOLIND-Karte im Scheckkartenformat – den Weg zu weiterführenden Kontakten und Ansprechpartnerinnen weisen. Und schließlich kann die Apotheke Betroffenen eine vorübergehende Zuflucht, einen sicheren Hafen bieten. Sie entscheiden, wie weit Sie gehen können, mit welchem Angebot Sie sich sicher fühlen.

Dieses Angebot ist freiwillig.
Wir sind davon überzeugt, dass eine leicht erreichbare Anlaufstelle in der eigenen Stadt weniger Hürden für Hilfesuchende birgt. Daher ist es der Landesapothekerkammer Thüringen (LAKT) besonders wichtig, einen regionalen und damit persönlichen Kontakt zwischen den Hilfsinstitutionen – also zum Beispiel den Frauenhäusern – und den Apotheken vor Ort herzustellen. Denn auch hier ist Vertrauen die wohl wichtigste Basis.

Vor diesem Hintergrund möchte die LAKT in Zusammenarbeit mit den Thüringer Frauenhäusern ein Bewusstsein für das Thema im Berufsstand schaffen und Hilfe durch die Thüringer Apotheken für Betroffene vorbereiten und organisieren. Dazu gehören ein gemeinsam entwickeltes Schulungskonzept sowie regelmäßige zentrale und/oder regionale Schulungen für Sie und Ihre Mitarbeitenden, die neben rechtlichen Leitplanken auch psychologische Fragestellungen ansprechen und konkretes praktisches Handeln vermitteln.

Dieses Angebot ist selbstverständlich freiwillig. Sie entscheiden selbst, ob und wie Sie sich dieser Herausforderung stellen möchten. Wenn Sie sich entschließen, diesen Schritt zu gehen, können Sie das mit einem VIOLIND-Erkennungszeichen an der Apothekentür oder im Schaufenster Hilfesuchenden zeigen.

Ist es in Ordnung, sich in die Privatsphäre anderer Menschen einzumischen?
Es gibt kein Patentrezept dafür, wie auf beobachtete oder vermutete häusliche Gewalt reagiert werden sollte. Fest steht: Körperliche Gewalt, aber auch verbale Nötigung sind Straftaten. Dabei spielt es keine Rolle, wo oder zwischen wem sie ausgeübt wird. Sie müssen also nicht fürchten, sich in eine vermeintliche Privatangelegenheit einzumischen.


Foto: ABDA

Was passiert, wenn meine Nachfrage zurückgewiesen wird?

Betroffene haben häufig aus Scham oder Angst nicht den Mut, sich selbst Hilfe zu holen. Wenn Sie in der Apotheke Hilfe anbieten oder sich deutlich gegen häusliche Gewalt positionieren, kann das für eine Betroffene eine bedeutsame Geste der Solidarität sein – auch wenn sie im Moment abwehrend reagiert.

Deswegen müssen Sie nach einer kühlen Antwort nicht aufgeben oder zukünftig Hilfe verweigern. Es geht nicht um Sie – ein Angebot darf abgewiesen werden, wenn die Betroffene noch nicht bereit ist, Hilfe anzunehmen. Sollte ein aktives Hilfsangebot abgelehnt werden, können Sie immer noch dafür sorgen, dass Informationsmaterial gut sichtbar ausliegt und somit stets ein Hilfsangebot frei verfügbar ist.

Schweigepflicht, Datenschutz und ihre Grenzen.

Apothekerinnen und Apotheker unterliegen der Verschwiegenheitspflicht (u. a. nach Berufsordnung und § 203 StGB) und auch die Mitarbeitenden des Apothekenteams, wie PTA und PKA, sind als berufsmäßig tätige Gehilfen sowie arbeitsvertraglich zur Verschwiegenheit verpflichtet. Diese Pflicht schützt die Betroffene – sie bedeutet, dass Sie das Gespräch, die Beobachtungen und alles, was Ihnen anvertraut wird, nicht an Dritte (auch nicht an Angehörige oder Bekannte) weitergeben dürfen, ohne dass die Betroffene dem zustimmt.

Die Schweigepflicht steht jedoch nicht im Weg, wenn akute Gefahr für Leib oder Leben besteht: In diesem Fall dürfen und sollten Sie die Polizei oder den Rettungsdienst informieren. Kontaktieren Sie ein Frauenhaus oder eine Beratungsstelle grundsätzlich nur mit dem ausdrücklichen Einverständnis der Betroffenen – auch wenn es gut gemeint ist, entscheidet sie, was mit ihr und ihren Daten geschieht.

Wenn Kinder betroffen sind.

Leben Kinder im Haushalt der Betroffenen, sind sie von häuslicher Gewalt in der Regel mitbetroffen – auch wenn sich die Gewalt nicht direkt gegen sie richtet. Anzeichen für eine mögliche Kindeswohlgefährdung sollten Sie ernst nehmen, aber nicht auf eigene Faust bewerten.

Gewichtige Anhaltspunkte für eine Kindeswohlgefährdung dürfen nach § 4 des Gesetzes zur Kooperation und Information im Kinderschutz (KKG) an das zuständige Jugendamt weitergegeben werden – unabhängig davon, ob die Erziehungsberechtigten damit einverstanden sind. Diese Schwelle ist bewusst höher als die allgemeine Sorge um das Wohl der Mutter und sollte im Zweifel stets mit dem Frauenhaus oder einer Fachberatungsstelle besprochen werden, bevor Sie selbst tätig werden.

Als erste, niedrigschwellige Anlaufstelle bei Sorge um ein Kind kann auch die bundesweite Kinderschutzhotline via kinderschutzhotline.de dienen. Ziehen Sie im Zweifel das lokale Frauenhaus hinzu – die Mitarbeiterinnen kennen die weiteren Schritte und können Sie beraten, ohne dass Sie selbst die Verantwortung für diese Einschätzung allein tragen müssen.

Wie Ihre Hilfe aussehen kann

Unterschiedliche Szenarien – Möglichkeiten und Grenzen

In der Apotheke besteht die Möglichkeit, auf sichtbare und unsichtbare Veränderungen von Patientinnen oder Stammkundinnen aufmerksam zu werden. Aber auch ein direkter Hilfeschrei kann in der Apotheke gehört werden. Doch manchmal hat man auch „nur“ ein komisches Bauchgefühl.

Ihre langjährige Kundin verändert sich. An den Armen oder im Gesicht fallen Ihnen bläuliche Schatten auf. Sie ist nicht mehr so gesprächig wie sonst und ihr Partner wartet in letzter Zeit immer direkt vor der Apothekentür. Vielleicht fragt sie vermehrt nach beruhigenden Arzneimitteln oder hat stark an Gewicht verloren.
All das sind Alarmsignale, die Sie wahrnehmen können und ernst nehmen sollten. Die folgenden drei Beispiele zeigen typische Situationen aus dem Apothekenalltag und mögliche Reaktionen darauf.

Beispiel 1 aus dem Apothekenalltag: Die Kundin mit wechselnden Verletzungserklärungen

Eine langjährige Kundin kommt wiederholt mit blauen Flecken oder anderen Verletzungen in die Apotheke. Auffällig ist, dass die Erklärungen dafür jedes Mal anders und teils widersprüchlich klingen – „gegen die Tür gelaufen“, „vom Fahrrad gefallen“, „im Garten hingefallen“.

Was Sie tun können:

- Nehmen Sie das Muster wahr, ohne die Erklärung offen infrage zu stellen.
- Nutzen Sie einen ruhigen Moment für eine offene, aber unaufdringliche Frage nach ihrem Wohlbefinden.
- Geben Sie unauffällig Informationsmaterial mit (z. B. VIOLIND-Karte oder Hinweis auf das digitale VIOLIND-Rezept).

Drängen Sie nicht auf eine Erklärung – das Signal, gesehen zu werden, wirkt oft erst später.

Beispiel 2 aus dem Apothekenalltag: Der kontrollierende Partner am HV-Tisch

Ein Partner begleitet seine Frau grundsätzlich zu jedem Apothekenbesuch, antwortet für sie, lässt sie kaum zu Wort kommen oder wartet auffällig dicht neben ihr am HV-Tisch.

Was Sie tun können:

- Schaffen Sie unauffällig eine kurze Situation ohne Begleitperson, z. B. durch ein Angebot zur Blutdruckmessung im Beratungsraum.
- Bitten Sie die Begleitperson mit einem beiläufigen Vorwand, kurz zu warten (z. B. „Das dauert nur einen Moment“).
- Beobachten Sie die Reaktion der Kundin – Zurückhaltung ist normal und kein Zeichen, dass keine Hilfe nötig ist.
- Bleibt kein Moment für ein Gespräch: Legen Sie unauffällig die VIOLIND-Karte in die Tüte.

Beispiel 3 aus dem Apothekenalltag: Die heimliche Nachfrage nach Hilfe

Eine Kundin fragt beiläufig nach dem Codewort VIOLIND, legt die VIOLIND-Karte vor oder zeigt das digitale VIOLIND-Rezept auf ihrem Smartphone.

Was Sie tun können:

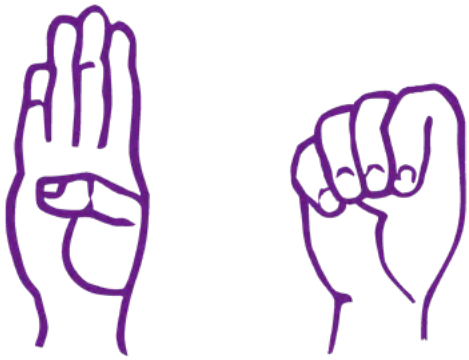
- Reagieren Sie ruhig und ohne sichtbare Überraschung – für die Kundin ist der Moment mit viel Überwindung verbunden.
- Führen Sie das Gespräch, wenn möglich, in den Beratungsraum und schließen Sie die Tür.
- Signalisieren Sie Ihrem Team diskret (z. B. über den VIOLIND-Türhänger), dass Sie nicht gestört werden möchten.

Fragen Sie, ob bereits Kontakt zu einem Frauenhaus bestand, und bieten Sie an, gemeinsam Kontakt aufzunehmen.

Das stille Handzeichen

Neben VIOLIND als Erkennungszeichen für Apotheken gibt es auch ein international bekanntes, stilles Handzeichen, mit dem Betroffene unauffällig um Hilfe bitten können: Handfläche zeigen, Daumen einklappen, dann die vier Finger über den Daumen schließen.

Wird dieses Zeichen erkannt, sollte diskret nachgefragt werden, ob Hilfe benötigt wird, ohne die Situation offen anzusprechen, falls eine Begleitperson anwesend ist. Ein Hinweis auf dieses Zeichen kann sinnvoll ergänzend zu VIOLIND in der Teamschulung vermittelt werden.



„Ist Luisa hier?“

Ein weiteres bekanntes Hilfsangebot ist die Frage „Ist Luisa hier?“. Sie wird vor allem in Bars, Clubs und bei Veranstaltungen genutzt und ermöglicht es Betroffenen, unkompliziert und ohne lange Erklärung um Hilfe zu bitten. Das Personal weiß durch die Codefrage, dass Unterstützung benötigt wird, und kann die betroffene Person zunächst an einen geschützten Ort begleiten. Dort kann in Ruhe geklärt werden, was sie braucht – zum Beispiel eine Begleitung, ein Taxi oder die Verständigung der Polizei.

NOVEMBER 2026 / 2. ÜBERARBEITETE AUFLAGE



Eine Betroffene signalisiert Hilfebedarf? So verhalten Sie sich:



Foto: Bild von Diana Cibotar auf Pixabay

Es erfordert viel Mut, wenn eine Betroffene direkt nach Hilfe in Ihrer Apotheke fragt. Es ist eine außergewöhnliche Situation für beide Seiten und völlig normal, dass bei Ihnen erst einmal Aufregung und das Gefühl der Überforderung überwiegen. Doch die Betroffene hat nun die Chance auf einen Ausweg aus der Hilflosigkeit – und Sie können ihr helfen, diesen Ausweg zu finden.

Sollte sie sich in Begleitung befinden und hat unauffällig – etwa durch Vorzeigen der VIOLIND-Karte – um Hilfe gebeten, können Sie sie unter einem Vorwand in den Beratungsraum begleiten. Dies können Sie beispielsweise durch ein unverfängliches Angebot für eine kurze Blutdruckmessung erreichen. Die Begleitung wird es schwer haben, dieses Angebot im Namen der Betroffenen auszuschlagen.

Schicken Sie die begleitende Person einen Kaffee trinken, damit Sie Zeit haben. Sollte kein Telefon im Beratungsraum vorhanden sein, achten Sie darauf, eines mitzunehmen. Hinter der verschlossenen Tür des Beratungsraumes kann nun geklärt werden, wie es weitergeht. Oft ist ein Gespräch, ein Zuhören der erste Schritt – erwarten Sie nicht, dass das Problem in fünf Minuten durch Ihr engagiertes Eingreifen gelöst wird. Der erste Schritt hat die Betroffene Überwindung gekostet, aber auch alle weiteren sind deswegen nicht gleich viel leichter. Drängen Sie sie nicht, es muss immer ihre Entscheidung bleiben.

Währenddessen sollte Ihr Team Bescheid wissen, in welcher Situation Sie sich befinden. Dazu können Sie zum Beispiel einen speziellen Türhänger nutzen. Stellen Sie auf diese Weise sicher, dass Sie nicht gestört werden. In diesem Moment gibt es nichts Wichtigeres, das sollte Ihr ganzes Team wissen.

- Klären Sie, ob die Betroffene im Moment in Sicherheit bzw. allein in der Apotheke ist.
- Suchen Sie gemeinsam den Beratungsraum auf und schließen Sie wenn möglich die Tür. Signalisieren Sie Ihrem Team, dass Sie keinesfalls gestört werden dürfen – am einfachsten mit dem VIOLIND-Türhänger.
- Fragen Sie, ob schon einmal Kontakt zu einem Frauenhaus bestand, und bieten Sie an, zu einer lokalen Anlaufstelle telefonischen Kontakt aufzunehmen.
- Die Betroffene sollte vom Apothekenpersonal nicht allein gelassen werden; möglichst sollte dieselbe Person bei ihr bleiben.
- Besprechen Sie das weitere Vorgehen mit dem lokalen Frauenhaus.
- Droht Gefahr, können Sie jederzeit die Polizei einschalten.
- Falls lokaler Kontakt abgelehnt wird, können Sie die VIOLIND-Karte mitgeben.

Weitere Hilfen – Polizei oder Frauenhaus?

Machen Sie zunächst nur Vorschläge. Die Betroffene entscheidet selbst, was für sie die momentan beste Lösung ist und welchen Schritt sie gehen kann. Gut gemeinte Reaktionen – etwa eine spontane Anzeige bei der Polizei – sind nicht immer im Sinne der Betroffenen. Sie können Hilfe anbieten, sollten aber nie über den Kopf der Betroffenen hinweg entscheiden.

Die Situation ändert sich schlagartig, wenn in Ihrer Gegenwart körperliche Gewalt ausgeübt wird. Sind Ihre oder die Sicherheit einer anderen Person akut gefährdet, können Sie immer die Polizei rufen. Körperliche Gewalt ist eine Straftat und muss entsprechend geahndet werden.

Frauenhäuser und Fachberatungsstellen verfügen über Erfahrung im Umgang mit solchen Situationen. Im telefonischen Kontakt mit dem regionalen Frauenhaus wird das weitere Vorgehen besprochen – die Betroffene entscheidet, ob sie das Telefonat selbst führt oder ob Sie es für sie übernehmen.

Sollte im nächstgelegenen Frauenhaus kein Platz frei sein, bedeutet das nicht, dass keine Hilfe möglich ist: Das Frauenhaus unterstützt in diesem Fall bei der Vermittlung an eine andere Einrichtung, ggf. auch in einem anderen Landkreis. Diese Suche kann etwas Zeit in Anspruch nehmen – das sollten Sie der Betroffenen ehrlich sagen, um keine falschen Erwartungen zu wecken.

Umgang mit der gewaltausübenden Person – Ihre Haltung spricht Bände!

Sollte sich die gewaltausübende Person ebenfalls in den Räumen der Apotheke aufhalten, ist es wichtig, direkte körperliche Nähe zu vermeiden. Als Regel gilt: Kommen Sie der betreffenden Person nicht näher als einen Meter. Sprechen Sie deutlich und bestimmt, siezen Sie konsequent (das schafft Distanz), halten Sie Augenkontakt und achten Sie auf eine neutrale, nicht aggressive Körperhaltung.

In der Apotheke haben Sie das Hausrecht. Sie können davon Gebrauch machen und die Person auffordern, die Apotheke zu verlassen. Sollte die Person sich weigern, kann die Polizei eingeschaltet werden.

Achten Sie auf sich selbst!

Viele Frauen möchten unter der Bedingung, dass die Partnerin oder der Partner die Gewalt beendet, in der Beziehung bleiben – auch wenn sie immer wieder über ihre Situation klagen. Bedrängen Sie die Betroffene nicht. Es ist ein langer Prozess, sich aus einer gewalttätigen Beziehung zu lösen. Nehmen Sie es nicht persönlich, wenn Ihre Hilfe nicht angenommen wird. Signalisieren Sie weiterhin, dass Hilfe jederzeit möglich ist.

Durch das Angebot, die Betroffene an eine Beratungsstelle zu vermitteln, haben Sie Ihre Aufgabe erfüllt. Sie sind nicht dazu verpflichtet, sich die gesamte Problematik anzuhören und zu beraten. Diese Aufgabe liegt in den Händen von Fachleuten. Sprechen Sie auch selbst über das Erlebte – mit Ihrem Team oder dem regionalen Frauenhaus, das auch für Helfende ein offenes Ohr und Schulungen anbietet.

Es gibt keine Garantie.

Wir hatten es eingangs schon erwähnt: Betroffene, die körperliche Gewalt erlebt haben, schaffen es in der Regel erst nach mehreren vergeblichen Anläufen, sich aus der Beziehung zu lösen.

Das kann viele unterschiedliche Gründe haben, darunter:

- Drohungen der gewaltausübenden Person, sich selbst, der Betroffenen oder den Kindern etwas anzutun,
- Angst vor den Reaktionen,
- Angst um die Kinder,
- emotionale Abhängigkeit („Aber er liebt mich doch!“ – „Ich kann ohne sie nicht leben!“),
- Angst vor dem Alleinsein,
- fehlendes Selbstvertrauen (Angst davor, es „alleine nicht zu schaffen“),
- Hoffnung auf Veränderung („Er wird sich ändern!“),
- wirtschaftliche Abhängigkeit (kein eigenes Einkommen, gemeinsame Schulden, Besitz, Unternehmen),
- Schuldgefühle / zu geringes Selbstwertgefühl („Ich bin schuld daran, dass er so ist!“),
- Angst davor, was andere denken (wenn die Illusion der perfekten Familie zerstört wird),
- depressive Lähmung und Handlungsunfähigkeit.

Es ist also durchaus möglich, dass die Betroffene nicht sofort dankbar und erleichtert auf Ihr Hilfsangebot reagiert, sondern Sie zunächst zurückweist, entrüstet oder peinlich berührt ist.

FLÄCHENDECKENDES NETZ

Thüringer Frauenhäuser
und Schutzwohnungen

In Thüringen gibt es ein flächendeckendes Netz von Frauenhäusern und Schutzwohnungen. Diese Einrichtungen nehmen von Gewalt bedrohte und/oder betroffene Frauen mit ihren Kindern auf und gewähren ihnen Schutz, Beratung, Unterstützung und bei Bedarf eine Unterkunft.

Auch wenn die meisten Frauen wissen, dass es Frauenhäuser gibt, haben viele ein verzerrtes Bild davon, was sie dort erwartet. Häufige Fehlannahmen: dass Frauen dort nur bei unmittelbarer Lebensgefahr aufgenommen werden, dass das Leben dort stark reglementiert ist oder dass die Aufenthaltsdauer begrenzt ist.

Tatsächlich gilt: Der Aufenthalt ist immer freiwillig, über die Dauer entscheidet jede Frau selbst, und alle Beratungsangebote sind kostenlos.

Wie ist das Leben in einem Frauenhaus?

So unterschiedlich die Häuser sind, eines haben sie gemeinsam: Die Bewohnerinnen finden hier für sich und ihre Kinder einen geschützten Raum, um neue Kraft zu schöpfen. Sie sind aber immer auch Teil einer Gemeinschaft von Frauen und Kindern, die Ähnliches erlebt haben. Es gibt Räume, um sich zurückzuziehen, und solche, die gemeinschaftlich genutzt werden (Küche, Wohnzimmer, Spielzimmer für die Kinder usw.). Jede Frau versorgt sich und ihre Kinder eigenverantwortlich, in vielen Häusern wird auch eine Kinderbetreuung angeboten.

Welche Unterstützung erhalten Betroffene?

Alle Frauenhäuser bieten kostenlose Beratungen und begleitende Angebote, die helfen können, die erlebte Gewalt zu verarbeiten und neue Lebensperspektiven zu entwickeln. Frauen und ihre Kinder, die im Frauenhaus Zuflucht gefunden haben, bekommen Informationen und Unterstützung bei Fragen der eigenen Existenzsicherung und zum Sorge- und Umgangsrecht, zu Trennung und Scheidung und zu weiteren Therapieangeboten. Gezielte Angebote richten sich auch an die Kinder im Frauenhaus.

Wie lange können Frauen mit ihren Kindern in einem Frauenhaus bleiben?

Grundsätzlich: So lange es nötig ist. Der Aufenthalt dort ist immer freiwillig. Über die Dauer entscheidet jede Frau selbst.

Was sollten Betroffene mitbringen?

Neben Kleidung sowie Schul- und Spielsachen für die Kinder sind alle persönlichen Dokumente sehr wichtig. Wenn möglich, sollten Ausweise und Pässe – auch für die Kinder –, Aufenthalts- und Arbeitsgenehmigung, Heirats- und Geburtsurkunden, Krankenversicherungskarten, notwendige Medikamente und Impfpässe der Kinder mitgebracht werden.
WICHTIG: Geben Sie grundsätzlich immer nur Telefonnummern oder E-Mail-Adressen von Frauenhäusern weiter. Die Postadresse erfährt stets nur die betroffene Frau selbst – so soll verhindert werden, dass gewaltausübende Personen die Frauen dort aufspüren können.



Foto: KI-Generiert

Hier finden Sie Unterstützung

Landkreis **Altenburger Land** Frauenschutzwohnung Altenburg	frauenschutzwohnung@stadt-altenburg.de 03447 / 59 45 23 // Notruf: 0151 / 16 25 98 84
Landkreis **Eichsfeld** Frauenschutzwohnung Leinefelde-Worbis	frauenschutzwohnung@drk-eichsfeld.de 03605 / 51 87 98 // Notruf: 0172 / 36 75 466
Stadt **Eisenach** (auch Wartburgkreis) Frauenhaus Eisenach	frauenhaus-eisenach@t-online.de 03691 / 75 175 // Notruf: 0151 / 27 04 08 76
Stadt **Erfurt** Frauenhaus Erfurt	frauenhaus@stadtmission-erfurt.de 0361 / 74 62 145 // Notruf: 0163 / 888 06 72
Stadt **Gera** (auch teilw. Saale-Holzland-Kreis) Frauenhaus Gera	kontakt@frauenhaus-gera.de 0365 / 200 549 // Notruf: 0365 / 51 390
Landkreis **Gotha** Frauenhaus Gotha	info@frauenhaus-gotha.de 03621 / 40 32 09 // Notruf: 0171 / 172 14 41
Landkreis **Greiz** Frauennotwohnung Greiz	frauenberatung@diakonie-greiz.de 03661 / 2617 // Notruf: 0171 / 7207994
Stadt **Jena** (auch teilw. Saale-Holzland-Kreis) Frauenhaus Jena	Frauenschutz@Kindersprachbruecke.de 03641 / 44 98 72 // Notruf: 0177 / 478 70 52
Landkreis **Kyffhäuserkreis** Frauenhaus Sondershausen	frauenhaus@fau-sondershausen.de 0174/3475568 // Notruf: 0176 / 95 29 74 53
Landkreis **Nordhausen** Frauenschutzwohnung Nordhausen	eingliederung@lrandh.thueringen.de 01522 / 2605555
Landkreis **Saale-Orla-Kreis** Frauenschutzwohnung Schleiz	schleiz@vs-oberland.de 03663 / 46690 // Notruf: 0151 / 18754368
Landkreis **Saalfeld-Rudolstadt** Frauenhaus Rudolstadt	Frauenhaus@volkssolidaritaet.de 03672 / 34 36 59 // Notruf: 0172 / 37 111 37
Landkreis **Schmalkalden-Meiningen** Frauenhaus Meiningen	Frauenhaus.Meiningen@t-online.de 03693 / 50 20 26 // Notruf: 0151 / 27 39 888
Landkreis **Unstrut-Hainich-Kreis** Frauenschutzwohnung Bad Langensalza	frauenhaus.badlangensalza@gmail.com 03603 / 89 44 66 // Notruf: 0162 / 61 58 584
Stadt **Weimar** Frauenhaus Weimar	frauenhaus@frauenzentrum-weimar.de 03643 / 87 11 77 // Notruf: 0179 / 19 52 110
Landkreis **Weimarer Land** Frauenschutzwohnung Apolda	ffz@diakonie-ap.de 03644 / 650 329

VIOLIND ist ein Hilferuf!

Alle Aufmerksamkeit gehört der Betroffenen.
Wir lassen sie niemals allein.

Die Begleitung in ein Café schicken.
Diskrete Beratung erforderlich,
„Es kann ein bisschen dauern!“

Begleitung verlässt Apotheke/Praxis/Raum

Betroffene in Beratungsraum bitten.
KEINE Störung. Telefon mitnehmen,
Rufumleitung aktivieren. Türanhänger drehen.
Tür schließen.

Vertrauen schaffen. Zuhören.
Möglichkeiten aufzeigen.
Niemals Druck aufbauen.

Kontaktaufnahme zum Frauenhaus anbieten.

JA

Weiteres Vorgehen mit dem Frauenhaus abklären.

NEIN

Das Wiederkommen anbieten.

Begleitung will nicht gehen

Distanz schaffen.
Betroffene hinter HV-Tisch bitten!
Siezen schafft Distanz
zur gewaltausübenden Person.

Deutlich und bestimmt sprechen.
Mindestabstand einhalten! (≈1m)

Deeskalieren.
Augenkontakt halten. Hände locker und offen,
wenn möglich sichtbar auf den HV-Tisch legen.

GEFAHR - Begleitung wird aggressiv
Klare Grenze setzen: HALT! Kein Körperkontakt!

Deutlich und bestimmt sprechen – nicht leiser/schneller werden! Hausrecht: „Sie gehen jetzt!“

Direkte Hilfe einfordern! Klares Ende markieren.
Aufforderung an Kollegin/Kollegen:
„Rufen Sie die Polizei. Jetzt!“

Jetzt sind wir als Team dran.

Alles gut gelaufen? Wie geht es uns im Team damit?
Kann jeder das Erlebte verarbeiten? Wollen wir reden?
Braucht jemand professionelle Hilfe? Auch uns kann
das Frauenhaus helfen, mit der Situation umzugehen.

VIOLIND ist ein Hilferuf!

Unsere Erste Hilfe ist Schutz.
Wir sind da und stehen der Betroffenen zur Seite.
Wir lassen sie nicht allein, es ist immer jemand bei ihr.
Auch wenn es heikel wird. Die Betroffene braucht unsere Hilfe.

Die Betroffene ist allein.

1. Betroffene in den **Beratungsraum** bitten.

2. Team kurz informieren. **KEINE Störung.**

3. Telefon mitnehmen. Anrufumleitung einschalten oder auf „Lautlos“ stellen.

4. Beratungsraum betreten, **Tür schließen.**

5. Vertrauen schaffen.
„Gut, dass Sie diesen Schritt gewagt haben. Damit haben Sie schon viel Mut bewiesen. Hier sind wir sicher. Ich höre Ihnen zu. Wie kann ich Ihnen helfen?“

6. Zuhören. Mitfühlen mit klarem Kopf.
- Niemals überreden.
- Tabu: „Sie müssen ...“
- Möglichkeiten aufzeigen: „Sie können ...“
- Botschaft: „Wir sind für Sie da – wenn Sie es wollen.”

7. Nach **Kontaktwunsch zum Frauenhaus** fragen. Telefonische Kontaktaufnahme anbieten.
- JA = weiteres Vorgehen mit dem Frauenhaus abklären.
- NEIN = Violind-Karte mit Infos und Kontaktdaten mitgeben.

8. Das **Wiederkommen** anbieten.
„Sie sollen wissen, wir sind immer da. Es ist eine schwierige Situation. Jeder Schritt braucht neuen Mut. Vielleicht rufen Sie einfach mal im Frauenhaus an? Auf jeden Fall gilt: Sie können jederzeit zu uns kommen.“

Die gewaltausübende Person ist anwesend.

1. Achten Sie auf die Betroffene. Versuchen Sie **Distanz** zwischen ihr und der gewaltausübenden Person zu schaffen. Bitten Sie sie wenn möglich hinter den HV-Tisch.

2. Siezen schafft Distanz! Bitten Sie die Begleitperson, den Raum bzw. die Apotheke kurz zu verlassen.
- „Ich würde gerne kurz den Blutdruck messen und dafür allein mit Ihrer Frau/Freundin sprechen. Das dauert nicht lange.“
- „Ich möchte jetzt kurz allein mit Ihrer Frau sprechen. Das ist für dieses Gespräch wichtig. Sie können gerne für etwa 20 Minuten ins Café gehen; anschließend können Sie wieder dazukommen.“

3. Deutlich und bestimmt sprechen.
„Ich bin hier die Expertin. Ich sage, was gemacht wird.“

4. Mindestabstand einhalten.
„Bitte treten Sie zurück. Ich brauche meinen Freiraum.“

5. Augenkontakt halten. Hände locker und offen, wenn möglich sichtbar auf den HV-Tisch legen. Kein aggressives Verhalten.

6. Wenn die gewaltausübende Person laut oder aggressiv wird:
- Es gibt eine klare Grenze: Er darf Ihnen nicht zu nahekommen. „Halt!“ oder „Stopp!“
- Wichtig: Kein Körperkontakt!
- Nicht leiser werden – nicht schneller sprechen! Wir lassen uns nicht einschüchtern!
- Das ist unsere Apotheke – hier haben wir das Hausrecht. „Sie gehen jetzt. Oder Frau Müller ruft die Polizei.“
- Deutlich das Ende markieren: „Frau Müller, rufen Sie die Polizei. Jetzt.“

Formulierungshilfen

Der Einstieg

„Sie sehen traurig aus. Kann ich Ihnen helfen?“

„Mir ist aufgefallen, dass Sie in letzter Zeit ganz niedergeschlagen wirken. Bedrückt Sie etwas, wobei ich Ihnen vielleicht helfen kann?“

„Sie wirken in letzter Zeit ganz bekümmert. Womit könnte ich Ihnen denn vielleicht eine Freude machen?“

„Sie sind schon so lange Kundin bei uns, da merkt man, wenn sich etwas verändert. Ist alles in Ordnung bei Ihnen?“

Die Begleitung loswerden

Herr Meier, ich würde gerne noch ein paar Dinge persönlich mit Ihrer Frau besprechen. Warten Sie doch bitte kurz nebenan, wir holen Sie gleich wieder dazu.

Frau Müller, ich würde gerne noch kurz allein mit Ihrer Partnerin sprechen. Sie können gerne kurz einen Kaffee trinken gehen. Es dauert nicht lange.

Bei Nachfrage: Das ist bei solchen Beratungsgesprächen ganz üblich. Wir sprechen Patientinnen und Patienten zwischendurch auch einmal allein. Sie können gerne kurz warten – wir holen Sie anschließend wieder dazu.



NOTFALLKARTE ALS HILFESIGNAL

VIOLIND ist eine kleine Karte.
Aber eine, hinter der noch viel mehr steckt.

Denn unsere Hilfe fängt mit der Karte erst an. VIOLIND ist die Antwort der teilnehmenden Apotheken auf häusliche Gewalt gegen Frauen.

Wir sind weder Beratungsstelle noch Frauenhaus, aber wir können betroffenen Frauen den Weg dorthin einfacher machen. Denn Frauenhäuser arbeiten mehr oder weniger im Verborgenen. Apotheken sind dagegen eine niederschwellige Anlaufstelle, ein überall erreichbarer Ort, an dem Empathie und Diskretion erlebbar sind. Auf dieser Vertrauensbasis fällt der erste Schritt oft deutlich leichter.

Apotheken sind keine Polizei, aber der Einsatz für das Wohl ihrer Patientinnen ist gelebte Praxis. Und dort, wo sonst der Blutdruck gemessen und der Arztbesuch nahegelegt wird, kann beim Wunsch nach VIOLIND der Kontakt zum nächstgelegenen Frauenhaus geknüpft werden.

Nicht zuletzt ist VIOLIND ein Signal – ein Signal der Hoffnung für Betroffene und eine Warnung an Gewalttätige: Wir sehen nicht weg. Wir schauen hin, wenn etwas nicht stimmt, und wir werden Hilfe organisieren.



NOTFALLKARTE UND DIGITALES REZEPT

Zwei Wege. Ein Ziel.

Das Prinzip ist einfach – VIOLIND ist ein Codewort und Erkennungszeichen. Die VIOLIND-Karte im Scheckkartenformat findet unauffällig Platz in jedem Geldbeutel, jeder Handtasche oder Schreibtischschublade. Auf der einen Seite stehen wichtige Telefonnummern, die im Notfall wirklich weiterhelfen. Der Hinweis auf violind.de ist dagegen bewusst etwas versteckt platziert – so kann eine gewaltausübende Person auf den ersten Blick keinen direkten Bezug zu einem Hilfsangebot erkennen.

Was Sie tun können:

- Weisen Sie darauf hin, dass sich Betroffene mit der Karte selbst und in Ruhe auf violind.de informieren können.
- Betroffene können die Karte auch in der Apotheke vorzeigen und so unauffällig um Hilfe bitten, ohne ein Wort sagen zu müssen. Reagieren Sie darauf wie auf das Codewort VIOLIND.
- Geben Sie die Karte unauffällig mit, z. B. mit dem Kassenbon oder in der Tüte.
- Streuen Sie die Karte breit: Legen Sie sie gut sichtbar aus und geben Sie sie auch Kundinnen und Kunden mit, bei denen kein Verdacht besteht.

Hier gilt: Aufklärung leisten, damit Betroffene schnell Hilfe bekommen. Je bekannter VIOLIND ist, desto eher erreicht die Karte die Menschen, die sie brauchen – und weil sie an viele verteilt wird, fällt niemand auf, der sie bei sich trägt.

Das digitale VIOLIND-Rezept
Als Ergänzung zur VIOLIND-Karte steht das VIOLIND-Rezept künftig auch digital zum Download auf violind.de zur Verfügung.

Dies ermöglicht Betroffenen den ersten Schritt auch außerhalb der Apotheke – z. B. von unterwegs oder zu Hause.

Damit wird ein weiterer Weg geschaffen, für Situationen in denen gerade keine VIOLIND-Karte zur Hand ist.

Sicherheitshinweis: Hat eine kontrollierende Person Zugriff auf das Smartphone oder den PC (vgl. „Digitale Gewalt“), kann der Aufruf der Seite selbst zur Gefahr werden. Betroffenen sollte empfohlen werden, den Privat- bzw. Inkognitomodus des Browsers zu nutzen und den Verlauf danach zu löschen.



Foto: Uwe Löscher

EIN MUTMACHER

Die Thüringer Frauenhäuser sowie die Thüringer Apothekerinnen und Apotheker haben die Initiative VIOLIND entwickelt, um Frauen in Thüringen zu unterstützen, die häusliche Gewalt erfahren. In vielen Fortbildungen wurde und wird die Initiative vorgestellt. Mit Apothekerin Ingrid Wittig sprachen wir über die Umsetzung vor Ort.

Sie sind seit Beginn bei VIOLIND dabei. Wenn Sie heute auf die vergangenen Jahre zurückblicken: Was hat sich seit 2022 verändert – bei Ihnen selbst, im Team und im Umgang mit dem Thema häusliche Gewalt?

Ich muss zugeben, dass ich mich erst durch VIOLIND intensiv mit der Thematik beschäftigt habe. Das eigentliche Ausmaß und das Leid, das daraus resultiert, ist mir erst durch VIOLIND bewusst geworden. Daran hat sich für mich nichts geändert. Was sich verändert hat, ist eher der Blick auf unsere eigene Rolle: Das Thema wirkt nicht mehr so überwältigend wie am Anfang. Wir wissen inzwischen viel klarer, was wir als Apotheke leisten können und wo unsere Aufgabe endet. Wir müssen das Problem nicht lösen. Wir können zuhören, Orientierung geben und den Kontakt zu den Stellen herstellen, die Betroffene professionell unterstützen. Gerade diese Klarheit macht es im Alltag leichter, mit dem Thema umzugehen.

VIOLIND erscheint am Anfang wie eine nicht zu bewältigende Aufgabe. Welche Rolle kann die Apotheke dabei aus Ihrer Sicht übernehmen?

Ich denke, dass wir hier schlicht als Lotse fungieren. Ein Lotse im Gesundheitssystem sind wir sowieso schon. Und mit VIOLIND sind wir eben auch ein Lotse für Menschen, denen häusliche Gewalt widerfährt. Sicherlich müssen wir dafür auch zuhören. Aber auch das machen wir jeden Tag. Das können wir. Wir müssen nicht das Problem lösen. Wir hören zu und geben dann den Kontakt zum Frauenhaus. Wir geben den Betroffenen eine Nummer, aber wir geben Ihnen damit v. a. auch Mut und das ist das Ausschlaggebende. Wir ermutigen sie, sich Hilfe zu holen. Die Hilfe oder Unterstützung erhalten die Betroffenen dann von den erfahrenen Mitarbeiterinnen im Frauenhaus. Unsere Aufgabe ist es lediglich den Kontakt herzustellen. Das ist nicht schwer. Diese Abgrenzung finde ich auch heute wichtig: Wir sind keine Beratungsstelle. Aber wir können eine Tür öffnen.

Betroffene haben oft die Hoffnung, dass sich alles zum Guten wendet, und nehmen das Vermittlungsangebot eventuell nicht sofort an. Oder sie bestreiten, dass es ihnen nicht gut geht. Wie kann es dennoch gelingen, die Betroffene zu ermutigen das Hilfsangebot in Anspruch zu nehmen?

Nachdem wir VIOLIND etabliert haben, hat sich uns tatsächlich eine ehemals Betroffene anvertraut. Sie hat das Konzept begrüßt und uns gesagt, das größte Problem sei, dass man sich schuldig fühlt, für das was in den vier Wänden zuhause passiert. Die Betroffenen müssen erst einmal den Mut finden, sich jemandem anzuvertrauen. Es braucht diesen ersten Schritt. Ich bin der festen Überzeugung, dass ich mich hier nicht auf mein Bauchgefühl verlassen kann, es gibt keine Hinweise, woran ich die seelische Verletzung der Betroffenen zweifelsfrei erkennen könnte. Die Betroffene muss diesen Schritt

wagen und sich mir anvertrauen. Das ist der einzige Weg und VIOLIND kann hier ein Mutmacher sein. Wenn sie in der Apotheke diesen Schritt wagt, dann ist das Schwierigste schon geschafft. Dann können wir empathisch zuhören und dann den Kontakt herstellen. Wichtig ist dabei auch, keinen Druck aufzubauen. Das Angebot kann da sein, selbst wenn eine Betroffene es in diesem Moment noch nicht annimmt.

Die Kontaktdaten der Frauenhäuser sind online einsehbar und jede Betroffene könnte sich somit selbst helfen. Warum ist es aus Ihrer Sicht dennoch sinnvoll, dass Apotheken den Kontakt zu den Thüringer Frauenhäusern direkt herstellen?

Betroffene werden oft von ihren Peinigern auf Schritt und „Klick“ kontrolliert. In der Apotheke können sie sich Hilfe holen, ohne dass dies jemand überwachen kann. Hinzu kommt, dass Apotheken ein niederschwelliges, überall verfügbares Angebot darstellen. Ich vermute, dass die Hemmschwelle für Betroffene niedriger ist, sich einem/r Apothekenmitarbeiter/in zu öffnen. Und wenn man bedenkt, dass jede 4. Frau betroffen ist, dann gehören viele unserer Stammkundinnen dazu. Fakt ist, dass laut Statistik, auch in jedem Apothekenteam eine Mitarbeiterin betroffen sein kann. Wenn viele Apotheken sich sichtbar zu VIOLIND bekennen und ihre Teams wissen, wie sie reagieren können, geben wir Betroffenen damit ein wichtiges Signal: Hier darf ich das Thema ansprechen und werde ernst genommen.

Sie sagten, das Wichtigste für die Betroffenen ist es, niederschwellig, schnell und sicher Hilfe zu bekommen. Was sagen Sie Kolleginnen oder Kollegen, die Sorge haben, in Situationen zu geraten, in denen sie nicht wissen, was sie sagen oder tun sollen?

Diese Angst hat man am Anfang. Wir vermitteln. Mehr machen wir nicht. Das ist keine Aufgabe, die wir nicht erfüllen können. Im Gegenteil, wir sind dafür genau die Richtigen, denn das Vertrauen der Bevölkerung in die Apotheke ist groß. Man wird uns auch sicher nicht, ich drücke es jetzt mal ganz bildlich aus, die Bude einrennen, nur weil wir eine VIOLIND Apotheke sind. Die Scham der Betroffenen ist einfach zu groß. Wir können uns glücklich schätzen, wenn sich VIOLIND etabliert. Dadurch sprechen wir betroffenen Frauen Mut zu. Mut, sich uns zu öffnen und Hilfe anzunehmen. Man muss dafür keine perfekten Sätze parat haben. Entscheidend ist, ruhig zuzuhören, die Situation ernst zu nehmen und zu wissen, an wen man weitervermitteln kann.

Wie haben Sie VIOLIND bei sich im Team verankert, damit die Mitarbeiterinnen im Ernstfall wissen, wie sie reagieren können?

Dahinter stehen jetzt auch meine Mitarbeiterinnen und damit können sie gut umgehen. Für mich ist entscheidend, dass im Team klar ist: Niemand muss die Situation allein lösen. Wir sollten wissen, wo die Informationen liegen, welche Kontakte wir weitergeben können und wie wir einen geschützten Rahmen für ein Gespräch schaffen.
VIOLIND muss kein Thema sein, über das man jeden Tag spricht. Aber es sollte so präsent sein, dass im entscheidenden Moment niemand bei null anfangen muss.

Wenn Sie heute eine Kollegin oder einen Kollegen überzeugen wollten, bei VIOLIND mitzumachen: Was wäre Ihr wichtigstes Argument?

Wir setzen damit als Apotheke ein Zeichen, ein Zeichen gegen häusliche Gewalt. Und weil wir flächendeckend in Thüringen vertreten sind, wird das, wenn sich VIOLIND in den Thüringer Apotheken etabliert, auch wahrgenommen werden. Darauf wäre ich mächtig stolz. Eine Aktion, die auch nur die Apotheke vor Ort leisten kann.

Was wünschen Sie sich für die nächsten Jahre von VIOLIND?

Ich wünsche mir, dass VIOLIND in den Apotheken selbstverständlich wird. Nicht, weil wir möglichst viele Fälle erleben wollen, sondern weil jede Betroffene wissen sollte, dass sie auch dort einen ersten sicheren Kontakt finden kann. Wenn eine Frau durch VIOLIND den Mut findet, sich zu öffnen und professionelle Hilfe anzunehmen, dann hat das Projekt genau das erreicht, worum es geht.

Herzlichen Dank!



Foto: Paul-Philipp Braun. Fotorechte: LFR Thüringen.

»Wer häusliche Gewalt erlebt, schweigt oft lange - aus Angst, Scham oder Abhängigkeit. Umso wichtiger ist es, dass Unterstützung auch dort erreichbar wird, wo Menschen ihren Alltag leben.
Häusliche Gewalt ist keine Privatsache - ihr entgegenzutreten ist eine Aufgabe der ganzen Gesellschaft. Mit VIOLIND eröffnen Apotheken als vertraute medizinische Anlaufstellen einen niedrigschwelligen Zugang - in der Apotheke kann so der erste Schritt auf dem Weg aus der Gewalt beginnen. Ich wünsche mir, dass möglichst viele Apotheken mitmachen und damit ein klares Zeichen setzen: Wir schauen nicht weg, Gewalt ist keine Normalität - bei uns findest du Hilfe.«

Julia Hohmann
Vorsitzende des Landesfrauenrats Thüringen

HANDLE-JETZT.DE



„Handle jetzt!“ ist eine Initiative der Thüringer Gleichstellungsbeauftragten und der kommunalen Gleichstellungsbeauftragten gegen häusliche Gewalt. Sie setzt sich dafür ein, Gewalt sichtbar zu machen, über Hilfsangebote zu informieren und Betroffenen Wege aus Gewaltsituationen aufzuzeigen.

Die Website www.handle-jetzt.de bietet einen Überblick über Beratungs- und Unterstützungsangebote in Thüringen und darüber hinaus. Über die regionale Suche lassen sich Anlaufstellen und Kontaktdaten finden – beispielsweise zu Frauenberatungsstellen, Frauenhäusern, Interventionsstellen gegen häusliche Gewalt und Stalking, zur Polizei sowie zu weiteren Beratungs- und Hilfsangeboten.

Darüber hinaus informiert die Seite über spezialisierte Unterstützung, etwa für Männer, die von Gewalt betroffen sind, für Kinder und Jugendliche sowie für Menschen, die Hilfe bei digitaler Gewalt oder nach sexualisierten Übergriffen benötigen. Auch Angebote zur vertraulichen Spurensicherung und überregionale Hilfetelefone sind aufgeführt.

Das Angebot richtet sich nicht allein an unmittelbar Betroffene. Auch Angehörige, Freundinnen und Freunde sowie andere Menschen, die Unterstützung suchen oder sich über Handlungsmöglichkeiten informieren möchten, finden hier Orientierung.



Die Polizei ist eine wichtige Anlaufstelle, wenn Menschen zu Hause Gewalt erleben oder sich bedroht fühlen.

Betroffene wissen oft nicht, was sie erwartet, welche Möglichkeiten sie haben und welche Folgen eine Anzeige mit sich bringt. Polizistinnen und Polizisten können erklären, wie das weitere Vorgehen aussieht und welche Schutzmaßnahmen möglich sind. Bei akuter Gefahr können sie einschreiten und Maßnahmen zum Schutz der betroffenen Person und ihrer Kinder treffen. Dazu gehört unter bestimmten Voraussetzungen auch, dass der Täter die Wohnung verlassen muss. Darüber hinaus kann die Polizei Kontakte zu Beratungs- und Hilfsangeboten vermitteln.

Eine Anzeige ist nicht der einzige Grund, sich Unterstützung zu holen. Wer sich zunächst informieren möchte, kann sich beraten lassen und die eigenen Möglichkeiten besprechen. Betroffene müssen diesen Weg außerdem nicht allein gehen: Eine Vertrauensperson oder ein Rechtsbeistand kann sie begleiten.

Gewalt ist keine Privatsache. Ob körperliche, sexuelle, psychische oder emotionale Gewalt – Betroffene haben das Recht auf Schutz und Unterstützung.

Bei akuter Gefahr: Rufen Sie die Polizei unter 110 an. Eine Anzeige kann bei jeder Polizeidienststelle erstattet werden.

HANDLE-JETZT.DE



Wer Gewalt erlebt hat, muss nicht sofort entscheiden, ob eine Anzeige erstattet werden soll. Die vertrauliche Spurensicherung eröffnet Betroffenen die Möglichkeit, Verletzungen und andere Spuren professionell dokumentieren und sichern zu lassen, ohne unmittelbar weitere rechtliche Schritte einzuleiten.

Für viele ist dieses Angebot wichtig, weil sie nach einer Gewalterfahrung zunächst Zeit benötigen, um das Erlebte zu verarbeiten. Scham, Angst, Unsicherheit oder die Sorge vor den Folgen einer Anzeige können dazu führen, dass sie zunächst keine rechtlichen Schritte unternehmen möchten. Die Möglichkeit einer vertraulichen Spurensicherung kann ihnen helfen, sich diese Entscheidung offenzuhalten. Das Angebot ist nicht auf sexualisierte Gewalt beschränkt. Auch nach anderen körperlichen Übergriffen können Verletzungen und Spuren dokumentiert werden.

Betroffene können sich von einer Vertrauensperson begleiten lassen. Bei bestimmten Untersuchungen kann es hilfreich sein, sich möglichst früh medizinisch beraten zu lassen. Nach sexualisierter Gewalt sollten Betroffene, wenn es für sie möglich ist, vor der Spurensicherung nicht duschen, sich nicht waschen und die Kleidung nicht wechseln, da dadurch wichtige Spuren verloren gehen können. Weitere Informationen bietet das Universitätsklinikum Jena unter 03641 939 71 97.



Ein Strafverfahren kann für Menschen, die Gewalt erlebt haben, eine zusätzliche seelische Belastung darstellen. Sie müssen möglicherweise über das Erlebte sprechen, werden mit Fragen konfrontiert und müssen sich in einem komplexen rechtlichen Verfahren zurechtfinden. Die psychosoziale Prozessbegleitung soll Betroffene in dieser Situation unterstützen und ihnen Sicherheit geben.

Psychosoziale Prozessbegleiterinnen und Prozessbegleiter erklären verständlich, welche Abläufe im Strafverfahren zu erwarten sind. Sie können Betroffene zu Terminen bei der Polizei, der Staatsanwaltschaft und dem Gericht begleiten und ihnen helfen, sich auf die jeweiligen Situationen einzustellen. Dadurch müssen Betroffene den Weg durch das Verfahren nicht allein bewältigen. Die Begleitung soll zusätzliche seelische Belastungen reduzieren und dazu beitragen, eine erneute Traumatisierung möglichst zu vermeiden. Dabei hat die psychosoziale Prozessbegleitung eine klar umrissene Aufgabe: Sie begleitet und stabilisiert, ersetzt aber weder eine anwaltliche Beratung noch eine Psychotherapie.

Ob eine kostenfreie psychosoziale Prozessbegleitung in Anspruch genommen werden kann, hängt von gesetzlichen Voraussetzungen ab. In bestimmten Fällen besteht ein Anspruch; in anderen Fällen ist eine gerichtliche Entscheidung erforderlich. Mehr Informationen gibt es über die Koordinierungsstelle unter 0361 573535 444.



Foto: Christopher Schmid

*»Ich bin Ihnen als Mitarbeiter*innen in den Thüringer Apotheken und der Landesapothekerkammer für Ihr Engagement gegen häusliche Gewalt sehr dankbar. Diese lässt sich nur bekämpfen, wenn hingeschaut und Hilfe dort angeboten wird, wo der Alltag von Betroffenen stattfindet. Opfer häuslicher Gewalt nicht alleine zu lassen und Anlaufstellen im täglichen Leben anzubieten, ist ein unglaublich wichtiger Beitrag und kann Brücken bauen hin zu einem selbstbestimmten Leben.«*

Christian Schaft
Vorsitzender der Fraktion Die Linke im Thüringer Landtag



Foto: BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN Thüringen/Paul-Philipp Braun

»Häusliche Gewalt ist weit verbreitet und macht das Leben für viele Frauen zur Hölle. Betroffene finden oft keinen Ausweg, Hilfe von außen ist hier besonders wichtig. In Apotheken liegt dabei eine große Chance: sie sind vertrauenswürdig, nah dran an den Menschen und werden von vielen Personen regelmäßig aufgesucht. Daher ist meine Bitte: schauen Sie genau hin und handeln Sie! Häusliche Gewalt geht uns alle an.«

Ann-Sophie Bohm
Landessprecherin
BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN Thüringen

HANDLE-JETZT.DE



Wenn das eigene Zuhause kein sicherer Ort mehr ist, kann ein Frauenhaus Schutz und Abstand von der Gewalt ermöglichen. Der Anruf bei einem Frauenhaus ist häufig ein erster Schritt, um die eigene Situation zu ordnen und gemeinsam mit Fachkräften nach einer Lösung zu suchen.

Die Mitarbeiterinnen beraten unter anderem bei sozialen, rechtlichen und finanziellen Fragen. Sie unterstützen Betroffene dabei, die erlebte Gewalt zu verarbeiten, die eigene Existenz zu sichern und neue Perspektiven zu entwickeln. Auch Fragen zum Sorge- und Umgangsrecht sowie zur weiteren Lebensplanung können eine Rolle spielen.

Dabei steht die Selbstbestimmung der Betroffenen im Mittelpunkt. Sie entscheiden selbst, welche Unterstützung sie in Anspruch nehmen und welche Schritte sie gehen möchten. Auch nach einem Aufenthalt kann eine ambulante Beratung helfen, den Weg in ein selbstbestimmtes Leben weiterzugehen.

Eine Übersicht der Beratungs-, Schutz- und Hilfsangebote in Thüringen bietet die Thüringer Gleichstellungsbeauftragte unter gleichstellungsbeauftragte-thueringen.de.



Stalking ist mehr als eine unerwünschte Kontaktaufnahme. Wiederholtes Nachstellen, Verfolgen, Bedrohen oder Belästigen kann das Leben der betroffenen Person massiv einschränken. Manche Menschen fühlen sich ständig beobachtet, ändern ihre Wege, meiden bestimmte Orte oder verlieren das Gefühl, sich frei bewegen zu können.

Stalking ist strafbar. Welche rechtlichen Schritte möglich sind, hängt von den Umständen des jeweiligen Falls ab. Frühzeitige Beratung hilft, die eigene Situation besser einzuschätzen und Unterstützung zu finden.

Eine wichtige Grundlage ist die Dokumentation der Vorfälle. Notizen zu Datum, Uhrzeit, Ort und Ablauf sowie die Sicherung von Nachrichten, Briefen, Anruflisten und anderen Belegen können später hilfreich sein. Betroffene sollten dabei auf ihre Sicherheit achten und sich bei Unsicherheit beraten lassen, bevor sie selbst aktiv gegen die stalkende Person vorgehen.

Wo gibt es Hilfe? Die Interventionsstellen gegen häusliche Gewalt und Stalking sowie weitere Beratungsangebote sind über den Internetauftritt der Thüringer Gleichstellungsbeauftragten zu finden.

HANDLE-JETZT.DE



Manchmal beginnt Hilfe mit einem einzigen Gespräch. Wer Gewalt erlebt, bedroht wird oder sich in einer belastenden Beziehung befindet, weiß häufig zunächst nicht, an wen er sich wenden kann. Vielleicht fällt es schwer, über das Erlebte zu sprechen. Vielleicht besteht Unsicherheit darüber, ob das eigene Erleben überhaupt als Gewalt einzuordnen ist.

Das bundesweite Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ bietet Betroffenen die Möglichkeit, vertraulich über ihre Situation zu sprechen. Geschulte Beraterinnen hören zu, nehmen die Anliegen ernst und helfen dabei, mögliche nächste Schritte zu erkennen. Sie können Informationen über passende Unterstützungsangebote vermitteln und bei Bedarf auf Beratungsstellen vor Ort hinweisen.

Das Angebot richtet sich nicht nur an unmittelbar betroffene Frauen. Auch Angehörige, Freundinnen, Freunde und andere Menschen, die sich Sorgen machen oder einer betroffenen Person helfen möchten, können sich beraten lassen.

Ein wichtiger Vorteil ist die niedrigschwellige Erreichbarkeit: Für ein erstes Gespräch muss keine Beratungsstelle persönlich aufgesucht werden. Die Beratung ist kostenlos und anonym möglich. Das Hilfetelefon unter 116 016 bietet außerdem Unterstützung in mehreren Sprachen sowie Online-Beratung und Informationen in leichter Sprache.



Über das eigene Geld verfügen zu können, ist eine wichtige Voraussetzung für ein selbstbestimmtes Leben. In Beziehungen kann finanzielle Kontrolle eine Form von Gewalt sein. Betroffene erhalten möglicherweise nur nach wiederholtem Bitten Geld, haben keinen Zugang zu gemeinsamen Konten oder können wichtige Ausgaben nicht selbst entscheiden.

Solche Abhängigkeiten können es erheblich erschweren, eine gewaltbelastete Beziehung zu verlassen. Wer wirtschaftlich eingeschränkt wird, steht häufig vor zusätzlichen Fragen: Wie lassen sich die laufenden Kosten bezahlen? Welche Möglichkeiten gibt es für ein eigenes Konto? Wie kann die finanzielle Existenz gesichert werden?

Beratungsstellen für Finanzen, Schuldnerberatung und Verbraucherberatung können dabei helfen, die eigene Situation zu ordnen und mögliche Lösungen zu finden. Gemeinsam lässt sich prüfen, welche Schritte sinnvoll sind, um wieder mehr Kontrolle über Einnahmen und Ausgaben zu gewinnen.

Eine Übersicht der Schuldner- und Verbraucherinsolvenzberatungsstellen in Thüringen bietet das Thüringer Justizministerium.

Informationen zu finanziellen Hilfen und zum Umgang mit Geld bietet auch die Sparkasse.

»Wer zu Hause Gewalt erlebt, braucht einen sicheren Weg zu Hilfe. Eine vertraute Apotheke kann der Ort sein, an dem jemand aufmerksam zuhört und diesen Weg öffnet. Deshalb unterstütze ich VIOLIND: Das Projekt stärkt Apothekenteams darin, Betroffenen den Zugang zu Hilfe zu erleichtern – denn niemand sollte mit Gewalt alleinbleiben.«

Steffen Quasebarth
Mitglied des Thüringer Landtags,
Sprecher für Gleichstellung der
Fraktion Thüringen.Gerecht.



Foto: Steffen Quasebarth

BERICHT DER WELTGESUNDHEITSORGANISATION (WHO)

Das Gesundheitswesen im Fokus

Gewalt gegen Frauen ist ein gesellschaftliches Problem mit weitreichenden gesundheitlichen Folgen. Betroffene benötigen Schutz, medizinische Versorgung und psychologische Unterstützung. Doch Hilfsangebote sind nicht überall ausreichend verfügbar. Zugleich erleben Frauen auch am Arbeitsplatz im Gesundheitswesen Gewalt.

Der Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen (BDP) verweist in seiner Pressemitteilung zum Weltfrauentag 2026 auf Zahlen des Deutschen Instituts für Menschenrechte: In Deutschland werden demnach täglich mehr als zwei Frauen oder Mädchen Opfer eines versuchten oder vollendeten Tötungsdelikts. [2] Der BDP gibt außerdem an, dass 54 Prozent der weiblichen Opfer in diesem Zusammenhang von aktuellen oder ehemaligen Partnern beziehungsweise Familienangehörigen getötet werden. Die Dunkelziffer dürfte nach Einschätzung des Verbands noch höher liegen. Auch die Zahlen weiterer Formen geschlechtsspezifischer Gewalt seien seit Jahren anhaltend hoch.

Der BDP sieht deshalb dringenden Handlungsbedarf. Er fordert eine bundesweite Gesamtstrategie zur Bekämpfung geschlechtsspezifischer und häuslicher Gewalt sowie eine konsequente Umsetzung der Istanbul-Konvention. Zu den zentralen Forderungen zählen ausreichend finanzierte Beratungs- und Schutzeinrichtungen, eine systematische Gefährdungsanalyse, verbindliche Fortbildungen für relevante Berufsgruppen und der Ausbau der Täterarbeit.

Wie groß die Lücken beim Schutz sind, verdeutlicht ein weiterer Befund aus der Pressemitteilung: Laut dem „Monitor Gewalt gegen Frauen“ des Deutschen Instituts für Menschenrechte waren 2022 bundesweit mehr als zwei Drittel der Schutzeinrichtungen während des gesamten Jahres vollständig belegt. Für rund 15.000 Betroffene fehlten Aufnahmekapazitäten.

Die Zahlen verdeutlichen, dass Schutz nicht allein von der Bereitschaft einzelner Menschen abhängen darf, Hilfe anzubieten. Es braucht Strukturen, die Betroffene tatsächlich erreichen und ihnen Sicherheit ermöglichen.

Das Gesundheitswesen erreicht Betroffene

Für viele Frauen ist das Gesundheitswesen ein wichtiger Zugang zu Unterstützung. Sie können dort wegen Verletzungen, Schmerzen oder ande-



„Wir kennen viele unserer Patientinnen persönlich und versuchen, mit viel Empathie einen Ort des Vertrauens zu schaffen, wo sich Frauen ernst genommen und sicher fühlen. Als Team haben wir uns ausgetauscht, wie man Signale von Bedrohung und Angst erkennen kann und Betroffene ermutigt, sich anzuvertrauen.“
Dr. Antje Mannetstätter



„Das Thema betrifft natürlich auch uns selbst und unsere Familien, denn Gewalt gegen Frauen und Mädchen durchzieht alle Teile der Gesellschaft. Gemeinsam können wir helfen, den ersten Schritt zu schaffen und sich aus einer vermeintlich ausweglosen Situation zu lösen.“
Clara Mannetstätter

rer gesundheitlicher Beschwerden Hilfe suchen, ohne Gewalterfahrungen unmittelbar anzusprechen. Gesundheitspersonal muss deshalb in der Lage sein, sensibel auf mögliche Anzeichen zu reagieren und Betroffene ohne Vorurteile zu unterstützen.

Wie unzureichend die Versorgung in vielen Ländern organisiert ist, zeigt ein Bericht der Weltgesundheitsorganisation (WHO), der im November 2025 veröffentlicht wurde. Nach Angaben der WHO erleben in der Europäischen Region 28,6 Prozent der Frauen und Mädchen ab 15 Jahren im Laufe ihres Lebens körperliche oder sexuelle Gewalt. [3]

Gleichzeitig stellen die Gesundheitssysteme der meisten untersuchten Länder nicht das gesamte von der WHO empfohlene Paket grundlegender Versorgungsleistungen bereit. Von den 53 Mitgliedstaaten der Europäischen Region bieten laut WHO nur 17 Staaten Notfallverhütung und ebenfalls nur 17 eine HIV-Postexpositionsprophylaxe an. Eine Prophylaxe gegen sexuell übertragbare Infektionen und eine Beurteilung der psychischen Gesundheit sind jeweils in 20 Ländern verfügbar.

Die WHO fordert deshalb, Hindernisse beim Zugang zu Hilfe abzubauen und die Umsetzung ausreichend zu finanzieren. Dazu gehört auch eine Betreuung, die die Selbstbestimmung und Vertraulichkeit erwachsener Betroffener respektiert. Die WHO warnt insbesondere vor pauschalen Meldepflichten gegenüber der Polizei ohne Zustimmung der Betroffenen, weil diese deren Autonomie und Vertraulichkeit verletzen und sie davon abhalten können, Hilfe zu suchen.

Die Botschaft ist eindeutig: Es genügt nicht, dass politische Akteure den Schutz von Frauen befürworten. Die erforderlichen Leistungen müssen tatsächlich verfügbar und zugänglich sein.

Gewalt betrifft die Beschäftigten im Gesundheitswesen besonders

Neben der Versorgung von Frauen, die Gewalt erlebt haben, verdient auch der Schutz der Beschäftigten selbst Aufmerksamkeit. Eine deutsche Querschnittsstudie [4] untersuchte Gewalterfahrungen von Medizinischen Fachangestellten und liefert dafür konkrete Zahlen.

Für die Auswertung wurden 424 als Medizinische Fachangestellte beschäftigte Personen berücksichtigt. 98,6 % der untersuchten Gruppe waren Frauen. Innerhalb der zwölf Monate vor der Befragung hatten 59,4 % verbale Gewalt, 5,9 % körperliche Gewalt und 3,8 % sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz erlebt.

Als häufigste Tätergruppe wurden bei allen drei Gewaltformen Patientinnen und Patienten genannt. Danach folgten Angehörige von Patienten, Kollegen und Vorgesetzte. Verbale Gewalterfahrungen waren statistisch mit Ängstlichkeit, depressiven Symptomen und einer schlechteren selbst eingeschätzten Gesundheit verbunden. Sexuelle Belästigung war mit Ängstlichkeit assoziiert.



„Wir unterstützen VIOLIND, weil Apotheken für viele Menschen eine vertraute Anlaufstelle sind, die sie unkompliziert erreichen können. Wenn jemand Hilfe braucht, möchten wir dazu beitragen, dass diese Hilfe möglichst einfach und diskret zugänglich ist.“
Robert Hüttner

„Wir können in der Apotheke einen geschützten Bereich bieten und eine vertrauensvolle Umgebung, so dass ich Apotheken auch für dieses Thema durchaus für ein wichtiges Element halte, um Menschen zu helfen.“
Lisa Kischio



Die Untersuchung ist eine Querschnittsstudie und belegt daher keine eindeutigen Ursache-Wirkungs-Beziehungen. Auch lassen sich ihre Ergebnisse nicht pauschal auf sämtliche Gesundheitsberufe übertragen. Sie zeigt aber, dass Gewalt gegen Beschäftigte in ambulanten Gesundheitseinrichtungen ein konkretes Problem ist und mit gesundheitlichen Belastungen einhergehen kann.

Die Autorinnen und Autoren sehen weiteren Forschungsbedarf, um geeignete Präventionsmaßnahmen zu identifizieren. Für die Praxis unterstreicht die Untersuchung, wie wichtig es ist, Gewalterfahrungen ernst zu nehmen und Beschäftigte nicht allein zu lassen.

Sensibilisierung und verlässliche Hilfswege

Der Schutz von Frauen vor geschlechtsspezifischer Gewalt erfordert eine koordinierte gesellschaftliche und politische Strategie. Das Gesundheitswesen muss zugleich sicherstellen, dass Betroffene angemessene Versorgung erhalten und Beschäftigte vor Gewalt am Arbeitsplatz geschützt werden.

Dafür braucht es qualifiziertes Personal, klare Zuständigkeiten und verlässliche Kooperationen mit Beratungsstellen und Schutzeinrichtungen. Die WHO betont die Bedeutung einer vorurteilsfreien Reaktion und entsprechender Schulungen des Gesundheitspersonals. Der BDP fordert verbindliche Fortbildungen und ausreichende Schutz- und Beratungsangebote. Die deutsche Studie zu Medizinischen Fachangestellten macht zusätzlich deutlich, dass auch die Sicherheit der Beschäftigten Teil der Aufgabe ist.

Für die Apotheken lässt sich daraus eine praktische Perspektive ableiten: Sie können zur Sensibilisierung beitragen, Informationen über Hilfsangebote zugänglich machen und Betroffene respektvoll ansprechen, wenn sich ein entsprechender Gesprächsanlass ergibt. Diese Rolle darf nicht mit therapeutischer oder polizeilicher Zuständigkeit verwechselt werden. Entscheidend sind geeignete Informationen, Handlungssicherheit und die Kenntnis geeigneter Anlaufstellen.

[1] Bundeskriminalamt: https://www.bka.de/DE/AktuelleInformationen/StatistikenLagebilder/Lagebilder/HaeuslicheGewalt/haeuslicheGewalt_node.html
[2] Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen (BDP): Zur Bekämpfung geschlechtsspezifischer Gewalt in Deutschland braucht es dringend eine bundesweite Gesamtstrategie. Pressemitteilung zum Weltfrauentag, 8. März 2026. https://www.bdp-verband.de/presse/pressemitteilungen/detailansicht/zur-bekaempfung-geschlechtsspezifischer-gewalt-in-deutschland-braucht-es-dringend-eine-bundesweite-gesamtstrategie
[3] Weltgesundheitsorganisation: Gesundheitswesen versagt bei knapp einem Drittel der Überlebenden geschlechtsspezifischer Gewalt in der Europäischen Region. 20. November 2025. https://www.who.int/europe/de/news/item/20-11-2025-the-health-sector-fails-nearly-1-in-3-survivors-of-gender-based-violence-in-the-european-region
[4] Mambrey V, Ritz-Timme S, Loerbroks A. Gewalterfahrungen am Arbeitsplatz unter Medizinischen Fachangestellten in Deutschland – eine Querschnittsstudie. Gesundheitswesen. 2022 Aug 22;84(08-09):810–1. German. doi: 10.1055/s-0042-1753824. PMCID: PMC11248972.



Foto: SPD-Fraktion im Thüringer Landtag

»Der Leitfaden zeigt verständlich und praxisnah, wie Apothekenteams die Anzeichen häuslicher Gewalt erkennen und betroffene Frauen sensibel unterstützen können. Da Apotheken für viele Menschen eine vertraute und niedrigschwellige Anlaufstelle sind, leistet der Leitfaden einen wichtigen Beitrag, um Betroffenen zu helfen und den Weg zu geeigneten Hilfsangeboten zu eröffnen.«

Maximilian Schröter
Mitglied der SPD-Fraktion im Thüringer Landtag

GRUSSWORT DES LAKT-GESCHÄFTSFÜHRERS

Hinschauen
heißt auch: bei den Kolleginnen beginnen



Foto: Jacob Schröter

Wenn wir über Gewalt gegen Frauen sprechen, denken wir zunächst an die Frauen, die Hilfe suchen. An die Patientin, die plötzlich still geworden ist. An die Kundin, bei der etwas nicht zu stimmen scheint. An die Frau, die eine VIOLIND-Karte vorzeigt, weil sie sich nicht traut, laut um Hilfe zu bitten.

Doch wir sollten den Blick auch auf die Heilberufe richten. Denn die Frauen, über deren Schutz wir sprechen, sind nicht nur unsere Patientinnen. Sie sind auch unsere Kolleginnen.

Apothekerinnen, PTA, Ärztinnen, MFA, Pflegekräfte und viele andere Frauen arbeiten täglich im Gesundheitswesen. Sie beraten, versorgen, behandeln und begleiten Menschen in schwierigen Situationen. Sie sind für andere da. Das bedeutet aber nicht, dass sie selbst vor Gewalt geschützt wären.

Gewalt kann auch das eigene Leben betreffen – unabhängig davon, welchen Beruf eine Frau ausübt oder wie sicher und kompetent sie im beruflichen Alltag auftritt.

Und auch der Arbeitsplatz selbst ist nicht frei von Gewalt. Beschäftigte im Gesundheitswesen erleben verbale und körperliche Übergriffe. Für Ärztinnen und Ärzte zeigen aktuelle Erhebungen der Bundesärztekammer, dass Gewalterfahrungen im beruflichen Alltag keine Ausnahmeerscheinung sind; insbesondere im stationären Bereich werden Notaufnahmen als ein Bereich mit hoher Belastung durch solche Situationen beschrieben.

Damit erweitert sich unser Blick. Die Frau, die Hilfe braucht, kann neben uns arbeiten. Vielleicht ist es eine Kollegin, deren Verhalten sich verändert. Vielleicht zieht sie sich zurück, wirkt ungewöhnlich angespannt oder versucht, persönliche Fragen abzuwehren. Vielleicht gibt es gar keine eindeutigen Anzeichen. Nicht jede Veränderung bedeutet Gewalt – und niemand kann oder muss die private Situation eines anderen Menschen beurteilen.

Aber wir können aufmerksam sein. Wir können nachfragen, ohne zu bedrängen. Wir können zuhören, ohne vorschnell zu urteilen. Und wir können wissen, wo unsere eigene Verantwortung endet und professionelle Hilfe beginnt.

Gerade darin liegt auch eine Verbindung zu VIOLIND. Das Konzept setzt auf einen niedrigschwelligen Zugang, auf Diskretion und darauf, Betroffenen den Weg zu den Stellen zu erleichtern, die professionelle Beratung und Unterstützung leisten. Diese Haltung kann auch innerhalb unseres Berufsstandes tragen.

Wir müssen nicht alles lösen. Aber wir können dafür sorgen, dass niemand das Gefühl haben muss, allein zu sein. VIOLIND erinnert uns deshalb nicht nur daran, hinzusehen, wenn jemand vor uns steht. Das Projekt fordert uns auch dazu auf, unsere eigene Umgebung aufmerksam wahrzunehmen.

Denn wer täglich für andere Verantwortung übernimmt, darf selbst nicht aus dem Blick geraten.

DANNY NEIDEL



LAKT
Landesapothekerkammer
Thüringen

In Kooperation
mit den Thüringer Frauenhäusern

www.violind.de