

Notwehr/Nothilfe

Voraussetzung für Notwehr ist ein rechtswidriger Angriff, z. B. auf

- Eigentum (Diebstahl, Handtaschenraub),
- körperliche Unversehrtheit,
- sexuelle Selbstbestimmung (Vergewaltigung).

Der rechtswidrige Angriff muss

- **gegenwärtig**

und die Notwehrhandlung

- **erforderlich und**
- **verhältnismäßig**

sein.

Gegenwärtig bedeutet: der Angriff muss unmittelbar stattfinden, bevorstehen oder fortauern. Er darf auf keinen Fall zeitlich zurückliegen.

Die Verteidigungshandlung muss zur Abwehr erforderlich und verhältnismäßig sein, d.h., auf eine zu erwartende Ohrfeige darf nicht mit einer Schusswaffe reagiert werden.

Der rechtswidrige Angriff kann

- von sich selbst (Notwehr) und/oder
- von einem anderen (Nothilfe)

abgewendet werden.

Wer nach diesen Grundsätzen in Notwehr/Nothilfe handelt kann weder straf- noch zivilrechtlich (Schadensersatz) belangt werden.

An wen können Sie sich wenden?

Ihre Ansprechpartner bei der Polizei sind:

- die Beauftragte der Polizei für Frauen und Kinder (BPFK) beim

**Polizeipräsidium Oberbayern Süd
Kaiserstraße 32
83022 Rosenheim
Tel 08031/200-1088**

- die örtlichen Ansprechpartnerinnen bei den zuständigen Kriminalpolizeidienststellen

Sonstige Ansprechpartner sind z.B.:

- Bayerischer Landessportverband
Tel.: 089/1 57 02-0
- Volkshochschulen
- örtliche Sportvereine

Waffenrechtliche Informationen

erhalten sie bei den zuständigen Waffenbehörden (Landratsämter und Kreisfreie Städte).

Internetadresse:

www.polizei.bayern.de

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Frauen



Gefährdungssituation

Viele Frauen fürchten sich vor allem davor, von einem unbekanntem Gewalttäter überfallen und vergewaltigt oder erheblich verletzt zu werden. Derartige Angriffe sind jedoch relativ selten.

Die meisten dieser Gewalttätigkeiten ereignen sich im sozialen Nahraum, in einer Beziehung oder in der Familie.

Täter kann sein:

- der Mann, mit dem die Frau bei einem Lokal- oder Disco-Besuch schon öfter Kontakt hatte
- der Arbeitskollege
- der Bekannte aus dem Freundeskreis
- der langjährige Freund
- der Partner/Ehemann
- der Expartner in Trennungssituationen

Die Polizeiliche Kriminalstatistik (PKS) belegt, dass

- ca. 3/4 aller angezeigten Vergewaltigungen von Tätern begangen werden, die mit dem Opfer bekannt sind
- ca. 2/3 aller angezeigten Vergewaltigungen im privaten Raum (z.B. Wohnung des Opfers oder des Täters) verübt wurden

Bei Gewalttaten gegen Frauen ist jedoch vor allem im sozialen Nahbereich von einem großen **Dunkelfeld** auszugehen, also von Straftaten, die zwar verübt, aber nicht angezeigt worden sind.

Selbstbehauptung

Einem Täter ist es wichtig, ohne großes Aufsehen handeln zu können. Er sucht sich ein geeignetes Opfer aus, mit dem er seiner Meinung nach leichtes Spiel haben wird.

Nutzen Sie Ihre Körperhaltung und Stimme aktiv zur Selbstbehauptung:

- Gehen Sie aufrecht
- Senken Sie nicht Ihren Blick
- Strahlen Sie Ruhe aus (Tief einatmen!)
- Sprechen Sie laut und deutlich
- Benennen Sie den Übergriff genau („Lassen Sie meinen Arm los!“)
- Siezen Sie Ihren Angreifer in jedem Fall
- Holen Sie sich aktiv Hilfe („Sie mit dem Hut, rufen Sie die Polizei!“)

Durch Ihr Auftreten signalisieren Sie dem Täter:

„ICH BIN KEIN OPFER!“

Selbstverteidigung

Eine Studie der Polizei Hannover zum Gegenwehrverhalten bei Vergewaltigungen und sexuellen Nötigungen zeigt, dass bereits bei leichter konsequenter Gegenwehr der Frauen 68,4 % der Täter die Tat abgebrochen haben. Bei massiver Gegenwehr konnten sogar 84,3 % der Frauen den Täter zur Aufgabe bewegen.

Aus polizeilicher Sicht ist deshalb die Teilnahme an einem Sicherheits- und Selbstbehauptungstraining zu empfehlen, bei dem verschiedene Gefahrensituationen besprochen und Verhaltensempfehlungen gegeben werden.

Jede Frau kann sich bei Gefahr wehren, um den Täter von sich abzuhalten!

Deshalb:

- Bewahren Sie zunächst Ruhe und halten Sie Blickkontakt zum Angreifer
- Wehren Sie sich konsequent! Schlagen Sie mit den Händen gezielt zum Gesicht und/oder treten Sie mit den Füßen gegen Schienbein oder Knie des Angreifers
- Setzen Sie zur Abwehr alles Greifbare (z.B. Handtasche, Schlüsselbund) und alles Verfügbare aus Ihrer Umgebung (z.B. Stuhl, Blumenstock) ein

Bevor Sie Abwehrwaffen (z.B. Reizstoffsprühgerät, Schreckschusswaffe) erwerben, informieren Sie sich über

- die einschlägigen waffenrechtlichen Bestimmungen
- den sicheren Gebrauch
- die individuellen Gefahren beim Umgang mit diesen Waffen

Denken Sie auch an Alternativen (z.B. akustische Alarmgeräte).

