

Gewalt gegen Frauen. Bei uns doch nicht! Die Realität sieht anders aus

Von Susanne Böllert

In Afghanistan verwehren die Taliban Frauen und Mädchen den Besuch weiterführender Schulen, zwingen sie zur Vollverschleierung und tilgen sie damit nahezu vollständig aus dem öffentlichen Leben. Nicht einmal in Notfällen dürfen Ärzte sie noch versorgen. Die Mullahs in Teheran bestrafen Frauen mit Peitschenhieben, wie zuletzt Parastoo Ahmadi. Die Popsängerin hatte sich 2024 in einem Musikvideo ohne Kopftuch gezeigt. Genitalverstümmelung und Kinderehen sind in Teilen Afrikas noch immer Normalität. Doch wer glaubt, Gewalt gegen Frauen gebe es nur in autoritären Ländern, nicht aber in so aufgeklärten und modernen Gesellschaften wie der unsrigen, der irrt.

Das zeigt der aktuelle Lagebericht des Bundeskriminalamtes, nach dem 2025 die Zahl der zur Anzeige gebrachten Fälle häuslicher Gewalt in Deutschland um 2,8 Prozent im Vergleich zum Vorjahr gestiegen ist. Die Hellziffer liegt bei 280.000 Betroffenen. Die Dunkelziffer bei diesem von Scham besetzten Thema muss immens sein. Auch vor dem Landkreis Starnberg, der von überdurchschnittlichem Wohlstand und Sicherheit geprägt ist, macht dieser Missstand nicht halt. Die Mitarbeiterinnen des Vereins „Frauen helfen Frauen Starnberg e.V.“ bestätigen am *Internationalen Tag zur Abschaffung der Gewalt gegen Frauen*, den die Vereinten Nationen seit 1999 begehen: Gewalt gegen Frauen zieht sich durch alle Gesellschaftsschichten, Altersstufen und Herkünfte.

Risikogruppe für häusliche Gewalt: erfolgreiche, gebildete Ehefrau ab Mitte 40

„Dabei können wir zwei Risikogruppen ausmachen“, sagt Cordula Trapp, die seit 2009 für die Frauenberatungsstelle mit Sitz in Herrsching arbeitet, „zu der einen zählen junge Frauen mit niedrigem sozioökonomischen Status, zu der anderen Frauen ab Mitte 40, die einen höheren sozioökonomischen Status als ihre Partner haben. Und diese Risikogruppe ist in unserem Landkreis nicht selten vertreten.“ Was beim ersten Hinhören beinah absurd klingt, wird nachvollziehbar, sobald die Sozialpädagogin und Trauma-Fachberaterin weiter spricht: „Bei allen Formen von Gewalt gegen Frauen handelt es sich immer um eine Demonstration von Macht und Kontrolle. Wenn der Mann aber das Gefühl hat, er sei seiner Frau unterlegen, etwa, weil sie einen höheren Bildungsrad oder einen besseren Posten innehat, kann es passieren, dass er sie systematisch erniedrigt, um sich selbst wieder zu erhöhen.“

In Deutschland wird fast jeden Tag eine Frau getötet – in den meisten Fällen vom (Ex-)Partner

Wie aber können derart steinzeitliche Verhaltensmuster im Jahr 2026 noch existieren? Das habe viel mit tradierten Rollenstereotypen zu tun, sagt Cordula Trapp, nach denen Ehemännern ihren Frauen per se überlegen zu sein hätten. Die schlimmsten Fälle von partnerschaftlicher Gewalt an Frauen listet der Lagebericht zu „geschlechtsspezifisch gegen Frauen gerichteten Straftaten und häuslicher Gewalt“ auf, den die Bundesregierung zum internationalen Aktionstag veröffentlicht: So sind im vergangenen Jahr 342 Frauen und Mädchen Opfer eines Tötungsdelikts geworden, davon 209 durch Gewalt in der Partnerschaft oder der Familie. Mehr als 830 überlebten 2025 einen Tötungsversuch.

Doch meist durchleben die Frauen einen langen Leidensweg, bevor es zum Äußersten kommt – oder die Frau sich aus der Spirale der Gewalt befreien kann. „Die Frauen, die uns anrufen und die wir beraten, sind häufig sehr belastet“, berichtet Cordula Trapp, „neben körperlicher Gewalt, die die meisten Menschen mit häuslicher Gewalt assoziieren, sind sie auch psychischer, sexueller, sozialer und ökonomischer Gewalt ausgeliefert.“ Wobei mit sozialer Gewalt vor allem die Isolierung der Frau gemeint ist. „Wenn mir mein Partner nur lange genug eingeredet hat, dass meine Freundinnen oder meine Angehörigen nicht gut für mich sind, und ich keinen Kontakt mehr zu ihnen habe, dann fehlt nicht nur die soziale Kontrolle. Dann weiß ich auch irgendwann nicht mehr, ob ich nicht wirklich verrückt bin, oder Abschaum, oder eine Bestrafung verdiene, wie mein Mann mir immerzu einbläut“, berichtet die Fachberaterin aus ihrem Arbeitsalltag.

Die Familie fährt in den Urlaub – ohne die Mutter, weil die es sich nicht leisten kann. Ein Beispiel für ökonomische Gewalt

Ein Beispiel für ökonomische Gewalt könne etwa sein, wenn der Mann zwar die Miete zahle, alles andere aber vom Konto der Frau beglichen werden müsse, auch wenn sie über ein deutlich geringeres Einkommen verfüge: also alle Einkäufe, alle Anschaffungen für die Kinder. Und die kaputte Waschmaschine? Nicht sein Problem. Auch wenn der Mann mit den Kindern verreise, die Frau aber zuhause bleiben müsse, weil sie den Urlaub nicht finanzieren könne, sei dies ein klarer Fall von ökonomischer Gewalt, erklärt die Beraterin.


FACHSTELLE
FÜR
GEWALT-
BETROFFENE
FRAUEN*
BERATUNG und UNTERSTÜTZ
bei häuslicher und/oder sexualisier
Gewalt oder Stalking
Weitere Infos auf unserer Website
www.frauenhelfenfrauen-sta.de
Beratungsstelle Frauennotruf
im Landkreis Starnberg
08152 / 5720
Bundesweites Hilfetelefon
24/7 mit Dolmetscher*innen
116 016
Polizeinotruf
VERTRAULICH, KOSTENFREI und AUF WUNSCH ANONY

Mit Flyern und derzeit auch speziellen Bäckerstüten versucht „Frauen helfen Frauen“ ihre Zielgruppe zu erreichen. Foto: Böllert

„Viele Frauen, die zu uns kommen, sagen, ‚ich weiß gar nicht, ob das Gewalt ist, was mir passiert‘, und ‚Sie sind die erste Person, der ich das erzähle'“, zeigt die Sozialpädagogin auf, in welchem Klima der Angst und Unterdrückung manche Opfer leben, bevor sie sich bewusst werden, eins zu sein. Denn, wenn immer wieder die eigenen Grenzen verletzt würden, gehe zuerst das Selbst-Bewusstsein verloren, dann der Selbst-Wert. „Wir hören häufig, dass die Folgen dieser seelischen Gewalt für die Frauen schlimmer sind als die von körperlichen Misshandlungen“, sagt Trapp.

Die WHO bestätigt: „Gewalt gilt als eines der größten Gesundheitsrisiken für Frauen. Neben körperlicher und sexueller Gewalt haben auch psychische und emotionale Gewalt gravierende Folgen. Viele Frauen leiden danach unter Depressionen, vereinsamen, verarmen – emotional und materiell.“ Und: Häusliche Gewalt wird vererbt. Auf Seiten der Täter. Und auf Seiten der Opfer.

Was sexualisierte Gewalt angeht, hat zwar hat die Me-Too-Debatte die gesellschaftliche Awareness gesteigert. Allerdings geht es dabei meist um missbräuchliche Abhängigkeitsverhältnisse im beruflichen Kontext. Was sexuelle Gewalt innerhalb von Partnerschaften betrifft, liegt auch knapp 30 Jahre nach Einführung des Straftatbestandes der *Vergewaltigung in der Ehe*, vieles im Argen. Das gezeigt hat zuletzt der Fall Collien Fernandes, bei dem die eigene Ehefrau zum Opfer digitaler Gewalt wurde.

„Wir helfen den Frauen, Wege aus der Perspektivlosigkeit zu finden“

Wie aber können Cordula Trapp und ihre Kolleginnen Claudia Sroka und Elke Leicht-Krohn Betroffene unterstützen? „Die Frau ist immer die Expertin ihres Lebens“, sagt Cordula Trapp, „wir können ihr nur dabei helfen, Wege aus der Perspektivlosigkeit zu finden.“ In akuten Fällen, indem „Frauen helfen Frauen“ einen Gewaltschutzantrag stellt. Wird er bewilligt, gilt ein sechsmonatiges Wohnungs- und Kontaktverbot. Handelt es sich um eine lebensbedrohliche Situation, finden die Betroffenen Unterschlupf im Mutterkindhaus in Gilching.

„Meistens geht es aber um telefonische oder Beratungen hier bei uns, in denen wir praktische Tipps etwa zur Antragstellung von Sozialhilfe, Wohngeld oder Unterhaltsvorschüssen geben. Und wir helfen den Frauen dabei, sich nicht länger die Schuld zu geben. „Wenn eine Kundin ein klein wenig unbelasteter geht, als sie gekommen ist, wenn sie einmal gelacht hat, dann werte ich das als Erfolg“, sagt Cordula Trapp.

- Neben dem Frauennotruf und der Beratungsstelle unterhält „Frauen helfen Frauen Starnberg“ auch eine Interventionsstelle, die proaktiv auf betroffene Frauen zugeht, nachdem die Polizei wegen häuslicher Gewalt intervenieren musste. Außerdem gibt es eine Psychosoziale Prozessberatung, die Opfer massiver Gewalt in Gerichtsverfahren zur Seite steht.
- Zu erreichen ist der Verein mit Sitz in der Mühlfelder Straße 12 unter 08152 / 5720 oder per E-Mail an info@frauenhelfenfrauen-sta.de.
- Wer Fördermitglied werden möchte, findet auf www.frauenhelfenfrauen-sta.de einen entsprechenden Aufnahmeantrag.
- Spenden an die gemeinnützige Einrichtung gehen an:

IBAN: DE 62 7025 0150 0430 8868 04
BIC: BYLADEM1KMS
Kreissparkasse München Starnberg Ebersberg

Category

1. Aufmacher
2. Panorama

Date
25/11/2026
Date Created
25/11/2026