

# KINDER LEIDEN MIT - HILFEN FÜR MÜTTER UND KINDER BEI HÄUSLICHER GEWALT

## CHILDREN SUFFER TOO -

Help for Mothers and Children suffering  
from domestic violence

## ÇOCUKLARDA ÇEKMEKTEDİR -

Anne ve çocuklar için ev  
içi şiddete karşı yardım

## Дети страдают вместе с Вами -

Помощь для матерей и детей  
при бытовом насилии

## LES ENFANTS SOUFFRENT -

en même temps

Aides proposées aux mères et aux enfants  
exposés à la violence domestique

## إن الأطفال يعانون أيضا -

الإعانات المقدمة للأمهات و الأطفال عن تعرضهم للعنف المنزلي

## Децата също страдат -

помощ за майки и деца при домашно насилие

## Copiii suferă, de asemenea -

Sprijin pentru mame și copii care se  
confruntă cu violența conjugală

## Dzieci cierpią również -

pomoc dla matek i dzieci dotkniętych  
przemocą w rodzinie

**GEGEN  
GEWALT**

**GewHalt!**

Initiative: Stoppt Gewalt gegen Frauen!

# GewHalt!

Initiative: Stoppt Gewalt gegen Frauen!

gefördert vom:

**Ministerium für Heimat, Kommunales,  
Bau und Gleichstellung  
des Landes Nordrhein-Westfalen**



Die Initiative „GewaltHalt – Stoppt Gewalt gegen Frauen“ besteht seit April 2000 im Kreis Gütersloh als Runder Tisch gegen häusliche Gewalt. In diesem Netzwerk sind vertreten:

- Gleichstellungsbeauftragten der Stadt Halle/Westf., der Stadt Werther (Westf.) und des Kreises Gütersloh
- Abteilung Gesundheit des Kreises Gütersloh
- Jugendämter des Kreises Gütersloh und der Städte Gütersloh, Verl und Rheda-Wiedenbrück
- Opferschutzbeauftragte der Polizei GT
- LWL Klinikum Gütersloh
- Frauenhaus Gütersloh
- Frauenberatungsstelle Gütersloh
- Beratungsstelle Trotz allem e. V.
- Diakonie Halle (Westf.)
- Kinderschutzzentrum Gütersloh
- Fachanwältin für Strafrecht

## Herausgegeben von:

Initiative „GewaltHalt - Stoppt Gewalt gegen Frauen“

Gleichstellungsstelle - Kreis Gütersloh  
Herzebrocker Straße 140  
33324 Gütersloh  
Email: [gleichstellungsstelle@kreis-guetersloh.de](mailto:gleichstellungsstelle@kreis-guetersloh.de)

Überarbeitete 3. Auflage  
Dezember 2020

# KINDER LEIDEN MIT -

## DEUTSCH

Hilfe für Mütter und Kinder  
bei häuslicher Gewalt

## ENGLISCH

Help for Mothers and Children  
suffering from domestic violence

## TÜRKISCH

Anne ve çocuklar için ev  
içi şiddete karşı yardım

## RUSSISCH

## FRANZÖSISCH

Aides proposées aux mères et aux enfants  
exposés à la violence domestique

## ARABISCH

الإعانات المقدمة للأمهات و  
الأطفال عن تعرضهم للعنف المنزلي

## BULGARISCH

помощ за майки и деца  
при домашно насилие

## RUMÄNISCH

Sprijin pentru mame și copii care se  
confruntă cu violența conjugală

## POLNISCH

pomoc dla matek i dzieci dotkniętych  
przemocą w rodzinie

## Häusliche Gewalt hat viele Gesichter

*Hannah kommt heute freudig von der Schule nach Hause und hört schon im Treppenhaus die Stimme ihres Vaters aus der Wohnung: „Du bist doch gar nicht fähig, die Blagen zu erziehen. Und dann auch noch arbeiten wollen!“. Danach ein dumpfer Schlag, Hannah erschrickt. Sie hat schon wieder so ein mulmiges Gefühl im Bauch und traut sich kaum, den Schlüssel im Türschloss umzudrehen. Zu groß ist die Angst vor dem, was sie sehen könnte.*

In dieser Broschüre geht es um Gewalt in Partnerschaften. Der Fachbegriff dafür heißt **häusliche Gewalt**. Häusliche Gewalt, das ist nicht „nur“ Prügeln. Auch Demütigungen, Drohungen, Stalking und Einschüchterungen gehören dazu. Menschen, denen Gewalt angetan wird, haben Anspruch auf Hilfe – gerade Kinder, die miterleben, dass Eltern gewaltvoll miteinander umgehen. Sie erleiden schwere, seelische Verletzungen. In einem Klima von Angst und Gewalt gibt es wenig Vertrauen, Schutz und Sicherheit. Aber genau dieses brauchen Kinder für ihre gesunde Entwicklung.

### Hilfe statt Gewalt

Wir wissen, dass Sie und Ihr Kind sich gerade jetzt in einer schwierigen Situation befinden. Wir machen uns nicht nur um Sie, sondern auch um Ihr Kind große Sorgen.

Auf den nächsten Seiten zeigen wir Ihnen, was Gewalt für Ihr Kind bedeuten kann und wo Sie Hilfe, Schutz und Unterstützung in Ihrer Nähe finden.

## Kinder haben ein Recht auf gewaltfreie Erziehung

Das Gesetz verbietet körperliche Bestrafungen, seelische Verletzungen und andere entwürdigende Maßnahmen gegen Kinder (z.B. § 1631 Abs. 2 BGB).

Genau wie alle Mütter wollen auch Sie eine gute Mutter sein. Trotzdem fällt es schwer, in gewalttätigen Partnerschafts-Konflikten das Wohl des Kindes ausreichend im Blick zu haben. Sie sollten wissen, dass schon das Miterleben von häuslicher Gewalt eine Form von Gewalt gegen Kinder ist.

### Das Schweigen brechen

Frauen, die wie Sie Gewalt erleben, ziehen sich aus Scham oft völlig zurück und verheimlichen, was ihnen und ihrem Kind angetan wird. Sie glauben, ihr Kind schützen zu können, wenn sie das Geschehene unter den Tisch kehren. Manche Mütter möchten ihrem Kind aber auch den Vater erhalten. Sie fühlen sich vielleicht von der Situation überfordert und wissen nicht mehr weiter.

**Sich in dieser Situation Hilfe und Unterstützung zu suchen, ist kein Zeichen von Schwäche, sondern von Stärke und Verantwortung!**



## Kinder sehen, hören und fühlen mit – Auswirkungen von Partnerschaftsgewalt auf Kinder

Auch wenn Ihr Kind selbst nicht geschlagen wird, ist es durch die häusliche Gewalt sehr belastet. Die gesunde Entwicklung Ihres Kindes ist stark gefährdet. Da die Eltern die engsten Bezugspersonen sind, können sich Kinder angesichts der Gewalt des Vaters und der Ohnmacht der Mutter sehr hilflos und ausgeliefert fühlen.

Vielleicht beobachten Sie an Ihrem Kind in letzter Zeit, dass es vermehrt ängstlich ist, sich zurückzieht und traurig wirkt oder sich aggressiv verhält, nicht gut schläft, unruhig wirkt, schlechte Schulnoten bekommt, wegen Bauchschmerzen nicht in den Kindergarten will, sich mehr als sonst an Sie klammert oder Berührungen ablehnt. Diese Verhaltensauffälligkeiten können deutliche Anzeichen für eine beginnende Entwicklungsstörung sein.

Selbst wenn Ihr Kind keine Auffälligkeiten zeigt, leidet es. Denn Kinder fühlen sich meist verantwortlich für das, was zu Hause passiert, glauben vielleicht, sie seien Schuld, meinen, zwischen den Eltern vermitteln oder den geschlagenen Elternteil schützen zu müssen.

### Kinder brauchen gute Vorbilder

Wenn Kinder im Elternhaus Gewalt erleben, werden sie nach dem Vorbild ihrer Eltern oft selbst zum Opfer oder Täter. Im Erwachsenenalter gehen sie häufig Beziehungen ein, in denen Gewalt ebenfalls eine Rolle spielt. Dieser Gewaltkreislauf kann von Ihnen durchbrochen werden, wenn Sie sich dessen bewusst werden und jetzt beginnen, Schutz und Hilfe für sich und Ihr Kind zu suchen!

## Wie können Sie Ihr Kind schützen?

Es gibt Möglichkeiten etwas für sich und Ihr Kind zu verändern:

- Überlegen Sie, wem Sie sich anvertrauen können und sprechen Sie mit jemandem darüber, dass Sie häusliche Gewalt erfahren.
- Nehmen Sie Kontakt zu einer Beratungsstelle auf und informieren Sie sich, wie Sie sich und Ihr Kind in der momentanen Lebenssituation am Besten schützen können. Telefonnummern und Adressen von Beratungsstellen und Notdiensten finden Sie auf den nachfolgenden Seiten.
- Holen Sie sich Unterstützung für Ihr Kind. Sie finden z.B. Beratung und Unterstützung bei der Kinder- und Jugendhilfe (Jugendamt) - auf Wunsch auch anonym.
- Informieren Sie Erzieherinnen und Erzieher, Lehrerinnen und Lehrer oder andere vertrauenswürdige Erwachsene, die Kontakt zu Ihrem Kind haben.
- Schutz in einer akuten Bedrohungssituation finden Sie zusammen mit Ihrem Kind in einem Frauenhaus.
- Falls Sie akut gefährdet sind, rufen Sie die Polizei unter der Notrufnummer 110. Die Polizei kann die gewalttätige Person bis zu 10 Tage aus der gemeinsamen Wohnung entfernen („wegweisen“).
- Längerfristige Maßnahmen wie eine dauerhafte Wohnungszuweisung oder ein Näherungs- und Kontaktverbot können Sie nach dem Gewaltschutzgesetz bei Gericht beantragen.

Weitere Informationen dazu finden Sie in der Broschüre „**Ohne Gewalt leben – Sie haben ein Recht darauf!**“

# ENGLISCH

## Domestic violence has many faces

*Hannah comes home from school. Happily walking towards the door she suddenly hears her father's voice shouting: "You are too stupid to look after our brats - and now you want to go to work?" Hannah hears a sudden thump and becomes frightened. The weird feeling in her tummy has returned and she is scared to turn the key. Too great is her fear of what she might see again.*

This leaflet is about violence in relationships. The technical term is domestic violence. Domestic violence does not only mean beating someone. Humiliations, threats, stalking and intimidations are also forms of domestic violence. People suffering domestic violence are entitled to help - especially children, who are forced to witness their parents' violent behaviour. These children suffer serious mental damages. In an atmosphere of fear and violence there is little trust, care, protection and safety. But children require these things for a healthy development.

### Help instead of violence

We know that you and your child are stuck in a difficult situation. We are not only worried about your own but also of your child's well-being.

On the following pages we will describe what effects violence can have on your child and where you can get help, protection and support.

## Children have the right to a non violent upbringing

The law prohibits physical punishments, mental injuries and other degrading treatment against children (for example § 1631 sec. 2 German Civil Code).

Just like any mother you want to be a good mother. Despite this, you may find it difficult to protect and care for your child sufficiently while living with a violent partner. You should be aware of the fact that it is already a form of violence if your child is forced to witness domestic violence.

### Breaking the silence

Out of shame women who suffer violence may tend to completely retract and hide what is happening to them and their offspring. They believe that they can protect their child by ignoring the things that have occurred. Some women don't want their children growing up without a father. They might feel overwhelmed by the situation and don't know how to go on.

**To look for help and support in such a situation is not a sign of weakness but rather a sign of strength and responsibility!**

## Children see, hear and feel with you- effects of violent relationships on children

Even if your child is physically not being punished himself/herself, the violence it is forced to witness has a great impact on its well-being. The healthy development of your child is at great risk. Since the parents are the closest people to a child, children with a violent father and a powerless mother can feel very helpless.

Maybe you have noticed your child's behaviour changing: he or her is increasingly anxious, seems sad, withdrawn or is aggressive; sleeping difficulties or bad school marks may occur or due to stomach aches your child doesn't want to go to the kindergarten. Maybe your child is rather clingy in comparison to before or even on the contrary doesn't want any affection. These behavioural patterns can indicate an abnormal development.

Even if your child isn't suffering from any of the above symptoms, he/she may still be suffering. Children often feel responsible for the things that happen at home, they might even believe that they are to blame. Children often try to mediate between their parents or believe that they have to protect the abused parent.

### Children need good role models

When children encounter violence in their home the chance of becoming a victim or an offender themselves increases. Once grown up they tend to take up violent relationships themselves.

You can stop this vicious circle if you acknowledge the fact that something needs to change and start to look for protection and help for you and your child.

## How can you protect your child?

There are many ways to change your child's and your situation:

- Think about trustworthy people you can talk to and inform them about your current situation and the domestic violence you are suffering.
- Get in touch with a counselling centre to receive information on how to protect yourself and your child. On the following pages you find telephone numbers and addresses of counsellors and emergency services.
- Get extra support for your child. You can receive counselling and support from the local children's welfare offices (Jugendamt), even anonymously if you wish so.
- Inform the staff at your children's nursery or school about your situation, including teachers or other trustworthy adults that know your child.
- In a highly dangerous situation immediate protection for you and your children can be found in a woman's shelter (Frauenhaus).
- If you are in a dangerous or life threatening situation always contact the police (emergency phone: 110). The police are able to take the **aggressor away from the shared home for a period up to 10 days.**
- For long term measures, e.g. a permanent allocation for the joint home or a restraining order you can make an application at court according to the Violence Protection Act (Gewaltschutzgesetz).

For more information on this topic please take a look at the multilingual guidance **„Ohne Gewalt leben – Sie haben ein Recht darauf!“**

## Ev içinde şiddetin farklı yüzleri

*Hanna bugün mutlu bir şekilde okuldan gelirken evin merdivenlerinde odadan babasının sesini duyuyor:*

*Çocukları eğitecek hiç bir bilgin yok, ve birde üstüne çalışmak istiyorsun!"*

*Arkasından bir tokat sesi. Hanna ürküyor. Hannanın midesi yine gerilmeye başlıyor ve kapıyı açmaktan çekiniyor. Çünkü kapı açılınca karşısına çıkacak manzaradan korkuyor.*

Bu broşürde eşler arasında şiddet konusu işlenmektedir. Buna „ev içi şiddet“ denir. Ev içi şiddet „yalnız“dayak değildir. Aşağılamak, tehdit etmek, üzerine gitmek ve gözünü korkutmak ev içi şiddet konusuna girer. Şiddete maruz kalan insanların yardım alma hakları vardır. Bilhassa anne-babaların birbirlerine şiddet uyguladıklarına şahit olan çocukların. Bu çocuklar ağır ruhsal yaralar almaktadırlar. Korku ve şiddet ortamında güven, korunma ve emniyet çok azdır. Sağlıklı gelişebilmeleri için çocukların bunlara ihtiyaçları vardır.

## Şiddet yerine yardım

Sizin ve çocuğunuzun tam bu sırada zor durumda olduğunuzu biliyoruz. Biz sadece sizin için değil, çocuğunuz içinde endişeleniyoruz.

Diğer sayfalarda şiddetin çocuğunuz için ne anlama gelebileceğini ve yakınınızda nerde yardım, korunma ve destek bulabileceğinizi göstermek istiyoruz.

## Çocukların şiddetsiz bir eğitime hakları vardır

Yasalar çocuklara uygulanan fiziksel cezaları, ruhsal yaraları ve diğer aşağılayıcı uygulamaları yasaklamaktadır (örnek: § 1631 Abs. 2 BGB).

Diğer anneler gibi sizde iyi bir anne olmak istiyorsunuz. Buna rağmen şiddetin hakim olduğu sorunlu eşlerin çocuğun sağlığını yeterince göz önünde bulundurmaları oldukça zordur. Çocukların ev içinde oluşan şiddete seyirci kalmaları, onlara adeta şiddetin farklı bir biçimi uygulanmaktadır.

## Suskunluğu bozmak

Kadınlar, sizin gibi şiddete maruz kaldıkları zaman, utandıklarından dolayı toplumdaki uzaklaşmaktadırlar ve kendisine ve çocuklarına yapılanları gizlemektedirler. Bu tür anneler, olan olayları yok saymakla sorunların çözüleceğini düşünmektedirler. Bazı annelerde çocuğunu babasız bırakmak istememektedirler. Bu durum onları belki aşmakta ve ne yapacaklarını bilmemektedirler.

**Böyle bir durumda yardım ve destek aramak güçsüzlüğün işareti değil, aksine güçlülük ve sorumluluktur!**

## Çocuklar görüyor, duyuyor ve hissediyorlar - eşler arası şiddetin çocuklar üzerindeki etkileri

Çocuğunuz kendisi dövülme bile, ev içi şiddetin etkisi altında ezilmektedir. Bu durumda çocuğunuzun sağlıklı gelişmesi tehlikede. Anne ve baba çocuğın en yakınları olduğu için, babanın şiddet yanlısı olması ve annenin çaresizliği karşısında çocuklar kendilerini güçsüz ve teslim olmuş gibi hissetmektedirler.

Belki son zamanlarda çocuğunuzun gittikçe kendini daha korkak hissetmesini, geriye çektiğini ve üzüntülü olduğunu ve hatta saldırgan davrandığını, iyi uyumadığını, rahat hissetmediğini, kötü notlar yazdığını, karnı ağırdığı için ana okuluna gitmek istemediğini, size haddinden fazla sarılmak istediğini veya dokunmanızı reddettiğini izliyorsunuzdur. Bunlar çocuğunuzda oluşan davranış bozukluklarının başlangıç işaretleri olabilir.

Çocuğunuz bu belirtileri göstermese bile, altında ezilmektedir. Çünkü genelde çocuklar evde olup bitenlerden kendilerini sorumlu tutmaktadırlar, anne-baba arasında araboluculuk yapmak isterler, dövülen tarafı korumaları gerektiğini düşünürler.

### Çocuklara iyi örnekler gereklidir

Çocuklar anne – baba evinde şiddet gördüklerinde, ebeveynlerini örnek aldıklarından ya kendileri şiddete maruz kalırlar yada şiddet uygulatırlar. Yetişkin olduklarında da şiddetin rol oynadığı ilişkiler kurmaktadırlar.

Olayların bilincine varıp, kendiniz ve çocuğunuz için koruma ve yardım aramanız, şiddet çemberinden çıkmanızı sağlamaktadır.

## Çocuğunuzu nasıl koruyabilirsiniz?

Kendiniz ve çocuğunuz için bir şeyleri değiştirebileceğiniz imkanlar mevcuttur:

- Ev içi şiddete maruz kaldığınızda, bu durumu kime anlatabileceğinizi ve kime güvenebileceğinizi düşünün.
- Kendinizi ve çocuğunuzu şu anda bulunduğunuz durumdan daha iyi koruyabilmek için danışma bürosuyla bağlantı kurunuz. Yardım ve danışma bürolarının telefon numaralarını arka sayfada bulabilirsiniz.
- Çocuğunuz için destek alınız. Bilgi ve destek için çocuk ve gençlik dairesine (Jugendamt) -kimliğinizi bildirmeden de-müracat edebilirsiniz.
- Çocuğunuzla ilişkisi olan güvenebileceğiniz yetişkinlere, öğretmenlere ve eğitimcilere bilgi veriniz.
- Acil tehdit durumlarında, kendiniz ve çocuğunuz için kadın sığınma evlerinden yardım alabilirsiniz.
- Acil tehlikeli durumlarda polisi 110 acil numaradan arayabilirsiniz. Polis, şiddet uygulayan kişiyi 10 güne kadar için, birlikte yaşadığınız evden uzaklaştırabilir.
- Uzun vadeli uygulamalar için, örneğin görüşmeyi engellemeyi ve evden uzaklaştırmayı gerçekleştirebilen, şiddetten koruma yasası sayesinde mahkemeye başvurulabilir.

Daha fazla bilgi için **“Ohne Gewalt leben- Sie haben ein Recht darauf”** broşürüne başvurabilirsiniz.

## Бытовое насилие имеет много лиц

*Анна радостная приходит из школы домой и уже на пороге дома слышит голос отца в квартире: «Ты не в состоянии воспитывать девочек. И при этом ещё хочешь идти на работу!» Потом раздаётся глухой удар, Анна перепугана. От волнения и испуга Анна боится открыть дверь! Слишком велик страх увидеть то, о чем подозревается.*

В этой брошюре речь идёт о насилии в семейной жизни, или о так называемом бытовом насилии. Бытовое насилие включает в себя не только избиение, но и унижения, угрозы, преследования и запугивания. Люди, подвергающиеся такому насилию, имеют право на помощь – особенно дети, которые становятся свидетелями насилия между родителями. Дети несут от этого тяжёлые, душевные раны. В атмосфере страха и насилия нет места доверию, защищённости и безопасности, которые для жизни и развития особенно важны.

## Помощь вместо насилия

Мы знаем, что Вы и Ваш ребёнок в настоящий момент находитесь в сложной ситуации. Мы переживаем не только за Вас, но и за Ваших детей.

На следующих страницах мы Вам объясним, что значит насилие для Ваших детей, и где Вы можете поблизости получить помощь, защиту и поддержку.

## Дети имеют право на детство без насилия

закон запрещает физические наказания, нанесения душевных и других ран детям (§1631 Abg. 2).

Как и все родители, Вы стремитесь быть хорошей мамой. Несмотря на это, не всегда удаётся, особенно при конфликтах в партнёрстве, следить за благом ребёнка. Вы должны знать, что уже одно присутствие ребёнка при бытовом насилии является для него насилием.

## Прекратите молчание

Женщины, которые, как и Вы, испытывали бытовое насилие, от стыда полностью замыкаются и скрывают, что с ними и их ребёнком происходит. Они думают, что могут ребёнка таким образом уберечь. Некоторые мамы пытаются ребёнка сохранить отца. Вероятно они не в состоянии справиться с ситуацией и не знают, как быть дальше.

**Обратиться в этот момент за помощью и поддержкой – не знак слабости, а наоборот знак силы и ответственности!**

## Дети видят, слышат и чувствуют – влияние насилия в партнёрстве на развитие детей

Если ребёнка самого не бьют, он всё же страдает. Нормальное развитие ребёнка при этом в большой опасности. Родители для ребёнка – самые близкие люди, и поэтому дети чувствуют себя при насилии отца и беспомощности матери чрезвычайно слабыми и незащищёнными.

Может быть Вы в последнее время наблюдали у Вашего ребёнка, что он стал чересчур боязливым, сторонится людей, выглядит грустным; или наоборот стал агрессивным, плохо спит, беспокойный, приносит плохие отметки домой, из-за болей в животе отказывается идти в детский сад, не отходит от Вас ни на шаг или наоборот не выносит близости.

Это могут быть сигналы нарушения в развитии ребёнка. Даже если Вы изменений не заметили, всё же Ваш ребёнок страдает. Дети часто чувствуют себя виновными в том, что происходит дома, стараются наладить отношения между родителями или пытаются защитить жертву насилия.

### Дети нуждаются в положительных примерах

Если дети вырастают в семьях с насилием, они становятся по примеру родителей или жертвой, или виновником. Повзрослев, многие заводят отношения, в которых насилие также присутствует.

Вы можете этот замкнутый круг насилия прервать, если Вы, поняв и осознав, начнёте искать защиту и помощь для себя и для ребёнка!

## Как Вы можете защитить ребёнка?

Существуют возможности, которые изменят Вашу жизнь и жизнь ребёнка!

- Подумайте, кому Вы можете довериться, и расскажите ему о том, что Вы подвергаетесь бытовому насилию.
- Вступите в контакт с консультационным бюро, проинформируйтесь, как Вы в данный момент лучше всего можете защититься. Телефонные номера и адреса различных служб Вы найдёте на следующих страницах.
- Обратитесь за поддержкой для Вашего ребёнка. Её Вы получите, например, в Югендамте (Jugendamt)– при желании анонимно.
- Проинформируйте воспитателей, учителей или других доверительных лиц, которые имеют контакт с Вами или ребёнком.
- В особо опасной ситуации Вы с ребёнком найдёте убежище в Frauenhaus (женский дом).
- В экстренной ситуации звоните в полицию по номеру 110. Полиция может извлечь агрессивного виновника из совместной квартиры на 10 дней.
- Для долгосрочных мер, как например удаление виновника из квартиры на продолжительное время или запрет приближения и вступления в контакт, нужно по закону подать заявление в суд.

Дальнейшую информацию Вы найдёте в брошюре „**Ohne Gewalt leben – Sie haben ein Recht darauf!**“

## La violence conjugale a beaucoup de visages

*Aujourd'hui Hannah est toute joyeuse quand elle rentre de l'école, mais elle est à peine arrivée à la maison quand elle entend la voix de son père venant de l'appartement : « Toi qui es incapable d'éduquer les gosses, tu as le toupet de vouloir aller travailler ! » Puis un coup sourd. Hannah s'effraie. Une fois de plus elle a ce noeud au ventre et ose à peine retourner la clé dans la serrure. La peur à l'idée de ce qu'elle risque de voir est vraiment trop grande.*

Dans cette brochure, il s'agit de la violence au sein de couples. Le terme technique c'est la violence conjugale, qui ne se réduit pas aux seuls coups. Il y a aussi les humiliations, les menaces, le harcèlement et les intimidations. Les personnes qui sont victimes de violence ont droit à l'aide. C'est surtout le cas des enfants qui doivent être témoins du fait que les rapports entre leurs parents se caractérisent par la violence. Ces enfants subissent de lourdes blessures psychiques. Dans un climat de peur et de violence, il y a peu de place pour des sentiments de confiance, de protection et de sécurité.

### De l'aide au lieu de la violence

Nous savons que, juste en ce moment, vous ainsi que votre enfant, vous vous trouvez dans une situation difficile. Ce n'est pas seulement pour vous que nous nous inquiétons beaucoup, mais aussi pour votre enfant.

Sur les pages qui suivent, nous nous proposons de vous montrer ce que peut signifier la violence pour votre enfant et où, près de chez vous, vous trouvez aide, protection et soutien.

## Les enfants ont droit à une éducation sans violence

La loi interdit les punitions corporelles, les violences psychiques et autres mesures dégradantes à l'encontre des enfants.

Comme toutes les mères, vous aussi, vous voulez être une bonne mère. Tout de même, s'il y a des conflits conjugaux violents, il est souvent difficile de ne pas perdre de vue le bien de l'enfant. Vous devriez savoir que le seul fait de devoir être témoin de violence conjugale est une forme de violence contre l'enfant.

### Rompre le silence

Les femmes qui comme vous subissent des violences, se replient souvent totalement sur elles-mêmes par un sentiment de honte et dissimulent ce qui leur est fait, à elles-mêmes et à leur enfant. Elles croient pouvoir protéger leur enfant en occultant ce qui a eu lieu. Il y a aussi des mères qui aimeraient garder le père pour leur enfant. Il se peut aussi qu'elles se sentent dépassées par la situation et ne savent plus que faire.

**La décision de rechercher aide et soutien dans une telle situation n'est pas un signe de faiblesse, mais au contraire de force et de responsabilité.**



## Les enfants sont des témoins empathiques - les répercussions de la violence conjugale sur les enfants

Même si votre enfant n'est pas directement objet de coups, la violence conjugale est une expérience traumatisante pour lui. L'épanouissement de votre enfant est fortement compromis. Puisque les parents sont les personnes de référence les plus proches, les enfants risquent de se sentir complètement désemparés face à la violence du père et à l'impuissance de la mère.

En observant votre enfant, vous constatez peut-être qu'il a souvent peur, qu'il se retire et semble triste ou se comporte de manière agressive, qu'il dort mal, semble inquiet, rentre avec de mauvaises notes scolaires, ne veut pas aller à la maternelle à cause de douleurs au ventre, se raccroche à vous plus que d'habitude ou refuse les caresses. Ces problèmes de comportement peuvent être les signes visibles d'un début de trouble de développement.

Même si votre enfant ne montre pas ces problèmes, il souffre. Car très souvent les enfants se sentent responsables de ce qui se passe à la maison, croient même que c'est de leur faute, pensent qu'ils doivent réconcilier les parents ou protéger la victime de la violence.

### Les enfants ont besoin de bons modèles

Si les enfants sont témoins de violence conjugale, en suivant l'exemple de leurs parents, ils risquent de devenir de leur côté victimes ou auteurs de violence. À l'âge adulte, ils s'engagent souvent dans des relations où la violence joue un rôle. Ce cercle vicieux de la violence peut être interrompu, si vous en prenez conscience et commencez dès à présent à rechercher aide et soutien pour vous-même et votre enfant.

## Comment pouvez-vous protéger votre enfant?

Il y a des possibilités de changer la situation pour vous et pour votre enfant:

- Réfléchissez pour trouver la personne à laquelle vous pouvez vous confier et informez quelqu'un de ce que vous êtes victime de violence conjugale.
- Procurez-vous du soutien pour votre enfant. Par exemple, vous trouvez conseil et soutien auprès de l'office de la protection de la jeunesse – en gardant l'anonymat, si vous le désirez.
- Mettez au courant les instituteurs et institutrices de la maternelle, les instituteurs et les institutrices à l'école ainsi que les professeurs et les autres adultes dignes de confiance, qui sont en contact avec votre enfant.
- Si vous vous sentez menacée immédiatement, un centre d'accueil pour femmes vous offre la protection nécessaire, à vous et à votre enfant.
- Si vous êtes en danger immédiat, appelez la police en faisant le numéro d'urgence 110. La police est autorisée à éloigner la personne violente de l'appartement commun jusqu'à une durée de 10 jours.
- Des mesures à plus longue échéance, telle qu'une affectation d'appartement durable ou une interdiction d'approche ou de contact peuvent être sollicitées au tribunal.

Vous trouverez plus d'informations à ce sujet dans la brochure « Vivre sans violence – c'est votre droit !

## للغف المنزلي عدة أوجه

عندما رجعت هناء من المدرسة إلى المنزل و هي فرحانة، سمعت في درج البناية صوت اببها و هو يصرخ في المنزل: "إنك غير قادرة على تربية الأطفال الصغار، و بالرغم ذلك تودين العمل!" و لتسمع بعد ذلك جلجلة ضربة قوية، أخافت هناء كثيرا، و اصابها مرة أخرى ذلك الشعور الباطني الرهيب و بالكاد جمعت قواها لإدارة المفتاح لفتح الباب. إن رهبة كبيرة تنتابها من الأمر الممكن رؤيته عند الدخول.

في هذا الكتيب سنلقي الضوء على الغف بين الأزواج، أو ما يطلق عليه بالغف المنزلي، و هو المصطلح الجامع ليس للضرب "ففظ" و إنما يتعداه للإهانات و التهديدات و المطاردات و الترهيبات. و الأشخاص الذين ذاقوا مرارة الغف، لديهم الحق في الحصول على المساعدة، و نخص هنا بالذكر الأطفال الذين يعيشون مع الوالدين الذين يعنف أحدهما الآخر، حيث يسبب لهم هذا جروحا عميقة في نفسياتهم، على اعتبار أن الجو الذي ملوه الخوف و الغف، ينقص فيه الشعور بالثقة و الحماية و الأمان، و هي أمور لمن الأهمية بمكان بالنسبة للتطور النفسي السليم للأطفال.

## المساعدة عوضا عن الغف

إننا على علم تام بأنك و طفلك تتواجدان في وضعية صعبة للغاية، و إنه ليهما أمرك بقدر ما يهنا مصلحة طفلك، و سنراكما على حد سواء.

و في الصفحات التالية سنقوم بإيضاح ماذا يعني الغف بالنسبة لطفلك و أين تقدم المساعدة و الحماية و الدعم

## للأطفال الحق في تربية خالية من الغف

يمنع القانون العقاب الجسدي و إلحاق الأذى النفسي و أي إجراء من شأنه الحط من كرامة الأطفال، كما تنص على ذلك المادة ١٦١٣، الفقرة رقم: ٢ من القانون المدني الألماني.

و كما هو الشأن مع السائر الأمهات فإنك ترغبين أيضا في أن تكوني أما جيدة، و مع ذلك فإنه لمن الصعوبة بمكان أن تضعي نصب عينك مصلحة الطفل بشكل كافي في جو يسوده الغف المنزلي، و عليك معرفة شئى في غاية الأهمية ألا و هو أن حضور الطفل عند ممارسة هذا الغف هو في حد ذاته غف ممارس ضد الطفل نفسه.

## كسر حاجز الصمت

إن النساء اللاتي يتعرض للغف ينطوين على أنفسهن و يخفين ما جرى لهن و لأطفالهن، ظنا منهن أن بإمكانهن حماية أطفالهن عندما يخفين الحقائق، و بعض الأمهات يتحملن ذلك للإبقاء على أب للطفل، و لربما ارتابهن الشعور بأنهن غير قادرات على تحمل الأعباء الحياتية و ليس لديهن دراية كافية للتعامل مع مستجدات الحياة في المستقبل، و في هاته اللحظة تجب الإشارة إلى أن البحث عن المساعدة و الدعم ليست علامة على الضعف و إنما دليل على القوة و تحمل المسؤولية.

## كيف يمكنك حماية طفلك؟

إن هناك العديد من الإمكانات التي تتيح تغيير الأشياء بالنسبة لك و لطفلك:

■ - فكري جيدا في الشخص الذي يمكن أن تضع ثقته فيه و تكلّمه و تخبريه بأنك معرضة للعنف المنزلي.

■ - اتصلي بإحدى المصالح المختصة في إعطاء المشورة و احصلي على المعلومات، التي ستساعدك في التعرف على الطريقة المثلى لحماية نفسك و حماية طفلك في الوقت الراهن. أما بالنسبة لأرقام هواتف المصالح المختصة في إعطاء المشورة و خدمة الطوارئ و عناوينهم فإنكم ستجدونها في الصفحات التالية.

■ - احصلي على الدعم المقدم للأطفال، لأن المصالح المختصة في شؤون الأطفال و اليافعين تقدم المشورة و الدعم، و بدون (Jugendamt) الكشف عن الهوية، إذا رغبت في ذلك.

■ - أخبري المربيات و المربون و المعلمات و الأساتذة و جميع الأشخاص محل ثقته و الذين لديهم اتصال بطفلك.

■ - أخبري المربيات و المربون و المعلمات و الأساتذة و جميع الأشخاص محل ثقته و الذين لديهم اتصال بطفلك.

■ - في الحالات الحرجة و التي تكونين فيها عرضة للتهديد فإن ملاجئ حماية النساء (Frauenhaus). يقدمون الحماية لك و لطفلك

■ - و إذا تعرضت لخطر محقق فيجب الاتصال فبا لشرطة لغ لرقم النجدة و هو 110، بحيث أن ل لشرطة تقوم بإرجاعك لشخص المصالح ل من المنزل الذي تسكون فيه لسوا المدة قد صد ل ٠ أيام

■ - في إطار قانون الحماية من العنف يمكن التقدم لدى المحكمة بطلب اتخاذ إجراءات طويلة المدى، مثل الطرد النهائي من المنزل أو المنع من الاقتراب و الاتصال.

## إن الأطفال يرون و يسمعون و يحسون بما يجري أمامهم - تأثير العنف بين الأزواج على الأطفال

حتى في حالة عدم تعرض الطفل للضرب مباشرة، فإنه يكون متأثرا بشكل كبير بالعنف المنزلي، حيث أن ذلك يشكل خطرا كبيرا على نضجه النفسي، على اعتبار أن الوالدين هم مرجعية الأطفال الحياتية و يمكن أن يشعروا و أخذًا في الاعتبار عنف الأب و ضعف الأم أمامه بأن ليس لهم لا ظهير و لا معين.

و قد يحدث أن تلاحظي بأن طفلك تنتابه نوبات خوف بشكل متزايد و بأنه منعزل و يظهر عليه الحزن أو يكون لديه سلوك عدواني و لا ينام جيدا و غير هادئ و يحصل على نقط غير جيدة في المدرسة و لا يريد الذهاب إلى روض الأطفال بسبب الأم في البطن و يتعلق بك بشكل غير عادي و يرفض المساس به.

إن هاته السلوكات المريبة يمكن أن تكون علامات لبداية خلل في تطور الشخصية.

## و حتى و إن لم يبد طفلك هاته

السلوكات المريبة، فإنه يعاني في صمت، على اعتبار أن الأطفال يشعرون و كأنهم مسؤولون عما يجري في البيت، و يعتقدون أنهم مذنبون و يحاولون التوسط بين الوالدين أو حماية الطرف الذي يكون عرضة للعنف.

يحتاج الأطفال للقوة.

عند مكابدة الأطفال للعنف المنزلي، فإنهم يشقون طريقهم على درب والديهم، بحيث يصبحون هم أنفسهم في المستقبل ضحايا لهذا العنف أو يصبحون جناة فاعلين، و في سن متقدمة يبحثون عن علاقات، يلعب فيها العنف دورا أساسيا.

إن دائرة العنف هاته يمكن أن توقف من طرفك، إذا كانت على وعي تام بهذا الأمر و بدأت و من الآن رحلة البحث عن الحماية و الدعم لك و لطفلك.

## Домашното насилие има много лица

*Днес Хана се връща радостна от училище и още на стълбите чува гласа на баща си да долита от жилището. „Ти изобщо не си способна да възпитаваш разхайтените си деца. И на всичко отгоре да искаш да работиш!“ След това се чува се тълп удар, Хана изтръпва. Отново усеща в стомаха си онова неприятно чувство и почти не смее да превърти ключа в ключалката. Прекалено много се страхува от онова, което може да види.*

В тази брошура става дума за насилието в семейното съжителство. Специалистите използват понятието домашно насилие. „Домашно насилие“ не означава „само“побой“. То включва също унижения, заплахи, навлизане в личното пространство на другия и сплашване. Хората, които са подлагани на насилие, имат право на помощ – и именно децата, пред очите на които стават сцените на насилие между родители. Това им нанася тежки душевни рани. В обстановка на страх и насилие няма много място за доверие, закрила и сигурност. Но точно това е нужно за здравословното развитие на децата.

### Помощ вместо насилие

Ние знаем, че именно сега Вие и Вашето дете се намирате в трудна ситуация. Ние много се тревожим не само за Вас, но и за Вашето дете.

На следващите страници ще Ви покажем какво може да означава насилието за Вашето дете и къде в близост до Вас Вие можете на намерите помощ, защита и подкрепа.

## Децата имат право на възпитание без насилие

Законът забранява телесни наказания, душевни наранявания и други унижителни мерки спрямо деца (напр. § 1631 ал. 2 от Гражданския кодекс).

Като всички майки Вие също искате да сте добра майка. Въпреки това при конфликти и насилие в семейството често пъти на Вас Ви е трудно да направите необходимото за благо на детето. Вие би трябвало да знаете, че съпреживяването на домашно насилие само по себе си е форма на насилие спрямо децата.

### Нарушете мълчанието

Жени, които подобно на Вас преживяват насилие, често пъти напълно се затварят в себе си от срам и премълчават онова, което се случва на тях и тяхното дете. Те си мислят, че могат да предпазят своето дете, като прикриват случилото се. Някои майки искат детето им да има баща. Вероятно усещат, че ситуацията се е оказала свръх силите им и не знаят как да продължат.

**Да потърсиш помощ и съдействие в тази ситуация, не означава слабост, а сила и отговорност!**

## Децата виждат, чуват и съчувстват– последици за децата от насилието в съжителството

Дори да не бият Вашето дете, домашното насилие го затормозва много. Здравословното развитие на Вашето дете е силно застрашено. Тъй като родителите са хората, с които детето е в най-тесен контакт, то може да се почувства много безпомощно и изоставено заради насилието на бащата и безсилието на майката.

Вероятно наблюдавате в последно време, че Вашето дете става все по-страхливо, затваря се в себе си и изглежда тъжно или се държи агресивно, спи лошо, прави впечатление на неспокойно, носи лоши оценки от училище, не иска да ходи в детската градина заради болки в корема, вкопчава се във Вас повече от обичайното или не позволява да го докосват. Подобна очевиденост в поведението може да бъде ясен знак за начално смущение в развитието.

Дори да няма нищо странно в поведението на Вашето дете, то страда. Защото най-често децата се чувстват отговорни за онова, което става въкъщи, вероятно си мислят, че вината е тяхна, може би смятат, че трябва да посредничат между родителите или да защитават бития родител.

### Децата се нуждаят от добри примери

Ако децата преживяват насилие в дома на родителите си, често пъти самите те стават жертва или насилник по подобие на своите родители. Когато пораснат, често пъти завързват връзки, в които насилието също така играе роля.

Вие можете да разкъсате този омагьосан кръг на насилие, ако го осъзнаете, и от днес започнете да търсите защита и помощ за Вас и Вашето дете!

## Как можете да предпазите Вашето дете?

Има възможности да промените нещо за себе си и Вашето дете:

- Помислете на кого можете да се доверите и споделете на друг, че върху Вас се упражнява домашно насилие.
- Установете контакт с консултантска служба и се информирайте къде най-добре можете да предпазите себе си и Вашето дете в сегашната жизнена ситуация. На следващите страници ще намерите телефонни номера и адреси на консултантски служби и служби за спешна помощ.
- Потърсете съдействие за Вашето дете. Така напр. ще намерите консултации и съдействие в службите за деца и младежи (служба за закрила на децата) – по желание също анонимно.
- Информирайте възпитателки и възпитатели, учителки и учители или други възрастни, които заслужават доверие и имат контакти с Вашето дете.
- При ситуация на сериозна заплаха Вие ще намерите закрила за себе си и Вашето дете в защитен дом за майки.
- При спешна заплаха за Вас, позвънете в полицията на номера за спешни случаи 110. Полицията може да отстрани лицето, което прилага насилие, до 10 дни от съвместното жилище („да му забрани“).
- За по-дългосрочни мерки като постоянна забрана за влизане в дома или забрана за приближаване и контакт можете да подадете съответното заявление в съда съгласно закона за домашно насилие.

## Violența conjugală are multe „fețe”

*Astăzi, Hannah se întoarce veselă acasă de la școală, dar ajungând în casa scării, își aude tatăl strigând în apartament: „Nici măcar nu ești în stare să-ți educi plozii. Si mai vrei și să lucrezi!”. Se aude apoi o bufnitură. Hannah se sperie. Simte din nou acel nod în gât și abia îndrăznește să învârtă cheia în broască. Teama de ceea ce ar putea să vadă este mult prea mare.*

În această broșură este vorba de violența în cadrul cuplurilor, denumită în termeni tehnici violența conjugală. Aceasta nu înseamnă „numai” bătaie. Conceptul violenței conjugale include, de asemenea, umilințele, amenințările, hărțuirile și intimidările. Persoanele care sunt victime ale violenței sunt îndreptățite să primească ajutor, în mod particular, copiii care devin martorii violenței ce caracterizează relația dintre părinții lor, suferind astfel traume sufletești profunde. Într-un climat marcat de teamă și violență există puțin loc pentru sentimente de încredere, protecție și siguranță. Dar tocmai acestea sunt sentimentele de care au nevoie copiii pentru o dezvoltare sănătoasă și armonioasă.

### Ajutor în loc de violență

Știm că, tocmai în acest moment, dumneavoastră și copilul dumneavoastră vă aflați într-o situație dificilă. Ne îngrijorează nu numai starea dumneavoastră, ci și a copilului dumneavoastră.

În paginile care urmează vă vom arăta ce poate să însemne violența pentru copilul dumneavoastră și unde găsiți ajutor, protecție și sprijin în apropierea dumneavoastră.

## Copiii au dreptul la o educație fără violență

Legea interzice aplicarea pedepselor corporale, a violențelor psihice și a altor măsuri degradante la copii (ex. § 1631 alin. 2 din Codul civil german).

Ca toate mamele, doriți și dumneavoastră să fiți o mamă bună. Cu toate acestea, când este vorba de conflicte conjugale violente, este de multe ori greu să nu pierzi din vedere binele suprem al copilului. Ar trebui să știți că și numai faptul de a asista la incidente de violență conjugală reprezintă pentru copii o formă de violență.

### Rupeți tăcerea

De cele mai multe ori, femeile care, exact ca dumneavoastră, au fost victime ale violenței se închid complet în sine dintr-un sentiment de rușine și ascund ceea ce li se întâmplă lor și copiilor lor. Ele cred că își pot proteja copiii dacă ascund cele întâmplate. Există și mame care ar dori chiar să păstreze tatăl pentru copilul lor. Se prea poate că se simt depășite de situație și nu știu ce să facă mai departe.

**Decizia de a căuta ajutor și sprijin într-o astfel de situație nu este un semn de slăbiciune, ci de putere și responsabilitate!**

## Copiii văd, aud și simt – repercusiunile violenței conjugale asupra copiilor

Chiar și în cazul în care copilul dumneavoastră nu este, în mod direct, ținta bătailor, violența conjugală este o experiență traumatizantă pentru el. Dezvoltarea armonioasă a copilului dumneavoastră este periclitată. Întrucât părinții sunt persoanele de referință cele mai apropiate, copiii riscă să se simtă complet neajutorați și expuși violenței tatălui și neputinței mamei.

Poate că ați observat deja că, în ultimul timp, copilul dumneavoastră este mai anxios, se închide în sine și este trist, sau se comportă agresiv, nu doarme bine, este neliniștit, ia note mici la școală, nu vrea să meargă la grădiniță, pentru că îl doare burta, se agață de dumneavoastră mai mult ca de obicei sau refuză mângâierile. Aceste probleme de comportament ar putea fi semnele clare ale debutului unei tulburări de dezvoltare.

Chiar dacă nu prezintă astfel de simptome, copilul dumneavoastră suferă. De cele mai multe ori, copiii se simt responsabili pentru ceea ce se întâmplă acasă, cred chiar că ei ar fi vinovați și sunt de părere că ar trebui să întreprindă ceva în vederea reconcilierii părinților sau să protejeze părintele care este victima violenței.

### Copiii au nevoie de modele bune

Atunci când copiii sunt martorii violenței conjugale, urmând exemplul părinților, ei înșiși devin de multe ori victime sau autori ai violenței. Ajunși la vârsta adultă, ei stabilesc adesea relații în cadrul cărora violența joacă, de asemenea, un rol.

Dumneavoastră sunteți persoana care poate să întrerupă acest cerc vicios al violenței, conștientizând acest lucru și începând, chiar din acest moment, să căutați protecție și ajutor pentru dumneavoastră și copilul dumneavoastră!

## Cum puteți să vă protejați copilul?

Există posibilități să schimbați ceva pentru dumneavoastră și pentru copilul dumneavoastră:

- Gândiți-vă cărei persoane îi puteți destăinui secrete și discutați cu cineva despre faptul că sunteți victimă a violenței conjugale.
- Contactați un centru de consiliere și informați-vă cum puteți să vă protejați mai bine pe dumneavoastră și pe copilul dumneavoastră în situația actuală. Numerele de telefon și adresele acestor centre de consiliere și servicii de urgență le găsiți în paginile următoare.
- Procurați sprijin pentru copilul dumneavoastră. De exemplu, Centrul de Asistență Socială și Protecția Copilului (germ. Jugendamt) oferă consiliere și sprijin în acest sens – la cerere, păstrându-se anonimul.
- Comunicați acest lucru și educatoarelor, profesorilor sau altor adulți de încredere care au contact cu copilul dumneavoastră.
- Centrele de asistență pentru femei (germ. Frauenhaus) vă oferă dumneavoastră și copilului dumneavoastră protecție în cazuri de urgență în care vă simțiți amenințată.
- În cazul în care vă aflați în pericol iminent, apelați poliția la numărul de telefon 110. Poliția este autorizată să evacueze agresorul din locuința comună pe o perioadă de 10 zile.
- Măsurile pe termen lung, precum ordinul de protecție, obligarea agresorului la păstrarea unei distanțe minime față de victimă sau interzicerea oricărui contact cu victima sunt dispuse de către instanță la solicitarea persoanei în cauză, în baza Legii germane de protecție împotriva violenței.



## Przemoc domowa ma wiele twarzy

*Hannah radośnie wraca ze szkoły do domu i już w klatce schodowej słyszy głos ojca dochodzący z mieszkania: „Przecież ty nie jesteś w stanie wychowywać bachorów. A do pracy zachciało ci się iść!” I uderzenie. Hannah wystraszyła się. Znowu czuje się nieswojo i boi się przekręcić klucz w zamku. Strach przed tym co zobaczy, gdy otworzy drzwi, jest za duży.*

Ta broszura dotyczy przemocy w związkach partnerskich, oficjalnie nazywaną przemocą domową. Przemoc domowa to nie "tylko" bicie. To także upokorzenia, groźby, prześladowania i zastraszanie. Osoby, które padły ofiarą przemocy mają prawo do pomocy - zwłaszcza dzieci, które są świadkami stosowania przez rodziców przemocy wobec siebie nawzajem cierpią na poważne urazy psychiczne. W klimacie strachu i przemocy jest mało zaufania, ochrony i bezpieczeństwa. Jednak właśnie tego dzieci potrzebują dla swojego zdrowego rozwoju.

### Pomoc zamiast przemocy

Wiemy, że Ty i Twoje dziecko jesteście teraz w trudnej sytuacji. Bardzo się martwimy nie tylko o Ciebie, ale i o Twoje dziecko.

Na kolejnych stronach znajdziesz informacje, co przemoc może oznaczać dla Twojego dziecka i gdzie w Twojej okolicy możesz znaleźć pomoc, ochronę i wsparcie.

## Dzieci mają prawo do wychowania wolnego od przemocy

Prawo zakazuje stosowania wobec dzieci kar cielesnych, psychicznego znęcania się i poniżania (np. § 1631 ust. 2 niem. kodeksu cywilnego BGB).

Tak jak wszystkie matki, chcesz i Ty być dobrą matką. Niemniej jednak w związku partnerskim, w których dochodzi do przemocy, często jest trudno w wystarczającym stopniu zadbać o dobro dziecka. Powinnaś wiedzieć, że sam fakt, bycia świadkiem przemocy domowej jest formą przemocy wobec dziecka.

**Przełamać milczenie** Kobiety, które, tak jak Ty, doświadczają przemocy, często ze wstydu wycofują się całkowicie i ukrywają to, czego doznają same i ich dzieci. Wierzą, że mogą uchronić swoje dziecko przez przemilczenie bolesnych przeżyć. Niektóre matki nie chcą swojemu dziecku odebrać ojca. Może sytuacja, w której się znajdujesz, przerasta Cię i nie wiesz co dalej.

**Szukanie pomocy i wsparcia w tej sytuacji nie jest oznaką słabości, ale siły i odpowiedzialności!**



## Przemoc domowa ma wiele twarzy

*Hannah radośnie wraca ze szkoły do domu i już w klatce schodowej słyszy głos ojca dochodzący z mieszkania: „Przecież ty nie jesteś w stanie wychowywać bachorów. A do pracy zachciało ci się iść!” I uderzenie. Hannah wystraszyła się. Znowu czuje się nieswojo i boi się przekręcić klucz w zamku. Strach przed tym co zobaczy, gdy otworzy drzwi, jest za duży.*

Ta broszura dotyczy przemocy w związkach partnerskich, oficjalnie nazywaną przemocą domową. Przemoc domowa to nie "tylko" bicie. To także upokorzenia, groźby, prześladowania i zastraszanie. Osoby, które padły ofiarą przemocy mają prawo do pomocy - zwłaszcza dzieci, które są świadkami stosowania przez rodziców przemocy wobec siebie nawzajem cierpią na poważne urazy psychiczne. W klimacie strachu i przemocy jest mało zaufania, ochrony i bezpieczeństwa. Jednak właśnie tego dzieci potrzebują dla swojego zdrowego rozwoju.

### Pomoc zamiast przemocy

Wiemy, że Ty i Twoje dziecko jesteście teraz w trudnej sytuacji. Bardzo się martwimy nie tylko o Ciebie, ale i o Twoje dziecko.

Na kolejnych stronach znajdziesz informacje, co przemoc może oznaczać dla Twojego dziecka i gdzie w Twojej okolicy możesz znaleźć pomoc, ochronę i wsparcie.

## Dzieci mają prawo do wychowania wolnego od przemocy

Prawo zakazuje stosowania wobec dzieci kar cielesnych, psychicznego znęcania się i poniżania (np. § 1631 ust. 2 niem. kodeksu cywilnego BGB).

Tak jak wszystkie matki, chcesz i Ty być dobrą matką. Niemniej jednak w związku partnerskim, w których dochodzi do przemocy, często jest trudno w wystarczającym stopniu zadbać o dobro dziecka. Powinnaś wiedzieć, że sam fakt, bycia świadkiem przemocy domowej jest formą przemocy wobec dziecka.

**Przełamać milczenie** Kobiety, które, tak jak Ty, doświadczają przemocy, często ze wstydu wycofują się całkowicie i ukrywają to, czego doznają same i ich dzieci. Wierzą, że mogą uchronić swoje dziecko przez przemilczenie bolesnych przeżyć. Niektóre matki nie chcą swojemu dziecku odebrać ojca. Może sytuacja, w której się znajdujesz, przerasta Cię i nie wiesz co dalej.

**Szukanie pomocy i wsparcia w tej sytuacji nie jest oznaką słabości, ale siły i odpowiedzialności!**

## Dzieci także widzą, słyszą i odczuwają - skutki przemocy domowej u dzieci

Nawet jeśli Twoje dziecko nie jest bite, to i tak przemoc domowa jest dla niego dużym obciążeniem. Zdrowy rozwój Twojego dziecka jest zagrożony. Rodzice to dla dzieci najbliższe osoby, dlatego w obliczu agresji ojca i bezsilności matki mogą czuć się bardzo bezradne i bezbronne.

Być może zauważyłaś, że Twoje dziecko od pewnego czasu jest bardziej wystraszone, wycofuje się, jest smutne lub agresywne, nie śpi dobrze, jest niespokojne, dostaje złe stopnie, nie chce iść do przedszkola z powodu bólu brzucha, trzyma się mamy bardziej niż zwykle lub odmawia bezpośredniego kontaktu. Takie zachowania mogą być wyraźnym znakiem rozpoczynających się zaburzeń rozwojowych.

Twoje dziecko cierpi, nawet jeśli nie wykazuje żadnych nieprawidłowości. Dzieci zazwyczaj czują się odpowiedzialne za to, co dzieje się w domu. Mogą myśleć, że są winne, że muszą pośredniczyć między rodzicami lub chronić pobitego rodzica.

### Dzieci potrzebują dobrych wzorców do naśladowania

Dzieci, które doświadczają przemocy w domu, często, za przykładem swoich rodziców, same stają się jej ofiarami lub sprawcami. W dorosłym życiu często wchodzą w związki, w których również przemoc odgrywa rolę.

Możesz przerwać to błędne koło przemocy, jeśli zdasz sobie z tego sprawę i zaczniesz teraz szukać ochrony i pomocy dla siebie i Twojego dziecka!

## Jak możesz chronić swoje dziecko?

Istnieją możliwości, aby coś zmienić dla siebie i Twojego dziecka:

- Zastanów się, komu możesz się zwierzyć i porozmawiaj z kimś o tym, że doświadczasz przemocy domowej.
- Skontaktuj się z poradnią i dowiedz się, w jaki sposób możesz najlepiej chronić siebie i Twoje dziecko w obecnej sytuacji życiowej. Numery telefonów i adresy poradni i służb ratunkowych znajdują się na następujących stronach.
- Zdobądź wsparcie dla Twojego dziecka. Porady i wsparcie znajdziesz np. w urzędzie ds. dzieci i młodzieży (Jugendamt) - na życzenie anonimowo.
- Poinformuj wychowawców, nauczycieli lub innych zaufanych dorosłych, którzy mają kontakt z Twoim dzieckiem.
- Ochronę w kryzysowej sytuacji można znaleźć razem z dzieckiem w schronisku dla kobiet.
- W kryzysowej sytuacji zadzwoń po policję lub pod numer alarmowy 110. Policja może usunąć osobę agresywną ze wspólnego mieszkania na okres do 10 dni ("eksmisja").
- Na mocy ustawy o ochronie przed przemocą można wnioskować w sądzie o zastosowanie środków długoterminowych, takich jak stały przydział mieszkania lub zakaz zbliżania się i kontaktu.

# ADRESSEN

addresses | adres | адреса | Adresses  
العناوين | адреси | Adrese | Adresy

**Schutz und Hilfe sofort** | immediate help |  
yardım hemen | срочная помощь | Aide et protection immédiates |  
الحماية و المساعدة الفورية | Незабавна закрила и помощ |  
Protecție și ajutor imediat | Opieka i pomoc natychmiast

Polizei	110	Tag und Nacht
Notruf per Fax	05241/8691299	Tag und Nacht
Frauenhaus Gütersloh	05241/34100	Tag und Nacht
Frauenhaus Bielefeld	0521/177376	Tag und Nacht
Frauenhaus AWO Bielefeld	0521/5213636	Tag und Nacht
Zufluchtsstätte für Mädchen, Bielefeld	0521/21010	Tag und Nacht
Sozialpsychiatrischer Dienst des Kreises Gütersloh	05241/851718	Mo-Do: 08:00-17:00 Uhr, Fr: 08:00-15:00 Uhr
Krisendienst	05241/531300	Täglich: 19:00-07:30 Uhr, Sa, So u. Feiertage: Tag und Nacht
Elterntelefon	0800/1110550	Mo-Fr: 09:00-11:00 Uhr Di, Do: 17:00-19:00 Uhr
Kinder- und Jugendtelefon (Nummer gegen Kummer)	0800/116111	Mo-Sa: 14:00-20:00 Uhr
Bundesweites Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“	08000/116016	Tag und Nacht
Opferhilfe WEISSER RING e.V. Regionalstelle Kreis Gütersloh	116006 0151/55164746	Täglich: 07:00-22:00 Uhr
Hilfetelefon „Gewalt an Männern“	0800/1239900	Mo-Do: 09:00-13:00 Uhr, 16:00-20:00 Uhr Fr: 9:00-15:00 Uhr

# ADRESSEN

addresses | adres | адреса | Adresses  
العناوين | адреси | Adrese | Adresy

## Internet-Informationen zu häuslicher Gewalt |

Internet-Information on domestic violence |  
Aile içi şiddet konusunda internet bilgileri |  
Информация в интернете о домашнем насилии |  
Informations Internet sur la violence domestique |  
المعلومات في الإنترنت حول العنف المنزلي |  
Информация в Интернет за домашното насилие |  
Informații în Internet despre violența conjugală |  
Informacje w Internecie na temat przemocy domowej

Für Erwachsene [www.staerker-als-gewalt.de](http://www.staerker-als-gewalt.de)

Für Kinder [www.kidsinfo-gewalt.de](http://www.kidsinfo-gewalt.de)

Online-Beratung zu Zwangsheirat [www.zwangsheirat-nrw.de](http://www.zwangsheirat-nrw.de)

## Beratung und Therapie | counselling and therapy | uzman

danışmalar | помощь в консультационных службах |

Conseil et thérapie | المشورة و العلاج |

Консултация и терапия | Consiliere și terapie |

Porady i terapia

Beratungsstelle für Familien  
Diakonie Gütersloh e.V. Kirchstr. 16 a  
33330 Gütersloh 05241/98674100

Caritas Beratungs- und  
Familienzentrum Bergstr. 8  
33442 Rheda-Wiedenbrück 05242/40820

# ADRESSEN

addresses | adres | адреса | Adresses

العناوين | адреси | Adresse | Adresy

Ev. Familien- und Erziehungs- beratungsstelle der Diakonie im Kirchenkreis Halle/W. e.V	Martin-Luther-Str. 9 33790 Halle	05201/18470
Frauenberatungsstelle/ Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt	Münsterstr. 17 33330 Gütersloh	05241/25021
Dt. Kinderschutzbund Kreisverband Gütersloh e.V. Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Erwachsene	Marienstr. 12 33332 Gütersloh	05241/15151
Kinderschutzzentrum in der AWO Hilfe für Eltern und Kinder	Böhmerstr. 13 33330 Gütersloh	05241/903550
Mädchenhaus Bielefeld Beratungsstelle	Renteistr. 14 33602 Bielefeld	0521/173016
Fachstelle für (männliche) Aggressions- und Gewaltberatung im Kreis Gütersloh		01805/493258
“man-o-mann” - Fachstelle für Gewaltprävention und Täterberatung	Teutoburger Str. 106 33607 Bielefeld	0521/68676
Opferschutzbeauftragte der Kreispolizeibehörde Gütersloh	Herzebrocker Str. 142 33334 Gütersloh	05241/8691873
Pro Familia - Beratungsstelle für selbstbestimmte Sexualität	Roonstr. 2 33330 Gütersloh	05241/20450
Trotz Allem e.V. Beratung für Frauen mit sexualisierten Gewalter- fahrungen	Unter den Ulmen 8 33330 Gütersloh	05241/238289

# ADRESSEN

addresses | adres | адреса | Adresses  
العناوين | адреси | Adrese | Adresy

**Jugendämter** | children's welfare offices | Alman gençlik daireleri | органы попечения о несовершеннолетних | Services d'aide à la jeunesse | مصالحي الشباب و الأطفال | Служби за закрила на децата | Direcții Generale de Protecția Copilului | Urzędy ds. Dzieci i Młodzieży

Stadt Gütersloh - Fachbereich Familie und Soziales	Berliner Str. 70 33330 Gütersloh	05241/82-1
Stadt Rheda-Wiedenbrück - Fachbereich Jugend, Bildung und Sport	Rathausplatz 13 33378 Rheda-Wiedenbrück	05242/963-0
Stadt Verl - Fachbereich Jugend	Paderborner Str. 5 33415 Verl	05246/961-0

## Zuständige Regionalstellen des Kreises Gütersloh zu erzieherischen Hilfen:

Regionalstelle <b>Nord</b> (für Borgholzhausen, Halle/Westf., Steinhagen und Werther)	Wertherstr. 1 33790 Halle/Westf.	05201/8145-0
Regionalstelle <b>Ost</b> (für Rietberg, Schloß Holte- Stukenbrock und Langenberg)	Wiedenbrücker Str. 36 33397 Rietberg	05244/92745-0
Regionalstelle <b>West</b> (für Harsewinkel, Versmold und Herzebrock-Clarholz)	Mühlenwinkel 11 33428 Harsewinkel	05247/9235-50

**Anlaufstellen bei sexuellem Missbrauch von Kindern |**  
counselling centre in case of child sexual abuse | Cinsel tacize uğrayan çocuklar için danışmanlık | центры по делам детского сексуального насилия |  
Centres de contact en cas d'abus sexuels sur des enfants |  
المصالح المختصة في الاعتداء الجنسي على الأطفال  
Координационни служби при сексуално посегателство на деца | Centru de contact în caz de abuz sexual al minorilor | Miejsce uzyskania pomocy w przypadku wykorzystywania seksualnego dzieci

**Für den Kreis Gütersloh:** Münsterstr. 17 05241/85-2495  
„Wendepunkt“ – Anlauf- und Beratungsstelle bei sexualisierter Gewalt gegen Kinder und Jugendliche 33330 Gütersloh

**Für Rheda-Wiedenbrück:** Bergstr. 8 05242/40820  
Caritas – Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt 33378 Rheda-Wiedenbrück  
„Auswege“

## Gleichstellungsstellen im Kreis Gütersloh

Bei den Gleichstellungsstellen (in allen Rathäusern und im Kreishaus Gütersloh) erhalten Sie eine erste Beratung bei häuslicher Gewalt ([pia-online.eu](http://pia-online.eu)).

The equal opportunities centres (situated in every town hall and in the Kreishaus in Gütersloh) can offer you first advice if you are suffering domestic violence ([pia-online.eu](http://pia-online.eu)).

Belediye binalarında bulunan eşitlik bürolarında (Gleichstellungsstelle) ve „Kreishaus Gütersloh“ binasında, ev içi şiddetle alakalı gereken ilk bilgileri alabilirsiniz ([pia-online.eu](http://pia-online.eu)).

В случаях домашнего насилия вы можете обратиться о первой консультации в бюро по вопросам равноправия женщин (Gleichstellungsstelle) во всех ратушах (Rathaus) и в Kreishaus в Гютерсло ([pia-online.eu](http://pia-online.eu)).

Bureaux pour l'égalité des chances dans la circonscription de Gütersloh

En cas de violences domestiques, vous pouvez bénéficier d'un premier conseil auprès des bureaux pour l'égalité des chances (dans toutes les mairies et auprès des services de l'administration locale de Gütersloh ([www.pia-online.eu](http://www.pia-online.eu))).

المصالح المختصة في المساواة في دائرة Gütersloh

عند التعرض للعنف المنزلي يمكنك الحصول على المشورة الأولية لدى جميع المصالح (Gütersloh) و كذا لدى جميع المجالس البلدية و المناطق التابعة لـ (المختصة في المساواة ([www.pia-online.eu](http://www.pia-online.eu)))

Служби за равенство между половете на окръг Гютерсло

Във всички служби за равенство между половете (във всички кметства и в окръжния съвет Гютерсло) на Вас ще Ви бъде дадена първа консултация при домашно насилие ([www.pia-online.eu](http://www.pia-online.eu)).

Centre de promovare a egalității în districtul Gütersloh

În centrele de promovare a egalității (aflate în toate primăriile și la prefectura (Kreishaus) Gütersloh), vi se acordă o primă consiliere în caz de violență conjugală ([www.pia-online.eu](http://www.pia-online.eu)).

Biuro ds. równości płci (Gleichstellungsstelle) w okręgu Gütersloh

Biura ds. równości płci (w każdym ratuszu i w urzędzie okręgowym w Gütersloh) udzielają porad w przypadkach przemocy domowej ([www.pia-online.eu](http://www.pia-online.eu)).

# ADRESSEN

addresses | adres | адреса | Adresses  
العناوين | адреси | Adrese | Adresy

**Medizinische (Notfall-) Versorgung** | medical emergency service | acil tibbi bakim | срочная медицинская помощь | Aide médicale (d'urgence) | الرعاية الطبية في الحالات الطارئة | Медицинска помощ (Спешна помощ) | Asistență medicală (urgente) | Помос медычна (нагле wypadki)

Krankenwagen/Notarzt		112
Ambulanz und Tagesklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie	Osnabrücker Weg 34 33378 Rheda - Wiedenbrück	05242/3792-0
Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ) Ev. Klinikum Bielefeld (Untersuchung u. Behandlung von Kindern/ u.a. bei Störungen des familiären Umfeldes)	Grenzweg 3 33617 Bielefeld	0521/77278181
LWL Klinikum Gütersloh (Psychiatrie, Psychotherapie, Gerontopsychiatrie, Psychosomatik, Suchtmedizin, Innere Medizin und Neurologie - für Erwachsene)	Buxelstr. 50 33334 Gütersloh	05241/502-0
LWL-Tagesklinik Gütersloh für Kinder und Jugendliche (Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatik)	Im Füchtei 148 33334 Gütersloh	05241/52467-00
LWL Klinik Hamm Traumaambulanz für junge Gewaltopfer (offene Sprechstunde Dienstagvormittags)	Heithofer Allee 64 59071 Hamm	02381/893-3000 oder 02381/893-3001 02381/893-0 –Tag und Nacht