



Tipps zum Selbstschutz gegen Gewalt

Tipps zur Kriminalprävention vom Bundeskriminalamt (BKA) für einen besseren Selbstschutz von Mädchen und Frauen

Selbstschutz und Selbstverteidigung - immer mehr Menschen überlegen sich, wie sie ihre eigene Gesundheit schützen können. Aber auch Sicherheit für die Tochter oder die Frau sind ein wichtiges Thema. Wir haben Ihnen in einer kompletten Übersicht zusammengestellt, welche legalen Waffen zum Selbstschutz erhältlich sind, worauf geachtet werden muss und was bei einem Angriff wirklich hilft!

Dies sei nur "gemeinsam mit allen Menschen in unserem Land?" möglich. Deshalb ist es auch wichtig, bei Mädchen und Frauen, die möglicherweise Opfer werden können, eine generelle Achtsamkeit zu schaffen und so ein Gefahrenbewusstsein entstehen zu lassen, informierte das BK. Faktum sei, dass die Mehrzahl der Übergriffe im sozialen Nahbereich der Opfers erfolgen, die Gefährdung also am vermeintlich sichersten Ort, dem eigenen Zuhause, am höchsten ist.

Die Verantwortung für die Tat liegt alleine beim Täter und niemals beim Opfer, betonten die Experten. Sie wiesen auch auf die strengeren Strafen, die seit einer Novelle des Strafgesetzbuchs (StGB) Anfang des Jahres gelten, hin. So wurde der Strafrahmen bei schwerer Körperverletzung von drei auf fünf Jahre angehoben. Körperverletzungen mit schweren Dauerfolgen werden nun in besonderen Fällen mit bis zu zehn Jahren geahndet, Körperverletzungen mit tödlichem Ausgang teilweise mit bis zu 15 Jahren bestraft. Ebenso wurden neue Gesetzesgrundlagen geschaffen: Zwangsheirat (§ 106a StGB), Verletzung der sexuellen Selbstbestimmung (205a StGB) und Fortgesetzte Belästigung im Wege einer Telekommunikation oder eines Computersystems, "Cybermobbing" (107c StGB).

Im Folgenden die Tipps der Kriminalprävention:

- Achten Sie auf Ihr Bauchgefühl! Ein "ungutes" Gefühl ist ein gesundes Warnzeichen und soll unbedingt beachtet werden.
- Je früher Sie reagieren und Distanz wahren können, desto eher bleiben Sie handlungsfähig.
- In einer konkreten Situation vermitteln Sie dem Gegenüber, dass Sie kein Opfer sind. Setzen Sie dazu mit Mimik, Gestik, Auftreten starke Zeichen.
- Verbalisieren Sie Ihr Gefühl und sprechen Sie laut und deutlich nein! Sprechen Sie gezielt andere Personen direkt an um sich Unterstützung zu sichern.
- Es gibt keine allgemeingültige Anleitung, wichtig ist, entschlossene Gegenwehr und ein Ausnutzen des Überraschungseffektes.
- Gehen Sie gedanklich eine Angstsituation durch und finden Sie so Ihre persönliche Verhaltensweise.
- Lassen Sie sich von spezialisierten Einrichtungen beraten und trainieren, wenden Sie sich an die Experten der Kriminalprävention unter 059-133.
- Was kann getan werden, wenn es tatsächlich zu einer Gewalttat oder einem Übergriff kommt? Besonders wichtig ist es, in jedem Fall eine polizeiliche Anzeige zu erstatten. Diese wird vertraulich, einfühlsam und professionell behandelt. Die polizeiliche Anzeige ist ein mutiger und wichtiger Schritt: Ansonsten können die Täter weder verfolgt noch gestoppt werden!

Pressekontakt

FineCraft

Herr Simone Schuhmacher
Gotzkowskystraße 47
59556 Lippstadt

topselbstschutz.de/
SimoneSchuhmacher@einrot.com

Firmenkontakt

FineCraft

Herr Simone Schuhmacher
Gotzkowskystraße 47
59556 Lippstadt

topselbstschutz.de/
SimoneSchuhmacher@einrot.com

Sie möchten ein Web Projekt realisieren? Vom Webdesign bis hin zum Web Development erhalten Sie in unserer Webagentur alles einer Hand. Die FineCraft Internetagentur ist ein international tätiges Unternehmen mit Sitz in Lippstadt. Als Internetagentur bieten wir seit 2003 individuelle Lösung für Business und private Endkunden an.

Anlage: Bild

