

---

## GEWALTLOS.DE

### Ein bundesweites Internetberatungsangebot des Sozialdienstes katholischer Frauen für Mädchen und Frauen, die häusliche Gewalt erfahren

---

Mädchen und Frauen machen Gewalterfahrungen überwiegend im häuslichen Bereich. Gingen wir in Deutschland bislang davon aus, dass jede vierte Frau einmal in ihrem Leben Opfer von Gewalt wird, so zeigen aktuelle Untersuchungen, dass bis zu 40 % der Frauen in Europa von Gewalt im häuslichen Umfeld betroffen sind. Dem stehen die relativ niedrigen Zahlen derer gegenüber, die sich tatsächlich an die Polizei oder entsprechende Beratungsstellen für Opfer häuslicher Gewalt wenden.

Bei gewaltlos.de erhalten gewaltbetroffene Mädchen und Frauen Beratung und Hilfe in Krisensituationen. Die Beratung findet ausschließlich im Internet statt. Zentrales Medium ist ein **Chat**, der rund um die Uhr geöffnet ist. Es gibt jedoch feste Chatzeiten, die von den Beraterinnen bei gewaltlos.de betreut werden. Die Beratung findet dann in öffentlich nicht zugänglichen **Einzelchats** statt. Die Beratung kann auch in englischer oder türkischer Sprache erfolgen.

Darüberhinaus werden Fragen und Themen in einem **Forum** besprochen. Auch hier gibt es einen öffentlich zugänglichen und einen geschützten Teil. Die betroffenen Frauen dürfen anonym bleiben, eine wichtige Voraussetzung, damit sie überhaupt Vertrauen finden und sich öffnen können.

gewaltlos.de besteht seit 2005. Unseren Chat haben in den letzten 10 Jahren ca. 14.000 Frauen besucht. Im Chat und in Einzelterminen konnten wir in diesem Zeitraum ca. 1.800 Frauen und Mädchen weiterhelfen.

- In 2014 hat sich die Zahl der Besucherinnen im Chat von 1.445 auf 2.445 und auf der Website von ca. 14.000 auf ca. 20.000 enorm erhöht, wohl auch deshalb weil aktuell neben der Beratung auf Deutsch und Englisch auch eine türkischsprachige Beratung angeboten werden kann. Gerade durch den anonymen Zugang ist gewaltlos.de ein sehr niedrigschwelliges Hilfeangebot. Der öffentliche Chat ermöglicht es zunächst einmal reinzuschnuppern. Viele der betroffenen Frauen brauchen Wochen, manchmal Monate, um sich mit ihren Problemen und Erfahrungen anzuvertrauen. Es kostet viel Überwindung, über Gewalterfahrungen in der Familie zu sprechen. Neben psychischen oder körperlichen Misshandlungen hat der größte Teil der Frauen sexuellen Missbrauch erlebt.
- Gewaltlos.de spricht Mädchen und Frauen an, die sich aus unterschiedlichen Gründen nicht oder noch nicht an eine Beratungsstelle oder ein Frauenhaus wenden. Manche wissen oftmals gar nicht, dass es solche Hilfsangebote gibt oder können gar nicht glauben, dass es für sie in ihrer ausweglos erscheinenden Situation überhaupt Hilfe geben kann.
- Manche nutzen gewaltlos.de für einen regelmäßigen Austausch mit Gleichbetroffenen und mit den Beraterinnen. Andere kommen in den Chat wenn sie in einer akuten bedrohlichen Situation sind und aktuelle Hilfe brauchen. Dann ist von den Beraterinnen schnelle Krisenintervention gefragt.
- Das Medium Internet ist gerade für jüngere Frauen zu einer alltäglichen Form der Kommunikation geworden. Hier suchen sie nach Hilfe für ihre Probleme und finden einen schnellen und unbürokratischen Zugang.

gewaltlos.de ist ein bundesweites Gemeinschaftsprojekt von 37 örtlichen Vereinen des Sozialdienstes katholischer Frauen. Es wird ausschließlich durch Spenden- und Stiftungsmittel bzw. Eigenmittel finanziert. Mit seinen vielfältigen Diensten und Einrichtungen verfügt der SkF bundesweit über ein Hilfenetz für Frauen, Familien und Kinder in materiellen und psychosozialen Notlagen.

Ansprechpartnerin für gewaltlos.de: Monika Dohmen und Beate Pinkert  
Mail: [info@gewaltlos.de](mailto:info@gewaltlos.de); Telefon: 0221/2010-224 (Frau Dohmen)

#### Spendenkonto

Pax Bank Köln

IBAN-Nummer: DE 43 3706 0193 0015 2410 55

BIC-Nummer: GENODE33PAXKontoinhaber: Sozialdienst katholischer Frauen

Verwendungszweck: Spende gewaltlos.de