

Schutzplanung für Personen in gewalttätigen Beziehungen

Schützen Sie sich und Ihre Kinder vor Gewalttätigkeiten.

Der Schutzplan

Was ist ein Schutzplan?

Ein Schutzplan hilft Ihnen und Ihren Kindern, an einen sicheren Ort zu gelangen, wenn Sie in Gefahr sind. Zu diesem Plan gehört, wohin Sie gehen und was Sie mitnehmen, wenn Sie Ihr Heim verlassen müssen, um einem/einer gewalttätigen Partner/Partnerin zu entkommen.

Wann brauchen Sie einen Schutzplan?

- a) Wenn Sie in einer Beziehung sind, in der Gewalttätigkeiten stattfinden.
 - Wenn Sie innerhalb des „Gewaltzyklus“ leben, müssen Sie sich darauf vorbereiten, sich und Ihre Kinder in Sicherheit zu bringen, wenn Sie merken, dass sich die Spannung aufbaut.
- b) Wenn Sie sich vor kurzem von einer Beziehung gelöst haben, in der Gewalttätigkeiten stattfanden.
 - Wenn Sie im Heim der Familie bleiben, ist es möglich, dass Ihr(e) Partner(in) zurückkehrt und Sie wieder bedroht oder angreift. Selbst eine gerichtliche Verfügung ist keine Garantie dafür, dass der/die Misshandler(in) fernbleiben wird.
 - Wenn Sie das Heim der Familie verlassen, sucht Ihr(e) Partner(in) eventuell nach Ihnen und bedroht Sie oder greift Sie an.

Der Gewaltzyklus (und dessen Rolle im Schutzplan)

Gewalt in einer Beziehung, in der Misshandlungen stattfinden, folgt einem Muster, das als „Gewaltzyklus“ bekannt ist. Normalerweise erfolgt nach einem Angriff eine Zeit der Rechtfertigung oder Ruhe, wenn der/die Misshandler(in) sein/ihr Verhalten begründet oder ihm/ihr der Angriff leid tut und dies in seinem/ihrer Verhalten zum Ausdruck bringt. Obwohl vielleicht beide Partner versuchen, die Beziehung auf normale Art und Weise weiterzuführen, indem sie vorgeben,

dass alles in Ordnung ist, beginnt sich die Spannung wieder aufzubauen. **Während der Aufbauphase ist die Gefahr eines Angriffs viel größer.** Sie können sich (und Ihre Kinder) während dieser risikoreichen Zeiten am besten schützen, indem Sie von Ihrem/Ihrer Partner(in) Abstand nehmen. (Siehe das Informationsblatt über den Gewaltzyklus.)

Elemente eines Schutzplans

Denken Sie daran – jeder Schutzplan ist unvergleichlich, weil die Umstände einer jeden Person anders sind. Ihre Sicherheit und die Ihrer Kinder ist am wichtigsten.

1) Achten Sie auf Anzeichen dafür, dass ein Angriff bevorsteht.

Jeder gewalttätige Mensch hat andere Anzeichen dafür, die dem/der Partner(in) zu erkennen geben, dass ein Angriff bevorsteht. Wenn man sich dieser „Anzeichen“ bewusst ist, kann dies Personen in einer gewalttätigen Beziehung dabei helfen, zu erkennen, wann sie in Gefahr sind. Vertrauen Sie auf Ihren Instinkt.

Die Beantwortung der folgenden Fragen hilft Ihnen dabei, zu erkennen, auf welche Anzeichen Sie achten sollten:

- Was tut oder sagt Ihr(e) Partner(in) in der Zeit vor einem Vorfall?
- Spielt bei der gegen Sie gerichteten Gewalt Alkohol eine Rolle?
- Kann der Zeitraum zwischen den Vorfällen vorausgesagt werden? Wann war der letzte Vorfall und wann können Sie den nächsten erwarten?
- Sind andere Anzeichen dafür vorhanden, dass ein Vorfall bevorsteht? Beispiele sind u.a. Arbeitslosigkeit, Schwangerschaft und Geldsorgen.

2) Achten Sie auf Gegenstände, die der/die Misshandler(in) benutzen kann, um sie zu verletzen.

- Achten Sie darauf, wo Pistolen, Messer und andere Waffen aufbewahrt werden.
- Suchen Sie nach „sicheren Orten“, an denen sich nicht so viele gefährliche Dinge befinden. Versuchen Sie, sich von der Küche, der Garage oder der Werkstatt fernzuhalten.

3) Vereinbaren Sie einen sicheren Ort, an den Sie mit Ihren Kindern gehen können.

Es kann sich dabei um ein Notasyl, das Haus von Freunden oder Verwandten, ein Hotel oder um einen anderen Ort handeln, an dem Sie sicher sind. Achten Sie darauf, wer in Ihrer Gegend wohnt. Wenn Sie Ihr Heim nicht verlassen können, gibt es in Ihrem Zuhause ein Zimmer oder einen Bereich, in dem Sie sicher sind? Unterrichten Sie Ihre Nachbarn über Ihre Situation und bitten Sie sie, dass sie die Polizei rufen, wenn Sie den/die Misshandler(in) sehen oder hören, dass von Ihrem Haus verdächtige Geräusche kommen.

4) Entscheiden Sie, wie Sie dorthin gelangen.

Entscheiden Sie, welches Transportmittel Sie verwenden werden, um zu einem sicheren Ort zu gelangen. Wenn Sie ein Auto haben, verstecken Sie einen Ersatzschlüssel und achten Sie darauf, dass der Tank immer voll ist. Wenn Sie kein Auto haben, wer kann Ihnen dabei helfen, an Ihren sicheren Ort zu gelangen? Sie könnten mit einem Freund, Nachbarn oder Verwandten ausmachen, Sie abzuholen, wenn es so weit ist. Es ist auch ratsam, bei Freunden Geld zu hinterlegen, damit Sie – wenn Sie sich bedroht fühlen – schnell per Taxi entkommen können, auch wenn Sie kein Bargeld bei sich haben. Die Polizei oder die Hotline für häusliche Gewalt [Domestic Abuse Crisis Line] kann Ihnen evtl. dabei helfen, Ihren Transport zu planen.

5) Entscheiden Sie, wie Sie von Ihrem Heim fliehen, wenn sich ein Angriff abzeichnet.

Stellen Sie fest, ob es – wenn nötig – als Fluchtweg eine Tür oder ein Fenster gibt, und ob Ihre Kinder diese Ausgänge ebenfalls benutzen können. Denken Sie daran, dass Sie sofort wissen, wohin Sie gehen können, wenn Sie Ihr Heim verlassen. Finden Sie vorab heraus, wo das nächste öffentliche Telefon ist. Lernen Sie Notfallnummern auswendig, die Sie evtl. benötigen (z.B. Notasyl, Polizei, Sozialarbeiter usw.).

6) Entscheiden Sie, was Sie mitnehmen, wenn Sie weggehen.

Blieben Sie nicht zurück, um Ihre Habe mitzunehmen, wenn dadurch Ihre Kinder in Gefahr kommen! Lassen Sie – wenn möglich – Ihre

Kinder nicht zurück. Wenn Sie sich in unmittelbarer Gefahr befinden und Sie sie zurücklassen müssen, kehren Sie so bald wie möglich zurück, wenn nötig mit der Polizei.

BEVOR SIE ZU IHREM HEIM ZURÜCKKEHREN, STELLEN SIE FEST, OB DIES SICHER IST. BRINGEN SIE JEMANDEN MIT, WENN SIE ZWEIFEL HABEN.

Weitere Tipps

- Legen Sie an einem sicheren Ort Geld beiseite – zweigen Sie immer jeweils kleine Summen ab.
- Ändern Sie Ihre Computer-Passwörter, um sicherzustellen, dass vertrauliche Informationen sicher sind.
- Zeigen Sie Ihren Kindern, wie Sie die Polizei benachrichtigen können.

Wenn Sie sich nicht in unmittelbarer Gefahr befinden, sollten Sie folgende nützliche Dinge packen:

- Ausweispapiere für Sie und Ihre Kinder, wie Geburtsurkunden, Ihre Sozialversicherungsnummer, Ihren Führerschein, Einwanderungspapiere oder Treaty Card, Krankenversicherungsnummern, Pässe
- Rechtliche Dokumente – Ihren Hypothek- oder Mietvertrag oder Informationen über Darlehen oder Vermögensgegenstände, die Sie haben, eine Kopie einer Schutzanordnung, Sorgerechtsbeschlüsse
- Adressbuch
- Kreditkarten, Karte für Geldausgabeautomaten, Schecks, Spargbuch
- Schlüssel – für Ihr Haus, Auto und Safe (wenn Sie einen haben)
- Persönliche Artikel – Kleidung und Toilettenartikel
- Medikamente, die Sie und Ihre Kinder nehmen
- Artikel für Ihre Kinder – Kleidung, Lieblingsspielsachen, Medizin, Windeln oder Fläschchen

Vergessen Sie nicht – Ihre Sicherheit und die Ihrer Kinder ist am wichtigsten.

7) Rufen Sie die Polizei, wenn ein Angriff erfolgt.

Wenn Sie kein Telefon haben, überlegen Sie, wo Sie telefonieren können.

Kontakt für weitere Informationen:

Manitoba Justice
Victim Services Branch
1-866-484-2846

Gebührenfreie Hotline für häusliche Gewalt für die gesamte Provinz (**rund um die Uhr**) [Domestic Abuse Crisis Line] **1-877-977-0007**