

„Für ein sicheres Zuhause“

Frühjahrssammlung 2026 der Diakonie Bayern für Hilfsangebote bei Gewalt in Partnerschaft und Familie

Fast jede zweite Frau erfährt im Laufe ihres Lebens psychische Gewalt in der Partnerschaft, bei den Männern sind es 40 Prozent. Und – über 16 Prozent aller Frauen in Deutschland sind von körperlicher Gewalt betroffen. Unter dem Motto „Hilfe bei häuslicher Gewalt. Für ein sicheres Zuhause“ ruft die Diakonie Bayern darum vom 16. bis 22. März 2026 zu Spenden zugunsten entsprechender Hilfs- und Beratungsangebote auf.

Wie groß das Ausmaß häuslicher Gewalt ist, zeigt die jüngst veröffentlichte bundesweite Dunkelfeldstudie „Lebenssituation, Sicherheit und Belastung im Alltag“ (LeSuBiA) des Bundesfamilienministeriums. Demnach bleiben bei psychischer und körperlicher Gewalt in (Ex-) Partnerschaften rund 95 Prozent der Fälle im Dunkeln; weniger als fünf Prozent werden angezeigt. Besonders betroffen sind Frauen, junge Menschen, Menschen mit Migrationsgeschichte sowie queere Personen.

Die Diakonie Bayern bietet Betroffenen in ganz Bayern konkrete Hilfe. In Frauenhäusern finden Frauen und ihre Kinder Schutz und eine sichere Unterkunft. Fachberatungsstellen und Interventionsstellen unterstützen bei rechtlichen Fragen, begleiten zu Behörden und Gerichten und helfen dabei, neue Perspektiven zu entwickeln. „Unsere Erfahrung zeigt: Der erste Schritt ist oft der schwerste. Deshalb setzen wir auf niedrigschwellige, vertrauliche und professionelle Beratung“, betont Sabine Weingärtner, Präsidentin der Diakonie Bayern. Der Bedarf wächst; bundesweit fehlen Tausende Schutzplätze. Das im Februar 2025 verabschiedete Gewalthilfegesetz sieht zwar einen schrittweisen Ausbau der Hilfsstrukturen vor, einen Rechtsanspruch auf Schutz und Beratung soll es aber erst ab 2032 geben.

Mit den Erlösen der Frühjahrssammlung unterstützt die Diakonie Bayern unter anderem ihre Beratungs- und Schutzangebote im Freistaat. Die Spenden können dazu beitragen, Frauen und Kindern in akuten Krisen Sicherheit zu bieten und sie auf dem Weg in ein gewaltfreies Leben zu begleiten.



In Bayern hält die Diakonie dafür ein eigenes Netz an Hilfen vor: Zu diesem gehören drei Frauenhäuser, dazu vier Fachberatungsstellen, eine Fachberatungsstelle für sexualisierte Gewalt, zwei Frauennotrufe sowie drei Interventionsstellen und zwei „Second-Stage“-Projekte zur Begleitung nach dem Frauenhausaufenthalt. Ergänzend kommen vier Fachstellen der Täter- und Täterinnenarbeit hinzu.

Die Diakonie hilft. Helfen Sie mit!

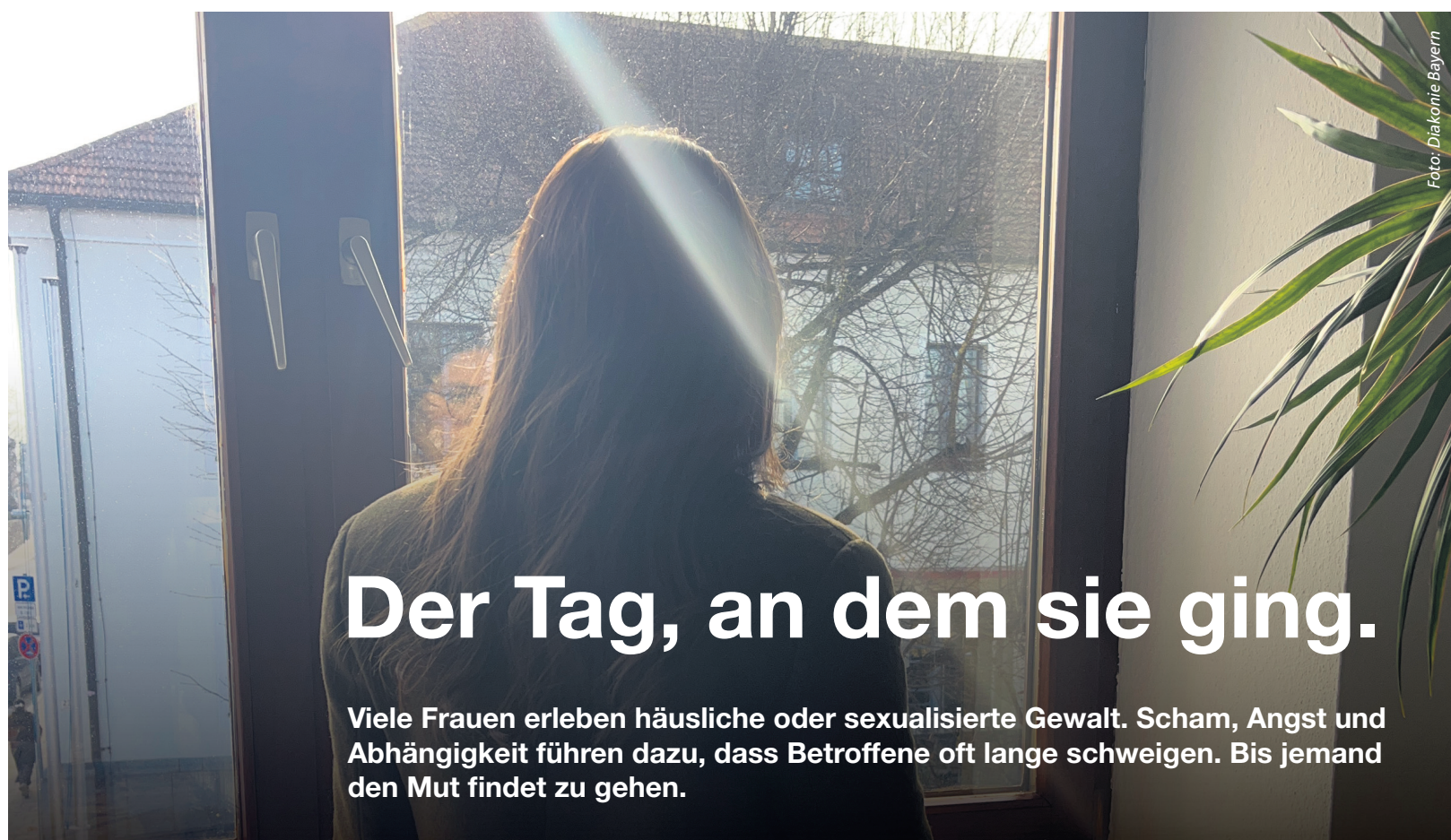
Spendenkonto:

Diakonisches Werk Bayern e. V.
Evangelische Bank eG
DE20 5206 0410 0005 2222 22
BIC: GENODEF1EK1

Stichwort:
Diakoniesammlung F-2026
(QR-Code rechts führt zum
Onlinespendentool twingle)

 **Jetzt
spenden:**





Der Tag, an dem sie ging.

Viele Frauen erleben häusliche oder sexualisierte Gewalt. Scham, Angst und Abhängigkeit führen dazu, dass Betroffene oft lange schweigen. Bis jemand den Mut findet zu gehen.

Ein gewöhnlicher Vormittag

Um 9.42 Uhr schickt er eine Nachricht: Bin im Betrieb. Später Spätschichtbesprechung. Sie starrt auf das Display, bis der Bildschirm schwarz wird. Er ist weg. Bis zum Abend.

Seit Wochen hat sie diesen Vormittag im Kopf durchgespielt. Nicht nachts, da war sie zu müde. Sondern morgens, wenn er aus dem Haus war und das Knacken im Flur verklung. Dann stand sie in der Küche und stellte sich vor, wie es wäre, nicht mehr zu bleiben.

Sie geht ins Schlafzimmer, öffnet den Kleiderschrank. Die Taschen stehen bereit, zwischen Wintermänteln versteckt. Keine Koffer. Nur Sporttaschen. Ausweise, Geburtsurkunden, ein paar Kleidungsstücke, das kleine Stofftier der Jüngeren. Mehr darf es nicht sein. Draußen fährt ein Traktor vorbei. Gegenüber gießt die Nachbarin ihre Blumen. Im Dorf sieht man, wer geht und wer bleibt.

Um halb zwölf kommen die Mädchen aus der Schule. Sie haben nichts miteinander abgesprochen, doch die Anspannung ist spürbar. Die Große sieht sie an, kurz nur, als wolle sie fragen: Heute? Sie nickt.

Es war die Jüngere, die zuerst gesprochen hat. In der Schule, bei der Schulsozialarbeiterin. Eine Woche später auch die Große. Zwei Kinder an unterschiedlichen Orten. Aber derselbe Satz: Es geht nicht mehr. Sie schließt die Haustür ab. Zweimal. Wie immer. Nicht hastig. Nicht fluchtartig. Nur endgültig.

Gewalt beginnt oft unsichtbar

Sabine wird später sagen, dass sie lange nicht wusste, ob das, was sie erlebt, überhaupt „schlimm genug“ ist. Die Beraterin aus der Fachberatungsstelle für gewaltbetroffene Frauen des Diakonischen Werks Cham kennt diesen Satz gut. „Ist es denn jetzt schlimm genug, dass ich hier sein darf?“, habe sie einmal eine Betroffene gefragt.

Gerade im ländlichen Raum, sagt sie, sei die Schwelle hoch. Man kenne sich. Der Partner sei „ziemlich gut im Dorf angebunden, in sämtlichen Vereinen drin“. Da heiße es schnell: „Kann ja nicht sein, das ist ja so ein Netter.“

Die Frauen kämen nicht beim ersten Streit. „Es ist ein schleichender Prozess. Man lernt nicht einen gewalttätigen Partner kennen und weiß: Okay, da muss ich jetzt aufpassen.“

Am Anfang gebe es oft keine sichtbare Gewalt, sondern Grenzverschiebungen, Kontrolle, Abhängigkeit. „Die größten Warnsignale sind diese Herstellung von Abhängigkeit und Grenzverletzung.“ Das könne heißen, dass der Partner seine Konten nicht offenlege oder wichtige Entscheidungen an sich ziehe.

„Musst du da jetzt mit den Freundinnen hingehen? Willst du das wirklich anziehen?“ Sätze wie diese klingen nicht nach Gewalt, markierten aber Grenzen. Wenn körperliche Gewalt einsetze, sei die innere Dynamik oft längst verschoben. „Wenn ein Partner plötzlich gewalttätig wird, ist das ein kompletter Kontrollverlust.“ Viele Frauen suchten die Ursache bei sich. „Hätte ich doch nochmal gestaubsaugt ..., hätte ich ihn doch nicht provoziert...“ „Das ist ein typischer Mechanismus“, sagt die Beraterin. „Weil sie dadurch wieder ein Stück Kontrolle über ihr Leben bekommen.“

Wenn Grenzen fallen

Irgendwann, sagt die Beraterin, werde aus Grenzverschiebung offene Gewalt. Bei Sabine eskalierte es über lange Zeit. Nicht jeder Streit endete in körperlicher Gewalt. Aber die Momente, in denen sie Nein sagte, wurden seltener. Und irgendwann zählte ihr Nein nicht mehr.

Die Beraterin berichtet von Frauen, die über lange Zeit „regelmäßig vergewaltigt“ werden. Oft gehe das mit massiver körperlicher und psychischer Gewalt einher. Viele benennen das lange nicht so. Manche

sprechen von „Ehepflicht“. Andere sagen: „Ich habe Nein gesagt und er macht es trotzdem.“ Für die Beraterin ist klar: Wenn ein Mann gegen den ausdrücklichen Willen seiner Partnerin mit ihr schläft, ist das Vergewaltigung.

Auch subtilere Formen gehörten dazu: wenn jemand so lange „bettelt“ oder emotional Druck ausübt, bis die Frau nachgibt. Dazu kommen Drohungen, Abwertungen, ständige Kontrolle. „Du bist nichts wert.“ Manche Männer bombardierten ihre früheren Partnerinnen mit Nachrichten, suchten sie wiederholt unangekündigt am Arbeitsplatz auf oder standen nachts regelmäßig im Garten. „Auch das ist Gewalt“, sagt die Beraterin. Besonders schwer werde es, wie bei Sabine, wenn der Mann im sozialen Umfeld als unauffällig gilt. „Der war ziemlich gut im Dorf angebunden.“ Da hieß es: „Kann ja nicht sein, das ist ja so ein Netter.“ Und dennoch blieben viele Frauen trotz häuslicher Gewalt. Weil sie hofften, das Geschehen erklären zu können und damit ein Stück Kontrolle zurückzugewinnen.

Der Wendepunkt durch die Kinder

Dass Sabine schließlich ging, hat mit ihren Kindern zu tun. „Auslöser waren die Töchter“, sagt die Beraterin. Beide hätten sich unabhängig voneinander einer Schulsozialarbeiterin anvertraut. Für die Kinder sei das ein großer Schritt gewesen, „ein schlimmer Loyalitätsbruch“. Sie liebten ihren Vater und seien von ihm abhängig. Und doch sagt die Beraterin: „Wir erleben oft, dass Kinder die treibende Kraft sind.“ Ältere könnten die Dynamik oft klarer benennen als die Mütter. Manche sagten irgendwann: „Mama, trenn dich doch.“ Kinder übernahmen dabei Verantwortung, „die sie nicht tragen sollten“. Im Fall von Sabine luden die Schulsozialarbeiterinnen die Mutter ein und begleiteten sie mit ihren Töchtern zur Beratungsstelle in Cham.

Schutzraum auf Zeit

Als Sabine in der Beratungsstelle saß, ging es zunächst nicht um Details, sondern um Sicherheit. Die Beraterin lässt den Frauen Raum, um anzukommen. „Für uns ist ganz wichtig: Ist die Frau akut in Gefahr? Kann ich sie wieder nach Hause schicken oder nicht?“, sagt sie. Es geht um Fragen wie: „Gibt es Kinder?“, „Wo lebt sie?“, „Ist sie finanziell unabhängig?“, „Gibt es Drohungen?“

Wenn klar ist, dass sie nicht zurückkann, geht es schnell. Auch Sabine musste noch am selben Tag raus.

Hilfe & Beratung

- **Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“** (24/7, anonym, kostenlos): 0800/116016, hilfetelefon.de
- **Telefonseelsorge** (24/7, anonym, kostenlos): 0800/1110111 oder 0800/1110222
- **Bayern gegen Gewalt:** stmas.bayern.de/gewaltschutz (regionale Schutzhaus-Suche)

Gewalt gegen Männer, Kinder oder Jugendliche

- **Hilfetelefon „Gewalt an Männern“:** 0800/1239900, maennergewaltschutz.de
- **Kinder- und Jugendtelefon „Nummer gegen Kummer“** (Mo-Sa von 14 bis 20 Uhr, anonym, kostenlos): 116111
- **Online-Beratung per E-Mail oder Chat:** nummergegenkummer.de, Online-Beratung für Jugendliche: youth-life-line.de

Zahlen & Fakten

Im Jahr 2024 wurden rund **265.000 Fälle** in Deutschland registriert.

73 Prozent der Betroffenen sind Frauen und Kinder.

In den letzten fünf Jahren stieg die Anzahl um fast **14 Prozent**.

Die Quote der **angezeigten Fälle** liegt unter **10 Prozent** (LeSuBiA).

Mehr als **jede dritte Frau** erlebt körperliche, psychische, wirtschaftliche oder sexuelle Gewalt.

Die Schutzwohnung ist vorbereitet: Zahnbürste. Handtücher. Eine Packung Nudeln mit Tomatensauce. Kleidung lasse sich kurzfristig organisieren. Wichtig seien oft die Ausweise. „Wir hatten viele Fälle, in denen der Partner sie wegsperrt oder versteckt.“

Als Sabine mit ihren Töchtern ankommt, ist sie vor allem eines: erleichtert. Manche Frauen haben zuvor im Auto geschlafen oder in einem Hotelzimmer gewartet. In der Schutzwohnung ist es still. Zum ersten Mal wartet niemand.

Viele Kinder schlafen dort durch. Nach zwei Wochen werden viele krank. Wenn das Adrenalin sinkt, holt der Körper nach, was er lange ausgehalten hat. Die Wohnung ist auf drei Monate angelegt. Zeit, um eine neue Unterkunft zu finden, Kinderbetreuung zu organisieren und Anträge zu stellen. Die körperliche Gefahr ist gebannt. Doch die existenziellen Fragen stehen offen. Am Anfang seien viele dankbar, sagt die Beraterin. „Aber diese Zeit der Ungewissheit ist schwer auszuhalten.“

Den Kreislauf durchbrechen

Was passieren würde, wenn es diese Beratungsstellen nicht gäbe, beantwortet die Beraterin nüchtern: „Dann würden die Frauen weiterhin in den Beziehungen verbleiben“, sagt sie. Die Gewalt nehme kein Ende, auch nicht für die Kinder und über Generationen hinweg. Deshalb gehe es nicht nur um Schutz in einer akuten Krise, sondern darum, einen Kreislauf zu durchbrechen.

Sabine weiß nicht, wo sie in drei Monaten wohnen wird. Sie weiß nicht, wie die Gerichte entscheiden werden. Sie weiß nur: An diesem Vormittag um 9.42 Uhr hat sie entschieden, nicht mehr zu bleiben.

Hinweis: Der geschilderte Fall basiert auf einem anonymisierten Beratungsfall. Für die Veröffentlichung wurde er erzählerisch verdichtet. Beratungsstellen wie die in Cham arbeiten oft im Hintergrund. Sie organisieren Schutz, begleiten durch Verfahren und unterstützen, wenn Zweifel zurückkommen. Für Frauen wie Sabine sind sie der Ort, an dem Gehen möglich wird.

Texte: Claudia Poitzsch

Impressum

NahAufnahme. Beilage im Sonntagsblatt – Evangelische Wochenzeitung für Bayern (Nr. 11/2026), Redaktion: Claudia Poitzsch, Layout: Markus Springer
Diakonisches Werk Bayern, Pirkheimerstraße 6, 90408 Nürnberg
Tel.: (09 11) 93 54-0, Fax: 93 54-269
E-Mail: info@diakonie-bayern.de, Internet: www.diakonie-bayern.de

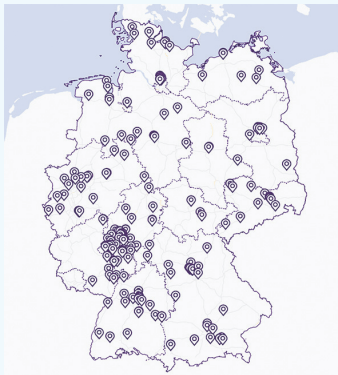
Wir. Reden. Hier.

Diakonie Bayern fördert die Initiative #VerständigungsOrte



verständigungs ORTE

Wir. Reden. Hier.



Mit der Initiative #VerständigungsOrte laden Kirche und Diakonie dazu ein, miteinander ins Gespräch zu kommen. Unter dem Motto „Wir. Reden. Hier.“ sollen in ganz Deutschland Orte entstehen, an denen Menschen unterschiedliche Meinungen austauschen und einander besser verstehen können.

Ziel ist es, den Dialog in einer Zeit zu stärken, in der

gesellschaftliche Debatten oft polarisiert geführt werden. Auf einer digitalen Deutschlandkarte wird sichtbar, wo solche Aktionen bereits stattfinden oder geplant sind.

Das Diakonische Werk Bayern unterstützt diese Initiative und stellt seit 1. Oktober 2025 seinen Mitgliedseinrichtungen insgesamt 10.000 Euro zur Verfügung, um neue Verständigungsorte zu gründen. Mit dieser Summe können maximal 20 Projekte mit jeweils 500 Euro gefördert werden. Neun vorbildliche Best-Practice-Beispiele haben bereits eine Förderung erhalten. Die Palette reicht von Bildungs- und Migrationsprojekten über Aktionen zur Kommunalwahl und zur Förderung der Demokratie, bis zu Kultur-, Begegnungs- und Mehrgenerationencafés und -treffpunkten, Vortrags- und Dialog-Formaten. Die Projekte mit aktuellen Veranstaltungsterminen werden hier vorgestellt: www.diakonie-bayern.de/verstaendigungsorte

Wer einen neuen Verständigungsort gründen möchte, kann einen Antrag bei der Diakonie Bayern stellen. Nähere Informationen sind bei Dr. Leonie Krüger erhältlich (Telefon 0911/93 54-207, E-Mail: krueger@diakonie-bayern.de).

Mit der neuen #VerständigungsOrte-Startbox organisieren diakonische und kirchliche Einrichtungen und andere Engagierte in kurzer Zeit ein eigenes Dialogformat – von der ersten Idee über die Veranstaltung selbst bis zur Nachbereitung. Die Startbox ist ab sofort für 10 Euro im Onlineshop der Diakonie Deutschland verfügbar. Die Inhalte sind auf www.verstaendigungsorte.de zum kostenfreien Download eingestellt. Weitere Materialien zur Kampagne können auch im Onlineshop der Diakonie Bayern bestellt werden.

**DIAKONIE. DU BIST
DER UNTERSCHIED.**

„Der Frieden kommt durch Verständigung, nicht durch Vereinbarung.“
Arabisches Sprichwort



.STANDPUNKT

Liebe Leserin, lieber Leser,

manchmal beginnt alles mit einem Geräusch. Mit Schritten im Treppenhaus. Mit einem Schlüssel, der sich im Schloss dreht. Eine Frau – Sie finden ihre Geschichte in dieser Ausgabe der NahAufnahme – erzählt, dass sie in solchen Momenten die Luft anhielt. Und die Kinder wussten längst, wie sie sich verhalten mussten. Leise sein. Nicht auffallen. Niemand im Haus hätte gedacht, was sich hinter der Tür abspielte. Erst als die Kinder mit Sozialarbeitern sprachen, kam Bewegung in das Schweigen.

Über 260.000 Fälle häuslicher Gewalt wurden 2024 in Deutschland registriert. Etwa drei Viertel der Betroffenen sind Frauen und ihre Kinder. Und Fachleute gehen davon aus, dass viele Taten nie angezeigt werden. Gewalt geschieht nicht irgendwo, sondern mitten in unserem Alltag – in Wohnungen, in Nachbarschaften, auch in kirchlichen Zusammenhängen.

Hinter jeder Zahl steht ein Mensch: eine Frau, die sich zurückzieht. Ein Kind, das nachts nicht schlafen kann. Ein Mann, der sich

schämt, Hilfe zu suchen. Gewalt zerstört Vertrauen. Sie greift die Würde an, die jedem Menschen von Gott her zugesprochen ist. Wer die biblischen Geschichten liest, merkt schnell: Auch dort wird Leid nicht verschwiegen. Aber es bleibt nicht das letzte Wort. Immer wieder geht es um Befreiung, um Schutz, um einen neuen Anfang. „Gott ist nahe denen, die zerbrochenen Herzens sind“, heißt es in den Psalmen. Kein lautes Versprechen, eher ein leiser Hinweis: Gott steht auf der Seite derer, die verletzt sind.

Diese Nähe zeigt sich oft durch Menschen. Durch eine Beraterin, die zuhört, ohne zu drängen. Durch eine Mitarbeiterin im Frauenhaus, die mitten in der Nacht die Tür öffnet. Durch Ehrenamtliche, die begleiten, wenn Formulare ausgefüllt und neue Wege gegangen werden müssen.

Die Diakonie hilft. Helfen Sie mit.

*Ihre Sabine Weingärtner
Präsidentin der Diakonie Bayern*

