

Z+ Vergewaltigung

Wie man die Chancen erhöht, einen Vergewaltiger zu überführen

Viele Vergewaltigungen kommen nie vor Gericht. Direkt nach einem Übergriff gibt es aber Dinge, die Betroffene oder deren Freunde tun sollten, um später Beweise zu haben

Von Maria Mast

15. August 2024, 15:09 Uhr

"In welcher Stellung haben Sie miteinander geschlafen?", fragt die Richterin den Angeklagten. Sie sitzt erhöht im Saal 606 des Amtsgerichts Tiergarten. "Vaginal oder anal?", "Haben Sie ein Kondom benutzt?", "Und hatten Sie einen Orgasmus?" Der Angeklagte rutscht auf der Holzbank hin und her. Er sagt leise, dass er nicht verstehe, was ihm vorgeworfen werde. Es sei ganz anders gewesen, als die Frau es der Polizei gesagt habe. Die Frau, die ihn jetzt beschuldige, habe sich an ihn herangemacht, sie habe den Sex mit ihm gewollt. Er sei davon ausgegangen, dass sie eine Prostituierte sei.

Es ist ein Donnerstag wie jeder andere, es ist ein Vergewaltigungsfall wie viele andere. Nur, dass dieser vor Gericht gelandet ist. Und das passiert in Deutschland selten.

Im vergangenen Jahr meldete die Polizei (PDF) in Deutschland 12.186 Vergewaltigungen, sexuelle Nötigungen und sexuelle Übergriffe in besonders schwerem Fall an die Staatsanwaltschaft, also etwas mehr als 1.000 pro Monat. Fast alle Tatverdächtigen waren Männer, fast alle Opfer Frauen. Orientiert man sich an vergangenen Jahren, kann man davon ausgehen, dass nur ein kleiner Teil dieser Fälle vor Gericht kommen wird. In den Jahren vor 2022, für die schon Statistiken vorliegen, war es etwa ein Viertel der Fälle. Bei den restlichen Dreivierteln erhob die Staatsanwaltschaft zumeist keine Anklage, oft weil die Beweise nicht ausreichend waren.

Mitunter vergehen Jahre zwischen angezeigter Tat und Verhandlung. Zu beweisen, was vorgefallen ist, wird dann noch schwieriger.

Direkt nach einer Vergewaltigung aber gibt es Dinge, die Betroffene – oder Freunde, Kolleginnen und Familie – wissen sollten, um die Aufklärung und Strafverfolgung eines Falls wahrscheinlicher zu machen.

Erste Station: Spuren sichern

Wer vergewaltigt wurde und nicht sofort zur Polizei will, kann trotzdem Spuren sichern lassen. Spuren, die schnell verschwinden, vor Gericht aber wichtig sein könnten. Bei einer sogenannten vertraulichen oder anzeigenunabhängigen Spurensicherung werden Spuren in Deutschland in der Regel mindestens zehn Jahre aufbewahrt und können so im Fall einer späteren Anzeige als Belege verwendet werden. Diese Spurensicherung ist in manchen Krankenhäusern, bei einigen Frauenärzten und in einzelnen Notaufnahmen – allerdings nicht flächendeckend – möglich, besser noch geht es in Einrichtungen, die darauf spezialisiert sind.

Saskia Etzold hat eine solche Einrichtung, die Berliner Gewaltschutzambulanz, zehn Jahre lang geleitet. Sie hat Tausende Abstrichstäbchen durch Scheiden und Münder gezogen und Hunderte blaue Kiefer, eingeblutete Lippen und Würgemale fotografiert. Dringt jemand mit einem Penis in eine Vagina ein, lassen sich die DNA-Spuren bis zu 72 Stunden lang nachweisen. Dringt er in Mund oder Anus ein, ist die Zeitspanne kürzer. "Wir dokumentieren das, damit die Betroffene vor Gericht ihren Sachverhalt belegen kann", sagt Etzold. Derzeit baut die 43-jährige Rechtsmedizinerin eine weitere Gewaltschutzambulanz in Bremen auf, denn Deutschland hat zu wenige dieser Einrichtungen.

Etzold weiß, dass Vergewaltigungsoffer sich fast nie so verhalten, wie es optimal für die Spurensicherung wäre. Idealerweise duscht oder wäscht sich die Betroffene nach einer Vergewaltigung nicht, geht nicht zur Toilette, lässt dieselbe Kleidung an, bis alles dokumentiert ist.

Will man die Spuren einer Vergewaltigung bestmöglich sichern, sollte man so handeln. Will man sie möglichst schnell vergessen, wird man das nicht tun.

“Mehr als die Hälfte aller Vergewaltigungen hinterlässt keine sichtbaren Verletzungen am Körper.”

– Rechtsmedizinerin Saskia Etzold

Viele Menschen haben noch nie von Einrichtungen wie der Berliner Gewaltschutzambulanz gehört oder wissen nicht, dass sie Spuren kostenlos, vertraulich und anonym sichern lassen können, auch wenn sie noch nicht wissen, ob sie Anzeige erstatten wollen. Andere haben praktische Probleme, etwa dass die nächste Gewaltschutzambulanz zu weit weg ist. In dem Fall sollten Betroffene trotzdem eine Notaufnahme oder einen Frauenarzt aufsuchen, am besten innerhalb der ersten 24 Stunden. Besteht ein Verdacht auf K.-o.-Tropfen, sollte das noch schneller passieren, da sie schon nach wenigen Stunden nicht mehr nachweisbar sind (siehe Infokasten). Auch später ist eine Untersuchung aber noch sinnvoll, um auf Krankheiten und eine Schwangerschaft zu testen. Falls der Verdacht auf eine Schwangerschaft besteht, kann sie durch die Pille danach verhindert werden.

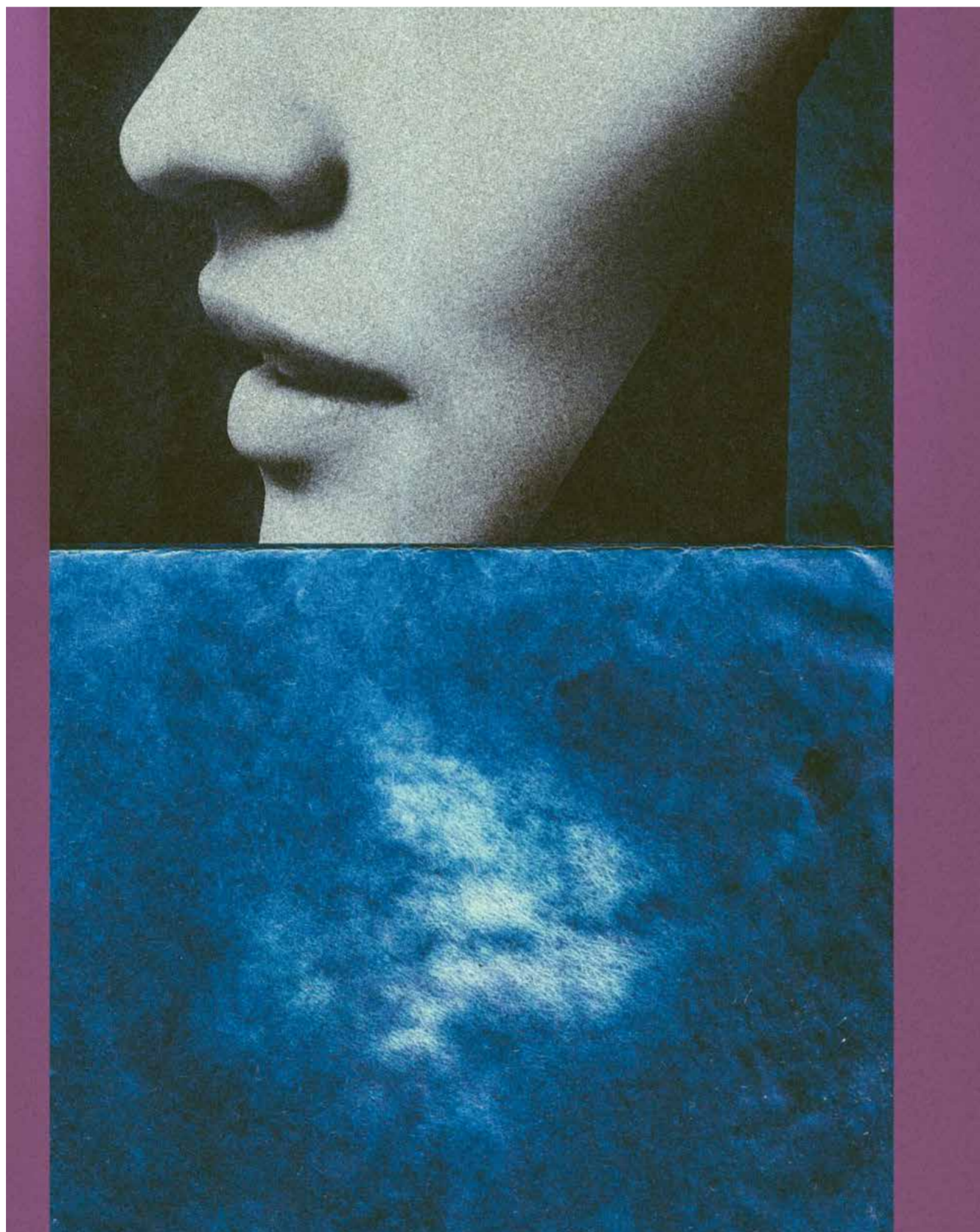
Die meisten der Frauen, die zu ihr in die Ambulanz kommen, sind nicht das erste Mal misshandelt worden, sagt Etzold. Wenn es sich etwa um den Partner, einen Freund oder ein Date handelt, dann müssen viele erst einmal verstehen, was gerade passiert ist. "Viele kommen, nachdem sie das erste Mal gewürgt werden. Das löst Todesangst aus." Vor Gericht aber kann ein frühzeitig dokumentierter blauer Fleck Schilderungen verifizieren.

Rechtsmedizinerinnen wie Etzold können nur dokumentieren, was da ist. "Mehr als die Hälfte aller Vergewaltigungen hinterlässt keine sichtbaren Verletzungen am Körper", sagt sie.

"Sichtbare Verletzungen entstehen in der Regel nur dann, wenn jemand Gegenwehr leistet. Und es gibt viele Gründe, das nicht zu tun." Einige davon: Wer Angst um sein Leben hat, wehrt sich nicht. Wer nicht verstehen kann, was gerade passiert, wehrt sich nicht. Wer stark alkoholisiert ist oder K.-o.-Tropfen bekommen hat, wehrt sich nicht. In diesen Fällen muss anders belegt werden, dass etwas nicht freiwillig war.

Zweite Station: Beratung und Vorbereitung

Damit ein Vergewaltiger verurteilt werden kann, müssen Betroffene zur Polizei gehen und Anzeige erstatten. Viele Betroffene haben Angst vor diesem Schritt, weil sie nicht wissen, was auf sie zukommt – und ob sie das Geschehene in Worte fassen können. Eine Vorbereitung auf das Polizeigespräch, etwa in einer Opferberatungsstelle, kann helfen.



Ein blauer Fleck kann vor Gericht als Beweis dienen. Idealerweise vergegenwärtigt sich jemand, der vergewaltigt wurde, genau, was passiert ist, wer was gesagt und getan hat.

© Collagen: Felix Burchardt für ZEIT ONLINE

Zum Beispiel bei Roland Weber. Der 57-Jährige ist Rechtsanwalt und Opferbeauftragter von Berlin. Weber weiß, dass die Glaubhaftigkeit der Aussagen – insbesondere der ersten offiziellen bei der Polizei – das sein wird, was Strafverteidiger vor Gericht hinterfragen und was Richter bewerten werden. Aus guten Gründen folgt das deutsche Rechtssystem dem Grundsatz *In dubio pro reo*: Gibt es nicht auflösbare Zweifel und streitet der Angeklagte die Tat ab, wird im Zweifel für den Angeklagten entschieden. Das heißt umgekehrt, dass die Aussage der Geschädigten so klar wie möglich und über jeden Zweifel erhaben sein muss.

“Üben Sie, die Vergewaltigung zu schildern, vor dem Spiegel oder mit einer Freundin.”

– Opferbeauftragter Roland Weber

Immer wieder, sagt Weber, lese er in den Akten der Staatsanwaltschaft, dass diese jemandem zwar glaube, eine Verurteilung mit den Angaben, die bei der Polizei gemacht wurden, aber nicht wahrscheinlich sei. Nicht immer liegt das an dem, was vorgefallen ist – sondern daran, welche Angaben bei der Polizei gemacht wurden und welche nicht. Idealerweise vergegenwärtigt sich jemand, der vergewaltigt wurde, noch vor der Erstanzeige ganz genau, was passiert ist, wer was gesagt und getan hat.

Weil zu diesem Zeitpunkt, direkt nach der Tat, Fehler gemacht werden, stellt die Staatsanwaltschaft viele Ermittlungsverfahren später ein. "Ich schätze etwa 70 Prozent", sagt Weber. Staatsanwälte entscheiden auf Grundlage der Polizeiakte, ob sie Anklage erheben oder nicht. Schätzen sie die Wahrscheinlichkeit, dass der Beschuldigte verurteilt wird, auf über 50 Prozent, klagen sie an. Schätzen sie sie geringer, lassen sie es eher sein.

Einer Frau, die einen Vergewaltiger anzeigen möchte, rät Weber, zu üben, die Vergewaltigung zu schildern, vor dem Spiegel oder mit einer Freundin. Bei der Polizei und später vor Gericht sei es entscheidend, die Dinge benennen zu können, etwa Körperteile als Penis, Vagina oder Anus, und sich an Handlungen und Abläufe möglichst genau zu erinnern. Es helfe, die Gedanken vorher zu sortieren und aufzuschreiben. Die Notizen könne man zur Polizei mitnehmen.

"Es gibt kaum Fälle im Sexualbereich, in denen sich eine Frau fragen müsste, ob etwas strafbar ist", sagt Weber. Der Graubereich sei kleiner geworden, auch unerwünschte Berührungen fielen etwa unter den Straftatbestand der sexuellen Belästigung. Vergewaltigung und sexuelle Nötigung fallen unter Paragraf 177 StGB, der bestraft, wenn jemand nicht einvernehmliche, sexuelle Handlungen an jemand anderem vornimmt – also etwa mit einem Körperteil oder Gegenstand vaginal, anal oder oral in den Körper der anderen Person eindringt, ohne dass die andere Person das will.

Etwas, das Menschen beim Sex miteinander tun und schön finden, ist strafbar, wenn es gegen den Willen einer Person ist.

Seit 2016 gilt in Deutschland der Satz: "Nein heißt Nein." Jede sexuelle Handlung gegen den erkennbaren Willen eines anderen ist potenziell strafbar, auch dann, wenn sich jemand nicht aktiv gewehrt oder keinen körperlichen Widerstand geleistet hat. Ein ausgesprochenes Nein reicht aus, um eine sexuelle Handlung dem Gesetz nach strafbar werden zu lassen, wenn eine andere Person danach weitermacht. Insofern ist es für Betroffene wichtig, sich zu erinnern, ob, wann und auf welche Art und Weise sie ihren Willen geäußert haben.

Dritte Station: bei der Polizei

Alle Zahlen deuten darauf hin, dass das Dunkelfeld der nicht angezeigten Vergewaltigungen groß ist. Laut dem Bundesfamilienministerium wird jede dritte Frau in Deutschland mindestens einmal in ihrem Leben Opfer von physischer und/oder sexualisierter Gewalt. Die Polizei aber erfährt bei sexuellem Missbrauch und Vergewaltigung nur von etwa jedem zehnten Fall.

Denise Rintisch ist Kriminalhauptkommissarin und stellvertretende Leiterin des LKA 134 in Berlin, das für Sexualdelikte zuständig ist. Im vergangenen Jahr hat die 37-Jährige in zahlreichen Fällen ermittelt. Wer nach einem Übergriff bei jemandem wie Rintisch landet, hat Glück. Denn bei der Erstaussage kommt es nicht nur auf die Befragte an, sondern auch die Befragenden. Bestenfalls wissen sie, wie man potenziell traumatisierte Menschen vernimmt, welche Informationen es unbedingt braucht und welche Fragen zu Missverständnissen führen.

Liegt eine Tat schon länger zurück – können also akut auch keine Spuren mehr gesichert oder Zeugen direkt kontaktiert werden –, dann rät Kommissarin Rintisch, Anzeige im Internet zu erstatten. So könnten Betroffene in Ruhe schildern, woran sie sich erinnern. Sie werden dann von der richtigen Dienststelle zur Vernehmung geladen.

Wählt man hingegen die 110, dann erreicht man Menschen, die auch den Verkehr regeln oder als Erste nach einem Mord am Tatort sind. Geht man auf die nächste Polizeiwache, wird man von der Person befragt, die gerade Dienst hat.

“Audio- oder Videoaufnahmen der Vernehmung belegen nicht nur, was jemand geantwortet hat, sondern auch auf welche Frage.”

– Kriminalhauptkommissarin Denise Rintisch

Das Wichtigste sei, die geschädigte Person zunächst erzählen zu lassen und dann erst Nachfragen zu stellen, sagt Rintisch. "Viele erzählen detailliert von dem Tag der Vergewaltigung. Aber wenn es um die sexuelle Handlung geht, wird die kurz abgehandelt." Rintisch fragt dann nach, offen, ohne eine Antwortmöglichkeit zu suggerieren. Bei der Frage, wie sich jemand gewehrt habe, klinge etwa mit, dass sich die Person doch sicherlich körperlich oder verbal gewehrt habe. So etwas könne zu einer fragwürdigen Antwort führen.

"Wie haben Sie sich verhalten?" sei die bessere Frage. Auch Betroffene können auf die Fragen achten und sie gegebenenfalls korrigieren. "Audio- oder Videoaufnahmen der Vernehmung belegen nicht nur, was jemand geantwortet hat, sondern auch auf welche Frage", sagt Rintisch. "Das kann vor Gericht entscheidend sein."

Rintisch hält es deshalb für wichtig, das Gespräch aufzuzeichnen, am besten auf Video. Das aber ist auf den meisten deutschen Polizeistationen nicht üblich. Nicht alle haben die Ausstattung dafür, und eine Audioaufnahme zu verschriftlichen, kostet Zeit und Personal; Software hilft nur bedingt, denn auch Transkripte müssen korrigiert, gekürzt und gelesen werden. Aussageprotokolle werden von dem vernehmenden Polizisten immer noch oft handschriftlich erstellt, oder es gibt eine Schreibkraft, die mittippt. Danach muss der Anzeigende gegenlesen und unterschreiben.

Zeigt man an, dass einem jemand auf die Stoßstange gefahren ist, ist das hinnehmbar. Will man eine Vergewaltigung anzeigen, ist das eine hohe Anforderung. Auf die sollten sich Anzeigende vorbereiten.

Ebenso sollten sich Betroffene von Nachfragen nicht irritieren lassen: Rintisch etwa erkundigt sich auch nach der Kleidung, die jemand getragen hat. Nicht, weil sie wissen will, ob der Rock

kurz war, sondern weil sie wissen will, wo sich potenziell DNA-Spuren eines Täters befinden könnten. Die Frage, ob jemand Alkohol oder Drogen konsumiert hat, ist wichtig, um zu wissen, ob jemand nicht zum Widerstand fähig war. Denn dann muss kein Nein nachgewiesen werden, da die betroffene Person nicht in der Lage war, sich zu wehren oder zu widersprechen.

Eine Vernehmung kann mehrere Stunden dauern. "Als Polizistin wollen wir nicht, dass die Person sich nach der Befragung schlecht fühlt", sagt Rintisch. Es sei möglich, Pausen zu machen und eine vertraute Person mitzubringen.

Vierte Station: vor Gericht

Eine Frau, die ihren Vergewaltiger bei der Polizei anzeigt, muss vor Gericht aussagen, wenn ihr Fall dort verhandelt wird. Denn sexuelle Nötigung und Vergewaltigung gehören zu den Verbrechen, die die Ermittlungsbehörden in Deutschland verfolgen müssen. Aus der Geschädigten, die Anzeige erstattet, wird dann eine Zeugin in einem Prozess, den der Staat führt – und in dem sie potenziell neben ihrem Vergewaltiger sitzen kann.



Nur ein kleiner Teil aller Vergewaltigungen kommt in Deutschland vor ein Gericht.
© Collagen: Felix Burchardt für ZEIT ONLINE

Theda Giencke kennt die Abläufe. Sie ist Rechtsanwältin und Nebenklagevertreterin in Berlin. Vor Gericht vertritt sie Menschen, die Opfer eines Sexualdelikts geworden sind, wenn diese beantragen, nicht nur als Zeugin am Prozess teilzunehmen, sondern als Nebenklägerin. Auf die Frage, wem sie eine Anzeige empfehlen würde, zögert sie. "Die Geschädigte muss sich bewusst sein, dass sie als gesamte Person durchleuchtet werden wird", sagt sie. "Ihre Glaubhaftigkeit, ihre psychische Gesundheit, ob sie überhaupt als Person in der Lage ist, eine Aussage zu machen – alles wird infrage gestellt."

Für Betroffene könne das schrecklich sein. Aber eine Anzeige sei auch derzeit der einzige mögliche Schritt, um das Unrecht aufzuklären, den Täter zu bestrafen und ihn bestenfalls an weiteren potenziellen Taten zu hindern.

Sexualdelikte werden in der Regel vor dem Schöffengericht oder Landgericht verhandelt – es gibt also mehrere Richter, Richterinnen und Schöffen, die vorn erhöht sitzen. In manchen Fällen ist es auf Antrag möglich, dass die Betroffene bei ihrer Aussage nicht im selben Raum sitzen muss wie der Angeklagte. Gerichte bewilligen das insbesondere, wenn sie der Ansicht sind, dass eine direkte Konfrontation eine unzumutbare Belastung wäre.

Bei öffentlichen Verhandlungen kann eine vertraute Person mit im Gerichtssaal sein. Betroffene können außerdem eine psychosoziale Prozessbegleitung (PDF) beantragen, eine Person also, die im Strafverfahren unterstützt und bei Vernehmungen dabei ist. Wird die psychosoziale Prozessbegleitung vom Gericht bestätigt, ist sie kostenlos. Anderenfalls können Betroffene sie selbst bezahlen.

“Jeder scheinbare Widerspruch geht zulasten der Glaubhaftigkeit der Geschädigten.”

– Rechtsanwältin Theda Giencke

In Berlin würden etwa drei Prozent der Angezeigten in Sexualdelikten verurteilt, sagt Giencke, und bezieht sich auf ein Interview mit der Strafrechtsanwältin Christina Clemm. Es sei auffällig, wie hoch die Einstellungsquote der Staatsanwaltschaft sei, in wie vielen Verfahren es also gar nicht erst zur Anklage komme. Umgekehrt bedeutet das aber auch: Kommt ein Fall vor Gericht, hält die Staatsanwaltschaft nach Zusammentragen aller Beweise eine Verurteilung des Beschuldigten für wahrscheinlicher als einen Freispruch.

Betroffene sollten sich darauf konzentrieren, das Erlebte so zu schildern, wie sie es auch vorher geschildert haben und dabei so authentisch wie möglich zu sein. Manche weinen, andere sprechen sachlich und ruhig. "Eine richtige Reaktion der betroffenen Zeugen gibt es nicht", sagt Giencke.

Auch sie betont, wie wichtig es ist, konkret zu benennen, was passiert ist. "Dann hatten wir Sex", sei nicht ausreichend, denn unter Sex verstehe jeder etwas anderes. "Der Täter ist mit dem Mittelfinger der rechten Hand in die Vagina eingedrungen, seine linke Hand lag auf der Brust." Aus Sicht der Ermittlungsbehörden könne eine Aussage nicht zu detailliert sein.

Und wird etwa eine Vertrauensperson als Zeugin vor Gericht geladen, dann ist es wichtig, dass die Person das, was vorgefallen ist, so verstanden hat, wie die Geschädigte es gemeint hat. "Denn jeder scheinbare Widerspruch geht zulasten der Glaubhaftigkeit der Geschädigten." Die Rechtsanwältin rät deshalb, sich schon vorher nicht nur bei Gesprächen mit Ärzten oder Polizisten, sondern sogar bei Gesprächen mit einer Freundin, der Mutter oder dem Freund zu versichern, dass die andere Person das Gesagte richtig verstanden hat.

Denen, die nicht zur Polizei wollen und keine Gewaltschutzambulanz in der Nähe haben, rät sie, nach der Tat selbst Spuren zu sichern: Verletzungen und zerbrochene Gegenstände zu

fotografieren. Rechtssichere Screenshots von Nachrichten auf dem Handy zu machen (siehe Infokasten). Ein Gedächtnisprotokoll mit Datum zu schreiben. Und weitere Erinnerungen mit dem jeweils aktuellen Datum hinzuzufügen. "Legen Sie das nach ganz hinten im Schrank, schließen Sie es in eine Schublade ein. Aber werfen Sie diese Dinge nicht weg", sagt sie. Auch die getragene Unterwäsche, Bettwäsche oder Kissen ließen sich in einer Tüte aufbewahren.

Ihrer Erfahrung nach erfolgt ein Freispruch in der Regel aus Mangel an Beweisen. Das Gericht kann dann nicht mit ausreichender Sicherheit feststellen, was vorgefallen ist.

Fünfte Station: das Urteil

Von Vergewaltigungsopfern, die wollen, dass ein Täter bestraft wird und deshalb Anzeige erstatten, wird viel verlangt. Das Verfahren vor Gericht dreht sich zu einem großen Teil um ihre Aussagen und ihre Glaubhaftigkeit.

"Würde mich meine beste Freundin fragen, ob sie ihren Vergewaltiger anzeigen soll, dann würde ich ihr genau erklären, wie die Vernehmung verläuft und was vor Gericht passiert", sagt etwa Kriminalhauptkommissarin Rintisch. "Und sie dann fragen: Könntest du das auch sagen, wenn er im selben Gerichtssaal sitzt? Und möchtest du das auch?"

Von den Fällen, die vor Gericht landen, endet ein signifikanter Teil mit einem Freispruch des Angeklagten. Oft ist das so, weil die Tat nicht bewiesen werden kann, weil Aussage gegen Aussage steht – nicht, weil die Unschuld des Täters erwiesen ist.

Auch das Verfahren, das an einem Donnerstag in Saal 606 des Amtsgerichts Tiergarten begann, endete in einem Freispruch. Auf Anfrage von ZEIT ONLINE teilt die Berliner Staatsanwaltschaft mit: "Es gab den Freispruch aus tatsächlichen Gründen, was bedeutet, dass dem Beschuldigten die Tat nicht nachgewiesen werden konnte."

Welche Stellen beraten bei sexualisierter Gewalt?

Das bundesweite Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen ist Tag und Nacht unter der Nummer 116 016 erreichbar kostenlos und auf Wunsch anonym. Über die Internetseite können sich Betroffene zudem online per E-Mail oder Chat beraten lassen.

Weitere Anlaufstellen per Telefon, Mail oder persönlich sind das Hilfetelefon Sexueller Missbrauch, das Opfertelefon Weißer Ring oder die Lara Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt an Frauen (Berlin). Für Männer gibt es das Hilfetelefon Gewalt an Männern. Mit dem Beratungsstellenfinder bbf Frauen gegen Gewalt können Betroffene in einer Suchmaske Hilfe am Ort finden.

Je nach Region gibt es lokale Frauenhäuser und Beratungszentren. Eine Übersicht gibt die Frauenhaus Koordinierung.

Wo kann man Spuren sichern lassen?

Gewaltschutzambulanzen sichern Spuren kostenlos, vertraulich, anonym. Manchmal heißen sie auch Opferhilfeambulanz oder ähnlich. Auch manche Krankenhäuser, Frauenarztpraxen oder der Rettungsdienst bieten Spurensicherung an. Fragen Sie am besten per Telefon nach.

Hier finden Sie die Homepages der [Gewaltschutzambulanz der Charité Berlin](#) und der [Gewaltschutzambulanz Bremen](#). Mehr Informationen zur ärztlichen Versorgung nach Vergewaltigungen bieten die [Frauenärzte im Netz](#).

Haben Sie den Verdacht, dass Ihnen jemand [K.-o.-Tropfen](#) verabreicht hat, sollten Sie möglichst schnell eine Blut- oder Urinprobe zur Untersuchung abgeben. Die Substanzen sind nach wenigen Stunden nicht mehr nachweisbar. Beratungsstellen und Hilfetelphone geben Auskunft, wo das möglich ist.

Was können Betroffene selbst tun?

- Ein Gedächtnisprotokoll mit Datum schreiben. Erinnerungen jeweils mit dem aktuellen Datum hinzuzufügen
- Nachrichten mit Datum, Uhrzeit, Name und Kontext als [rechtssichere Screenshots](#) speichern
- Getragene Unterwäsche, Kleidung und Hygieneartikel wie Tampons und Binden aufbewahren. Ebenso Bettwäsche, Handtücher, die DNA-Spuren aufweisen können
- Idealerweise vor der medizinischen Spurensicherung nicht duschen und wenn möglich nicht zur Toilette gehen

Weitere Informationen in leichter Sprache (PDF): [Gesine Netzwerk Gesundheit: Was tun?](#)

Weitere Informationen

Übersicht über die [Opferschutzbeauftragten der Länder](#)

Internetseite des [Opferbeauftragten des Landes Berlin](#)

Informationen der [Polizei Berlin zu Sexualstraftaten](#)

Überblick, was vor einem [anstehenden Gerichtstermin](#) relevant ist