

Inhalt

Vorwort	9
#MeToo und was sich damit verändert hat	17
Wenn der Partner zum Täter wird	23
Fakten zu häuslicher Gewalt und Vergewaltigung in der Partnerschaft	38
Missbrauch im Kinderzimmer	41
Erschütternde Zahlen	50
Kann man Missbrauch erkennen?	52
Macht und sexuelle Übergriffe am Arbeitsplatz	55
Wo beginnt der sexuelle Übergriff, wer ist betroffen, und wie kann man sich schützen?	61
Der Fremde	65
Die Anzeige	71
Der Gang zur Polizei. Mein Selbstversuch	75
Das rät die Polizei nach einem sexuellen Übergriff	78
Das ist neu im Sexualstrafrecht	80
Wenn die Partynacht zum Albtraum wird	83
Was geschieht in der Rechtsmedizin?	94
Die Gefahren aus dem Netz	99
Das sollten wir wissen, das können wir unternehmen	108

Ein Fall vor Gericht	113
Ablauf eines Gerichtsverfahrens	120
Was tut die Justiz für die Opfer?	124
Die Rolle der Sachverständigen und Gutachter – eine kritische Betrachtung	126
Wenn ein Trauma das Leben beherrscht	131
Was ist ein Trauma, und wie werde ich es wieder los?	141
Körperliche und psychische Symptome eines Traumas durch sexuelle Gewalt	144
Was geschieht bei einer Traumatherapie?	154
Selbsthilfe zur Selbstheilung	157
Schreiben als Therapie	167
Selbsthilfegruppen	169
Schutz durch Bindung	170
So können sich Angehörige und Freunde verhalten	173
Schlussplädoyer	177
Adressen	182
Danksagung	185
Quellen	187