

**Ein Ratgeber für Eltern**

**TRAU  
DICH!**

**Bundesweite Initiative zur Prävention  
des sexuellen Kindesmissbrauchs**

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend

**BZgA**

Bundeszentrale  
für  
gesundheitliche  
Aufklärung



## INHALT

Einleitung..... 4

### **I. ERKENNEN UND VERSTEHEN 6**

Grenzverletzungen – Übergriffe – Sexualisierte Gewalt ..... 6  
Die Strategien der Täter ..... 8

### **II. SCHÜTZEN UND STÄRKEN 10**

Mädchen und Jungen eine Sprache geben ..... 11  
Reden ist Gold – und Schweigen kein Schutz ..... 12  
Was Eltern tun können – Prävention von sexuellem Missbrauch ..... 12  
Zentrale Botschaften der Prävention von sexuellem Kindesmissbrauch ..... 14  
Kindliche Sexualität – zwischen Entdeckungslust und Grenzverletzung ..... 16  
Sexuelle Übergriffe durch Kinder ..... 18  
Mädchen und Jungen mit Beeinträchtigungen ..... 20  
Keine sexuelle Anmache im Internet – Eltern klären auf ..... 21  
Tipps für Eltern ..... 22

### **III. HINSCHAUEN UND HANDELN 24**

Handeln bei Anzeichen auf sexuellen Missbrauch..... 26  
Mädchen und Jungen brauchen Erwachsene,  
die ihnen Sicherheit und Halt geben..... 28  
Hilfe für betroffene Kinder und ihre Eltern..... 29

### **ANLAUFSTELLEN FÜR ELTERN UND IHRE KINDER 34**

Kostenfreie telefonische Anlaufstellen ..... 34  
Beratungs- und Anlaufstellen im Internet..... 34  
Broschüren ..... 36





## EINLEITUNG

Liebe Eltern,

„Trau dich!“ ist das Motto der „Bundesweiten Initiative zur Prävention des sexuellen Kindesmissbrauchs“, die sich an acht- bis zwölfjährige Mädchen und Jungen, Eltern und pädagogische Fachkräfte richtet. Die Initiative wird vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) gemeinsam mit der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) umgesetzt.

Damit die Initiative Kinder mit ihrem Anliegen wirkungsvoll erreicht, müssen sich auch die Erwachsenen aktiv mit dem Thema auseinandersetzen, sich informieren und verantwortlich für den Schutz von Mädchen und Jungen fühlen. Wer sich der Tatsache bewusst wird, dass sexuelle Übergriffe, Grenzverletzungen und Missbrauch in der Familie, im sozialen Umfeld, in Institutionen oder im Internet geschehen, macht bereits den ersten Schritt. Indem Sie diese Broschüre lesen, gehen Sie noch einen Schritt weiter. Wir möchten Sie ein Stück des Weges begleiten.

Mütter und Väter, aber auch andere Erwachsene im Umfeld von Mädchen und Jungen, sind zentrale Bezugspersonen und Gesprächspersonen. Sie haben die Aufgabe, Kinder auf dem Weg des Erwachsenwerdens zu begleiten. Sie vermitteln ihnen Werte und Lebenskompetenzen, die wichtig für den Umgang mit sich selbst und mit anderen sind. Erwachsene sprechen mit Kindern über Gefühle, Vertrauen und das Recht auf körperliche Selbstbestimmung. Sie legen damit den Grundstein für die Entwicklung einer selbstbewussten und starken Persönlichkeit, sodass die Kinder respektvoll mit ihren eigenen Grenzen und denen anderer Menschen umgehen können. Dazu gehört es auch, Mädchen und Jungen in ihrer psychosexuellen Entwicklung zu begleiten, sie über Liebe, Sexualität und ihre Rechte aufzuklären sowie über Risiken, die ihnen im Alltag begegnen können – wie beispielsweise sexueller Missbrauch.

Sexueller Missbrauch ist eine Form von Gewalt und keine Variante der Sexualität. Mädchen und Jungen spüren in aller Regel, wo die Grenzen von Liebe



und Zärtlichkeit überschritten werden. Aber sie schweigen, wenn wir Erwachsene schweigen. Kein Kind kann sich allein schützen. Deshalb müssen wir mit ihnen über diese Grenzen sprechen. Wir müssen sie über sexuellen Missbrauch aufklären und ihnen erklären, dass es verboten ist, Kinder sexuell zu missbrauchen. Und wenn sie missbraucht wurden, müssen wir ihnen glauben, ihnen als Ansprechpartner langfristig zur Seite stehen und gemeinsam die weiteren Schritte überlegen. Das ist nicht leicht. Die Beschäftigung mit dem Thema Missbrauch löst in der Regel viele unterschiedliche Gefühle in uns aus: Angst, Hilflosigkeit, Ohnmacht, Scham, Wut oder auch ein Gefühl von Betroffenheit – aus Mitgefühl oder aufgrund selbst erlebter Gewalt. Es kann auch noch andere persönliche, kulturelle oder religiöse Hintergründe geben, die das Gespräch mit Kindern über sexuellen Missbrauch erschweren.

Um dieses schwierige, aber wichtige Thema dennoch ansprechen zu können, ist es wichtig, eigene Ängste zuzulassen und einen Weg zu finden, damit umzugehen. Vielen hilft es, mit jemandem über die eigenen Gefühle zu sprechen, zum Beispiel mit der Partnerin oder dem Partner, mit Freunden oder anderen Vertrauten. Unterstützung kann auch ein telefonisches oder persönliches Gespräch in einer Beratungsstelle bieten.

Sexueller Missbrauch findet vor allem dort statt, wo nicht über die Problematik gesprochen wird, wo Erwachsene sich nicht um das Wohlergehen von Kindern sorgen, sich nicht für sie einsetzen und ihnen weder Schutz noch Geborgenheit vermitteln. Die Prävention von sexuellem Missbrauch ist kein einmaliges Projekt, sondern eine alltägliche Haltung, die unseren Kindern zeigt, dass sie uns wichtig sind.

Deshalb möchten wir Sie ermutigen, unser an die Kinder gerichtetes Anliegen „Trau dich! Du kannst darüber reden!“ aufzunehmen und ins Gespräch zu kommen – in der Familie, im Freundeskreis und auch mit pädagogischen Fachkräften in der Kita, in der Schule oder in Beratungsstellen. Die vorliegende Broschüre möchte Sie dabei mit Informationen, Anregungen und praktischen Tipps unterstützen.

**Kein Kind kann sich allein vor sexuellem Missbrauch schützen.  
Es sind die Erwachsenen, die für den Schutz von Kindern verantwortlich sind.**

## I. ERKENNEN UND VERSTEHEN



Wenn die Vermutung aufkommt, ein Kind könnte sexualisierte Gewalt erfahren oder erfahren haben, können eigene, ungeklärte Gefühle das Handeln erschweren. Eine persönliche Beziehung zum vermeintlichen Täter, die Angst vor den Konsequenzen einer geäußerten Missbrauchsvermutung, mögliche Abhängigkeitsverhältnisse und die Erschütterung der eigenen Lebenswelt können dazu führen, sexuellen Missbrauch nicht wahrhaben zu wollen. Schweigen schützt jedoch die Täter und dies bedeutet, dass betroffene Mädchen und Jungen in ihrer Not alleingelassen werden. Mütter und Väter, die sich dieser Aufgabe stellen und mit ihren Kindern über sexualisierte Gewalt, gute und schlechte Gefühle, Grenzen oder Rechte sprechen, leisten aber auch noch etwas anderes: Sie sind mit ihren Kindern im Gespräch und signalisieren deutlich: „Ich bin für dich da, wenn du mich brauchst.“

### Grenzverletzungen – Übergriffe – Sexualisierte Gewalt

Sexueller Missbrauch kann viele Formen annehmen: von Blicken und Äußerungen über Berührungen bis hin zu den unterschiedlichsten Arten von Vergewaltigungen. Sexueller Missbrauch kann ein einmaliges Ereignis sein. Weitaus häufiger werden Übergriffe aber vom Täter bewusst geplant und finden wiederholt beziehungsweise über einen

längeren Zeitraum statt. Menschen, die Kinder sexuell missbrauchen, stammen aus allen sozialen Schichten. Sie können hetero- oder homosexuell sein und unterscheiden sich durch kein äußeres Merkmal von anderen Menschen. Missbrauch findet in allen Kulturkreisen und Gesellschaftsschichten statt. Auch Jungen sind betroffen.



Sexueller Missbrauch wird hauptsächlich von Männern begangen. Der Anteil von Frauen als Täterinnen liegt bei etwa zehn Prozent. Bei etwa einem Drittel der angezeigten Fälle sind die Täter selbst noch unter 21 Jahren.


Entgegen der noch immer weitverbreiteten Meinung ist der klassische Missbrauchstäter nicht „der Fremde“. Die meisten Täter stammen aus der Familie

oder dem sozialen Umfeld der Kinder und sind ihnen bereits vorher bekannt.

Für Mädchen ist das Risiko, innerhalb der Familie missbraucht zu werden, höher als für Jungen. Diese werden häufiger außerhalb der Familie missbraucht. Auch innerhalb von Institutionen wie Schule und Kita, Sport- oder Freizeiteinrichtungen sind die Täter meist Personen, denen die Kinder vertrauen.

**Sexueller Missbrauch an Kindern ist sexualisierte Gewalt. Gemeint sind damit sexuelle Handlungen, die an, mit oder vor Mädchen und Jungen vorgenommen werden. Diese Handlungen finden unter Ausnutzung von Vertrauen, Abhängigkeiten oder Unwissenheit statt. Sexueller Missbrauch bedeutet, dass der Täter seine Macht und Autorität ausnutzt, um seine eigenen Bedürfnisse auf Kosten des Kindes zu befriedigen. Die Opfer werden direkt und/oder indirekt zur Geheimhaltung verpflichtet. Alle sexuellen Handlungen eines Erwachsenen oder Jugendlichen mit Kindern sind sexueller Missbrauch.**

Die Bezeichnung „sexuelle bzw. sexualisierte Gewalt“ wird häufig anstelle von sexuellem Missbrauch benutzt, um auszudrücken, dass bei Handlungen nicht Sexualität, sondern vor allem die Gewalt im Vordergrund stehen. Sexuelle Handlungen sind zum Beispiel der Gebrauch sexualisierter Worte, Blicke oder Gesten, das Berühren oder Streicheln der Genitalien, das Veranlassen von Berührungen am eigenen Körper, um sich sexuell zu befriedigen, Fotografieren eines Kindes nackt oder in aufreizenden Posen, Masturbieren vor einem Kind, Zungenküsse oder Pornos zeigen.



Wir verwenden in dieser Broschüre den Begriff „sexueller Missbrauch“ vor dem Hintergrund, dass betroffene Kinder, Jugendliche und Erwachsene von sich als „sexuell missbraucht“ sprechen. Auch der Gesetzgeber spricht bei kindlichen Opfern im Sexualstrafrecht (StGB § 176 ff.) von sexuellem Missbrauch.

Im strafrechtlichen Sinn werden unter sexuellem Missbrauch Handlungen verstanden, die die „sexuelle Selbstbestimmung“ eines Menschen verletzen (StGB § 174 ff.). Diese Straftaten umfassen sexuelle Handlungen, die gegen den Willen des Opfers vorgenommen werden und solche, bei denen der Täter ein scheinbares Einvernehmen unter Ausnutzung der fehlenden Einwilligungsfähigkeit des Opfers und/oder seiner Machtposition herbeiführt. Bei Mädchen und Jungen unter 14 Jahren sind sexuelle Handlungen auch mit deren Einverständnis strafbar.


Sexuelle Übergriffe von Kindern an anderen Kindern bedürfen besonderer Achtsamkeit, denn hier greift das Strafrecht nicht. Einerseits kann es schnell zu einer Bagatellisierung kommen oder das Geschehene wird als „Doktorspiel“ verharmlost. Auf der anderen Seite kann es zu einer unangemessenen Stigmatisierung von Kindern als Sexualtäter kommen (siehe Seite 17).

## Die Strategien der Täter

In der Regel wenden Täter viel Zeit und Energie auf, um das Vertrauen der Opfer und ihrer Bezugspersonen zu gewinnen. Täter außerhalb der Familie suchen gezielt Orte auf, an denen sie Zugang zu Kindern und wenig Kontrolle zu be-

fürchten haben. Das können Einrichtungen für Kinder oder Vereine, aber auch Chaträume im Internet sein. Sie suchen gezielt nach geeigneten Kindern, indem sie zum Beispiel die Bereitschaft der Kinder testen, sich auf Berührungen





und sexuelle Handlungen einzulassen. Zudem versuchen sie, das Vertrauen der nicht-missbrauchenden Erwachsenen zu gewinnen. Die Täter freunden sich mit einem Kind an, erfüllen Wünsche, schenken Aufmerksamkeit, machen Geschenke, loben und interessieren sich. So gewinnen sie das Vertrauen der Kinder und ihrer Bezugspersonen.

Ziel dieses manipulativen, strategischen Vorgehens ist es, das Kind sexuell zu missbrauchen und sich sein Schweigen mithilfe von Erpressung, Bestechung, Manipulation, Schweigegeboten, Drohungen und/oder Gewaltanwendung zu sichern. Die Täter vermitteln dem Opfer, dass es die sexuellen Handlungen und das gemeinsame Geheimnis selber will: Sie übertragen dem Kind die Verantwortung für den sexuellen Missbrauch und für den Erhalt seiner Familie („Wenn du jemandem etwas erzählst, wirst du ins Heim kommen und die ganze Familie zerstören.“, „Niemand wird dich mehr mögen, wenn sie erfahren, was du getan hast.“).

Nicht selten verstricken Täter die Kinder in Schuldgefühle: „Du bist doch immer so gerne zu mir gekommen. Du wolltest doch so gerne kuscheln. Du hast doch auch meine Geschenke angenommen. Wie kannst du jetzt behaupten,

dass ich nicht nett bin und du mich nicht mehr magst?“

Mädchen und Jungen können sich ohne Hilfe von außen kaum aus diesen Verstrickungen und Schuldzuweisungen lösen. Denn in vielen Fällen sind die Kinder auf den missbrauchenden Erwachsenen angewiesen. Sie empfinden trotz der erlebten Gewalt oftmals eine starke Verbundenheit mit dieser Person. Sie möchten, dass der Missbrauch aufhört und alles wieder so wird wie vorher. Die ambivalenten Gefühle und die starke emotionale Verwirrung, die der Missbrauch durch eine vertraute Person auslöst (zum Beispiel: „Er ist nett zu mir und tut mir trotzdem weh.“, „Ich will es nicht, aber er sagt, ich muss.“, „Ich möchte schreien, aber ich muss schweigen.“) sind für ein Kind kaum zu ertragen. Viele Kinder spalten das Geschehene daher als etwas ab, das nicht zu ihnen gehört und schweigen. Diese Abspaltung bewahrt sie davor, den Missbrauch als Tatsache wahrnehmen zu müssen.

**Damit der Missbrauch endet, braucht das Kind Erwachsene, denen es vertraut. Diese müssen den Missbrauch erkennen und handeln.**



## II. SCHÜTZEN UND STÄRKEN

Schützen bedeutet, Kinder zu stärken und ihnen zu helfen, Gefahren richtig einzuschätzen und auf sie angemessen zu reagieren. Mädchen und Jungen entwickeln im Kontakt mit ihren ersten Bezugspersonen eine Wahrnehmung von sich selbst und anderen. Durch liebevolle Blicke und Berührungen, fürsorgliche Zuwendung, Worte und Körperkontakt wird Sicherheit, Wertschätzung und Geborgenheit vermittelt und eine Verbindung zu den Bezugspersonen hergestellt. Mädchen und Jungen erleben so,

dass ihre kindlichen Bedürfnisse erfüllt werden, und sie erfahren, dass ihre Eltern für sie da sind. All dies vermittelt ein tiefes Gefühl von Sicherheit.

**Schützen und stärken bedeutet aber auch, Mädchen und Jungen altersgerecht über Sexualität und sexuellen Missbrauch aufzuklären. Kinder brauchen Informationen und konkrete Erklärungen, um falsches Verhalten erkennen und benennen zu können.**

**Eltern, die mit ihrem Kind über sexuellen Missbrauch sprechen wollen, könnten zum Beispiel sagen:**

*„Es gibt Menschen, die das Vertrauen von Mädchen und Jungen ausnutzen. Sie wissen, dass Geborgenheit, Kuscheln und Nähe schöne Gefühle sind. Sie wissen auch, dass es Kindern Spaß macht, Neues zu entdecken und auszuprobieren. Sie freunden sich mit Mädchen und Jungen an und tun so, als wären sie nett. Wir können von außen nicht erkennen, ob eine Person wirklich nett ist oder ob sie nur so tut. Aber wir können auf unseren Bauch hören. Denn die Menschen, die Kinder sexuell missbrauchen wollen, verändern sich im Laufe der Zeit. Sie können am Anfang nett wirken und schaffen es so, dass alle ihnen vertrauen. Doch dann verändern sie sich und fassen Mädchen zum Beispiel an die Brust, die Scheide oder den Po oder Jungen an den Penis. Oder sie wollen selbst von Kindern angefasst oder angeschaut werden.“*

*Andere zeigen eklige Bilder oder wollen Fotos und Filme von nackten Kindern machen. Das alles nennt man „Sexueller Missbrauch“. Das ist verboten. Die Mädchen und Jungen spüren dann, dass etwas nicht stimmt. Sie sind verwirrt und verunsichert und können sich nicht erklären, warum jemand, den sie sehr mögen, so etwas mit ihnen macht. Viele von ihnen fühlen sich schuldig und glauben, dass sie vielleicht selbst etwas falsch gemacht haben. Doch aus Angst, dass ihnen niemand glaubt, trauen sich viele Kinder nicht, mit jemandem darüber zu reden. Sie schweigen oft aber auch, weil sie sich schämen und/oder weil ihnen gesagt wurde, dass es ein Geheimnis ist, das sie nicht verraten dürfen. Das stimmt aber nicht: Niemand darf ein Kind sexuell missbrauchen – das ist verboten. Niemals hat ein Kind Schuld, wenn so etwas passiert! Die Täter wollen, dass Kinder niemandem etwas davon erzählen, damit sie immer weitermachen können.“ Eltern können ihren Kindern so vermitteln: „Erzähl mir davon, wenn du Sorgen hast. Ich bin für dich da!“*

Erfahren Kinder Sicherheit und Geborgenheit und Unterstützung darin, ihre Potenziale zu entwickeln, dann können sie Selbstvertrauen entwickeln und die Fähigkeit, auch in schwierigen Lebenssituationen Lösungen zu finden.



## **Mädchen und Jungen eine Sprache geben**

Entwickeln Sie mit Ihrem Kind eine gemeinsame Sprache. Finden Sie gemeinsam mit Ihrem Kind Begriffe für alles, was mit Körper, Sexualität und Gefühlen zu tun hat. Verwenden Sie dabei Worte, die für Sie selbst positiv besetzt sind und die auch das Kind versteht. Wenn Sie Bezeichnungen für den Körper verwenden, schließen Sie den ganzen Körper mit ein und benennen Sie auch die Geschlechtsteile mit Penis, Hoden, Vulva und Klitoris. Im Sinne der Prävention wirken Sie so einer – möglicherweise ungewollten – Tabuisierung entgegen.

Eine vertrauensvolle, partnerschaftliche Beziehung zwischen Eltern und ihrem Kind ist die Voraussetzung dafür, dass ein Kind zu Hause alles erzählen kann – auch dann, wenn es glaubt, etwas Verbotenes getan zu haben. Mädchen und Jungen brauchen die Gewissheit, dass sie nicht bestraft werden, dass ihnen zugehört und geglaubt wird.

Kinder, die über altersgerechtes Wissen zu Körperlichkeit und Sexualität verfügen und die ihre Eltern als Gesprächspartnerin und Gesprächspartner erleben, werden sich eher an sie oder an eine andere Vertrauensperson wenden, wenn sie sexuelle Grenzverletzungen erleben.



## Reden ist Gold – und Schweigen kein Schutz

Für viele Erwachsene ist es ungewohnt, offen über Körperlichkeit und Sexualität zu sprechen – besonders mit einem Kind. Schamgefühle, Unsicherheit und fehlende Worte, aber auch kulturelle oder religiöse Haltungen können dies erschweren. Für Mädchen und Jungen, die den eigenen Körper und das Sprechen darüber als Tabu erfahren, erhöht sich das Risiko, sexuelle Grenzverletzungen zu erleben. Denn Kinder sind wissbegierig.

Wenn sie zu Hause keine Antworten bekommen, können Täter dies ausnutzen. Sie bieten sich als Gesprächspartner an und nutzen diese Lücke, wenn die Eltern das Thema vermeiden. Deshalb ist es umso wichtiger, dass Kinder in der Familie über ihren Körper, über Liebe und Sexualität aufgeklärt werden, sinnliche Erfahrungen machen dürfen und altersgerechte und offene Antworten auf ihre Fragen erhalten.

## Was Eltern tun können – Prävention von sexuellem Missbrauch

Eltern sind wichtige Partner bei der Prävention von sexuellem Kindesmissbrauch. Immer mehr Mädchen und Jungen nehmen in der Kita oder Schule, in Sportvereinen oder Gemeinden an Präventionsveranstaltungen teil und sprechen ihre Eltern auf das Thema an. Auch die Eltern sollten die Einrichtungen, die ihre Kinder besuchen, nach Schutzkon-

zepten fragen. Denn Kinderschutz ist eine Aufgabe aller. Deshalb sind auch alle Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe, aber auch Schulen und Vereine gesetzlich gefordert, Schutzkonzepte zu entwickeln.

**Durch folgende Fragen können Sie mit der Einrichtungsleitung, den Fachkräften und auch mit anderen Müttern und Vätern ins Gespräch kommen:**

- *Gibt es Regeln, wie Erwachsene die persönlichen Grenzen von Mädchen und Jungen achten sollen?*
- *Gibt es vergleichbare Regeln für den Umgang der Kinder und Jugendlichen untereinander?*
- *Werden Elternabende zum Thema sexuelle Gewalt und Möglichkeiten der Prävention angeboten?*
- *Gibt es schon Präventionsprojekte für Mädchen und Jungen?*
- *Werden die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Einrichtung fortgebildet?*
- *Mit welcher Beratungsstelle arbeitet die Einrichtung in konkreten Fällen von sexueller Gewalt und bei Fragen der Prävention zusammen?*
- *Gibt es Ansprechpersonen innerhalb und außerhalb der Einrichtung für Mädchen und Jungen bzw. Eltern und Fachkräfte, wenn diese Grenzverletzungen oder sexuelle Übergriffe beobachten oder aufgrund anderer Hinweise vermuten?*

Quelle:

Ehemalige Unabhängige Beauftragte für Fragen des sexuellen Kindesmissbrauchs Christine Bergmann

Grundlage:

[www.kein-raum-fuer-missbrauch.de](http://www.kein-raum-fuer-missbrauch.de)

Konkrete Anlässe, im Elternhaus über sexuellen Missbrauch zu sprechen, können zum Beispiel Fragen von Kindern sein oder Medienberichte. Im Rahmen der bundesweiten Initiative „Trau dich!“ haben Sie vielleicht Gelegenheit, das gleich-

namige Theaterstück und einen Elternabend zu dem Thema zu besuchen oder Sie bestellen die Broschüre für Kinder „Trau dich! Du kannst darüber reden!“.

(S. 36 und 37 „Broschüren“)



## Zentrale Botschaften der Prävention von sexuellem Kindesmissbrauch

---

### Aus Sicht der Eltern:

- *Ich habe eine vertrauensvolle und verlässliche Beziehung zu meinem Kind.*
- *Ich unterstütze mein Kind darin, sich in seinem Körper wohlfühlen und ihn wertzuschätzen und selbst bestimmen zu dürfen, von wem und wo es berührt werden möchte.*
- *Ich gehe achtsam und bewusst mit dem Bedürfnis meines Kindes nach Nähe, Körperkontakt und Geborgenheit um. Ich respektiere aber auch seinen Wunsch nach Abgrenzung.*
- *Ich bin für mein Kind da, zeige Interesse, höre zu und ermutige es, Fragen zu stellen. Ich frage behutsam nach, ohne „nachzuboahren“.*
- *Mein Kind darf Nein sagen. Ich unterstütze und entlaste mein Kind, wenn es ihm schwerfällt, Nein zu sagen.*
- *Ich ermutige mein Kind, Gefühle wahrzunehmen, sie zu benennen, mit ihnen umzugehen und ihnen zu vertrauen.*
- *Ich kläre mein Kind entwicklungsgemäß auf und vermittele eine wertschätzende Haltung und eine Sprache für den Körper und seine Veränderungen, für Liebe und Sexualität.*
- *Ich unterstütze mein Kind beim Entdecken seines Körpers, seiner sinnlichen Fähigkeiten und seiner Entwicklung als Mädchen und Junge, indem ich vielfältige Lernerfahrungen ermögliche.*
- *Ich schütze mein Kind vor jeglicher Form von Gewalt. Ich kenne und vertrete die Rechte von Kindern.*
- *Ich erlaube meinem Kind ausdrücklich, mit mir zu reden, wenn es in eine schwierige Situation geraten ist, oder sich Hilfe bei einer anderen vertrauten Person zu holen.*



### **Aus Sicht der Kinder:**

#### **Mein Körper gehört mir. Ich darf über meinen Körper selbst bestimmen und Berührungen anderer zurückweisen.**

Jedes Kind hat das Recht auf körperliche Unversehrtheit. Wenn Kinder sich in ihrem Körper wohlfühlen und ihn als schützenswert erleben, können sie eher erkennen, welche Berührungen sie mögen oder nicht. Aufgeklärte Mädchen und Jungen, die über eine Sprache für Geschlechtsorgane und Sexualität verfügen, die selbstbewusst sind und ihre Grenzen kennen, sind auch vor Missbrauch besser geschützt.

#### **Ich kenne mich aus mit meinen Gefühlen und vertraue ihnen. Denn nur ich weiß, wie ich mich fühle.**


Gefühle wahrzunehmen und zu benennen ist eine wichtige Entwicklungsaufgabe. Mädchen und Jungen brauchen Bezugspersonen, die sie ermutigen, sich und ihre Gefühle ernst zu nehmen und ihnen Ausdruck zu verleihen.

#### **Ich kann gute Geheimnisse für mich behalten und schlechte Geheimnisse erzählen.**

Wenn Kinder auf ihre Gefühle wie auf eine innere Stimme hören, können sie eher ein NEIN-Gefühl erspüren oder eine Grenze erkennen. So wird es auch wesentlich schwerer, dass jemand sie zur Geheimhaltung verpflichtet.

#### **Ich habe das Recht, Nein zu sagen.**

Kinder sollen erfahren, dass ihr NEIN eine Bedeutung hat und akzeptiert wird. Kinder müssen lernen und ausprobieren dürfen, Grenzen zu ziehen, sich zu behaupten oder sich zu wehren. Dabei brauchen sie die Unterstützung und Bestärkung durch Erwachsene. Selbstbewusste und starke Kinder werden seltener von Tätern ausgewählt.



**Ich weiß Bescheid. Wenn ich ein Mädchen bin, darf niemand einfach meine Scheide, Brüste oder meinen Po anfassen. Wenn ich ein Junge bin, darf niemand meinen Penis oder Po anfassen. Erwachsene und Jugendliche dürfen mir keine Sexbilder oder -filme zeigen oder von mir machen. Das alles ist sexueller Missbrauch und verboten.**

Alle sexuellen Handlungen vor oder mit Kindern oder Schutzbefohlenen sind verboten und strafbar! Es ist egal, ob sie durch Fremde, im Freundeskreis, innerhalb einer Beziehung oder der Familie geschehen.

**Ich habe ein Recht auf Hilfe! Wenn ich etwas allein nicht schaffe, hole ich mir Hilfe. Hilfeholen ist kein Petzen!**

Kinder können sexuellen Missbrauch kaum aus eigener Kraft verhindern, deswegen muss ihnen vermittelt werden, dass sie bei Fragen, Sorgen und Problemen Hilfe suchen und mit einer Person ihres Vertrauens darüber reden dürfen. Es braucht mitunter viel Mut, um über solche Erfahrungen zu sprechen und manchmal mehrere Anläufe.

**Ich habe keine Schuld.**

Kinder sollen erfahren, dass sie niemals die Schuld tragen, sondern einzig und allein der Erwachsene. Sie haben auch keine Schuld, wenn sie nicht den Mut oder die Kraft hatten, sich jemandem anzuvertrauen oder Hilfe zu holen.

---

## **Kindliche Sexualität – zwischen Entdeckungslust und Grenzverletzung**

Kindliche Sexualität ist nicht mit der Sexualität Erwachsener vergleichbar. Kinder erleben ihren Körper unmittelbarer und ganzheitlicher. Sie erleben sowohl das Schmusen und Kuschneln als auch

Berührungen ihres eigenen Körpers als lustvoll und sinnlich. Dieses Erforschen gilt dem eigenen Wohlbefinden, dem Befriedigen ihrer Neugier und ihrem Entdeckungsdrang.



Die Erfahrungen, die sie im zärtlichen Umgang mit ihren Eltern und mit sich selbst machen, sind sexuelle Lernerfahrungen. So entsteht ein positives Körpergefühl und es fördert ihre Beziehungs- und Liebesfähigkeit.

„Wer bin ich?“ und „Wie möchte ich sein?“ sind zentrale Fragen, auf die Mädchen und Jungen in den unterschiedlichen Entwicklungsphasen immer wieder Antworten suchen. Dies geschieht gemeinsam mit Gleichaltrigen, allein, mit älteren Bezugspersonen oder mit den Eltern. Die Suche nach der eigenen Identität bezieht auch das Entdecken der eigenen Sexualität und, später in der Pubertät, die Sexualität anderer mit ein.


Im Kindergartenalter zeigt sich dieser Entwicklungsprozess zum Beispiel in den sogenannten „Doktorspielen“, die ein Ausdruck kindlicher Neugier sind. Mädchen und Jungen entdecken so ihren eigenen und den Körper anderer Kinder. Doktorspiele sind immer gewaltlos, freiwillig, und die beteiligten Kinder sind ungefähr gleich alt.

**Erwachsene haben hier die Aufgabe, Regeln zu vermitteln und für Sicherheit zu sorgen. Sie geben Orientierung und greifen ein, wenn es einem Kind schwerfällt, seine Bedürfnisse auszudrücken oder Regeln nicht eingehalten werden.**

### **Regeln für Doktorspiele**

- *Alle beteiligten Kinder spielen freiwillig mit,*
- *jedes Kind bestimmt selbst, was und mit wem es spielt,*
- *die beteiligten Kinder sind etwa gleich alt,*
- *es wird nichts in die Körperöffnungen Nase, Ohr, Mund, Po, Scheide oder Penis gesteckt,*
- *niemand tut einem anderen Kind weh oder zwingt es zu Handlungen,*
- *jedes Mädchen und jeder Junge darf Nein oder Stopp sagen,*
- *das Nein eines Kindes wird von dem oder den anderen akzeptiert,*
- *jedes Kind kann sich Hilfe holen.*





Im Grundschulalter und im Übergang zur Pubertät erleben Jungen und Mädchen erste Freundschaften, vorsichtiges Verliebtsein, Schwärmen für das eigene oder andere Geschlecht mit den einhergehenden Gefühlen von Unsicherheit, Angst und Eifersucht.

Sie sind immer noch sehr wissbegierig, wenden sich mit Fragen nun aber eher an die Gleichaltrigen und

machen erste Erfahrungen mit Lust und Selbstbefriedigung. Ihre Schamgefühle und der Wunsch nach Privatsphäre nehmen zu.

Sie lernen immer besser, ihre Bedürfnisse, Wünsche und Grenzen auszudrücken und die der anderen zu respektieren.



## Sexuelle Übergriffe durch Kinder

**Kindliches Ausprobieren und harmlose Doktorspiele sind deutlich abzugrenzen von sexuellen Übergriffen von Kindern gegenüber anderen Kindern: Ein sexueller Übergriff durch Kinder liegt dann vor, wenn sexuelle Handlungen durch das übergriffige Kind erzwungen werden beziehungsweise das betroffene Kind sie unfreiwillig duldet oder sich unfreiwillig daran beteiligt.**

Häufig wird dabei ein Machtgefälle zwischen den beteiligten übergriffigen und betroffenen Kindern ausgenutzt, indem zum Beispiel durch Versprechungen, Drohung oder körperliche Gewalt Druck ausgeübt wird. Die zentralen Merkmale von sexuellen Übergriffen sind demnach Unfreiwilligkeit und Machtgefälle. Ein Machtgefälle zwischen Kindern kann durch Unterschiede in Alter, Kör-

pergröße, Position in der Gruppe, Geschlecht, sozialem Status oder geistiger Entwicklung entstehen.

Kinder müssen lernen, ihre eigenen Wünsche und Bedürfnisse deutlich auszudrücken, aber auch, die von anderen wahrzunehmen und zu deuten. Hierzu gehört auch, Blicke, Körperhaltung, Mimik und Gestik richtig zu interpretie-



ren. Ermutigen Sie Ihr Kind, sich klar zu äußern, wenn ein anderes Kind seine Grenzen verletzt. Bestärken Sie es, sich laut und deutlich mitzuteilen, wenn es Berührungen, Äußerungen oder Gesten als unangenehm oder verletzend erlebt. Auch das ist Sexualaufklärung.

Erwachsene müssen einschreiten, wenn die Regeln einvernehmlicher Dotterspiele verletzt und Grenzen überschritten werden oder wenn sexuelle Übergriffe stattfinden. Äußerun-

gen wie „Das ist doch nicht so schlimm. Die probieren sich bloß ein bisschen aus.“ bagatellisieren, anstatt Klarheit zu schaffen.

Das betroffene Kind muss geschützt und dem übergriffigen Kind müssen Grenzen gesetzt werden. Es ist wichtig für alle Beteiligten, über das Geschehene zu sprechen und die unterschiedlichen Gefühle aller wahrzunehmen mit dem Ziel, weitere Grenzverletzungen zu vermeiden.

---

**Die eigenen Grenzen und die der anderen wahrzunehmen, die Balance finden zwischen Nähe und Distanz ist eine wichtige Erfahrung in der Pubertät. Mädchen und Jungen suchen im Dialog mit Gleichaltrigen und Erwachsenen nach Antworten auf Fragen wie:**

- *Wie kann ich den Wunsch nach Nähe ausdrücken?*
- *Wann und von wem ist mir Nähe angenehm?*
- *Wann wird mir Nähe unangenehm?*
- *Wo überschreite ich Grenzen? Woran merke ich, wenn ich zu weit gehe?*
- *Gibt es Situationen, in denen ich eher bereit bin, Grenzen zu überschreiten oder Grenzüberschreitungen zuzulassen?*
- *Welche Worte sind mir angenehm? Welche finde ich unangenehm?*
- *Welche Bilder, Berührungen und Gesten mag ich, welche nicht?*



Diese Fragen werden Mädchen und Jungen auch in späteren Lebensphasen immer wieder begleiten.



## Mädchen und Jungen mit Beeinträchtigungen

**Kinder mit einer körperlichen, geistigen oder seelischen Beeinträchtigung sind besonders gefährdet, sexuell missbraucht zu werden. Sie sind besonders auf Hilfe und Unterstützung von anderen angewiesen. Die Sexualität von Menschen mit einer Beeinträchtigung ist nach wie vor gesellschaftlich tabuisiert.**




Dieses Tabu sowie die teilweise eingeschränkten Kommunikationsmöglichkeiten erschweren, dass sie einen positiven und wertschätzenden Zugang zu ihrem Körper und ihrer eigenen Sexualität entwickeln – und erhöhen das Risiko eines Missbrauchs.

Für Kinder ist Körperkontakt ein wichtiger Kommunikationsweg, besonders für Mädchen und Jungen mit einer geistigen Beeinträchtigung. Für sie ist es aber oft problematisch, einen angemessenen Umgang mit Nähe und Distanz zu entwickeln und die Grenzen anderer wahrzunehmen. Gleichzeitig ist es für sie schwieriger, Verletzungen der eigenen Grenzen zu erkennen und sich Hilfe zu holen.

Aus diesem Grund ist für sie das Risiko, sexuell missbraucht zu werden, erhöht. Denn die meisten Täter suchen gezielt nach Kindern, die aufgrund ihrer Be-

dürftigkeit oder größeren Verletzlichkeit schnell auf ihre Kontakt- und Zuwendungsangebote eingehen.

Kinder mit einer Beeinträchtigung sind in besonderem Maße darauf angewiesen, dass Erwachsene sie vor Grenzüberschreitung schützen und ihre Signale wahrnehmen. Sie brauchen Erwachsene, die ihr Selbst- und Körperbewusstsein stärken und sie immer wieder ermutigen, in ihrer eigenen Art auszudrücken, was sie möchten und was nicht. Das Wahrnehmen der eigenen Grenzen muss immer wieder geübt und besprochen werden. Eltern und andere Bezugs-



personen sollten deutlich formulieren, wo ihre eigenen Grenzen sind und so eine Orientierung für das Einschätzen von Verhalten geben.

Manchmal erleben Eltern, dass ihr eigenes Kind übergriffig wird – aufgrund mangelnder Impulskontrolle oder einem verstärkten Bedürfnis nach Nähe und Körperkontakt. Zur Vermeidung sexuel-

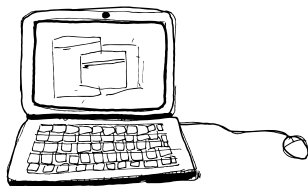
ler Übergriffe und nach Bekanntwerden von Übergriffen ist das Aufzeigen von Grenzen, das Einüben angemessenen Verhaltens und das Trainieren klarer Stopp-Regeln unbedingt notwendig. Eine klare, einfache Sprache, Wiederholungen oder Übungen und Geschichten zum Thema Nähe und Distanz sind dafür geeignet.

## **Keine sexuelle Anmache im Internet – Eltern klären auf**

Das Internet, Smartphones und Soziale Medien sind für Mädchen und Jungen mit zunehmendem Alter alltägliche Begleiter. Sie sind kompetente User, versiert beim Posten, Chatten und Surfen. Doch immer wieder kommt es vor, dass Kinder die Gefahren im Internet unterschätzen und sorglos persönliche Daten, Fotos und Videos von sich preisgeben.

Oft ist ihnen nicht bewusst, wie leicht Informationen im Netz gebündelt und zu einem persönlichen Profil zusam-

mengestellt werden können. Zumeist männliche Täter nutzen die Möglichkeiten des Internets, um Mädchen und Jungen kennenzulernen und sich mit ihnen zu verabreden. Andere belästigen Kinder verbal oder per Webcam. Betroffene Kinder und Jugendliche wissen häufig nicht, mit wem sie über das Geschehene reden sollen und befürchten, dass ihnen niemand glaubt. Kinder zu stärken, um sexuellem Missbrauch vorzubeugen, bedeutet deshalb auch, über die Risiken im Internet zu sprechen.



## Tipps für Eltern:

- *Informieren Sie sich selbst über Gefahren und Schutzmaßnahmen im Netz.*
- *Klären Sie Ihr Kind über Risiken und Schutzmaßnahmen auf. Auf Seiten wie [www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de) oder [www.internet-abc.de](http://www.internet-abc.de) finden Sie wertvolle Hinweise und Links.*
- *Zeigen Sie Ihrem Kind altersgerechte Angebote im Netz wie Suchmaschinen ([www.blinde-kuh.de](http://www.blinde-kuh.de) oder [www.fragfinn.de](http://www.fragfinn.de)) oder Informationsseiten ([www.internet-abc.de](http://www.internet-abc.de) oder [www.trau-dich.de](http://www.trau-dich.de)). Lassen Sie sich auch von Ihrem Kind zeigen, was es im Internet interessiert und welche Seiten es besucht.*
- *Klären Sie Ihr Kind altersgerecht auf und sprechen Sie mit ihm darüber, wie sexuelle Belästigung im Netz konkret aussehen kann. So helfen Sie Ihrem Kind, mögliche Grenzverletzungen als solche zu erkennen.*
- *Erklären Sie Ihrem Kind den Unterschied zwischen Liebe, Sexualität und Pornografie. So unterstützen Sie es darin, eine eigene Haltung zu entwickeln.*
- *Suchen Sie mit Ihrem Kind auf den bevorzugten Internetseiten den Notfall- oder Hilfebutton.*
- *Beachten Sie die Altersfreigabe von Seiten und Spielen.*
- *Fragen Sie nach, mit wem und zu welchen Themen Ihr Kind chattet und/oder mailt.*

- *Richten Sie Ihrem Kind eine E-Mail-Adresse ein, die keine Rückschlüsse auf den wirklichen Namen und das Alter zulässt.*
- *Achten Sie gemeinsam mit Ihrem Kind bei der Wahl eines Profilbildes in sozialen Netzwerken darauf, dass das Foto nicht einfach mit Bildbearbeitungsprogrammen manipuliert werden kann. Ein Porträtbild kann leicht auf einen anderen – zum Beispiel nackten – Körper montiert werden, während Bilder im Profil oder mit Unschärfe eine digitale Weiterverarbeitung deutlich erschweren.*
- *Ein einmal ins Internet gestelltes Bild verschwindet nicht mehr. Erklären Sie Ihrem Kind, dass es nur Bilder und Informationen im Netz veröffentlichen sollte, die es auch in einem persönlichen Kontakt preisgeben würde.*
- *Persönliche Daten wie Adresse, Telefonnummer, Schule und Fotos dürfen nicht an Fremde weitergeben werden. Das gilt auch für die Daten von Dritten wie zum Beispiel von Freundinnen oder Freunden oder Geschwistern.*
- *Besprechen Sie mit Ihrem Kind die Regel: Keine Treffen mit Fremden oder Personen, zu denen nur über das Internet Kontakt besteht.*
- *Treffen außerhalb des Internets dürfen nur nach Absprache, in Begleitung und an einem öffentlichen Ort, draußen, also zum Beispiel im Café oder Jugendzentrum stattfinden.*

Mädchen und Jungen, deren Eltern mit ihnen über die Gefahren des sexuellen Missbrauchs sprechen, sind kompetenter im Umgang mit den Medien und entwickeln ein Bewusstsein für Risikosituationen.



### III. HINSCHAUEN UND HANDELN



**Trotz aller präventiver Bemühungen kann es passieren, dass ein Kind sexuell missbraucht wird. Dann ist es wichtig, besonnen zu handeln und zu wissen, wo man professionelle Unterstützung bekommt.**



Versetzen Sie sich einen Moment in die Situation eines Kindes, das sexuell missbraucht wird: Es fühlt sich schutzlos, ausgeliefert und ohnmächtig. Ein Mensch, von dem es Sicherheit, Geborgenheit und Schutz erwartet, tut Dinge, für die die meisten Kinder keine Worte haben und die sie in hohem Maß verwirren und verunsichern. Mädchen und Jungen spüren, wenn aus Kuschneln, Toben und Nähe etwas anderes wird. Sie spüren die Grenzüberschreitung und benennen dies nicht selten als Veränderung im Sinne von „dann wurde es auf einmal ganz komisch“.

Die größte Angst betroffener Kinder ist, dass ihnen nicht geglaubt wird. Deshalb ist ein erster wichtiger Schritt, einem Kind, dass über sexuellen Missbrauch spricht, Sicherheit zu vermitteln: „Ich glaube dir. Gut, dass du es mir sagst. Du hast keine Schuld an dem, was passiert ist.“

Doch die meisten betroffenen Mädchen und Jungen schweigen – aus Angst, Scham oder weil ihnen die Worte fehlen, um zu beschreiben, was geschehen ist. Oder sie wollen die Eltern oder den Täter schützen. Sie zeigen ihre Not durch un-





terschiedliche Verhaltensweisen. Es gibt jedoch kaum spezifische Symptome, die zweifelsfrei auf Missbrauch hindeuten. Die Verhaltensweisen und Auffälligkeiten variieren je nach Alter, Entwicklungsstand und Persönlichkeit des betroffenen Kindes.

Manche von Missbrauch betroffene Kinder zeigen sexualisierte Verhaltensweisen und wiederholten Handlungen, die sie selbst erlebt haben. Distanziertes, aber auch distanzloses Verhalten kann ebenfalls eine Folge von Missbrauch sein. Mädchen und Jungen, die sexuell miss-

braucht wurden, übernehmen häufig die Verantwortung für den Missbrauch. Dies ist aus ihrer Sicht die einzige Erklärung für das, was ihnen passiert ist: „Ich bin schuld daran, dass mein Bruder das mit mir macht.“, „Ich mache etwas falsch, sonst würde sie das nie tun.“, „Hätte ich nicht so gerne mit Papa gekuschelt, wäre das bestimmt nicht passiert.“ oder „Wenn ich sie nicht immer so geärgert hätte, hätte sie das bestimmt nicht getan“. Kinder können so die Beziehung zum Täter aufrechterhalten, was umso wichtiger ist, je mehr sie auf ihn angewiesen sind.

### Die Folgen von sexuellem Missbrauch können umso gravierender sein,

- *je enger und vertrauter die Beziehung zwischen Opfer und Täter war,*
- *je mehr Zwang und körperliche Gewalt angewendet wurde,*
- *je vollständiger die Geheimhaltung war,*
- *je länger der sexuelle Missbrauch dauerte,*
- *je jünger das Opfer bei Beginn des sexuellen Missbrauchs war,*
- *je größer der Altersunterschied zwischen Opfer und Täter war.*



Wenn Sie Änderungen im Verhalten Ihres Kindes bemerken und vermuten, dass es sexuell missbraucht wird, beschreiben Sie ihm Ihre Gefühle und Gedanken, fragen Sie achtsam nach und seien Sie für Ihr Kind da. Achten Sie darauf, Ich-Botschaften zu formulieren.

Hilfreiche Sätze können sein: „Mir ist aufgefallen, dass du gar nicht mehr Person X besuchen möchtest. Gab es dort etwas, das dir nicht gefallen hat?“ oder „Ich habe das Gefühl, dass es dir gerade nicht gut geht. Magst du mir erzählen, was los ist?“ Für jüngere Kinder kann eine bildlichere Sprache geeigneter sein: „Manchmal gibt es Dinge, die uns Kummer machen. Wir fühlen uns dann ganz traurig und schwer, so als hätten wir einen schweren Sack zu tragen. Wie bei einem echten, schweren Sack ist es leicht-

ter, wenn andere ihn tragen helfen. Ich möchte dir helfen.“

Vertrauen Sie Ihrer Intuition. Sprechen Sie Ihr Kind an, wenn Sie Veränderungen wahrnehmen oder sich Sorgen machen. Das kann für Ihr Kind der erste Moment sein, in dem es erfährt, dass es nicht allein ist und dass es seinem eigenen Gefühl vertrauen kann.

**Vor dem Hintergrund, dass die Kinder Vertrauen als gefährlich erlebt haben, müssen wir Erwachsene mit Geduld und Vorsicht neues Vertrauen aufbauen. Wenn Sie unsicher sind, wie Sie sich verhalten sollen, holen Sie sich professionelle Hilfe (S. 29 „Hilfe für betroffene Kinder und ihre Eltern“)!**

## Handeln bei Anzeichen auf sexuellen Missbrauch

• *Reagieren Sie ruhig und überlegt!*

*Auch wenn Sie den Impuls haben, sofort handeln zu wollen, ist es wichtig, erst einmal zuzuhören. Übereiltes Handeln kann zu verhängnisvollen Fehlern führen, die Ihrem Kind mehr schaden als helfen. Machen Sie sich frei von dem Druck, sofort einen Ausweg wissen und handeln zu müssen!*



- *Suchen Sie sich Hilfe bei einer Person Ihres Vertrauens (aus der Familie, dem Freundeskreis oder bei einer Beratungsstelle), mit der Sie über Ihre Gefühle und Gedanken sprechen können.*
- *Ihr Kind muss wissen, dass Sie ihm helfen wollen. Schaffen Sie Situationen, in denen es Vertrauen fassen kann und ermutigt wird, über seine Gefühle und Probleme zu reden. Zeigen Sie Ihrem Kind, dass Sie ihm glauben.*
- *Stimmen Sie alle weiteren Schritte altersgerecht mit Ihrer Tochter oder Ihrem Sohn ab.*
- *Machen Sie keine Versprechungen, die Sie nicht halten können, z.B. das Versprechen, niemandem etwas zu erzählen. Sonst erlebt Ihr Kind erneut, dass sein Vertrauen missbraucht wird.*
- *Vermeiden Sie Vorwürfe wie „Warum hast du mir nichts gesagt?“. Jedes Kind kostet es viel Kraft und Mut, sich einem Erwachsenen gegenüber zu öffnen. Besonders wenn der Missbrauch in der Familie passiert, haben Kinder große Angst davor, dass ihnen nicht geglaubt wird. Dann vertrauen sie sich manchmal lieber einer Person außerhalb der Familie an – nicht aus mangelndem Vertrauen, sondern aus Sorge um die Erwachsenen.*
- *Sorgen Sie für Sicherheit und einen geregelten Alltag mit Schule, Hobbys und Ritualen, die auch vor dem Missbrauch zu Ihrem Leben gehörten.*
- *Planen Sie keine Konfrontation des Täters ohne ausreichenden Schutz Ihres Kindes. Wenn die Vermutung zur Gewissheit wird, holen sie sich Unterstützung bei Freunden, dem Jugendamt oder der Polizei, um Ihre Familie zu schützen.*



## **Mädchen und Jungen brauchen Erwachsene, die ihnen Sicherheit und Halt geben.**

Kinder, die es schaffen, sich anzuvertrauen, sind ungeheuer mutig, denn sie schenken trotz der Missbrauchserfahrung einem anderen Menschen ihr Vertrauen und widersetzen sich dem Verbot des Täters, darüber zu reden. Sie brauchen die Bestätigung, dass es richtig war, von ihren Erlebnissen zu erzählen. Und sie brauchen ein zuverlässiges Gegenüber. Deshalb: Nehmen Sie sich Zeit und bewahren Sie Ruhe – trotz aller Panik, die eine solche Situation auslöst.

Mütter und Väter können ihren Kindern zur Seite stehen, indem sie

- *zuhören und nicht werten,*
- *ihrem Kind glauben,*
- *nicht zweifeln oder bagatellisieren,*
- *Mädchen und Jungen für den Mut loben, trotz Schweigegebot zu erzählen,*
- *die Ängste, Zweifel und Gefühle ihres Kindes ernst nehmen,*
- *ihr Kind entlasten und sagen, dass es keine Schuld hat,*
- *ihr Kind schützen, auch gegen Zweifel von außen.*

Oft erzählen Kinder nur einen Ausschnitt des Erlebten. Sie testen damit die Bereitschaft ihres Gegenübers, wirklich zuzuhören. Erlauben Sie Ihrem Kind, das zu erzählen, was es zu diesem Zeitpunkt mitteilen kann und später weiterzuerzählen:

*„Danke für dein Vertrauen. Ich bin stolz auf dich, dass du es mir erzählt hast. Wenn dir später noch etwas einfällt, höre ich dir gerne wieder zu.“*

Informieren Sie Ihr Kind, wenn Sie sich Unterstützung holen wollen und erklären Sie, warum sie es einer anderen Person erzählen möchten:

*„Ich kann verstehen, dass du nicht möchtest, dass jemand von dem Missbrauch erfährt. Aber wir brauchen Hilfe, damit der Missbrauch wirklich aufhört und es dir wieder gut geht. Es gibt Menschen, die haben schon anderen Kindern in deiner Situation geholfen, und ich suche jetzt die richtige Person für uns.“*

## Hilfe für betroffene Kinder und ihre Eltern

Nach dem Bekanntwerden eines sexuellen Missbrauchs gerät zunächst für alle Beteiligten (die betroffenen Kinder, Eltern und Geschwister) das Leben aus den Fugen. Mädchen und Jungen, die sexuell missbraucht wurden, brauchen Schutz, Trost und Sicherheit.

In vielen Städten gibt es Fachberatungsstellen gegen sexuellen Missbrauch. Im Telefonbuch und im In-

ternet finden Sie zum Beispiel unter den Stichworten Beratung, Hilfe und sexueller Missbrauch Anlaufstellen in Ihrer Nähe, bei denen Sie sich – auch anonym – beraten lassen können. Kinderschutzzentren oder die Ärztliche Beratungsstelle sind weitere Institutionen, die weiterhelfen.

(S. 34 „Anlaufstellen für Eltern und ihre Kinder“)



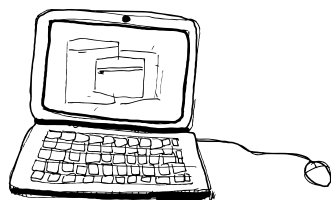
Auf [www.multiplikatoren.trau-dich.de/](http://www.multiplikatoren.trau-dich.de/) finden Sie eine umfangreiche Beratungsstellendatenbank. Über eine Orts- oder Postleitzahlen-Eingabe erhalten Sie eine Auswahl der entsprechenden Kontaktdaten der Anlaufstellen.

Auf dem Kinderportal [www.trau-dich.de](http://www.trau-dich.de) können auch Kinder unter der Rubrik „Deine Hilfe“ eine einfach zu bedienende Beratungsstellensuche durchführen. Die dort hinterlegte Datenbank enthält eine Auswahl all jener Beratungsstellen für Mädchen und Jungen, die sich in ihrem näheren Umfeld befinden.

Der Schritt, sich professionelle Hilfe zu holen, ist nicht immer einfach. Achten Sie bei der Wahl der Einrichtung darauf, dass die Beraterinnen und Berater Erfahrung im Umgang mit sexuellem Missbrauch oder anderen Formen von Kindeswohlgefährdung haben und dass sie Ihnen Vertraulichkeit und auf Wunsch auch Anonymität zusichern. Fragen Sie bei der Kontaktaufnahme konkret nach, welche Form der Unterstützung Ihnen angeboten werden kann und wie mit den von Ihnen berichteten Informationen umgegangen wird. Je nach Institution unterliegen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter einer Schweigepflicht.

### **Geben Sie nicht auf, bis Sie die Hilfe gefunden haben, die Ihr Kind und Sie brauchen!**

Oft haben Kinder Angst davor, einer fremden Person detailliert zu erzählen, wie sie missbraucht wurden. Doch im Fall einer Anzeige ist dies leider notwendig. Bei innerfamiliärem Missbrauch können Mädchen und Jungen von ihrem Zeugnisverweigerungsrecht Gebrauch machen. In einer Beratungsstelle stehen in der Regel die Bedürfnisse der Ratsuchenden im Vordergrund, und das Schweigen von Kindern wird akzeptiert.





## Jugendamt


Es ist die gesetzliche Aufgabe des Jugendamtes, Kinder und Jugendliche vor Gefährdungen zu schützen und sie durch die Gewährung von Hilfen zu unterstützen. Grundsätzlich kann sich jeder an das Jugendamt wenden, Kinder und Jugendliche ebenso wie ihre Eltern und andere Vertrauenspersonen eines Kindes. Gespräche mit Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Jugendamtes werden vertraulich behandelt. Kinder bzw. Jugendliche haben in Not- und Krisensituationen einen Anspruch darauf, beraten zu werden, ohne dass das Jugendamt die Eltern informieren muss. Jugendämter sind nicht verpflichtet, einen Missbrauchsverdacht an die Polizei oder an die Staatsanwaltschaft weiterzugeben.

Das Jugendamt fungiert quasi als „Schaltstelle“ bei der Organisation von Hilfen für von Missbrauch betroffene Mädchen und Jungen sowie ihre Angehörigen. Es plant, initiiert und begleitet unterstützende Hilfen und vermittelt Beratungs- und Betreuungsmöglichkeiten. Als verantwortliche staatliche Institution hat es dabei stets auf die Gewährleistung des Kindeswohls zu achten.

Im Rahmen des staatlichen Wächteramtes muss das Jugendamt bei gewichtigen Hinweisen auf eine Gefährdung des Wohls eines Kindes oder Jugendlichen das Gefährdungsrisiko im Rahmen kollegialer Beratung abschätzen. Dabei sind die Eltern sowie das Kind oder der Jugendliche einzubeziehen, allerdings nur, soweit hierdurch der wirksame Schutz des Kindes oder des Jugendlichen nicht in Frage gestellt wird. Das Jugendamt muss den Eltern Hilfen anbieten, wenn es diese zur Abwendung der Gefährdung für geeignet und notwendig hält. Sind die Eltern nicht in der Lage oder – etwa durch die Annahme angebotener Hilfen – nicht bereit, die Gefährdung für ihr Kind abzuwenden, muss das Jugendamt das Familiengericht anrufen, das über Einschränkungen des Sorgerechts entscheidet. In dringenden, akuten Gefährdungssituationen kann das Jugendamt ein Kind vorübergehend „in Obhut“ nehmen.

## Polizei und Justiz

Bevor sich Eltern für oder gegen eine Strafanzeige entscheiden, ist es wichtig zu wissen, welche Konsequenzen die eine oder andere Entscheidung mit sich bringt und wie sie sich selbst und ihr Kind darauf vorbereiten können. Es ist jetzt besonders



wichtig, ruhig und besonnen die nächsten Schritte abzuklären, um die Belastungen für das Kind so gering wie möglich zu halten. Bei diesen Überlegungen ist neben der Beratung durch eine Fachberatungsstelle auch eine Rechtsberatung empfehlenswert. Juristische Fragen können bei Anwältinnen und Anwälten geklärt werden, die sich im Bereich Strafrecht/Opferrecht spezialisiert haben. Das „Hilfeportal Sexueller Missbrauch“ bietet die Möglichkeit einer bundesweiten Suche nach Anwältinnen und Anwälten in Ihrer Nähe (<http://www.hilfe-portal-missbrauch.de>).

Eine Strafanzeige kann bei der Polizei oder der Staatsanwaltschaft erstattet werden. Nach einer Anzeige beginnt das sogenannte Ermittlungsverfahren, in dem das Opfer, der oder die Tatverdächtige und weitere Zeugen befragt werden. Fachdienststellen der Kriminalpolizei für Sexualdelikte verfügen in der Regel über speziell ausgebildetes Personal, das eine kindgerechte Befragung gewährleisten kann. Denn in Fällen sexuellen Missbrauchs kommt den Angaben des betroffenen Kindes eine große Bedeutung zu. Falls vorhanden, werden diese „Anhörungen“ in kindgerecht gestalteten Räumlichkeiten durchgeführt, die auch Bild- und Tonaufnahmen ermöglichen. Das betroffene Kind hat das Recht, bei der polizeilichen Befragung von einer Vertrauensperson begleitet zu werden. Ist die Anzeige bei der Polizei erstattet, können die laufenden Ermittlungen nicht mehr ohne weiteres gestoppt werden.

Sobald die polizeilichen Ermittlungen abgeschlossen sind, prüft die Staatsanwaltschaft, inwieweit Anklage erhoben wird. Mit der Anklageerhebung wird das Gericht zuständig und RichterIn oder Richter bestimmen einen Hauptverhandlungstermin. Zu diesem Termin werden nicht nur der oder die Angeklagte, Verteidigerin oder Verteidiger und Staatsanwältin bzw. Staatsanwalt geladen, sondern auch die Zeugen. Es wird in aller Regel versucht, die erneute Vernehmung eines Kindes zu vermeiden, da sie für das Kind eine große Belastung darstellen kann. Ist die Vernehmung dennoch erforderlich, so bestehen auch in der Hauptverhandlung verschiedene Möglichkeiten, das Kind zu entlasten.

**Bei all diesen Schritten – Beratungsstelle, Jugendamt, Polizei oder auch Therapie – ist es von zentraler Bedeutung, dass Mädchen und Jungen eine vertraute Bezugsperson haben, die ihnen zur Seite steht und Sicherheit gibt.**







Neben der Hilfe und Beratung durch spezialisierte Fachkräfte ist für Kinder aber noch etwas anderes ganz wichtig: ihr normaler Alltag. Die alltägliche Routine, Kita, Schule, Sportverein, gemeinsame Mahlzeiten, ein Besuch im Kino und das Kuchenbacken mit der Oma zeigen betroffenen Kindern, dass es in ihrem Leben noch viel mehr gibt als die Erfahrung des sexuellen Missbrauchs. Für Eltern ist es sicherlich nicht leicht, in den Alltag zurückzukehren, aber für die

Kinder bedeutet dieser Schritt Sicherheit und Stabilität.

**Mädchen und Jungen brauchen positive Erlebnisse und die Erfahrung, selbst etwas bewirken und gestalten zu können. Wenn es der Familie gemeinsam gelingt, den Blick wieder nach vorn zu richten, wird es möglich, dass der Missbrauch eine Erfahrung im Gestern war und dass das Heute anders und sicher ist.**



## ANLAUFSTELLEN FÜR ELTERN UND IHRE KINDER



### Kostenfreie telefonische Anlaufstellen

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| <b>116111</b>         | Nummer gegen Kummer, telefonisches Beratungsangebot für Kinder und Jugendliche  |
| <b>0800-111 0 550</b> | Nummer gegen Kummer, telefonisches Beratungsangebot für Eltern  |
| <b>0800-22 555 30</b> | Hilfetelefon Sexueller Missbrauch<br>Ein Angebot des Unabhängigen Beauftragten für Fragen des sexuellen Kindesmissbrauchs |

### Beratungs- und Anlaufstellen im Internet

#### [www.trau-dich.de](http://www.trau-dich.de)

Das Online-Portal für Kinder der „Bundesweiten Initiative zur Prävention des sexuellen Kindesmissbrauchs ‚Trau dich!‘“ informiert Kinder über ihre Rechte auf körperliche Selbstbestimmung.

Kinder können sich selbstständig, anonym und kostenfrei über Beratungsstellen und andere Hilfsangebote in ihrer Nähe informieren. Durch eine Verknüpfung mit dem Kinder- und Jugendtelefon können die

Kinder auch direkt telefonische Beratung in Anspruch nehmen.

Unter der Subdomain [www.multiplikatoren.trau-dich.de](http://www.multiplikatoren.trau-dich.de) erhalten Eltern, Fachkräfte und öffentliche Stellen Informationen zur Initiative „Trau dich!“ und Tipps, was sie tun können, um Kinder zu fördern und zu schützen. Darüber hinaus gibt es auch hier die Möglichkeit einer umfassenden Beratungsstellen-Suche.



---

**[www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)**

Internetseite zum telefonischen Beratungsangebot für Kinder, Jugendliche und Eltern

---

**[www.hilfe-portal-missbrauch.de](http://www.hilfe-portal-missbrauch.de)**

Hilfen für Betroffene, Angehörige und Fachkräfte

---

**[www.dksb.de](http://www.dksb.de)**

Deutscher Kinderschutzbund

---

**[www.kinderschutz-zentren.org](http://www.kinderschutz-zentren.org)**

Die Kinderschutz-Zentren

---

**[www.wildwasser.de](http://www.wildwasser.de)**

Verein gegen sexuellen Missbrauch

---

**[www.zartbitter.de](http://www.zartbitter.de)**

Kontaktstelle gegen sexuellen Missbrauch an Mädchen und Jungen, Köln

---

**[www.nina-info.de](http://www.nina-info.de)**

N.I.N.A steht für Nationale Infoline, Netzwerk und Anlaufstelle zu sexueller Gewalt an Mädchen und Jungen

---

**[www.kein-raum-fuer-missbrauch.de](http://www.kein-raum-fuer-missbrauch.de)**

Initiative der Unabhängigen Beauftragten für Fragen des sexuellen Kindesmissbrauchs

---

**[www.bz kj.de](http://www.bz kj.de)**

Bundeszentrale für Kinder- und Jugendmedienschutz (BzKJ)

---

**[www.gutes-aufwachsen-mit-medien.de](http://www.gutes-aufwachsen-mit-medien.de)**

Initiativbüro "Gutes Aufwachsen mit Medien" der Stiftung Digitale Chancen

## Broschüren

Kostenlose Broschüren der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) zur Initiative:



„Trau dich! Ein starkes Stück über Gefühle, Grenzen und Vertrauen“  
Informationen über das Theaterstück „Trau dich!“ im Rahmen der  
„Bundesweiten Initiative zur Prävention des sexuellen  
Kindesmissbrauchs“ für Kinder zwischen 8 und 12 Jahren  
Flyer DIN lang, 12 Seiten

Bestellnummer: 16100301



„Trau dich! Bundesweite Initiative zur Prävention des sexuellen  
Kindesmissbrauchs“  
Informationen über die „Bundesweite Initiative zur Prävention  
des sexuellen Kindesmissbrauchs“

Flyer DIN lang, 16 Seiten

Bestellnummer: 1610010



**„Trau dich! Du kannst darüber reden!“**

Alles, was du über sexuellen Missbrauch wissen musst.  
Informationen über sexuellen Missbrauch für Mädchen und  
Jungen zwischen 8 und 12 Jahren

Broschüre, DIN A6, 24 Seiten

Bestellnummer: 16100201



**„Trau dich! Du bist stark!“**

Alles, was du über sexuellen Missbrauch wissen musst.  
Informationen über sexuellen Missbrauch für Jungen zwischen  
8 und 12 Jahren

Broschüre, DIN A5, 28 Seiten

Bestellnummer: 16100205



**„Trau dich! Du bist stark!“**

Alles, was du über sexuellen Missbrauch wissen musst.  
Informationen über sexuellen Missbrauch für Mädchen zwischen  
8 und 12 Jahren

Broschüre, DIN A5, 24 Seiten

Bestellnummer: 16100206



**„Gefühle. Was Kinder darüber sagen.“**

Eine Sammlung von Kindertexten und Graphiken von Kindern  
zum Thema Gefühle.

Als Download auf [www.multiplikatoren.trau-dich.de](http://www.multiplikatoren.trau-dich.de) verfügbar.

Kostenlose Broschüren der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) zur Sexualaufklärung:



Liebevoll begleiten ... Körperwahrnehmung und körperliche Neugier kleiner Kinder. Ratgeber für Eltern zur kindlichen Entwicklung vom 1. bis zum 6. Lebensjahr  
Broschüre, DIN A5, 56 Seiten  
Bestellnummer: 13660500

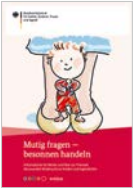
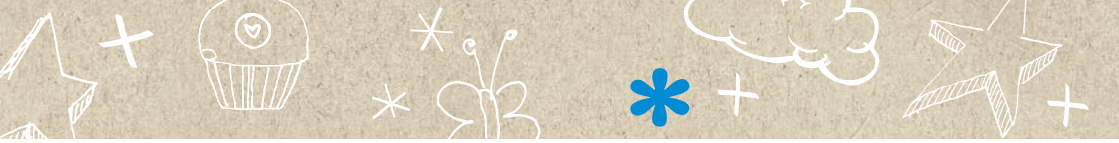


Über Sexualität reden. Zwischen Einschulung und Pubertät. Ratgeber für Eltern zur kindlichen Sexualentwicklung im Grundschulalter  
Broschüre, DIN A5, 52 Seiten  
Bestellnummer: 13660300



Dem Leben auf der Spur  
Ein Medienpaket für Mädchen und Jungen von 8–12 Jahren  
Mappe mit drei Broschüren, Plakat und Anschreiben für Eltern und Erziehungsberechtigte sowie Lehr- und Fachkräfte  
Bestellnummer: 13160000

Die kostenfreien Broschüren können Sie bestellen unter:  
BZgA, 50819 Köln  
Fax: 0221/8992-257  
E-Mail: [bestellung@bzga.de](mailto:bestellung@bzga.de)  
online: <https://shop.bzga.de/>



**Mutig fragen – besonnen handeln**  
Informationen für Mütter und Väter zur Thematik des sexuellen  
Missbrauchs an Mädchen und Jungen

Die kostenfreie Broschüre können Sie bestellen unter:  
[www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/publikationen/mutig-fragen-besonnen-handeln-95882](http://www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/publikationen/mutig-fragen-besonnen-handeln-95882)

## Impressum

### **Herausgeberin:**

Bundeszentrale für  
gesundheitliche Aufklärung (BZgA)  
Kommissarischer Direktor:  
Prof. Dr. Martin Dietrich  
Maarweg 149-161  
50825 Köln  
[www.bzga.de](http://www.bzga.de)

### **Gestaltung:**

Hochhaus Werbeagentur GmbH, Köln

### **Manuskript:**

Carmen Kerger-Ladleif

### **Redaktion:**

Stefanie Amann

### **Fotonachweise:**

Fotolia/Getty Images

### **Druck:**

klimaneutral gedruckt

Kern GmbH

In der Kolling 120, 66450 Bexbach

Auflage: 12.50.08.22

Alle Rechte vorbehalten.

Dieses Medium wird von der

BZgA kostenlos abgegeben.

Es ist nicht zum Weiterverkauf

durch die Empfängerin oder

den Empfänger an Dritte bestimmt.

### **Bestellung:**

BZgA, 50819 Köln

Fax: 0221 8992-257

E-Mail: [bestellung@bzga.de](mailto:bestellung@bzga.de)

Bestellnummer: 16100102

**Bundesweite Initiative zur Prävention  
des sexuellen Kindesmissbrauchs**

[www.trau-dich.de](http://www.trau-dich.de)