

## Was tun gegen sexuelle Gewalt

Kurzversion

### Seite 2

Was Eltern über sexuelle Gewalt an Kindern wissen sollten

#### Liebe Eltern,

sexuelle Gewalt an Kindern ist ein Thema, das unter die Haut geht. Niemand möchte sich vorstellen, dass sein Kind betroffen ist.

Die Fakten zeigen aber, dass sexuelle Gewalt überall vorkommt, wo Kinder sind. In der Familie, im Verwandten- und Freundeskreis, in Kitas, Schulen, Vereinen, auf dem Spielplatz und auch in der Kirche. Diese Kinder brauchen Erwachsene, die ihre Signale wahrnehmen und wissen, was sie tun können, wenn sie vermuten, dass ein Kind Hilfe braucht.

Unsere Regierung hat 2012 ein Kinderschutzgesetz erlassen. Alle Erwachsenen müssen mithelfen, dass Kinder in Deutschland ohne Gewalt aufwachsen können.

Auch die katholische Kirche hat neue Regeln gesetzt. Alle, die in der Kirche arbeiten, müssen für den Schutz von Kindern und Jugendlichen Verantwortung tragen.

Aufklärung ist wichtig:

- Wer sind die Täter?
- Wie gehen sie vor?
- Welche Unterstützung brauchen betroffene Kinder?
- Wo finden Eltern Hilfe?
- Was können Eltern vorbeugend tun, um ihr Kind zu stärken?

Unser Elternbrief möchte Sie informieren. Denn Wissen hilft, Kinder vor sexueller Gewalt zu schützen.

Ihre

*Franziska Kindl-Feil*

Franziska Kindl-Feil

### Seite 3

Sätze, die Kinder stark machen  
Warnsignale und Auffälligkeiten



WaCH/photocase.com

SCHUTZ VOR SEXUELLER GEWALT: EINE LIEBEVOLLE ERZIEHUNG

## Starke Kinder sind weniger gefährdet

Sexuelle Gewalt an Kindern geschieht, und zwar täglich. Kinder sind körperlich schwächer als Erwachsene. Oft können sie sich selbst noch nicht aus Notsituationen befreien. Eine liebevolle und vertrauensvolle Beziehung zwischen Eltern und Kind kann Kinder schützen. Denn Mädchen und Jungen, die sich sicher fühlen, können in gefährlichen Situationen eher „Nein“ sagen.

**Um stark zu werden, brauchen Kinder:**

#### Aufmerksamkeit

Kinder brauchen die Aufmerksamkeit ihrer Eltern. Das heißt: Kinder können ihre Bedürfnisse, ihre Erlebnisse, ihre Gedanken und Gefühle mitteilen. Die Eltern nehmen diese ernst und gehen darauf ein. Ein Kind, das sich genug beachtet und geliebt fühlt, kann Annäherungsversuche von anderen leichter ablehnen.

#### Achtsamkeit und Respekt

Die meisten Kinder lieben es zu kuscheln und in den Arm genommen zu werden. Aber auch schon die Kleinsten können zeigen, wann es genug ist. Sie drehen sich weg

und zeigen: Ich mag jetzt nicht. Schon früh bemerken Kinder, ob ihre Signale respektiert werden. Ein starkes Kind entscheidet selbst, wann ihm Zärtlichkeiten guttun und wann nicht. Achtsame Erwachsene ermutigen es, zu seinen Gefühlen zu stehen.

#### Gefühle ernst nehmen

Kinder spüren von Geburt an, was sich gut anfühlt und was nicht. In der ersten Zeit müssen ihre Eltern ihre Emotionen richtig verstehen und beantworten. Kinder brauchen auch die Hilfe ihrer Eltern, um ihren Gefühlen Namen zu geben. Sie lernen: So fühlt es sich an, wenn ich glücklich oder fröhlich bin, traurig oder wütend.

Das Kind lernt: Je genauer ich meinen Eltern sagen kann, was ich fühle, desto besser können sie mir helfen, wenn etwas nicht in Ordnung für mich ist.

Sehr wichtig ist es, die Gefühle der Kinder ernst zu nehmen. Jedes „Stell Dich nicht so an“ oder „So schlimm war das doch gar nicht“ lässt ein Kind zweifeln, ob seine Gefühle richtig sind. ■

## DATEN UND FAKTEN

# Was Eltern über sexuelle Gewalt an Kindern wissen sollten

Etwa 15.000 Fälle von sexueller Gewalt an Kindern werden pro Jahr in Deutschland bei der Polizei angezeigt.

Fachleute schätzen, dass es tatsächlich noch viel mehr Fälle gibt. Nicht alle werden der Polizei gemeldet.

### Formen sexueller Gewalt

Sexuelle Gewalt bedeutet, dass Kinder von Erwachsenen oder älteren Kindern oder Jugendlichen zu sexuellen Handlungen gezwungen werden.

Sie kann geschehen durch:

- › Worte
- › Blicke
- › Berührungen
- › Handlungen an Kindern
- › Handlungen vor Kindern
- › Das Einbeziehen von Kindern in sexuelle Handlungen mit Dritten
- › Das Erstellen und Ansehen von kinderpornografischem Material
- › Ansprache mit sexuellen Inhalten im Internet

### Sexuelle Gewalt passiert nie aus Versehen!

Ein Kind spürt den Unterschied zwischen kindgerechter Zärtlichkeit und sexueller



paula / photocase.com

Gewalt ganz klar. Kinder berichten: „Zuerst hat er mich gekitzelt, das war lustig, aber dann auf einmal waren seine Hände überall, unter meinem Hemd und in meiner Unterhose und er atmete so komisch. Ich bin erstarrt, ich wollte das nicht. Aber es ging so schnell, dass ich mich nicht wehren konnte.“

Sexuelle Übergriffe können einmalig passieren, aber sie können auch über Jahre andauern.

### Die Opfer

Täter verlangen, dass die Kinder über das Geschehen schweigen. Sie drohen, dass sonst etwas Schlimmes passiert. Diese Drohungen machen Angst und sind daher oft wirkungsvoll.

Selbstbewusste Kinder werden seltener Opfer von sexueller Gewalt. Sie sind nicht so leicht einzuschüchtern.

Ein Täter will vermeiden, dass seine Tat auffliegt. Er wird deshalb sein Opfer gezielt aussuchen. Er wird testen, ob ein Kind auf seine Annäherungsversuche oder Geschenke reagiert und bereit ist, ihm zu vertrauen.

### Die Täter

Die meisten Täter sind männlich, aber auch Frauen können Täterinnen sein. Täter können alt oder jung, reich oder arm sein. Man sieht es ihnen nicht an.

Meist sind Täter Personen, die die Kinder gut kennen. Ein Viertel aller angezeigten Fälle fand im engsten Familienkreis statt, 50 % im erweiterten Familien- und Bekanntenkreis. In 25 % der Fälle ging die Gewalt von Fremden aus. ■

## Informationsmaterial

### „Kinder dürfen nein sagen!“ – Kinder vor Gewalt schützen

Die Broschüre gibt es in sieben Sprachen und steht zum Download zur Verfügung: [www.caritas.de](http://www.caritas.de)

### „Niemand darf mir weh tun! – Handreichung zur Prävention sexueller Gewalt in leichter Sprache“

Zu bestellen beim Bundesfachverband Caritas Behindertenhilfe und Psychiatrie e.V. (CBP)  
Tel. 07 61/200-301, [cbp@caritas.de](mailto:cbp@caritas.de)  
Als Download unter: [www.cbp.caritas.de](http://www.cbp.caritas.de)

## Wichtig!

Manchmal behaupten Täter, dass das Kind mit der Tat einverstanden war. Aber:

Jeder sexuelle Kontakt zwischen einem Erwachsenen und einem Kind ist sexuelle Gewalt. Ein Kind kann nie ein gleichberechtigter Partner für einen Erwachsenen sein, weil es ihm körperlich, geistig und seelisch unterlegen ist. Deshalb kann ein Kind zu sexuellen Kontakten mit einem Erwachsenen nicht „Ja“ sagen.



## Wichtige Sätze, die Kinder stark machen

1. Dein Körper gehört Dir!  
Niemand darf Dich anfassen, wenn Du es nicht willst.
2. Du darfst „Nein“ sagen!  
Wenn Dich jemand anfässt und Du möchtest das nicht, dann sage „Nein!“
3. Vertraue Deinem Gefühl!  
Du kannst Dich auf Deine Gefühle verlassen, auch wenn andere etwas anderes sagen.
4. Schlechte Geheimnisse darfst Du erzählen!  
Ein schönes Geheimnis ist, wenn man zum Beispiel eine Überraschung plant. Dann ist es gut, es vorher nicht zu verraten.



Arthur Braustein/photocase.com

Ein schönes Geheimnis macht Dir Spaß. Ein schlechtes Geheimnis ist etwas, das Dir Angst macht oder Dir unheimlich ist. So ein Geheimnis musst Du nicht für Dich behalten. Es ist richtig, es einem Erwachsenen zu sagen.

5. Keiner darf Dir Angst machen!  
Niemand hat das Recht, Dir Angst zu machen oder Dir zu drohen. Wenn Du Angst bekommst, sprich mit einem Erwachsenen darüber, dem Du vertraust.
6. Du hast ein Recht auf Hilfe!  
Du darfst Dir jederzeit Hilfe holen, wenn jemand etwas gegen Deinen Willen mit Dir machen will, wenn Dich jemand unter Druck setzt oder Dir Angst macht. ■

## WIE MERKE ICH, OB MEIN KIND SEXUELLE GEWALT ERFÄHRT?

### Warnsignale und Auffälligkeiten

Kinder, die Opfer von sexueller Gewalt geworden sind, können das meist nicht direkt sagen. Sie haben Angst, dass etwas Schlimmes passiert, wenn sie das Geheimnis verraten. Oder dass ihnen nicht geglaubt wird. Kinder haben oft auch Angst, dass sie etwas falsch gemacht haben und die Eltern ihnen böse sein werden.

Eltern sollten deswegen auf folgende Zeichen achten – sie können ein indirekter Hilferuf sein:

- Das Kind zieht sich zurück, verschließt sich, ist bedrückt
- Häufige Bauch- oder Kopfschmerzen
- Schulische Leistungen verschlechtern sich plötzlich
- Das Kind macht wieder in die Hose
- Es hat Ängste, traut sich nichts mehr zu
- Es hat immer wieder Alpträume und Schlafprobleme
- Es isst nicht oder es isst viel zu viel
- Das Kind will sich beim Sport oder beim Arzt nicht ausziehen
- Es will sich nicht mehr hübsch machen, will nicht mehr als Mädchen erkennbar sein
- Es reagiert in harmlosen Situationen übermäßig aggressiv
- Das Kind malt oder spielt sexuelle Situationen nach
- Das Kind berührt Erwachsene an ihren Geschlechtsteilen
- Es hat Wunden oder blaue Flecken im Genitalbereich

Diese Anzeichen können auf eine Gewalterfahrung hinweisen, können aber auch andere Ursachen haben. Ein Kind, das sich plötzlich so verändert, braucht auf jeden Fall die liebevolle und geduldige Zuwendung seiner Eltern. ■



Paulo Sousa/photocase.com



## DIE BESTE HILFE FÜR ELTERN

### Kompetente Unterstützung finden

Wenn klar wird, dass ein Kind sexuell missbraucht wurde, entstehen bei Erwachsenen heftige Gefühle: Wut, Hass, Rachedenken, ohnmächtiges Entsetzen.

Das Kind braucht jetzt aber Erwachsene, die ruhig und überlegt für es da sind. Die nicht den Kopf verlieren und keine unüberlegten Aktionen starten.

**Deshalb ist es so wichtig, dass Eltern sich zuallererst selbst Hilfe holen. Eine Beratungsstelle vor Ort oder ein Hilfe-telefon bieten Unterstützung an.**

Manche Fragen müssen schnell geklärt werden. Zum Beispiel:

- Ist eine medizinische Untersuchung nötig, um Beweise zu sichern?
- Oder eine Anzeige bei der Polizei?
- Welche Freunde oder welches Familienmitglied könnten jetzt eine gute Hilfe sein?
- Und mit wem ist es besser, nicht über den Verdacht zu reden?

Bei solchen Entscheidungen hilft es, mit einer erfahrenen Ansprechperson die Vor- und Nachteile gut abzuwägen.

### Beratungsstellen unterstützen

Die wichtigste Frage ist: Was muss getan werden, damit das Kind vor jeglichem Kontakt mit dem Täter dauerhaft geschützt ist? Die Beratungsstelle wird Eltern unterstützen, sorgsam alle Möglichkeiten zu prüfen und zu nutzen.

Beratungsstellen unterliegen der Schweigepflicht und beraten auf Wunsch auch anonym, ohne dass man seinen Namen nennen muss. Ihr Angebot ist kostenfrei. ■

## WIE KÖNNEN ELTERN HELFEN?

### Behutsam ins Gespräch kommen



rosabrille/photocase.com

Als Faustregel gilt: Jedes Handeln soll sich am Bedürfnis des Kindes nach Schutz und Erholung orientieren.

- **Schutz bedeutet:** Es ist sichergestellt, dass das Kind dem Täter und dessen Umfeld nicht mehr begegnet. Niemand kann es weiter unter Druck setzen oder bedrohen.
- **Erholung bedeutet:** Alles, was das Kind ohne Stress und ohne Angst tun möchte, was ihm Geborgenheit und Sicherheit vermittelt.

### Psychologische Hilfe?

Manche Eltern glauben, dass das Kind jetzt schnellstmöglich psychologische Hilfe braucht. Die Erfahrung zeigt aber, dass dieser Schritt noch Zeit hat. Betroffene Kinder möchten zuerst, dass die Übergriffe aufhören und sie sich wieder sicher fühlen können.

Als Zweites wollen sie zurück in ein normales Leben. Sie möchten wie alle anderen Kinder sein und das Erlebte einfach vergessen. Sie möchten in dieser Phase auch nicht mehr darüber sprechen. Irgendwann wird den meisten klar, dass das Vergessen nicht funktioniert. Dass der Missbrauch seelische Folgen für sie hat. Dann kann Psychotherapie bei der Aufarbeitung helfen. ■

- Dem Kind sagen, was ihnen auffällt
- Dem Kind sagen, dass sie sich Sorgen machen, ob es ihm gut geht
- Dem Kind vermitteln, dass sie zuhören und ihm glauben werden
- Nachfragen, ohne Druck auszuüben
- Nachfragen, ob es um ein Geheimnis geht, ob jemand ihm verboten hat, darüber zu sprechen
- Dem Kind erklären, dass man belastende Geheimnisse erzählen darf und dass es richtig ist, bei einem Erwachsenen Hilfe zu holen
- Dem Kind sagen, dass sie es schützen werden
- Dem Kind versichern, dass es keine Schuld hat

## Hilfen für Eltern und Kinder

### Hilfeportal Missbrauch

Das Hilfeportal informiert Betroffene, ihre Angehörigen und andere Menschen, die sie unterstützen wollen. Hier finden Sie auch Hilfsangebote in Ihrer Nähe. Tel. 0 800/2255 530 [www.hilfeportal-missbrauch.de](http://www.hilfeportal-missbrauch.de)

### Nummer gegen Kummer

Die Nummer gegen Kummer e. V. ist die Dachorganisation des größten, kostenfreien, telefonischen Beratungsangebotes für Kinder, Jugendliche und Eltern in Deutschland. Sie ist Mitglied im Kinderschutzbund. Die Mitarbeiter helfen kostenlos, anonym und vertraulich – auch per E-Mail. Für Kinder und Jugendliche gibt es dort auch eine Internetberatung. [www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)

## Impressum

**Herausgeber:** AKF e. V., Elternbriefe du + wir, Mainzer Str. 47, 53179 Bonn, Tel. 0228/932997 95 (vormittags), [info@elternbriefe.de](mailto:info@elternbriefe.de), [www.elternbriefe.de](http://www.elternbriefe.de),

in Zusammenarbeit mit Diözesan-Caritasverband für das Erzbistum Köln e. V., Abteilung Behindertenhilfe, Georgstr. 7, 50676 Köln, Tel. 0221/2010 256, [www.caritasnet.de](http://www.caritasnet.de)

**Redaktion:** Andrea Heinz (Caritasverband für die Stadt Köln e. V.), Wanda Spielhoff (Diözesan-Caritasverband für das Erzbistum Köln e. V.)

Aktualisierte Fassung – unter Mitarbeit von Beate Dahmen (Diplom-Psychologin und u. a. Mitglied der Fachgruppe Prävention des Bistums Trier) Bonn, Oktober 2020

**Gesamtherstellung:** [www.kippconcept.de](http://www.kippconcept.de)