



Einfach drüber reden

Wie sprechen wir über sexuelle Gewalt gegen
Kinder und Jugendliche?

Eine Wissensbox für Erwachsene.



Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend



Unabhängige Bundesbeauftragte
gegen sexuellen Missbrauch von
Kindern und Jugendlichen

Inhalt

1. Einfach drüber reden	3
2. Wie bereite ich mich darauf vor, mit anderen einfach drüber zu reden?	5
3. Spielanleitung Fakten und Fake News	8
4. Spielanleitung Was ist was?	10
5. Spielanleitung Wer kennt sich aus?	12
6. Spots und Erklärfilm	14
7. Schieb deine Verantwortung nicht weg! Die Kampagne	15
8. Infomaterial	16
9. Wo gibt es Hilfe?	18

1

Einfach darüber reden

Niemand spricht gerne über Missbrauch, die meisten hoffen, sich nicht damit beschäftigen zu müssen. Zum Gesprächsthema wird sexuelle Gewalt gegen Kinder und Jugendliche häufig erst dann, wenn ein Fall in der eigenen Umgebung bekannt wird. Und dann stellen viele fest, wie wenig sie darüber wissen und wie hilflos sie sind.

Dabei ist es nicht so unwahrscheinlich, dass alle jemanden kennen, die/der missbraucht wurde: Im Durchschnitt gibt es in jeder Schulklasse ein bis zwei Kinder, die sexueller Gewalt ausgesetzt sind oder waren. Es ist also durchaus sinnvoll, sexuelle Gewalt im eigenen Umfeld für möglich zu halten und mehr darüber zu wissen, was man tun kann.

Mit „Einfach drüber reden“ bieten wir Möglichkeiten an, spielerisch mit anderen über sexuelle Gewalt ins Gespräch zu kommen und zu erfahren, was man tun kann, um Kinder und Jugendliche besser vor sexueller Gewalt zu schützen. Dabei können alle auch erleben, dass es durchaus Spaß machen kann, sich mit einem nicht ganz einfachen Thema zu beschäftigen. Und: Wir tun Tätern und Täterinnen einen Gefallen, wenn wir nicht über Missbrauch reden. Das kann niemand wollen. Mit der Wissensbox können alle dazu beizutragen, dass es immer selbstverständlicher wird, einfach über Missbrauch zu reden.



**„Ich
sehe
hin“**

**... kann sexuelle
Gewalt beenden.**

Schieb deine Verantwortung nicht weg!

Sieh hin – Hör zu – Frag nach. Weil Kinder und Jugendliche sich nicht alleine schützen können.
Wie das geht, erfährst du auf:

➤ www.nicht-wegschieben.de



Bundesministerium
für Bildung, Familie,
Senioren,
Frauen und Jugend



Unabhängige Bundesbeauftragte
gegen sexuellen Missbrauch von
Kindern und Jugendlichen

2

Vorbereitung

Wie bereite ich mich darauf vor mit anderen einfach drüber zu reden?

Toll, dass du unsere Wissensbox ausprobieren möchtest, um mit anderen spielerisch über sexuelle Gewalt ins Gespräch zu kommen. Bevor du damit startest, lies dir bitte zur Vorbereitung unsere drei Empfehlungen und Hinweise durch.

Eigene Rolle klarkriegen

- Du setzt den Impuls, du hast die Idee und das Bedürfnis, über sexuelle Gewalt ins Gespräch zu kommen.
- Aber du musst kein „Patentrezept“ gegen sexuelle Gewalt präsentieren, bist nicht die Person, die die Lösung für das Problem sexuelle Gewalt kennt.
- Du brauchst keinen Wissensvorsprung vor den anderen.
- Du solltest versuchen, die Spielregeln (s.u.) einzubringen, wenn es nötig wird.
- Du solltest Materialien parat haben, in denen es mehr Informationen zum Thema gibt und in denen auch steht, wo es professionelle Unterstützung gibt.



Info-Broschüren kannst du bspw. hier bestellen oder downloaden:
www.nicht-wegschieben.de

Spielregeln

(müssen nicht vorab vereinbart werden, aber bei Bedarf von dir angesprochen werden)

- Frage, ob sich alle damit wohlfühlen über das Thema zu sprechen. Niemand wird gezwungen, sich an dem Gespräch zu beteiligen und niemand muss sich dazu erklären.
- Anderer Meinung sein ist okay, aber Äußerungen/Erfahrungen der anderen dürfen nicht abgewertet werden.
- Keine Selbsthilfegruppe: Eventuelle eigene Erfahrung mit sexueller Gewalt stehen nicht im Mittelpunkt, können aber erwähnt werden.
- Alle dürfen ausreden und werden nicht unterbrochen.

Dinge, die passieren können...

und wie du damit umgehen kannst:

- Jemand macht sich lustig über deine Initiative, über sexuelle Gewalt ins Gespräch zu kommen

Mach dir klar, dass es viele Wege gibt, das Thema von sich fern zu halten; sich lustig machen, ist einer davon. Deshalb lasse dich davon nicht provozieren und teile mit, dass dir das Thema eher ernst als lustig erscheint. Weise darauf hin, dass sich niemand an dem Gespräch beteiligen muss (Spielregel 1).

- Jemand erzählt von eigenen Missbrauchserfahrungen

Mach dir klar, dass die Situation für betroffene Menschen wie ein Ventil wirken kann, so dass sie den Mut finden darüber zu sprechen.

- Wenn die Gruppe gut damit umgehen kann, ist das für alle eine wichtige Erfahrung. Sorge trotzdem dafür, dass sie nicht zur „Selbsthilfegruppe“ wird (Spielregel 3), denn die haben eigene Regeln und setzen sich ausschließlich aus Betroffenen zusammen.

- Wenn die Gruppe oder Einzelne überfordert oder verletzend reagieren, unterbrich bitte die Situation. Sage, dass du dir mehr Respekt im Umgang mit solchen Verletzungen wünschst (Spielregel 2) und bitte die betroffene Person, sich einen geeigneteren Rahmen zu suchen bzw. professionelle Hilfe in Anspruch zu nehmen. Formulierungsvorschlag: „Ich habe das Gefühl, dass du mit deinen Erfahrungen nicht so gut aufgefangen werden kannst, wie du es brauchst. Das tut mir leid und ich würde mir wünschen, dass du dir bei anderen Menschen, die dir nahestehen, oder bei Hilfeangeboten Unterstützung suchst.“

→ Jemand greift dich persönlich an

Mach dir klar, dass auch das eine Form der Abwehr gegen das Thema ist, aber dass niemand das Recht hat, dich anzugreifen. Es kann sein, dass dir jemand Probleme mit Männern oder mit Sexualität unterstellt. Dass du als hysterisch oder überengagiert bezeichnet wirst. Setze dich mit keinem der Angriffe inhaltlich auseinander, versuche nicht, die Person davon zu überzeugen, dass ihre Behauptung unzutreffend ist. Sondern: Weise den Angriff als unsachlich zurück und bestehe auf einen respektvollen Umgang (Spielregel 2). Wenn die Person sich nicht stoppen lassen will, bitte die Person, die Gruppe zu verlassen oder löse selbst das Treffen auf. Das Gleiche gilt übrigens, wenn der Angriff anderen in der Gruppe gilt.

→ Jemand missversteht deine Rolle und will sich von dir beraten lassen

Mach dir klar, dass es schmeichelhaft sein kann, wenn dich jemand für so kompetent hält. Aber dass es auch schnell zu einer Überforderung für dich werden kann. Versuche deine Rolle zu erklären (siehe oben) und betone, dass auch du kein*e Expert*in bist, sondern selbst viele Fragen zu dem Thema hast, über die ihr euch austauschen könnt. Verweise an professionelle Hilfe- und Beratungsangebote.

Bspw. auf das Hilfeportal: www.hilfe-portal-missbrauch.de

3

Spielanleitung

Fakten und Fake News

Über die Frage, wer sexuelle Gewalt gegen Kinder und Jugendliche ausübt, wie es dazu kommt und ob Kinder und Jugendliche möglicherweise selbst schuld sind, gibt es viele hartnäckige Mythen und Gerüchte. Mit „Fakten und Fake News“ bringen wir Klarheit und räumen mit diesen falschen Annahmen auf.

Spielmaterial

„Fakten und Fake News“ besteht aus 13 Erklär-Karten, 10 Richtig-Karten und 10 Falsch-Karten. Auf der **Vorderseite** der Erklär-Karten steht oben eine Aussage und unten wird erläutert, warum die Aussage stimmt - oder eben nicht. Auf 10 Karten steht auf der Vorderseite **RICHTIG**, auf 10 Karten steht auf der Vorderseite **FALSCH**.

Spielvorbereitung

Die Spielleitung verteilt an jede/n Mitspieler*in je eine RICHTIG und eine FALSCH-Karte. (Sollten mehr als 10 Mitspielende dabei sein, können auch noch „Richtig“ und „Falsch“-Zettel rasch handgefertigt werden.) Dann mischt er/sie alle Erklär-Karten und legt sie verdeckt auf einen Stapel. Die Spielleitung kann auch rotieren, es muss nicht durchgehend dieselbe Person Fragen stellen und Antworten vorlesen.

Spielablauf

- 1.** Die Spielleitung zieht die erste Karte (so, dass niemand der Mitspieler*innen sie lesen kann) und liest die Aussage vor.
- 2.** Jede/r Mitspieler*in beurteilt, ob die Aussage wahr oder unwahr ist und hält dementsprechend die RICHTIG oder die FALSCH Karte hoch.
- 3.** Die Spielleitung fordert die Mitspielenden auf, ihre Entscheidung zu begründen, ggf. entwickelt sich eine Diskussion.
- 4.** Abschließend liest die Spielleitung die Erklärung vor und die Mitspieler*innen können überprüfen, ob sie richtig gelegen haben.

Variante

Die Mitspieler*innen bilden zwei Mannschaften, die gegeneinander antreten. Sie beraten nach jeder Frage, ob sie die „Richtig“ oder „Falsch“-Karte zeigen möchten. Die Mannschaft, die korrekt getippt hat, bekommt einen Punkt, gewonnen hat die Mannschaft, die die meisten Aussagen richtig beurteilt hat.





Spielanleitung

Was ist was?

Wer sich mit dem Thema „sexuelle Gewalt gegen Kinder und Jugendliche“ beschäftigt, stößt schnell auf eine große Anzahl von Begriffen, die oft benutzt, aber nicht immer erklärt werden. Für alle, die mitreden möchten, ist das Begriffs-Merkspiel „Was ist was?“ ein spielerischer Einstieg und eine Grundlage für weitere Gespräche zum Thema.

Weitere Begriffe und was sie bedeuten, gibt es hier: www.beauftragte-missbrauch.de/presse/glossar

Spielmaterial

Was ist was? besteht aus 18 Erklär-Karten und einem Poster mit Begriffen, die häufig im Gespräch über sexuelle Gewalt benutzt werden. Passend zu jeder Erklär-Karte gibt es auf dem Poster ein Begriffsfeld. Als Spielfeld dient eine möglichst glatte Oberfläche wie ein Tisch auf dem alle Materialien ausgelegt werden.

Spielvorbereitung

Alle **Erklär-Karten** werden gemischt und **verdeckt mit der Schriftseite nach unten** auf dem Tisch ausgelegt. Das Poster wird auf dem Spielfeld mit der Schrift nach oben ausgebreitet. Alle Mitspieler*innen sollten uneingeschränkte Sicht auf alle Elemente haben.

Spielablauf

1. Entweder wird ausgelost, wer mit dem Aufdecken der ersten Karte beginnt, oder der/die jüngste Spieler*in fängt an.
2. Zunächst wird eine Erklär-Karte aufgedeckt. Die Karte wird von der Spielleitung vorgelesen und liegt so, dass alle Mitspieler*innen sie sehen können. Dann suchen die Spieler*innen gemeinsam den passenden Begriff zu der vorgelesenen Karte auf dem Poster und platzieren die Karte auf dem entsprechenden Feld.
3. So geht es immer weiter reihum und die Spieler*innen versuchen, die Erklär-Karten den Begriffen auf dem Poster zuzuordnen.
4. Das Spiel ist beendet, wenn alle Erklär-Karten aufgedeckt und dem richtigen Begriff auf dem Poster zugeordnet worden sind.

Ziel des Spiels

Das Spiel ist beendet, wenn **alle Erklär-Karten** dem richtigen Feld auf dem Poster zugeordnet sind.



5

Spielanleitung**Wer kennt
sich aus?**

Ganz klar: Wir müssen mehr über sexuelle Gewalt gegen Kinder und Jugendliche reden. Denn die können sich nicht alleine schützen, dafür sind wir Erwachsenen verantwortlich. „Wer kennt sich aus?“ liefert all denen gute Erklärungen und Argumente, die in der Diskussion um sexuelle Gewalt überzeugen und Wissen weitergeben möchten. Was ist denn eigentlich Missbrauch? Was ist diese Frühsexualisierung? Und wie verhalte ich mich, wenn ich den Verdacht habe, dass ein Kind in meiner Umgebung sexueller Gewalt ausgesetzt ist? Mit „Wer kennt sich aus?“ gibt es einen ersten Überblick.

Ausführliche Erklärungen zu allen Fragen gibt es auf www.nicht-wegschieben.de oder dem Hilfeportal www.hilfe-portal-missbrauch.de

Spielmaterial

„Wer kennt sich aus?“ besteht aus 12 Frage- und Antwortkarten. Auf der Vorderseite der Karte steht oben eine Frage, unten gibt es mehrere Antwortmöglichkeiten und eine ausführlichere Erklärung.

Spielvorbereitung

Der/die Spielleiter*in mischt alle Karten und legt sie verdeckt auf einen Stapel. Die Spielleitung kann auch rotieren, es muss nicht durchgehend dieselbe Person Fragen stellen und Antworten vorlesen.

Spielablauf

1. Die Spielleitung zieht die erste Karte (so, dass niemand der Mitspieler*innen sie lesen kann) und liest die Frage vor. Anschließend fragt er/sie die Mitspielenden: „Wer ist der Meinung, dass Antwort A richtig ist? Wer ist der Meinung, dass Antwort B...“
2. Jede/r Mitspieler*in gibt an, ob er Antwort A, B, C oder D für richtig hält
3. Die Spielleitung liest die richtige(n) Antwort(en) vor und die Mitspieler*innen können überprüfen, ob sie richtig gelegen haben. Es können mehrere Antworten richtig sein.
4. Wenn der Kartenstapel leer ist, werden Punkte gezählt. Für jede korrekte Entscheidung gibt es einen Punkt. Gewonnen hat, wer die meisten Aussagen richtig beurteilt hat.

Variante

Die Spielleitung kann auch die Mitspieler*innen in Gruppen einteilen, die zunächst beraten, welche Antwort sie geben möchten und zusätzlich eine Liste führen, in der für die Gruppen eingetragen wird, ob sie richtig oder falsch geantwortet haben.



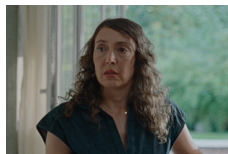
6

Spots und Erklärfilm

Wenn du möchtest, kannst du zum Einstieg einen kurzen Spot zeigen, um rasch und einfach klarzumachen, warum sexuelle Gewalt ein Thema ist, über das man reden sollte.

Du kannst (vielleicht nach ein paar Spielrunden) auch einen längeren Film zeigen, in dem Menschen, die sexuelle Gewalt erleben mussten, gemeinsam mit Fachleuten darüber sprechen, wie man Kinder besser schützen kann.

Dieses Jahr gibt es 7 Tipps. Den Spot dazu findest du hier: www.nicht-wegschieben.de



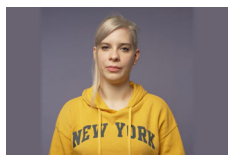
In diesem Spot verstehen Erwachsene, dass sie etwas unternehmen müssen.



In diesem Spot erzählt ein Kind, was es sich von Erwachsenen wünscht.



In diesem Spot wird erlebbar, wie sich Kinder fühlen, die zuhause sexueller Gewalt ausgesetzt sind.



In diesem Film sprechen Menschen, die sexuelle Gewalt erleben mussten und Fachleute darüber, wie Kinder besser geschützt werden können.

Alle Spots findest du hier: www.nicht-wegschieben.de/material/filme

7

Die Kampagne

**Schieb deine Verantwortung
nicht weg!**

Möglicherweise hat „Einfach drüber reden“ dich neugierig gemacht und du möchtest mehr darüber wissen, wie du Kinder und Jugendliche besser schützen kannst oder was du tun kannst, damit sich noch mehr Menschen mit dem Thema Missbrauch beschäftigen.

Dafür haben die unabhängige Bundesbeauftragte gegen sexuellen Missbrauch von Kindern und Jugendlichen und das Bundesfamilienministerium die Kampagne „Schieb deine Verantwortung nicht weg!“ gestartet.

Auf der Kampagnenseite www.nicht-wegschieben.de findest du viele Informationen und Material, das du bestellen und bspw. nach „Einfach drüber reden“ verteilen kannst.

Die Kampagne ist Teil eines mehrjährigen Projekts. Es begann Ende 2022 mit dem ersten Teil „Schieb den Gedanken nicht weg!“. Die Kampagne will zeigen, dass sexuelle Gewalt gegen Kinder und Jugendliche überall passieren kann, vor allem aber in der Familie, im Freundeskreis oder in der Verwandtschaft.

Eine Umfrage hat 2021 gezeigt: Fast 90 % der Bevölkerung wissen, dass Kindesmissbrauch im nahen Umfeld stattfindet. Und trotzdem halten es 85 % für unwahrscheinlich oder sogar ausgeschlossen, dass es in der eigenen Familie passiert. Mit dieser „Sowas gibt es, aber nicht bei uns!“-Haltung blenden die meisten aus, was in ihrem Leben nicht vorkommen darf. Mit dem Aufruf „Schieb deine Verantwortung nicht weg!“ appellieren wir an alle, Verantwortung für den Schutz von Kindern und Jugendlichen zu übernehmen.

8

Infomaterial

Hier ein kurzer Überblick, was alles kostenfrei bestellt werden kann:



Broschüre 1
Was ist sexueller Missbrauch?
8-seitig, DIN A5



Broschüre 2
Was kann ich tun bei Vermutung oder Verdacht?
8-seitig, DIN A5



Broschüre 3
Was tun, um Kinder vor sexueller Gewalt zu schützen?
8-seitig, DIN A5



Broschüre 4
Wie kann ich mit Kindern über sexuelle Gewalt sprechen?
8-seitig, DIN A5



Broschüre 5
Kita, Schule, Sportverein – Wie kann ich nach Schutz vor sexueller Gewalt fragen?
8-seitig, DIN A5



Broschüre 6
Überblick in Leichter Sprache
20-seitig, DIN A5



Broschüre 7
Prävention von Anfang an
Was (werdende) Eltern zum Thema sexualisierte Gewalt wissen sollten.
8-seitig, DIN A5



Broschüre 8
Das erste Smartphone
Wie kann ich mein Kind vor sexueller Gewalt im Internet schützen?
16-seitig, DIN A5



Broschüre 9
So geht Aktionswoche
Wie ein Aktionstag oder eine Aktionswoche für den Schutz von Kindern und Jugendlichen organisiert und durchgeführt werden kann.
52-seitig, DIN A5



Broschüre 10
So geht Bürger*innenrat

Wie ein Bürger*innenrat zum Schutz von Kindern und Jugendlichen vor sexueller Gewalt organisiert und durchgeführt werden kann. 56-seitig, DIN A5



Broschüre 11-15
Don't push the thought away!

How you can protect children and adolescents from sexual violence. An overview available in five languages. 8-seitig, DIN A5



Broschüre 16
Wie sag ich's der Familie?

Wie Betroffene sexuellen Missbrauch ansprechen können.

12-seitig, DIN A5



Postkarten DIN A6
verschiedene Motive



Visitenkarten DIN A8
verschiedene Motive



Plakate DIN A2
verschiedene Motive



Flyer DIN lang
8-seitig

Alle Materialien findest du hier:
www.nicht-wegschieben.de/material

Kostenfreie Hilfe-Angebote auf einen Blick

Hilfe-Portal Sexueller Missbrauch

Das Hilfe-Portal Sexueller Missbrauch informiert Betroffene, Angehörige, Fachkräfte und alle, die sich Sorgen machen und bietet Kontakt zu Hilfe und Beratung vor Ort.

In der Datenbank finden Sie Beratungsstellen, Notdienste sowie therapeutische und rechtliche Angebote in Ihrer Nähe.

www.hilfe-portal-missbrauch.de

Online Beratung Schreib-Ollie

Lieber Schreiben als Reden? Das Hilfe-Telefon berät Jugendliche und Erwachsene auch online zu allen Fragen, die mit sexuellem Missbrauch zu tun haben.

Die Online Beratung können Sie jederzeit nutzen - rund um die Uhr, kostenfrei, datensicher und anonym.

www.schreib-ollie.de

Hilfe-Telefon Sexueller Missbrauch

Wenn Sie sich Sorgen um ein Kind machen, einen Verdacht haben oder selbst betroffen sind, können Sie sich an das Hilfe-Telefon Sexueller Missbrauch wenden.

Das Hilfe-Telefon berät anonym, kostenfrei, mehrsprachig und in Gebärdensprache.
Die Telefonzeiten sind:

Mo, Mi, Fr: 9.00 bis 14.00 Uhr und
Di, Do: 15.00 bis 20.00 Uhr

0800 22 55 530

Schieb deine Verantwortung nicht weg!

www.nicht-wegschieben.de

Kampagnenbüro

Mail: kampagne@nicht-wegschieben.de

Material bestellen:

www.nicht-wegschieben.de/material



Impressum

„Nicht wegschieben“ ist eine Kampagne von



Bundesministerium
für Bildung, Familie, Senioren,
Frauen und Jugend



Unabhängige Bundesbeauftragte
gegen sexuellen Missbrauch von
Kindern und Jugendlichen

Das Hilfe-Portal

Sexueller Missbrauch

ist ein Angebot der Unabhängigen
Bundesbeauftragten gegen
sexuellen Missbrauch von Kindern
und Jugendlichen (UBSKM).

Das Hilfe-Telefon

Sexueller Missbrauch

ist ein Angebot von N.I.N.A. e.V. –
gefördert von der Unabhängigen
Bundesbeauftragten gegen
sexuellen Missbrauch von Kindern
und Jugendlichen.

Artikelnummer: 7S063

Redaktion: Stefan Frohloff

Gestaltung: Wigwam eG

Kontakt: kampagne@nicht-wegschieben.de

Stand: September 2025