Überblick in Leichter Sprache

Schieb den Gedanken nicht weg!

Wie Sie Kinder und Jugendliche vor sexueller Gewalt schützen können

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Unabhängige Beauftragte für Fragen des sexuellen Kindesmissbrauchs

Inhalt

1. Was ist sexuelle Gewalt? 3
2. Wie erkenne ich sexuelle Gewalt an Kindern? 5
3. Ich mache mir Sorgen. Wie spreche ich mit dem Kind? 6
4. Wie gehen die Täter*innen vor? 9
5. Ich habe einen Verdacht. Was mache ich? 13
6. Wie kann ich Kinder vor sexueller Gewalt schützen? 17
7. Kostenfreie Hilfe-Angebote 19

Hinweis:

Kinder gelten ab dem 14. Lebens-Jahr als Jugendliche.
Wir schreiben in diesem Text immer Kinder
und meinen damit auch Jugendliche.

Wir möchten hier alle Menschen ansprechen,
unabhängig von ihrem Geschlecht.
Dafür nutzen wir auch die Sternchen-Schreibweise.
Wir schreiben zum Beispiel „Mitarbeiter*innen“.
Damit meinen wir Menschen mit einem männlichen,
weiblichen oder diversen Geschlecht.
Tatsache ist aber: Die meisten Täter*innen
von sexueller Gewalt gegen Kinder sind männlich.

1. Was ist sexuelle Gewalt?

Sexuelle Gewalt bedeutet:
Eine Person verletzt absichtlich die körperlichen und sexuellen Grenzen einer anderen Person.
Sexuelle Gewalt nennt man auch **sexuellen Missbrauch** oder **sexualisierte Gewalt**.

Sexuelle Gewalt ist oft nicht klar erkennbar, zum Beispiel in diesen Fällen:

- Eine Person macht mehrdeutige Bemerkungen oder schickt Text-Nachrichten.
- Eine Person starrt auf den Po oder die Brust einer anderen Person.
- Eine Person macht sexualisierte Gesten oder Geräusche, zum Beispiel Kuss-Geräusche.

Das sind eindeutige Beispiele für sexuelle Gewalt:

- Ein Erwachsener fasst ein Kind am Geschlecht an.
- Ein Kind muss das Geschlecht eines Erwachsenen anfassen.
- Ein Erwachsener hat Sex mit einem Kind.
- Ein Kind muss anschauen, wie Erwachsene Sex haben.
- Ein Erwachsener macht Nackt-Fotos von einem Kind.
- Ein Kind muss Porno-Videos anschauen.

Manche Täter*innen glauben:
Das Kind ist damit einverstanden.
Aber das ist falsch!
Sexuelle Handlungen mit und an Kindern
sind immer sexuelle Gewalt!
Sie sind ein Angriff auf das Grund-Vertrauen,
auf die Seele und den Körper von Kindern.

Die Opfer von sexueller Gewalt leiden oft lebenslang
an den Folgen dieser schrecklichen Erfahrungen.
Aber ein Kind hat gute Chancen,
diese Erfahrungen zu verarbeiten.
Dafür sind diese Dinge wichtig:
Hören Sie dem Kind zu, glauben Sie dem Kind
und dann handeln Sie!

2. Wie erkenne ich sexuelle Gewalt an Kindern?

Kinder reagieren sehr unterschiedlich,
wenn sie sexuelle Gewalt erlebt haben.
Deshalb ist es schwer, sexuelle Gewalt zu erkennen.
Erwachsene sollten aufmerksam sein,
wenn sich ein Kind plötzlich anders verhält.

Manche betroffene Kinder ...

- werden sehr ängstlich und ziehen sich zurück.
- wollen immer alles richtig machen und nicht auffallen.
- können sich nicht mehr konzentrieren
  und bekommen Probleme in der Schule.
- beleidigen und verletzen andere Menschen.
- entwickeln ein sexualisiertes Verhalten.
- bekommen Kopf- oder Bauch-Schmerzen,
  Haut-Erkrankungen oder Schlaf-Störungen.
- verletzen sich selbst.
- essen zu wenig oder zu viel.
- nehmen Drogen, trinken Alkohol
  oder entwickeln andere Süchte.

3. Ich mache mir Sorgen. Wie spreche ich mit dem Kind?

Zeigen Sie dem Kind: Du bist wichtig für mich!
Seien Sie einfühlsam und geben Sie nicht auf.

Es reicht nicht zu sagen:

Ich merke, dass es dir nicht gut geht.
Wenn was ist, kannst du jederzeit kommen.

Sprechen Sie das Kind direkt und mehrmals an:

Ich mache mir ein bisschen Sorgen.
Magst du mir mal erzählen, wie es dir geht?
Ich merke, dass dich etwas belastet.
Du sollst wissen, dass mir das nicht egal ist.

Machen Sie deutlich:

Ich bin für dich da und ich kann dir
auch bei schwierigen Themen helfen.
Du kannst mir vertrauen.
Ich weiß noch nicht, worum es geht.
Deshalb kann ich dir nicht versprechen,
dass ich niemandem etwas sage.
Aber ich verspreche dir:
Ich werde nichts hinter deinem Rücken tun.

Stellen Sie möglichst **keine geschlossenen Fragen** wie:

Hat die Person dir weh getan?

Darauf kann man nur mit Ja oder Nein antworten.
Häufig antworten Kinder aber mal so und mal so.
Das kann Sie als helfende Person durcheinanderbringen.

Stellen Sie dem Kind **besser offene Fragen** wie:

Wie geht es dir?
Was habt ihr zusammen gemacht?
Wer war die Person?
Wie sah die Person aus?
Was ist dann passiert?

Auf eine offene Frage kann das Kind
mit eigenen Worten von der Situation erzählen.
Das machen Kinder viel lieber.

Diese 3 Regeln sind wichtig für Gespräche:

1. Drängen Sie das Kind nicht zum Reden.
2. Hören Sie dem Kind ohne Vorurteile zu.
3. Wenn Sie Angst vor der Wahrheit haben,
   dann suchen Sie sich Unterstützung von Fachleuten.
   Sprechen Sie erst danach mit dem Kind.

Lisa Fahrig,
Mitglied im Betroffenen-Rat:

„In meinem Leben gab es so viele Momente,
in denen klar war:
Mit mir stimmt etwas nicht.

Ich hätte mir gewünscht,
dass die Menschen aus meinem Umfeld
mich einfach mal fragen:
Wie geht es dir?
Ist zu Hause alles in Ordnung?“

4. Wie gehen die Täter*innen vor?

Sexuelle Gewalt passiert nicht aus Versehen.
Die Täter*innen planen sexuelle Gewalt.
Fachleute nennen das „Täter*innen-Strategie“.

*Täter*innen machen den Kindern Komplimente.*

Machen Sie Ihrem Kind immer klar:
Dein Körper ist gut, so wie er ist.
Je wohler sich ein Kind im eigenen Körper fühlt,
desto weniger wirken die Komplimente von Täter*innen.
Beleidigungen über den Körper von anderen
sollten in der Familie nicht vorkommen,
auch nicht unter Geschwistern.

*Täter*innen suchen Kinder, die Gewalt kennen.*

Körperliche und psychische Gewalt sind verboten
und kein Mittel der Erziehung.
Gewalt-Erfahrungen erhöhen die Notlage von Kindern.
Die Täter*innen nutzen diese Notlage aus.
Sie geben den Kindern das Gefühl:
Ich kümmere mich um dich.
Bei mir bist du sicher.

*Manche Täter*innen fotografieren oder filmen Kinder bei der Tat.*

Fotografieren und filmen Sie andere Menschen nur, wenn diese Menschen damit einverstanden sind. Das gilt auch für Fotos im Familien-Kreis. Drängen Sie ein „kamerascheues“ Kind nicht.

*Täter*innen nutzen es aus, wenn Kinder wenig über Sexualität wissen.*

Sprechen Sie mit Ihrem Kind über Sexualität. Dabei sollten Sie grundsätzlich das Alter und die Entwicklung des Kindes beachten.

*Sehr viele Täter*innen erklären die Tat zu einem gemeinsamen Geheimnis.*

Vermitteln Sie Ihrem Kind schon früh:
Es gibt „gute“ und „schlechte“ Geheimnisse.
Wenn man an ein „gutes“ Geheimnis denkt,
dann hat man schöne, angenehme Gefühle.
Bei „schlechten“ Geheimnissen ist das anders.
Sie sind nicht angenehm und belasten.
Man will „schlechte“ Geheimnisse am liebsten vergessen.

Erlauben Sie Ihrem Kind,
über „schlechte“ Geheimnisse zu sprechen.
Sagen Sie: Das ist kein Petzen und kein Verrat.

*Täter*innen machen den Kindern Schuld-Gefühle.*

Bedenken Sie als Eltern:
Viele Täter*innen bringen ihre Opfer dazu,
verbotene Dinge zu tun.
So bekommen die Kinder Schuld-Gefühle.

Machen Sie Ihrem Kind klar:
Wenn sexuelle Gewalt passiert,
dann sind immer die Täter*innen verantwortlich.
Kinder sind nie schuld, auch wenn sie
vorher etwas Verbotenes getan haben.

5. Ich habe einen Verdacht. Was mache ich?

Soll ich die verdächtigte Person ansprechen?

Sprechen Sie die Person nicht sofort auf den Verdacht an.
Das ist ein häufiger Fehler und kann gefährlich sein.

Die verdächtigte Person könnte dann ...

- das Kind noch stärker unter Druck setzen,
  damit es schweigt oder behauptet:
  Ich habe mir das alles nur ausgedacht.
- gewarnt sein und Beweise verschwinden lassen,
  zum Beispiel Fotos oder Videos von der Tat.

Zurückhaltung fällt besonders schwer,
wenn man die verdächtigte Person gut kennt.
Vielleicht handelt es sich um ein Familien-Mitglied
oder sogar den eigenen Partner.
Diesen Menschen vertraut man eigentlich.
Man hofft also auf eine glaubhafte Erklärung,
einen Beweis, dass der Verdacht falsch ist.

Aber meistens streiten die Täter*innen alles ab.
Sie reagieren empört, verletzt und wütend.
Wenn Täter*innen zur Rede gestellt werden,
dann führt das selten zum Geständnis
und verhindert auch nicht weitere Taten.

Muss ich die Polizei informieren und die verdächtigte Person anzeigen?

Nein, es gibt in Deutschland keine Anzeige-Pflicht bei einem Verdacht auf sexuelle Gewalt.
Aber Sie sollten über eine Anzeige nachdenken, denn es könnten weitere Kinder betroffen sein.

Am besten sprechen Sie zuerst mit Fachleuten in Beratungs-Stellen oder Anwalts-Kanzleien.
Die haben viel Erfahrung und wissen, was Sie als Nächstes tun sollten.

**Sind Gesundheit oder Leben eines Kindes in Gefahr?
Dann informieren Sie bitte die Polizei.**

Telefon: 110

Pia Witthöft,
Leiterin der Mut-Stelle in Berlin:

„In einer Krise hilft ein Rat von außen, zum Beispiel von einer Beratungs-Stelle. Wir schauen uns alles unabhängig an und helfen dabei, die Situation einzuschätzen.“

Tanja von Bodelschwingh,
Beraterin beim Hilfe-Telefon Sexueller Missbrauch:

„Bei diesem persönlichen Thema braucht es immer Mut. Aber ich bin überzeugt, dass Anrufen hilft. Der Anruf ist ein erster Schritt. Und das allein macht alle weiteren Schritte oft sehr viel leichter.“

Wo finde ich Unterstützung?

Handeln Sie nicht allein.
Suchen Sie sich fachliche Unterstützung,
am besten bei einer Beratungs-Stelle für sexuelle Gewalt.
Die Mitarbeiter*innen kennen sich sehr gut aus
und begleiten Sie bei allen weiteren Handlungen.
Die Beratung erfolgt auf Wunsch vertraulich
und anonym, also ohne Namen.

Eine Übersicht der **Beratungs-Stellen** finden Sie unter

www.hilfe-portal-missbrauch.de/hilfe-finden

Es gibt 2 neue Videos als Einstieg zum Thema
„Sexuelle Gewalt gegen Kinder und Jugendliche“.
Das erste Video richtet sich an alle Menschen,
die mit Kindern zu tun haben.
In dem zweiten Video geht es um den Schul-Alltag
und den richtigen Umgang mit Verdachts-Fällen.
Die Videos sind auch für Schulungen gut geeignet.

Hier können Sie die Videos anschauen:

Was können Eltern
und Erwachsene tun?

Was können
Fachkräfte tun?

6. Wie kann ich Kinder vor sexueller Gewalt schützen?

Sexuelle Gewalt findet überall statt, wo Kinder sind,
zum Beispiel in Schulen, Kitas, Sport-Vereinen,
Kinder-Wohngruppen, Projekten der Behinderten-Hilfe,
Kirchen-Gemeinden, auf Ferien-Freizeiten,
in der Nachhilfe und in digitalen Chat-Gruppen.

Sie als Eltern können dafür sorgen,
dass diese Orte für Kinder sicherer werden.
Fragen Sie vor Ort nach einem Schutz-Konzept.
Das müssen alle Einrichtungen haben,
die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten.

In einem Schutz-Konzept steht:

- Wie schützen wir die Kinder vor sexueller Gewalt?
- Wie unterstützen wir Kinder mit Problemen?
- Was tun wir bei einem Verdachts-Fall?

Schutz-Konzepte können sexuelle Gewalt verhindern.
Jedenfalls machen sie es für die Täter*innen schwerer.

Sie können auch diese Fragen stellen:

- Wie werden die Grenzen von Kindern respektiert?
  Gibt es dazu Verhaltens-Regeln?
- Werden die Mitarbeiter*innen regelmäßig
  zum Thema „Sexuelle Gewalt“ geschult?
- Gibt es Vorsorge-Projekte für die Kinder?
  Wem können sich die Kinder anvertrauen?
- Gibt es Eltern-Abende zum Thema „Sexuelle Gewalt“
  und zu Vorsorge-Möglichkeiten?
- Gibt es einen Notfall-Plan für die Mitarbeiter*innen?
- Hat die Einrichtung Kontakt mit einer Beratungs-Stelle?
- Gibt es Regeln für Chat-Gruppen der Einrichtung?

Die Mitarbeiter*innen der Einrichtung müssen merken,
wie wichtig Ihnen der Schutz der Kinder ist.
Dafür müssen möglichst viele Eltern danach fragen.
Es geht nicht um allgemeines Misstrauen.
Aber blindes Vertrauen nützt nur den Täter*innen.

Auf den ersten Blick kann man schwer erkennen:
Ist es hier sicher? Sind die Menschen hier anständig?
Aber manchmal hat man ein komisches Gefühl.
Dann sollten Sie sich fragen:
Was stört mich hier? Was müsste anders sein?

Schieben Sie den Gedanken nicht weg!

7. Kostenfreie Hilfe-Angebote

Hilfe-Portal Sexueller Missbrauch

Das Hilfe-Portal Sexueller Missbrauch
informiert Betroffene, Angehörige, Fachkräfte
und alle, die sich Sorgen machen.

Hilfe und Beratung vor Ort finden Sie unter

www.hilfe-portal-missbrauch.de/leichtesprache

Hilfe-Telefon Sexueller Missbrauch

Sie machen sich Sorgen um ein Kind,
haben einen Verdacht oder sind selbst betroffen?
Dann rufen Sie das Hilfe-Telefon an.
Die Beratung ist vertraulich und kostenfrei.

Das ist die Nummer: 0800 22 55 530
Montag, Mittwoch und Freitag von 9:00 bis 14:00 Uhr
Dienstag und Donnerstag von 15:00 bis 20:00 Uhr

Das Hilfe-Telefon berät Sie auch online unter

www.hilfe-telefon-missbrauch.online

Impressum

„Nicht wegschieben!“ ist eine Kampagne von

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Unabhängige Beauftragte für Fragen des sexuellen Kindesmissbrauchs

Artikelnummer: 7BR40
Gestaltung: Wigwam eG
Fotos: Barbara Dietl
Text: capito Berlin
5 Personen mit Lernschwierigkeiten haben das Heft auf Verständlichkeit geprüft.

Kampagnenbüro
Email: kampagne@nicht-wegschieben.de

Stand: April 2024, 2. Auflage

Das Hilfe-Portal Sexueller Missbrauch
ist ein Angebot der Unabhängigen Beauftragten für Fragen des sexuellen Kindesmissbrauchs (UBSKM).

Das Hilfe-Telefon Sexueller Missbrauch
ist ein Angebot von N.I.N.A. e. V. – gefördert von der Unabhängigen Beauftragten für Fragen des sexuellen Kindesmissbrauchs.