

Was können wir gegen sexuellen Missbrauch an Kindern und Jugendlichen tun?

Kinder und Jugendliche stärken. Das ist der beste Schutz.

Kinder und Jugendliche,
die sich frei, sicher und stark fühlen
sind nicht so oft von sexuellem Missbrauch betroffen.
Wenn es zu einem Übergriff kommt,
holen sie schneller Hilfe.

Deshalb ist es wichtig,
Kinder und Jugendliche respektvoll zu behandeln.
Erwachsene sollten ihnen Geborgenheit geben.
Und offen für ihre Gedanken und Gefühle sein.
Damit stärken Sie Kinder und Jugendliche
und können sie besser schützen.

Das wichtigste ist:

Das Selbst-Bewusstsein von Kindern und Jugendlichen stärken.

Meistens werden Kinder und Jugendliche
in der Familie oder von Bekannten sexuell missbraucht.

Für Betroffene ist das sehr verwirrend.

Vielleicht haben sie der Person vertraut
und sie gern gehabt.

Dann müssen sie plötzlich erkennen,
dass diese Person sie ausgenutzt und verletzt hat.

Die Verantwortung
Kinder und Jugendliche zu schützen haben die Erwachsenen.
Und diese brauchen gute Informationen.

Gute Informationen für Erwachsene

Erwachsene sollten sich über
sexuellen Kindesmissbrauch informieren.
Sie sollten wissen,
wie man Kinder und Jugendliche schützen kann.

Erwachsene sollten ganz genau hinschauen und hinhören,
wie in der Gesellschaft gesprochen und was getan wird.
Sie können Vor-Bild sein.

Erwachsene sollten sich einmischen, wenn:
Jemand ausgelacht wird.
Jemand schlecht behandelt wird.
Jemand sagt: Du kannst das nicht.

Es ist wichtig, dass Kinder und Jugendliche wissen:

- ★ Ich bestimme über meinen Körper selber.
Das ist mein Recht.
- ★ Ich bestimme über meine Sexualität selber.
Das ist mein Recht.
- ★ Ich sage was mir nicht passt.
Und ich werde dabei ernst genommen.

Was hilft gegen sexuellen Missbrauch?

Gefühle erkennen und ihnen vertrauen

Es ist wichtig, dass ich meinen Gefühlen vertraue.

Das hilft mir.

Das macht mich sicher.

Vor allem in Beziehungen mit anderen Menschen.

Erwachsen-werden heißt:

Ich kenne meine Gefühle.

Ich spreche über meine Gefühle.

Ich weiß,

dass Gefühle sehr verschieden sein können.

Und immer wieder anders.

Es ist wichtig

die Gefühle von anderen Menschen

zu erkennen und zu respektieren.

Angenehme und unangenehme Berührungen erkennen

Kinder und Jugendliche haben das Recht
zu entscheiden:

- ★ Wie möchte ich berührt werden.
- ★ Wann möchte ich berührt werden.
- ★ Wo möchte ich berührt werden.
- ★ Von wem möchte ich berührt werden.

Jeder Körper ist einzigartig,
wertvoll und soll geschützt werden.

Erwachsene müssen Kinder und Jugendliche fragen,
bevor sie sie berühren.

Das ist die Verantwortung der Erwachsenen.

Berührung ist nicht selbstverständlich.

Es gibt viele verschiedene Berührungen.

Kinder und Jugendliche erkennen sehr gut,
wenn eine Berührung angenehm oder
unangenehm ist.

Sie erkennen, wenn sich eine Berührung komisch anfühlt.

Es ist wichtig Kinder und Jugendliche
in der Wahrnehmung der eigenen Gefühle zu stärken.

Denn bei sexuellem Missbrauch
geht es genau um diese komischen Gefühle.

Sexuelle Bildung

Zu sexueller Bildung sagen wir auch Sexual-Erziehung.

Sexual-Erziehung ist in jedem Alter wichtig.

Kinder und Jugendliche sollen

für alle Körper-Teile und Geschlechts-Teile einen Namen haben.

Damit sie darüber sprechen können.

Ihre Fragen müssen ernst genommen werden.

Und die Antworten müssen richtig sein.

Dann können sie Sexualität schön und zärtlich erleben.

Schöne und unangenehme Geheimnisse erkennen

Schöne Geheimnisse machen Spaß.

Zum Beispiel:

Ich bastle mit meiner Schwester ein Geschenk für meine Oma.

Wir verraten meiner Oma nicht, was es ist.

Unangenehme Geheimnisse bedrücken mich.

Sie machen Angst.

Zum Beispiel:

Mein Freund stiehlt im Supermarkt Schokolade.

Er droht mir:

Wenn Du mich verrätst,

sage ich, dass Du auch dabei warst.

Wenn Geheimnisse Angst machen,

weil man bedroht wird sind es keine Geheimnisse.

Dann sind es Erpressungen.

Es ist kein Petzen oder Tratschen,

wenn ich darüber sprechen will.

Nein sagen üben

Alle Menschen haben das Recht „Nein“ zu sagen.

Dieses „Nein“ muss ernst genommen werden.

Erwachsene sind hier Vorbild.

Hilfe holen

Hilfe holen ist mutig.

Ich kann mir aussuchen von wem ich mir Hilfe hole.

Erwachsene müssen damit umgehen können,

wenn sich Kinder und Jugendliche von einem
anderen Erwachsenen Hilfe holen.

Nicht alle Erwachsenen glauben mir.

Aber ich kann immer zu einem anderen Erwachsenen gehen.

Eine Person wird darunter sein, die mir glaubt.

Schuld erkennen

Bei sexuellem Missbrauch haben nur die Täter*innen Schuld.

Kinder fühlen sich aber sehr oft schuldig.

Zum Beispiel:

- ★ Wenn Erwachsene miteinander streiten.
- ★ Wenn Erwachsene ungerecht sind.
- ★ Wenn es ein unangenehmes Geheimnis gibt.
- ★ Wenn etwas Komisches in der Luft liegt.
- ★ Wenn etwas belastend ist.

Erwachsene sollen deutlich machen:

Es ist nicht deine Schuld, dass die Situation komisch ist.

Es ist nicht deine Schuld,

wenn dich jemand berührt und du magst das nicht.

Oder wenn du verwirrt bist.

Es ist nicht deine Schuld, wenn jemand was Komisches zu dir sagt.

Ich bin so, wie ich bin.

Kinder und Jugendliche lernen

wie sie zu sein haben.

Das lernen sie von:

Erwachsenen, Medien, der Sprache und von Bildern.

Zum Beispiel lernen sie:

Es gibt Farben nur für Mädchen.

Es gibt Farben nur für Buben.

Es gibt Spielsachen nur für Mädchen.

Es gibt Spielsachen nur für Buben.

Dazu sagen wir auch: Rollen-Zuschreibungen.

Die Gesellschaft sagt uns,

wie wir als Frauen und Männer sein sollen.

Aber jeder Mensch kann so sein wie er will

und wie er ist.

Egal, ob er Frau oder Mann oder was anderes ist.

Es ist wichtig

Kinder und Jugendliche alle Gefühle und Möglichkeiten erleben
zu lassen.

Manche Kinder und Jugendlichen werden von
anderen ausgelacht und ausgestoßen.

Weil sie nicht als „normal“ gesehen werden.

Zum Beispiel

ein Jugendlicher der gerne Klassische Musik hört.

Er wird von den anderen ausgelacht,

weil sie glauben, er ist nicht cool genug.

Erwachsenen müssen diesen Kinder und Jugendlichen helfen.

Damit sie ihren eigenen Weg

weiter gehen können.