

Seite 2 Sechs Mutmacher

Seite 3 Das missbrauchte Vertrauen

Seite 4 Stumme Hilferufe  
Das schreckliche Geheimnis

Seite 5 Ich Sorge dafür,  
dass es aufhört!

Seite 6/7 Doch nicht bei uns!  
Bitte keine Angst machen!  
Klapperstorch ade!

Seite 8 Nur nicht auf eigene Faust!

### Liebe Eltern,

der sexuelle Missbrauch von Kindern ist mehr als eine schmerzende Wunde unserer Gesellschaft und auch der Kirche. Wir Erwachsene müssen uns ganz entschieden schützend vor die Kinder stellen, um sie vor den tiefen und lange nachwirkenden Verletzungen zu bewahren, die diese bestürzende Form von Gewalt ihnen zufügt.

Wahrscheinlich haben Sie sich angesichts der wiederholten Nachrichten über sexuelle Übergriffe gegen Kinder schon oft gefragt:

- › Wie können wir verhindern, dass unseren Kindern sexualisierte Gewalt widerfährt?
- › Woran können wir erkennen, ob unser Kind von einem Täter bedroht oder bedrängt wird?
- › Wie könnten wir dann reagieren?
- › Wo finden wir Hilfe?

Sachliche Information und Orientierung kann hier ein Stück Klarheit und Sicherheit im Handeln schaffen. Vor allem aber geht es um eine gute und liebevolle Erziehung, die danach fragt, was Kinder brauchen, und sie stark macht; das kann einen unschätzbaren Beitrag zur Vorsorge gegen sexualisierte Gewalt und sexuellen Missbrauch leisten. Verlässliche Eltern-Kind-Beziehungen und Offenheit im Gespräch – auch über Fragen der Sexualität – sind die beste Grundlage dafür. Dazu will unser Elternbrief Sie ermutigen.

Ihr



Dr. Stephan Ackermann  
Bischof von Trier



WaCH/photocase.com

### Mit Respekt und Zärtlichkeit

Eine liebevolle Erziehung hilft auch, vor sexuellem Missbrauch zu schützen

Kann das auch meinem Kind passieren? Diese Angst spüren alle Eltern, wenn wieder einmal ein Fall von sexuellem Missbrauch Schlagzeilen macht. Zumal Mütter und Väter eigentlich schon wissen: Gegen rücksichtslose Erwachsene haben auch die stärksten, selbstbewusstesten Fünf- oder Achtjährigen keine Chance. Ja, das kann jedem Kind passieren.

Andererseits wissen Kriminalpolizisten, Sozialpädagogen und andere Fachleute: Die Wahrscheinlichkeit, dass Mädchen und Jungen solchen Verbrechen zum Opfer fallen, steigt und sinkt mit ganz bestimmten Eigenschaften und Fähigkeiten der Kinder.

Darum geht's:

#### Zuwendung und Zärtlichkeit

Kinder, die bei ihren Müttern und Vätern genügend Aufmerksamkeit, Anerkennung und Zärtlichkeit bekommen, sind weniger anfällig für zweifelhafte „Angebote“ von anderen. Die abendliche Kuschel- oder Vorlesezeit und andere Rituale, die Kinder lieben,

sind also nicht nur schön fürs Gefühl, sie schützen Kinder auch!

Dazu gehört auch, dass Kinder ihrer sexuellen Neugier im geschützten Rahmen der Familie nachgehen und mit den Eltern darüber reden können (mehr dazu auf S. 7).

#### Respekt

Kinder lieben es, in den Arm genommen und gestreichelt zu werden, aber nicht immer und nicht von jedem. Manchmal verziehen sie ihr Gesicht, drehen sich weg und/oder machen den Rücken steif. Das sind klare Signale: Nein, jetzt will ich nicht geknuddelt werden.

Verwandte und Bekannte, aber auch die Eltern selbst nehmen das manchmal nicht ernst: Sie wollen dem Kleinen doch nichts Böses! Aber zum Schmusen gehören zwei, die sich einig sind. Deshalb haben Kinder Anspruch auf Unterstützung, wenn sie unerwünschte Zärtlichkeit verweigern. Sie brau- ►►►

►►► chen Mütter und Väter, die – zum Beispiel – die unwillige Miene ihres Sohns übersetzen: „Ich glaube, Anton will jetzt keinen Kuss.“ Die Erfahrung, das Maß an Zärtlichkeit selbst bestimmen zu dürfen, bestärkt Kinder darin, sich von Anfang an gegen ungewollte Berührungen zu wehren.

## Vertrauen in die eigenen Gefühle

Das hat weh getan. Das spürt ein Kind genau. Und genauso, dass es satt ist. Aber warum sagt der Papa dann: „Das hat doch gar nicht weh getan!“, oder die Mama: „Du musst noch etwas essen.“?

Vorsicht, Eltern – aus solchen Sätzen könnten Kinder folgern: „Meine Gefühle sind nicht richtig. Die Erwachsenen wissen besser, was gut für mich ist.“ Auf die Dauer verlieren sie dadurch das Vertrauen in die eigenen Gefühle und den Zugang zu ihrem wichtigsten Selbstschutz: ihrer inneren Stimme. Umso leichter könnten andere ihnen einreden, etwas schön zu finden, was ihnen eigentlich doch Angst macht ...

## Selbstsicherheit

Zugegeben: Kinder, die sich ohne große Widerworte schnell anpassen, sind für ihre Eltern oft bequem. Aber die lauten, eigenwilligen, die sich ihrer Bedürfnisse sicher sind, können sich „draußen“ besser behaupten. Das können Kinder im Alltag bei vielen Gelegenheiten trainieren: wenn sie entscheiden können, ob sie eine Jacke anziehen wollen, wenn sie im Restaurant die Spaghetti selbst bestellen oder den Papa an das versprochene Spiel erinnern, während er zeitvergehend mit dem Nachbarn redet. Väter und Mütter, die das wohlwollend akzeptieren, fördern damit die Fähigkeit ihrer Kinder, ihre Wünsche und Rechte auch Erwachsenen gegenüber selbstbewusst zu vertreten.

Dazu gehört auch, dem Nachwuchs nicht nur scheinbar Entscheidungsfreiheit zuzubilligen – und zum Beispiel nicht zu schimpfen, wenn er die Frage „Magst du den Tisch decken?“ mit einem klaren „Nein!“ abschmettert. (Ein einfaches „Deck' bitte den Tisch!“ hätte klar ausgedrückt, was Mutter oder Vater erwartet.)

## Selbstständigkeit

Eltern können ihre Kinder nicht rund um die Uhr beaufsichtigen. Jedes Kind muss lernen, auf sich selbst aufzupassen und heikle Situationen zu meistern. Gut deshalb, wenn sie das Streben der Kleinen nach Selbstständigkeit und eigenen Erfahrungen fördern und sie allein zum Bäcker oder auf den Spielplatz gehen lassen, sofern die Umstände das zulassen. Klare Absprachen können diese Selbstständigkeit unterstützen: Die Eltern müssen jederzeit wissen, wo ihr Kind ist, seine Spielgefährten und deren Eltern kennen und sich darauf verlassen können, dass es zur vereinbarten Zeit nach Hause kommt. Und die Kinder müssen ihrerseits wissen, wie sie Vater oder Mutter erreichen können, wie sie sich in schwierigen Situationen am besten verhalten und wen sie notfalls um Hilfe bitten können.



T. Windecker/photocase.com

## Sechs Mutmacher

Sätze, die Mütter und Väter ihrem Kind vermitteln und vorleben müssen.

### Du hast ein Recht, Nein zu sagen!

Niemand darf dich anfassen, wenn du das nicht willst. Du allein bestimmst, wer dich streicheln oder küssen darf! Gegen unangenehme Berührungen und Blicke, egal von wem, darfst du dich wehren. Trau dich, ganz laut „Nein, das will ich nicht!“ zu sagen, wenn dich jemand gegen deinen Willen anfassen oder zu etwas überreden will, das dir unangenehm ist.

### Vertrau' deinem Gefühl!

Du kannst dich auf deine Gefühle verlassen. Lass' dir von niemandem einreden, dass etwas „schön“ oder „gut“ ist, wenn du dich dabei schlecht fühlst.

### Unheimliche Geheimnisse darfst du weitererzählen!

Geheimnisse sollen Freude machen, wie eine Geburtstagsüberraschung. Geheimnisse, die dir Angst machen, erzählst du besser weiter, auch wenn

du versprochen hast, sie für dich zu behalten.

### Du hast ein Recht auf Hilfe!

Hole Hilfe, wenn du das brauchst; das kann dir niemand verbieten. Und wenn der, dem du dich anvertraust, dir nicht glaubt, dann suche einen anderen, bei dem du dich verstanden fühlst. Hilfe holen ist kein Petzen!

### Keiner darf dir Angst machen!

Lass dir von niemandem einreden, dass etwas Schreckliches passiert, wenn du ein schlechtes Geheimnis verrätst oder Hilfe holst. Wer so etwas sagt, will nur selbst etwas verbergen.

### Du bist nicht schuld!

Wenn Erwachsene oder ältere Kinder etwas mit dir angestellt haben, ist das nicht deine Schuld. Auch nicht, wenn sie dir dafür etwas geschenkt haben. Verantwortlich sind immer die Großen! ■

## Eine offene Gesprächskultur

Was und wie viel Kinder ihrer Mutter oder ihrem Vater erzählen, hängt entscheidend von deren Reaktionen ab: Hören sie erst einmal zu? Fragen sie bei Unklarheiten nach? Versuchen sie, sich in die Welt der Kinder hineinzusetzen und sie zu verstehen? Überlegen sie mit ihnen gemeinsam, was zu tun ist? Oder haben sie sofort ein fertiges Urteil zur Hand und schimpfen sogar, wenn ihr Kind sich ungeschickt oder „falsch“ verhalten hat?

Je nachdem fällt es Kindern leichter oder schwerer, von bedrückenden oder „komischen“ Erlebnissen zu erzählen, die sie mit anderen gemacht haben. ■



## Das missbrauchte Vertrauen

Daten und Fakten: Was Eltern zum Thema „Sexueller Missbrauch“ wissen müssen



Millemium Images/LOOK-foto

### Formen und Verbreitung

Für viele Kinder gehört sexueller Missbrauch leider zu ihrem Lebensalltag: Mädchen wie Jungen sind davon betroffen.

Beim sexuellen Missbrauch nutzen Erwachsene oder ältere Jugendliche ihre körperliche und geistige Überlegenheit gegenüber Kindern aus. Sie missbrauchen die Liebe, die Abhängigkeit, das Vertrauen von Kindern, um ihre sexuellen Wünsche und ihre Macht-Bedürfnisse zu befriedigen. Verbreitete Formen sexueller Gewalt sind zum Beispiel lüsterne Worte und Berührungen, sexuelle Handlungen an Kindern oder vor Kindern, die Nötigung von Kindern, sexuelle Handlungen an sich oder anderen vorzunehmen.

Für die Kinder haben sexuelle Übergriffe schwerwiegende Folgen für Körper und Seele; sie gehören zu den schlimmsten Formen von Kindesmisshandlung. Je nach Sachverhalt schreibt das Gesetz als Strafmaß eine Haft bis zu zehn Jahren vor.

### Kein Missbrauch aus Versehen!

Elterliche Zärtlichkeit hat mit sexuellem Missbrauch nichts zu tun. Mit den eigenen Kindern zu kuscheln, macht Freude und ist für die Entwicklung der Kinder und für die Beziehung zwischen Eltern und Kindern unverzichtbar – vorausgesetzt, die Väter und Mütter achten darauf, dass ihre Kinder auch „Nein“ sagen dürfen, und respektieren die Grenzen, die sie von sich aus setzen.

Niemand kann ein Kind aus Versehen missbrauchen! Erwachsene (und Kinder) spüren den Unterschied zwischen Zärtlichkeit und sexuellem Missbrauch deutlich. Sexueller Missbrauch beginnt, wo Erwachsene Zärtlichkeit zur Anregung oder Befriedigung ihrer sexuellen Bedürfnisse benutzen, wo sie versuchen, Kinder zu Zärtlichkeiten zu überreden oder zu nötigen, wo sie Geheimhaltung fordern und wo umgekehrt die Kinder sich nicht mehr wohl und geborgen, sondern bedrängt und benutzt fühlen.

### Die Opfer

Sexuelle Gewalt erleiden überwiegend Mädchen (75 Prozent), aber auch Jungen. Die meisten sind etwa zwischen sechs und 13 Jahren alt, manche auch noch deutlich jünger. Besonders gefährdet sind Kinder,

- › die wenig elterliche Aufmerksamkeit, Zuneigung und Zärtlichkeit erfahren,
- › die wenig Selbstbewusstsein haben und nicht gewohnt sind, ihre eigenen Bedürfnisse gegenüber Erwachsenen zu vertreten,
- › die große Angst vor Strafen haben oder davor, ihren Eltern Kummer zu machen,
- › die wenig über körperliche und sexuelle Vorgänge wissen.

Ganz gleich, welche Ausreden die Täter auch anführen: Kinder tragen nie die Verantwortung für einen sexuellen Übergriff! Im Umgang mit Kindern ist es Sache der Erwachsenen, Verantwortung zu übernehmen, Grenzen zu ziehen und Grenzen zu wahren. Die Täter allein sind verantwortlich für ihr Tun.

Jedes Kind versucht, den sexuellen Missbrauch zu verhindern, und wehrt sich mit den Mitteln, über die es verfügt.

### Die Täter

Sexuelle Gewalt gibt es in jeder sozialen Schicht, unabhängig von kultureller Herkunft oder Bildungsstand. Der überwiegende Teil der Täter sind Männer (80 bis 90 Prozent). Dass sie Kinder missbrauchen, sieht niemand ihnen von außen an. Oft sind es Ehemänner und Väter, beruflich erfolgreich und sozial engagiert, denen niemand eine solche Tat zutrauen würde.

Auch wenn Berichte in den Medien oft diesen Eindruck erwecken: Sexueller Missbrauch durch Fremde kommt eher selten vor. Meist stammen die Täter aus dem Kreis der Menschen, die das Opfer kennt und denen es vertraut. Mal ist es ein guter Freund der Familie, ein Nachbar, der Vater der besten Freundin, mal ein naher Verwandter wie der Stiefvater, der Opa, der Onkel, der ältere Bruder oder sogar der leibliche Vater, mal ein Betreuer, dem die Eltern ihr Kind anvertrauen – ein Erzieher oder Lehrer, der Pfarrer, ein Jugendgruppenleiter, der Trainer im Sportverein. Zunehmend versuchen Täter, auch über das Internet mit Kindern in Kontakt zu treten.

### Hier finden Eltern Hilfe

- › beim Elterntelefon des Deutschen Kinderschutzbunds, **0800/1110550**,
- › beim „Hilfeportal Missbrauch“ des Unabhängigen Beauftragten der Bundesregierung: im Internet unter **www.hilfeportal-missbrauch.de** oder telefonisch unter **0800/2255530**,
- › beim örtlichen Jugendamt.

Weitere Adressen und bundesweite Hotlines stehen unter **www.elternbriefe.de**

### Täterstrategien

Sexuelle Übergriffe durch vertraute Menschen erstrecken sich sehr oft über lange Zeiträume – Monate und Jahre. Dabei handeln Täter nur ganz selten spontan. Meistens planen sie ganz bewusst und organisieren im Verlauf einer längeren Zeitspanne Gelegenheiten, um sich Mädchen oder Jungen allmählich zu nähern und ihr Vertrauen zu gewinnen. ■



## Stumme Hilferufe

Klammern, Rückzug, Depressionen: Signale, die zum Handeln herausfordern!

Kindern, die Opfer von sexuellem Missbrauch werden, lässt sich das nicht von den Augen ablesen. Außer eindeutigen Verletzungen im Intimbereich gibt es keine sicheren Anzeichen, die darauf hinweisen, sondern nur Warnsignale und versteckte Hilferufe. Oft müssen Kinder mehrere Anläufe machen, bevor ein Erwachsener ihre verschlüsselten Botschaften versteht. Der wichtigste Grundsatz für Eltern heißt deshalb: Wenn ein Kind Ihnen von sexuellen Übergriffen erzählt, glauben Sie ihm unbedingt! Hellhörig werden müssen Mütter und Väter auch, wenn ein Kind sich ohne offensichtlichen Grund nicht mehr altersgerecht entwickelt, bereits erworbene Fähigkeiten nicht mehr anwendet oder durch ein ungewöhnlich „sexualisiertes“ Verhalten auffällt.

- › wirkt verschlossen und bedrückt
- › hat Schlafstörungen, Alpträume, fürchtet sich vor der Dunkelheit
- › fürchtet sich vor einem bestimmten Ort oder einer bestimmten Person
- › zeigt durch Sprechen, Handeln oder Malen ein ungewöhnliches Interesse an sexuellen Aktivitäten

### Bei Schulkindern

- › hat Kenntnisse zur Sexualität, die seinem Alter nicht entsprechen
- › trägt mehr Kleidung als nötig
- › klagt über Kopf- oder Bauchschmerzen oder andere psychosomatische Beschwerden
- › lässt in seinen schulischen Leistungen nach
- › verliert an Selbstbewusstsein
- › scheint in einer Traumwelt zu leben

- › verhält sich aggressiv und übergriffig
- › wird in alltäglichen Situationen plötzlich von Gefühlen übermannt
- › ist auffallend wachsam und schreckhaft und reagiert schnell gereizt
- › erzählt nicht mehr unbefangen von alltäglichen Erlebnissen
- › zieht sich aus dem Kontakt zu Gleichaltrigen zurück und meidet öffentliche Veranstaltungen
- › möchte sich beim Arzt oder vor der Turnstunde nicht mehr ausziehen
- › weigert sich, in fremder Umgebung zur Toilette zu gehen

### Bei Jugendlichen

- › hat schulische Probleme und schwänzt den Unterricht
- › zieht sich zurück, schläft schlecht, wird misstrauisch und aggressiv, ist nicht mehr in der Lage, sich unbeschwert zu amüsieren
- › verliert das Interesse an seinem Äußeren und lässt sich zunehmend gehen
- › klagt ohne ersichtlichen Grund über körperliche Beschwerden und chronische Erschöpfung
- › wird depressiv, leidet unter starken Stimmungsschwankungen
- › hegt Selbstmordabsichten und/oder fügt sich selbst Verletzungen zu
- › macht Andeutungen über den sexuellen Missbrauch und interessiert sich auffallend stark für Sex, Schwangerschaft und Geschlechtskrankheiten



Um einem sexuellen Missbrauch auf die Spur zu kommen, müssen sie diese Möglichkeit überhaupt erst in Betracht ziehen – deshalb bleiben „gute Bekannte“ als Täter so oft so lange unentdeckt.

Auch wenn die folgenden Indizien also keine eindeutigen Hinweise auf einen sexuellen Missbrauch sind und möglicherweise ganz andere Probleme dahinterstecken: Auf jeden Fall sind sie eine Aufforderung, sich verstärkt um das Kind zu kümmern.

### Bei Vorschulkindern

- › „klammert“, ist ungewöhnlich anhänglich, unterbricht und beansprucht die Eltern ständig
- › zeigt babyhaftes Verhalten, das es eigentlich überwunden hatte – lutscht am Daumen, nässt ein ...
- › ist ängstlich, unruhig oder unterwürfig

## Das schreckliche Geheimnis

Warum es Kindern so schwer fällt, sich bei sexuellem Missbrauch anzuvertrauen

Erst ist der Täter nur ganz „normal“ nett und freundlich. Dann werden seine Berührungen unangenehmer, die Zärtlichkeiten, die das Kind anfangs mochte, aufdringlicher. Das Kind spürt, dass etwas nicht stimmt, ist bestürzt und verwirrt. Aber noch hofft es, dass das seltsame Verhalten des Erwachsenen bald aufhört. Doch stattdessen geht es immer weiter, trotz der stummen Signale von Unwillen und Abwehr, die es aussendet.

Kinder erleben einen sexuellen Missbrauch als extremes, überflutendes Ereignis, dem sie nicht ausweichen können, als eine seelische Verletzung (Trauma), die mit Angst, Erregung, Hilflosigkeit

und oft auch mit körperlichen Schmerzen verbunden ist.

Viele Mädchen und Jungen wagen nicht, sich zu wehren, weil sie den Täter lieben und ihm vertrauen oder weil sie gelernt haben, dass sie Erwachsenen gehorchen müssen... Zudem reden die Täter ihnen Schuldgefühle ein: „Du willst das doch auch. Du hast dich ja nicht gewehrt!“ So geraten Kinder immer stärker in das Gefühl, selbst etwas falsch gemacht zu haben, die Schuld für den Missbrauch zu tragen. Sie schämen sich und trauen den eigenen Gefühlen nicht mehr. Vielleicht wollen sie auch ihre Eltern nicht belasten; das machen sich gerade Täter aus der Familie oder dem engsten Freundeskreis



## Ich Sorge dafür, dass es aufhört!

Wie Mütter und Väter bei einem Verdacht auf sexuellen Missbrauch am besten reagieren

*Für Eltern ist es vermutlich ein tiefer Schock, wenn ihre Kinder von einem Erlebnis erzählen, das nach sexuellen Missbrauch aussieht. Können sie in diesem Moment überhaupt angemessen reagieren?*

**Martina Huxoll, Kinderschutzbund NRW:**

Jedenfalls ist es sehr schwer. Denn die wichtigste Regel, nämlich möglichst ruhig zu bleiben, steht in krassem Widerspruch zu ihren natürlichen Reaktionen. Trotzdem müssen Eltern es versuchen. Denn ihre Reaktion hat großen Einfluss auf die Bereitschaft der Kinder, weiterzuerzählen.

*Warum?*

Viele Kinder testen zuerst unbewusst: Kann ich mit Mama oder Papa rechnen? Sind sie die Helfer, die ich brauche? Eine sehr aufgeregte Reaktion kann bei ihnen die Befürchtung wecken, eine Lawine mit unabsehbaren Konsequenzen auszulösen; möglicherweise scheuen sie sich dann, mehr zu erzählen. Oder ein unverfänglicher Vorfall bekommt durch die Erregung der Eltern eine unangemessene Bedeutung.

*Also ruhig bleiben ...*

... das Kind erzählen lassen, auch mal nachfragen, aber nicht drängen und vorerst jede Bewertung vermeiden. Eltern müssen keine

polizeiliche Aufklärungsarbeit leisten! Wichtig ist vor allem, dass Kinder spüren: Ich kann jederzeit mit Mama und/oder Papa darüber reden. Viele bringen nicht alles gleich beim ersten Mal 'raus, sondern brauchen dafür eine gewisse Zeit und mehrere Anläufe.

*Das bedeutet auch, dass Eltern die Erzählungen der Kinder nicht anzweifeln dürfen.*

tue nichts, ohne vorher mit dir darüber zu sprechen.

*Und wie geht es weiter? Vordringlich müssen Eltern doch weitere Kontakte der Kinder zum Täter unterbinden?*

Das ist manchmal ein Problem, wenn der Täter aus dem engen familiären Umfeld kommt. Denn auf keinen Fall dürfen Eltern



JoekScott/photocase.com

Auch wenn ihnen manches unglaublich erscheint, weil es nahe Verwandte oder gute Freunde betrifft. Je jünger ein Kind ist, desto weniger sind Zweifel erlaubt.

*Sollen Eltern ihr Kind auch von sich aus ansprechen, wenn sie aus irgendeinem Grund Verdacht auf Missbrauch schöpfen?*

Nein, jedenfalls nicht direkt. Ich würde schon nachfragen, ob bei meinem Kind alles in Ordnung ist, und ihm meine Beobachtungen und Sorgen mitteilen. Aber ich würde die Schublade „Missbrauch“ dabei nicht von mir aus aufmachen.

*Zurück zu dem Kind, das selbst zu seinen Eltern kommt: Welches Ergebnis sollte dieses erste Gespräch haben?*

Die Eltern sollten ihm versichern: Es ist gut, dass du mir das erzählt hast. Und: Ich kümmer mich darum, dass die schlimmen Erlebnisse aufhören – denn darum erzählen Kinder davon! Wie sie das konkret anstellen, wissen viele Eltern vermutlich auf Anhieb selbst nicht; dann dürfen sie den Kindern ruhig sagen, dass sie sich das noch überlegen müssen. Und für viele Mädchen und Jungen ist ganz wichtig, dass die Eltern ihnen zusichern: Ich

ihn selbst mit dem Vorwurf „Sexueller Missbrauch“ konfrontieren; solche Gespräche erfordern ein professionelles Know-how! Andernfalls könnte das dazu führen, dass der Täter das Kind verstärkt unter Druck setzt. Natürlich gilt es zu verhindern, dass der Täter noch einmal mit dem Kind allein ist. Notfalls müssen Mutter oder Vater sich selbst oder das Kind eben krankschreiben lassen, damit ständig jemand bei ihm sein kann oder es nicht mehr zur Schule gehen muss.

*Das wäre der erste Schritt. Und wie finden Eltern die weiteren?*

Oft lohnt sich zunächst ein Gespräch mit engen Vertrauten. Vielleicht ist es ja nur die eigene Fantasie, die einen harmlosen Vorfall aufbauscht? Wenn Eltern davon jedoch nicht überzeugt sind, brauchen sie die Hilfe einer Beratungsstelle, die sich mit Fällen von sexuellem Missbrauch auskennt.

*Oder die Polizei oder das Jugendamt?*

Wenn Eltern unmittelbar Gefahr für Leib und Leben ihrer oder anderer Kinder befürchten, müssen sie natürlich die Polizei informieren. Ansonsten besprechen sie das besser zunächst mit ihrer Beratungsstelle. ■

zunutze und erpressen ihre Opfer: „Du hast mich doch lieb. Wenn du etwas sagst, komme ich ins Gefängnis. Dann wird deine Mama krank vor Kummer, und du bist schuld.“

So leben die Kinder in ständiger Angst und Unsicherheit mit dem schrecklichen Geheimnis. Zumal die jüngeren oft kaum ausdrücken können, was sie erleben, und die älteren vielleicht aus Erfahrung fürchten, dass ihnen sowieso niemand glauben würde... Das Einzige, was nach draußen dringt, sind versteckte, oft unbewusste Hilferufe, die hoffentlich jemand erkennt (siehe *Stumme Hilferufe*). ■

## Doch nicht bei uns!

Anfangs wollte Susanne N. ihrer Tochter nicht glauben. Sie musste erst ihre eigene Angst überwinden

Als meine Tochter das erste Mal davon sprach, dass sie mit dem Papa nicht mehr in die Badewanne wollte, habe ich mir gar nichts weiter dabei gedacht. Das sei „immer so komisch“, sagte sie. Dabei hatten die beiden doch oft einen Heidenspaß in der Wanne, mit Kichern und Kitzeln ...

Julia war damals fünf. Ich hatte zwar durch Fernsehen und Zeitung von sexuellem Missbrauch gehört und gelesen. Aber das war nichts, was uns betraf! Natürlich hatte ich Julia davor gewarnt, mit Fremden mitzugehen, aber Missbrauch in unserer Familie – kein Gedanke! Wer denkt schon daran, dass ein geliebter und vertrauter Mensch einem Kind etwas Schreckliches antut?

Aber sie ließ nicht locker. Ein paar Tage später sagte sie: „Der Papa zieht mir die Unterhose aus. Und ich will nicht, dass er mich so komisch streichelt!“ Ich war geschockt; meine Gedanken wirbelten durcheinander. Einerseits versuchte ich den Verdacht abzuwehren: „Wer sagt mir, dass sie das nicht erfunden hat? Sie war doch immer seine Prinzessin! Sie lügt.“ Aber das mulmige Gefühl kam immer wieder hoch.

Die folgende Zeit durchlebte ich wie eine seelische Achterbahn. Ich schlief schlecht, konnte mich kaum konzentrieren. Heute weiß ich, dass ich etwas nicht wahrhaben, nicht an mich heranlassen wollte. Ich fühlte mich schockiert, verletzt und hintergangen. Ich hatte Angst, meine Ehe, unsere Familie, unsere finanzielle Grundlage zu gefährden. Ich befürchtete, etwas Falsches aus der Äußerung meiner Tochter herauszuhören und meinen Mann zu Unrecht zu beschuldigen. Mit einer unbeweisbaren Behauptung, nur weil ein Kind mal etwas dahinsagt, hätte ich schön dumm dagestanden – so dachte ich. Und wenn der Vorwurf gerechtfertigt wäre – die Leute würden mit Fingern auf uns zeigen!

Aber ich war aufmerksam geworden und bemerkte immer mehr Situationen, die mir zu denken gaben.

Ich beschloss, mich erst einmal besser zu informieren, und las im Internet, was ich dort über sexuellen Missbrauch finden konnte.

Schließlich fasste ich mir ein Herz und rief bei einer Beratungsstelle an. Die Beraterin machte mir deutlich, wie wichtig es ist, Kindern zu glauben und ihnen das auch zu signalisieren. Und mir wurde klar: Ich bin in erster Linie für den Schutz meines Kindes verantwortlich! Die Bestrafung des Täters ist zweitrangig.

für die ganze Familie ein Trauma ist. Genauso habe ich das auch erlebt. Lange Zeit konnte ich keinem Menschen mehr vertrauen, nachdem ich mich so in meinem Mann getäuscht habe. Und bis heute belastet es die Beziehung zu meiner Tochter, dass ich ihr damals nicht gleich geglaubt und sie nicht früher geschützt habe. ■



paula/photocase.com

Ich begann Julia zu glauben. Ich hörte ihr zu und erfuhr, dass der Papa sie in der Badewanne schon seit längerem „so doof“ anfassen würde. Dass er auch abends, wenn er sie ins Bett brachte, immer wieder unter der Bettdecke ihre Scheide berührte. Und dass sie sogar seinen Penis in die Hand nehmen musste.

Der weitere Weg war sehr schwer, weil damit mein Traum von der heilen Familie endgültig zerbrach. Das Wichtigste war, den Missbrauch sofort zu unterbinden. Ich trennte mich von meinem Mann und zog zunächst wieder zu meiner Mutter. In der Beratung wurde mir zunehmend klar, dass auch in unserer Beziehung etwas schief lief, dass unsere Tochter meinem Mann viel wichtiger war als ich und eine falsche Rolle in unserer Familie hatte. Eigentlich hatte ich das schon länger gespürt, konnte damals aber nicht konkret fassen, was mich beunruhigte.

Die Beraterin erklärte mir, dass sexueller Missbrauch nicht nur für das Kind, sondern

### Bitte keine Angst machen!

Kindern die Freude an Zärtlichkeit und ihre Offenheit für andere bewahren, sie aber gleichzeitig vor Menschen warnen, die ihre Sexualität rücksichtslos auf Kosten von Kindern ausleben: Diesen Balanceakt können Mütter und Väter meistern, indem sie jede Dramatisierung und Angstmacherei vermeiden. Wissen müssen Kinder aber:

- › Es gibt Menschen, die es nicht gut mit Kindern meinen und ihnen weh tun. Deshalb möchten Mama und Papa immer wissen, wo und bei wem du bist. Dass diese Menschen manchmal sexuelle Absichten verfolgen, brauchen Eltern nicht eigens zu erwähnen.



## Klapperstorch ade!

Warum eine gelungene Sexualerziehung schon bei kleinen Kindern so wichtig ist

Von Anfang an erleben Kinder Körperkontakt als wichtige Lebensenergie. Schon vor der Geburt nuckeln sie am Daumen und erleben dabei Freude am eigenen Körper. Die sinnlichen Erfahrungen beim Saugen an Mamas Brust, beim Baden, Eincremen und Kuscheln schenken ihnen Wohlbehagen und Geborgenheit und wecken Freude am Kontakt zu anderen Menschen. Die liebevolle Zuwendung der Eltern signalisiert ihnen zugleich: Dein Körper ist schön und wertvoll. Auf diesem Fundament wachsen ihre Beziehungs- und Liebesfähigkeit, ihr Selbstbewusstsein und ihre Überzeugung, akzeptiert und geliebt zu werden. Eine gelungene Sexualerziehung stärkt diese Gefühle – und hilft damit auch beim Schutz vor sexuellem Missbrauch.

Ein erstes wichtiges Signal setzen Eltern dabei mit ihrer Reaktion, wenn ihr Sohn beim Wickeln an seinem Penis zipft oder die Tochter beim Baden lustvoll ihre Scheide betastet. Mit „erwachsener“ Sexualität hat das wenig zu tun. Die Kleinen erforschen ihren Körper – wie alles andere – mit natürlicher Neugier, unbefangen und ganz auf sich selbst bezogen. Gut, wenn ihre Eltern genauso natürlich damit umgehen und ihre



pylonaudio/photocase.com

Geschlechtsteile genauso sachlich und wertschätzend benennen wie vorher die Nase oder die Finger: „Ah, du hast deine Scheide entdeckt!“ In betretenes Schweigen zu verfallen, die Hände der Kleinen von der lustvollen Beschäftigung abzulenken oder gar zu schimpfen könnte dagegen verhängnisvolle Folgen haben. Womöglich folgern Kinder daraus, dass ihre Geschlechtsteile „schmutzig“ sind, entwickeln eine übertriebene Scham und setzen die angenehmen Spiele nur noch heimlich und mit schlechtem Gewissen fort.

Und haben nicht zuletzt Hemmungen, mit der Mutter oder dem Vater offen und vertrauensvoll über Sexualität zu reden ...

Die nächsten Herausforderungen folgen, wenn Kinder sich für den Unterschied zwischen Mädchen und Jungen interessieren und ihn bei „Doktorspielen“ erforschen. Sehen alle Mädchen gleich aus? Und die Jungen? Habe ich selbst alles, was zu einem „richtigen“ Jungen oder Mädchen gehört? Das gehört zu einer natürlichen sexuellen Entwicklung; kein Grund also, die Kleinen daran zu hindern – es sei denn, dass ältere Kinder jüngere dabei ausnutzen oder zwingen oder es zu oralen Stimulationen kommt.

Ungefähr zur gleichen Zeit konfrontieren viele Kinder ihre Eltern mit der Frage: „Wo kommen eigentlich die Babys her?“ Dass Ausreden wie „dafür bist du noch zu klein“ dann ebenso wenig taugen wie das Märchen vom Klapperstorch, wissen alle Eltern. Andererseits brauchen die Kleinen fürs Erste auch keine Erklärung bis ins Detail; das würde viele überfordern. Die meisten sind schon zufrieden zu erfahren: „Babys wachsen im Bauch ihrer Mütter.“ Andere, die mehr wissen wollen, fragen von sich aus weiter: „Und wie kommen die Babys da hinein?“ Wichtig ist auf jeden Fall, dass die Eltern

- ▶ für tägliche Gesprächszeiten und eine vertraute Atmosphäre sorgen, in der Kinder sich mit ihren Fragen und Gefühlen ernst genommen fühlen,
- ▶ den Kindern signalisieren, dass jede Frage willkommen ist,



## Was Kinder über sexuellen Missbrauch wissen müssen

„Geh' nicht mit Fremden mit“, hieß das früher. Aber diese Warnung genügt nicht – weil die meisten, die sich an Kindern vergehen, in ihrer vertrauten Umgebung leben. Deshalb müssen Kinder auch wissen:

- ▶ Schmusen und Küssen sind nur schön, wenn beide das wollen. Leider gibt es Menschen, die Kinder dazu zwingen. Sie ziehen sich vor ihnen aus, wollen sie an Scheide oder Penis streicheln oder selbst von ihnen gestreichelt werden, auch wenn die Kinder das nicht wollen.

Wenn Kinder vorher liebevoll aufgeklärt wurden und positive Erfahrungen mit Körperlichkeit gemacht haben, wird diese Warnung ihre Einstellung zur Sexualität nicht beeinträchtigen. Anlass darüber

zu sprechen könnte ein konkreter Vorfall sein, vielleicht auch eine unangenehme Erfahrung beim Doktorspielen, ein Kinderbuch oder sogar „Hänsel und Gretel“.

Wissen müssen Kinder auch, was sie in solchen Situationen tun können: „Nein“ sagen, weglaufen, andere zu Hilfe rufen. Das können Eltern sogar beiläufig mit ihnen üben – bei Rollenspielen mit Spielfiguren.

Bei all dem dürfen Kinder aber nicht den Eindruck gewinnen: „Wenn trotzdem etwas passiert, habe ich etwas falsch gemacht.“ Eine hundertprozentige Sicherheit vor sexuellem Missbrauch gibt es nicht, und Schuld daran sind immer die Täter!

- ▶▶▶ > offen und ehrlich antworten,
- > eine altersgemäße, wertschätzende Sprache für die verschiedenen Körperteile, für sexuelle Handlungen und für sexuelle Gefühle finden.

Eine gute Hilfe dabei leisten Bilderbücher, die die Vorgänge rund ums Kinderkriegen sachlich und liebevoll darstellen (siehe [www.elternbriefe.de](http://www.elternbriefe.de)).

So helfen Mütter und Väter ihren Kindern, einen unbefangenen Umgang mit ihrer Sexualität zu finden, und nehmen heimtückischen „Angeboten“ zur Befriedigung ihrer sexuellen Neugier den Reiz. Außerdem finden Kinder leichter den Mut, über einen sexuellen Übergriff zu reden, wenn sie die richtigen Wörter dafür kennen und wissen: Mit Mama und Papa kann ich über alles reden. ■

## Brave Mädchen, starke Jungen?

Mädchen, die sich sanft, angepasst und hilfsbereit verhalten, Jungen, die wie Indianer keinen Schmerz kennen: Solche überholten Bilder von einem „richtigen“ Mädchen und einem „richtigen“ Jungen können Kinder gerade in schwierigen Situationen schwächen.

Mädchen, die nur ja nicht „zickig“ sein dürfen, können sich weniger gegen sexuelle Übergriffe zur Wehr setzen als andere, die dazu ermutigt werden, eigenwillig, selbstbewusst und durchsetzungsfähig zu sein. Jungen, die kämpferisch, furchtlos und stark sein sollen, erleben sich

bei einem Übergriff als ohnmächtige Versager und trauen sich oft nicht, davon zu erzählen und Hilfe zu holen – weil sie Angst, Trauer und Schmerz nicht zeigen dürfen.

Gut, wenn Kinder in ihrer Familie und ihrer Umgebung erleben: Männer und Frauen gehen gleichberechtigt und wertschätzend miteinander um. Auch Mama haut mal mit der Faust auf den Tisch und macht ihrem Ärger Luft, auch Papa erzählt mal von seinen Enttäuschungen im Alltag. Dann haben Jungen und Mädchen die Chance, sich selbstbewusst und flexibel in ihrer Geschlechterrolle zu entwickeln.

## Nur nicht auf eigene Faust!

Polizei? Jugendamt? Beratungsstellen? So finden Eltern die beste Hilfe für ihr Kind

Zuallererst geht es um den Schutz der Kinder. Deshalb erfordert der Umgang mit sexuellem Missbrauch große Behutsamkeit und Überlegung. Unnötige und/oder unsensible Befragungen oder eine verfrühte Beschuldigung des Täters, der sein Opfer dann umso mehr unter Druck setzt, könnten die Kinder zusätzlich belasten – mit dem Risiko, dass sie „zumachen“.

Experten raten Eltern deshalb eindringlich:

- > Versuchen Sie nicht, allein damit fertig zu werden!
- > Suchen Sie zunächst für sich persönlich, unabhängig von Ihrem Kind, professionelle Hilfe in einer Beratungsstelle (siehe „Hier finden Eltern Hilfe“ S. 3).

Zusammen mit der Beraterin oder dem Berater können Eltern eher ein sinnvolles weiteres Vorgehen entwickeln als aus der eigenen überschießenden Betroffenheit heraus. Die Beratung ist kostenfrei; auf Wunsch können Eltern sie auch anonym wahrnehmen. Welche Themen und Anliegen sie ins Gespräch einbringen wollen, entscheiden sie selbst; auch bei einem ungeklärten Verdacht helfen die Beraterinnen weiter.



Die Beratungsstellen unterliegen der Schweigepflicht und behandeln Vermutungen und Hinweise auf einen sexuellen Missbrauch sensibel und vertraulich; nur wenn sie eine akute Gefahr von weiteren sexuellen Übergriffen sehen, müssen die Beraterinnen und Berater dafür sorgen, dass die Kinder durch Trennung vom Täter geschützt sind. Dazu müssen sie möglicherweise das Jugendamt und/oder die Staatsanwaltschaft informieren.

Sexueller Missbrauch ist eine Straftat. Privatpersonen sind aber grundsätzlich nicht verpflichtet, sie bei der Polizei anzuzeigen. Die Polizei ihrerseits ist dagegen verpflichtet,

einem Verdacht nachzugehen, sobald sie in irgendeiner Form davon Kenntnis erhält. Für Eltern bedeutet das: Sie müssen gut abwägen, ob sie einen sexuellen Missbrauch anzeigen oder aus schwerwiegenden Gründen davon absehen wollen:

- > Wie groß wäre die seelische Belastung für mein Kind, seine traumatischen Erlebnisse im Rahmen von Ermittlungen zu schildern?
- > Oder würde es ihm vielleicht sogar bei der inneren Verarbeitung helfen, wenn das Erlebte und Erlittene in einem formellen Verfahren geklärt wird?
- > Ist eine Anzeige womöglich sinnvoll oder sogar das einzige Mittel, mein Kind oder andere vor weiteren Übergriffen zu schützen?

Auch bei diesen Abwägungen hilft die Erfahrung von Fachkräften Eltern, die beste Entscheidung für ihre Kinder zu treffen. ■

## Impressum

**Herausgeber:** Elternbriefe du+wir  
Mainzer Str. 47, 53179 Bonn,  
Tel. 0228/93299795 (vormittags),  
[info@elternbriefe.de](mailto:info@elternbriefe.de), [www.elternbriefe.de](http://www.elternbriefe.de)

**Redaktion:** Annette Burchardt (Hildesheim),  
Dr. Michael Feil (Bonn, verantw.), Hubert Heeg  
(Bonn), Renate Holze (Essen), Dr. Hildegard Kaulen  
(Wiesbaden), Josef Pütz (Mönchengladbach),  
Sigrid Rogge (Potsdam), unter Mitarbeit  
von Mechtild Hohage (Gelsenkirchen)  
Bonn, Juni 2015

**Gesamtherstellung:** kipponconcept gmbh, Bonn