

## Wie kann man Kinder vor sexuellen Übergriffen schützen?

**Sexueller Missbrauch an Kindern weist eine hohe Dunkelziffer auf.** Nicht zuletzt deshalb, weil der überwiegende Anteil der Täter aus dem sozialen Umfeld der Opfer kommt. Experten gehen davon aus, dass jedes 4. bis 5. Mädchen und jeder 9. bis 12. Junge im Laufe seiner Kindheit einen sexuellen Übergriff erfährt. Grundschul Kinder, also die sechs- bis zehnjährigen, stellen hierbei die größte betroffene Gruppe dar.

**Das bedeutet, dass Prävention so früh wie möglich beginnen muss.** Nicht nur Eltern und Betreuer müssen sich mit dem Thema auseinandersetzen, damit sie rechtzeitig die »Signale« betroffener Kinder erkennen können. Auch Kinder sollten darüber informiert sein, was sexueller Missbrauch ist und wie sie sich schützen können. Dies muss natürlich in spielerischer Form und in verständlicher Sprache erfolgen und darf keine unnötigen Ängste bei den Kindern schüren.

**In enger Zusammenarbeit mit der Polizei und dem Verein Dunkelziffer e.V. bietet der Präventionsrat Seevetal daher gezielte Projekte für Grundschulen und Kindergärten an, die helfen sollen, Kinder sensibel an das Thema heranzuführen.**

Selbstbewusstsein, das Vertrauen in die eigenen Gefühle und der Mut, zu einem Erwachsenen auch einmal »Nein« sagen zu dürfen, werden so gefördert. Denn ein starkes und selbstbewusstes Kind ist deutlich weniger gefährdet, Opfer sexueller Übergriffe zu werden.

Möchten Sie weitere Informationen?  
Folgende Websites informieren Sie umfassend.

[www.dunkelziffer.de](http://www.dunkelziffer.de)

Tel.: 040 · 42 10 700-10

[www.nina-info.de](http://www.nina-info.de)

(Datenbank von Beratungsstellen gegen Sexuelle Gewalt)

[www.hinsehen-handeln-helfen.de](http://www.hinsehen-handeln-helfen.de)

Oder rufen Sie uns einfach an!

**Präventionsrat Seevetal**

Silke Lührs, Tel.: 040 · 768 27 62

**Polizeikommissariat Seevetal**

Stephanie Jahnert, Tel.: 040 · 768 31 88



PRÄVENTIONS RAT  
SEEVETAL e.V.

SEEVETAL e.V.

[www.praeventionsrat-seevetal.de](http://www.praeventionsrat-seevetal.de)

In Zusammenarbeit mit

**DUNKELZIFFER e.V.**  
HILFE FÜR SEXUELL MISSBRAUCHTE KINDER

theater  
pädagogische  
werkstatt

und der tpw  
Theaterpädagogische  
Werkstatt Osnabrück

PRÄVENTIONS RAT  
SEEVETAL e.V.

**KINDER  
STARK  
MACHEN**

hinsehen  
zuhören  
handeln  
schützen

Mein  
Körper  
gehört  
mir!



# SCHLECHTE GEHEIMNISSE MÜSSEN RAUS!

»Er hat gesagt,  
es ist unser Geheimnis  
und dass etwas  
ganz Schlimmes passiert,  
wenn ich es  
jemandem erzähle.«

**Unsere Präventionsarbeit mit Kindern,  
Eltern und Erziehern beinhaltet  
folgende wichtige Themen:**

- Selbstbewusstsein fördern
- Selbständig werden unterstützen
- NEIN sagen lernen
- Wörter finden für Körper & Gefühle
- Sexualität darf kein Tabuthema sein
- Berührungen richtig einordnen können
- den eigenen Gefühlen vertrauen lernen
- gute und schlechte Geheimnisse unterscheiden
- Signale erkennen und richtig deuten
- Mut machen & Hilfen aufzeigen
- immer auf der Seite des Kindes stehen
- niemals trägt das Kind die Schuld am Missbrauch
- kein Kind kann sich alleine schützen

## MEIN KÖRPER GEHÖRT MIR

*Ein Präventions-Theaterstück für Kinder  
zum Thema Sexuelle Gewalt*

Gerade im nahen sozialen Umfeld verschwimmen die Grenzen zwischen Zärtlichkeit und Missbrauch sehr langsam. »Ja, ich mag meinen Onkel. Nein, ich mag nicht, wie er mich gerade anfasst!« Viele Kinder verstummen, wenn sich ihre Ja- und ihre Nein-Gefühle widersprechen. Mit »Mein Körper gehört mir!« ermutigen wir Kinder deshalb, ihren Nein-Gefühlen uneingeschränkt zu vertrauen, anderen von ihnen zu erzählen und sich Hilfe zu holen.

Ein Mädchen bürstet ihrem Freund die Haare. Aber das zieht! Eigentlich wollte der Nachbar dem Jungen nur beibringen, wie man Tennis spielt. Plötzlich fasst er ihm an den Po. Die kurzen Szenen von »Mein Körper gehört mir!« schildern Situationen, in denen die körperlichen Grenzen von Kindern überschritten und verletzt werden und thematisieren Facetten sexueller Gewalt. Dabei sind sie nah am Alltag erzählt. So können die Kinder leicht nachvollziehen, wie andere Jungen und Mädchen ihre Nein-Gefühle erkennen. Und sie können beobachten, wie sie Hilfe suchen und finden — bei der Mutter, die zuhört, beim Hausmeister, der die Polizei einschaltet und bei der Lehrerin, mit der sich offen über alles reden lässt.

Besonderen Wert legen wir darauf, dass die Kinder in die Handlung einbezogen werden. Während der Spielszenen fragen wir sie: »Wie fühlt sich der Junge jetzt gerade? Was hättest ihr gemacht?« Oder: »Wenn du ein Nein-Gefühl hast, geh' zu jemandem und erzähl ihm davon!«

*(aus: www.tpw-osnabrueck.de)*

»Papa meint,  
ich soll ihr  
beim Abschied  
einen Kuss geben.  
Das will ich  
aber nicht!«



## KEIN KIND KANN SICH ALLEINE SCHÜTZEN!

*Welche Hilfestellungen  
kann ich meinem Kind  
im Umgang mit »Fremden« geben?*

### • Mit wem darf Ihr Kind mitgehen?

Wer ist für Sie ein »Fremder«? Menschen, denen Ihr Kind täglich begegnet oder deren Namen es kennt, definiert ein Kind nicht als »Fremde«. Benennen Sie lieber namentlich, mit wem Ihr Kind mitgehen darf. Sie geben so einen viel engeren Personenkreis vor.

### • In Not darf man um Hilfe bitten

In Notsituationen darf man sich an Lehrer, Erzieher, Supermärkte, Notinseln, Polizei, Busfahrer etc. wenden — auch wenn man die Menschen dort nicht kennt.

### • Nicht jeder sollte den Namen Ihres Kindes kennen!

Wer Ihr Kind mit Namen anspricht erhält sehr schnell Vertrauen. Wer meinen Namen kennt, den muss ich doch kennen, oder? Ihr Kind weiss nicht, dass der Name auf dem Autoaufkleber, Cap, T-Shirt oder einem Armband abgelesen wurde.

### • Nicht verunsichern, sondern Mut machen!

Es ist eine Gratwanderung zwischen Aufklären und Verängstigen. Zu verschweigen, dass es Menschen gibt, die Ihrem Kind böses wollen, wäre falsch. Es in den Vordergrund zu stellen hilft jedoch nicht. Angst hemmt und lähmt in den notwendigen Reaktionen. STÄRKEN SIE IHR KIND und ermutigen Sie es! So lernt Ihr Kind zu handeln und selbständig für sich sorgen, aber bei negativen Bauchgefühlen um Hilfe zu bitten.

