

Präventionsgrundsätze für Kinder und Jugendliche

1. Dein Körper gehört dir!

„Niemand hat das Recht, dich gegen deinen Willen anzufassen! Du darfst selbst bestimmen, wer dich streicheln oder küssen darf. Gegen Berührungen und Blicke, die dir unangenehm sind, egal von wem, darfst du dich wehren!“

Kinder brauchen ein altersangemessenes Wissen über ihren Körper, über sexuelle Vorgänge und die Erfahrung im Alltag, selbst über ihren Körper bestimmen zu dürfen. Ein positives Verhältnis zum eigenen Körper ist die Grundlage, um zu spüren, wann er geschützt werden muss und wann er durch übergriffige Handlungen bedroht wird.

Bei sexuellem Missbrauch vermittelt der Täter dem Kind das Gefühl, dass er über den Körper des Kindes bestimmen darf und damit machen kann, was er will. Dabei spielen verwirrende uneindeutige Berührungen eine wesentliche Rolle.

2. Vertraue deinem Gefühl!

„Du kannst dich auf deine Gefühle verlassen, auch wenn jemand dir etwas anderes einreden will.“

Gefühle sind notwendig, um Gefahren wahrzunehmen und Schutzmechanismen zu aktivieren. Kinder, die sich ihrer eigenen Gefühle sicher sind, lassen sich nicht so leicht etwas einreden. Besonders Jungen verbieten sich bisweilen, Hilflosigkeit, Hilfsbedürftigkeit oder Angst einzugestehen. Wer aber keine Angst kennt, dem fehlt auch die dadurch aktivierte Warnfunktion.

Gefühle werden vom Täter häufig umgedeutet und/oder dem betroffenen Kind abgesprochen.

3. Du hast ein Recht, Nein zu sagen!

„Wenn dich jemand gegen deinen Willen anfassen will oder dich zu Dingen überreden will, die dir unangenehm sind, darfst du sagen: "Nein, das will ich nicht!" Trau dich, auch wenn es nicht einfach ist! Du kannst auch laut werden!“

Kinder brauchen die alltägliche Erfahrung, dass sie mit ihrem Willen und ihrem Unwillen respektiert werden. Das erfordert von Eltern und anderen Bezugspersonen einen Erziehungsstil, in dem das kindliche Nein Bedeutung hat.

Bei sexuellem Missbrauch wird der Wille des Kindes übergangen bzw. gebrochen.

4. Unheimliche Geheimnisse darfst du weitererzählen!

„Geheimnisse sollen Freude machen, zum Beispiel eine Geburtstagsüberraschung. Geheimnisse, die dir Angst machen, erzählst du jedoch besser weiter, auch wenn du versprochen hast, sie für dich zu behalten.“

Gute Geheimnisse fühlen sich gut an und sind von beiden Seiten gewollt. Über schlechte Geheimnisse dürfen Kinder reden, denn es sind keine „echten“ Geheimnisse.

Viele Täter bezeichnen die Tat als gemeinsames Geheimnis, um den Missbrauch fortsetzen zu können.

5. Du hast ein Recht auf Hilfe!

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

Damit Kinder bei sexuellem Missbrauch Hilfe erhalten können, müssen die Bezugspersonen über sexuellen Missbrauch informiert und ansprechbar sein.

Der Täter suggeriert dem Kind, dass ihm doch niemand glauben wird.

6. Keiner darf dir Angst machen!

„Lass dir von niemandem einreden, dass etwas Schreckliches passiert, wenn du ein schlechtes Geheimnis verrätst oder Hilfe holst. Das zeigt nur, dass der andere selbst etwas Schlimmes verbergen möchte.“

Kinder brauchen die Sicherheit, dass Bezugspersonen ihnen vorbehaltlosen Schutz und Rückhalt bieten.

Täter drohen Kindern mit schrecklichen Konsequenzen und bringen sie so zum Schweigen.

7. Du hast keine Schuld!

„Wenn dir etwas passieren sollte, hast du keine Schuld, auch wenn du Geld oder Geschenke angenommen hast. Die Verantwortung dafür hat immer und allein der Erwachsene.“

Die Psychodynamik bei sexuellem Missbrauch erzeugt bei Kindern Schuldgefühle. Kinder geben sich häufig die Mitschuld an Übergriffen. Zu schweigen und weiteren Missbrauch zu ertragen, ist dann für viele Kinder der einzige Ausweg.

Es gehört zur Strategie der Täter, dem Kind eine Mitschuld einzureden. Denn wer sich schuldig fühlt, spricht nicht über das Geschehene und holt sich keine Hilfe.

(Nach Präventionstexten von Zartbitter e.V. Köln, Strohhalm e.V. Berlin und Elternbriefe - du+wir "Was tun gegen Missbrauch")