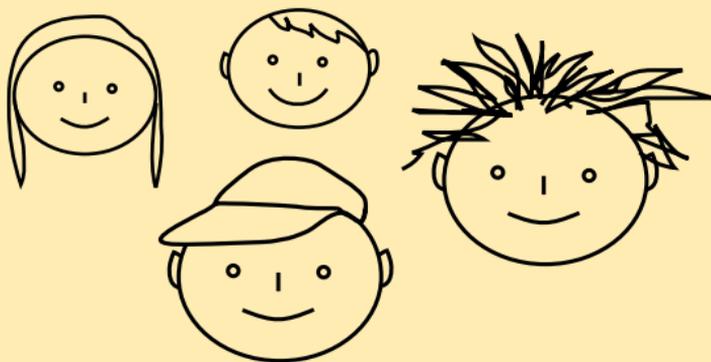


Aufklärung macht **STARK!**

Sprich darüber!



**Kindesmissbrauch
ist ein gemeinsames
Verbrechen!**

**Informationen und Tipps
für dich und deine Familie**

Schutz

vor sexueller Gewalt steht im Mittelpunkt dieser Broschüre. Um diesen Schutz zu erreichen, möchten wir dir und den Erwachsenen wichtige Informationen und helfende Tipps geben, wie du sexuelle Gewalt, auch Kindesmissbrauch genannt, erkennst und was du dagegen tun kannst.

Alle, die diese Broschüre lesen, werden viel über dieses schlimme Thema lernen und können sich so besser gegen sexuelle Gewalt schützen und mithelfen, sexuelle Gewalt gegen Kinder und Jugendliche zu verhindern und aufzudecken!

Wenn du vor einiger Zeit oder jetzt in diesen Tagen sexuelle Gewalt erleiden musstest, oder wenn du im Moment ein schlechtes Gefühl hast und dir nicht sicher bist, dann wirst du wichtige Tipps bekommen, die dir helfen. Wir zeigen dir, wie du Menschen findest, denen du vertrauen kannst, die dir glauben und dir helfen.

**Und jetzt loslesen,
denn WISSEN macht STARK!**

Starke Tipps!



Wer macht denn so was?

Leider gibt es gemeine Männer und Frauen oder ältere Jugendliche, die es ausnutzen, dass sie größer und stärker sind als du.

Es sind aber nicht nur fremde Männer und Frauen, die dich missbrauchen wollen. Leider sind es oft Menschen, die du kennst und denen du vertraust, wie zum Beispiel Nachbarn oder Lehrer. Es können aber auch Menschen sein, die du sehr lieb hast. Zum Beispiel ein Onkel oder eine Tante, der Opa, Geschwister und manchmal sogar Mama oder Papa.

Verboten!



Was ist eigentlich sexuelle Gewalt gegen Kinder?

Wenn du es selber möchtest, dann fühlen sich liebevolle oder zärtliche Berührungen gut an.

Manchmal tun Berührungen weh. Es gibt auch Berührungen, die nicht zu deinen Gefühlen passen. Sie sind komisch und du kannst gar nicht sagen, warum. Es gibt aber auch Berührungen oder Momente, die dich verwirren.

Sexuelle Gewalt, auch Kindesmissbrauch genannt, erkennst du, wenn ein Erwachsener oder älterer Jugendlicher:

- dich streichelt oder küsst und du ein doofes oder schlechtes Gefühl dabei hast.
- dich bittet oder zwingt, mit ihm zusammen Sex-Filme oder Bilder mit nackten Menschen anzuschauen.
- dich bittet oder zwingt, dass du seine Geschlechtsteile, zum Beispiel den Penis, angucken oder anfassen sollst.
- dich bittet oder zwingt, dass du dich nackt fotografieren oder filmen lassen sollst.
- dich an den Brüsten, am Po oder an deinem Penis berührt, streichelt oder küsst.
- dich bittet oder zwingt, seinen Penis in deinen Mund zu nehmen.
- dir seine Finger oder seinen Penis in deinen Po oder in deine Scheide steckt.

Sprich darüber!

Manchmal verspricht man dir schöne Dinge oder versucht dir mit irgendwas Angst zu machen, so dass du die



Dinge tust, die du gerade gelesen hast. Außerdem sagt man dir, dass es ein Geheimnis wäre, über das du mit niemandem reden sollst. Das alles stimmt nicht und ist gelogen.

Deine Gefühle sind wichtig!
Sprich darüber!

Wie machen die das?

Die Menschen, die dich missbrauchen wollen, sind meistens ganz besonders nett zu dir! Du kannst ihnen überall begegnen. Zum Beispiel im Schwimmbad, auf dem Spielplatz, im Park oder im Ferienlager. Sie versprechen dir schöne Dinge, die du gut findest. Oder sie sagen, dass sie dir was zeigen wollen, zum Beispiel einen kleinen Hund oder ein Kätzchen. Wenn dich jemand gegen deinen Willen zwingen will mitzukommen, dann darfst du dich dagegen wehren. Versuch als erstes wegzurennen. Am besten dahin, wo andere Kinder oder Erwachsene sind. Wenn das nicht geht, dann darfst du treten, beißen, kratzen und spucken oder was dir sonst noch einfällt. **Ganz wichtig ist**, dass du die ganze Zeit laut schreist und um Hilfe rufst!

Merke dir bitte: **Vertraue niemals einem Fremden und geh´ auf keinen Fall mit ihm!**

Wenn du den Missbraucher kennst, dann versucht er dir meistens einzureden, dass das, was er mit dir machen möchte oder was du machen sollst, schön ist und ganz normal. Oder er versucht, dir Angst zu machen, indem er dir schlimme Dinge erzählt, die passieren, wenn du nicht auf ihn hörst. Keine Angst, das stimmt nicht.

Es wird nichts Schlimmes passieren wenn du „Nein“ sagst

Sag Nein!

Dein Körper gehört dir und deshalb hast du das Recht „Nein“ zu sagen!



Wer hat Schuld?

Wenn ein Erwachsener oder älterer Jugendlicher ein Kind missbraucht, dann ist das ein gemeines Verbrechen! Er weiß, dass er das nicht darf und hat Angst, dass jemand davon erfährt. Deshalb versucht der Missbraucher, dir ein schlechtes Gewissen zu machen, damit du deinen Mund hältst und niemandem etwas davon erzählst.

Er sagt zum Beispiel, wenn du was erzählst, dann wird deine Mama ganz krank. Oder er redet dir ein, dass du es ja auch wolltest, oder dass du dich nicht gewehrt hast und so! Alles Quatsch!

***Die Verantwortung hat immer der Erwachsene.
Egal was er dir sagt, er alleine ist Schuld!***

Was kann ich tun?

Schöne Gefühle machen gute Laune, blöde und komische Gefühle machen schlechte Laune. Wenn Berührungen und Gefühle sich doof, komisch oder unangenehm anfühlen, dann hast du immer das Recht, „Nein“ zu sagen! Selbst wenn du den Menschen sehr gerne hast.

Du bist OK!



Dein Körper!**Du bestimmst**

- wen du dir nackt anschaust
- wer dich nackt anschauen darf
- wer dich anfassen darf
- wen du anfassen willst
- wer dich küssen darf
- wen du küssen willst
- mit wem du schläfst



Aber was mache ich, wenn das nicht hilft? Was ist wenn,

- ich ein komisches Gefühl habe, das ich nicht verstehe
- ich zu viel Angst habe, „Nein“ zu sagen
- ich „Nein“ sage, aber keiner auf mich hört
- der- oder diejenige mir droht und mich zwingt?

Keine Sorge, überleg dir in Ruhe, wen du alles kennst und wem du vertrauen kannst.

Zum Beispiel Freunde, deine Mutter, dein Vater, deine Lehrer, deine Großeltern, Nachbarn oder wer dir sonst noch einfällt. Wenn du dich entschieden hast, dann sprich mit diesem Menschen über alles, was dich bedrückt oder dir Angst macht.

Es ist wichtig darüber zu sprechen, weil du

- dich danach besser und erleichtert fühlen wirst
- dann nicht mehr alleine bist
- dir damit einen Verbündeten schaffst, der dir helfen kann
- dich etwas von deinen Schuldgefühlen befreien kannst
- hilfst, dass anderen Kindern nicht das Gleiche passiert.

Es gibt Hilfe!



Sprich darüber - denn es hilft!

So, du hast jetzt viel gelesen und gelernt. Wenn du dir nicht sicher bist, ob du auch alles verstanden hast, und du dich unsicher oder verwirrt fühlst, dann fang noch mal von vorne an zu lesen. Du kannst aber auch deine Mama oder jemand anderen, dem du vertraust, bitten, dass er diese Broschüre mit dir zusammen liest und dir deine Fragen beantwortet.

Wenn dir niemand eingefallen ist, dem du vertrauen kannst, oder du niemanden findest, der dir hilft, dann kannst du diese Telefonnummern wählen:

Hier bekommst du einfach und schnell Hilfe.



0800 22 55 530 - Hilfetelefon sexueller Missbrauch

Mo, Mi, und Fr: 9 -14 Uhr und Di und Do:15 -20 Uhr



116 111 - Nummer gegen Kummer

Mo bis Sa: 9 - 14 Uhr

Die Beraterinnen und Berater am Telefon kennen sich gut mit den Problemen von Kindern aus. Sie hören dir zu und überlegen mit dir gemeinsam, wie sie dir helfen können. Wenn du diese Nummern wählst, dann findest du garantiert Menschen, die dir glauben, die zu dir halten und die dir ganz bestimmt helfen werden! Du kannst über alle deine Probleme, Sorgen und Erfahrungen reden. Wenn du nicht möchtest, dann musst du auch deinen Namen nicht nennen. Alles, was du erzählst, wird nicht weitererzählt. Außerdem wird nichts unternommen, was du nicht willst. Versprochen.

Vielleicht willst du dich nur mal so über das Thema „Sexueller Missbrauch“ informieren. Hier erfährst du jede Menge Wissenswertes darüber: **www.trau-dich.de**

Miese Anmache, Mobbing in der Schule, Cybermobbing, Probleme mit Sexting, sexueller Missbrauch, Zusendung von Pornos oder andere sexuelle Übergriffe. Hier bekommst Du ganz einfach, kostenlos und anonym, Unterstützung: **beratung@save-me-online.de**

Drei Dinge sind uns aus dem Paradies geblieben: Die Sterne der Nacht, die Blumen des Tages und die Augen der Kinder. *(Dante Alighieri (1265 – 1321), ital. Dichter)*

Liebe Erwachsene, liebe Eltern,

wir haben die Pflicht und die Aufgabe, Kinder und Jugendliche zu schützen, ihnen ein Aufwachsen in Sicherheit und Geborgenheit zu ermöglichen. Sie zu unterstützen und zu fördern. Kein Kind kann sich alleine schützen! Deshalb ist es unbedingt erforderlich, dass wir Erwachsene viel über das Thema Kindesmissbrauch lernen. Nur so sind wir imstande, unserer Verantwortung gerecht zu werden und die notwendige Präventionsarbeit zu leisten; sowie bei Verdacht oder Gewissheit richtig zu handeln.

Der einzige wirkliche Schutz vor Missbrauch ist eine zeitgerechte und umfassende Aufklärung der Kinder und der Erwachsenen. Dieser Aufklärungsratgeber soll dazu beitragen, indem er aufrüttelt und das Interesse vieler Menschen weckt, sich mit dem Thema Kindesmissbrauch und den präventiven Möglichkeiten intensiver auseinander zusetzen.

Er möchte Kinder und Jugendliche informieren, sensibilisieren und ihnen konkrete Tipps geben. Darüber hinaus sollen Erwachsene, besonders Eltern, wertvolle Informationen und Tipps zum Umgang mit sexuellem Missbrauch erhalten.

Zum Schutz Ihrer, aber auch aller anderen Kinder in Ihrem Umfeld.

Ihr MgK e.V. Team

Zahlen, Daten, Fakten

- Jedes 3. bis 4. Mädchen und jeder 5. bis 8. Junge wird sexuell missbraucht.
- In Deutschland werden jährlich 250.000 - 300.000 Kinder und Jugendliche Opfer sexueller Gewalt!
- Täglich werden ca. 750 Kinder und Jugendliche sexuell missbraucht, ausgenutzt und gequält!
- Alle 2 Minuten wird in Deutschland ein Kind gegen seinen Willen zu sexuellen Handlungen gezwungen.
- Die Täter und Täterinnen kommen zu 70 - 90% aus dem sozialen Nahbereich der Opfer (z.B. Familienmitglieder, Bekannte, Freunde, Nachbarn, Trainer, Erziehungspersonen).
- Ca. 80 - 90% der Täter sind Männer und ca. 10 - 20% sind Frauen.
- Die Taten haben in der Regel Wiederholungscharakter und erstrecken sich oft über Monate und Jahre.
- Betroffene von sexueller Gewalt sind Kinder aller sozialer Schichten und aller Altersgruppen, auch Kleinkinder und Säuglinge.
- Ein Kind muss bis zu 7 Personen ansprechen, bevor ihm endlich geholfen wird.
- Oft müssen die Opfer bis zu 2 Jahre auf einen Therapieplatz warten.
- 3 von 4 Patientinnen der Psychiatrie und 9 von 10 Prostituierten sind als Kind sexuell missbraucht worden.

Aufwachen!



Was ist Kindesmissbrauch?

Sexueller Missbrauch von Kindern findet immer dann statt, wenn ein Erwachsener oder älterer Jugendlicher ein Kind auf sexuelle Weise berührt oder benutzt und somit die ungestörte Gesamtentwicklung des Kindes durch vorzeitige sexuelle Erlebnisse verletzt wird.

Das kann auf unterschiedlichste Art und Weise erfolgen. Jede Handlung, die zur sexuellen Erregung des Täters oder der Täterin dient, ist als Missbrauch anzusehen, egal ob jemand einem Kind pornografisches Material zeigt, sich exhibitioniert oder sexuelle Handlungen vornimmt, vornehmen lässt oder im Beisein des Kindes ausführt.



Wie erkenne ich Missbrauch?

Leider wagen sich die meisten Kinder und Jugendliche nicht, offen über sexuellen Missbrauch zu sprechen. Sie versuchen jedoch, die für sie unerträgliche Situation zu beenden, indem sie verdeckte Hinweise geben. Diese Hinweise sind in der Regel oft schwer verständlich.

Wir wollen die Menschen mit diesem Aufklärungsratgeber für diese Signale sensibilisieren. Vor diesem Hintergrund haben wir lediglich einen Auszug von Verhaltenssignalen zusammengestellt.

Diese Signale müssen nicht zwangsläufig Hinweise für Missbrauch sein, sollten aber beobachtet und hinterfragt werden. Hinweise auf sexuellen Missbrauch können sein:

- Plötzlich auftretende Räspergeräusche und / oder Kopfschütteltick
- Magen-, Darm-, und Blasenbeschwerden / Essstörungen
- Starkes Absinken der Leistungsfähigkeit. Darüber hinaus Reduzierung der Merkfähigkeit
- Plötzlich auftretende Zwänge wie z.B. Waschzwang
- Übertriebene Heiterkeit, Gereiztheit oder tiefe Traurigkeit
- Schlafstörungen und Albträume
- Massive Schulprobleme / Übernervosität und Unruhe
- Aggression gegen sich selbst und andere
- Angststörungen, Verschlussenheit und innerer Rückzug
- Plötzlich auftretendes Nässen in Hose oder Bett
- Häufige Krankheiten und psychosomatische Störungen
- Flucht von Zuhause, Weglaufen
- Starke Stimmungsschwankungen
- Versteckte oder offene sexuelle Andeutungen
- Plötzlich auftretender Exhibitionismus, Erzählen von schmutzigen Witzen
- Betteln nach Liebe und Zuwendung, extreme Anhänglichkeit
- Meidung bestimmter Orte, Situationen oder Personen
- Distanzlosigkeit gegenüber Fremden
- Geringes Selbstwertgefühl

Schau hin!



Wie soll ich mich verhalten, wenn ich von Missbrauch erfahre?

Wenn ein Kind sich Ihnen anvertraut, dann bewahren Sie unbedingt Ruhe und vermitteln Sie diese auch. Verfallen Sie auf keinen Fall in Panik. Am wichtigsten ist es, dem Kind zu glauben und ihm dies auch unmissverständlich zu zeigen! Wissenschaftler sprechen davon, dass lediglich 3 bis 5% aller diesbezüglichen Aussagen von Kindern und Jugendlichen falsch sind.

Machen Sie dem Kind keine Vorwürfe, dass es nicht schon früher davon erzählt hat. Loben Sie lieber, dass es vom Missbrauch erzählt. Lassen Sie dem Kind Zeit, „verhören“ Sie das Kind nicht und drängen Sie es nicht, auch wenn es Ihnen schwer fällt. Ein Kind braucht länger, um das Schreckliche und Unausprechliche darzustellen.

Es ist sehr wichtig, das Vertrauen des Kindes nicht zu beeinträchtigen. Versprechen Sie deshalb nicht vorschnell, dass Sie niemandem etwas sagen, denn für die nächsten wichtigen Schritte müssen Sie professionelle Hilfe in Anspruch nehmen. Je nach Alter und Entwicklungsstand eines Kindes sollten nächste Handlungsschritte gemeinsam abgestimmt werden.

Ergreifen Sie wenn möglich erste Schutzmaßnahmen, indem Sie die Situation, in der das Kind den Missbrauch erfahren hat, vermeiden helfen. Konfrontieren Sie nicht ohne fachliche Beratung und Unterstützung den oder die Täter(in). Wenden Sie sich an eine kompetente Stelle, wie z.B. das Jugendamt oder an spezielle Beratungsstellen zum Thema Kindesmissbrauch.

Der direkte Weg

Neben den Jugendämtern und Beratungsstellen können Sie sich auch direkt und auf Wunsch auch anonym telefonisch informieren. Haben Sie den Verdacht, dass ein Kind missbraucht wird? Haben Sie beobachtet oder erfahren, dass ein Kind missbraucht wurde bzw. wird?

Hilfetelefon sexueller Missbrauch:



0800 22 55 530 (kostenlos)

Hilfe und Beratung für Betroffene, Fachkräfte, besorgte Menschen aus dem sozialen Umfeld, sowie für Kinder und Jugendliche.

*Bundesweit, kostenfrei und anonym.
Rufen Sie an. Auch im Zweifelsfall.*

Montag, Mittwoch und Freitag: 9 bis 14 Uhr
Dienstag und Donnerstag: 15 bis 20 Uhr

Oder schreiben Sie einfach eine E-Mail:

 **beratung@hilfetelefon-missbrauch.de**

Das Hilfeportal informiert Betroffene, ihre Angehörigen und andere Menschen, die sie unterstützen wollen. Die bundesweite Datenbank zeigt, wo es in Ihrer Region Hilfeangebote gibt.

 **www.hilfeportal-missbrauch.de**

Wir wünschen Ihnen und Ihren Familien alles Gute.

Wie kann ich den Kampf gegen Kindesmissbrauch unterstützen?

Helfen Sie Ihrem Kind und auch allen anderen Kindern, indem Sie unsere Arbeit und Ziele unterstützen. „Menschen gegen Kindesmissbrauch“ ist ein gemeinnütziger Verein, der sich gegen jegliche Form von sexueller Gewalt an Kindern und Jugendlichen einsetzt. Um dies auch in Zukunft weiter erfolgreich tun zu können, brauchen wir Menschen, die uns finanziell unterstützen. Menschen wie SIE.

Zum digitalen
Spendenformular



Bitte unterstützen Sie uns:

Sparkasse Mülheim an der Ruhr

IBAN: DE62 3625 0000 0175 04 473

BIC: SPMHDE3EXXX

...und werden Sie bitte Fördermitglied:

Name / Vorname:		Geb. am:	
Straße:		Haus-Nr:	
PLZ:	Ort:		
E-Mail:		Telefon o. Mobil:	

Fördermitgliedsbeiträge: Ich erkenne die Vereinssatzung (siehe www.mgk-ev.de) an und unterstütze den Verein Menschen gegen Kindesmissbrauch e.V. zukünftig regelmäßig mit folgendem monatlichen **Förderbeitrag:**

5 € 10 € 15 € 20 € 50 € anderer Betrag

Laufzeit: Kündigungsfrist monatlich Laufzeit 1 Jahr

Ihr Beitrag schützt Kinder vor Gewalt und Missbrauch! Durch Ihre Hilfe können regelmäßig die wertvollen Präventionsprojekte an Schulen durchgeführt werden und die wichtigen medizinischen Kinderschutz-ambulanzen betrieben werden. Wenn Sie Ihre Fördermitgliedschaft beenden wollen, so können Sie dies per Fax oder per Mail tun. Bei Variante B mit einer Frist von 3 Monaten zum Ablauf des Jahres der Mitgliedschaft. Ansonsten verlängert sich Ihre Mitgliedschaft um ein weiteres Jahr.

Ort, Datum und Unterschrift:

Einzugsermächtigung im Lastschriftverfahren: Hiermit ermächtige ich Sie widerruflich, meinen Förderbeitrag jeweils zum XX. des Monats von folgendem Konto einzuziehen

IBAN:	BIC
Kontoinhaber:	Bank:

Informationen zum Datenschutz finden Sie unter www.mgk-ev.de/-Datenschutz.

Ort, Datum und Unterschrift:



Hier abtrennen und per Post an unsere Adresse schicken

Kindesmissbrauch ist ein gemeines Verbrechen!

Sie wollen sich aktiv engagieren? Dann bestellen Sie telefonisch unter 0208 - 30 67 15 30 Mo. – Fr., 9 - 16 Uhr oder rund um die Uhr über das Internet unter www.mgk-ev.de diesen Aufklärungsratgeber. Verteilen Sie die Aufklärungsratgeber an Verwandte, Bekannte, Arbeitskollegen etc. Auf diesem Weg betreiben Sie Prävention durch Aufklärung. Wenn Sie Ideen für Aktionen vor Ort haben, dann schreiben Sie uns bitte einen Brief oder eine Mail.



AKTIV
für Prävention und Hilfe

Unterstützt durch:

Eine Aktion von:



Menschen gegen
Kindesmissbrauch e.V.