

**Seite 2** Daten und Fakten - Alles, was Eltern über sexuellen Missbrauch wissen müssen

**Seite 3** Wichtige Sätze, die Eltern ihren Kindern vermitteln und vorleben sollen

**Seite 4** So finden Eltern die beste Hilfe - Polizei, Jugendamt, Beratungsstelle

## Liebe Eltern,

es ist eine erschreckende und auch traurige Tatsache, dass Kinder in unserer Gesellschaft sexuell missbraucht werden.

Viele Eltern fragen sich: Wie kann so etwas besser verhindert werden?

Sie überlegen: Wie kann ich mein Kind schützen? Was sollte unser Kind wissen? Darf es anderen Erwachsenen vertrauen? Sollten wir mit ihm darüber reden, dass manche Kinder sexuell missbraucht werden?

Es gibt leider nicht wenige Kinder, die von Menschen aus ihrer engsten Umgebung sexuell missbraucht werden: Mädchen und Jungen, Kinder von armen oder reichen Eltern. Jedem Kind kann das passieren. Alle Erwachsenen müssen etwas dagegen tun. Wir müssen uns vor die Kinder stellen und sie schützen.

Dieser Brief will helfen, dass Eltern weniger Angst haben. Er informiert Sie:

Wie können wir Eltern verhindern, dass unser Kind missbraucht wird?

Woran merken wir, ob unser Kind missbraucht wurde?

Was können wir tun? Wer hilft uns?

Eltern können ihr Kind stark machen. Unser Elternbrief will Ihnen dazu Mut machen.

Ihr

Dr. Frank Joh. Hensel  
Diözesan-Caritasdirektor



Millennium Images/LOOK-foto

## Eine gute und liebevolle Erziehung als Schutz vor Missbrauch

Liebe gibt Vertrauen

Viele Kinder werden missbraucht. Trotzdem denken viele Eltern: „Das passiert uns doch nicht!“ Aber: Das kann jedem Kind passieren! „Können wir Missbrauch denn gar nicht verhindern?“, fragen sich viele Eltern. Richtig! Wir können Missbrauch nicht verhindern. Aber wir können Kinder stark machen. Starke Kinder können „NEIN“ sagen. Dazu einige Gedanken:

### Zuwendung und Zärtlichkeit

Kinder brauchen Aufmerksamkeit. Wenn Kinder genug Aufmerksamkeit bekommen, können sie bei zweifelhaften Angeboten selbst „NEIN“ sagen. Das heißt: Genug Zärtlichkeit und Zuwendung der Eltern sind schön für das Gefühl UND schützen Kinder.

### Respekt

Kinder lieben es, in den Arm genommen zu werden. Kinder lieben es, gestreichelt zu

werden. Aber Kinder sagen auch, wenn sie etwas nicht mögen! Sie drehen sich dann weg und zeigen so: „Jetzt nicht, ich mag nicht.“ Das sollen Eltern, Großeltern und Freunde respektieren.

### Vertrauen in eigene Gefühle

Kinder haben eigene Gefühle. Kinder fühlen, ob etwas schön oder nicht schön ist. Sie unterscheiden zwischen Gut oder Böse. Kinder spüren: Das hat wehgetan – oder: Ich bin satt.

Achtung! Kinder haben eigene Gefühle. Sie können selbst entscheiden, ob sie satt sind oder noch Hunger haben, ob ihnen warm ist oder kalt. Wenn wir ihre Entscheidungen annehmen, werden die Kinder bestärkt. Sagen Eltern: „Stimmt nicht“, verlieren sie das Vertrauen in ihre Gefühle. Sie werden unsicher und schwach.



## ▶▶▶ Selbstständigkeit

Eltern können ihr Kind nicht rund um die Uhr beaufsichtigen. Kinder brauchen Freiheiten. Sie müssen lernen, auf sich selbst aufzupassen. Dazu brauchen Kinder klare Absprachen: Die Eltern müssen immer wissen: „Wo ist mein Kind?“ Die Eltern müssen die Freunde und deren Eltern kennen. Eltern müssen sich auf ihre Kinder verlassen und ihnen vertrauen können. Kinder müssen wissen, wo die Eltern sind und wie sie die Eltern erreichen können. Kinder sollen wissen, wo sie Hilfe finden können.

## Offene Gespräche

Offene Gespräche zwischen Eltern und Kindern sind wichtig. Sie zeigen das Vertrauen. Familien sollten ihre Probleme besprechen. Eltern müssen dem Kind zuhören und nachfragen.



pylonautin/photocase.com

Eine liebevolle Erziehung hilft Kindern, von „komischen“ oder „schlechten“ Erlebnissen zu erzählen.



krockenmitte/photocase.com

## Daten und Fakten

Alles, was Eltern über sexuellen Missbrauch wissen müssen

Viele Kinder erleben sexuellen Missbrauch: Mädchen und Jungen. Beim sexuellen Missbrauch werden Kinder von Erwachsenen oder älteren Jugendlichen ausgenutzt. Die Liebe, das Vertrauen, die Wünsche von Kindern werden missbraucht. Die Täter nutzen die Liebe und Abhängigkeit der Kinder aus.

### Formen sexuellen Missbrauchs sind:

- Worte
- Berührungen
- sexuelle Handlungen an Kindern
- sexuelle Handlungen vor Kindern

Sexueller Missbrauch hat immer schwere Folgen für die Kinder. Es gibt körperliche und seelische Folgen.

### Missbrauch passiert nie aus Versehen!

Zuneigung zwischen Eltern und Kindern ist kein Missbrauch. Erwachsene und Kinder spüren den Unterschied zwischen Zuneigung und sexuellem Missbrauch. Sexueller Missbrauch ist:

- wenn Erwachsene ihre Bedürfnisse befriedigen,
- wenn Erwachsene sich erregen,
- wenn Erwachsene Kinder zu Zärtlichkeit überreden,
- wenn Erwachsene Kinder zu Geheimhaltung auffordern,

- wenn sich Kinder nicht mehr sicher und geborgen fühlen.

### Die Opfer sind:

Sexuelle Gewalt erleiden Jungen und Mädchen. Besonders gefährdet sind Kinder,

- die wenig Aufmerksamkeit bekommen,
- die wenig Selbstbewusstsein haben,
- die Angst vor Strafen haben,
- die wenig über körperliche und sexuelle Vorgänge wissen.

### Wichtig!

Kinder sind nie schuld! Kinder haben nicht die Verantwortung für das, was passiert ist! Es ist Aufgabe der Erwachsenen, Verantwortung zu übernehmen. Es ist Aufgabe der Erwachsenen, Grenzen zu setzen und Grenzen einzuhalten. Die Täter sind allein verantwortlich für die Tat!

### Die Täter sind:

Sexuelle Gewalt gibt es in allen Schichten – überall! Sexuelle Gewalt ist unabhängig von Bildung und Herkunft. 80–90% der Täter sind Männer. Täter sehen aus wie du und ich. Oft sind es Männer, die eine Familie haben, die erfolgreich im Job sind – Menschen,



denen niemand eine solche Tat zutrauen würde. Oft kommen Täter aus dem Umfeld des Kindes: Verwandte, Freunde, Nachbarn. Es können aber auch Lehrer, Trainer im Sportverein, Pfarrer, Gruppenleiter oder Erzieher sein. Immer mehr Täter suchen ihre Opfer im Internet.

### Täterstrategien

Oft werden Kinder über lange Zeiträume missbraucht – sehr lange – über Monate und Jahre. Täter handeln selten spontan. Täter planen und organisieren bewusst. Sie nähern sich langsam an. Täter suchen das Vertrauen und machen Kinder abhängig.

### Signale/Anzeichen

Woran können Sie erkennen, ob Ihr Kind sexuelle Gewalt erfährt?

Nur wenige Jungen und Mädchen sagen direkt, dass sie sexuell missbraucht wurden. Oft haben Kinder Angst und schaffen es nicht direkt, den Eltern davon zu erzählen. Manchmal machen sie nur Andeutungen. Sie „eiern“ herum. Diese Andeutungen werden von Erwachsenen nicht immer gleich verstanden.

### Der Grundsatz für Eltern ist:

Wenn Ihr Kind Ihnen von einem Missbrauch erzählt: Glauben Sie Ihrem Kind! Es gibt kaum sichere Anzeichen. Das einzige sichere Anzeichen sind Verletzungen im Intimbereich. Es gibt aber Warnsignale oder versteckte Hilferufe.

### Solche Warnsignale oder Auffälligkeiten sind:

- Bauchschmerzen, Kopfschmerzen
- Schulische Leistungen verschlechtern sich, das Kind schwänzt den Unterricht
- Das Kind macht Pipi ins Bett oder in die Hose
- Ängste
- Das Kind möchte sich beim Arzt oder beim Sport nicht mehr aus- bzw. umziehen
- Rückzug/Verschlossenheit
- Aggressionen
- Stimmungsschwankungen
- Das Kind verliert an Selbstbewusstsein
- Das Kind redet über Sex, es spielt und malt Situationen nach
- Das Kind hat Probleme mit körperlicher Nähe und Distanz

Ein Kind, das sich plötzlich so verändert, braucht Aufmerksamkeit und Unterstützung der Eltern. Die Auffälligkeiten können auch andere Ursachen als Missbrauch haben. Nehmen Sie die Gefühle Ihrer Kinder ernst. Nehmen Sie sich Zeit. Sprechen Sie Ihr Kind gezielt an, oder wenden Sie sich an eine Beratungsstelle.

### Wie können Eltern helfen?

- Bleiben Sie ruhig!
- Glauben Sie dem Kind!
- Fragen Sie nach, ohne Druck auszuüben!
- Sagen Sie dem Kind, was Ihnen aufgefallen ist.
- Sagen Sie dem Kind, dass Sie sich Sorgen machen.



## Kinder stärken



T. Wredecker/photocase.com

### Wichtige Sätze, die Eltern ihren Kindern vermitteln und vorleben sollen:

#### Dein Körper gehört dir!

Niemand darf dich anfassen, wenn du es nicht willst.

#### Vertraue deinem Gefühl!

Du kannst dich auf deine Gefühle verlassen - auch wenn andere etwas anderes sagen.

#### Du darfst NEIN sagen!

Wenn dich jemand anfasst und du möchtest das nicht, dann sage „NEIN“.

#### Schlechte Geheimnisse darfst du erzählen!

Geheimnisse sollen Freude machen. Wenn dich ein Geheimnis bedrückt oder dich traurig macht, dir Angst macht oder sich schlecht anfühlt, dann darfst du davon erzählen. Das ist kein Petzen.

#### Du hast ein Recht auf Hilfe!

Du darfst dir Hilfe holen. Das kann dir niemand verbieten.

#### Keiner darf dir Angst machen!

Lass dir keine Angst machen, dass etwas Schlimmes passiert, wenn du das Geheimnis verrätst oder Hilfe holst. Wenn dir jemand Angst macht, zeigt das: Der andere möchte etwas Schlimmes verbergen.



WACH/photocase.com



- ▶▶▶ ■ Machen Sie Gesprächsangebote wie z. B.: „Willst du mir was erzählen?“
- Fragen Sie Ihr Kind, ob es ein schlechtes Geheimnis bedrückt.
- Sagen und zeigen Sie dem Kind: Hilfe holen ist kein Petzen und kein Verrat!
- Sagen Sie dem Kind, dass es wichtig ist, Hilfe zu bekommen. Schlagen Sie ihm vor: Andere Personen können helfen.
- Rufen Sie z. B. bei der Telefonseelsorge an und lassen Sie sich beraten.  
Tel. 0800/1110111 oder  
Tel. 0800/1110222
- Seien Sie ständig für Ihr Kind ansprechbar!

## Informationsmaterial

### „Nein zu Missbrauch - Präventionsmaterial für Fachleute, Kinder, Jugendliche und Erwachsene“

Zu bestellen beim Diözesan-Caritasverband für das Erzbistum Köln e. V.  
Tel. 0221/2010-112  
irene.janssen@caritasnet.de

### „Niemand darf mir weh tun! - Handreichung zur Prävention sexueller Gewalt in leichter Sprache“

Zu bestellen beim Bundesfachverband Caritas Behindertenhilfe und Psychiatrie e. V. (CBP)  
Tel. 07 61/200-301  
cbp@caritas.de

- Lassen Sie sich in einer Fachberatungsstelle beraten!
- Bitte nutzen Sie Informationsmaterial zum Thema (siehe Kasten).

### Was Sie nicht tun sollten!

- Fragen Sie nicht den Täter oder die Täterin. Er oder sie wird Ihnen nicht die Wahrheit sagen.
- Sprechen Sie den Täter oder die Täterin nicht selbst darauf an: Es kann dazu führen, dass er oder sie das Kind noch mehr unter Druck setzt.

Es ist ein tiefer Schock, wenn Eltern vom sexuellen Missbrauch ihres Kindes erfahren. Die wichtigste Regel ist: „Ruhig bleiben.“

Das fällt schwer. Trotzdem müssen Sie es versuchen! Kinder testen zuerst unbewusst, ob sie mit der Hilfe der Eltern rechnen können.

Zeigen Sie Ihrem Kind, dass Sie es lieben. Sagen Sie ihm, dass es nicht schuldig ist. Entscheidend ist, dass Erwachsene den betroffenen Mädchen und Jungen glauben.

Zeigen Sie Ihrem Kind: Ich möchte dir helfen. Die Kinder müssen vor weiterer Gewalt geschützt werden. Sie müssen das, was sie belastet, verarbeiten. Eine Beratungsstelle hilft Ihnen und Ihrem Kind dabei.

Wichtig: Wenn Gefahr für Leib und Leben besteht, informieren Sie die Polizei. ■

## Konkrete Adressen

### Hier finden Eltern und Kinder Hilfe

#### Nummer gegen Kummer

Die Nummer gegen Kummer e.V. ist die Dachorganisation des größten, kostenfreien, telefonischen Beratungsangebotes für Kinder, Jugendliche und Eltern in Deutschland. Sie ist Mitglied im Kinderschutzbund. Die Mitarbeiter helfen kostenlos, anonym und vertraulich. Die Beratung wird auch per E-Mail angeboten. Für Kinder und Jugendliche gibt es dort auch eine Internetberatung.

- › [www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de)
- › Kinder- und Jugendtelefon: 116 111
- › Elterntelefon: 0800/1110550

#### Trau Dich

Die Internetseite „Trau Dich“ informiert Kinder **auch** in Gebärdensprache über ihre Rechte.

- › [www.trau-dich.de/gebaerdensprache](http://www.trau-dich.de/gebaerdensprache)

#### Hilfeportal Missbrauch

Das Hilfeportal informiert Betroffene, ihre Angehörigen und andere Menschen, die sie unterstützen wollen. Hier finden Sie auch Hilfsangebote in Ihrer Nähe.

- › [www.hilfeportal-missbrauch.de](http://www.hilfeportal-missbrauch.de)
- › Telefon: 0800/2255530 ■



paula/photocase.com

## So finden Eltern die beste Hilfe

Polizei, Jugendamt, Beratungsstelle

Es geht um den Schutz der Kinder! Deshalb erfordert der Umgang mit sexuellem Missbrauch Behutsamkeit und Überlegung. Unnötige und unsensible Befragungen, verfrühte Beschuldigungen gegenüber dem Täter können Kinder zusätzlich belasten.

### Experten raten daher:

- Versuchen Sie nicht, allein damit fertigzuwerden!
- Suchen Sie auch für sich Hilfe – unabhängig von der Hilfe für das Kind!

Zusammen mit der Beratungsstelle können Sie das weitere Vorgehen planen. Beratung ist kostenfrei. Auf Wunsch bleiben Sie auch

anonym. Welche Themen und Anliegen Sie in die Beratung einbringen wollen, entscheiden Sie selbst. Auch bei einem Verdacht helfen die Beratungsstellen weiter. Die Beratungsstellen unterliegen der Schweigepflicht. Manchmal besteht die Gefahr, dass ein weiterer Übergriff erfolgt. Dann müssen die Beratungsstellen dafür sorgen, dass die Kinder vom Täter getrennt werden. Vielleicht wird auch das Jugendamt oder die Staatsanwaltschaft informiert.

Sexueller Missbrauch ist eine Straftat. Privatpersonen sind nicht verpflichtet, den Missbrauch anzuzeigen. Die Polizei muss jedem Verdacht nachgehen. ■

## Impressum

**Herausgeber:** AKF e. V., Elternbriefe du + wir, Mainzer Str. 47, 53179 Bonn, Tel. 0228/93299795 (vormittags), info@elternbriefe.de, www.elternbriefe.de, in Zusammenarbeit mit Diözesan-Caritasverband für das Erzbistum Köln e. V., Abteilung Behindertenhilfe, Georgstr. 7, 50676 Köln, Tel. 0221/2010256, www.caritasnet.de

**Redaktion:** Andrea Heinz (Caritasverband für die Stadt Köln e. V.), Wanda Spielhoff (Diözesan-Caritasverband für das Erzbistum Köln e. V.)  
Bonn, November 2014

**Korrektorat:** Hildegard Drüke-Ernst (Paderborn)  
**Gesamtherstellung:** www.kippconcept.de