

HÄNDE WEG VON MIR!



Tipps für Kinder



Der Kinderschutzbund
Kreisverband Nürnberg

wildwassernürnberg

Fachberatungsstelle für Mädchen*
und Frauen* gegen sexuellen
Missbrauch und sexualisierte Gewalt

Nürnberg

REFERAT FÜR JUGEND, FAMILIE UND SOZIALES

Hallo!

Vielleicht hast du in letzter Zeit schon mal etwas von sexuellem Missbrauch gehört, im Fernsehen, im Internet oder der Zeitung etwas darüber gesehen oder gelesen. Vielleicht hat dir auch schon mal eine Freundin oder ein Freund etwas davon erzählt.

Wir sprechen von sexuellem Missbrauch, wenn Mädchen oder Jungen z.B. gegen ihren Willen unangenehm angeschaut, angesprochen, angefasst oder geküsst werden. Manchmal versuchen diese Menschen den Kindern Angst zu machen, sie zu erpressen oder drohen ihnen. Häufig sind das Menschen, die du kennst und magst.

Wir haben diese TIPPS für dich zusammengestellt, damit du Bescheid weißt über sexuellen Missbrauch und damit du weißt, wo du dir Hilfe holen kannst, wenn dir jemand so etwas antut.

Viele Mädchen und auch Jungs kommen zu uns in die Beratungsstellen und erzählen uns, dass Erwachsene oder auch Jugendliche sich ganz blöd verhalten haben. Sie haben zum Beispiel erzählt, dass

- ihnen Nacktbilder oder Pornos gezeigt worden sind
- sie jemand anfassen sollten
- blöde sexuelle Fotos von ihnen gemacht worden sind
- sie im Chat Achselbehaarung oder andere Körperteile beschreiben oder vor der Webcam zeigen sollten
- sie Bemerkungen über Sex im Chat lesen mussten
- sie geküsst worden sind oder jemand küssen mussten
- sie angefasst worden sind (am Po, an den Brüsten, am Penis oder an der Vagina, unter dem T-Shirt)

Die Erwachsenen oder auch ältere Kinder, die so etwas tun, können Menschen sein, die du nicht kennst. Es können aber auch Menschen sein, die du sehr gut kennst, z.B. jemand aus deiner Familie, Lehrkräfte oder Freunde deiner Eltern. Was wir hier gerade erzählt haben, passiert leider einigen Kindern.



Niemand hat das Recht dir Angst zu machen!

Du hast keine Schuld!

Vertraue deinem Gefühl!

Du darfst dich wehren!

DAS SOLLST DU WISSEN:

- **Dein Körper gehört dir.** Du bestimmst, wer dich anfassen darf und wer nicht. Niemand hat das Recht, dich gegen deinen Willen zu berühren – auch nicht die Familie, Verwandte, Lehrer oder Bekannte. **Du darfst dich wehren!**
- Es gibt schöne und blöde Gefühle. Wenn dir etwas Angst macht, du dich ganz komisch fühlst oder es in deinem Bauch ganz doof grummelt, **gibt es einen Grund dafür.**
- Es gibt gute und schlechte Geheimnisse. Ein gutes Geheimnis z.B. ist, was deine Mutter zum Geburtstag bekommt. Wenn dir ein Geheimnis aber Sorgen macht, du traurig wirst oder sogar richtig Angst hast, **ist es nötig, dass du dieses Geheimnis einem Erwachsenen weitererzählst.** Das ist kein Petzen! Dies gilt auch, wenn dir jemand droht! Z.B. „Wenn du das weitererzählst, dann...“ **Niemand hat das Recht, dir** mit Worten, Schlägen oder Gemeinheiten **Angst zu machen.** Erwachsene oder auch ältere Kinder, die

Mädchen und Jungen Angst machen, sind gemein!

- Wenn dir jemand etwas schenkt, **musst du dafür nichts tun**, denn für Geschenke braucht man nichts zu bezahlen. Wenn Erwachsene für das Geschenk etwas von dir verlangen, z.B. dass du sie küsst, musst du das nicht tun. Wenn du ein Geschenk nicht haben möchtest, darfst du es ablehnen.
- Wenn dich jemand ganz komisch berührt, dir unangenehme Sachen erzählt, von dir Fotos machen will oder dir scheußliche Bilder zeigt, **darfst du NEIN sagen.**
- **Du darfst dich gegen komische Anrufe wehren.** Wenn dir jemand am Telefon eklige Dinge erzählt oder dir Angst macht: Leg auf!
- Wenn jemand im Chat etwas über deinen Körper wissen möchte, dich zu unangenehmen Dingen auffordert, **zeig es deinen Eltern** oder anderen Erwachsenen.

DAS SOLLST DU WISSEN:

● Auch wenn dir eingeredet wird, dass dir das doch auch gefällt, dass das ganz normal ist oder du dir das nur einbildest: **Vertraue dir und deinem Gefühl!** Denn solche Menschen versuchen, deine Gefühle zu verwirren.

● Es gibt viele Arten sich zu wehren. Du kannst z.B. schreien, schlagen, treten, beißen, weggehen, wegrennen, Hilfe rufen, Ausreden benutzen, lügen und noch vieles mehr. **Alles** was dir einfällt **ist erlaubt**, wenn du dich in Gefahr fühlst. **Du darfst dich wehren** - egal ob mit Worten, mit Gegenständen oder mit deinem Körper und Hilfe holen.

● Es kann sein, dass du zwar NEIN sagst oder dich anders wehrst, der andere aber nicht darauf reagiert. Vielleicht hast du solche Angst, dass du dich gar nichts zu machen traust. In diesen Fällen ist es **wichtig, dass du dir Hilfe holst**.

● Manchmal versuchen Erwachsene über das Internet mit Kindern Kontakt aufzunehmen, um sie später wirklich zu treffen und sexuell zu missbrauchen oder vor der Webcam zu posieren. **Gib daher im Netz niemandem deine Adresse, Telefonnummer, Foto oder Aufnahmen durch die Webcam.**

Bleibe nicht in Chaträumen, wenn dort über Themen gesprochen wird, die dir unangenehm, komisch, peinlich sind oder dir Angst machen. Erzähle jemandem davon, wenn du beim surfen ein komisches Gefühl hast.

● **Du hast keine Schuld**, wenn jemand so etwas oder ähnliches mit dir gemacht hat. Selbst wenn du Geld oder Geschenke angenommen hast oder gegen Regeln verstoßen hast. Du kannst nichts dafür, selbst wenn du neben der Angst auch angenehme Gefühle hattest. Die Verantwortung hat immer der Erwachsene. Erwachsene wissen, dass sie Kinder nicht sexuell missbrauchen dürfen. Erzähle einer erwachsenen Person, der du vertraust, davon. Das kann z.B. jemand aus deiner Familie, ein/e LehrerIn/Lehrer, Bekannte der Familie oder aus einer Beratungsstelle sein.

● Nimm all deinen Mut zusammen und **bitte um Hilfe**. Es kann sein, dass Erwachsene nicht reagieren oder dir nicht glauben. Lass dich nicht entmutigen und erzähle es einer weiteren Person. Merke dir: wenn jemand dich sexuell missbraucht hat, weiterhin tut oder dies versucht hat, **hast du keine Schuld!**



Der Kinderschutzbund
Kreisverband Nürnberg

Rothenburger Str. 11 · 90443 Nürnberg
Tel.: 0911-929190 00
kontakt@kinderschutzbund-nuernberg.de



Fachberatungsstelle für Mädchen*
und Frauen* gegen sexuellen
Missbrauch und sexualisierte Gewalt

Rückertstraße 1 · 90419 Nürnberg
Tel.: 0911-331330
info@wildwasser-nuernberg.de