

Noch mehr Wissen, Literatur, Tipps und Adressen zum Thema Prävention von sexualisierter Gewalt an Kindern

Jetzt mal ehrlich: Fertig mit dem Buch, aber nicht mit dem Thema?! Das kennen wir allzu gut und deswegen haben wir hier noch ein bisschen was für Sie.

Drei Fragen, die viele Erwachsene bei dem Thema umtreiben

1. Wie beantworte ich Kinderfragen zum Thema Sexualität und/oder sexualisierte Gewalt?

Wir empfehlen, jede Kinderfrage auf Sachebene zu beantworten. Sie müssen nicht alles wissen und dürfen sich auch Zeit verschaffen: „Joa. Mit der Frage habe ich jetzt nicht gerechnet. Da muss ich mir erst nochmal überlegen, wie ich das einem Kind erkläre.“ Das darf auch am nächsten Tag passieren. Aber dann beantworten Sie die Frage auch. Denn wenn Sie nicht antworten, ist die Frage nicht weg. Dann wird das Kind vermutlich jemand anderen oder das Internet fragen. Und das ist häufig sehr weit weg von dem, was wir möchten, was Kinder in diesem Alter sehen und wissen sollen.

Literaturtipp:

- Eine Unterstützung und Herzensempfehlung für Gespräche rund um das Thema Sexualität ist ein weiteres Buch aus dieser illustrierten Sachbuchreihe:

Carsten Müller, Sophia Siegl: **„Von wegen Bienchen und Blümchen. Aufklärung, Gefühle und Körperwissen für Kinder ab 5 Jahren“**, Edition Michael Fischer, 2021.

- Empfehlung für Jugendliche: Nadine Beck, Rosa Schilling: **„Sex in echt. Offene Antworten auf deine Fragen zu Liebe, Lust und Pubertät“**, migo, 2022.

2. Was tue ich, wenn ein Kind von eigene Erfahrungen mit sexualisierter Gewalt erzählt?

Zuerst einmal: Wow! Was für ein mutiges Kind. Es vertraut sich Ihnen – ja genau IHNEN – an, weil es sich sicher genug fühlt. Das ist ein enormer Vertrauensbeweis. Es ist also schon mal einiges richtig gut gelaufen. Und jetzt lassen Sie uns konkret werden:

- **Hören Sie zu, ohne zu unterbrechen.** Lassen Sie das Kind ausreden und stellen Sie keine drängenden Fragen.
- **Reagieren Sie ruhig und wertschätzend.** „Danke, dass du mir davon erzählst. Es ist wichtig, dass ich davon weiß.“ Schockierte, wütende oder auch bewertende Reaktionen können das Kind verunsichern. Einige Kinder haben in solchen Situationen das Gefühl, sie hätten etwas falsch gemacht oder empfinden Scham und machen dann zu.

- **Das Kind darf genau das fühlen, was es gerade fühlt** – und das kann auch Lust auf Toben über den Spielplatz sein.
- **Holen Sie sich Unterstützung.** In einer Beratungsstelle sind die Expert*innen auch für Sie da. Diese unterstützen Sie auch bei der Frage, wann und ob eine Anzeige bei der Polizei sinnvoll ist.

3. Muss ich jedes NEIN und jede Grenze ernst nehmen?

Die einfache Antwort: Ja.

Die ausführlichere: Ja, nehmen Sie jedes Nein und jede Grenze ernst. Die Lernerfahrung, dass ihre Bedürfnisse Relevanz haben, ist für Kinder unglaublich wertvoll. Sie erleben, dass sie etwas bewirken können und nicht alles hinnehmen müssen. So steigt auch die Wahrscheinlichkeit, dass Kinder davon berichten, wenn andere Menschen ihre Grenzen überschreiten.

Das bedeutet aber nicht, dass das Kind keine Zähne mehr putzen soll, weil es NEIN gesagt hat. Sondern es bedeutet: „Zähneputzen muss sein, weil die Zähne sonst kaputt gehen und übel weh tun können. Du kannst aber gerne entscheiden, wo du heute deine Zähne putzt.“ So lernen Kinder, was sie (mit-)entscheiden können und was Erwachsene entscheiden müssen.

Noch Fragen?

Unter diesem Link finden Sie kurze Videos, in denen wir Autor*innen über verschiedene Themen zum Buch ins Gespräch kommen. Vielleicht beantworten wir dort auch ihre Frage.

www.jetztmalehrlich.com



Carsten Müller, Steffi Bohle
Illustration: Emily Claire Völker

Jetzt mal ehrlich?!: Meine Gefühle, mein Körper, meine Regeln!

Ein wirksames Aufklärungsbuch für Kinder zur Prävention von sexuellem Missbrauch

ISBN 978-3-7459-2740-5

16.00 € (DE) / 16.50 € (AT)

Wichtige Kontakte und weiterführende Informationen

Wenn Sie nach weiteren Tipps und Wissen suchen oder uns und unsere Arbeit kennen lernen wollen, dann haben wir hier unsere aktuellen Empfehlungen zusammengetragen:

Das Buch und die Autor*innen

www.jetztmalehrlich.com
steffibohle.de
carstenmueller.de
praxis-sexualitaet.de

Social Media:

www.instagram.com/stef.bohle/
www.instagram.com/car.mueller/
<https://www.youtube.com/@praxisfuersexualitaet>

Sofort erreichbare Hilfe (Hotlines)

- Nummer gegen Kummer – Kinder- und Jugendtelefon: **116 111** | Mo–Sa: 14:00–20:00 Uhr | anonym & kostenfrei | www.nummergegenkummer.de
- Nummer gegen Kummer – Elterntelefon: **0800 111 0 550** | Mo–Fr: 9:00–17:00 Uhr (Di & Do bis 19:00 Uhr) | anonym & kostenfrei | www.nummergegenkummer.de
- Hilfetelefon „Sexueller Missbrauch“: **0800 22 55 530** | Mo, Mi, Fr: 9:00–14:00 Uhr | Di, Do: 15:00–20:00 Uhr | www.hilfe-portal-missbrauch.de/hilfe-telefon
- Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“: **116 016** (alternativ **08000 116 016**) | 24/7 erreichbar | anonym, kostenfrei, mehrsprachig | www.hilfetelefon.de
- Hilfetelefon „Gewalt an Männern“: **0800 123 9900** | Mo–Do: 8:00–20:00 Uhr | Fr: 8:00–15:00 Uhr | Chat: Mo–Do: 12:00–15:00 & 17:00–19:00 Uhr | www.maennerhilfetelefon.de
- Polizei-Notruf: **110** | jederzeit bei akuten Notsituationen

Beratungsstellen und Fachportale

- UBSKM – Unabhängiger Beauftragter für Fragen des sexuellen Kindesmissbrauchs | www.beauftragte-missbrauch.de
- Kinderschutz-Zentren | www.kinderschutz-zentren.org
- Weißer Ring e.V. | www.weisser-ring.de

- DGfPI – Deutsche Gesellschaft für Prävention und Intervention bei Kindesmisshandlung und -vernachlässigung e.V. | www.dgfpi.de
- Kinderschutzbund Bundesverband (DKSB) | www.kinderschutzbund.de

Online-Sicherheit, Prävention digital und Medienpädagogik

- Medienfilter – Jugendschutzprogramm für alle Endgeräte | kostenfrei | www.jugendschutzprogramm.de
- Zebra | www.fragzebra.de
- klicksafe | www.klicksafe.de
- jugendschutz.net | www.jugendschutz.net
- fragFINN | Kinderrechte | www.fragfinn.de
- SCHAU HIN! | www.schau-hin.info

Rechte und Kinderschutz allgemein

- Deutsches Kinderhilfswerk | www.dkhw.de
- Kindersache (DKHW-Portal) | www.kindersache.de
- UNICEF Deutschland | www.unicef.de
- Deutsche Kinder- und Jugendstiftung | www.dkjs.de

Weiterführende Materialien, Infos und hilfreiche Links

- BIÖG – Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (früher BZgA) | www.bioeg.de
- Materialien in Leichter Sprache (UBSKM & Hilfeportal) | www.hilfe-portal-missbrauch.de/leichtesprache
- Mehrsprachige Materialien – Hilfetelefon Gewalt gegen Frauen | www.hilfetelefon.de/materialien
- DeGPT (Deutsche Gesellschaft für Psychotraumatologie) – Trauma-spezifische Hilfe für Erwachsene | www.degpt.de

Die in dieser Liste zusammengetragene Literatur, Webseiten und Rufnummern wurden von Verfasser und Verlag sorgfältig geprüft. Eine Haftung des Verfassers bzw. des Verlags und seiner Beauftragten für Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

Bei der Verwendung im Unterricht ist auf dieses Buch hinzuweisen.

Literaturliste zu **Jetzt mal ehrlich?!: Meine Gefühle, mein Körper, meine Regeln!** – Ein wirksames Aufklärungsbuch für Kinder zur Prävention von sexuellem Missbrauch

ISBN 978-3-7459-2740-5