

7 Punkte zur Prävention sexueller Ausbeutung

Einer der wichtigsten Punkte ist Punkt 5 – es gibt gute und schlechte Geheimnisse. Wenn das Kind genau weiss, wo es mit schlechten Geheimnissen und auch schlechten Gefühlen hin kann – eine vertrauenswürdige Person hat, ist schon ein grosser Teil der Prävention gemacht. So kann schon früh eine Ausbeutung verhindert werden.

1 Dein Körper gehört Dir

Du bist wichtig und Dein Körper ist einzigartig und wertvoll. Du kannst stolz auf ihn sein. Über Deinen Körper entscheidest Du allein und Du hast das Recht zu bestimmen, wie, wann, wo und von wem Du angefasst werden möchtest.

2 Deine Gefühle sind wichtig

Du kannst Deinen Gefühlen vertrauen. Es gibt angenehme, da fühlst Du Dich gut und wohl. Es gibt aber auch solche, die sind unangenehm. Du hast das Recht, komische, blöde und unangenehme Gefühle zu haben. Sie sagen Dir, dass etwas nicht stimmt und Dir nicht gut tut. Du darfst Deine Gefühle ausdrücken und mit uns darüber sprechen, auch wenn es schwierige sind und Du glaubst, dass sie nicht zu einem Mädchen oder Jungen passen.

3 Angenehme und unangenehme Berührungen

Es gibt Berührungen, die Dir gut tun und Dich richtig glücklich machen. Solche Berührungen sind für jeden Menschen wichtig. Es gibt aber auch solche, die unangenehm sind, Dich verwirren, Angst machen oder sogar weh tun. Solche Berührungen darfst Du zurückweisen. Kein Erwachsener hat das Recht, seine Hände unter Deine Kleider zu stecken und Dich an der Scheide, am Penis, am Po oder an Deiner Brust zu berühren. Es gibt Erwachsene, die möchten von Dir so berührt werden, wie Du es nicht willst, zum Beispiel an ihren Geschlechtssteilen. Niemand hat das Recht, Dich dazu zu überreden oder zu zwingen, auch wenn Du diesen Menschen kennst und gern hast.

4 Das Recht auf NEIN

Du hast das Recht, Nein zu sagen. Wenn Dich jemand gegen Deinen Willen anfassen will oder Dinge von Dir verlangt, die Du nicht tun willst, dann darfst Du NEIN sagen und Dich wehren. Lass uns gemeinsam überlegen, in welchen Situationen es sinnvoll ist, nicht zu gehorchen und mit welchen Mitteln Du Dich wehren kannst.

5 Es gibt gute und schlechte Geheimnisse

Es gibt gute Geheimnisse, die Freude machen und spannend sind, zum Beispiel wenn Du jemanden mit einem Geschenk überraschen willst. Schlechte Geheimnisse bedrücken und machen Angst, sie fühlen sich schwer und unheimlich an. Solche Geheimnisse, die Dir ein ungutes Gefühl geben, sollst Du unbedingt weiter sagen, auch wenn Du versprochen hast, es niemandem weiterzuerzählen. Das hat nichts mit Petzen zu tun.

6 Das Recht auf Hilfe

Wenn Dich ein schlechtes Geheimnis belastet oder Du etwas Unangenehmes erlebt hast, bitte ich Dich, es zu erzählen. Dann können wir versuchen, Dir zu helfen. Höre bitte nicht auf zu erzählen, bis Dir jemand glaubt. Lass uns gemeinsam überlegen, mit welchen Menschen Du über Schwierige Dinge reden kannst.

7 Du bist nicht schuld

Wenn Du es erlebt hast oder es Dir passiert, dass ein Erwachsener oder ein älteres Kind Dich sexuell ausbeutet, so bist Du nicht daran schuld. Auch dann nicht, wenn Du versucht hast, Dich zu wehren. Es gibt Erwachsene, die übergehen trotzdem Deine Grenzen. Vielleicht konntest Du Dich auch nicht wehren, weil Deine Angst zu gross war. In keinem Fall bist Du an der Ausbeutung schuld, egal was der Täter oder die Täterin behauptet. Er/Sie trägt die Verantwortung für das, was er/sie Dir angetan hat.

Mädchen und Jungen, deren körperliche und persönliche Grenzen schon früh respektiert werden und die gelernt haben, dass sie ihre Gefühle ausdrücken dürfen und damit ernstgenommen werden, die in einer liebevollen und bejahenden Umgebung aufwachsen und die daran unterstützt werden, ihren Körper zu erforschen und eine positive Beziehung zu ihm zu entwickeln, werden eher in der Lage sein, einen sexuellen Übergriff als solchen zu erkennen, darüber zu reden und sich Hilfe zu suchen. Umgekehrt wird ein Kind, dessen „NEIN“ häufig übergangen wird und dessen Gefühle nicht ernst genommen werden, sich nicht plötzlich trauen, einer erwachsenen Person gegenüber starken Widerstand zu zeigen. Das bedeutet, dass eine Erziehung, die Kinder als eigenständige Persönlichkeit annimmt und ihnen grundlegende Persönlichkeitsrechte gibt, sie auch besser vor sexueller Ausbeutung schützt. Eine liebe- und respektvolle, ermunternde und positive verstärkende Erziehung ist der beste Schutz vor sexueller Ausbeutung, den Sie Ihren Kindern mit auf den Weg geben können.

...und... lassen Sie zu, wenn ein Kind weint... „Musst nicht weinen...“ – ist keine Prävention – trösten Sie Ihr Kind und lasst es die Gefühle leben und erleben.