



0800 22 55 530

# Hilfetelefon Sexueller Missbrauch



**0800 22 55 530**

Hilfe und Beratung

Für Betroffene | Für Fachkräfte

Für besorgte Menschen aus dem sozialen Umfeld

Bundesweit, kostenfrei und anonym





#### Impressum

#### Herausgeber:

Hilfetelefon Sexueller Missbrauch  
N.I.N.A. e.V.  
Dänische Straße 3-5 | 24103 Kiel  
beratung@hilfetelefon-missbrauch.de

#### Grafikdesign:

Petra Massolle | [www.medien-design.sh](http://www.medien-design.sh)

#### Fotos:

Barbara Dietl | [www.dietlb.de](http://www.dietlb.de)

© N.I.N.A. e.V., 2015

Ein Angebot des Unabhängigen Beauftragten  
für Fragen des sexuellen Kindesmissbrauchs  
in fachlicher Verantwortung von N.I.N.A. e.V.

[www.nina-info.de](http://www.nina-info.de)  
[www.beauftragter-missbrauch.de](http://www.beauftragter-missbrauch.de)



## → Hilfe und Beratung – kostenfrei und anonym

Rufen Sie uns an, wenn

- Sie in Ihrer Kindheit oder Jugend sexuellen Missbrauch erlebt haben oder aktuell davon betroffen sind
- Ihr Kind, Ihre Partnerin, Ihr Partner oder jemand aus Ihrem Umfeld Opfer sexueller Gewalt wurde
- Sie während Ihrer Arbeit, in der Nachbarschaft, in einer Kindertagesstätte, Schule, Kirchengemeinde, im Sportverein oder mittels digitaler Medien, z. B. im Internet, mit dem Thema Kindesmissbrauch konfrontiert werden und Fragen dazu haben



## → Fakten / Hintergründe

Sexueller Missbrauch ist **jede** sexuelle Handlung, die durch Erwachsene oder Jugendliche an, mit oder vor einem Mädchen oder Jungen vorgenommen wird, weil Kinder aufgrund ihrer körperlichen, psychischen, geistigen oder sprachlichen Unreife diesen Handlungen nicht wissentlich zustimmen können.

Täter oder Täterinnen nutzen ihre Macht aus, um eigene Bedürfnisse auf Kosten von Kindern zu befriedigen.

Sexualisierte Gewalt findet häufig im familiären Umfeld oder in der Familie selbst statt, aber auch im sozialen Nahbereich wie der Nachbarschaft, dem Freundeskreis, in Institutionen wie Schulen,

Kitas oder Sportvereinen sowie in digitalen Medien wie dem Internet. Überall dort suchen Täter oder Täterinnen den Kontakt zu Mädchen und Jungen.

Die Mehrzahl der Taten begehen Männer, aber es gibt auch Täterinnen. Täter und Täterinnen stammen aus allen sozialen Schichten. Äußere Merkmale gibt es nicht. Etwa ein Drittel der Taten wird von Jugendlichen unter 21 Jahren begangen, und es gibt auch sexuell übergriffige Kinder.

Missbrauch kann Mädchen und Jungen treffen. Die meisten fühlen sich mitschuldig. Aber sie sind es nicht. Mädchen und Jungen, egal wie alt sie sind und wie sie sich verhalten haben, sind niemals schuld. Die Schuld tragen allein die Täter oder Täterinnen.

Die Auswirkungen von sexuellem Missbrauch sind sehr unterschiedlich. Manche Betroffene sind durch die Taten und die Folgen ihr ganzes Leben lang schwer belastet. Für andere sind die Auswirkungen weniger schwerwiegend. Ein Kind hat gute Chancen, das Erlebte zu verarbeiten, wenn es früh Hilfe und Trost erhält und erlebt, dass ihm geglaubt wird.

Besonders belastend ist es für Mädchen und Jungen, wenn der Missbrauch fotografiert, gefilmt und z. B. im Internet verbreitet wird. Die Opfer haben das Gefühl, dass der Missbrauch nie endet. Der Begriff „Kinderpornografie“ verharmlost diese Darstellungen von Missbrauch. Treffender ist es, von „Missbrauchsfotos oder -filmen“ zu sprechen.



## → Betroffene

### Haben Sie in Ihrer Kindheit oder Jugend sexuellen Missbrauch erlebt? Sind Sie aktuell betroffen?

Dann möchten wir Sie ermutigen, sich Unterstützung zu suchen. Sexueller Missbrauch ist ein Thema, über das nicht einfach zu reden ist. Vielleicht haben Sie das Gefühl, dass diese Erlebnisse Ihr Leben noch immer beeinträchtigen. Deshalb ist es wichtig, darüber zu sprechen und damit nicht allein zu bleiben.

Eine große Hilfe ist es, wenn Ihnen in dieser Situation eine vertraute Person aus Ihrem Umfeld zur Seite steht. Darüber hinaus kann professionelle Unterstützung helfen, sexuelle Gewalt zu bewältigen. Wir helfen herauszufinden, was im Moment das Wichtigste ist und wie die nächsten Schritte aussehen könnten.

### Nicht allein bleiben

Täter und Täterinnen tun alles, um zu verhindern, dass ihre Taten aufgedeckt werden. Wer über sexuellen Missbrauch spricht, bricht Isolation und Geheimhaltung auf und kann auf diesem Weg Missbrauch beenden und Hilfe finden.

Wenn Sie in Ihrer Kindheit sexuellen Missbrauch erlebt haben, kann das selbst viele Jahre später noch Folgen haben. Es können Depressionen oder Ängste auftreten. Beratung, Begleitung oder Therapie durch eine erfahrene Person kann Ihnen bei der Verarbeitung helfen. Auch eine Selbsthilfegruppe kann ein wertvoller Rahmen für die Bewältigung sein.

Je schneller eine geeignete Unterstützung gefunden wird, desto größer sind die Chancen für eine rasche Beendigung des Missbrauchs beziehungsweise eine gute Verarbeitung des Erlebten.



0800 22 55 530

## → Soziales Umfeld

**Ihr Kind, Ihre Partnerin oder Ihr Partner oder jemand aus Ihrem näheren Umfeld wurde Opfer sexueller Gewalt?**

Damit stehen Sie vor einer schwierigen Situation. Gerade am Anfang ist es vielleicht unvorstellbar, wie das Leben weitergehen soll. Das Wissen um den Missbrauch drängt sich ständig in den Vordergrund. Es erfordert viel Kraft und Mut, sich auf den Weg zu machen und Schritt für Schritt ein Leben zurückzuerobern, das nicht ausschließlich von Missbrauch bestimmt ist. Spezialisierte Fachberatungsstellen können dabei eine gute Unterstützung bieten.

Es kann sein, dass rechtliche Fragen zu klären sind. Wenn Betroffene an eine Strafanzeige denken, sind gute Beratung und das Abwägen von Für und Wider von entscheidender Bedeutung.



### **Haben Sie den Verdacht, dass Ihr Kind oder ein Kind in Ihrem Umfeld sexuellen Missbrauch erleidet?**

Vertrauen Sie Ihrem Gefühl und gehen Sie Ihrem Verdacht nach. Ihr Handeln wird wesentlich von der Position abhängen, in der Sie sich befinden. Klären Sie mit einer Person, der Sie vertrauen, worauf Ihr Gefühl und Ihr Verdacht beruhen. In beruflichen Situationen wäre die Leitung der Einrichtung die nächste Person für ein vertrauliches Gespräch. Es ist ratsam, sich persönlich oder telefonisch von Fachberatungsstellen unterstützen zu lassen.

Versuchen Sie, das Vertrauen des Kindes zu stärken. Zeigen Sie, dass Sie sich mit belastenden Themen auskennen und dass es mit Ihnen sprechen kann. Tun Sie das mit Bedacht und Ruhe, auch wenn es schwerfällt, und üben Sie keinen Druck aus, denn das Mädchen oder der Junge steht vermutlich bereits unter großem Druck. Signalisieren Sie dem Kind, dass Hilfeholen kein Petzen und kein Verrat ist. Dass es in Ordnung ist, über „schlechte Geheimnisse“ zu sprechen, und dass Sie ihm glauben.

Machen Sie keine Versprechen, die Sie nicht halten können. Sprechen Sie nie den vermutlichen Täter auf Ihren Verdacht an.

0800 22 55 530

## → Fachkräfte

### Kein Raum für Missbrauch

Der Erziehungsalltag in Einrichtungen wie z.B. Kindertagesstätten, Schulen, Kirchengemeinden oder im Sportverein stellt viele Herausforderungen an pädagogische Fachkräfte. Der Umgang mit dem Thema sexueller Missbrauch ist eine davon: Es kann sein, dass ein Vater einen auffälligen Umgang mit seinem Kind hat, eine Kollegin einen Verdacht äußert, ein Trainer sich merkwürdig verhält oder dass sich Ihnen ein Mädchen oder Junge anvertraut, von dem ein anderes Kind Nacktfotos gemacht und digital verbreitet hat. Vielleicht sind Sie auch selbst verunsichert, wie viel Nähe zu den Kindern eigentlich erlaubt ist.

Pädagogische und Freizeiteinrichtungen brauchen Strukturen, die es potenziellen Tätern schwer machen, dort ihre Pläne um-

zusetzen. Schutzkonzepte bieten solche Strukturen. Sie als Fachkräfte oder ehrenamtlich Helfende benötigen Kenntnisse und Kompetenzen, die es Ihnen ermöglichen, die Verantwortung für den Schutz von Mädchen und Jungen zu übernehmen. Fortbildungen sind ein wichtiger Baustein von Schutzkonzepten. Aber auch die Entwicklung von transparenten und verlässlichen Hilfsstrukturen, an denen man sich im Verdachtsfall orientieren kann, gehört dazu.

Wenn Sie Fragen zu Schutzkonzepten haben, wenn Sie wissen wollen, welche Maßnahmen in Einrichtungen zum Schutz von Kindern ergriffen werden sollten, helfen wir Ihnen. Wir nennen Ihnen Fachberatungsstellen, die Sie dabei unterstützen können.

### Auf den Erziehungsalltag kommt es an

Neben den Maßnahmen, die eine Einrichtung treffen kann, ist eine Erziehungshaltung, die präventive Botschaften enthält, ein entscheidender Schutzfaktor:

- Dein Körper gehört dir
- Gefühle sind richtig und wichtig
- Kinder dürfen NEIN sagen
- Kinder dürfen über schlechte Geheimnisse sprechen
- Kinder haben keine Schuld an sexuellem Missbrauch
- Kinder haben ein Recht auf Hilfe
- Hilfeholen ist kein Petzen

Kinder können sich nicht alleine schützen. Damit die Botschaften bei den Kindern ankommen, müssen sie im Alltag erleben, wie Erwachsene diese Botschaften zur Richtschnur ihrer Erziehung machen.



→ Stimmen

„Ausgerechnet der.  
Das konnte ich mir überhaupt nicht vorstellen.“

„Ich bin  
vollkommen  
durcheinander.“

**„Ich hätte so gerne,  
dass das alles nicht  
wahr ist.“**

*„Unser Team  
war völlig  
überfordert.“*

„Mein Lehrer fragt  
mich nach einem  
Date. Ist doch  
abartig, oder?“

„Wir haben zwar so ein  
Präventionsprogramm bei uns  
im Kindergarten gehabt,  
aber jetzt wissen wir nicht  
weiter.“

„Ich würde gerne  
einen Elternabend  
dazu einberufen.“

„Meine Schwester hat  
neulich im Chat echt  
ekelige Fotos von einem  
Typen geschickt gekriegt.“

„Meine Kollegin in  
Verdacht zu haben –  
wie schrecklich!“

**„Das sind doch  
beides noch  
Kinder.“**

„Ich bin so froh, dass  
mir jemand Ihre Nummer  
gegeben hat.“

**„Das ist doch  
alles schon so  
lange her...“**

- miese Anmache
- Mobbing in der Schule
- sexueller Missbrauch
- Cybermobbing
- ungewollte Zusendung von Pornos
- Sexting
- sexuelle Übergriffe

[www.save-me-online.de](http://www.save-me-online.de)



**save-me-online:**

## **Das Online-Angebot des Hilfetelefons für Jugendliche**

**Miese Anmache, Mobbing in der Schule, sexueller Missbrauch, Cybermobbing, ungewollte Zusendung von Pornos, Sexting oder andere sexuelle Übergriffe ...**

Viele Jugendliche erleben das in ihrem privaten Umfeld oder im Netz!

Ihr könnt Euch bei uns über diese Formen von Gewalt informieren und beraten lassen. Wir bieten professionelle und kostenlose Beratung an, bei der Du anonym bleiben kannst.

Wende Dich an uns – auch wenn Du nicht sicher bist, ob Du mit Deinem Anliegen hier richtig bist. Wir nehmen Dich ernst.

Das gilt auch, wenn Dich jemand unter Druck setzt. Gemeinsam suchen wir Auswege.

Wenn Dir eine telefonische Beratung lieber ist, kannst Du Dich ans Hilfetelefon wenden.

**0800 22 55 530**





Hilfetelefon  
Sexueller Missbrauch



**0800 22 55 530**

Bundesweit, kostenfrei und anonym.  
[www.hilfeportal-missbrauch.de](http://www.hilfeportal-missbrauch.de)

### **Anrufzeiten:**

Montag und Mittwoch 09 – 14 Uhr

Dienstag und Freitag 16 – 21 Uhr

Sonntag 15 – 20 Uhr

**Rufen Sie an.  
Auch im Zweifelsfall.**



**Silke Noack**

Leitung „Hilfetelefon Sexueller Missbrauch“