

**Wie sag' ich's meinem Kinde?**



## Liebe Eltern,

nicht selten werden wir gefragt: **Wie sag' ich's meinem Kinde?** Also, **gibt es** Fragen (und darauf Antworten), die Kinder in einem bestimmten Alter stellen? Und, welches Alter ist **das richtige**, welche Situation **die richtige**...? Wir versuchen Ihnen mit diesen Anmerkungen und Ausführungen einige Anhaltspunkte zu geben. Diese können natürlich nie vollständig sein; bei weiteren Fragen wenden Sie sich gerne telefonisch oder per E-Mail an uns!

Es **gibt nicht** die *Fragen*, die ein Kind stellt. Es **gibt nicht** das *richtige Alter* und es **gibt nicht** die *richtige Situation*, wo Sie dem Kind diese Fragen erklären können. In **jedem** Alter stellt **jedes** Kind **seine** individuellen Fragen zu jedem möglichen Thema wie auch zu diesem. Oft so, dass man genau hinhören muss - und genau **hier** liegt der Schlüssel.

Wir müssen unsere Kinder **kontinuierlich begleiten**, wir müssen **hinhören**.

Dann ersparen wir es uns und den Kindern, dass „irgendwann einmal die große Frage der Aufklärung“ entsteht. Wir brauchen und dürfen **niemals** erschrecken. Ein Kind stellt Fragen - bei denen wir schlucken - in einer ganz anderen Haltung, vor ganz anderem Hintergrund. Es denkt sich meistens schlichtweg nichts dabei! Es geht also durchaus auch darum, eine vollkommen unverklemmte Haltung zur Sexualität zu finden, um den Kindern eine adäquate Haltung zu vermitteln.

Kinder hören **ganz genau** was **hinter** den Antworten steckt. Sie spüren ein Erschrecken, einen Vorbehalt, eine Verklemmtheit. Sie akzeptieren und begreifen aber die Antwort von Erwachsenen, die dies hinter sich lassen können. Es sind somit insbesondere solche Erwachsene, denen die richtigen Antworten einfallen...

Wir müssen den Kindern eine selbstbewusste, ungebeugte, unverklemmte Haltung nahe bringen. Denn wenn wir diese Haltung nicht kennen, nicht fühlen, nicht haben, bleiben unsere Bemühungen aufgesetzt. Die Kinder spüren das. Ist es nicht doch schlichtweg so, dass **wir** von den **Kindern** lernen können? Wir alle hatten diese Haltung einmal, wir alle waren einmal Kinder...

**Das** müssen **wir** uns sagen, **bevor** wir es **wagen** *Tipps* und *Fragen/Antworten* zu geben, wie z.B. diese:

- Nehmen Sie sich täglich die Zeit, um mit Ihrem Kind über seine Erlebnisse und Sorgen zu sprechen?
- Vermitteln Sie Ihrem Kind, dass es Ihnen alle Erlebnisse erzählen kann, die ihm *komisch* oder *gar beängstigend* vorgekommen sind?
- Schicken Sie Ihr Kind nicht allein, sondern in kleinen Gruppen zusammen mit anderen Kindern zur Schule oder zum Spielplatz!
- Versuchen Sie, Ihr Kind ohne Druck zur Pünktlichkeit anzuhalten. Geben Sie dafür selbst ein gutes Beispiel!
- Schauen Sie sich mit Ihrem Kind auf dem Schulweg und in der näheren Umgebung *Rettungsinseln* an wie z.B. ein Geschäft, in dem es die Kassierer/in ansprechen kann; eine Straße, in der viele Menschen sind; ein Haus, wo es klingeln kann...
- Üben Sie mit Ihrem Kind, wie es sich in bedrohlichen Lagen verhalten soll, damit es im Notfall richtig reagieren kann. So sollte es z.B. andere Erwachsene ansprechen oder laut um Hilfe schreien. Versucht jemand, Ihr Kind anzufassen, dann sollte es sich nicht verstecken, sondern wegrennen. Dorthin wo viele Menschen sind.
- Sprechen Sie Bekannte an, die das Kind noch nicht (gut) kennt, ob sie es bei einem Spaziergang *zufällig* ansprechen und in einen Dialog verwickeln wollen. Sprechen Sie mit dem Kind und dem Bekannten zusammen hinterher darüber.
- Sagen Sie **niemals** *Darüber spricht man nicht* oder *Ich kann Dir nicht sagen, was „geil“ ist* -sondern: Geil? Wo hast Du das gehört? Wer hat Dir das gesagt? Etwas ist geil das heißt super, toll... Was? Ach, **jemand** soll (auf jemanden) geil sein? Das ist, wenn z.B. eine Frau einen Mann so super findet, dass sie am liebsten mit ihm sofort... vielleicht weißt Du, was Mama und Papa machen, wenn sie sich ganz lieb haben und ganz nah beieinander sein möchten?
- Üben Sie für sich selbst Begriffe, mit denen Sie täglich umgehen - die für Ihr Kind aber neu sein können - möglichst einfach und einleuchtend zu erklären...! Sie werden merken, es ist oft nicht einfach, aber man kann es lernen!

Prävention **muss** Bestandteil kontinuierlicher (insbesondere Sexual-) Erziehung sein! Sexualerziehung ist immer Wissensvermittlung und Liebeserziehung. Es gibt hier keine festen Regeln, nur in etwa kann Folgendes gelten:

1. Ungefähr mit 3 Jahren sollten Kinder wissen, woher

die Babys (Geschwister) kommen. Etwa ab diesem Alter sollten sie auch die körperlichen Unterschiede zwischen Mann und Frau/Junge und Mädchen kennen lernen. Fakten und Gefühle sollten sie gemeinsam vermitteln: Es muss auch über „psychosexuelle“ Reaktionen gesprochen werden wie Lustgefühle, Spaß, Erektion, Orgasmus...

2. Ca. ab 4 bis 6 Jahren kann die Aufklärung über die Zeugung erfolgen. Schrittweise sollte - je nach Fragen und Informationsstand - das weitere Wissen vermittelt werden. Kinder gebrauchen auch in frühem Alter im Kindergarten aufgegriffene Ausdrücke wie „Ficken“, „Wichser“, „Bumsen“, oft ohne genau zu wissen was sie bedeuten. Es sind gute Aufhänger, dies aufzugreifen und es sind Anlässe, es richtig und sachlich zu erklären. Gespräche über Zuneigung, Zärtlichkeit und Liebe, geschlechtliche Anziehung, Lust, Selbstbefriedigung müssen hier beinhaltet sein. Die natürlichen - lustvollen Handlungen von Kindern (Doktorspiele) müssen zugelassen werden, auch am eigenen Körper.
3. Mit etwa 10 Jahren müssen Kinder vollständig aufgeklärt sein. Neben den ungenauen, verniedlichenden oder Gassen-Begriffen sollten auch Worte wie „Glied“ oder „Scheide“, später „Penis“ und „Vagina“ eingeführt werden. Aufmerksame Eltern spüren, wann ein Kind *reif* ist für eine Frage zur Sexualität. Sie spüren es, wenn es diese nicht schon selbst (verschlüsselt) stellt, auch, ob es *reif* genug für eine Antwort ist. Die Antworten der Eltern sollten **niemals** etwas verschleiern, sondern **offen** und **wahr** sein. Sie sollten auch dem Alter des Kindes angemessen formuliert werden. Ältere Kinder sollten über Verhütungsmethoden aufgeklärt werden; Gespräche über Menstruation, Pubertät, Pornographie, Prostitution, Ehe, Scheidung, Homo- und Heterosexualität, eheliche und uneheliche Kinder sollten stattfinden.

Natürlich muss mit Kindern auch über sexuellen Missbrauch/sexuelle Gewalt gesprochen werden, aber **nie** mit dem Tenor, dass Kinder Sexualität und Gewalt gleichsetzen. Es soll **kein** Misstrauen in die Beziehung zwischen den Geschlechtern oder Kind und Vater/Mutter gesät werden. Wir reden ja auch über die Gefahren des Straßenverkehrs und versuchen das Verhalten durch Verkehrserziehung zu beeinflussen.

Wir können und sollen also altersgemäß mit Kindern darüber sprechen, dass es Menschen gibt - die sie an den Po, die Scheide oder den Penis fassen wollen - die sich zur eigenen Erregung vor ihnen entblößen - die sie zur Geheimhal-

tung verpflichten wollen. Und, dass dies nicht nur Fremde, sondern auch Angehörige oder Bekannte sein können; aber auch warum es nicht gut ist, sich von Unbekannten mitnehmen zu lassen oder allein zu Haus, die Tür zu öffnen.

## **Nicht weil die Dinge schwierig sind, sagen wir sie nicht, sondern weil wir sie nicht sagen, sind sie schwierig.**

### **Zusammenfassung:**

Es gibt eine Reihe von Grundhaltungen, die für die vorbeugende Arbeit bei sexuellem Missbrauch entscheidend sind:

1. Das Recht auf körperliche und sexuelle Selbstbestimmung!  
*„Du hast das Recht zu bestimmen, wer Dich wann, wie und wo anfasst.“; „Dein Körper ist liebenswert und einzigartig“.* Erwachsene dürfen es nicht als normal empfinden, dass jeder den Körper des Kindes berühren, streicheln, küssen, in den Arm nehmen darf.
2. Das Recht auf die eigene Intuition, die eigenen Gefühle!  
*„Vertraue Deinen Gefühlen.“; „Du hast das Recht, etwas als unangenehm, seltsam, komisch zu erleben, auch wenn ein Erwachsener das unsinnig findet.“; „Deine Gefühle sind uns wichtig.“* Kinder dürfen anders fühlen als Erwachsene.
3. Die Unterscheidung von **guten** und **schlechten** Berührungen!  
*„Du hast das Recht, selbst zu bestimmen, welche Berührungen für Dich unangenehm oder angenehm sind.“* Damit ist gemeint fließende Übergänge kennen zu lernen und zu benennen: Anfangs mag Kitzeln noch spaßig sein, es kann aber sehr bald ins Unangenehme umschlagen. Umarmen, Trösten kann zu Umklammerung, Enge, Erdrücktsein werden...
4. Das Recht auf Widerstand und Ungehorsam, auf „Nein-Sagen“!  
Dieses Recht stößt vielleicht bei vielen Erwachsenen auf Skepsis. Sie erinnern sich ohnehin schon an viele Machtkämpfe und Diskussionen mit ihren Kindern und befürchten nun eine drastische Zunahme. Es gilt also, vermehrt Konflikte auszuhalten und auszutragen. Es gilt, Spielregeln zu finden, sich auch entschuldigen und sich versöhnen zu können. Es muss auch gelernt werden, Spannung und andauernde Konflikte zu akzeptieren. Also Konflikte nicht nur **auszuhalten**, sondern **anzunehmen**, da diese selten rasch geklärt werden können. Es darf durch einen Streitpunkt **nicht** die gesamte Beziehung als bedroht und gefährdet erlebt werden. Kinder können aber auch aus verschiedensten Gründen,

wenn doch Missbrauch geschieht, nicht **Nein** gesagt haben. Es liegt längst nicht immer am fehlenden Selbstbewusstsein. So ist es auch ein Trugschluss zu glauben, „Selbstbewussten Kindern passiert so was nicht“. Dies sollte von Kindern **nicht** mit Versagens- und Schuldgefühlen erlebt werden. Kinder sollten ungebrochen ermutigt werden, trotzdem Erlebtes zu berichten. Sie sollen auch in ihrer Wehrlosigkeit oder Ambivalenz verstanden werden.

5. Die Unterscheidung von **guten** und **schlechten** Geheimnissen!

„Du hast ein Recht, selbst zu entscheiden, welche Geheimnisse Du mit wem und wie lange teilen möchtest.“ Das Kind soll lernen, bei Druck und Zwang seitens eines Erwachsenen dieser Person nicht gehorchen zu müssen. Es darf und soll einem Menschen seines Vertrauens von dem Geheimnis berichten.

6. Das Recht auf Hilfe und Unterstützung!

„Du darfst Dir Hilfe suchen, solange bis Du sie findest.“; „Du kannst es entweder uns erzählen oder einer anderen Person Deines Vertrauens.“ Das Kind soll lernen, bei einem bedrückenden Problem sich Hilfe zu suchen - aber dann auch Hilfe zu erfahren! Da es vielen Kindern schwer fällt, sich ihren Eltern nach sexuellem Missbrauch anzuvertrauen, sollte auch auf andere Vertrauenspersonen hingewiesen werden. Es muss mit dem Kind auch darüber gesprochen werden, dass manche Erwachsene seine Sorgen vielleicht nicht ernst genug nehmen (oder den Missbrauch nicht glauben/wahrhaben wollen). Dann sollte das Kind solange mit verschiedenen Personen sprechen, bis es glaubt genügend Hilfe gefunden zu haben.

7. Das Wissen, dass auch Erwachsene Fehler machen!

„Auch Erwachsene haben unrecht.“; „Erwachsene haben kein Recht auf Gewalt.“; „Erwachsene dürfen Dich nicht stumm vor Angst machen.“; „Manche Erwachsene schummeln Dir falsche Werte vor.“ Das Kind sollte lernen/ermuntert werden, trotz aller Versicherungen von Erwachsenen auch auf seine Gefühle und Meinungen zu achten. Die Eltern sollen im Umgang mit den Kindern vorleben, dass sie auch Fehler machen. Sie sollen Einsicht zeigen, den Kindern Recht geben, wenn diese Recht haben. Sie sollen sich entschuldigen können. Die Kinder sollen erfahren, dass ihre Eltern „Erwachsene mit einem Augenzwinkern“ sind.

Zusammengestellt für  
**Kronos e.V.**  
von Lothar Riemenschneider

**Dieser Prospekt entstand unter Mithilfe folgender Firmen:**

- Christa M. Valk
- Eduard Keuscher GmbH
- AM-Graphic Atelier
- Media Kontor Haug

## **Kronos e.V.**

Obernstraße 16  
28832 Achim  
Hotline (0800) 5711157  
(anrufen zum Nulltarif)  
Telefon (04202) 522284  
Telefax (04202) 639786  
info@kronos-ev.de  
<http://www.kronos-ev.de>  
Spendenkonto:  
Konto 11 300 159  
BLZ 291 526 70  
Kreissparkasse Achim  
Reg. Nr. VR 582

**Kontaktbüro Hamburg für Presse & Kooperationspartner:**

Telefon: (040)23934566  
Telefax: (040)23934577  
hamburg@kronos-ev.de