

Sexueller Missbrauch – wie schütze ich mein Kind?

Hier erfahren Sie mehr zum Thema:
[Sexueller Missbrauch – wie schütze ich mein Kind](#)

[Vortrag 1331](#)

(CD oder Download mit Seminarunterlagen)

Reden statt schweigen

- Tips für Eltern und Gemeinde

Jeder weiß, daß Kindesmißbrauch passiert - woanders, aber doch nicht den eigenen Kindern und schon gar nicht in der eigenen Familie. Und wenn doch, würde man es überhaupt merken? Würde man es wahrhaben wollen?

Signale

Kinder, die mißbraucht wurden, ganz gleich von wem, verändern sich, auch wenn sie nicht über das reden, was sie belastet. Vertrauen Sie ruhig Ihrer eigenen Wahrnehmung, wenn Sie bemerken, daß Ihr Kind sich plötzlich seltsam verhält. Es gibt eine ganze Palette von "Signalen", die anzeigen, daß etwas nicht stimmt: plötzlich auftretender übermäßiger Waschdrang oder das genaue Gegenteil, aus Ekel, sich selbst zu berühren; auffallend verändertes Eßverhalten wie z. B. hungern oder nur noch futtern; Angst vor dem Schlafengehen; der Wunsch, nur noch vollständig bekleidet ins Bett zu gehen; Angst, wenn jemand das Bad betritt; kein Interesse mehr an Freunden und sozialen Kontakten; schwarz übermalte Bilder; plötzlich wieder auftretende Bettnässe; krasse Stimmungsschwankungen zwischen Depression und Aggression. Oft verschlechtert sich das Verhältnis zur Mutter bis hin zur Entfremdung. Je nach Alter reagieren Kinder unterschiedlich. Dennoch, diese Signale können, müssen aber nicht auf sexuellen Mißbrauch hindeuten. Auf jeden Fall sollten Sie Ihren eigenen Wahrnehmungen trauen - aber dabei ruhig und besonnen bleiben, auch wenn es schwerfällt.

Hilfe finden - besonnen bleiben

Inzwischen gibt es zum Glück mehrere Stellen, wo Sie fachliche kompetente Hilfe und Beratung bekommen können, z. B. der (Kinder-)Arzt, Kinder- und Jugendpsychologen, Kinderschutzbund, Jugendamt, Kirchen, Beratungsstellen, wie z. B. Wildwasser, Zartbitter, Lilith u. a.. Sie stehen im Telefonbuch, in Verzeichnissen über Selbsthilfgruppen, die es bei der Stadtverwaltung, beim Jugendamt und in öffentlichen Büchereien gibt. Handeln Sie nicht überstürzt, sondern sprechen Sie zuerst mit einer Person Ihres Vertrauens, die Ihre Sorgen ernstnimmt. Auf jeden Fall brauchen Sie Hilfe, um alles verarbeiten und die richtigen Schritte wohlüberlegt gehen zu können. Das Kind muß unbedingt vor weiteren Übergriffen geschützt werden. Natürlich ist das nicht so leicht, solange noch unklar ist, wer der Täter ist und was genau passiert ist - besonders, wenn der Täter in der eigenen Familie vermutet wird. Kinder offenbaren sich neutralen Vertrauenspersonen oft leichter als Familienangehörigen, weil sie sich und die Familie vor Kummer und Schuldgefühlen schützen möchten.

Das schlimme Geheimnis thematisieren

Sie können versuchen, das schlimme Geheimnis behutsam zu thematisieren, sollten dem Kind aber keine Worte in den Mund legen. Mittlerweile gibt es eine ganze Reihe Kinderbücher für verschiedene Altersklassen - bei einem Streifzug durch die Bücherei oder einen Buchladen werden Sie sicher fündig. Das Kind muß spüren, daß Mißbrauch und Sexualität generell keine Tabuthemen bei Ihnen sind, daß es über alles mit Ihnen sprechen kann - aber nicht muß - und daß Sie ihm glauben. Manche Kinder haben angefangen zu erzählen, als sie merkten, daß auch andere solche Erfahrungen gemacht haben und es eine Lösung gab.

Vorbeugen - nachsorgen

Sicher fragen Sie sich jetzt, ob man Kinder vor solchen Erfahrungen nicht von vornherein schützen kann. Man kann Grundlagen legen, aber eine Garantie gibt es nicht. Fördern Sie ein gesundes Selbstbewußtsein und ein „Sich-Verlassen-Können“ auf die eigenen Gefühle. Das Kind muß wissen, daß sein Körper ihm gehört und es körperliche Berührungen, die es als unangenehm empfindet, nicht zulassen muß, auch nicht den Kuß der Oma, Tante, Onkel etc. Es muß ermutigt werden, sich gegen Übergriffe zu wehren: schreien, treten, kratzen, anspucken, alles ist erlaubt. Geben Sie Ihrem Kind genügend Geborgenheit und Zuwendung zu Hause. Wenn es emotional "satt" ist, ist es weniger anfällig für Aufmerksamkeit und Zuwendung von (Vertrauens-)Personen, die es weniger gut mit ihm meinen. Gerade jüngere Kinder müssen zwischen „guten“ und „bösen“ Geheimnissen unterscheiden lernen. „Du darfst nicht verraten, was Mama zum Geburtstag bekommt!“ ist ein gutes Geheimnis. Wird jedoch gedroht: „Wenn du das jemandem erzählst, dann töte ich dein Zwergkaninchen“, liegt ein böses Geheimnis vor, das nicht verschwiegen werden darf.

Claudia und Eberhard Mühlán