



Familie & Erziehung

**Beratungszentrum  
Gifhorn**

Oldastr. 32 • 38518 Gifhorn • Tel.: 0 53 71 / 72 47 41  
beratungszentrum-gf@awo-bs.de • www.awo-bs.de

# **„Ich bin doch keine Zuckerm Maus“ – Selbstwahrnehmung und Selbstvertrauen von Kindern stärken zur Prävention sexuellen Missbrauchs**

**Julia Gniechwitz  
(veröffentlicht: Jahresbericht 2020)**

Das Bewusstsein für die Bedeutung präventiver Maßnahmen zum Schutz und zur Stärkung von Kindern gegenüber sexuellen Übergriffen hat in der Öffentlichkeit immer mehr zugenommen.

Im Rahmen des Ausbaus der sexualpädagogischen Arbeit wurde das Präventionsprojekt „Ich bin doch keine Zuckerm Maus“ mit den Vorschüler\*innen verschiedener Kindertagesstätten durchgeführt. Grundlage sind das gleichnamige Bilderbuch, die Musik (11. Auflage 2017), sowie die Workshop-Materialien der Autorinnen Sonja Blattmann und Marion Mebes.

Um die Eltern auf das Thema vorzubereiten und ihnen eine Vorstellung vom Ablauf und dem Ziel zu vermitteln, wurde im Vorfeld ein Elternbrief verfasst, in dem die Themen und die Methoden vorgestellt wurden. Zudem sollten die Eltern die Möglichkeit bekommen, auch im persönlichen Gespräch, ihre Fragen zu diesem doch sehr sensiblen Thema stellen zu können. So sollten auch mögliche Bedenken der Mütter und Väter thematisiert, und Ängste abgebaut werden.

## **Kinder als Opfer sexueller Übergriffe**

Sexualisierte Gewalt ereignet sich am häufigsten im privaten Umfeld des Kindes (vgl. Krüger 2018: 567). Aus diesem Grund ist es so notwendig bei Kindern, Erzieher\*innen und Eltern ein Bewusstsein dafür zu schaffen, dass die Gefahr nicht nur von Fremden ausgeht, sondern zu großen Teilen von Menschen, die bereits in einer Beziehung zum Kind stehen. 2019 wurden in einer Studie der unabhängigen Kommission zur Aufarbeitung sexuellen Kindesmissbrauchs, 914 Anhörungen und Berichte von Opfern, die sich an die Kommission gewandt hatten ausgewertet. 56% gaben an, dass der Missbrauch innerhalb der Familie

stattgefunden hat, gefolgt von Institutionen (17%), dem sozialen Umfeld (12%), organisierten Strukturen (10%). Lediglich 5% der Befragten gaben an, dass es sich um einen Fremdtäter handelte. (vgl. Unabhängige Kommission zur Aufarbeitung sexuellen Kindesmissbrauchs 2019: 35)

#### Sexueller Missbrauch in der Familie

„Gleichzeitig zu lieben und zu hassen kann schwer sein. ...“ (zit. ebd: 105)

Ebenfalls aus der oben genannten Studie geht hervor, dass ein Großteil der Opfer zu Beginn des sexuellen Missbrauchs unter 7 Jahre alt ist (4-6-Jährige 26%, unter 3-Jährige 22%, 7-9-Jährige 15%, 10-12-Jährige 14 %, 13-15-Jährige 5%, 16-17-Jährige 1%, 17 % machten keine Angabe darüber. (vgl. ebd.:37)

Die große Zahl an sehr jungen Opfern kann mit dem Entwicklungsstand der Kinder zusammenhängen. Zum einen sind sehr junge Kinder noch stark auf die Orientierung an Erwachsenen angewiesen. Eigenständig Richtig von Falsch zu unterscheiden muss erst erlernt werden. Zum anderen brauchen Kinder im Entwicklungsprozess Erklärungen oder Handlungsanweisungen von Erwachsenen. Die Grundannahme von Kindern kann folgendermaßen beschrieben werden:

„Meine mir vertrauten Erwachsenen sind stärker und klüger, sie sorgen für mich und bei ihnen bin ich in Sicherheit bei Gefahr“. (zit. Grossmann 2015: 19)

Wenn gerade enge Bindungspersonen das natürliche Vertrauen des Kindes missbrauchen, ist es für die Kinder sehr schwer zu verstehen, dass ihnen Unrecht geschieht.

„Ich hatte es ja nicht gleich gesagt, weil ich gar nicht verstand, was da geschah, und jetzt war es zu spät, dachte ich. Und das hielt ich für den Beweis meiner Schuld.“ (zit. Unabhängige Kommission zur Aufarbeitung sexuellen Kindesmissbrauchs 2019: 42.) Kinder werden einerseits durch Strafandrohung oder Gewalt zu sexuellen Handlungen genötigt, andererseits verfolgen die Täter häufig die Strategie der Einwilligung in die sexuelle Verfügbarkeit. Das umgangssprachlich als „Kuschelhormon“ bezeichnete Oxytocin wird unter anderem durch zärtliche Berührungen ausgeschüttet. Es führt zur Reduktion des Stresshormons Cortisol, lindert Schmerzen, reduziert Ängste und fördert Entspannung. Diese Wirkungsmechanismen nutzen die Täter, um über normalen zärtlichen Körperkontakt, den Übergang in pädophile Handlungen zu erzielen. Das Bedürfnis des Kindes nach Schutz, Trost und Sicherheit wird ausgenutzt und hinterlässt ein orientierungsloses Kind, das Angst vor der missbrauchenden Bindungsperson hat, sich aber gleichzeitig nach seinem Schutz sehnt. (vgl. Grossmann 2015: 19)

Auch die fehlende Unterstützung der anderen Bindungsperson, verstärkt zusätzlich Schuldgefühle und verhindert, dass die Kinder sich anvertrauen. „Missbrauch durch eine Bindungsperson ist oft gekoppelt mit mangelndem Schutz durch die andere Bindungsperson.“ (vgl. ebd. S.20)

Die Unabhängige Aufarbeitungskommission untersucht im Rahmen der Studie auch die Rolle der Mutter im Kontext des sexuellen Missbrauchs in der Familie. Diese wird von den Opfern sehr unterschiedlich beschrieben. So wird von Müttern berichtet, die ihr Kind vollkommen unterstützt haben und sich dafür allen Widrigkeiten gestellt haben, als auch solchen, die selbst aktiv am Missbrauch beteiligt waren, Müttern die nicht aktiv sexuell aber emotional missbräuchlich ihren Kindern gegenüber waren, und jenen Müttern, die die Taten ausblendeten und ihrem Kind nicht halfen. Letzteres scheint, neben der erlebten Gewalt, in besonderem Maße schmerzvoll und enttäuschend für die Opfer zu sein.

„Die ganze Kindheit war eine unberechenbare Soße. Ich weiß manchmal gar nicht ob ich ein Problem hatte mit dem Missbrauch oder mit der Art meiner Mutter. Ich hatte das Gefühl, sie hat noch nie in ihrem Leben Verantwortung übernommen. Für nichts.“ (zit. Unabhängige Aufarbeitungskommission zur Aufarbeitung sexuellen Kindesmissbrauchs 2019: 110f)

#### Missbrauch durch Institutionen am Beispiel von Sportvereinen

Innerhalb der Studie der Aufarbeitungskommission, stellen Institutionen, nach der Familie, den zweithäufigsten Ort sexuellen Missbrauchs dar.

Auch im Zusammenhang mit Sportvereinen sind gehäuft Fälle sexuellen Kindesmissbrauchs ans Licht gekommen. Die Kommission beschäftigt sich seit 2019 intensiver mit in der Vergangenheit liegenden, sexuellen Übergriffen gegen Kinder im Sport. Im Rahmen von vertraulichen Anhörungen berichteten die Opfer von übergriffigen Trainer\*innen, Betreuer\*innen und Fahrer\*innen in Turnhallen, Umkleidekabinen oder während der Autofahrt zum Wettkampf.

„Betroffene benennen starke Hierarchien, fatale Abhängigkeitsverhältnisse und Machtmissbrauch durch Erwachsene in den unterschiedlichen Leistungssportsystemen in der Bundesrepublik und der DDR.“ (zit. Unabhängige Aufarbeitungskommission gegen sexuellen Kindesmissbrauch 2021)

Da im Sport noch immer eine „Kultur des Schweigens“ vorherrsche, und auch heute noch Opfer immer wieder auf mangelnde Unterstützung innerhalb des eigenen Vereins treffen, sieht die Kommission die Aufarbeitung der Vergangenheit, in diesem Bereich, als Voraussetzung für einen offenen Umgang mit dem Thema. (vgl. ebd.)

## Prävention

Missbrauchsgeschichten öffentlich zu machen, und damit das Signal zu geben, dass sexueller Missbrauch nicht länger verschwiegen und gedeckt wird, tragen zur Prävention bei. Gleichzeitig müssen Kinder selbst, möglichst früh darin gestärkt werden, ihre eigenen Gefühle wahrzunehmen, Grenzen zu setzen, Wünsche und Abneigungen mitteilen zu dürfen und sich Hilfe zu holen. Durch sexuellen Missbrauch wird die Wahrnehmung der eigenen Gefühle gestört. „Wenn du als sehr kleines Kind sexualisiert wirst, lernst du alle Gefühle durch einen Akt der Sexualität kennen: geschützt, genährt und akzeptiert zu werden.“ (zit. Grossmann 2015: 18)

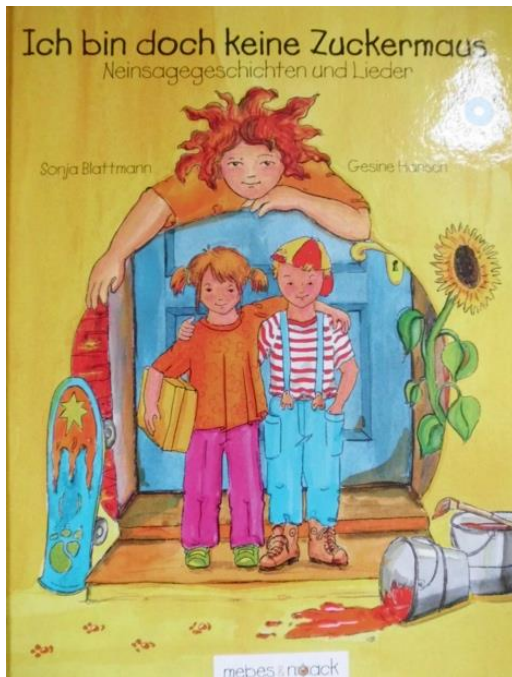
Viele Präventionskonzepte gehen im Kern davon aus, dass Kinder, die über eine grundlegende Selbstsicherheit und Selbstwertgefühl verfügen, sich eher anderen gegenüber abgrenzen und zur Wehr setzen können. „Nein-Sagen“ können wird dabei als Schlüsselkompetenz verstanden, die ein „Ja“ zu sich selbst voraussetzt. (vgl. Henningsen 2015: 36) Wenn Kinder darin bestärkt werden, sich selbst zu akzeptieren und anzunehmen, ist die Grundlage für sexuelle Selbstbestimmung geschaffen.

Kindern eine Vorstellung und einen gesunden Umgang mit Sexualität zu vermitteln, stellt einen weiteren Baustein in der Prävention sexueller Gewalt dar.

Auch die Auseinandersetzung mit den (digitalen) Medien ist von Bedeutung, da diese das Bild der Kinder von Sexualität maßgeblich beeinflussen. Eltern sollten demnach heute medienkundig sein, um ihre Kinder einerseits vor unangemessenen Inhalten zu schützen und sich andererseits mit ihnen über die dort zugänglichen Inhalte auszutauschen. (vgl. BZgA 2013: 38)

Über Zuwendung und körperliche Nähe fühlen sich Kinder emotional angenommen und können leichter ein positives Gefühl zu ihrem Körper entwickeln. Forschungen zufolge werden Kinder, die ausreichend Liebe, Körperkontakt und Aufmerksamkeit bekommen, weniger leicht zum Opfer sexueller Übergriffe. (vgl. ebd.: 46)

Aufbau des Konzeptes „Ich bin doch keine Zuckermäus“ (nach Sonja Blattmann und Gesine Hansen)



Das Projekt wurde jeweils in 5 Terminen durchgeführt. Die Gruppen waren geschlechtlich gemischt, mit 9 bzw. 8 Kindern. Dabei war jeweils eine Erzieherin dabei, die das Projekt begleitete. Die Kinder haben so eine Vertrauensperson an ihrer Seite, die ihnen den nötigen Rückhalt für dieses sensible Thema gibt. Außerdem wurden 2 Handpuppen genutzt (Junge, Mädchen), die immer wieder exemplarisch für bestimmte Themen ins Spiel gebracht wurden.

### 1. Termin: Gefühle

Im ersten Treffen geht es um die Unterscheidung positiver und negativer Gefühle. Anhand von Emojis diskutieren die Kinder, welche Gefühle bildlich dargestellt sind, woran sie diese erkennen. Beispielsituationen, in denen sie die Gefühle an sich wahrgenommen haben, werden gesammelt. Ziel ist es, die Kinder in der Wahrnehmung ihrer eigenen Gefühle zu stärken und deutlich zu machen, dass auch negative Emotionen wie Angst oder Wut wichtig und normal sind und sie diese nicht verstecken oder verleugnen müssen. Über die Gefühle wird die Brücke zu angenehmen und unangenehmen Berührungen geschlagen. Hierbei wird auch darauf eingegangen, dass auch Berührungen, die sich zunächst gut anfühlen, schon kurze Zeit später als unangenehm empfunden werden können.



## 2.Termin: Grenzen setzen und Nein sagen

Hier soll bei den Kindern ein Bewusstsein dafür geschaffen werden, dass sie selbst die Grenzen setzen dürfen, wenn es um ihre Gefühle und ihren Körper geht. Spielerisch wird aufgezeigt, dass es verschiedene Formen des Nein-Sagens gibt und dass diese auch unterschiedlich auf ihr Gegenüber wirken. In der Gruppenarbeit werden die Kinder darin bestärkt, auch Grenzen gegenüber Bindungspersonen setzen zu dürfen. Ängste, die geliebte Person durch die Zurückweisung zu enttäuschen, sollen reduziert werden. Eltern und Erzieher sollen unterstützend auch im Alltag möglichst feinfühlig auf die Gefühle und Grenzen der Kinder reagieren und diese respektieren. Die Erwachsenen haben dabei die Vorbildfunktion, was das Achten der Grenzen Anderer betrifft. (vgl. BzGA 2013: 47)

Besonders bei Kindern, die sich verbal diesbezüglich noch nicht äußern können oder möchten, ist es wichtig, non-verbale Signale wahrzunehmen und dem Kind gegebenenfalls mehr Freiraum zu lassen.

## 3.Termin: Gute und schlechte Geheimnisse

Beim dritten Treffen wird den Kindern vermittelt, dass es verschiedene Arten von Geheimnissen gibt und damit muss unterschiedlich umgegangen werden. So ist es absolut in Ordnung, das Geburtstagsgeschenk für die kleine Schwester nicht zu verraten. Erzählt ein Kind jedoch Niemandem, dass es von einem anderen Kind gehauen wurde, weil ihm weiterer Ärger angedroht wurde, so ist dies ein schlechtes Geheimnis, was Bauchschmerzen machen kann, wenn man sich keiner Vertrauensperson anvertraut. (vgl ebd: 48). Die Körperwahrnehmung



der Kinder wird dabei konkret mit einbezogen. Lösen schlechte Geheimnisse z.B. Angst und damit eher ein Drücken im Bauch aus, können gute Geheimnisse durch Freude und Aufregung ein Kribbeln in der Bauchregion erzeugen. Die Kinder werden ermutigt, ihre eigenen Körperwahrnehmungen mit selbst gewählten Beispielen mitzuteilen. Dabei wird oft deutlich, wie verschieden diese sind und dass dies auch völlig in Ordnung so ist.

Im Bilderbuch wird zum Thema Hilfe holen eindrucksvoll das Thema Glaubwürdigkeit von Kindern ein Gedicht genutzt, was die Kinder darin bestärkt ihrem eigenen Gefühl zu vertrauen und sich an andere Vertrauenspersonen zu wenden, sollten sie nicht ernst genommen werden.

*„Ein Pferd, das Rollschuh laufen kann.  
Ein Hahn mit Ringelschwänzchen!  
Wer glaubt das schon,  
wer glaubt das schon,  
nicht mal das kleine Fränzchen.  
Doch was ich dir erzählen will,  
das, glaub mir, ist echt wahr!  
Das war so,  
ganz bestimmt, bestimmt.  
War das nicht sonderbar?  
Und wenn du mir nicht glauben willst –  
Ich weiß ja, dass es stimmt –  
erzähle ich es anderen,  
die glauben einem Kind.“ (zit. Blattmann 2017)*

#### 4.Termin: Körperwissen und Sexualität

In der vierten Einheit geht es zunächst um die körperlichen Unterscheidungsmerkmale von Mädchen und Jungen. Dabei werden die verschiedenen Begriffe, die die Kinder bereits für die Geschlechtsorgane kennen, gesammelt und diskutiert. Wichtig ist, den Kindern positive Begriffe für den Körper und Körperkontakt zu vermitteln, damit sie ihren Körper kennen und sich mitzuteilen lernen (vgl. BzGA 2013:47). Mithilfe von Ausmalbildern dürfen die Kinder farblich unterscheiden, an welchen Körperstellen Berührungen für sie in Ordnung sind, wo nur bestimmte Personen und wo niemand sie berühren darf. Sie sollen ein positives Gefühl zu ihrem Körper bekommen und verinnerlichen, dass sie darüber selbst bestimmen dürfen.

#### 5.Termin: Reflexion

Den Kindern wird die Möglichkeit gegeben, offen gebliebene Fragen zu stellen und ihre gemalten Bilder zu präsentieren. Die Lieblingslieder werden noch einmal gemeinsam gesungen und die gemeinsame Zeit reflektiert.

#### **Literatur:**

Blattmann, S. (2017). Ich bin doch keine Zuckermäus – Neinsagegeschichten und Lieder (11.Auflage). Köln: Verlag Mebes und Loack

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BZgA (2013). Liebevoll begleiten...

Körperwahrnehmung und körperliche Neugier kleiner Kinder. Köln

Grossmann, Karin (2015). Verführung zu unfreiwilliger Sexualität in Bindungs- und vertrauten

Beziehungen, Frühe Kindheit 06/2015, Berlin: Deutsche Liga für das Kind in Familie und Gesellschaft e.V.

Henningsen, Anja (2015). Kindertagesstätten als Orte sexueller Bildung: Kinder schützen, fördern und begleiten, Frühe Kindheit 06/2015, Berlin: Deutsche Liga für das Kind in Familie und Gesellschaft e.V.

Krüger, Andreas,(2018). Sexualisierte Gewalt gegen Kinder und Jugendliche. In Gysi, Jan, & Rügger, Peter (Hrsg.). Handbuch sexualisierte Gewalt – Therapie Prävention und Strafverfolgung. Bern: Hofgreffe-Verlag.

Unabhängige Kommission zur Aufarbeitung sexuellen Kindesmissbrauchs (2019).

Geschichten die zählen – Bilanzbericht 2019 Band 1. Berlin

Internetquellen:

Unabhängige Kommission zur Aufarbeitung sexuellen Kindesmissbrauchs. Sexueller Kindesmissbrauch im Sport. Abgerufen am 01.02.2021. von

<https://www.aufarbeitungskommission.de/themen-erkenntnisse/sport/>