

SN 4.1.2012

Kinder vor sexuellem Missbrauch schützen

Selbstbewusste und gut aufgeklärte Kinder werden nicht so leicht Opfer von sexuellem Missbrauch und können sich leichter Hilfe holen.

Geh mit keinem mit, den du nicht kennst!“ Zu diesem Satz greifen Eltern häufig, um Kinder vor sexuellen Übergriffen zu schützen. Diese Warnung greift aber viel zu kurz, denn sexueller Missbrauch passiert zu 95 Prozent im engeren sozialen Umfeld eines Kindes – das heißt, das Kind kennt den Täter gut und vertraut ihm. Dennoch können Eltern im Erziehungsalltag sehr viel tun, um Kinder zu schützen:

■ Den Selbstwert stärken

Eltern können das Selbstwertgefühl ihres Kindes auf denkbar einfache Weise fördern: Indem sie ihm so oft wie möglich sagen, dass sie es gern haben. Und zwar genau so, wie es ist, mit all seinen Eigenheiten. Auch gezieltes Lob tut dem Selbstwert gut. Vor allem dann, wenn nicht nur eine gute Note gelobt wird, sondern die ganz besonderen Stärken und Fähigkeiten des Kindes, sei es nun Geschicklichkeit beim Ballspielen oder ein besonderes Talent, andere zum Lachen zu bringen.



SN-Couch
Psyche

DANIELA RÖMER

■ Für altersgemäße Aufklärung sorgen
Wenn Kinder wissen, was Sexualität ist und wo sie hingehört, können sie sexuelle Übergriffe schneller erkennen und einordnen. Auch Kindergarten- und Volksschulkinder brauchen altersgemäße Informationen zum Thema Sexualität – auch dann, wenn sie von sich aus keine Fragen stellen.

■ Selbstbestimmung im Alltag

„Mein Körper gehört mir!“ ist eine zentrale Präventionsbotschaft für Kinder, die im Familienalltag mit Leben gefüllt werden sollte. Das bedeutet konkret, dass Kinder – in einem altersentsprechenden Rahmen – so viel wie möglich selbst entscheiden dürfen, wenn es um ihren Kör-

per geht, und dass sie jederzeit Grenzen setzen dürfen. Eltern sollten ihre Kinder dabei unterstützen, wenn ihnen bestimmte Berührungen unangenehm sind, auch wenn es um das Bussi für die Oma oder höfliches Händeschütteln mit Unbekannten geht.

Hilfreich ist es auch, mit den Kindern den Unterschied zu besprechen zwischen guten Geheimnissen („Herzklopfgeheimnisse“, die allen Spaß machen) und schlechten Geheimnissen („Bauchwehgeheimnisse“, die einen belasten) und gleichzeitig das Signal zu geben: „Du kannst auch mit schlimmen Geheimnissen zu mir kommen.“

Mag.^a Daniela Römer ist Psychologin und Sexualpädagogin beim Verein selbstbewusst: Verein für Sexualpädagogik und Prävention von sexuellem Kindesmissbrauch. www.selbstbewusst.at – Psychologische Hilfe gibt es auch auf www.kuratorium-psychische-gesundheit.at. Die Hotline des Kuratoriums für psychische Gesundheit lautet: 0664/1008001.