

# Sexuelle Ausbeutung ist Gewalt

## Infos für Mädchen und junge Frauen

Über sexuelle Ausbeutung von Mädchen (und Jungen) hast du möglicherweise schon einiges gehört, in der Schule, zuhause oder im Jugendtreff. Vielleicht bist du auch persönlich davon betroffen. Gerade deshalb möchten wir dieses Thema noch einmal aufgreifen.

Du findest in diesem Faltprospekt wichtige Infos darüber und einige Tipps, wie du dich besser gegen sexuelle Übergriffe im Alltag wehren und was du gegen sexuelle Ausbeutung von Kindern und Jugendlichen unternehmen kannst.



## Ein paar Beispiele ...

Sexuelle Ausbeutung von Mädchen hat viele Formen. Eventuell kennst du einige Situationen bereits:

- Ein Mann zeigt im Park einer Gruppe von Mädchen von Ferne sein steifes Glied.
- Ein 20jähriger Mann und ein 14jähriges Mädchen tanzen lange und eng umschlungen miteinander. Er will sie küssen, doch sie dreht den Kopf weg. Da schiebt er ihr seine Zunge in den Mund, obwohl sie sich deutlich dagegen wehrt.
- Ein Lehrer berührt «zufällig» die Brust einer Schülerin, während er ihr eine Mathe-Aufgabe erklärt.
- Ein Onkel zieht seine 12jährige Nichte auf seinen Schoss und reibt sich so komisch an ihr. Obwohl sie runter will, hält er sie fest.
- Seit einiger Zeit kommt der Vater der 13jährigen Isa regelmässig zu ihr ins Bad, wo er «fachmännisch» die wachsenden Brüste seiner Tochter begutachtet und betastet.

Das sind nur einige Beispiele, wie sexuelle Übergriffe aussehen können. Es gibt noch andere, schwerere Formen, so z.B. kann ein Mann oder älterer Jugendlicher ein Mädchen dazu zwingen, seinen Penis zu berühren und in den Mund zu nehmen. Oder er überredet das Mädchen dazu, sich von ihm an der Scheide berühren zu lassen. Es kann auch sein, dass ein Täter mit seinem Penis oder einem Gegenstand gegen den Willen des Mädchens in dessen Scheide oder After eindringt.

## Was ist sexuelle Ausbeutung?

Wenn ein Erwachsener oder älterer Jugendlicher deine Grenzen missachtet, dich überredet oder bedroht, um dich zu berühren oder dich zu sexuellen Handlungen zu zwingen, so nennen wir das sexuelle Ausbeutung. Andere sagen dazu sexueller Missbrauch oder sexuelle Gewalt gegen Kinder und Jugendliche.

Sexuelle Ausbeutung von Mädchen bedeutet, dass ein Erwachsener oder älterer Jugendlicher

gegenüber einem Kind oder einer Jugendlichen seine Machtposition missbraucht, um seine eigenen sexuellen Bedürfnisse zu befriedigen. Meist nützt er dabei das Vertrauen und die Abhängigkeit eines Mädchens aus. Manchmal geschieht sexuelle Ausbeutung auch unter Androhung oder Anwendung von körperlicher oder seelischer Gewalt. Dabei übergeht der Täter das Recht des Mädchens, über seinen Körper und seine Sexualität selbst zu bestimmen.

## Was geht dich das an?

Sexuelle Ausbeutung geschieht viel häufiger, als wir uns das vorstellen. Etwa jedes 4. Mädchen und jeder 10. Junge erlebt mindestens einmal, oft sogar mehrmals, manchmal über lange Zeit hinweg sexuelle Gewalt von einem Erwachsenen oder älteren Jugendlichen. Vielleicht ist dir selbst schon sexuelle Gewalt angetan worden. Dann sollst du wissen, dass du nicht die Einzige bist, der das passiert und du dir Hilfe holen kannst. Adressen von Einrichtungen, die dir weiterhelfen können, findest du am Schluss dieser Information.

## Wer tut so etwas?

Die Täter sind in den meisten Fällen Männer, sehr selten Frauen. Viele von uns stellen sich vor, dass es unbekannte Fremde sind, die ein Mädchen aus dem Hinterhalt überfallen, um es sexuell auszu-beuten. Sehr häufig kennt das Mädchen jedoch den Täter und hat vielleicht besonderes Vertrauen zu ihm: Es ist z.B. sein Nachbar, sein Onkel, sein Sporttrainer, sein Vater, Stiefvater, sein älterer Bruder oder auch die (Stief-) Mutter. Die Täter tun dies nicht, weil sie sich nicht unter Kontrolle haben, sondern weil sie meinen, sie hätten das Recht dazu, ihre sexuellen Bedürfnisse durchzusetzen, notfalls mit Gewalt. Sie benutzen die Sexualität als Mittel, um andere klein zu machen und sie zu erniedrigen. Manche Leute glauben, dass ein betroffenes Mädchen den Täter verführt und provoziert habe. Doch sogar wenn es am Anfang mitgemacht hat, liegt die Verantwortung für die Ausbeutung einzig und allein beim Täter, der sich meist ganz gezielt ein Opfer zur Befriedigung seiner Bedürfnisse sucht.

## Mögliche Reaktionen

Sexuelle Ausbeutung ist für ein betroffenes Mädchen sehr verletzend und verwirrend. Sie erlebt, dass ihre Grenzen nicht beachtet werden und ihr Gewalt angetan wird. Die Reaktionen auf diese Erlebnisse können sehr unterschiedlich sein, so unterschiedlich, wie die Mädchen selbst. So werden z.B. einige sehr still und ziehen sich zurück, andere fühlen sich schuldig und haben grosse Angst, einige werden laut und aggressiv, wieder andere versuchen, alles zu vergessen. Das sind alles Wege, mit dem Erlebten fertig zu werden und Reaktionen, die verständlich sind. Viele betroffene Mädchen glauben, dass einem «an-ständigen» Mädchen so etwas nicht passieren würde und schämen sich für das, was ihnen angetan wurde. Doch Mädchen und Frauen sind sexuellen Übergriffen ausgesetzt, egal wie alt sie sind, egal wie sie sich kleiden oder sich verhalten.

## Sexuelle Ausbeutung ist strafbar

Sexuelle Handlungen von Erwachsenen mit Kindern sind von Gesetzes wegen verboten. Das ist auch der Fall, wenn der Täter keine Gewalt ausübt oder androht. Das Gesetz schützt damit auch das Recht junger Menschen auf eine ungestörte sexuelle Entwicklung und auf sexuelle Selbstbestimmung.

## Wichtig zu wissen ...

Die folgenden sieben Punkte zeigen dir, was du wissen musst, um sexuelle Gewalt klarer erkennen und dich besser davor schützen zu können:

## 1. Über deinen Körper bestimmst du allein

Dein Körper ist einzigartig und wertvoll und du kannst stolz auf ihn sein. Über deinen Körper entscheidest du allein und du hast das Recht zu bestimmen, wie, wann, wo und von wem du angefasst werden möchtest. Das gilt übrigens auch für Schmusen und Sex mit Gleichaltrigen.

## 2. Deine Gefühle sind wichtig

Deine Gefühle sagen dir, ob etwas in Ordnung ist für dich oder nicht. Nimm sie ernst und vertraue ihnen. Es gibt angenehme und unangenehme Gefühle. Unangenehme und seltsame Gefühle zeigen dir, dass etwas nicht stimmt und dir nicht gut tut. Rede über deine Gefühle, auch wenn es schwierige sind. Drücke deine Gefühle aus, auch wenn du denkst, dass sie nicht zu einem Mädchen passen.

## 3. Es gibt angenehme und unangenehme Berührungen

Es gibt Berührungen, die sich gut anfühlen und angenehm sind. Es gibt aber auch solche, die unangenehm sind, weh tun oder Angst machen. Solche Berührungen darfst du zurückweisen. Kein Erwachsener hat das Recht, seine Hände unter deine Kleider zu stecken und dich an der Scheide, am Po oder an der Brust zu berühren. Vielleicht verlangt er, so von dir berührt zu werden, wie du es nicht willst. Dazu hat er kein Recht, auch dann nicht, wenn du ihn kennst und gern hast.

## 4. Du hast das Recht, NEIN zu sagen

Es gibt Situationen, in denen du spürst, dass du etwas nicht willst. Dann darfst du Nein sagen, denn du hast ein Recht darauf, dass deine Grenzen respektiert werden. Das gilt vor allem dann, wenn es um dich persönlich, um deinen Körper und deine Intimität geht. Mädchen fällt es manchmal besonders schwer, Nein zu sagen, weil sie gelernt haben, nett und folgsam zu sein. Du darfst dich für dich selbst wehren, mit allen dir zur Verfügung stehenden Mitteln. Überlege mit anderen zusammen, in welchen Situationen es besser sein kann, nicht zu gehorchen.

## 5. Es gibt gute und schlechte Geheimnisse

Es gibt gute Geheimnisse, die Freude machen und spannend sind, z.B. wenn du eine Freundin mit einem Geschenk überraschen willst. Schlechte Geheimnisse bedrücken und machen Kummer, sie fühlen sich schwer und unheimlich an. Oft versucht ein Täter sein Opfer daran zu hindern, sich jemandem anzuvertrauen und zwingt es, das Geheimnis zu wahren. Solche Geheimnisse solltest du unbedingt weitersagen, auch wenn du versprochen hast, es nicht zu tun. Das hat nichts mit Petzen oder Vertrauensbruch zu tun.

## 6. Sprich darüber und suche Hilfe

Wenn dich etwas bedrückt oder du etwas Unangenehmes erlebt hast, so suche dir eine Person, der du vertraust und rede mit ihr darüber. Überlege dir, mit welchen Menschen du über schwierige Dinge reden kannst und willst. Das kann ein Anfang sein, Hilfe zu finden. Manchmal musst du zu mehreren Personen gehen, bevor dir eine glaubt und bereit ist, dir zu helfen. Lass dich nicht entmutigen. Du hast das Recht auf Unterstützung, auch wenn du lange keine Hilfe geholt hast, dem Täter zuliebe oder weil du dich geschämt hast.

## 7. Du bist nicht schuld

Wenn du es erlebst oder erlebt hast, dass ein Erwachsener deine Grenzen verletzt oder dich sexuell ausbeutet, so bist du nicht daran schuld. Egal, ob du versucht hast, dich zu wehren oder nicht. Der Täter behauptet oft das Gegenteil, doch er trägt immer die Verantwortung für das, was er dir angetan hat.

### Übrigens ...

So wie du respektiert und mit deinen persönlichen Grenzen geachtet werden willst, so wollen dies andere auch. Das gilt sowohl im Umgang mit Gleichaltrigen wie auch mit kleineren Kindern. Diese zeigen oft ohne Worte, wenn ihnen etwas unangenehm ist oder sie etwas nicht wollen. Frage nach, wenn du unsicher bist, damit zeigst du, wie ernst du dich und dein Gegenüber nimmst.

### Wer kann dir helfen?

Über sexuelle Ausbeutung zu sprechen ist schwierig und es braucht viel Mut. Versuche trotzdem, Leute zu finden, die dir zuhören und dich unterstützen. Möglicherweise wendest du dich auch lieber an eine Beratungsstelle oder Hilfseinrichtung. Dort wirst du ernst genommen und es wird mit dir zusammen nach Möglichkeiten gesucht, wie du in deiner Situation unterstützt werden kannst.

Vielleicht hast du eine Freundin, die sexuelle Gewalt erlebt hat und dir davon erzählt. Dann versuche, ihr beizustehen, indem du ihr glaubst und ihre Gefühle ernst nimmst. Gemeinsam könnt ihr euch überlegen, was sie tun kann, um sich Hilfe zu holen.

Die folgenden Beratungsstellen können dir weiterhelfen:

- Castagna, Beratungsstelle für sexuell ausgebeutete Kinder und weibliche Jugendliche, Zürich  
044 360 90 40, [mail@castagna-zh.ch](mailto:mail@castagna-zh.ch)
- Mädchenhaus Zürich, Beratungs- und Zufluchtsstelle für Mädchen und junge Frauen  
044 341 49 45, [info@maedchenhaus.ch](mailto:info@maedchenhaus.ch)
- Schlupfhuus, Beratungsstelle und Wohngruppe für Jugendliche, Zürich  
043 268 22 66, [info@schlupfhuus.ch](mailto:info@schlupfhuus.ch)
- Triangel, Opferhilfe-Beratungsstelle beider Basel für gewaltbetroffene Kinder und Jugendliche  
061 205 09 10, [triangel@opferhilfe-bb.ch](mailto:triangel@opferhilfe-bb.ch)
- LANTANA, Fachstelle Opferhilfe bei sexueller Gewalt, Bern  
031 313 14 00, [beratung@lantana.ch](mailto:beratung@lantana.ch)
- Opferberatungsstelle des Kantons Luzern für sexuell ausgebeutete Kinder und Jugendliche  
041 227 40 60, [info@opferberatung-lu.ch](mailto:info@opferberatung-lu.ch)
- In Via, Anlauf- und Beratungsstelle Kinderschutzzentrum, St. Gallen  
071 243 77 77, [invia@kszsg.ch](mailto:invia@kszsg.ch)
- Sorgentelefon für Kinder und Jugendliche  
147, [www.147.ch](http://www.147.ch)
- Internetseite für junge Frauen, die von sexueller Gewalt betroffen sind  
[www.lilli.ch](http://www.lilli.ch)

Es gibt noch weitere Stellen, die Mädchen, die von sexueller Gewalt betroffen sind, unterstützen. In deiner Region können dir auch eine Opferhilfestelle, ein Nottelefon gegen sexuelle Gewalt an Frauen, das Jugendamt oder SozialarbeiterInnen im Jugendtreff geeignete Hilfe anbieten oder vermitteln.

Copyright und Vertrieb:

Limita, Fachstelle zur Prävention sexueller Ausbeutung von Mädchen und Jungen  
Bertastrasse 35, 8003 Zürich, Fon: 044 450 85 20, Fax: 044 450 85 23, [www.limita-zh.ch](http://www.limita-zh.ch)

Gestaltung: Claudia Labhart, Zürich / Druck: inka Druck AG, Zürich / Zürich 2008 (9. Auflage)

Bild: blueplanet/masterfile

Dieser Faltprospekt wurde abgegeben von: