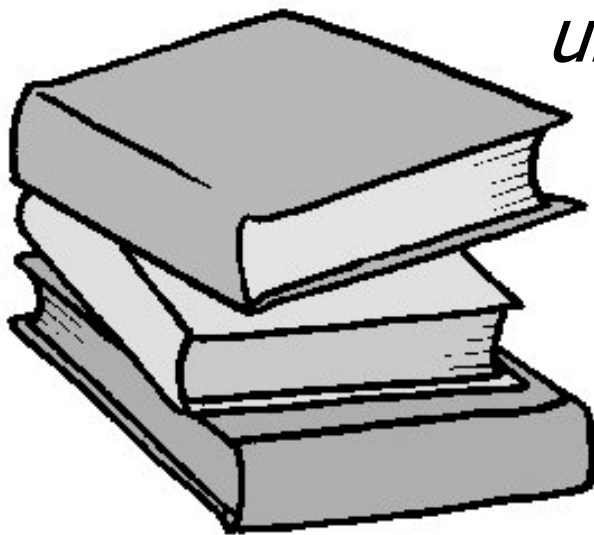


# Kommentierte **Literaturauswahl**

---

## ***Sexuelle Gewalt*** *an Mädchen und Jungen*



*und*



## ***Was wir dagegen tun können ...***

---

Zusammenstellung: Dipl. Psych. Ulrike Schneck, Stand März 2011

**FEUERVOGEL e.V.**

Filserstr. 9, 72336 Balingen

Tel.: 07433-277 000 Fax.: 07433-967 990

e-mail: [info@feuervogel-zollernalbkreis.de](mailto:info@feuervogel-zollernalbkreis.de)

[www.feuervogel-zollernalbkreis.de](http://www.feuervogel-zollernalbkreis.de)

Telefonische Sprechzeiten: Mo / Do 9 – 11, Di 15 - 17

## **Informationen zu sexueller Gewalt gegen Mädchen und Jungen**

Mit dieser Broschüre wenden wir uns an Menschen, die Kinder als Eltern oder als pädagogische Fachpersonen im Alltag begleiten. Wir möchten Ihnen Informationen geben, was Sie zum Schutz der Kinder vor sexueller Gewalt tun können.

### **Was Sie über sexuellen Missbrauch wissen sollten:**

Sexuelle Gewalt gegen Mädchen und Jungen findet im Alltag statt. Die Übergriffe werden selten von Fremden, sondern zu mindestens 80% aus dem familiären Umfeld oder dem Bekanntenkreis der Kinder verübt. Meist wird das Vertrauen der Kinder ausgenutzt und die Grenzverletzungen nehmen schrittweise zu, werden vielleicht in ein Spiel oder ein Geheimnis „verpackt“ und geschehen immer wieder: an alltäglichen Orten und zu allen Tageszeiten. Die Mädchen und Jungen werden zum Beispiel durch Geschenke oder emotionale Zuwendung in ein Abhängigkeitsverhältnis zum Täter gebracht, gleichzeitig drohen ihnen die Täter meist, dass etwas Schlimmes passieren würde, wenn sie jemandem von den Übergriffen erzählen. Aus dieser Verstrickung können Mädchen und Jungen sich schwer allein befreien. Doch fast alle Kinder, die sexuelle Übergriffe erleben müssen, senden Signale an ihre Umwelt aus und suchen so Hilfe. Kinder können sich nicht alleine schützen – dazu braucht es Erwachsene, die den Mut zum Handeln haben.

### **Wenn Sie einen Verdacht haben:**

Wenden Sie sich an eine Fachberatungsstelle, um ihren Verdacht mit Fachleuten zu besprechen.

Überlegen Sie erste konkrete Schritte, um das Kind vorläufig zu schützen (z.B. sagen Sie das nächste Treffen mit dem Verdächtigen aus irgendeinem Grund ab ...). Signalisieren Sie dem Kind, dass es bei Ihnen Hilfe findet und es sich an Sie wenden kann, aber drängen Sie das Kind nicht, über das Erlebte zu sprechen. Fragen Sie das Kind nicht aus.

Stellen Sie auf keinen Fall als erstes den/die Täter/in zur Rede! Er/sie wird ohnehin alles bestreiten und Sie bringen das Kind dadurch unter Umständen in Gefahr.

### **Vorbeugung findet im Alltag statt.**

Mütter und Väter, Erzieherinnen, Erzieher, Lehrerinnen und Lehrer können viel dazu beitragen, um Kinder „stark“ zu machen, damit sie Grenzverletzungen wahrnehmen können und sich trauen zu erzählen, wenn etwas nicht stimmt. Mädchen und Jungen, die sich schon gegen kleinere sexuelle Übergriffe zur Wehr setzen und Selbstbewusstsein zeigen, sind aus Tätersicht keine geeigneten Opfer. Darum ist eine respektvolle Haltung eine ständige Aufgabe in der Erziehung, um Kindern zu vermitteln, dass sie wertvoll und geliebt sind und ihre Grenzen geachtet werden müssen.

Wirksame Programme zur Prävention zeichnen sich dadurch aus, dass nicht nur Mädchen und Jungen in workshops und Unterrichtseinheiten in ihrem Selbstbewusstsein gestärkt werden, sondern zunächst intensiv mit Eltern, Lehrer/innen und Erzieher/innen zum Thema gearbeitet wird. Dazu gehört auch eine gute Vernetzung vorort, um Informationen über regionale Hilfestrukturen weiterzugeben. Denn wenn in der gezielten Arbeit den Kindern Mut gemacht wird, sich Hilfe zu holen, könnte ein betroffenes Kind sich in der Folge einer erwachsenen Person anvertrauen. Auf diesen Fall sollten alle vorbereitet sein.

Ein wichtiger Baustein in der Vorbeugung sexueller Gewalt ist die Sexualerziehung von Kindern und Jugendlichen. Kinder, die über Sexualität Bescheid wissen, können Übergriffe leichter einordnen und es fällt leichter, darüber zu reden.

Informieren Sie sich über eine altersgemäße Sexualerziehung - zum Beispiel in der Mediothek der Informations- und Beratungsstelle **FEUERVOGEL e.V.** oder als pädagogische Fachperson bei einer Fortbildung zum Thema! Sie tragen dadurch wesentlich zum Schutz der Ihnen anvertrauten Kinder bei.

### **FEUERVOGEL e.V. bietet an:**

#### **Medien- und Methodenberatung**

**Unterstützung bei Vorbereitung und Durchführung von Praxiseinheiten**

**STARKE STATIONEN – ein Lernzirkel zur Prävention an Grundschulen**

**Elternabende zu folgenden Themen:**

**Sexuelle Gewalt gegen Mädchen und Jungen – Informationen und**

**Möglichkeiten zur Vorbeugung –**

**Kindliche Sexualität – Sexualerziehung**

**Sexualisierte Gewalt zwischen Jugendlichen**

**Fortbildungsbausteine und pädagogische Tage**

**Verleih von Büchern, Materialsammlungen, Kopiervorlagen, DVD etc. zum Thema**

**Informationsmaterial für Schüler/innen, Eltern**

**Beratung bei einem Verdacht auf sexuellen Missbrauch. Wir stehen unter Schweigepflicht und beraten auf Wunsch anonym.**

**Beratung und Unterstützung für betroffene Mädchen, Jungen und Frauen vor, während und nach einem Strafverfahren**

**Beratung erwachsener Frauen, die sexuelle Gewalt erlebt haben.**

### **Helfen Sie mit!**

Unterstützen Sie unsere Arbeit finanziell durch eine Spende und werden Sie Mitglied im Verein **FEUERVOGEL e.V.**. Ihr Engagement hilft mit, dass viele Menschen bei **FEUERVOGEL e.V.** professionelle Ansprechpartnerinnen für Information und Beratung finden und die Angebote für Aufklärung und Vorbeugung erhalten bleiben.

✂-----

Ich werde Mitglied im Verein **FEUERVOGEL e.V.**. Mein Mitgliedsbeitrag beträgt \_\_\_\_\_ € im Jahr.  
(Mindestbeitrag 30€ / Jahr)

---

Ich unterstütze den Verein mit einer Spende von \_\_\_\_\_ € (Die Spendenbescheinigung wird zugeschickt)

Ich gebe die Erlaubnis zur Abbuchung von meinem Konto. Bei Abbuchungserlaubnis Name der Bank:

.....BLZ:.....

Kontonummer:.....□

Absender/in:.....

Strasse: .....

PLZ und Ort:.....

---

Ort, Datum, Unterschrift

Bitte senden an **FEUERVOGEL e.V.**, Filserstr. 9, 72336 Balingen

## So erreichen Sie uns:

Die Informations- und Beratungsstelle **FEUERVOGEL e.V.** ist zu den Kontaktzeiten (s.u.) und nach Vereinbarung geöffnet. Sie finden uns in der Filserstr. 9 in Balingen (hinter der vhs). Beratungstermine und Termine für die Mädchensprechstunde können telefonisch vereinbart werden.

### Kontaktzeiten:

Mo 9 - 11 Uhr

Di 15 - 17 Uhr

Do 9 - 11 Uhr

Diese Kontaktzeiten können für alle Anfragen, für Vermittlung von Angeboten (z.B. Elternabende) und Beratungen sowie für telefonische Beratungen genutzt werden. Während der Beratungs- und Außentermine ist der Anrufbeantworter eingeschaltet. Jede Anfrage wird so schnell wie möglich beantwortet.

Sie können auch per e-mail Kontakt zu uns aufnehmen:

info@feuervogel-zollernalbkreis.de

Auf den folgenden Seiten finden Sie eine

## Kommentierte Literaturlauswahl

*Alle genannten Bücher sind in der Mediothek Feuervogel vorrätig und können kostenfrei zu den Kontaktzeiten ausgeliehen werden.*

<b><u>Bücher für Erwachsene</u></b> .....	4
<u>Grundlagen</u> .....	4
<u>für Eltern</u> .....	4
<u>für pädagogische Fachkräfte</u> .....	5
<u>Selbsthilfe</u> .....	6
<b><u>Bücher für Kinder und Jugendliche zu Sexualität und Aufklärung</u></b> .....	7
<u>für Kindergarten</u> .....	7
<u>ab ca. 12 Jahren</u> .....	8
<b><u>Bücher, die Kindern und Jugendlichen Mut machen</u></b> .....	9
<u>für Kindergarten- und Grundschulalter</u> .....	9
<u>Ab ca. 12 Jahren</u> .....	10
<b><u>Einzelne Themen</u></b> .....	12
<b><u>Surftipps (internet)</u></b> .....	13
<u>für Jugendliche</u> .....	13
<u>für Erwachsene</u> .....	13

## Bücher für Erwachsene

### Grundlagen

**Deegener, Günther: Kindesmissbrauch - erkennen, helfen, vorbeugen; Weinheim / Basel (Beltz) komplett überarbeitete Neuauflage 2010.**

Gut lesbares Buch, das Grundlagen zum Verständnis der Struktur, der Ursachen und der Folgen von sexueller Gewalt gegen Kinder vermittelt. Fallbeispiele aus der Praxis machen die Lektüre anschaulich, auch Themen wie Pädophilie oder Täterstrategien werden besprochen. Darüber hinaus gibt das Buch zahlreiche praktische Tipps zur Prävention.

**Enders, Ursula (Hrsg.): Zart war ich, bitter war´s; Handbuch gegen sexuelle Gewalt an Mädchen und Jungen; Köln (Kiepenheuer und Witsch), neuste Auflage 2000.**

Definitionen, Ursachen, Folgen, Widerstandsformen, Handlungsmöglichkeiten, rechtliche Grundlagen, Grundsätze der Prävention, Materialien und Adressen ...

**Heilig, Petra: Unser Schweigen wird uns nicht schützen; Düsseldorf (Klens) 1995.**

Arbeitsbuch für Frauengruppen zum Sexuellen Missbrauch von Mädchen und Jungen. Dieses Buch bietet eine Fülle von Arbeitshilfen für Frauengruppen, um sich mit dem Thema sexueller Missbrauch und sexuelle Gewalt auseinanderzusetzen. Es will Frauen ermutigen, nicht mehr schweigend wegzusehen, sondern das Redetabu über sexuelle Gewalt zu brechen. Sehr empfehlenswert!

### für Eltern

**Baum, Heike: Starke Kinder haben´s leichter. Spielerisch das Vertrauen in die eigene Kraft stärken; Freiburg (Herder) 1998.**

Mangel an Selbstsicherheit ist für Kinder ein großes Handicap und birgt manche Risiken. Diese Buch bietet eine Fülle von Spielideen für Kindergartenkinder, um das Vertrauen in die eigene Kraft zu stärken. Ein einfühlsames Ideenbuch für Eltern und Erzieherinnen.

**Darvill, Wendy; Powell, Kelsey: Wie kläre ich mein Kind auf? München (Beust) 2000.**

Das Buch bietet Tipps und Gesprächshilfen für den gesunden Umgang mit Sexualität in der Erziehung vom Kleinkind bis in die Pubertät. Im Anhang findet sich ein umfangreiches Aufklärungslexikon, sowie viele weiterführende Adressen und Lesehinweise.

**Finke, Regina: Weil ich nein sagen darf; Freiburg (Christopherus) 1998.**

Dieses Buch vermittelt Eltern wichtige Grundlagen zu den Themen sexueller Missbrauch, Sexualerziehung, und wie wir unsere Kinder ermutigen können, nein zu sagen. Neben Informationen bietet es wertvolle Anregungen, Gedanken- und Rollenspiele, Geschichten und Gedichte, Körperspiele und vieles mehr.

**Frei, Karin: Sexueller Missbrauch - Schutz durch Aufklärung; Ravensburg (Ravensburger) 1993.**

Der erste Teil gibt Grundlagenwissen für den fachlichen Umgang mit der sexuellen Gewalt. Im zweiten Teil werden Möglichkeiten der Vorbeugung und Hilfe aufgezeigt mit praktischen Beispielen.

**Maglicoglu, Serpil: Für Yasemin. Eine Mutter entscheidet sich. Berlin (Orlanda) 2002.**

Als die Autorin entdeckt, dass ihr Mann der dreijährigen Tochter sexuelle Gewalt antut, bricht für sie eine Welt zusammen. Sie entscheidet sich schließlich, mit den Kindern in ein Frauenhaus zu fliehen. Doch damit fängt der Kampf erst an: Familie und Verwandte distanzieren sich von ihr, Behörden und Gerichte sind eingeschaltet, sie und die Kinder werden von ihrem Mann bedroht. Doch sie kämpft und ist heute froh darüber, so gehandelt zu haben.

**Eder, Ruth: Ich helfe dir, dich selbst zu schützen - Kinder stark machen gegen sexuelle Übergriffe; Freiburg (Herder) 2002**

Ratgeber, der auf viele Fragen zum Thema sexueller Missbrauch konkrete Antworten gibt und Hinweise darauf, wie Vorbeugung im Alltag aussehen kann. Ein Teil des Buches widmet sich auch den Gefahren aus dem Internet.

**Steininger, Rita: Geborgenheit und Selbstvertrauen. Wie Babys und Kleinkinder ein gutes Körpergefühl entwickeln; Stuttgart (Klett-Cotta) 2007**

Für die gesunde Entwicklung des Kindes spielt die Körperwahrnehmung eine bedeutende Rolle: Tasten, fühlen, den eigenen Körper erfahren, das sind wichtige Grundlagen für eine gesunde psychosexuelle Entwicklung. Das Buch bietet praktische Anregungen für den Alltag und eine Sammlung an Fühl- und Bewegungsspielen für kleine Kinder von 0 bis 3 Jahren. (Auch für KiTas geeignet!)

**für pädagogische Fachkräfte**

**Kleinschmidt, Lothar; Martin, Beate; Seibel, Andreas: Lieben, kuscheln, schmuse - Hilfen für den Umgang mit kindlicher Sexualität; Münster (Ökotopia) 1994.**

Die Autorinnen geben praxisorientierte Hilfen für die Arbeit mit Kindern im Vorschulalter, die es Erzieherinnen und Pädagoginnen ermöglichen, Sexualität als sinnliche Erfahrungswelt für die Kinder alltäglich in ihre Arbeit einfließen zu lassen.

**Etschenberg, Karla: Sexualerziehung in der Grundschule; Berlin (Cornelsen) 2000**

Die Autorin stellt didaktisch - pädagogische Überlegungen zu den Themen „Geschlechtererziehung“ und Prävention sexueller Gewalt an und gibt wertvolle praktische Anregungen für die Unterrichtsgestaltung in den Klassen 1 – 4.

**Valtl, Karl – Heinz, Sexualpädagogik in der Schule, Weinheim (Beltz), 1998**

Bausteine zur Sexualpädagogik, für den Unterricht oder für Projekttag, geeignet für Sekundarstufe 1 und 2. Sehr empfehlenswertes Material für Lehrer und Lehrerinnen, sowie für alle, die mit Jugendlichen arbeiten.

**Bange, Dirk; Enders, Ursula: Auch Indianer kennen Schmerz, Sexuelle Gewalt gegen Jungen; Köln (Kiepenheuer und Witsch) 1995.**

Ergänzung zum Handbuch „Zart war ich, bitter war´s“ mit dem Themenschwerpunkt männliche Opfer sexueller Gewalt. Themen: Hilfe für betroffene Jungen und Männer, Missbrauch in Institutionen, Kinderpornographie, Pädophilie.

**Weber, Annette: Praxishilfen zur Sexualerziehung in der Grundschule; Mülheim (Verlag an der Ruhr) 2008**

Sehr brauchbare Sammlung von Arbeitsblättern als Kopiervorlagen für den Unterricht in den Klassenstufen 3 bis 6, die für Einzelarbeit, Kleingruppen und die gesamte Klasse geeignet sind.

**Möckel, Andreas: Lernwerkstatt Liebe – Körper – Kinderkriegen; Buxdehude (Persen) 2008**

Fächerübergreifende Materialien zur Sexualerziehung in der 3./4. Klasse

**Hoppe, S.; Hoppe, H.: Klotzen Mädchen! Spiele und Übungen für Selbstbewußtsein und Selbstbehauptung; Mülheim (Verlag an der Ruhr) 1998.**

Materialsammlung für den Einsatz in Schulunterricht, Projektwoche oder in AG´s mit den Themen: Nein sagen; Mut zeigen; Gefahren erkennen und vermeiden; erste Schritte zur Selbstverteidigung.

**Freund, U.; Riedel-Breidenstein, D.: Sexuelle Übergriffe unter Kindern. Handbuch zur Prävention und Intervention; Köln (mebes & noack) 2004**

Die Grenze zwischen kindlicher Sexualität und sexuellen Übergriffen unter Kindern ist oft nicht leicht zu ziehen. Sowohl bei kindlichen intimen Spielen im Kindergarten, als auch in der Schule sind Erzieherinnen und Pädagoginnen oft unsicher, wie sie mit den sexuellen Aktivitäten der Kinder umgehen können und wo man eingreifen sollte. Das Buch ist ein praxisbezogener Ratgeber für einen fachlichen Umgang mit kindlicher Sexualität und mit sexuellen Übergriffen unter Kindern.

**Hochheimer, Irmi: Mutmachmärchen. Wie sich Mädchen und Jungen gegen sexuellen Missbrauch wehren können. Weinheim (Beltz) 2007**

In 16 Märchen werden jeweils geschlechtsgetrennt die wichtigsten Themen der Prävention angesprochen. Das Buch bietet für die Vorleser/in Hintergrundwissen und Arbeitsvorschläge für das nachfolgende Gespräch über das Märchen. So werden Geheimnisse, Gefühle, Nein-sagen etc. ausführlich bearbeitet. Gut geeignet für Eltern und für Einzelarbeit und Kleingruppenarbeit in Kindergarten und Grundschule.

### **Selbsthilfe**

**Bass, Ellen; Davis, Laura: Trotz allem. Wege zur Selbstheilung für sexuell missbrauchte Frauen; Berlin (Orlanda) 1990.**

Die Autorinnen gehen auf die Fragen ein, die betroffene Frauen immer wieder beschäftigen: Selbstachtung, Gefühle zu sich selbst und anderen, Körperempfinden und Sucht, Sexualität und vieles mehr. Ein umfangreiches Handbuch mit vielen guten Ideen zur Selbsthilfe.

**Davis, Laura: Verbündete. Ein Handbuch für Partnerinnen und Partner sexuell missbrauchter Frauen und Männer; Berlin (Orlanda) 1992.**

Gibt Antworten auf Verwirrung, Wut, Frustration und Hilflosigkeit der Partner und Partnerinnen von Überlebenden sexuellen Missbrauchs und zeigt, wie die Langzeitfolgen sexuellen Kindesmissbrauchs innerhalb unterschiedlicher Beziehungen bewältigt werden können.

**Fischer, G.: Neue Wege aus dem Trauma. Erste Hilfe bei schweren seelischen Belastungen. Düsseldorf (Patmos) 2003.**

Trauma ist eine normale Antwort der Persönlichkeit auf eine extrem verletzende Erfahrung. Die typischen Folgen solcher Traumatisierungen sind für die Betroffenen sehr belastend und können über lange Zeit anhalten. Dieser Ratgeber richtet sich an Menschen, die ein Trauma erlebt haben und bietet zahlreiche Tipps und Übungen zur Selbsthilfe, Distanzierung und Entspannung an. Ebenfalls enthalten ist ein Kapitel zum Umgang mit kindlichen Traumaopfern.

**Tauwetter, Autorengruppe: Tauwetter. Ein Selbsthilfe - Handbuch für Männer, die als Junge sexuell mißbraucht wurden; Ruhmark (Donna Vita) 1998.**

Das Buch wendet sich an betroffene Männer und an Fachpersonen, die mit Männern und Jungen arbeiten. Mit praktischen Beispielen und gleichzeitig großer Anteilnahme schreiben die Autoren über die ersten Schritte der Auseinandersetzung und Verarbeitung.

**Haines, Staci: ausatmen; Berlin (Orlanda) 2001**

Dieses Buch zeigt Wege zu einer selbstbestimmten, befreiten und erfüllten Sexualität für Frauen, die sexuelle Gewalt erlebt haben.

**Kernspecht; Karkalis: Verteidige Dich <sup>3</sup>. Selbstverteidigung für Frauen; (Heel) 2003**

Mit vielen Bildern und einer CD-Rom gibt das Buch ganz praktische Anleitungen zur Selbstverteidigung. Der präventiven, abwehrenden Körper- und Blicksprache wird ein wesentlicher Teil des Buches gewidmet. Auch für ältere Jugendliche geeignet.

**Bücher für Kinder und Jugendliche zu Sexualität und Aufklärung**

**für Kindergarten**

**Cole, Babette: Mami hat ein Ei gelegt! Aarau (Sauerländer) 1990.**

Lustiges Bilderbuch für Kindergartenkinder, in dem die Eltern den Kindern alles Mögliche über ihre Herkunft weismachen wollen. Aber die Kinder wissen es besser ... ab 4 Jahren

**Janouch, Katerina; Lindmann, Mervi: Bevor ich auf die Welt kam. Wie Babys entstehen. Hamburg (Oetinger) 2010**

Pfiffig und lustig erzähltes Bilderbuch, das die wichtigsten Fragen zu Zeugung, Geburt und Schwangerschaft beantwortet. Ab ca 5 Jahren

**Geisler, Dagmar: War ich auch in Mamas Bauch? Bindlach (Loewe) 2010**

Mamas Freundin Lili ist schwanger, und da ergibt sich die Gelegenheit, viele Fragen zu stellen und zu beantworten. Sehr schön illustriertes Bilderbuch, das sachlich und einfühlsam alle Fragen nach der eigentlichen Herkunft beantwortet. Ab 5 Jahren

**für Grundschulalter**

**Geisler, D.: Das bin ich – von Kopf bis Fuß. Selbstvertrauen und Aufklärung für Kinder ab 7. Bindlach (Loewe) 2005.**

Das Buch macht Kindern Mut, auf ihre Gefühle zu vertrauen, und gibt offene Antworten auf alle Fragen, die Kinder sich zu den Themen Jungen und Mädchen, Pubertät, Sexualität und Schwangerschaft stellen.

**Thor-Wiedemann, Sabine; Rieger, Birgit: Wachsen und erwachsen werden. Das Aufklärungsbuch für Kinder. Ravensburg (Otto Maier) 2004**

In diesem Aufklärungsbuch erfahren Jungen und Mädchen, was im Körper vor sich geht, wenn man erwachsen wird. Ein Buch für Kinder ab 9 Jahren zum selbständigen Lesen oder gemeinsam mit den Eltern.

**Das Jungenfragebuch / Das Mädchenfragebuch: Was Jungs / Mädchen wissen wollen. Ravensburg (Otto Maier) 2008**

Gut illustrierte Info-Broschüre für Jungen bzw. für Mädchen, die die wichtigsten Fragen rund um Sexualität, Pubertät und Körperveränderungen in klaren Worten beantwortet. Nicht zu viel Text, ansprechend gestaltet und absolut empfehlenswert für Mädchen und Jungs ab ca. 9 Jahren

**ab ca. 12 Jahren**

**van der Doef, S., Latour, M.: Wie ist das mit der Liebe? Bindlach (Loewe) 2007**

Das Buch informiert in sachlicher, ansprechender Form über alle Fragen der körperlichen Entwicklung, der ersten sexuellen Partnerschaften, Sexualität und Schwangerschaft. Ab 10 Jahren.

**Krauch, Franziska; Kunstmann, Antje: Liebe, Sex & co. Das Aufklärungsbuch für Jugendliche. Ravensburg (Otto Maier) 2006**

Alle wichtigen Bereiche der Sexualität werden in offener, jugendgemäßer Sprache genau und sehr gut verständlich behandelt. Eine gelungene Orientierungshilfe für Jugendliche in allen Fragen der Beziehung, Sexualität, Liebe und Verhütung in der schwierigen Zeit der Pubertät. Sehr empfehlenswertes Buch.

**Mennen, Patricia; Rieger, Birgit: „Let´s talk about love“; Ravensburg (Otto Maier) 2002**

„Antworten auf alle Deine Fragen zu Liebe, Beziehung und Sex“ verspricht dieser Ratgeber für Jugendliche. Ansprechend aufgemacht und gut lesbar im Stil von „Dr. Sommer antwortet“ wird kein Thema zwischen Liebeskummer, Homosexualität und Petting und Verhütung ausgelassen. Für Jugendliche ab 13 Jahren.

## **Bücher, die Kindern und Jugendlichen Mut machen**

### **für Kindergarten- und Grundschulalter**

**Enders, Ursula; Wolters, Dorothee: Wir können was, was ihr nicht könnt! Ein Bilderbuch über Zärtlichkeit und Doktorspiele. Köln (Anrich) 1996.**

Ein Buch für Kindergartenkinder und jüngere Grundschul Kinder. Es begleitet Mädchen und Jungen bei der Entdeckung ihrer Sexualität und stärkt Kinder in ihrer Wahrnehmung der eigenen Grenzen. Die Mädchen und Jungen in der Geschichte genießen es, sich gegenseitig zu untersuchen. Aber den älteren Kai wollen sie bei ihren Doktorspielen nicht dabei haben - und sagen es ihm auch. Ab 5 Jahren

**Enders, Ursula; Boehme, Ulfert; Wolters, Dorothee: Lass das - nimm die Finger weg! Ein Comic für Mädchen und Jungen Köln (Anrich) 1997.**

Die Kinder aus der Kölner Straße treffen sich fast jeden Nachmittag auf dem Bauspielplatz. Wenn es etwas zu besprechen gibt, dann kommen alle zusammen. Zum Beispiel, als ein Pimmelzeiger Lina erschreckt hat und auch als Simon sich nicht mehr ans Telefon traut, weil nachmittags immer ein Mann bei ihm anruft und eklige Sachen sagt. Gemeinsam überlegen die Kinder, was sie da tun können. Ein Comic für Mädchen und Jungen im Grundschulalter, auch gut für die Bearbeitung des Themas im Unterricht geeignet! Ab 7 Jahren.

**Mebes, Marion: Katrins Geheimnis; Berlin (Donna Vita) 1992.**

Die elfjährige Nina merkt, daß ihre beste Freundin Katrin in Schwierigkeiten steckt. Katrin schweigt, aber Nina lässt nicht locker, bis Katrin ihr schließlich alles erzählt. gemeinsam suchen die Mädchen Hilfe, damit Katrin nicht mehr von ihrem großen Bruder missbraucht wird. Ab 9 Jahren.

**Wachter, Oralee: Heimlich ist mir unheimlich; Ruhnmark (Donna Vita) 1993.**

Vier Geschichten zum Vorlesen, in denen sexuelle Übergriffe sowohl auf Mädchen als auch auf Jungen thematisiert werden, wo Berührungen, die sonst Wärme und Zuneigung ausdrücken, das Kind plötzlich unsicher machen und erschrecken. Das Buch eignet sich gut als Ausgangspunkt für Gespräche mit Kindern ab ca. 7 Jahren.

**Braun, Gisela; Wolters, Dorothee: Das große und das kleine Nein; Mülheim (Verlag an der Ruhr) überarbeitete Auflage 2009.**

Kein Mensch kümmert sich um ein kleines Nein. Ganz oft wird es einfach überhört. Da sitzt nun dieses kleine winzige Nein auf einer Parkbank und isst Schokolade... - Was dem kleinen Nein alles geschieht, bis daraus ein großes NEIN wird, erzählt diese Geschichte. Ab 5 Jahren

**Braun, Gisela; Wolters, Dorothee: Melanie und Tante Knuddel, Köln (Anrich) 1997.**

Melanie hat eine Tante, die immer alle Leute knuddeln will. Sie ist eigentlich gar nicht so übel, bringt immer Schokolade mit und so - aber auf Knuddeln mit ihr hat Melanie keine Lust. Melanie muß ziemlich deutlich werden...

**Bartoly y Eckert, Petra / Tsalos, Ellen: Geschichten vom Nein-Sagen. Mühlheim (Verlag an der Ruhr) 2010.**

Zum Vorlesen oder selberlesen sind diese aktiven Gefühlsgeschichten gut: das ängstliche Nein ist anders als das trotzige nein oder das persönliche Nein – das nein-Sagen kann viele Facetten haben! Zu diesen „Neins“ findet man hier 24 kurze Geschichten, mit einem Ausmalbild und abwechslungsreichen, handlungsorientierten Aufgaben, die zur Vertiefung und weiteren Auseinandersetzung einladen. Ab 5 Jahren

**Kreul, Holde; Geisler, Dorothee: Ich und meine Gefühle; Bindlach (Loewe) 2004.**

Die eigenen Gefühle kennen, wahrnehmen und mit ihnen umzugehen, das zu lernen ist wichtig für das Zusammenleben mit anderen. Mit einfachen Texten und ausdrucksstarken Bildern wird zum Gespräch über die eigenen Gefühle eingeladen. Ab 4 Jahren

**Mebes, Marion; Sandroock, Lydia: Kein Küßchen auf Kommando; Berlin (Donna Vita) 1991.und: Kein Anfassen auf Kommando; Berlin (Donna Vita) 1991.**

Es gibt Heileküsse, Pusteküsse und viele andere Küsse; und sogar solche die weh tun. Anfassen kann ebenso verschiedene Gefühle machen wie Küssen. Beide Bilderbücher (auch als Malbücher erhältlich) bestärken Mädchen und Jungen darin, dass sie sich wehren dürfen. Ab 3 Jahren.

**Pro Familia; Geisler, Dagmar: Mein Körper gehört mir! Bindlach (Loewe) 2002.**

Ein fröhliches Bilderbuch, das Kindern hilft sich ihrer Gefühle und ihres Körper bewußt zu werden und klarzustellen, was sie mögen und was sie nicht mögen. Ab 3 Jahren.

**Rieger, Anja: Lachen, weinen glücklich sein was sind Gefühle? Stuttgart (Kosmos) 2009.**

In diesem Kosmolino-Gefühlebuch werden viele Fragen beantwortet: Worüber freust du dich? Wovor hast du Angst? Wie zeigen sich Gefühle überhaupt? Wut, Angst, Scham, Ekel, Neid – das Buch ist liebevoll illustriert und perfekt ausgestattet mit Wissenslupe und Wissensscheibe. Ab ca 5 Jahren.

**Ab ca. 12 Jahren**

**Graff, Sunny: Mädchen sind unschlagbar. Selbstverteidigung kannst du lernen! Ravensburg (Ravensburger) 2001.**

Ein sehr gut aufgemachtes Buch über die vielen Situationen des Alltags, in denen Mädchen sexuell belästigt werden. Das Buch macht aufmerksam, gibt Tipps und sensibilisiert für Gefahren und für eigene Handlungsmöglichkeiten.

**Wortberg, Christiane: Macht uns nicht an! Tipps und Tricks zur Selbstbehauptung von Mädchen für Mädchen; Münster (Unrast) 1998.**

Acht Mädchen einer 9. und 10. Klasse geben mit vielen anregenden Fotos ihre Erfahrungen aus einem Selbstbehauptungskurs weiter.

**Fastie, Friesa: Ich weiß Bescheid; Berlin (Donna Vita) 1997.**

Sehr gut verständlicher Rechtsratgeber für Mädchen und Frauen, die von sexueller Gewalt betroffen sind. Ausführlich sind das Strafverfahren, die Möglichkeiten der Nebenklage und die Hauptverhandlung vor Gericht beschrieben.

**Irwin, Hadley: Liebste Abby; Weinheim/Basel (Beltz) 1993.**

Die Geschichte von Chip und Abby, hinter deren Anderssein ein schreckliches Geheimnis steckt. Langsam erfährt Chip, daß Abby dringend Hilfe braucht. Einfühlsamer Roman geschrieben aus der Sicht des Jungen. Ab 13 Jahren.

**Kühn, Frauke: Es fing ganz harmlos an; Freiburg (Herder) 1990.**

Christian ist 12 Jahre alt, als Harry, der jüngere Bruder seiner Mutter, zu ihnen zieht. Völlig fasziniert ist Christian von dem Weltenbummler Harry mit seinem Motorrad - bis zu ihrer gemeinsamen Wochenendtour. Sehr einfühlsam werden die gravierenden Folgen des sexuellen Missbrauchs für Christian beschrieben. Sein wiederkehrender Ekel, seine Ängste, seine Verstörung. Ab 12 Jahren.

**Mazer, Norma: Eigentlich ist gar nichts passiert; Aarau (Sauerländer) 1995.**

Mit Fingerspitzengefühl weist die Autorin auf Formen sexueller Belästigung hin, die so alltäglich sind, dass sie schon fast als selbstverständlich gelten - „kleine Späße“ - die manchmal tiefe Wunden hinterlassen.

**Pope, James: Wildwassermädchen; Ulm (Ravensburger) 1997.**

Zoe ist auf dem besten Wege, sich völlig zu isolieren: sie ist aggressiv, gewaltbereit und stört den Unterricht. Ihre Klassenlehrerin findet jedoch einen Zugang zu ihr: per e-mail. In diesem Dialog übers Netz, den der/die Leserin verfolgt, treten langsam die Hintergründe für Zoes schwieriges Verhalten zutage. Für Jugendliche ab 13 Jahren.

**Reuter, Elisabeth: Merle ohne Mund; München (Ellermann) 1996.**

Merle hat ein furchtbares Geheimnis, diese unheimlichen Heimlichkeiten mit ihrem Vater, über die sie auf keinen Fall sprechen darf und die ihre Seele zerstören. Aber glücklicherweise gibt es Menschen in ihrer Umgebung, die ihre verschlüsselten Hilferufe verstehen. Ein intensiv erzählter Roman über einen authentischen Fall, der durch die Sensibilität seiner Darstellung überzeugt. Ab 12 Jahren.

**Thor, A.: Ich hätte Nein sagen können. Weinheim (Beltz) 1998.**

Nora kämpft um ihre Freundschaft zu Sabina, die sich plötzlich mehr für Jungen interessiert als für ihre beste Freundin. Dabei lernt sie Karin kennen, die als Außenseiterin wegen ihrer großen Brüste oft gehänselt wird. Sabina zuliebe lockt sie Karin auf die Fete, wo „Wahrheit oder Pflicht“ gespielt wird und Nora wird so mit schuldig daran, dass Karin erneut gedemütigt wird. Einfühlsamer Mädchenroman ab 11 Jahren.

**Bain, Ouainé; Sanders, Maureen: Wege aus dem Labyrinth. Fragen von Jugendlichen zu sexuellem Mißbrauch; Ruhnmark (Donna Vita) 1993.**

Die Autorinnen wenden sich in ihrem Ratgeber an Jugendliche, die selbst sexuellen Missbrauch erleben oder erlebt haben, die jemanden kennen, der oder die von sexuellem Missbrauch betroffen ist oder die sich aus anderen Gründen mit diesem Thema beschäftigen. Das Buch beantwortet viele Fragen und gibt Hilfen zum Weg der Heilung.

## Einzelne Themen

### **Bundesverein Lebenshilfe (Hrsg.): Sexualpädagogische Materialien für die Arbeit mit geistig behinderten Menschen; Weinheim / Basel (Beltz) 1995.**

Sexualpädagogik ist ein wichtiger Teil der Vorbeugung gegen sexuelle Gewalt, und hier liegt eine wunderbare Sammlung von Ideen vor, um sexualpädagogisch mit geistig behinderten Menschen zu arbeiten. Sehr empfehlenswert!

### **Senn, Charlene Y.: Gegen jedes Recht: Sexueller Mißbrauch und geistige Behinderung; Ruhnmark (Donna Vita) 1993.**

Die Autorin legt eine bislang einzigartige Arbeit vor, die sexuellen Missbrauch auf dem Hintergrund von geistiger Behinderung betrachtet. Sie stellt die besonderen Risikofaktoren für Kinder mit Entwicklungsverzögerungen dar, und gibt grundlegende Impulse zur Präventionsarbeit.

### **Pahl, Christoph: „Voll Porno!“ Warum echte Kerle „Nein“ sagen. Marburg (Francke) 2010**

Ein Buch für ältere Jugendliche, für Eltern und Jugendleiter zum Thema Pornos: Ist Pornokonsum völlig alltäglich und normal? Was für Auswirkungen hat er auf mein Leben, auf meine Beziehungen und auf meinen Umgang mit Sexualität? Pahl spricht den Leser direkt und z.T. auch provokativ an, so liest sich das Buch unterhaltsam und winkt nicht mit dem moralischen Zeigefinger.

### **Sachau, Silke; Schröder, Christine: Frauen mit Essstörungen erobern sich ihr Leben zurück. Schriftenreihe Sexueller Missbrauch 6; Ruhnmark (Donna Vita) 1995.**

In den Biographien vieler Frauen mit Essstörungen ist sexueller Missbrauch in der Kindheit geschehen. Das Buch zeigt Zusammenhänge und Überlebensstrategien auf. Die Autorinnen stellen ihre Erfahrungen aus der Gruppenarbeit mit Frauen dar.

### **Gerhard, Ulrike; Heiliger, Anita; Stehr, Annette (Hrsg.): Tatort Arbeitsplatz. Sexuelle Belästigung von Frauen. München (Frauenoffensive) 1992.**

Nach einer im Frühjahr 1991 veröffentlichten Untersuchung geben 72% aller befragten Frauen an, an ihrem Arbeitsplatz sexuell belästigt worden zu sein. Die Beiträge in diesem Buch zeigen das Ausmaß und die Hintergründe, vor allem aber auch den rechtlichen und politischen Handlungsbedarf auf und geben konkrete Hilfen, was Frauen tun können. Zum Teil veraltet, aber mangels neuerer Bücher zum Thema immer noch ein wichtiges Werk.

### **Küssing, Nicole: Mach mich nicht an! Ein Trainingsprogramm gegen sexuelle Belästigung; Freiburg (Lambertus) 1997.**

Das Buch stellt neuere wissenschaftliche Forschungen zum Thema der sexuellen Belästigung am Arbeitsplatz dar und ein Soziales Trainingsprogramm für Frauen vor: Das Ziel: Frauen und Mädchen für sexuelle Belästigungen sensibilisieren und individuelle Möglichkeiten zur Gegenwehr entwickeln. Das Buch richtet sich v.a. an Frauen, die ein solches Trainingsprogramm organisieren oder durchführen wollen.

## Surftipps (internet)

### für Jugendliche

**www.feuvogel-online.de** – unsere Seiten für Jugendliche mit vielen Tipps und FAQs zum Thema sexuelle Übergriffe

**www.klicksafe.de** - Seiten für Jugendliche und Eltern zum Thema sicheres internet: Viele gute Tipps zum richtigen Verhalten im internet, in Chats oder Netzwerken wie SchülerVZ. Auch für Eltern eine hervorragende Informationsquelle!

**www.spass-oder-gewalt.de** – interaktive Seite mit Infos und Spielen zum Thema Beziehungen, für Jungs, für Mädchen, und für Gruppenarbeit.

**www.jugendnetz.de** - Jugendinformation mit FAQs zu Liebe und Sexualität, Verhütung, sexuellem Missbrauch etc. und dem Chat am Donnerstag zu verschiedenen Themen.dasselbe etwas größer für ganz Baden-Württemberg.

**www.sexundso.de** - e-mail-Beratungsangebot von Pro Familia für Jugendliche

**www.youth-life-line.de** - Jugendliche helfen Jugendlichen: per e-mail und im Chat wird Beratung von Jugendlichen für Jugendliche angeboten. Eine Initiative des AK Leben in Tübingen.

**www.lizzynet.de** - gut gemachte Mädchenseiten mit Magazinteil, vielen interessanten Infos und kompetenten Beiträgen zu aktuellen Themen.

### für Erwachsene

**www.feuvogel-zollernalbkreis.de** – Informationen zur Arbeit von **FEUERVOGEL e.V.**, zu unseren aktuellen Projekten und Angeboten in der Vorbeugung, sowie Hintergrundinfos zu sexueller Gewalt

**www.bzga.de** - Die Seiten der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung bieten viel Information auch zum Thema Sexualaufklärung. Dort können verschiedene Broschüren kostenfrei bestellt werden.

**www.mega-jobs.de/news\_tips/271000\_01.htm** - Infos zum Thema sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz.

**www.schulische-praevention.de** - „Schulische-praevention.de“ hat das Ziel, LehrerInnen für die Thematik der sexualisierten Gewalt zu sensibilisieren und zu ermutigen, Gefährdungen wahrzunehmen, Prävention umzusetzen sowie Mädchen und Jungen zu stärken.

**www.klicksafe.de** - Seiten für Jugendliche und Eltern zum Thema sicheres internet: Viele gute Tipps zum richtigen Verhalten im internet, in Chats oder Netzwerken wie SchülerVZ. Auch für Eltern eine hervorragende Informationsquelle!

## Notizen: