

WAS IST „SEXUELLE GEWALT“?

Sexuelle Gewalt hat nicht nur mit körperlichen Angriffen und Vergewaltigungen zu tun – es geht dabei auch um verbale Anmache oder Drohungen. Es ist sexuelle Gewalt, wenn dein Freund sagt, dass er dich verlässt, wenn du nicht mit ihm schlafen willst, und es ist auch Gewalt, wenn jemand Küsse, Berührungen oder Sex erzwingen will, weil er die Drinks bezahlt hat.

DU HAST EIN RECHT AUF RESPEKT!

Du hast das Recht, dich gegen Anmache und Angriffe zu wehren! Dieses Recht kannst du durchsetzen, indem du klar sagst, was du willst und was nicht und indem du gefährliche Situationen richtig einschätzt.

- Sprich mit deinem Freund über deine Wünsche in der Beziehung und beim Sex – sag nicht „Ja“, wenn Du „Nein“ meinst und sag nicht „Nein“, wenn Du „Ja“ meinst!
- Du entscheidest, was dir gefällt – sag eindeutig „Nein, ich will das nicht!“, wenn dir etwas komisch vorkommt oder unangenehm ist.
- Denk darüber nach, was dir beim Flirten und beim Sex gefällt und was nicht – und lass dich nicht davon irritieren, was andere für „normal“ halten: Menschen sind nun mal unterschiedlich.
- Triff Dich mit Internetfreunden und anderen „first dates“ nicht allein und am besten an Orten, an denen viel los ist!
- In manchen Situationen ist es besser, die Kontrolle zu behalten: Alkohol und Drogen sind riskant, weil sie deine Reaktionen und deinen Überblick beeinträchtigen können. Und: Manche Jungen werden aggressiv, wenn sie Alkohol getrunken haben.
- Steig lieber nicht zu Leuten ins Auto, die du kaum kennst und geh nicht mit in ihre Wohnung – zumindest nicht, ohne dich zu vergewissern, wie du wieder rauskommst, falls es brenzlig wird.

MIT NEIN MEINE ICH AUCH NEIN!

WAS KANNST DU IM ERNSTFALL TUN?

Abhauen ist oft die beste Lösung, wenn die Situation außer Kontrolle gerät. Ansonsten: Bitte andere Personen um Hilfe, wenn das geht! Wehr dich mit Worten (z.B. um Hilfe schreien) oder körperlich (z.B. in empfindliche Körperstellen treten). Hemmungsloses Kreischen kann den Angreifer aus dem Konzept bringen! Wichtig: Wehr dich entschieden, so schnell und so fest du kannst und ohne schlechtes Gewissen!

WO FINDE ICH HILFE?

- in den Gelben Seiten unter: Jugendberatungsstellen, Mädchennotruf, Pro Familia, Deutscher Kinderschutzbund, Jugendamt
- Beratungsstellen für Mädchen und Frauen in verschiedenen Städten Niedersachsens: 05 31/2 33 66 66 und www.frauen-maedchen-beratung.de
- Beratungsstellen für Jungen und Männer unter www.4uman.info/seiten/wo/adressen/listen/liste_d.html oder Hotline für gewalttätige Jungen (95 cent/min!) 09001 – 43 92 58
- Nummer gegen Kummer: 0800 – 1 11 03 33 (kostenfrei) Mo – Fr 15 – 19 Uhr
- www.kummernetz.de/jugend/ (Seelsorge- und Beratungsnetzwerk)
- www.youngavenue.de/help.html (Kinderschutz-Zentren)
- www.niceguysengine.de

Bei diesen Beratungsstellen muss man seinen Namen nicht sagen, wenn man anonym bleiben will.

UND WENN GEWALT SCHON PASSIERT IST

Wenn du Sex gegen deinen Willen erlebt hast oder dein Freund dich bedroht: Lass dir von erfahrenen Erwachsenen helfen! Es kann dir gut tun, mit jemandem darüber zu reden! Merkt du, dass deine Freundin in ihrer Beziehung unter Druck steht oder Angst hat? Biete ihr deine Unterstützung an – du kannst sie z.B. zu einer Beratungsstelle begleiten.

SEXUELLE GEWALT BEGINNT NICHT ERST BEI EINER VERGEWALTIGUNG ...

... sondern schon viel früher: mit anzüglichen Gesten, mit erniedrigenden Bemerkungen über das Aussehen oder das Verhalten von Mädchen – und mit Drohungen oder Erpressungen: Wenn ein Junge seiner Freundin sagt „Wenn du weiter so zickig bist, suche ich mir eine andere!“ oder wenn ein Junge ein Mädchen so lange bedrängt, bis sie nachgibt und mit ihm schläft, ist das auch eine Art Gewalt!

CHECKLISTE: IST MEINE BEZIEHUNG OKAY?

- Funktioniert unsere Verständigung? Bin ich ehrlich? Höre ich zu? Können wir über alles reden? Oder respektiere ich, den anderen zu erpressen?
- Respektieren wir einander? Behandle ich den anderen fair und ohne Herablassung? Werde ich mit Achtung behandelt? Oder fühle ich mich öfter „kleingemacht“?
- Gehen wir gleichberechtigt miteinander um? Bekomme ich in etwa so viel wie ich gebe? Gebe ich in etwa so viel wie ich nehmen kann und bekomme? Oder habe ich das Gefühl, dass die Beziehung einseitig ist?
- Können wir uns frei entfalten? Kann ich tun, was ich wirklich will, oder tue ich das, was der andere von mir erwartet?
- Vertrauen wir einander? Fühle ich mich sicher? Kann ich dem anderen Glauben schenken oder habe ich Angst bzw. ein mulmiges Gefühl?

KENNST DU DAS AUCH?

Wenn es zu sexueller Gewalt kommt, hat das oft mit falschen Vorstellungen oder Erwartungen zu tun – zum Beispiel:

- Wenn ein Mädchen leidenschaftlich knutscht, ist sie auch mit Sex einverstanden.
- Wenn ein Mädchen sich sexy anzieht oder schon mit mehreren Jungen im Bett war, hat sie nichts dagegen, angemacht zu werden.

- Wenn der Junge das Mädchen einlädt oder die beiden schon eine Weile zusammen sind, ist es normal, miteinander zu schlafen.

Aber so einfach ist es nicht, denn:

- jedes Mädchen ist anders, hat eigene Vorstellungen und ein eigenes Tempo beim Austausch von Zärtlichkeiten und bei der Bereitschaft zum Sex.
- Niemand kann einen Anspruch auf Sex daraus ableiten, dass ein Mädchen sich sexy anzieht oder schon mit mehreren Jungen geschlafen hat.
- Geschlechtsverkehr ist keine „Bezahlung“ für Einladungen oder dates.

WAS KANNST DU IM ERNSTFALL TUN?

Ein „Nein“ ist eine Grenze, die du respektieren musst, keine Herausforderung, zu beweisen, dass du sie „rumkriegen“ kannst. Lass dich nicht von anderen dazu überreden, mit einem Mädchen Geschlechtsverkehr zu haben. Frag nach, wenn du nicht sicher bist, was deine Freundin will – und sag auch selbst, wie du dir vorstellst, dass es weitergeht. Alkohol und Drogen sind riskant – sie können deine Reaktionen und deinen Überblick beeinträchtigen. Und: Alkohol kann aggressiv machen.

UND WENN GEWALT SCHON PASSIERT IST

Wenn du gewalttätig gegenüber deiner Freundin warst und du nicht willst, dass das noch einmal passiert, solltest du mit Profis in einer Beratungsstelle darüber reden.

Wenn Du merkst, dass dein Freund seine Freundin unter Druck setzt oder misshandelt, solltest du dir überlegen, ob du ihn darauf ansprichst. Du könntest ihm diesen Flyer geben und ihm helfen, einen Erwachsenen zu finden, mit dem er darüber reden kann.

NEIN HEISST WIRKLICH NEIN!

KEIN JEIN!

Christine, Jan und Bastian sind keine Einzelfälle. Ungefähr **60%** aller Mädchen und jungen Frauen zwischen 17 und 20 Jahren haben schon unfreiwillige sexuelle Erfahrungen gemacht. Bei Jungen und jungen Männern sind es ungefähr **30%**. Viele dieser unfreiwilligen Erfahrungen werden durch körperliche Gewalt, verbale Drohungen oder Erpressungen erzwungen.

In den meisten Fällen passiert ein sexueller Übergriff nicht mit einem fremden Menschen, sondern mit Freunden, Ex-Freunden oder Bekannten.

(aus einer Studie der Universität Potsdam, 2002)

FINANZIELLE UNTERSTÜTZUNG
Niedersächsisches Ministerium
für Soziales, Frauen, Familie und
Gesundheit

HERAUSGEBER



die lobby für kinder

Landesstelle Jugendschutz Niedersachsen
Leisewitzstraße 26
30175 Hannover
Telefon (05 11) 85 87 88 und 85 30 61
Telefax (05 11) 283 49 54
info@jugendschutz-niedersachsen.de
www.jugendschutz-niedersachsen.de

Deutscher Kinderschutzbund
Landesverband Niedersachsen e.V.
Schwarzer Bär 8
30449 Hannover
Telefon (05 11) 44 40 75
Telefax (05 11) 44 40 77
info@dksb-nds.de
www.kinderschutzbund-niedersachsen.de

Stand: 2005 | 2006

NEIN HEISST NICHT JEIN!

DU HAST EIN RECHT AUF RESPEKT!

INFORMATIONEN FÜR MÄDCHEN UND JUNGEN

EIN NEIN IST

CHRISTINE, 14: „Seit ich vor zwei Wochen 14 geworden bin, drängt mich mein Freund (16), dass ich mit ihm schlafe. Ich will aber noch nicht! Das Problem ist nur, dass ich vorher, als ich noch 13 war, immer gesagt habe, dass es noch verboten ist Sex zu haben und wir noch warten müssen. Und jetzt fragt er mich jeden Tag. Aber was soll ich ihm jetzt sagen? Ich habe Angst, dass er Schluss macht, wenn ich nicht mit ihm schlafe.“

JAN, 16: „Ich finde es schon doof, aber in meiner Clique haben alle gesagt, wenn ich mitreden will über Frauen und so, dann muss ich auch schon mal gepoppt haben. Also habe ich's getan. Wir waren damals beide 13 und hatten keine Ahnung. Verhütung oder so was war kein Thema. Heute denke ich, dass das ganz schön blöd war.“

BASTIAN, 14: „Fühle mich komisch! Am Freitag habe ich mit Freunden zuviel getrunken und zwei Mädchen haben mich mehr oder weniger mit nach Hause abgeschleppt. Dann hat die eine angefangen mich eindeutig zu streicheln, was ich wirklich nicht wollte, weil es mir nicht gut ging und ich super breit war. Ok, ich bin eingeschlafen und als ich aufwachte, saß die eine auf mir und hat mein Genital in sich geschoben, die andere hat mich festgehalten. Ist das 'ne Vergewaltigung? Kann ich die beiden anzeigen? Ist das Samenraub?“

(Zitate aus Online-Beratungen: www.das-beratungsnetz.de; kids-hotline.de; kummernetz.de oder youngavenue.de)