

# NICHT MIT MIR!

**Der Deutsche Ju-Jutsu Verband  
informiert und hilft Dir  
– SEXUALISIERTE GEWALT  
ERKENNEN!**



Info-Kurse bei



[www.nicht-mit-mir.org](http://www.nicht-mit-mir.org)  
[www.ju-jutsu-jugend.de](http://www.ju-jutsu-jugend.de)

 **JU · JUTSU**  
DEUTSCHER JU - JUTSU VERBAND E.V.

# SCHÜTZ DICH VOR GEWALT - SEXUALISIERTE GEWALT ERKENNEN!

Für den Schutz vor sexueller Gewalt und sexuellem Missbrauch sind in erster Linie die Erwachsenen zuständig. Ein Kind kann Missbrauch wahrnehmen und erkennen, beenden kann es ihn jedoch nicht. Dafür braucht es Hilfe.

## Sexuelle Gewalt hat viele Gesichter:

- Anzügliche, oft abwertende Kommentare über den Körper, das Aussehen, den Busen, Bauch, Po von Mädchen, über den Körper oder Penis bei Jungen
- Glotzen beim Umziehen oder Duschen
- Sexistische Witze und Sticheleien
- Schweinische und abfällige Sprüche über Mädchen, Frauen oder Jungen
- Bei Hilfestellungen wie zufällig zwischen den Beinen oder am Busen berühren
- Sexueller Missbrauch
- Sexuelle Nötigung bis hin zur Vergewaltigung

## Sexualisierte Gewalt erkennen.

Wir unterscheiden zwischen sexueller Belästigung und sexuellem Missbrauch. Auch sexuelle Belästigung muss man nicht zulassen!

## Sexuelle Belästigung kann sein:

- Jemand macht blöde Bemerkungen über deinen Körper, deinen Busen oder Penis.
- Jemand glotzt dich seltsam an.
- Jemand grapscht dir an den Busen oder zwischen die Beine und tut so, als ob es ein Versehen oder Spaß sei.
- Jemand berührt dich auf eine komische oder unangenehme Art.
- Bei Hilfestellungen wirst Du öfters „zufällig“ zwischen den Beinen oder am Busen berührt.

## Sexueller Missbrauch kann sein:

Manche Erwachsene oder größere Jugendliche wollen

- dich an Penis, Busen oder Po anfassen,
- dich überreden, dass du sie so berührst,
- dir Pornofilme zeigen,
- dich nackt filmen oder fotografieren. (auch übers Handy!)
- dich zum Sex überreden oder zwingen.

All dies ist strengstens verboten und wird nach dem Gesetz bestraft! Der Täter wird bestraft. Darum versucht er dich zum Schweigen zu bringen. Er erpresst dich, oder redet dir ein, dass du es selbst so willst. Auch wenn du am Anfang nicht merkst, was da passiert – du hast keine Schuld!

**Merke: Rede mit jemandem darüber – schweige nicht! Es ist sehr schwierig, aber auch tapfer und sehr mutig, sich Hilfe zu holen und mit jemandem darüber zu reden. Man sieht es keinem Menschen an, ob er Kinder missbraucht. Das Risiko, sexuell missbraucht zu werden, ist jedoch innerhalb der Familie, der Verwandtschaft oder im Bekanntenkreis höher, als von einem Fremden missbraucht zu werden. Trotzdem: Vertraue keinem Fremden! Schweige nicht – rede darüber, damit schützt du dich und auch andere Kinder oder Jugendliche.**

