NEIN!
zu sexualisierter Gewalt

Informieren ist wichtig!

Was ist sexualisierte Gewalt?

Sexualisierte Gewalt beginnt da, wo du dich unwohl fühlst und deine persönlichen Grenzen der Intimität oder Privatsphäre überschritten werden.

Auch wenn dich eine andere Person gegen deinen Willen zu sexuellen Handlungen zwingt, überredet oder belästigt ist das sexualisierte Gewalt.

Das kann verbal, digital oder körperlich sein, wie z. B. durch anzügliche Sprüche, Chatnachrichten mit sexuellem Inhalt, sexuelle Anspielungen, Witze, Bemerkungen über den Körper, die wie Komplimen-

te klingen, aber trotzdem unangenehm sind, heimliches Beobachten, Anstarren, „zufällige“ oder unangenehme Berührungen an Brust, Po, Genitalien oder anderen Körperstellen oder Übergriffe, bei denen dich jemand zu sexuellen Handlungen überreden will oder zwingt sowie das Zeigen, zuschicken und weiterleiten von Nacktfotos oder Dicpics, Memes oder Pornos.

Sexualisierte Gewalt kann überall passieren, in der Familie oder im Freundeskreis, in der Schule, im Sportverein oder in der Freizeit, in Beziehungen oder beim Dating, im Internet über soziale Medien, Chats oder Apps.

Es geht dabei nie um Liebe oder Zuneigung, sondern um Macht, Kontrolle, Ausnutzen und Beleidigen. Niemand hat das Recht, deinen Körper oder deine Grenzen zu überschreiten – egal, wer es ist und wie nah er dir steht.

Wenn sich etwas unangenehm, verwirrend oder falsch anfühlt, lohnt es sich, darüber zu sprechen.

Egal, was passiert ist: Du hast keine Schuld. Auch nicht, wenn du zuerst vertraut hast, nichts gesagt oder nicht „Nein“ gesagt hast. Du hast das Recht auf Schutz, Respekt und Hilfe.

Du hast keine Schuld daran!

Wie gehen Täter*innen vor?

Du bist dir nicht sicher, ob das, was passiert ist, eine Grenzverletzung oder ein Übergriff war? Es hat sich komisch angefühlt, irgendwie falsch? Vielleicht denkst du: „Hab ich was falsch gemacht? Bin ich selbst schuld?“ – Aber die Wahrheit ist: Es ist nicht deine Schuld, egal was du getragen hast, auf welchen Internetplatformen

oder Apps du warst, ob du mitgemacht hast oder nichts gesagt hast. Täter*innen tragen immer die Verantwortung.

Täter*innen wissen oft genau, was sie tun. Sie nutzen Vertrauen, Nähe, ihre Stellung in der Gruppe oder Macht aus, um Kinder und Jugendliche zu manipulieren. Sie können freundlich, nett oder hilfsbereit wirken – und trotzdem gezielt Grenzen überschreiten.

Sie sagen vielleicht: „Das ist unser Geheimnis“, oder tun so, als wäre alles normal. Sie bringen einen dazu still zu sein, die Klappe zu halten oder sich zu schämen. Manchmal machen sie Komplimente, stellen Nähe her oder schaffen Geheimnisse („Das bleibt unter uns“), um Verwirrung oder Schuldgefühle auszulösen.

Sie testen oft, wie weit sie gehen können, ohne dass jemand etwas sagt. Wenn du dich unwohl, unsicher oder überrumpelt fühlst, ist das ein Warnzeichen. Täter*innen tragen immer die volle Verantwortung – nicht du.

Manche Täter*innen sind Erwachsene, andere Jugendliche. Es können Frem-

de sein – aber oft sind es Leute, die man kennt.

Es ist gut, über die Strategien der Täter*innen Bescheid zu wissen, um sie frühzeitig erkennen zu können. Mehr Informationen findest du auf unserer Website.

ggsg.caritas-rhein-erft.de

Wenn sich etwas unangenehm, verwirrend oder falsch anfühlt, lohnt es sich, darüber zu sprechen. Du hast nichts falsch gemacht.

Hol dir Hilfe. Du musst da nicht allein durch. Es gibt Menschen, die zuhören und dir glauben.