

Die wichtigsten Dinge, die die Fachkräfte im Jugendamt/ASD zum Thema sexualisierte Gewalt wissen sollten

1. Das Besondere an sexualisierter Gewalt

Sexualisierte Gewalt ist von allen Formen der Gewalt die am wenigsten sichtbare, erfassbare und nachweisbare. Kinder und Jugendliche, die von sexualisierter Gewalt betroffen sind, fallen oft nicht auf oder zeigen Auffälligkeiten, die schwer einzuordnen sind.

Es ist relativ leicht, sexualisierte Gewalt auszuüben, da die Tabuisierung des Themas innerhalb der Gesellschaft die Täter*innen oft schützt. Viele Untersuchungen zeigen, dass Vorstellungen und Rollenzuschreibungen, die biographisch erlernt wurden, auch im professionellen Kontext sehr wirksam sind, auch wenn später anderes kognitives Wissen hinzugekommen ist. So ist die Vorstellung von sexuell misshandelnden Müttern oder gar die systematische Gewalt im organisierten Kontext etwas, was uns schwerfällt zu denken. Diesen „Schutz“ nutzen Strategien von Täter*innen aus, um ihre Gewalt zu verschleiern.

Zugleich wird sexualisierte Gewalt als besonders schlimm wahrgenommen, was einen hohen Druck bei der Aufdeckung und der Unterstützung von Kindern, Jugendlichen und Familien erzeugt.

Hinzu kommt eine sehr spezielle Dynamik, die nicht nur sehr emotional ist, sondern tatsächlich auch dynamisch, scheinbar sind die Grenzen in diesen Handlungen beweglich oder gar fließend, was die Einordnung und Orientierung erschwert.

2. Dynamik sexualisierter Gewalt

Kennzeichnend für diese Dynamik sind zum einen die Rahmenbedingungen:

- Sie findet im Verborgenen statt, es gibt so gut wie nie Zeug*innen, die nicht Teil der Dynamik sind.
- Sie hinterlässt meist keine sichtbaren körperlichen Spuren.
- In den meisten Fällen spielt Geheimhaltung eine noch sehr viel größere Rolle als bei anderen Formen der Gewalt.

Zum anderen finden wir auch darüber hinaus wenig Klares vor:

Sie wird in den allermeisten Fällen durch Menschen verübt, die Vertrauenspersonen sind oder sein sollen und die in der Regel sichtbar auch fürsorgliche Aspekte zeigen.

Dadurch hat diese Form der Gewalt ein hohes Spaltungspotential, es gibt nicht die Möglichkeit, sich „objektiv“ oder neutral zu verhalten: bei der Aufdeckung scheint es nur Verlierer zu geben: Verlust von Partner*innen, Geschwistern, Sicherheiten innerhalb von Familien, Verlust von Sicherheit in die eigene Wahrnehmung und Angst vor Schaden in Institutionen, Verlust von Freundschaften und Zugehörigkeiten bei Übergriffen unter Kindern und

Jugendlichen. Dies erklärt, weshalb auch scheinbar verantwortlich handelnde Personen nicht konsequent den Schutz der Betroffenen an erste Stelle setzen (können oder wollen).

Ohnmachtsgefühle und Kontrollverlust steigern sich noch, wenn wir nach Erkennungsmerkmalen für sichere oder übergriffige Personen suchen: bislang liefert die Forschung keine erkennbaren Kriterien in einer Persönlichkeit, die auf eine potentielle Täterschaft hinweisen. Und auch der sozioökonomische Status oder der Grad der Bildung bietet keinen Schutz vor sexualisierter Gewalt, da Machtmissbrauch immer da möglich ist, wo es Alters-, Entwicklungs- oder Rollenunterschiede gibt. Ehre schützend für Täter*innen sind Annahmen, dass meist eine pädosexuelle Neigung die Ursache für die Gewalt sei oder auch die Annahme, dass von sexualisierter Gewalt betroffene Jungen später selber Täter werden. Der pädosexuelle Hintergrund findet sich stattdessen eher selten und kein betroffenes Kind wird automatisch eine erwachsene Person, die selber sexualisierte Gewalt ausübt. Auch dies unterscheidet sexualisierte Gewalt von z.B. körperlicher Misshandlung.

Und auch auf der Seite der betroffenen Kinder und Jugendlichen fehlen eindeutige Hinweise, die im direkten Zusammenhang mit dieser Gewaltform stehen. Wenn es Auffälligkeiten oder Wesensveränderungen gibt, können die Ursachen vielfältig sein, da sexualisierte Gewalt immer dann stattfindet, wenn sich Täter*innen durch strukturelle Lücken sicher fühlen. Emotionale Defizite von Partner*innen, fehlende Vertrauensbasis zu den Kindern und Jugendlichen, Krisen der Erwachsenen, die im Aufmerksamkeitsfokus stehen und vieles mehr.

Deshalb ist es wichtig zu wissen, dass eine systemische Herangehensweise nicht immer der richtige Weg ist, wenn es um den Schutz von Kindern und Jugendlichen geht.

3. Merkmale von sexualisierter Gewalt

Es gibt eine Reihe von Merkmalen, die es erleichtern, Grenzüberschreitungen und diffuse Formen von sexualisierter Gewalt einzuordnen. Sie sind nicht allein spezifisch für diese Form der Gewalt, treten jedoch mehrere Merkmale zugleich auf, erhöht sich die Wahrscheinlichkeit, dass sexualisierte Gewalt vorliegt:

Diese Merkmale sind:

- 1. Es handelt sich um eine auch im weitesten Sinne sexuelle Handlung.**

Diese reicht von sexualisierter Sprache über Gesten und Blicke (Hands – Off Handlungen) bis hin zu erzwungenen sexuellen Berührungen, Küssen und Vergewaltigungen (Hands-On Handlungen). Auch das erzwungene Zuschauen bei sexuellen Handlungen einer erwachsenen Person fällt darunter.

- 2. Alters- und Entwicklungsunterschied zwischen Opfer und Täter*in**

Während sexualisierte Gewalt eines Erwachsenen an einem Kind oder Jugendlichen leicht zu erkennen ist, ist dieses Merkmal vor allem wichtig, wenn es um Übergriffe unter Geschwistern oder innerhalb einer Peergroup geht. Je nach Altersgruppe kann vor allem der Entwicklungsunterschied erheblich sein und gibt Auskunft darüber, wie eine Handlung einzuschätzen ist. Kommen kognitive Einschränkungen hinzu, ist eine sorgfältige Diagnostik in Bezug auf dieses Merkmal von großer Bedeutung.

Wissen über die psychosexuelle Entwicklung von Kindern und Jugendlichen ist ebenfalls unabdingbar für diesen Punkt und auch das Wissen darüber, dass Kinder und

Jugendliche mit kognitiven Einschränkungen oftmals nur wenig oder gar nicht über Sexualität wissen und ein häufig verschobenes Gefühl für Grenzen haben. Sie wachsen in ihrem normalen Alltag damit auf, dass sie oft nicht selbstbestimmt sind in Bezug auf ihren Körper: viele Untersuchungen und Fördermaßnahmen sind von Beginn an Teil des Alltags. Hinzu kommt, dass viele Erwachsene kein gutes Bewusstsein dafür haben, dass auch diese Kinder ein Recht auf Selbstbestimmung haben und brauchen.

3. Physischer und psychischer Zwang

Auch dieses Merkmal ist vor allem bei sexualisierter Gewalt unter Kindern oder Jugendlichen von großer Bedeutung, da Zwang sich hier oftmals subtil oder zumindest nicht auf Anheb erkennbar ausdrückt. Vor allem psychischer Zwang geht in jedem Fall mit jeder sexuellen Gewalt einher (siehe Strategien von Täter*innen).

Wichtig ist hierbei auch, dass vor allem Kinder nicht in der Lage sind, emotionale Erpressungen durch andere, egal welchen Alters, auszuhalten und zu durchschauen.

4. Vertrauensbruch

Sexualisierte Gewalt ist immer auch ein Vertrauensbruch und dieser Aspekt wirkt meist genauso verstörend und schädigend, wie die ausgeübte Gewalt an sich. Denn plötzlich kann ein Kind oder Jugendlicher sich nicht mehr auf die eigene Wahrnehmung verlassen. Für die Betroffenen ist spürbar, dass diese Form der Gewalt die Integritätsgrenze überschreitet ohne das spürbar ist, wieso das passiert. Die dadurch verursachte Verunsicherung hat massive Auswirkungen auf die weitere Entwicklung und richtet deshalb ebenfalls langfristig Schaden an.

5. Bedürfnisse der/des Täters*in werden befriedigt

Typisch für jede Form von Gewalt ist es, dass die Bedürfnisse und Befindlichkeiten von Kindern und Jugendlichen nicht wahrgenommen oder bewusst übergangen werden, um die meist emotionalen Bedürfnisse von Täter*innen oder auch übergriffigen Kindern und Jugendlichen zu befriedigen. Dabei spielt das Bedürfnis nach Macht bei sexualisierter Gewalt die zentrale Rolle, auch wenn scheinbar sexuelle Aspekte im Vordergrund stehen.

6. Macht- und Abhängigkeitsverhältnis

Auch hier muss genau hingeschaut werden, da Macht und Abhängigkeit zum einen in sehr vielen gesellschaftlichen Konstellationen eine Rolle spielt und zum Teil auch über Geschlechterrollen oder Zuschreibungen erlernt und tradiert wird.

Besonders an dieser Stelle wird deutlich, wie verwoben die einzelnen Merkmale miteinander sind.

7. Emotionale Abhängigkeit

Statistisch gesehen besteht in fast allen Fällen von sexualisierter Gewalt eine emotionale Abhängigkeit, die zum Teil durch die jeweiligen Rollenkonstellationen bereits besteht oder aber bewusst geschaffen wird (vgl. Strategien von Täter*innen)

8. Integritätsverletzung

Sexualisierte Gewalt verletzt sowohl die physische als auch die psychische Integrität von Kindern und Jugendlichen. Anders als bei rein körperlicher Gewalt wird vor allem die Schamgrenze eines Menschen verletzt, meist noch einhergehend mit der Entwürdigung der Person. Bei langanhaltender sexualisierter Gewalt und/oder wenn mehrere

Täter*innen beteiligt sind, kann die Integritätsverletzung soweit gehen, dass die Zugehörigkeit zur Gesellschaft in Frage gestellt ist.

9. Subjektive Einstufung als "Opfer"

Dieses Merkmal hilft uns dann, wenn die Einschätzung in Bezug auf die Gewalt durch Kinder und Jugendliche abweicht von der Einschätzung durch Fachkräfte oder andere Erwachsene. Dies kann dazu führen, dass die sexualisierten Handlungen von den betroffenen Kindern und Jugendlichen nicht als Gewalt wahrgenommen werden, oder aber als „Preis“ in Kauf genommen werden. Andersherum ist die subjektive Einschätzung als "Opfer" für die Bewertung sehr relevant, gerade wenn die fürsorgenden Erwachsenen die verneinen. Für eine subjektiv wahrgenommene Grenzverletzung gibt es immer einen emotional stichhaltigen Grund, der es in jedem Fall verdient, ernst genommen zu werden.

10. Möglichkeit des wissentlichen Einverständnisses

An diesem Punkt streiten sich häufig die Geister: nicht nur der rechtliche Rahmen spielt hierbei eine Rolle, sondern ebenfalls andere Merkmale wie die kognitive und emotionale Entwicklung sowie die Macht- und Abhängigkeitsverhältnisse im jeweiligen Fall. So kann es sein, dass es scheinbar ein Einverständnis gibt, ohne das die Zwangssituation von den Betroffenen erkannt werden kann. Dann können der rechtliche und der pädagogische Handlungsrahmen nicht deckungsgleich sein.

Weitere der bereits beschriebenen Merkmale müssen herangezogen werden, um Sicherheit zu erlangen.

11. Folgen sexuellen Missbrauchs

Wie bereits im Abschnitt 2 beschrieben, erkennen wir – wenn überhaupt - meist erst einmal nur, dass ein Kind oder Jugendlicher sich verändert, soziale oder kognitive Auffälligkeiten zeigt, ohne das die Gründe dafür sofort bestimmbar sind. In diesem Fall kann das ein Merkmal von sexualisierter Gewalt sein und sollte immer mit den anderen Merkmalen in Zusammenhang gebracht und abgeglichen werden.

4. Umgebende Hinweise auf sexualisierte Gewalt

Aufgrund der bislang beschriebenen Komplexität im Umgang mit Fällen sexualisierter Gewalt ist es sinnvoll und notwendig zu schauen, welche umgebenden Hinweise untermauern die bestehende Vermutung. Viele der folgenden Punkte bilden den Rahmen, der sexualisierte Gewalt erleichtert oder erschwert:

Ein erster Hinweis wäre bereits bekannte sexualisierte Gewalt an einem anderen Mitglied der Familie oder in anderen Gemeinschaften wie in Vereinen, Schulen oder Verbänden. Auch wenn es keinen Automatismus gibt, dass ein*e Täter*in an mehreren Kindern oder Jugendlichen einer Gruppe sexuelle Gewalt ausübt, ist es dennoch immer wichtig, danach zu schauen.

Ein weiterer Hinweis ist der Umgang mit Grenzen innerhalb eines Systems: werden die Rollengrenzen eingehalten, wie ist es mit verbalen und physischen Grenzen? Gibt es eine passende Grenze beim Konsum von sexualisierten Inhalten oder Pornografie und wird dabei die Grenze zwischen kindlicher Sexualität und der von Erwachsenen eingehalten?

Da sexualisierte Gewalt immer auch mit fehlendem Respekt vor der Person des Kindes und oder Jugendlichen einhergeht ist es relevant zu schauen, wie respektvoll die Personen in einem System miteinander umgehen: werden die Rechte und Bedürfnisse aller wahrgenommen und im Verhalten umgesetzt? Welchen Wert haben die Gefühle und Gedanken von Kindern und Jugendlichen innerhalb des Systems?

Hinweisgebend ist auch eine deutlich erkennbare Hierarchisierung innerhalb der Familie oder eines Systems, da das die gerade beschriebenen Rechte und Möglichkeiten derer, die in der Hierarchie unten sind, stark einschränkt. Zudem kann dies als Legitimation für sexualisierte Gewalt herangezogen werden (vgl. Strategien von Täter*innen).

Schließlich ist es auch von Bedeutung, ob es eine sexualisierte Atmosphäre im System gibt: wenn sexistische Sprüche, anzügliche Berührungen unter den Mitgliedern eines Systems alltäglich sind, oder die Fokussierung auf der geschlechtlichen Entwicklung eines Kindes liegt und nicht auf seiner emotionalen Entwicklung, steigt die Wahrscheinlichkeit, dass sexualisierte Gewalt stattfinden kann. Dies kann innerhalb des Systems z.B. einer Familie passieren, aber auch die Voraussetzung dafür sein, dass Kinder und Jugendliche in ihren anderen sozialen Gefügen Opfer von sexualisierter Gewalt werden.

Davon abgegrenzt kann ein wichtiger Hinweis auch sein, wie über Sexualität gesprochen wird: ist dieses Thema eher tabuisiert und findet keine Sprache zwischen Erwachsenen und Kindern, kann keine ausreichende Orientierung über den eigenen Körper und die eigene Sexualität hergestellt werden. Damit sind Kinder und Jugendliche den scheinbar normalen Aussagen von Täter*innen ausgeliefert, oder – wenn die Orientierung da ist – es scheint keine Möglichkeit zu geben, über das Erlebte zu sprechen ohne das Tabu zu berühren.

5. Strategien von Täter*innen

Sexualisierte Gewalt ist keine Zufallstat, wie es bei körperlicher Misshandlung vielleicht vorkommen kann. Sie sind in der Regel geplant und haben einen zeitlichen Vorlauf, der meist gar nicht wahrgenommen werden kann. Meist sind sie verbunden mit einem zumindest inneren Menschenbild, in dem Macht eine große Rolle spielt.

Strategien von Täter*innen haben vor allem drei Ziele:

1. Kinder und Jugendliche gezielt auszusuchen, der sogenannte Grooming-Prozess:
Um dieses Ziel zu erreichen richten sich die Strategien zum einen an die Umgebung, aber auch an die Kinder und Jugendlichen selber.
Um zu erreichen, dass die Umgebung die eigentlichen Absichten von Täter*innen nicht erkennen kann gibt es viele Möglichkeiten. Diese reichen von gezielten Partnerschaften, gezielten Berufsfeldern bis hin zu Angeboten, die scheinbar den Bedürfnissen und Defiziten von fürsorgenden Personen entgegen kommen: Die Reitlehrerin, die das Kind besonders fördert, auch wenn die Eltern keine Zeit dafür haben, der Jugendgruppenleiter, der scheinbar endlich jemand ist, der den schwierigen Sohn versteht und aushält und damit die Mutter entlastet, die Nachbarin und ihr netter Mann, die immer gerne bereit sind, dem alleinerziehenden Vater im Schichtdienst zur Hilfe zu kommen, der Kollege im Gruppendienst, der immer gerne einspringt, wenn Not am Mann ist...

In Bezug auf die Kinder und Jugendlichen geht es vor allem darum, ihr Vertrauen zu gewinnen um ihre Schwächen und Wünsche zu erkennen. Es ist sehr einfach, genau diese Lücken zu bedienen um so die wahren Absichten zu verschleiern. Die Strategien der Umgebung gegenüber verstärken noch die Möglichkeiten und vertiefen das Vertrauen in diese Personen. Hinzu können weitere Strategien kommen: das schleichende und sich steigernde Testen der Reaktionen auf scheinbar zufällige sexuelle Handlungen, das Erzeugen des Gefühls, jemand besonderes zu sein, attraktiv oder besser, als die anderen Kinder oder Jugendlichen sind nur einige der Strategien, hinter denen sich die Bedürfnisse von Täter*innen verstecken.

2. scheinbare Rechtfertigungen für ihre Handlungen zu erschaffen:

Dabei geht es vor allem darum, Widerstände zu minimieren oder ganz zu unterbinden. Solche Rechtfertigungen können sowohl helfen, die inneren Hemmschwellen zu überwinden etwas zu tun, von dem man weiß, dass es falsch und verboten ist. Andersherum dienen sie aber auch dazu, dem Kind oder jugendlichen einen scheinbaren Grund zu geben, weshalb gerade an ihm die sexualisierte Gewalt stattfindet. Solche Rechtfertigungen reichen von positiven und verharmlosenden Argumenten bis hin zu moralischen oder ideologischen Aussagen.

3. zu sichern, dass die Gewalt nicht aufgedeckt wird.

Dies geschieht zum einen durch direkte Drohungen, die an die Lebenswelt der Kinder und Jugendlichen angepasst werden, zum andern aber auch durch gezielt erzeugte Abhängigkeiten und Isolation. Ebenso strategisch ist z.B. das Herstellen eines Bündnisses gegen potentiell helfende Personen. Klare Machtpositionierungen und das Erzeugen von Ohnmachtserfahrungen geben Kindern und Jugendlichen das Gefühl, nichts machen zu können.

6. Die Psychodynamik von sexualisierter Gewalt

Charakteristisch für diese Form der Gewalt ist die damit einhergehende Täter* - Opfer* Dynamik. Sexualisierte Gewalt ist immer mit sehr vielen verschiedenen Gefühlen verbunden, die unverbunden und alle auf einmal in einem Kind oder Jugendlichen entstehen. Zwei der gravierendsten Gefühle davon sind besonders zu nennen, weil sie einen sehr großen Einfluss auf die Entwicklungs- und Verarbeitungsmöglichkeiten nach der Tat haben.

Durch den Vertrauens- und Tabubruch entstehen in jedem Fall Scham- und Schuldgefühle. Während diese Gefühle normalerweise in den Täter*innen entstehen, da sie beschämende Handlungen begehen und auch im moralischen Sinne schuldig sind, müssen sie im Falle von sexualisierter Gewalt abgewehrt werden, um die innere Grenze zur Tat überschreiten zu können. So kommt es dazu, dass die Schuld bei der einzigen anderen Person, die sich in der Situation befindet, hängen bleibt. Es kommt zu einer Schuldumkehr, die zum einen den Täter*innen nützt (vgl. Strategien von Täter*innen), zum anderen gravierende Auswirkungen auf die betroffenen Kinder und Jugendlichen hat. Hinzu kommt die schon erwähnte Scham, die ebenfalls in jedem Fall entsteht. Sexualisierte Gewalt ist per se immer eine beschämende Situation, es werden aber ja auch bewusst und aktiv die Schamgrenzen der Kinder und Jugendlichen verletzt, sodass zwangsläufig auch Scham in den Betroffenen entstehen muss.

Die Auswirkungen sind emotionale Isolation und emotionaler Rückzug, der gekoppelt mit den Schuldgefühlen die Verarbeitung, die Offenbarung und Unterstützung unmöglich machen. Die anderen Gefühle aus den Gewaltsituationen kommen noch hinzu, allerdings kann es sein, dass dies nicht unmittelbar danach geschieht, sondern zeitlich verzögert, da es unterschiedlich lange dauert, bis die emotionale Überforderung und die Unfähigkeit der Verarbeitung sich auf körperlicher Ebene oder in psychisch unkontrollierten Situationen (z.B. nachts) zeigen.

Um damit zurecht zu kommen müssen Kinder und Jugendliche auf Strategien zurückgreifen, die zum Schutz der Psyche zur Verfügung stehen. Dies geschieht nicht bewusst oder aktiv und kann erst sehr viel später erkannt und geäußert werden. Das hat wiederum Auswirkungen, die noch zu den ersten Gefühlen hinzukommen: Kinder und Jugendliche nehmen wahr, dass sie sich anders verhalten, dass sie „falsch“ sind, sie verstehen ihr eigenes Verhalten nicht und erleben wiederkehrend Ohnmachtsgefühle und weitere Scham, weil sie nicht gut genug funktionieren. Es ist von großer Bedeutung, diese Strategien zu kennen und als solche auch zu würdigen:

1. Dissoziation

Erleben wir überwältigende emotionale und/oder körperliche Situationen, greifen wir zum psychischen Schutz auf einen Mechanismus zurück, der zum Überleben auch im Alltag benötigt wird: wir „sortieren aus“, trennen uns. Dies geschieht nicht bewusst, sondern schnell und ohne dass wir es zunächst bemerken. Zu diesen Strategien zählen: Ablenken, vergessen, „sich wegträumen“. Auf diese Weise trennen wir uns von der gesamten Situation, was zum einen hilfreich sein kann, damit ein Kind oder Jugendlicher sich weiter entwickeln kann, zum anderen die Offenbarung und damit die Verarbeitung verhindert. Meist kommen Erinnerung und/oder Wiedererleben zeitlich sehr verzögert, wenn die psychische Situation der Person scheinbar so stabil ist, dass eine Verarbeitung emotional möglich zu sein scheint. Ein Anlass kann dann z.B. der erste Beziehungsversuch sein, oder aber noch später das Elternwerden.

Findet sexualisierte Gewalt sehr früh und sogar noch wiederholt statt, zeigt sich Dissoziation noch auf andere Weise: auch außerhalb von den belastenden Situationen kann die Psyche schwierige Gefühle nicht mehr einordnen und aushalten. Die Auswirkungen sind unter den Schlagworten Borderline oder emotionale Dysregulation bekannt. Ohne zu verstehen warum, brechen die verschiedenen Emotionen, die unverarbeitet vorhanden sind, in völlig unterschiedlichen Situationen durch. Denn ohne Hilfe von außen können die Gefühle nicht mehr verarbeitet werden, verschwinden also nicht von selbst. Dies wird von den Kindern und Jugendlichen, aber auch von den Erwachsenen als bedrohlich erlebt.

Reagiert wird darauf mit einer weiteren Überlebensstrategie: „Aufpassen“. Ein stark erhöhtes Kontrollbedürfnis, dauerhaft erhöhte Anspannung, Schreckhaftigkeit, Misstrauen anderen gegenüber usw. sind Kennzeichen dieser Strategie. Betroffene wie auch Personen aus dem sozialen Umfeld haben gemeinsam die Erwartung, das innere emotionale Chaos in den Griff zu bekommen. Da dies nicht wirklich möglich ist, kommt es zu sich immer wiederholenden Kontrollverlusten und Versagensgefühlen, die emotionale Situation verschlimmert sich.

In einigen Fällen kommen als trennende Strategien die Dissoziation in den Gewaltsituationen hinzu: Kinder und Jugendliche berichten, „von oben“ oder „aus der Zimmerecke zugeschaut zu haben“, andere entwickeln funktionale Spaltungen der Persönlichkeit, die entweder die überlastenden Gefühle oder aber auch zu Schützendes vom Rest der Persönlichkeit trennen und so das Überleben sichern.

2. Sexualisiertes Verhalten (Promiskuität)

Kinder lernen, emotionale Versorgung durch Anpassung zu sichern. Dies ist kein Spezifikum von sexualisierter Gewalt, wir finden es auch in Familien, in denen Eltern psychisch erkrankt sind oder an einer Sucht.

Bei sexualisierter Gewalt wird diese Fähigkeit eingesetzt, um entweder darüber positive Resonanz zu erhalten, oder aber die zu erwartende Gewalt zu verringern oder gar zu steuern. Daraus kann sich ein erlerntes Beziehungsmuster entwickeln, dass auch auf andere Personen übertragen wird.

3. Selbstverletzung

Für viele betroffene Kinder und Jugendliche eine der wichtigsten Strategien, um mit den überwältigenden Gefühlen umzugehen: meist wird das innere Zuviel als starker Druck erlebt, der nicht nach außen kann. Dem scheinen die Selbstverletzungen ein Ventil zu geben, was für kurze Zeit zu erlebter Erleichterung führt.

Auch andere Funktionen werden von dieser Strategie übernommen wie: Den Schmerz sichtbar machen, sich spüren, sich bestrafen oder aber eine reale versorgbare Wunde zu haben, die legitim sichtbar sein kann.

Andere Formen der Selbstverletzung werden von den Betroffenen gar nicht als solche wahrgenommen und haben dennoch eine ähnliche Funktion. Dazu gehören alle Formen der Essstörungen und andere Suchterkrankungen.

7. Psychotraumatologie

Je früher sexualisierte Gewalt erlebt wird, je länger sie andauert und je später Kinder und Jugendliche Hilfe bekommen, desto größer ist die Wahrscheinlichkeit, dass die erlebte Gewalt zum Trauma wird. Deshalb ist es von großer Bedeutung, die wichtigsten Grundlagen der Psychotraumatologie zu kennen. Nur dann ist es möglich, die Probleme und Symptome, mit denen Kinder und Jugendliche zu kämpfen haben, richtig einzuordnen. Auch hilft die Kenntnis in diesem Bereich, mehr Sicherheit im Umgang mit den Symptomen zu bekommen, was der Angst, etwas zu verschlimmern entgegenwirken kann.

Da dieser Punkt eine eigene Handreichung erfordern kann sollen nur drei der wichtigsten Themen genannt werden:

1. Was ist ein Trigger

Trigger sind von absolut zentraler Bedeutung und zugleich ein Hinweis auf unverarbeitete Emotionen und Situationen. Sie entstehen, weil die Wahrnehmungsteile einer Situation vom Gehirn nicht verarbeitet werden können und das Erlebnis in der Folge in seine Einzelteile zerfällt: Gerüche, Geräusche, Worte, Gesten, Aussehen einer Person usw.. Treffen Betroffene im Alltag auf irgendetwas, dass einem dieser Fragmente

ähnelt, werden direkt und ohne Vorwarnung die Gefühle aktiviert, die zur Gesamtsituation der sexualisierten Gewalt gehören. Deshalb ist es sowohl für die Kinder und Jugendlichen, als auch für das soziale Umfeld von großer Bedeutung, diese Trigger (Auslöser) zu identifizieren und zu verstehen.

2. Wiedererleben der Gewaltsituationen (Flashbacks)

Bei traumatischem Erleben ist es dem Gehirn wie gesagt nicht möglich, die Situation zu einer Erinnerung zu verarbeiten. Die reaktivierten Situationen überlagern alles und scheinen im Hier und Jetzt verortet zu sein, was es unmöglich macht, sich davon zu distanzieren. Dies kann zeitlich und räumlich unkontrollierbar und zufällig auftauchen.

3. Wiedererleben von Gefühlen (Intrusionen)

Zusammen mit den alten Situationen, aber durchaus auch getrennt davon können die überwältigenden Gefühle aus den Gewaltsituationen im Alltag durchbrechen. Zugleich nehmen die Betroffenen wahr, dass diese Emotionen nicht zur aktuellen Situation passen. Dies löst Scham, Verwirrung und Angst aus und führt zu Konflikten mit Anderen im Alltag. Auch Konzentrationsstörungen und Desorientierung können eine Folge sein.

8. Traumapädagogik

Neben der Traumatherapie ist es vor allem auch der hilfreiche Umgang mit diesen Phänomenen im Alltag, der Kinder und Jugendlichen erste Hilfe sein kann und ihnen auch Mut macht, weitere Hilfe anzunehmen.

Vor allem die beiden Grundsätze der Traumapädagogik sind für alle Fachkräfte, die mit Kindern und Jugendlichen zu tun haben, von größter Bedeutung:

1. Die Annahme vom guten Grund

Dieser Grundsatz ist die logische Konsequenz aus allem, was zur Dynamik von sexualisierter Gewalt und den Auswirkungen gehört: alle Reaktionen und Verhaltensweisen eines Kindes oder Jugendlichen haben einen wirklich guten Grund. Mit dieser Haltung ist es möglich, Psychoedukation für die Kinder und Jugendlichen und für uns als Fachkräfte zu erreichen: Warum bin ich so? ist eine der zentralen Fragen, die sich betroffene Kinder und Jugendliche stellen und sich selbst zu verstehen und verstanden zu werden demzufolge ein grundlegend heilsamer Schritt. Auch schützt er alle davor, von der hohen Emotionalität des Themas angesteckt oder gar verschluckt zu werden.

2. Die Notwendigkeit eines sicheren Ortes

Sexualisierte Gewalt ist ein zutiefst verunsicherndes Erleben, dass die physische und psychische Stabilität von Kindern und Jugendlichen angreift oder sogar zerbrachen kann. Deshalb ist es von zentraler Bedeutung, wieder Sicherheit zu erlangen. Dies geschieht zum einen durch einen (vor allem auch emotional) sicheren Lebensraum.

Das ist mit einer gewaltfreien Umgebung allein nicht zu erreichen: Transparenz, Klarheit ohne Wertung und ein möglichst hoher Grad an Selbstbestimmung im Umgang mit diesen Kindern und Jugendlichen sind unbedingtes Muss, damit es zu korrigierenden neuen Erfahrungen kommen kann, die Verarbeitung des Erlebten möglich macht. Das meint nicht, dass alles in Ordnung oder möglich ist, was Kinder und Jugendliche sich wünschen, sondern dass Beteiligung und Respekt die Grundlage aller Handlungen und Interventionen sein müssen.

