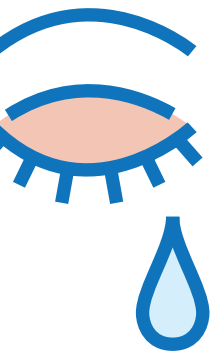


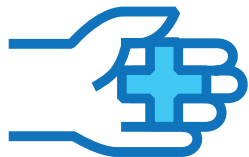
Zu Beginn fühlt sich das sogar manchmal gut und spannend an. Vielleicht bist Du verwirrt und weißt gar nicht, was du denken sollst. Aber wenn sich etwas nicht richtig anfühlt, ganz egal was das ist, dann darfst du dich auf dein Gefühl verlassen.

Nur du bestimmst, was mit deinem Körper geschieht!

Vielleicht bekommst Du gesagt, das Geschehene als Geheimnis zu behandeln. Lass dich nicht einschüchtern. Wenn etwas nicht gut ist, musst du daraus kein Geheimnis machen. Vor allem dann nicht, wenn



- du dich traurig oder wertlos fühlst
- du deinen Körper ablehnst, dich eklig findest
- du oft unkonzentriert bist, vor allem in der Schule
- du nicht mehr normal essen oder schlafen kannst
- du dich absichtlich verletzt
- du deinen eigenen Gefühlen nicht mehr traust
- du zu Alkohol oder Drogen greifst



Sexueller Missbrauch passiert vielen Mädchen und jungen Frauen und einer Menge Jungen in jedem Alter.
Du bist nicht alleine!

Wichtig ist, dass du dich jemandem anvertraust. Such Dir Hilfe bei einer Person, der du vertraust. Sollte dir nicht geglaubt werden: versuch es weiter! Vielleicht hat aber auch zu dir jemand so viel Vertrauen, dass du von Übergriffen erzählt bekommen hast und weißt nun nicht, wie du helfen kannst. In jedem Fall findest du bei der nachfolgenden **Beratungsstelle** Rat und Hilfe, auch ohne deinen Namen zu nennen. Hier bekommst du Unterstützung dabei eine Lösung für dein Problem zu finden.

Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern
Relystraße 20, 64720 Michelstadt
www.come2help.de



0 60 61 - 7 17 92

In Notfällen ist das Jugendamt erreichbar unter:

Jugendamt des Odenwaldkreises
Allgemeiner Sozialer Dienst – Infobüro
Nees von Esenbeckstr. 9-11, 64711 Erbach



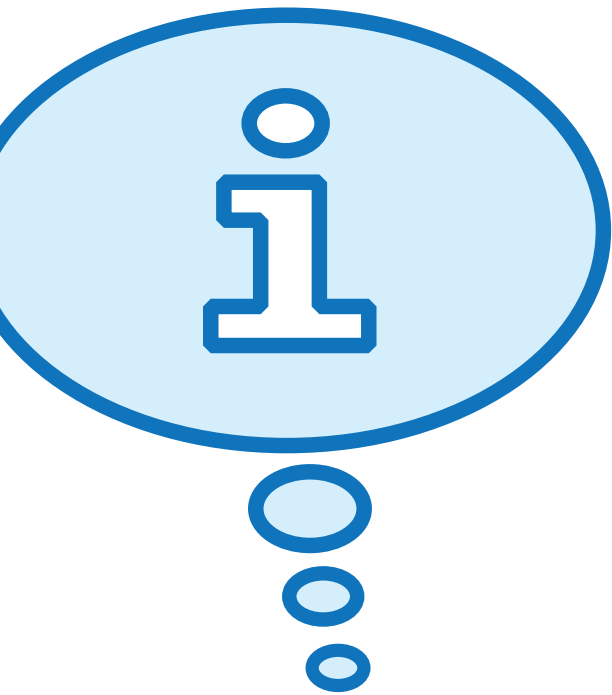
0 60 62 - 7 04 58



**Nicht
mit mir!**

**Informationen gegen
sexuellen Missbrauch**

für Mädchen und Jungen



Hallo Sophie, Ayshe, Max oder wie immer du heißen magst. Dieser Flyer zum Thema „Sexuelle Ausbeutung und Gewalt“ richtet sich an Dich, wenn

- du dich informieren möchtest
- du betroffen bist
- du jemanden kennst, der betroffen ist

Zärtlichkeit gehört zu den schönsten Dingen der Welt. Allerdings kann es auch sein, dass du Menschen kennst, die zärtlich zu dir sind, ohne dass du das magst. Wenn das passiert, musst du das nicht aushalten. Wenn sich etwas für dich nicht gut anfühlt, ist das nicht ok!

Wenn Du **gegen deinen Willen** zu Zärtlichkeiten gezwungen wirst, nennt man das Sexuellen Missbrauch. Leider werden viele Mädchen und auch Jungen sexuell missbraucht. Die Täter sind meist Männer oder ältere Jungen, die du kennst. Manchmal sind es Fremde. Das ist bei Mädchen und auch bei Jungen so.

Täter können z.B. sein:

- Väter, Stiefväter, Großväter, Partner der Mutter
- ältere Geschwister, Cousins oder andere Verwandte
- bekannte Personen aus der Schule, dem Verein, der Nachbarschaft...
- manchmal auch Frauen



Sexueller Missbrauch fängt oft ganz harmlos an: Der Mann oder Junge gewinnt erst einmal dein Vertrauen, um dann später Dinge zu tun, die dir unangenehm sind. Es kann sein, dass das nur einmal passiert oder auch wochen-, monate- oder sogar jahrelang. Dies könnte z.B. sein:

- Zu Beginn Blicke oder Kommentare über deinen Körper, deine Brüste, deinen Po etc.,
- Küsse oder Berührungen
- Erwachsene oder ältere Jungen, die sich nackt vor dir zeigen und sich dabei vor deinen Augen selbst berühren, befriedigen oder mit anderen Sex haben
- Erwachsene, die dir pornographische Bilder oder Filme zeigen oder dich nackt fotografieren oder filmen möchten
- Jemand fasst dich gegen deinen Willen an deinem Gesicht, deinem Körper, deinem Po, deiner Scheide, deinem Penis an oder zwingt dich, das bei jemand anderem zu tun.
- Jemand will, ohne dass du das willst, mit Fingern, Zunge, Penis oder einem Gegenstand in deinen Mund, deine Scheide oder deinen Po eindringen
- Jemand fordert dich im Internet oder über Handy auf, dich vor der Kamera auszuziehen, Nacktfotos von dir zu verschicken oder ähnliches.