

Anna Julia Wittmann

# Kinder mit sexuellen Missbrauchserfahrungen stabilisieren

Handlungssicherheit  
für den pädagogischen Alltag

Mit einer Abbildung und 3 Tabellen  
2., überarbeitete Auflage

Ernst Reinhardt Verlag München

Prof. Dr. *Anna Julia Wittmann*, Dipl.-Psych., Ausbildung in Personenzentrierter Psychotherapie, hat mehrere Jahre mit Kindern, Jugendlichen und ihren Bezugspersonen in einer Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt gearbeitet und lehrt Psychologie und Beratung an der Hochschule für angewandte Wissenschaft und Kunst Hildesheim.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <<http://dnb.d-nb.de>> abrufbar.

ISBN 978-3-497-03308-9 (Print)

ISBN 978-3-497-61972-6 (PDF-E-Book | barrierefrei nach PDF/UA-Standard))

ISBN 978-3-497-61973-3 (EPUB | barrierefrei nach WCAG-Standard))

2., überarbeitete Auflage

© 2025 by Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG, Verlag, München

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung der Ernst Reinhardt GmbH & Co KG, München, unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen in andere Sprachen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen. Der Verlag Ernst Reinhardt GmbH & Co KG behält sich eine Nutzung seiner Inhalte für Text- und Data-Mining i.S.v. § 44b UrhG einschließlich Einspeisung/Nutzung in KI-Systemen ausdrücklich vor.

Dieses Werk kann Hinweise/Links zu externen Websites Dritter enthalten, auf deren Inhalt der Verlag keinen Einfluss hat und die der Haftung der jeweiligen Seitenanbieter oder -betreiber unterliegen. Ohne konkrete Hinweise auf eine Rechtsverletzung ist eine permanente inhaltliche Kontrolle der verlinkten Seiten nicht zumutbar. Sollten jedoch entsprechende Rechtsverletzungen bekannt werden, werden die betroffenen externen Links soweit möglich entfernt.

Printed in EU

Cover unter Verwendung eines Fotos von © Dmitry Naumov – fotolia.com  
(Agenturfoto. Mit Models gestellt)

Satz: ew print & medien service gmbh

Ernst Reinhardt GmbH & Co KG, Kemnatenstr. 46, D-80639 München  
Net: [www.reinhardt-verlag.de](http://www.reinhardt-verlag.de) E-Mail: [info@reinhardt-verlag.de](mailto:info@reinhardt-verlag.de)

# Inhalt

<b>Einleitung</b> .....	<b>11</b>	
<b>Grundlagen</b> .....	<b>15</b>	
<b>1</b>	<b>Unterstützungsbedürfnisse von Kindern mit Missbrauchserfahrungen</b> .....	<b>16</b>
1.1	Stärkung des Selbstbewusstseins .....	16
1.2	Hilfen zum Selbstverstehen und zur Selbstkontrolle .....	17
1.3	Sicherheit und Orientierung in der Beziehung .....	17
<b>2</b>	<b>Notwendige Handlungskompetenzen pädagogischer Fachkräfte</b> .....	<b>18</b>
2.1	Fachkompetenzen (FK) .....	18
	Basiswissen zu sexualisierter Gewalt an Kindern .....	18
	Folgen von sexuellem Missbrauch und wichtige Einflussfaktoren .....	20
	Abgrenzung altersangemessener Äußerungen kindlicher Sexualität von Übergriffen .....	20
	Die Entstehung eines Traumas nach sexuellen Missbrauchserfahrungen .....	21
	Grundlagen der Traumapädagogik .....	22
2.2	Methodenkompetenzen (MK) .....	24
	Sexualaufklärung .....	24
	Förderung der Wahrnehmung von Gefühlen und Körperempfindungen .....	25
	Förderung der sozialen Kompetenz .....	27
	Psychoedukation .....	28
	Hilfen zur Selbstregulation .....	28

2.3	Sozial- und Selbstkompetenzen (SSK) . . . . .	29
	Leitlinien der Gesprächsführung . . . . .	29
	Stärkung der eigenen wertschätzenden und empathischen Haltung. . . . .	30
	Eigene Entlastung . . . . .	33
	Selbstreflexion . . . . .	35
	Professionelles Handeln in der Interaktion. . . . .	37
<b>3</b>	<b>Voraussetzungen gelingender Tertiärprävention . . . . .</b>	<b>39</b>
	<b>Praktische Hilfen zum Umgang mit betroffenen Kindern . . . . .</b>	<b>41</b>
	<b>Modul 1: Über sexuellen Missbrauch sprechen . . . . .</b>	<b>42</b>
FK1:	Basiswissen zu sexualisierter Gewalt an Kindern. . . . .	43
	Definition . . . . .	43
	Rechtliche Regelungen. . . . .	47
	Das Ausmaß von sexuellem Missbrauch. . . . .	49
	Die Täter:innen und ihre Strategien . . . . .	51
MK1:	Sexualaufklärung . . . . .	58
	Begriffsbestimmungen . . . . .	59
	Wichtige Erfahrungen und Botschaften für Kinder . . . . .	60
	Themen sinnvoller Sexualerziehung . . . . .	61
	Didaktisches Material . . . . .	65
SSK1:	Leitlinien der Gesprächsführung . . . . .	66
	Ängste betroffener Kinder vor einem Gespräch . . . . .	66
	Hilfreiche Reaktionen im Gespräch . . . . .	68
	Handlungsschritte nach einem ersten Gespräch. . . . .	71

**Modul 2: Belastungsfolgen erkennen und lindern ..... 75**

FK 2: Folgen von sexuellem Missbrauch und wichtige Einflussfaktoren .....	76
Sonstige Lebensbedingungen des Kindes .....	76
Tatumstände .....	81
Auswirkungen in unterschiedlichen Lebensphasen.....	83
Geschlechtsunterschiede .....	88
MK 2: Förderung der Wahrnehmung von Gefühlen und Körperempfindungen.....	89
Die Bedeutung der Wahrnehmung von Gefühlen und Empfindungen .....	89
Eingehen auf Befindlichkeitsäußerungen von Kindern.....	91
Angebote zur Stärkung der Selbstwahrnehmung von Kindern.....	94
Didaktisches Material .....	96
SSK 2: Stärkung der eigenen wertschätzenden und empathischen Haltung.....	99
Grundlegende Merkmale der Haltung .....	99
Verwirklichung von Wertschätzung .....	101
Verwirklichung von Empathie .....	103
Der Blick auf die Einzigartigkeit und die Vielfaltigkeit betroffener Kinder .....	104

**Modul 3: Ein förderliches Miteinander gestalten ..... 105**

FK 3: Abgrenzung altersangemessener Äußerungen kindlicher Sexualität von Übergriffen.....	105
Verlauf der sexuellen Entwicklung von Kindern.....	106
Sexuelle Übergriffe unter Kindern und Jugendlichen .....	109
Fachlicher Umgang mit sexuellen Übergriffen .....	114

MK 3: Förderung der sozialen Kompetenz . . . . .	118
Regeln für grenzwahrende Interaktionen in Kinder- und Jugendgruppen . . . . .	118
Die Förderung des Setzens und Achtens von Grenzen . . . . .	120
Didaktisches Material . . . . .	126
Weitere Unterstützung zur Prävention von digitaler sexualisierter Gewalt . . . . .	127
SSK 3: Eigene Entlastung . . . . .	129
Selbstfürsorge. . . . .	129
Kollegiale Fallbesprechung. . . . .	131
Kooperation und Vernetzung. . . . .	133
<b>Modul 4: Traumata erkennen und verstehen . . . . .</b>	<b>136</b>
FK 4: Die Entstehung eines Traumas nach sexuellen Missbrauchserfahrungen . . . . .	136
Begriffsklärungen. . . . .	137
Psychobiologische Prozesse während traumatischer Ereignisse . . . . .	139
Die traumatische Reaktion. . . . .	142
Mögliche Langzeitfolgen traumatischer Erlebnisse bei Kindern . . . . .	145
Schlussfolgerungen für den pädagogischen Umgang mit traumatisierten Kindern . . . . .	148
MK 4: Psychoedukation . . . . .	150
Unterstützung von Selbstverstehen und Selbstakzeptanz traumatisierter Kinder . . . . .	150
Erarbeitung eines traumaspezifischen Symptomverstehens mit Bezugspersonen. . . . .	153
Beispiele psychoedukativer Erläuterungen für Kinder . . . . .	155
SSK 4: Selbstreflexion . . . . .	159
Definition und Ziele von Selbstreflexion . . . . .	159

Überprüfung der Übereinstimmung von explizit und implizit vermittelten Botschaften . . . . .	161
Auseinandersetzung mit Geschlechterrollen und dem Thema „Sexualität“ . . . . .	163
Umgang mit dem eigenen Schrecken und mit eigenen Grenzen . . . . .	165
Reflexion kritischer Interaktionssituationen . . . . .	166
<b>Modul 5: Mit Trauma-Symptomen umgehen . . . . .</b>	<b>171</b>
FK 5: Grundlagen der Traumapädagogik . . . . .	171
Entstehung und Bezüge der Traumapädagogik . . . . .	172
Herstellen von Sicherheit . . . . .	173
Förderung der Bindungs- und Beziehungsfähigkeit . . . . .	175
Ressourcenorientierung . . . . .	177
MK 5: Hilfen zur Selbstregulation. . . . .	180
Begriffsbestimmung und Voraussetzungen . . . . .	180
Reduzieren der hohen Erregung. . . . .	182
Vermeiden von Flashbacks . . . . .	186
Stoppen von Dissoziationen. . . . .	188
SSK 5: Professionelles Handeln in der Interaktion. . . . .	191
Allgemeine Hinweise zur Vermittlung korrigierender Erfahrungen . . . . .	191
Stärkung des Selbstwertgefühls. . . . .	193
Ermöglichen von Partizipation. . . . .	195
Überwinden destruktiver Interaktionsmuster . . . . .	197
<b>Anhang: Ergänzende Informationen zur empirischen Fundierung des Buches. . . . .</b>	<b>200</b>
<b>Literatur . . . . .</b>	<b>203</b>
<b>Sachregister. . . . .</b>	<b>218</b>