

Kinderschutz Schweiz
Protection de l'enfance Suisse
Protezione dell'infanzia Svizzera

Stiftung gegen Gewalt an Frauen und Kindern
Lantana
Fachstelle Opferhilfe bei sexualisierter Gewalt

«Mein Körper gehört mir!» 7–9 Jahre

Informationsveranstaltung für Eltern und Erziehungsberechtigte

Burgdorf, 4.11.2026

Cristina Bacchetto
Fachberaterin Opferhilfe
Lantana, Fachstelle Opferhilfe
bei sexualisierter Gewalt
www.lantana-bern.ch

Eigene Grenzen beachten!

In diesem Referat geht es um sexualisierte Gewalt. Das Thema kann starke Gefühle auslösen. Sie dürfen sich jederzeit eine Auszeit nehmen und den Raum verlassen.
Für eine Nachbesprechung und für weitere Unterstützung können Sie sich gerne an unsere Fachstelle oder eine Fachperson der Schule/Institution wenden.

«Selbst damals wusste ich, dass ich es überhaupt nicht mag. Ich habe aber nicht verstanden, was das war und dass das falsch ist. Es war nicht so, dass ich Angst hatte, das meinen Eltern zu erzählen. Sondern ich wusste gar nicht, dass man so was seinen Eltern erzählen kann.»

(Quelle: Kavemann B. et al. (2016): Erinnern, Schweigen und Sprechen nach sexueller Gewalt in der Kindheit: Ergebnisse einer Interviewstudie mit Frauen und Männern, die als Kind sexuelle Gewalt erlebt haben.)

Inhalte: Die Teilnehmenden…

- ✓ sind informiert über die Opferhilfe und kennen das Angebot von Vista & Lantana.
- ✓ kennen die Botschaften des Parcours «Mein Körper gehört mir!» 7–9 Jahre.
- ✓ verfügen über Grundlagenwissen zu sexualisierter Gewalt an Kindern.
- ✓ sind informiert über die Dynamik Opfer-Tatperson-Umfeld und Strategien von Tatpersonen.
- ✓ kennen Möglichkeiten, was ihr Beitrag zum Schutz ihrer Kinder vor sexualisierter Gewalt sein kann und wie sie bei einer Verdachtssituation vorgehen können.
- ✓ können eigene Fragen einbringen und klären.

Informationen zur Opferhilfe und zum Angebot von Lantana & Vista

Opferhilfestellen Kanton Bern

Stiftung gegen Gewalt an Frauen* und Kindern

Lantana
nur sexualisierte Gewalt
Kinder bis 12-jährig, weibliche* Jugendliche und Frauen*

Vista
sexualisierte und häusliche Gewalt
Buben* bei sexualisierter Gewalt bis 12-jährig (bei häuslicher Gewalt bis 18-jährig), Mädchen*, weibliche* Jugendliche und Frauen*

Frauenhaus Bern
häusliche Gewalt

Frauenhaus Thun-Berner Oberland
häusliche Gewalt

Stiftung Opferhilfe Bern

Beratungsstelle Opferhilfe Bern
Männliche* Betroffene von sexualisierter Gewalt sowie alle Delikte nach OHG unabhängig vom Geschlecht, ausser sexualisierte Gewalt bei weiblichen* Jugendlichen und Frauen*

Beratungsstelle Opferhilfe Biel / Centre LAVI
Männliche* Betroffene von häuslicher Gewalt, sowie alle Delikte nach OHG unabhängig vom Geschlecht, ausser häusliche Gewalt bei weiblichen* Kindern und Frauen*

Solidarité Femmes

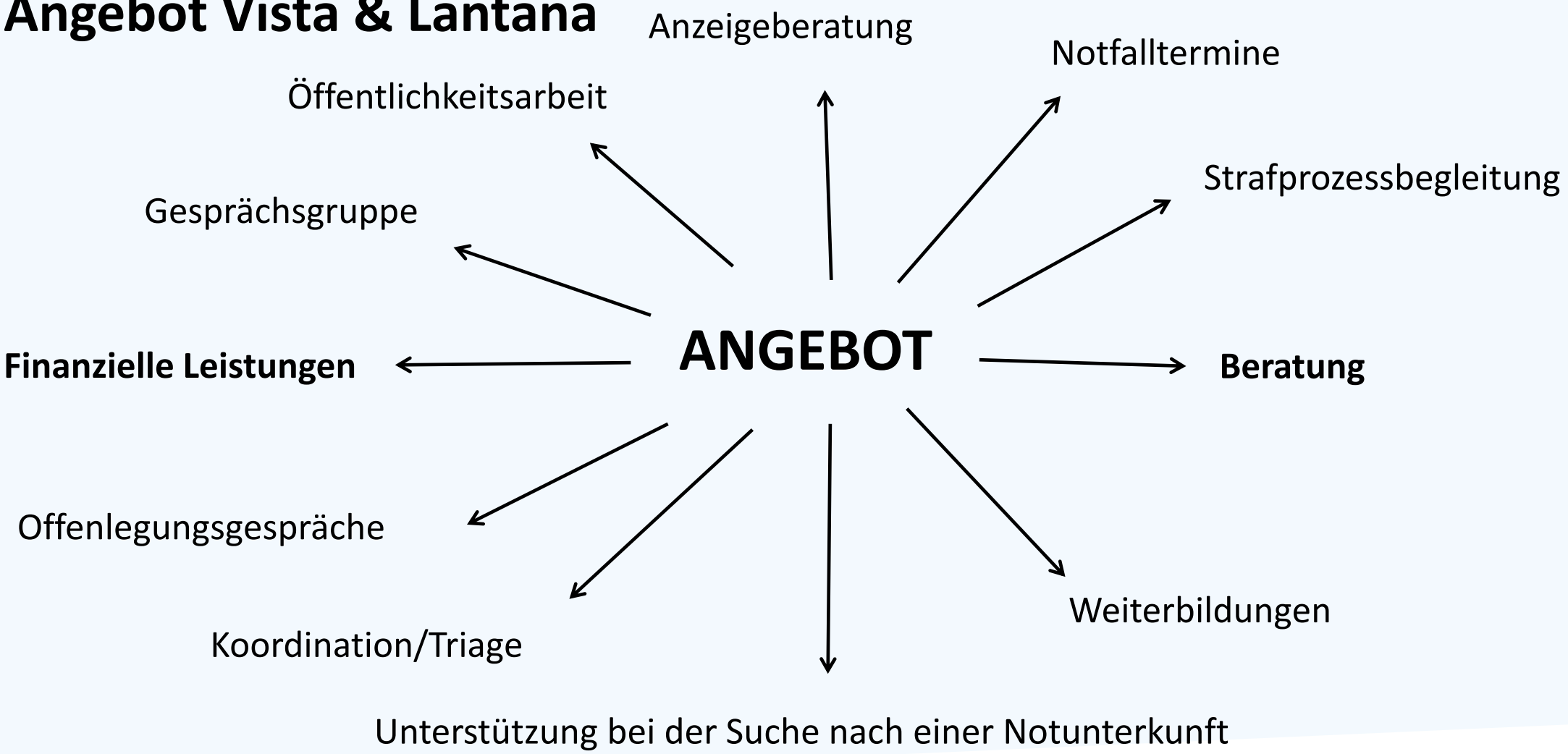
Beratungsstelle Frauenhaus Biel & Region
Frauen* und Kinder bei häuslicher Gewalt

Frauenhaus Biel & Region
häusliche Gewalt

Opferhilfegesetz seit 1993

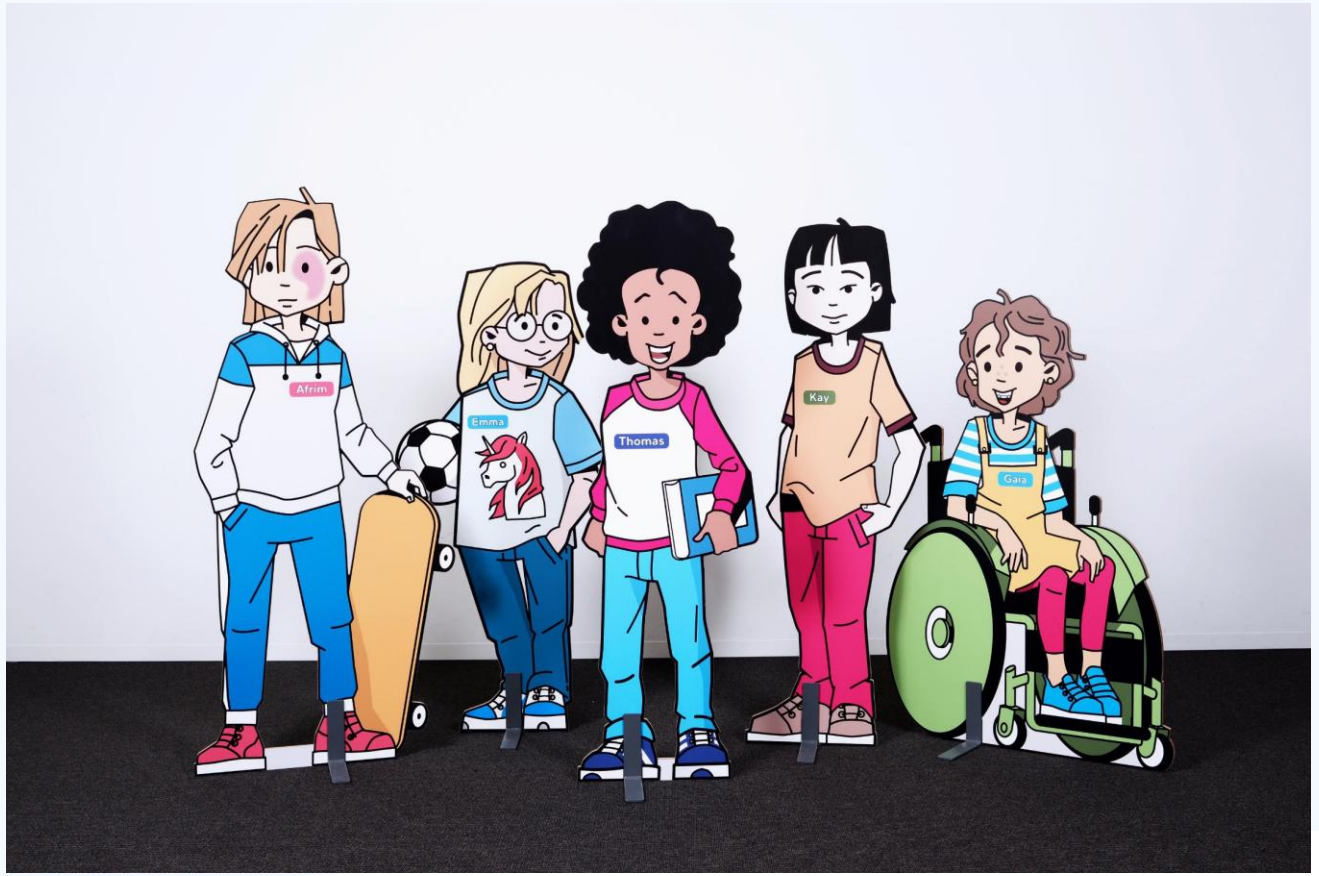
- Nationale **Opferhilfe-Nummer 142 (24h)**
- 143 Die Dargebotene Hand

Angebot Vista & Lantana



Präventionsangebot Parcours «Mein Körper gehört mir!» 7–9 Jahre

«Mein Körper gehört mir!» 7–9 Jahre – Die 5 Leitfiguren



«Mein Körper gehört mir!» 7–9 Jahre

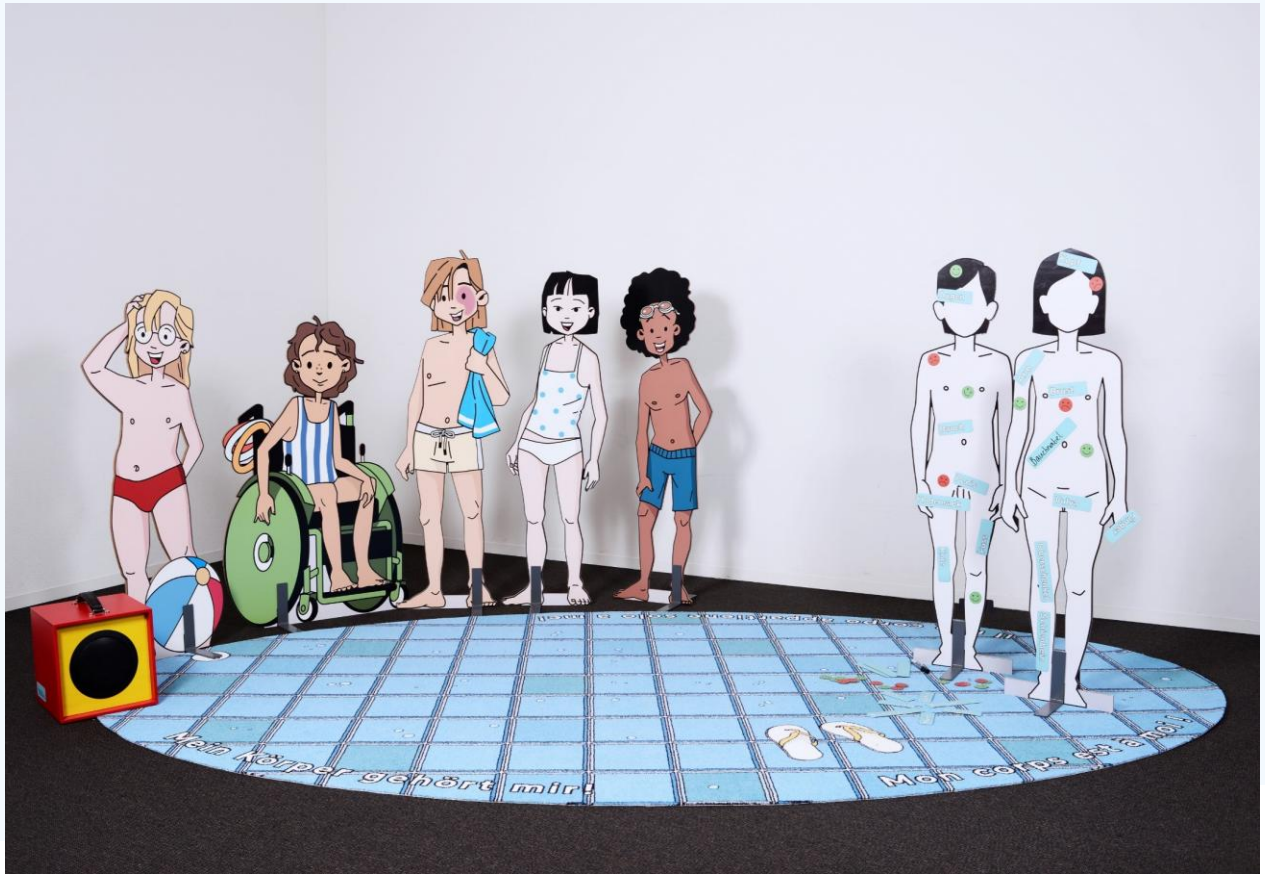
Video Kinderschutz Schweiz

https://vimeo.com/896090246

Station 1: «Mein Körper gehört mir!»

Ziele:

- Körper kennenlernen, verschiedene Körperteile und -stellen benennen können
- Kinder lernen definieren, wo sie gerne und wo sie nicht gerne berührt werden
- Förderung eines sicheren und selbstbewussten Körpergefühls



Station 2: «Ich vertraue meinem Gefühl.»

Ziele:

- Verschiedene Gefühle kennen und benennen können
- Kinder bestärken, den eigenen Gefühlen zu vertrauen, sie ernst zu nehmen und zum Ausdruck zu bringen
- Auf Gefühle anderer hören lernen



Station 3: «Ich kenne gute, schlechte und komische Berührungen.»

Ziele:

- Unterschiedliche Berührungen bewusst wahrnehmen
- Unangenehme oder komische Berührungen abweisen können
- Kinder lernen, dass es nicht ihre Schuld ist, wenn sie unangenehme Berührungen nicht abweisen können



Station 4: «Ich habe das Recht, Nein zu sagen!»

Ziele:

- Eigene und fremde Grenzen spüren und respektieren
- Kinder wissen, dass sie in bestimmten Situationen Grenzen ziehen und „Nein“ Sagen dürfen und sollen
- Bestärkung, Hilfe zu holen, wenn sie sich nicht wehren können oder das „Nein“ ignoriert wird
- Kinder lernen, dass es nicht ihre Schuld ist, wenn sie es nicht schaffen





Station 5: «Ich unterscheide zwischen guten und schlechten Geheimnissen.»

Ziele:

- Zwischen guten und schlechten Geheimnissen unterscheiden lernen
- Kinder wissen, dass schlechte Geheimnisse unbedingt weitererzählt werden sollen und dürfen



Station 6: „Ich weiss, wo ich Hilfe holen kann."

Ziele:

- Situationen erkennen, in welchen Hilfe dringend notwendig ist
- Kinder lernen, in welchen Situationen sie wie und von wem Hilfe anfordern können
- Kinder lernen, dass es nicht ihre Schuld ist, wenn sie es nicht schaffen



Davon sprechen wir: Sexualisierte Gewalt an Kindern

Wo fängt sexualisierte Gewalt an Kindern an?



Sexualisierte Gewalt an Kindern ist:

- wenn Kinder absichtlich mit Erwachsenensexualität konfrontiert werden
- wenn sexuelle Handlungen am, mit oder vor dem Kind vorgenommen werden
- wenn dabei das Macht- und Abhängigkeitsverhältnis ausgenutzt wird. Kinder sind Erwachsenen aufgrund Alter, Entwicklungsstand und Position in der Gesellschaft grundsätzlich unterlegen.

Nicht ausschlaggebend ist:

- das Einverständnis des Kindes

StGB Art. 187 Sexuelle Handlungen mit Kindern

1. Wer mit einem **Kind unter 16 Jahren** eine **sexuelle Handlung vornimmt**, es zu einer solchen Handlung **verleitet** oder es in eine sexuelle Handlung **einbezieht**, wird […] bestraft.

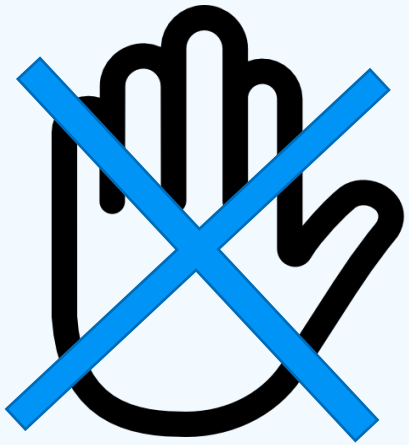
2. Die Handlung ist **nicht strafbar**, wenn der **Altersunterschied** zwischen den Beteiligten **nicht mehr als drei Jahre** beträgt. […]

(→ bezieht sich auf einvernehmliche Jugendbeziehungen)

- Sexuelle Handlungen mit Kindern (unter 16 Jahren) sind Offizialdelikte.
- Sexuelle Handlungen mit Kindern unter 12 Jahren sind seit November 2008 unverjährbar.

Formen sexualisierter Gewalt an Kindern

Hands-off Delikte



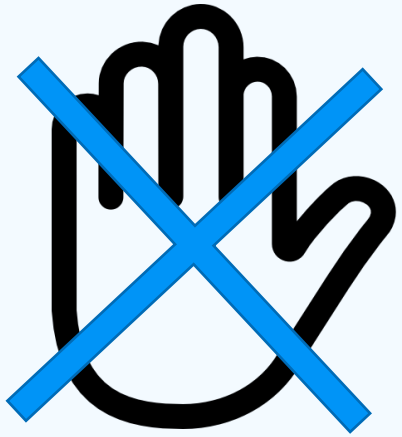
Hands-on Delikte



Wer ist betroffen?

Hands-off Delikte

- Jedes 2. bis 3. Mädchen*
- Jeder 5. Junge*



Hands-on Delikte

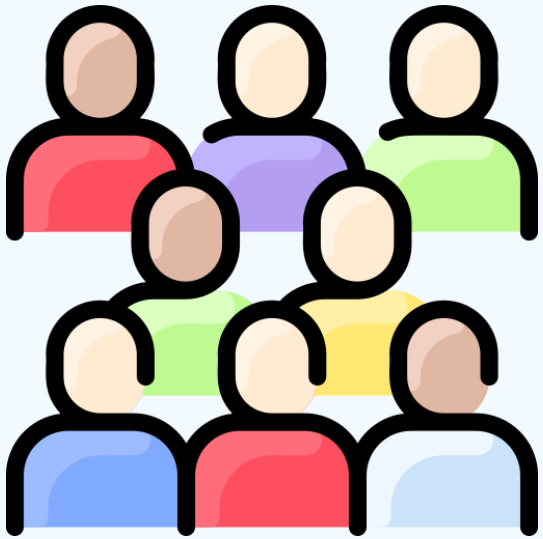
- Jedes 4. Mädchen*
- Jeder 12. Junge*



(Quelle: UBS Optimus Foundation (2012): Sexuelle Übergriffe an Kindern und Jugendlichen in der Schweiz. Formen, Verbreitung, Tatumstände.)

Wer sind die Tatpersonen?

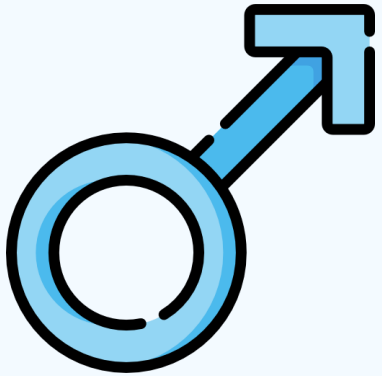
Aus nahem Umfeld



Bei Vorschul- und Primarschulkinder sind die Tatpersonen grösstenteils erwachsene Personen aus dem nahen Umfeld des Kindes

Bei Jugendlichen werden die meisten Übergriffe durch Gleichaltrige verübt.

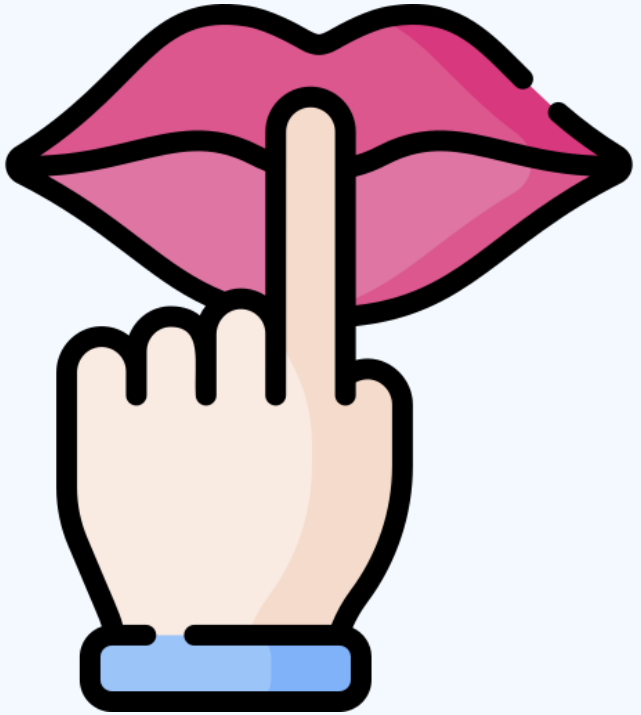
Täter sind überwiegend männlichen Geschlechts



(Quelle: UBS Optimus Foundation (2012): Sexuelle Übergriffe an Kindern und Jugendlichen in der Schweiz. Formen, Verbreitung, Tatumstände.)

Viele betroffene Kinder schweigen

- Fehlendes Bewusstsein, dass ihnen Unrecht geschieht
- Keine Sprache für Übergriffe
- Fühlen sich (mit-)schuldig
- Angst, dass man ihnen nicht glaubt
- Loyalitätskonflikt: Möchten Tatperson nicht schaden
- Angst, dass Eltern sich aufregen, traurig oder wütend werden, weil sie die Tatperson gern haben
- Sie wissen nicht, wem sie es erzählen sollen



(Quelle: UBS Optimus Foundation (2012): Sexuelle Übergriffe an Kindern und Jugendlichen in der Schweiz. Formen, Verbreitung, Tatumstände.)

Gibt es Signale und Symptome?

- Die Signale sind vielfältig, unspezifisch und selten verbal.
- Sexuelle Ausbeutung ist nicht erkennbar.
- Ziel ist, wenn etwas auffällt, sexuelle Ausbeutung mitzudenken.



Strategien der Tatperson

- Auswahl der potentiellen Opfer
- Manipulation des Kindes
  - Kindliche Fantasie und alltägliche Rituale ausnutzen
  - Aufmerksamkeit schenken, Beziehung überhöhen
  - Geschenke versprechen
  - „Das ist unser Geheimnis, das du niemandem verraten darfst!“
  - „Wenn du jemandem davon erzählst, passiert was Schlimmes!“
  - „Was wir machen, ist normal!“
  - „Du bist schuld an dem, was passiert!“
- Manipulation des Umfeldes
- Schrittweise Grenzverletzungen

Prävention sexualisierter Gewalt an Kindern

- Was können Sie zum Schutz Ihres Kindes beitragen?
- Vorgehen bei Verdacht / Offenlegung



Wie nah ist zu nah?

- Der Pfadileiter nimmt Ihr Kind beim Basteln auf den Schoss.
- Die Mutter gibt ihrem Kind zur Begrüssung einen Kuss auf den Mund.
- Der Grossvater macht den Mittagsschlaf gemeinsam mit dem Enkelkind im gleichen Bett.
- Die Lehrerin massiert einen Schüler im Nacken.
- Der Onkel hat Ihr Kind am Familienfest auf dem Schoss.

Wie nah ist zu nah?

Was ist der Unterschied zwischen Zärtlichkeit und sexualisierter Gewalt?

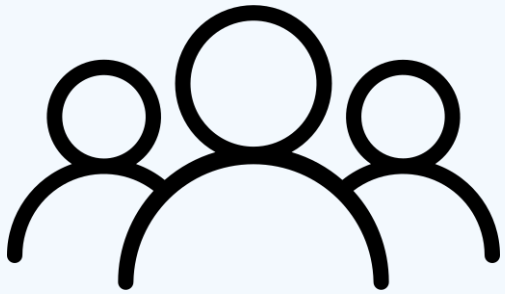
Es ist die **sexuelle Absicht**,
die Zärtlichkeit von sexualisierter Gewalt unterscheidet.

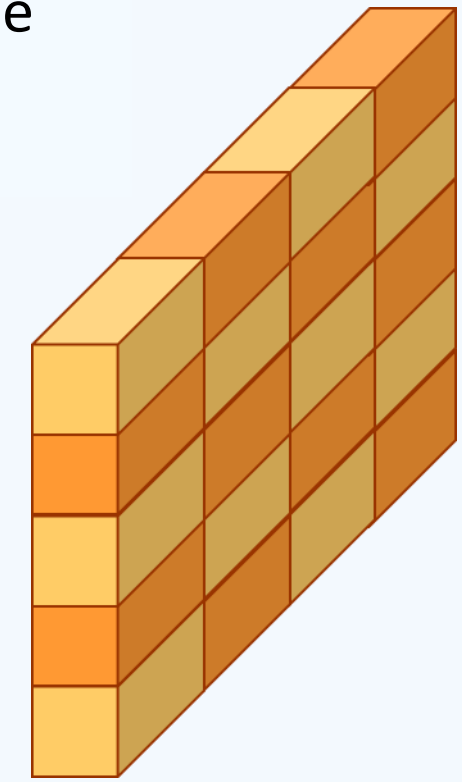
Was kann Prävention?



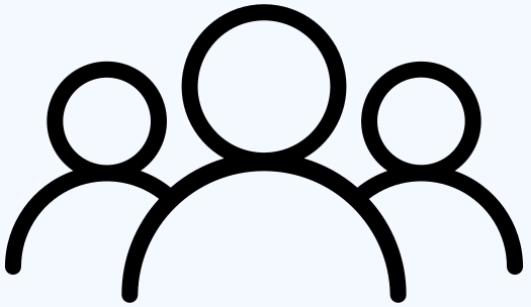
Was kann Prävention bei Kindern bewirken?

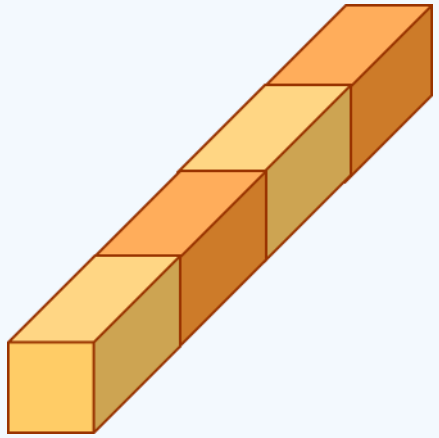
Hürde ist für betroffene Kinder gross





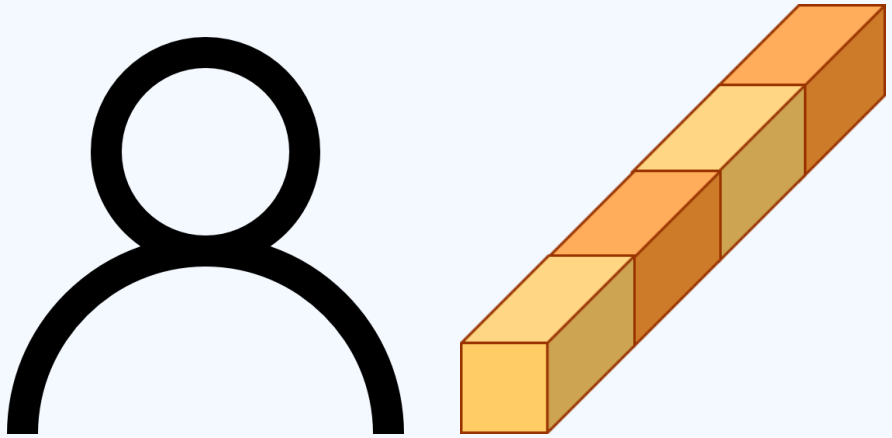
Hürde für betroffene Kinder senken, Grenzverletzungen zu erkennen und sich Hilfe zu holen



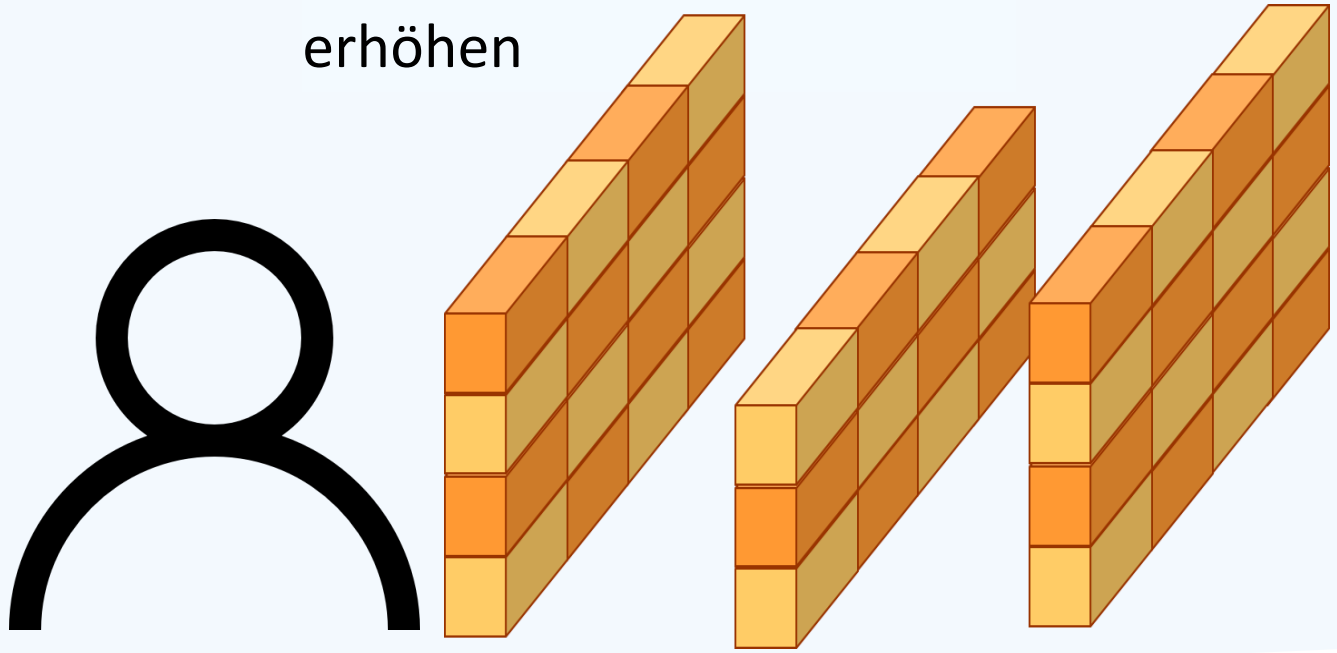


Was kann Prävention bei Tatpersonen bewirken?

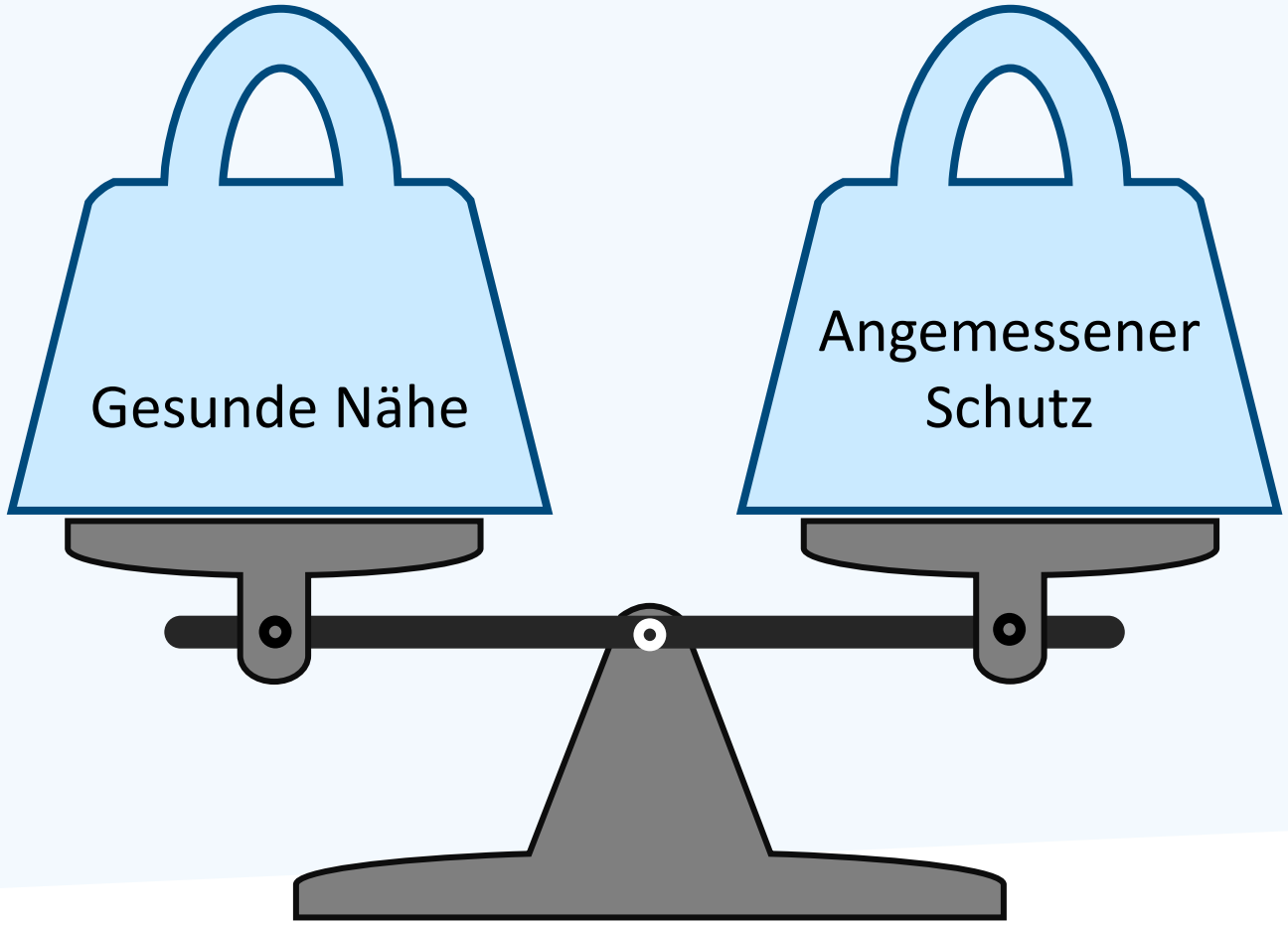
Hürde für Tatpersonen ohne Prävention sehr niedrig



Hürden für Tatpersonen einbauen und Hürden erhöhen



Nähe und Schutz: sowohl als auch



Vorgehen bei Verdacht / Offenlegung



Zuhören und Glauben



Ruhe bewahren



„Du trägst keine Schuld“



Kind einbeziehen



Hilfe beanspruchen

Konfrontieren Sie die Tatperson nicht mit den Aussagen des Kindes!

Holen Sie sich Hilfe!

- **Schulsozialarbeit oder Opferhilfe-Beratungsstelle Vista**: Bei Verdacht auf sexualisierte Gewalt
- **Kinderschutzgruppe Kinderspital Bern:** Verdachtsabklärung von Kindern bei Misshandlung und sexualisierter Gewalt, Möglichkeit von Video-Befragung, bei Bedarf Hospitalisation
- **Zentrum für sexuelle Gesundheit Bern, Universitätsklinik für Frauenheilkunde:** Familienplanungsstelle, Medizinische Untersuchung und Versorgung nach sexualisierter Gewalt
- **Kinderarzt/ärztin**
- **Erziehungsberatung (EB):** Abklärungen und Gutachten
- **Kindes- + Erwachsenenschutzbehörde (KESB):** Kindesschutzmassnahmen, Gefährdungsmeldungen
- **Polizei:** Strafrechtliche Untersuchung, Strafanzeige
- **Berner Gesundheit (BeGes):** Beratung und Prävention, Sexualpädagogik, Suchtfragen
- **clickandstop.ch:** Meldestelle gegen Pädokriminalität im Netz
- **147 (Pro Juventute):** Stärkung der Kinder
- **Beforemore und Forio:** Prävention und Beratung bei Pädophilie und sexueller Ausbeutung von Kindern/Jugendlichen

Abschluss

Die wichtigsten Botschaften der Prävention

Gut informierte, selbstsichere, unabhängige Kinder sind weniger gefährdet

- Altersadäquate Sexualaufklärung (auch über sexualisierte Gewalt)
- Erziehung, die von Liebe und Respekt getragen wird, genügend Aufmerksamkeit
- Gewaltfreie Erziehung

Enttabuisieren Sie das Thema sexualisierte Gewalt an Kindern

- Reden Sie darüber! Am Arbeitsplatz, in der Familie, in der Nachbarschaft, mit Freunden, mit der Schule, mit den Vereinen Ihrer Kinder etc.

Nehmen Sie Nähe-Distanz Fragen auf die Erwachsenenebene

- Haltung entwickeln

Herausfinden zu wollen, ob jemand eine sexuelle Absicht hat, führt immer in eine Sackgasse.

- Wichtiger: Kinder stärken

Offene Fragen und Austausch

Nehmen Sie sich kurz Zeit um zu überlegen:

- **Habe ich noch offene Fragen?**
- **Welche wichtigen Erkenntnisse nehme ich heute mit?**
- **Was möchte ich sonst noch sagen?**

Buchempfehlungen

Aufklärung

- Fiske, Anna: **Alle haben einen Po** (2019)
- Müller, Carsten, Siegl, Sarah & Völker, Emily Claire: **Von wegen Bienchen und Blümchen**! Aufklärung, Gefühle und Körperwissen für Kinder ab 5: Mit Tipps für Eltern und Pädagogen (2021)
- Schönborn-Hotter, Katharina, Sonnberger, Lisa & Staffelmay, Flo: **Lina, die Entdeckerin** (2020)
- Ziegelwanger, Sabine, Staffelmayr, Flo & Horak, Anna: **Bruno will hoch hinaus** (2022)

Prävention sexueller Ausbeutung von Kindern

- **Elternbroschüre zum Parcours „Mein Körper gehört mir!"** (auf Deutsch, Französisch, Italienisch, Albanisch, Arabisch, Bosnisch-Kroatisch-Serbisch, Englisch, Portugiesisch, Spanisch, Somalisch, Tamilisch, Tigrinja und Türkisch): https://www.kinderschutz.ch/angebote/herunterladen-bestellen/mkgm-infobroschure-eltern
- Lavoyer, Agota & Balke, Anna-Lina: **Ist das okay? Ein Kinderfachbuch zur Prävention von sexualisierter Gewalt** (2022)
- Müller, Carsten, Bohle, Steffi & Völker, Emily Claire: **Jetzt mal ehrlich?!** Meine Gefühle, Mein Körper, Meine Regeln (2025)



Kinderschutz Schweiz
Protection de l'enfance Suisse
Protezione dell'infanzia Svizzera

Stiftung gegen Gewalt an Frauen und Kindern

Lantana
Fachstelle Opferhilfe bei sexualisierter Gewalt

Literatur- und Quellenverzeichnis

- Castagna (2023): Die Sexualdelikte im schweizerischen Strafgesetzbuch. https://www.castagna-zh.ch/Recht/Sexualdelikte-im-StGB.aspx.
- Kavemann B. et al. (2016): Erinnern, Schweigen und Sprechen nach sexueller Gewalt in der Kindheit – Ergebnisse einer Interviewstudie mit Frauen und Männern, die als Kind sexuelle Gewalt erlebt haben. Hrsg.: Springer.
- Lavoyer A. (2022): Ist das okay? Kinderfachbuch zur Prävention sexualisierter Gewalt. Hrsg.: Mabuse.
- Lilli (2023): Verjährungsfristen von Sexualdelikten in der Schweiz. https://www.lilli.ch/strafverfahren_verjaehrungsfristen#:~:text=Die%20absolute%20Verj%C3%A4hrung%20betr%C3%A4gt%203%20Jahre.
- Limita (2011): Achtsam im Umgang – konsequent im Handeln: Institutionelle Prävention sexueller Ausbeutung. Hrsg.: Limita.
- Tschan W. (2012): Sexualisierte Gewalt – Praxishandbuch zur Prävention von sexuellen Grenzverletzungen bei Menschen mit Behinderung. Hrsg.: Verlag Hans Huber, Hogrefe AG.
- UBS Optimus Foundation (2012): Sexuelle Übergriffe an Kindern und Jugendlichen in der Schweiz – Formen, Verbreitung, Tatumstände. https://www.kinderschutz.ch/angebote/herunterladen-bestellen/optimus-studie-2012.
- Unabhängige Beauftrage für Fragen des sexuellen Kindesmissbrauchs (2023): Definition von Kindesmissbrauch. https://beauftragte-missbrauch.de/themen/definition/definition-von-kindesmissbrauch.
- Bilder © Shutterstock, © Flaticon.com und © Agota Lavoyer

Die vorliegende Präsentation wurde von Kinderschutz Schweiz in Zusammenarbeit mit Agota Lavoyer und den Fachstellen LANTANA und VISTA erstellt.

Kinderschutz Schweiz

- ist eine unabhängige privatrechtliche Stiftung und gesamtschweizerisch tätig.
- macht sich dafür stark, dass alle Kinder in der Schweiz im Sinne der UN-Kinderrechtskonvention in Schutz und Würde aufwachsen.
- setzt sich wissenschaftlich fundiert und konsequent mit Präventionsangeboten, politischer Arbeit und Sensibilisierungskampagnen ein.
- richtet sich an Fachpersonen und Erziehende, politische Akteurinnen und Akteure, private und staatliche Organisationen sowie an die breite Öffentlichkeit in der Schweiz.
- finanziert sich mit gezieltem Fundraising bei Privatpersonen, Unternehmen, Stiftungen und öffentlichen.