

WISSEN SCHÜTZT!

**INFORMATIONSBROSCHÜRE FÜR ELTERN UND BEZUGSPERSONEN
ZU SEXUELLER BILDUNG UND ZUM SCHUTZ VOR SEXUELLER GEWALT**

Liebe Eltern, Großeltern, Bezugs- und Vertrauenspersonen!

In dieser Broschüre finden Sie Informationen zum Schutz vor sexueller Gewalt und zur sexuellen Bildung von jungen Menschen, vom Baby- bis zum Erwachsenenalter.

Eltern und Bezugspersonen sind die wichtigsten Personen für den Gewaltschutz ihrer Kinder: auch Sie können zum Schutz junger Menschen beitragen!

Sexuelle Bildung ist ein wichtiger Baustein für den Schutz vor sexueller Gewalt. Wer über seinen Körper und Sexualität nicht sprechen kann, kann auch über sexuelle Gewalt nicht sprechen! Damit Kinder und Jugendliche einerseits sicherer aufwachsen und andererseits bei Gewalterfahrungen wissen, wo sie Hilfe bekommen, finden Sie in dieser Broschüre auch Anlaufstellen, die Hilfe und Unterstützung bieten.



Tipp:

Hazissa veranstaltet kostenlose Elterninformationsabende online und in allen Kinderbetreuungseinrichtungen der Steiermark. Infos und Termine finden Sie auf **www.hazissa.at**.



Diese Elternbroschüre entstand im Rahmen des Projektes "**Prävention barrierefrei**" und wurde durch das Bundeskanzleramt Österreich finanziert.

Sie wird mit Unterstützung des Landes Steiermark nun laufend aktualisiert und soll ein Wegbegleiter für Eltern und Bezugspersonen von allen jungen Menschen sein.

 Bundeskanzleramt



Eltern und Bezugspersonen können zur Sicherheit von Kindern
und Jugendlichen beitragen:
Diese Broschüre soll Sie dabei unterstützen!



Die Erstauflage dieser Elternbroschüre ist in weiteren sieben Sprachen als Download auf der Website **www.hazissa.at**, unter dem Menüpunkt "**Prävention barrierefrei**" verfügbar.

Auf der Projektseite finden Sie weitere Informationen und Produkte, wie zum Beispiel ein Handbuch für Pädagog:innen oder mehrsprachige Aufklärungs- und Informationskärtchen für Kinder und Jugendliche.

Inhalt

Wissen schützt!	1
Einleitung	4
Was ist sexuelle Gewalt?	5
Was ist sexuelle Gewalt an Kindern und Jugendlichen?	6
Was kann ich tun, wenn ich den Verdacht habe, dass mein Kind sexuelle Gewalt erlebt?	9
Prävention: Wie kann ich Kinder und Jugendliche vor sexueller Gewalt schützen?	12
Sexuelle Bildung	16
Sexuelle Entwicklung im Alter von 0-6 Jahren	21
Sexuelle Entwicklung im Alter von 6-10 Jahren	27
Sexuelle Entwicklung im Alter von 10-14 Jahren	30
Sexuelle Mündigkeit in Österreich	32
Strafmündigkeit	32
Gewalt in Jugendbeziehungen	33
Sexuelle Entwicklung im Alter von 14-18 Jahren	36
Sexuelle Entwicklung im Alter ab 18 Jahren	38
Sexualität bei Menschen mit Behinderungen	40
Grundlegende Rechte	41
Kinderrechte	42
Sexuelle Menschenrechte	43
UN-Behindertenrechtskonvention	44
Istanbul-Konvention	45
Anlaufstellen Österreich	46
Anlaufstellen Steiermark	48
Notrufnummern und Onlineberatung	53

Einleitung

Die Themenbereiche Sexualität und sexuelle Gewalt sind nicht einfach:

Wir alle haben ganz individuelle Vorstellungen, Haltungen und Werte, die damit verbunden sind. Oft sind diese Vorstellungen von eigenen Erfahrungen geprägt, manchmal auch von Ängsten und Mythen.

Diese Broschüre soll für Eltern und Bezugspersonen mehr Klarheit bieten, was denn kindliche Sexualität überhaupt ist und wie die sexuelle Entwicklung von Kindern und Jugendlichen gut begleitet werden kann. Der zweite große Themenbereich behandelt sexuelle Gewalt und wie Eltern und Bezugspersonen zum Schutz vor sexueller Gewalt beitragen können.



Denn: Jedes Kind hat das Recht auf altersgemäße, sachrichtige Informationen und jedes Kind hat das Recht, vor Gewalt geschützt zu werden!

Was ist sexuelle Gewalt?

Es gibt verschiedene Begriffe, um Formen sexueller Gewalt zu beschreiben.

- **Sexuelle Gewalt** beinhaltet alle sexuellen Handlungen, die mit Gewalt (z.B. durch körperliche Angriffe, Drohung, Druck) erzwungen werden.
- **Sexueller Missbrauch** beschreibt sexuelle Gewalt an Kindern und an wehrlosen Personen, z.B. Menschen mit Behinderungen oder Personen, die durch Alkohol oder Drogen beeinträchtigt sind. Dieser Begriff wird vor allem im Strafrecht und in der Umgangssprache verwendet.
- **Sexualisierte Gewalt** beschreibt Gewalthandlungen mit einer im weitesten Sinne sexuellen Komponente, z.B. Schläge auf den Penis oder gewalttätige und entwürdigende Reinigungsrituale der Genitalien.

Diese Gewalthandlungen passieren zum überwiegenden Großteil im engsten sozialen Umfeld.

- **Sexuelle Belästigung** unterscheidet sich von den oben genannten Formen sexueller Gewalt. Als sexuelle Belästigung wird jede Form der unerwünschten sexuellen Aufmerksamkeit verstanden, Worte, Pfiffe, Blicke, Nachrichten, Berührungen, usw. Sie passiert meist im öffentlichen oder halböffentlichen Raum, wie z.B. in Lokalen, Verkehrsmitteln, im Park oder im Schwimmbad, aber auch am Arbeitsplatz. Die Täter:innen sind zum Großteil fremde oder flüchtig bekannte Personen.

Was ist sexuelle Gewalt an Kindern und Jugendlichen?

Sexuelle Gewalt sind sexuelle Bemerkungen oder sexuelle Handlungen, die an Kinder oder Jugendliche gerichtet sind oder an ihnen ausgeübt werden. Täter:innen sind zum überwiegenden Großteil (90-95%) Bezugs- und Vertrauenspersonen aus dem nahen sozialen Umfeld der betroffenen Kinder und Jugendlichen. Das macht deutlich, dass nicht von "bösen Fremden" die größte Gefahr ausgeht! Die Taten werden meist von männlichen Personen begangen.


Etwa 28 % aller Mädchen und 12 % aller Buben erleben sexuelle Grenzverletzungen und Übergriffe, ca. ein Drittel davon ist betroffen von sexuellem Missbrauch mit Körperkontakt, oft über einen längeren Zeitraum.

Grenzverletzung, Übergriff oder sexuelle Gewalt?

Sexuelle Gewalt passiert nicht unvermittelt "von 0 auf 100", sondern ist ein prozesshaftes Geschehen, das mit Respektlosigkeit und der Missachtung von Intimitäts- und Körpergrenzen beginnt.

- Sexuelle Grenzverletzungen können unabsichtlich passieren, z.B., wenn beim Wickeln oder in der Pflege Scham- und Intimitätsgrenzen verletzt werden. Auch Stress und Zeitdruck erhöhen das Risiko! Wenn Grenzverletzungen passiert sind, müssen diese ernst genommen und reflektiert werden, damit sie zukünftig vermieden werden können.

Alle Menschen haben ein Recht darauf, dass ihre Grenzen respektiert werden! Kinder müssen im Alltag, in ihrem engsten sozialen Umfeld erfahren, dass ihre Intimitätsgrenzen gewahrt werden. Das erschwert Täter:innen, Grenzen von Kindern zu missachten und Übergriffe zu begehen!

- Sexuelle Übergriffe sind absichtliche, geplante sexuelle Grenzverletzungen. (z.B. Kinder oder Jugendliche berühren, sie nach ihren sexuellen Erfahrungen fragen, sie beim Waschen oder Umziehen beobachten, usw.). Diese Übergriffe passieren nicht zufällig, sondern sind gewollt! Im Vordergrund steht die Befriedigung eigener Bedürfnisse. Mangelnde sexuelle Bildung und mangelndes Wissen über Gewalt und Hilfe holen erleichtert es Täter:innen, Übergriffe zu begehen und unentdeckt zu bleiben.
- Sexuelle Gewalt sind alle sexuellen Handlungen, die gegen den Willen eines Anderen oder ohne dessen Zustimmung erzwungen werden. Kinder unter 14 Jahren ("Schutzalter") können sexuellen Handlungen mit Erwachsenen gar nicht zustimmen, da sie für  Erwachsenensexualität noch nicht reif genug sind. Eine Auswahl strafrechtlich relevanter Delikte wurde in der Rechtsbroschüre "**Recht Sexy**" zusammengefasst, sie können diese unter www.hazissa.at downloaden oder bestellen.

Sehr häufig sind die Übergänge zwischen Grenzverletzungen, Übergriffen und Gewalt fließend. Deshalb ist es oft schwer zu erkennen, wann Gewalt beginnt. Um Gewalt vorzubeugen, sind ab dem Babyalter gewaltfreie Erziehung und ein achtsamer Umgang mit Nähe und Distanz, Grenzen und Grenzverletzungen nötig.

Oft kommen Grenzverletzungen, Übergriffe und Gewalt auch unter gleichaltrigen Kindern und Jugendlichen vor.

Kinder und Jugendliche, die bereits Gewalt in der Erziehung und Betreuung erlebt haben, mit Behinderungen oder Beeinträchtigungen, sind besonders gefährdet sexuelle Gewalt zu erleben.

Sie sind aber auch besonders gefährdet, selbst übergriffiges oder gewalttätiges Verhalten zu zeigen!

Nehmen Sie Grenzverletzungen und Übergriffe auch unter Kindern und Jugendlichen ernst und schreiten Sie ein!

Kinder und Jugendliche müssen lernen, Grenzen zu achten, aber auch, dass ihnen geholfen wird, wenn ihre Grenzen missachtet werden. Das erleichtert, Gewalterfahrungen zu berichten und stärkt das Vertrauen in verantwortliche Erwachsene.



Was kann ich tun, wenn ich den Verdacht habe, dass mein Kind sexuelle Gewalt erlebt?

Wird über (Verdachts-)Fälle sexueller Übergriffe in Kinderbetreuungseinrichtungen berichtet, kann das bei Eltern große Sorgen und Ängste auslösen.

Versuchen Sie Ruhe zu bewahren! Wenn Ihr Kind Verhaltensweisen zeigt, die Ihnen Sorge bereiten, bedrängen Sie es nicht mit Fragen, Befürchtungen und Vermutungen. "Verhören" Sie Ihr Kind nicht! Stellen Sie stattdessen vorsichtige, offene Fragen ("Ich habe den Eindruck, etwas bedrückt dich, magst Du mir erzählen, was Dir Kummer bereitet?"), hören Sie zu ohne nachzuboahren und lassen Sie Ihr Kind erzählen. Machen Sie ein Gedächtnisprotokoll in den Worten Ihres Kindes und halten Sie fest, welche Verhaltensweisen und Auffälligkeiten Sie beunruhigen.

Tauschen Sie sich mit den Pädagog:innen Ihres Kindes aus, auch Stress in der Gleichaltrigengruppe oder in der Schule kann Kinder verunsichern und verängstigen oder zu Auffälligkeiten führen.

Wenn sich Ihre Sorgen und Befürchtungen nicht ausräumen lassen, holen Sie sich Unterstützung von Profis! Nehmen Sie Kontakt zu einem Kinderschutzzentrum in Ihrer Region auf, hier können Sie sich kostenlos beraten lassen, wie Sie nun am besten vorgehen können. Auch Ihr Kind bekommt im Kinderschutzzentrum die bestmögliche Unterstützung.



Wenn Ihr Kind von konkreten Handlungen berichtet, atmen Sie tief durch und versuchen Sie, ruhig auszuhalten was Sie hören. Kinder brauchen in solchen Situationen stabile, ruhige Erwachsene.

Bohren Sie nicht nach und stellen Sie keine "Warum? Wann? Wie genau?" Fragen. Eigene Befragungen und Ermittlungen könnten sich im Falle einer Anzeige als problematisch erweisen, überlassen Sie das geschulten Expert:innen!

Nehmen Sie ernst, was Ihr Kind Ihnen erzählt, auch wenn es unlogisch oder unglaublich klingt. Schreiben Sie in den Worten des Kindes auf, was es erzählt hat, und nehmen Sie möglichst rasch Kontakt zu einem Kinderschutzzentrum auf.

Sollte es zu einem Gerichtsverfahren kommen, bleibt das Kinderschutzzentrum an Ihrer Seite und begleitet Sie im Rahmen der Prozessbegleitung kostenlos zu Polizei und Gericht.



Psychosoziale und juristische Prozessbegleitung

In Österreich sollen Betroffene von Gewalt bestmöglich geschützt werden. Wenn eine Person körperliche Gewalt, sexuelle Gewalt oder gefährliche Drohungen erlebt und die Polizei gerufen wird, kann diese Täter:innen für 2 Wochen verbieten, in der Wohnung zu bleiben oder sich der betroffenen Person zu nähern. In dieser Zeit kann man sich Hilfe und Unterstützung in Beratungsstellen oder dem Gewaltschutzzentrum holen.

Prozessbegleitungseinrichtungen informieren kostenlos über Rechte und Möglichkeiten und begleiten zur Polizei und zu Gericht. Anspruch auf Prozessbegleitung haben Gewaltbetroffene jeden Alters, auch Betroffene von Gewalt im Internet, z.B. Stalking oder Cybermobbing, sowie Minderjährige, die Zeug:innen von Gewalt im sozialen Nahraum (Gewalt in der Familie) geworden sind.

Psychosoziale und juristische Prozessbegleitung erhalten Sie z.B. in den Kinderschutzzentren oder den Gewaltschutzzentren. Nehmen Sie mit diesen Einrichtungen schnellstmöglich Kontakt auf, wenn Sie sich zu einer Anzeige bei der Polizei entschließen! Dadurch bekommen Sie wichtige Informationen, um Entscheidungen treffen zu können.

Nähere Informationen und Einrichtungen,
die Prozessbegleitung anbieten, finden Sie auf:



<https://www.justiz.gv.at/service/opferhilfe-und-prozessbegleitung.961.de.html>

Prävention: Wie kann ich Kinder und Jugendliche vor sexueller Gewalt schützen?

Grundlegend für den Schutz junger Menschen ist gewaltfreie Erziehung. Kinder, die schon früh Gewalt erleben oder miterleben, sind besonders gefährdet. **Die "g'sunde Watschen" gibt es nicht, sie schadet oft ein Leben lang!**

Erziehung ist kein Kinderspiel, und manchmal stoßen Eltern an ihre Grenzen. Lassen Sie sich beraten und scheuen Sie sich nicht, Unterstützung in Anspruch zu nehmen! Entsprechende Beratungseinrichtungen finden Sie im Anhang dieser Broschüre.

Neben Gewaltfreiheit in der Erziehung gibt es weitere Bausteine, die zum Schutz beitragen.

- Kindern und Jugendlichen mit Respekt begegnen,
- sie stärken und beteiligen,
- Mitsprache und Mitbestimmung fördern,
- Kinderrechte bekannt machen und umsetzen,
- emotionale und sexuelle Bildung offensiv fördern,
- Informationen über Gewalt, Hilfs- und Unterstützungsmöglichkeiten vermitteln.

Prävention sexueller Gewalt ist keine einmalige Maßnahme! Vielmehr ist Prävention eine Erziehungshaltung, die durch Respekt und Gewaltfreiheit geprägt ist. Wenn Kinder und Jugendliche im Alltag Respekt und Achtung ihrer Grenzen erleben, lernen sie selbst, anderen respektvoll zu begegnen.

Kinderrechte

In den Kinderrechten finden wir wesentliche Elemente, die geeignet sind, zum Schutz unserer Kinder beizutragen: **Empowerment und Partizipation**

Empowerment bedeutet, Menschen zu stärken. Beteiligung und Mitsprache (Partizipation) spielen dabei eine wesentliche Rolle.

Mitsprache ist ein Kinderrecht! Alle Kinder und Jugendlichen haben das Recht, bei allen Themen, die sie betreffen, mitzubestimmen und zu sagen, was sie denken.

Mitsprache und Mitbestimmung führen dazu, dass Kinder und Jugendliche die Erfahrung machen, dass sie ihr Leben selbst mitgestalten und Einfluss nehmen können (Selbstwirksamkeit). Das macht Kinder stärker, selbstbewusster und widerstandsfähiger und damit auch sicherer vor allen Formen von Gewalt.

Natürlich gibt es bei jungen Menschen Entscheidungen, die von Eltern im Rahmen ihrer Erziehungsverantwortung getroffen werden müssen, z.B. wenn es um medizinische Versorgung, Schule, Hygiene, usw. geht. In Familien, Schulen und Einrichtungen gibt es aber auch Entscheidungen, die gemeinsam getroffen werden können, z.B. Fragen des Zusammenlebens, Ausflüge oder Mahlzeiten.

Und dann gibt es noch Entscheidungen, die auch schon kleine Kinder ganz alleine treffen können: ob sie Bussi geben, kuscheln oder schmusen wollen oder auch nicht. Wenn Kinder das nicht wollen, müssen Erwachsene das respektieren! Eltern und Bezugspersonen sind gefordert, dafür zu sorgen, dass auch andere dieses Selbstbestimmungsrecht von Kindern von Anfang an anerkennen!

Informationsvermittlung

Alle Menschen haben das Recht auf alters- und entwicklungsgerechte Informationen zu allen Themen, die sie betreffen. Dazu gehören auch Informationen über ihren Körper, über Sexualität und (sexuelle) Gewalt und darüber, wo sie Hilfe bekommen, wenn sie Unterstützung brauchen.

Wichtige Hilfseinrichtungen sind:

- Kinderschutzzentren in Ihrer Region
- Kinder- und Jugendanwaltschaften in jedem Bundesland
- Sozialarbeiter:innen in Ihrem Wohnbezirk (Magistrat oder Bezirksverwaltungsbehörde)
- psychosoziale Beratungszentren in Ihrer Region

Eine Liste mit weiteren Anlaufstellen finden Sie in Anhang dieser Broschüre.

Tipp!

Überlegen Sie, welche Menschen bei vermuteter oder erlebter Gewalt Ansprechpersonen sein können (Verwandte, Freunde und Freundinnen, pädagogisches Personal, ...), und recherchieren Sie, welche Hilfseinrichtungen es in Ihrer Region gibt!

Emotionale und sexuelle Bildung

Dem Alter und der Entwicklung entsprechende emotionale und sexuelle Bildung sind wichtige Bausteine zum Schutz vor sexueller Gewalt.

Emotionale Bildung zielt darauf ab, eigene Gefühle, Wünsche und Bedürfnisse ausdrücken zu können, aber auch die Gefühle anderer rücksichtsvoll und empathisch wahrzunehmen und zu respektieren. Gewaltfreie Kommunikation sowie Beziehungs- und Konfliktlösekompetenzen sind wichtige Bestandteile emotionaler Bildung. Dies ist die Basis, um später eigene gewaltfreie Beziehungen führen zu können.

Sexuelle Bildung knüpft daran an und ist viel mehr als nur Aufklärung über körperliche Vorgänge. Sowohl Kinder, Jugendliche als auch Erwachsene sollen über ihren Körper Bescheid wissen, über eigene Einstellungen und Darstellungen von Sexualität auch kritisch nachdenken und darüber reden können. Wissen über den Körper und über Sexualität ermöglicht, über sexuelle Grenzverletzungen zu berichten und sich Hilfe zu holen.

Kindern und Jugendlichen mit kognitiven Beeinträchtigungen, psychischen Erkrankungen oder anderen Barrieren, zum Beispiel sprachlichen oder kulturellen, muss man besondere und individuelle Möglichkeiten bieten, diese Kompetenzen zu erlangen. Informationen in leichter oder anderen Sprachen oder in Form von Bildern und Gebärden können zu einem besseren Verständnis des eigenen Körpers und der verschiedenen Aspekte von Sexualität führen.

Sexuelle Bildung

Sexuelle Bildung wird gerne als Basis von Präventionsarbeit gegen sexuelle Gewalt bezeichnet und das zu Recht! Erst wenn Kinder eine Sprache für Sexualität haben, können sie auch über sexuelle Gewalt sprechen, sich jemandem anvertrauen und Hilfe holen.

Die psychosexuelle Entwicklung beginnt bei der Geburt und dauert ein Leben lang, weshalb sexuelle Bildung in jeder Lebensphase von Bedeutung ist. Je nach Alter und Entwicklungsstufe werden unterschiedliche Inhalte und Themen vermittelt.

Wann ist der beste Zeitpunkt für sexuelle Bildung?

Aufklärung passiert nicht in einem einzigen Gespräch, in dem erklärt wird, was Geschlechtsverkehr ist.

Sexualität ist viel mehr als Geschlechtsverkehr!

Liebe und Gefühle, Beziehung und ein respektvoller Umgang miteinander sind ab dem Kleinkindalter wichtig und begleiten uns ein Leben lang.

Nicht alle Kinder stellen Fragen

Auch wenn Kinder keine Fragen stellen (können), haben sie das Recht auf fundierte Informationen über ihren Körper, körperliche Vorgänge, über Sexualität und (sexuelle) Gewalt. Kinder lernen etwas, auch wenn wir nicht mit ihnen sprechen: nämlich, dass Sexualität tabu ist und darüber nicht gesprochen werden darf.

Besprechen Sie Erlebnisse im Alltag (z.B. wenn ein Baby geboren wird, wo kommt es her? Oder wenn Ihr Kind einen Tampon oder ein Kondom findet und wissen will, was das ist).

Eltern helfen ihren Kindern mit kurzen und kindgerechten Antworten. So können Kinder altersgemäßes Wissen zum Thema Sexualität und Körper sammeln. Bei diesen Gesprächen soll es nicht nur um Fakten gehen. Auch Gefühle und Werte, wie Liebe, Zuneigung, Gleichstellung, Respekt und Gewaltfreiheit, sind mit dem Thema Körper und Sexualität verbunden und sollen besprochen werden.

Buchtipp:

Was kribbelt da so schön (Heinzl, 2023)

Dieses Aufklärungsbuch richtet sich an Eltern und bietet ihnen Unterstützung, um kindgerecht über Körperwahrnehmung und Sexualität zu sprechen. Es liefert hilfreiche Erklärungen und Tipps, wie Eltern ihre Kinder altersgemäß und sensibel an Themen wie Körpergefühl und sexuelle Aufklärung heranführen können.



Kindliche Sexualität vs. Erwachsenensexualität

Kindliche Sexualität unterscheidet sich grundlegend von Erwachsenensexualität!

Manche glauben, dass Sexualität nur etwas für Erwachsene ist. Doch Sexualität entwickelt sich von Geburt an und ist viel mehr als Geschlechtsverkehr!

*Sexualität ist Teil der Persönlichkeitsentwicklung.
Diese erstreckt sich über die gesamte Lebensspanne.*

Schmusen, Kuscheln und Kitzeln sind sehr sinnliche und lustvolle Erlebnisse. Kinder und Jugendliche erfahren im Kontakt mit Eltern und Bezugspersonen, wie man Beziehungen führt und wie man Zuneigung, Liebe und Respekt ausdrückt. Durch Beobachtung und im Spiel lernen sie, wie Eltern und andere Erwachsene miteinander umgehen.

In der kindlichen Sexualität (früher als „Doktorspiele“ bezeichnet, heute unter „Körperspiele“ zusammengefasst) geht es nicht um Beziehung oder Befriedigung wie in der Erwachsenensexualität, sondern vielmehr um Entdeckungslust, Neugierde, Kontakt und soziales Lernen. Kinder wollen ihren eigenen Körper und den ihrer Spielkamerad:innen erforschen.

Der Wandel zur Erwachsenensexualität vollzieht sich schrittweise während der Geschlechtsreife (Pubertät). Erst ab dieser Phase können junge Menschen die Sexualität von Erwachsenen verstehen und sich selbstbestimmt auf sexuelle Beziehungen einlassen.

Ich und sexuelle Bildung ...

Sexuelle Bildung hat viel mit der eigenen Geschichte zu tun: Wie ist man in Ihrer Familie mit Sexualität umgegangen (z.B. mit Nacktheit, Kuscheln, Liebe, Zärtlichkeit)? Wie haben Sie sexuelle Bildung und Aufklärung im Elternhaus und in der Schule erlebt? Wurden Ihre Scham- und Intimitätsgrenzen im Alltag respektiert? Mit wem haben Sie über diese Themen gesprochen? Wie sind Ihre eigenen Vorstellungen über Männlichkeit, Weiblichkeit, Liebe und Beziehung?

Unsere eigenen Erfahrungen beeinflussen, worüber wir sprechen können oder was wir als (un-)anständig empfinden. Wenn man die eigenen Haltungen und Zugänge zu Sexualität kennt und reflektiert, kann man angemessener und offener mit Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen darüber sprechen. Neben der Familie spielen auch kulturelle, religiöse und gesellschaftliche Normen eine Rolle. Nicht jeder Ausdruck von Sexualität ist in jeder Gesellschaft erlaubt und wird toleriert. Unterschiedliche Gesetze, Normen, Grenzen und Vorstellungen können auch Konfliktpotential bergen.

Eltern und Bezugspersonen haben eigene Grenzen und wollen (sollen!) nicht alles mit ihren Kindern und Jugendlichen teilen.

Auch im beruflichen Kontext spielt der Umgang mit Nähe, Grenzen und Grenzverletzungen eine wichtige Rolle. Hier muss die eigene professionelle Haltung, die gemeinsame Haltung im Team und die pädagogische Arbeit in der Praxis laufend kritisch reflektiert werden.

Kindergarten, Schule, Sportverein und Co

In allen Einrichtungen, in denen Kinder oder Jugendliche betreut, begleitet, gebildet oder wohnversorgt werden, braucht es einen reflektierten Umgang mit Nähe und Distanz, Körperlichkeit und Sexualität.

Institutionen können in diesen Bereichen einen wichtigen Beitrag leisten, indem sie eine positive Haltung und Offenheit gegenüber dem Thema Sexualität und sexuelle Bildung einnehmen.

Der Austausch innerhalb der Institution, im Team und mit den Eltern und Erziehungsberechtigten ist hier natürlich von großer Bedeutung. Um Kinder vor sexuellen Grenzverletzungen, Übergriffen und Gewalt bestmöglich zu schützen, müssen einerseits klare Regeln für den Umgang miteinander und für kindliche Sexualität (z.B. für Körperspiele) vereinbart werden, andererseits muss mit den Körper- und Intimitätsgrenzen der Kinder und Jugendlichen respektvoll und achtsam umgegangen werden.

Jede Einrichtung sollte über ein gemeinsam erarbeitetes Gewaltschutzkonzept verfügen. Dieses klärt den professionellen Umgang mit Nähe und Distanz und definiert Grenzen im Kontakt mit Kindern und Jugendlichen. Ein Verhaltenskodex ist an dieser Stelle sehr sinnvoll und muss als wichtiger Teil eines Gewaltschutzkonzeptes für alle Personen in Institutionen verbindlich sein und eingehalten werden.

Einrichtungen können sich von Hazissa bei der Erstellung und Qualitätssicherung des Gewaltschutzkonzeptes in der Institution begleiten lassen!

Sexuelle Entwicklung im Alter von 0-6 Jahren

Körper entdecken, sich ausprobieren und kennenlernen

Kinder beginnen schon sehr früh sich für ihren Körper zu interessieren. Sie entdecken sich dabei mit allen Sinnen und entwickeln ein zunehmendes Interesse am eigenen Körper und dem ihrer Mitmenschen. In diesem Alter werden auch unterschiedliche Körper wahrgenommen (Geschlechterunterschiede, Altersunterschiede, Aussehen, usw.), die von Kindern erforscht werden wollen.

Ermöglichen Sie Zeiten, in denen Ihr Kind nackt oder windelfrei sein darf und benennen Sie Körper- und Geschlechtssteile mit korrekten Bezeichnungen. Damit geben Sie Ihrem Kind richtige Begriffe in die Hand und tragen gleichzeitig zur sexuellen Bildung bei.

Tipp:

Ziehen Sie altersentsprechende Bücher heran, um konkrete Antworten auf Kinderfragen zu finden.

Wenn Kinder Fragen stellen, soll die Botschaft sein: „Ich nehme dich ernst und es ist in Ordnung, dass du mich fragst“.

Im Alter von circa 2-3 Jahren beginnen Kinder eigene Wünsche und Vorstellungen zu entwickeln und wollen diese auch durchsetzen (Autonomie-Phase). Nehmen Sie den Willen Ihres Kindes ernst und erklären Sie, warum dieser nicht immer umgesetzt werden kann. Achten Sie darauf, dass es auch in diesem Alter schon Bereiche gibt, in denen Ihr Kind seine Meinung sagen und mitbestimmen kann.

Wenn Sie Kinder in der Körperpflege und Hygiene unterstützen (waschen, WC, eincremen etc.), kündigen Sie Berührungen an und erklären Sie, was gemacht wird.

Buchtipps:



Mia will's wissen (Elisabeth Thoth, Aylin Knapp, 2023)

Dieses aufklärende Sachkinderbuch unterstützt Ihr Kind dabei, den eigenen Körper besser zu verstehen – mit einer Heranführung ans Sauberwerden. Für Kinder ab 2 Jahren!

Ein Baby in Mamas Bauch (Anna Herzog, 2015)

Ein sensibles, einfühlsames Aufklärungsbuch. Oskar und Mia bekommen ein Geschwisterchen. Da kommen viele Fragen auf. Unter anderem: Wie kommt das Baby in den Bauch? Für Kinder ab 5 Jahren!



Erbseklein Melonengroß (Cornelia Lindner ua., 2021)

Ein gendersensibles Aufklärungsbuch. Die Leser:innen begleiten das Kind Toni dabei, Fragen rund um Empfängnis, Schwangerschaft und Geburt auf den Grund zu gehen – dabei werden alle Arten von Familien thematisiert. Für Kinder ab 4 Jahren!

Mami hat ein Ei gelegt (Babette Cole, 2011)

Ein Aufklärungsbuch mit Humor, in dem die Kinder schlussendlich beschließen, ihre armen Eltern aufzuklären. Denn diese finden die absurdesten Erklärungen dafür, wie Kinder gemacht werden. Für Kinder ab 4 Jahren!



Wuschelkopf und Pupsopo (Cornelia Linder, Verena Tschemernjak, 2023)

Der eigene Körper wird in diesem Buch zeitgemäß und anschaulich für Kinder in Szene gesetzt. Klappen, dicke Pappe und einfache Sprache erhöhen das Lese- und Anschauvergnügen. Für Kinder ab 1 Jahr!

Körperliche Interaktionen gehören zur normalen Entwicklung von Kindern

So unterschiedlich Kinder sind, so unterscheidet sich auch ihr Sexualverhalten. Es gibt eine große Bandbreite an sexuellen Verhaltensweisen im Kindesalter. Manche Kinder haben ein sehr großes Interesse am Körper und an körperlichen Vorgängen, andere scheint es weniger zu interessieren. Körperspiele unter gleichaltrigen Kindern sind diesbezüglich ganz normal und kein Grund zur Besorgnis, sofern entsprechende Regeln dafür bekannt sind und eingehalten werden.

Generell soll es Kindern erlaubt sein, sich selbst zu berühren und auch mit anderen zu spielen. Körperspiele kommen in allen Altersgruppen vor, gehäuft um das 3. - 5. Lebensjahr. Der Großteil der Kinder hat „körperlich/sexuelle“ Interaktionen mit anderen, ca. gleichaltrigen Kindern. Ab dem Vorschulalter (Entwicklung von Schamgefühl, Kenntnis von sozialen Regeln) verlagert sich die körperliche Neugierde/Betätigung in den Privatbereich bzw. ins eigene Kinderzimmer. Im Schulalter sollten Kinder gelernt haben, was intim bzw. öffentlich ist und welche Verhaltensweisen wo angebracht und sozial akzeptiert sind.

Wichtig zu wissen:

- Kindliche Sexualität unterscheidet sich grundlegend von Erwachsenensexualität - kindliche Sexualität ist von spielerischer Neugierde geprägt, während Erwachsenensexualität eine bewusste, oft partnerschaftlich orientierte Ausdrucksform von sexuellen Gefühlen und Verlangen ist.
- Geschlechtsverkehr ist kein Bestandteil von kindlicher Sexualität!

- Praktiken der Erwachsenensexualität sind ab der Geschlechtsreife (Pubertät) relevant und in Österreich grundsätzlich ab 14 Jahren erlaubt ("Sexuelle Mündigkeit").
- Für positive kindliche Erfahrungen im Bereich der Sexualität ist die Vermittlung von klaren Regeln besonders wichtig!

Für Körperspiele gibt es Regeln!

Körperspiele gehören zur psychosexuellen Entwicklung und beginnen im Kleinkindalter. Es ist wichtig für die Entwicklung von Kindern, dass solche Spiele zugelassen werden, jedoch müssen entsprechende Regeln eingehalten werden. Sollte es zu Regelverstößen kommen müssen Erwachsene einschreiten, um den betroffenen Kindern Sicherheit zu vermitteln und klar zu machen, dass dieses Verhalten nicht akzeptabel ist.

Wie auch bei anderen Spielen gibt es Regeln:

- Niemand darf gezwungen werden.
- Niemand darf verletzt werden. Es dürfen keine Gegenstände in Körperöffnungen (Anus, Vagina, Nase, Ohr, Mund) gesteckt werden.
- Körperspiele sind intim und nicht öffentlich. Die Schamgrenzen aller Beteiligten (auch von anderen Kindern) müssen geachtet und respektiert werden.
- Kinder sollen ungefähr gleich alt sein (bis max. 2 Jahre Altersunterschied).
- Praktiken der Erwachsenensexualität gehören nicht zu Kinderspielen!
- Auf Hygiene achten: Hände waschen nicht vergessen!
- Wenn die Regeln von Körperspielen nicht eingehalten werden: Hilfe holen!



Erwachsene müssen einschreiten, wenn...

- Kinder in Körperspiele mit deutlich über- oder unterlegenen Kindern verwickelt sind.
- Kinder versuchen, andere zu Körperspielen zu überreden oder zu zwingen.
- Kinder sich selbst oder andere dabei verletzen.
- Kinder einen Geheimnisdruck aufbauen.
- Kinder zu Praktiken der Erwachsenensexualität auffordern.



Buchtipps:

Wir können was, was ihr nicht könnt (Ursula Enders, Dorothee Wolters)

Ein Buch, das Kinder bei der Entdeckung ihres Körpers begleitet und die Fähigkeit stärkt, sich gegen sexuelle Übergriffe zu wehren. Verpackt sind diese Botschaften in einer Geschichte einer Kindergruppe.

Sina und Tim (Ursula Enders, Ilka Villier)

Sina und Tim spielen gerne mit ihren Freund:innen Familie und Doktor. Die Grenzen der Kinder werden betont, sowie die Achtsamkeit im Umgang miteinander. Körperentdeckungsspiele und Zärtlichkeiten untereinander werden ebenso thematisiert.



Vorsicht bei Grenzverletzungen und Übergriffen unter Kindern!

Grenzverletzungen passieren oft im Überschwang (ungeschicktes Wehtun, ungestümes Anfassen etc.). Sie lassen sich meist mit einem Hinweis von Erwachsenen zu mehr Vorsicht und Achtsamkeit beenden. Auch gekippte Situationen kommen bei jüngeren Kindern immer wieder vor, die nicht böswillig geschehen (z.B. beginnen Körperspiele einvernehmlich, bis ein Kind plötzlich aufhören möchte, dies aber vom anderen Kind nicht respektiert wird). Hier müssen Erwachsene einschreiten!

Erfahren Kinder keine Resonanz von Erwachsenen, erhalten sie damit die Botschaft, dass ihr Handeln in Ordnung ist. Dies kann zu einer Ausnutzung einer Machtposition führen. Wenn Sie beobachten, dass ein Kind zu etwas gezwungen oder überredet wird, müssen Sie das Spiel beenden!

Stoppen Sie Grenzverletzungen und Gewalt unter Kindern sofort und beziehen Sie Position! Ergreifen Sie Partei für das betroffene Kind und kümmern Sie sich um dieses Kind zuerst. Betroffene Kinder brauchen Trost, Schutz, Mitgefühl und Zuwendung. Bestätigen Sie dem Kind, dass es richtig war, Hilfe zu holen („Ganz toll, dass du mir davon erzählt hast. Es ist die Aufgabe von uns Erwachsenen, aufzupassen dass das nicht mehr passiert.“). Danach wird ein Gespräch mit dem übergriffigen Kind geführt. Auch hier ist eine deutliche Positionierung gegenüber dem übergriffigen Verhalten (in klar formulierten Sätzen) angebracht. Wichtig ist dabei das übergriffige Verhalten, nicht jedoch das ganze Kind, klar zu verurteilen. Überlegen Sie sich Maßnahmen, um Übergriffe zu stoppen und grenzachtendes Verhalten zu fördern.

Die Botschaft heißt: „Übergriffe und Gewalt sind bei uns nicht erlaubt!“

Sexuelle Entwicklung im Alter von 6-10 Jahren

Gefühle und Körper im Wandel

Mit zunehmendem Alter der Kinder werden Intimitätsgrenzen neu definiert und ein verstärktes Bedürfnis nach Privatsphäre entwickelt sich. Für Erwachsene gilt, diese Intimitätsgrenzen zu respektieren und achtsam damit umzugehen. Vor allem bei ersten Verliebtheiten und Schwärmereien ist elterliches Einfühlungsvermögen gefragt. Emotionale Ausbrüche wollen nicht bewertet sondern begleitet werden. Kinder lernen so von erwachsenen Vorbildern, ihren Gefühlen und Bedürfnissen angemessen Ausdruck zu verleihen.



Durch Vorbilder werden auch entsprechende Geschlechterrollen ausprobiert. Sprechen sie mit ihrem Kind darüber und fördern sie die Individualität des Kindes, indem sie Geschlechterrollen bzw. Rollenklischees auch kritisch hinterfragen. Im Alter von 6-10 Jahren entstehen viele neue soziale Beziehungen. Vor allem Freundschaften, häufig (noch) gleichgeschlechtlich, werden zunehmend wichtiger.

Mit Ende der Volksschule entwickeln sich erste Anzeichen der Vorpubertät. Durch den Anstieg von Geschlechtshormonen kommt es zu einem Schub im Längenwachstum und erste Härchen im Intimbereich beginnen zu sprießen. Zusätzlich werden Themen wie Beziehung, Liebe und Sexualität immer interessanter. Kommende Veränderungen anzusprechen ist eine wichtige Vorbereitung auf die Pubertät.

Da sich jedes Kind im eigenen Tempo entwickelt, verläuft die sexuelle Entwicklung nicht bei jedem Kind gleich. Manchmal sind Kinder im gleichen Alter unterschiedlich entwickelt. Kinder spielen entsprechend ihres Entwicklungsstandes und ihrer Interessen manchmal lieber mit jüngeren bzw. älteren Kindern. Dann ist es wichtig, insbesondere sexuelles Spielverhalten gut zu begleiten, übergriffiges Verhalten zu stoppen und klare Grenzen und Regeln zu vereinbaren.



Buchtipps:



Ein Baby! Wie eine Familie entsteht (Greener, Owen, Maier, 2021)

Dieses Kinderbuch erklärt einfühlsam und kindgerecht, wie ein Baby entsteht und wie sich das Leben einer Familie durch ein neues Mitglied verändert. Mit liebevollen Illustrationen und einfachen Erklärungen bereitet es Kinder auf die Ankunft eines Geschwisterchens vor und fördert das Verständnis für die Veränderungen im Familienalltag.



Lina, die Entdeckerin (Hotter, Sonnberger, Staffelmayr, 2020)

Die neugierige Lina erforscht in diesem bunten Bilderbuch auf unterhaltsame Weise ihren eigenen Körper. Die jungen Leser:innen erfahren Wissen rund um die Geschlechtsorgane, Körperbehaarung, sowie -hygiene, Nacktheit und das Erwachsenwerden.



Bruno will hoch hinaus (Ziegelwanger, Staffelmayr, Horak, 2022)

Bruno, ein neugieriger kleiner Bär, hat große Träume. In dieser abenteuerlichen Geschichte lernen Kinder, dass mit Mut, Durchhaltevermögen und der Hilfe von Freund:innen auch die größten Ziele erreichen werden können. Mit bunten Illustrationen!



Klär mich auf (Gathen, Kuhl, 2023)

Das Buch greift Fragen rund um den menschlichen Körper, Sexualität und Gefühle auf und liefert fundierte Antworten in kindgerechter Sprache. Mit den verspielten Illustrationen wird das Thema leicht zugänglich gemacht und fördert einen offenen und respektvollen Umgang mit dem Thema Aufklärung.



Von wegen Bienchen und Blümchen (Müller, Siegl, 2021)

Dieses aufklärende Buch vermittelt Kindern und Jugendlichen auf humorvolle und sachliche Weise, wie das Thema Sexualität tatsächlich funktioniert. Mit klaren Erklärungen und witzigen Illustrationen wird der Mythos der "Bienchen und Blümchen" aufgelöst.

Sexuelle Entwicklung im Alter von 10-14 Jahren

Die Frühpubertät beginnt

In der Frühpubertät kommt es zu merkbaren körperlichen, kognitiven und emotionalen Veränderungen. Während bei Burschen Stimmbruch und Ejakularche (erster Samenerguss) einsetzen, kommt es bei Mädchen zum Brustwachstum und zur Menarche (erste Menstruation).

Häufig kommt es auch zu Schwärmereien und ersten sexuellen Annäherungen (z.B. Händchen halten oder der erste Kuss). Themen wie Erwachsenensexualität, Masturbation (Selbstbefriedigung), Verhütung, körperliche Funktionen, Hygiene, Beziehung, Schwangerschaft, Liebe usw. werden immer interessanter. Einen Zugang zu sachrichtigen Informationen zu schaffen ist daher sehr wichtig.

Obwohl in diesem Zusammenhang die Wahrung der Intimsphäre, auch innerhalb der Familie, einen zunehmend wichtigen Stellenwert einnimmt, können Sie Gesprächsangebote über Jugendbeziehungen, Geschlechterrollen und Entwicklung in der Pubertät setzen. Bleiben Sie in Kontakt, auch wenn junge Menschen sich zunehmend außerhalb der Familie, in der Gleichaltrigengruppe, orientieren.

Je besser Kinder informiert und aufgeklärt sind, desto später haben sie ihr „erstes Mal“, desto eher verhüten sie und schützen sich auch vor Geschlechtskrankheiten.

Die Peergroup (Gruppe von Gleichaltrigen) hat in diesem Alter eine große Bedeutung, einerseits spielt die soziale Stellung und die Anerkennung in der Gruppe eine wichtige Rolle, andererseits werden soziale Rollen auch ausprobiert und kritisch hinterfragt. Behandeln Sie Teenager respektvoll, vermeiden Sie Abwertung, Spott und die Missachtung der Privat- und Intimsphäre. Übergriffe und Gewalt unter Kindern und Jugendlichen können immer wieder vorkommen. Wenn Grenzen überschritten werden (z.B. unter den Rock schauen, begripschen, sexuelle Witze oder Beleidigungen), ist das kein Spaß und kein harmloses Spiel! Schreiten Sie ein und fordern Sie, dass junge Menschen respektvoll behandelt werden. Es muss klar sein, dass Gewalt (z.B. körperliche Gewalt, sexuelle Gewalt, seelische Gewalt wie Gerüchte verbreiten, jemanden beschimpfen, andere ausschließen usw.) nicht geduldet wird und alle ein Recht auf respektvollen Umgang haben.

Buchtipps:



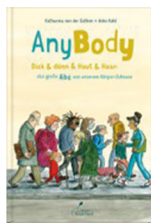
Sei ein ganzer Kerl (Sanders, 2020)

Dieses Buch thematisiert traditionelle Männlichkeitsbilder und hinterfragt, was es bedeutet, "ein ganzer Kerl" zu sein. Es bietet eine kritische, aber auch ermutigende Perspektive darauf, wie man als Mann authentisch, empathisch und selbstbewusst seinen eigenen Weg gehen kann.



Schamlos schön (Brochmann, Støkken Dahl, 2020)

Dieses Buch ist ein offenes, informatives Werk, das sich mit der weiblichen Sexualität und dem weiblichen Körper beschäftigt. Auf humorvolle und sachliche Weise erklären die Autorinnen Themen wie Pubertät, Körperbild und Sexualität und räumen mit Mythen und Tabus rund um den weiblichen Körper auf.



AnyBody (Gathen, 2021)

„AnyBody“ bietet einen spannenden und informativen Einblick in den menschlichen Körper und seine Vielfalt. Es richtet sich an Kinder und Jugendliche und fördert ein gesundes Verständnis für den eigenen Körper und den der anderen – mit der Botschaft, dass jeder Körper wertvoll und einzigartig ist.

Sexuelle Mündigkeit in Österreich

Ab 14 Jahren sind Jugendliche „sexuell mündig“. Das heißt, sie dürfen selbst bestimmen, ob und mit wem sie sexuell aktiv sind. Selbstverständlich gilt das nur, wenn alle alt genug und einverstanden sind!

Genauere Informationen darüber, was erlaubt und was verboten ist, finden sich in der Rechtsbroschüre "**Recht Sexy**" unter www.hazissa.at.



Strafmündigkeit

Ab 14 Jahren sind Jugendliche strafmündig. Strafmündigkeit bedeutet, dass sie für strafbare Handlungen strafrechtlich verfolgt werden können. Egal, ob eine Verwaltungsübertretung (z.B. das Nichtbefolgen des Jugendschutzgesetzes) oder ein Verstoß gegen das Strafgesetz (z.B. sexuelle Nötigung, Körperverletzung, o.ä.) begangen wird: Jugendliche sind ab 14 Jahren für ihr Handeln verantwortlich!

*Achtung beim Thema Pornografie!
Pornos sind für Jugendliche unter 18 Jahren verboten!*

Gewalt in Jugendbeziehungen

Gewalt in Jugendbeziehungen umfasst verschiedene Formen von Gewalt und Grenzüberschreitungen:

- **Psychische Gewalt:** Verbale und non-verbale Kommunikation mit der Absicht, Partner:innen emotional zu verletzen oder zu kontrollieren.
- **Physische Gewalt:** Schlagen, Treten oder andere Formen körperlicher Übergriffe.
- **Sexuelle Gewalt:** Erzwingen sexueller Handlungen ohne Einwilligung.
- **Digitale Gewalt:** Kontrolle über soziale Medien, bedrohliche Nachrichten oder das Teilen privater Informationen ohne Einwilligung.

Studien zeigen, dass Gewalt in Jugendbeziehungen erschreckend weit verbreitet ist und mehr als die Hälfte aller jungen Menschen in ihren ersten Beziehungen Gewalterfahrungen machen.

Meist erzählen Jugendliche nicht, was in ihren Liebesbeziehungen passiert. Manchmal denken sie, sie sind die Einzigen, die solche Erfahrungen machen und manchmal schämen sie sich und glauben, sie sind selbst daran schuld. Auch im Jugendalter ist gute sexuelle Bildung und das Wissen über Gewalt und wo man Hilfe bekommen kann wesentlich! Dann können Jugendliche dieses Wissen auch an andere Jugendliche weitergeben.

Tipp:

Hazissa hat mit Love&Respect ein spezielles Angebot zum Thema Gewalt in Jugendbeziehungen entwickelt, mit Angeboten für Einrichtungen, Workshops, Weiterbildungen und Elternbildungsangeboten.

Bewusster Umgang mit Handy, PC und Co!

Kinder und Jugendliche nutzen verschiedene digitale Medien. Besonders das Internet bietet viele Möglichkeiten, aber auch viele Gefahren. Der Umgang damit muss daher erlernt werden!

Interessieren Sie sich dafür, was Ihre Kinder hören oder sehen und sprechen Sie mit ihnen darüber! Das gilt auch in der digitalen Welt. Eignen Sie sich selbst Medienkompetenzen an und vermitteln Sie diese!

Erwachsene sind dafür verantwortlich, ihre Kinder vor Inhalten zu schützen, die nicht ihrem Alter entsprechen. Pornografie (die Darstellung sexueller Akte) und Darstellungen mit Gewalt können der psychosexuellen Entwicklung von Kindern und Jugendlichen schaden. Sie zeigen nicht die Wirklichkeit von Liebe und Beziehung, verändern Vorstellungen von Sexualität und können sexuell aggressive Verhaltensweisen fördern.

Überlassen Sie die sexuelle Bildung Ihrer Kinder und Jugendlichen nicht der Pornoindustrie!

Minderjährige (unter 18 Jahren) dürfen keine Pornos sehen, sie nicht besitzen, downloaden oder weiterleiten! Es ist verboten, Ihnen solche Inhalte zu zeigen oder zur Verfügung zu stellen.

Wenn pornografische Inhalte gesehen werden, kann das Jugendliche verstören. Es ist daher wichtig, mit Jugendlichen über jene Inhalte zu sprechen, die sie verunsichern. Nicht alles, was man im Film sieht, ist gut, echt oder bei allen Menschen gleich!

Informieren Sie sich, z.B. in Elternbildungsangeboten für Eltern und Bezugspersonen von Jugendlichen.

Tipp:

Auf www.saferinternet.at finden Sie Tipps und Unterstützung für den sicheren Umgang mit digitalen Medien für Kinder, Jugendliche, Eltern und Bezugspersonen.

Buchtipps:

Medienerziehung in der digitalen Welt: Grundlagen und Konzepte für Familie, Kita, Schule und Soziale Arbeit (Fleischer-Tempel, Hajok, Behr, 2025)

Dieses Buch bietet praxisnahe Ansätze zur Medienerziehung für Eltern, Pädagog:innen und Fachkräfte. Es beleuchtet Chancen und Risiken digitaler Medien und liefert Konzepte, um Kinder und Jugendliche kompetent im Umgang mit der digitalen Welt zu begleiten.



Unsere Kinder in der digitalen Welt: Potenzial statt Panik (Wagner, 2020)

Statt Ängste zu schüren, zeigt der Autor auf, wie Eltern Kinder zu einem verantwortungsvollen Umgang mit digitalen Medien anleiten können. Es bietet praktische Tipps, um die Chancen der Digitalisierung zu nutzen und Kinder zu stärken.

Sexuelle Entwicklung im Alter von 14-18 Jahren

Jugendliche im Alter von 14-18 Jahren befinden sich mitten in der Pubertät. Der Körper wird immer mehr zu einem Erwachsenenkörper. Neben dem zunehmenden Haarwuchs am gesamten Körper werden Jugendliche geschlechtsreif und auch ihre Stimmen werden tiefer (vor allem bei Burschen). Durch die hormonellen Veränderungen kann es auch verstärkt zu Unreinheiten oder Akne vor allem im Gesicht, im Dekolleté und am Rücken kommen.

Doch nicht nur der Körper verändert sich, sondern auch die Interessen von Jugendlichen: Romantische und sexuelle Beziehungen werden interessanter und Jugendliche holen sich dazu vermehrt Informationen aus dem Internet oder im Freundeskreis. Um Jugendliche vor Inhalten zu bewahren, die ihnen schaden könnten, müssen Erwachsene Interesse an der Lebenswelt der Jugendlichen zeigen, dies gilt auch in der digitalen Welt! Fragen Sie nach und kontrollieren Sie mit den Jugendlichen gemeinsam genutzte Medien.

Vermitteln Sie Werte und Medienkompetenzen!

Bleiben Sie mit den Jugendlichen in Verbindung und setzen Sie Gesprächsangebote zu Beziehungen, Vorstellungen und Idealen. Reflektieren Sie mit Jugendlichen positive, aber auch negative Beziehungsmuster und -erfahrungen. Die Auseinandersetzung mit Gleichberechtigung, Einvernehmen (Konsens), Respekt, Idealen, Werten, Grenzen usw. ist wichtig für das Üben von Beziehungskompetenzen und kann zum Schutz vor Gewalt in Jugendbeziehungen beitragen.

Internet & Buchtipps:

www.love-and-respect.org

www.sexualpaedagogik.at/sex-we-can/

www.klarundeinfach.ch (auch als App erhältlich)

www.firstlove.at

www.profamilia.de

www.lilli.ch

www.zanzu.de

www.s-talks.at

www.sexbaff.at



Sex und so - Ein Aufklärungsbuch für Alle! (Meyer, 2020)

Dieses Buch bietet eine offene und inklusive Aufklärung zu Sexualität. Es richtet sich an junge Menschen und deckt Themen wie Pubertät, Liebe und Sexualität auf verständliche Weise ab, um Unsicherheiten und Fragen aufzulösen.



Sex in echt: Offene Antworten auf deine Fragen zu Liebe, Lust und Pubertät (Beck, Schilling, Bayer, 2022)

Ein modernes Aufklärungsbuch, das ehrlich und direkt Fragen zu Pubertät, Sexualität und Beziehungen beantwortet. Es gibt hilfreiche, realistische Einblicke in Liebe, Lust und körperliche Veränderungen.

Make Love: Ein Aufklärungsbuch (Henning, Bremer-Olszewski, 2017)

Dieses Buch erklärt Sexualität umfassend und altersgerecht. Mit ehrlichen Antworten und anschaulichen Illustrationen hilft es Jugendlichen, ihre eigene Sexualität und zwischenmenschliche Beziehungen besser zu verstehen.



Unverblümt! - Klare Fakten zu Sex und Aufklärung (Bernier, Gariépy, Illinger, 2020)

Ein freches und informatives Aufklärungsbuch, das ohne Tabus und Scham Themen rund um Sexualität und Körperwissen behandelt. Mit Fakten und klaren Antworten richtet es sich an Jugendliche, die ehrliche Aufklärung suchen.



FAQ YOU - Ein Aufklärungsbuch (2019 Jugend gegen Aids)

Dieses Buch beantwortet Jugendlichen unkompliziert und direkt die häufigsten Fragen rund um Liebe, Sexualität und Körper. Es bietet hilfreiche Informationen zu den Themen Pubertät und Beziehung.



Das Jungfernhäutchen gibt es nicht (Hälterlein, Franz 2020)

Ein Buch, das mit Mythen rund um das Thema Jungfernhäutchen und Sexualität aufräumt. Es vermittelt fundiertes Wissen und hilft, Vorurteile und Missverständnisse über den weiblichen Körper abzubauen.



Sexuelle Entwicklung im Alter ab 18 Jahren

Im jungen Erwachsenenalter ist die körperliche Entwicklung soweit abgeschlossen. In der psychosexuellen Entwicklung haben junge Menschen eine Geschlechtsidentität entwickelt und zumeist erste Beziehungserfahrungen gesammelt. Nun gilt es, Beziehungskompetenzen weiterzuentwickeln und zu üben, denn die Balance zwischen eigenen Bedürfnissen und Wünschen und Bedürfnissen eines Gegenübers ist nicht immer einfach zu finden! Auch in Beziehungen junger Erwachsener gibt es oft sexuelle Übergriffe, und auch Gewalt kommt häufiger vor als in Beziehungen älterer Menschen. Hier wird, wie bei Menschen in allen anderen Altersstufen, auf gute sexuelle Bildung und die Vermittlung von Informationen verwiesen!

Mit 18 Jahren sind junge Menschen in Österreich volljährig.

Dies bringt neue Verantwortungen und neue Selbst- und Mitgestaltungsmöglichkeiten in allen Lebensbereichen mit sich. Klären Sie junge Erwachsene über Menschenrechte und auch über sexuelle Menschenrechte auf!

Fragen rund um Lebensentwürfe (Familienplanung, Kinderwunsch, Beziehungsgestaltung, Zukunftspläne) rücken für viele Menschen in diesem Alter zunehmend in den Vordergrund. Auch im mittleren und höheren Erwachsenenalter kann sich aufgrund unterschiedlicher Lebensphasen (z.B. Elternschaft, Trennung, Tod von Partner:innen, Wechseljahre, etc.) der Wunsch nach einer tieferen Auseinandersetzung mit neuen Aspekten von Sexualität ergeben.

Sexuelle Entwicklung ist in jedem Alter relevant und die Beschäftigung mit Sexualität hört nie auf!

Dies gilt ebenso für Menschen die Assistenz beziehen oder in Institutionen wohnen. Klare Regeln und Abmachungen mit Betreuungspersonen und persönlichen Assistent:innen erleichtern die Zusammenarbeit und beugen Missverständnissen und Grenzverletzungen vor. Auch über (sexuelle) Selbstbestimmung und Gewaltfreiheit soll gesprochen werden.

Tipp:

Hazissa Angebote für Einrichtungen, die mit Menschen mit Behinderungen oder psychischen Erkrankungen arbeiten, beinhalten Beratungen, Weiterbildungen, Workshops und die Begleitung bei der Erstellung und Qualitätssicherung von Gewaltschutzkonzepten.

Buchtipps:



Make More Love, Ein Aufklärungsbuch für Erwachsene (Henning, Keiser, 2018)

Ein Aufklärungsbuch für Erwachsene, das sich mit Sexualität in langfristigen Beziehungen beschäftigt. Es gibt Anregungen, wie Paare Intimität und sexuelle Erfüllung auch nach vielen Jahren neu entdecken und intensivieren können.



Sex verändert alles, Aufklärung für Fortgeschrittene (Henning, 2019)

Dieses Buch richtet sich an Erwachsene, die mehr über ihre Sexualität erfahren möchten. Es behandelt Themen wie sexuelle Dynamik in Beziehungen, Kommunikation und die Rolle von Sexualität im Laufe des Lebens.



Hand drauf: Ein Plädoyer für weibliche Masturbation (Bacio, 2018)

Dieses Buch ist ein erfrischender und offener Appell für die weibliche Selbstbefriedigung. Es thematisiert die Bedeutung von Lust, Selbstakzeptanz und das Brechen von Tabus rund um weibliche Sexualität und ermutigt Frauen, ihre sexuelle Selbstbestimmung zu leben.

Grundlegende Rechte

Alle Menschen haben Rechte! Es gibt verschiedene Vereinbarungen ("Konventionen"), die die Rechte von unterschiedlichen Menschengruppen sichern. Österreich hat sich mit der Unterzeichnung dieser Konventionen verpflichtet, diese Rechte zu sichern und die Einhaltung auch zu kontrollieren.

Die **sexuellen Menschenrechte** wurden aus den Menschenrechten abgeleitet und beinhalten das Recht aller Menschen, alle Aspekte ihrer Sexualität frei und eigenverantwortlich selbst zu bestimmen, wozu auch der Schutz und die Förderung ihrer sexuellen Gesundheit zählt.

1989 wurde von der UNO die **Kinderrechtskonvention** beschlossen. Dieses Übereinkommen sichert jedem Kind grundlegende Rechte zu, wie zum Beispiel das Recht auf Mitsprache und Information, das Recht auf Schutz und Fürsorge und das Recht auf Gewaltfreiheit. Seit 2011 sind Kinderrechte in der österreichischen Bundesverfassung aufgenommen und somit gesetzlich verankert.

Die **UN-Behindertenrechtskonvention** von 2008 stellt die Rechte von Menschen mit Behinderungen oder psychischen Erkrankungen in den Mittelpunkt.

2011 wurden mit der "**Istanbul-Konvention**" die Rechte von Frauen, auch hier im speziellen das Recht auf Schutz vor Gewalt, formuliert. Eine genauere Beschreibung dieser Konventionen finden Sie auf den nächsten Seiten.

*Jeder Mensch hat das Recht,
sicher und gewaltfrei
aufzuwachsen und zu leben!*

Kinderrechte

Alle Kinder sollen ihre Rechte kennen.

Kinderrechte gelten für ALLE Kinder gleichermaßen.

Für den Schutz vor Gewalt sind folgende Kinderrechte besonders wichtig:

- Jedes Kind hat das Recht auf Schutz und Fürsorge.
Das Wohl des Kindes steht im Vordergrund.
- Jedes Kind hat das Recht auf angemessene und alters-
sprechende Beteiligung und Berücksichtigung seiner Meinung.
- Jedes Kind hat das Recht auf alters- und entwicklungsgerechte
Informationen zu allen Themen, die es betreffen.
- Jedes Kind hat das Recht auf eine gewaltfreie Erziehung.
Alle Formen von Gewalt sind verboten.
- Jedes Kind mit Behinderung hat Anspruch auf den Schutz und die
Fürsorge, die seinen besonderen Bedürfnissen Rechnung tragen.
Die Gleichbehandlung in allen Bereichen des täglichen Lebens ist
zu gewährleisten!



Sexuelle Menschenrechte

Sexuelle Menschenrechte gelten für ALLE Menschen gleichermaßen.

- Das Recht auf sexuelle Freiheit und Autonomie: Jeder Mensch darf seine Sexualität frei ausleben, ohne Gewalt, Zwang, Ausbeutung, Verletzung, Folter und Missbrauch.
- Das Recht auf sexuelle Gleichwertigkeit: Niemand darf aufgrund von Geschlecht, Alter, Religion, sexueller Orientierung, körperlicher oder seelischer Erkrankung diskriminiert werden.
- Das Recht auf sexuelle Lust und den Ausdruck sexueller Empfindungen: Niemand darf einem Menschen sexuelle Lust und das Recht auf Gefühle, Liebe, Kommunikation, Berührungen usw. verbieten.
- Das Recht auf fundierte Sexuaufklärung und umfassende Sexualerziehung: Jeder Mensch hat das Recht auf gute sexuelle Bildung und sexuelle Gesundheitsfürsorge.
- Jeder Mensch hat das Recht, selbst zu entscheiden, ob und mit wem sie oder er eine Partnerschaft oder Ehe eingeht.
- Jeder Mensch hat das Recht, selbst zu entscheiden, ob und wie viele Kinder er oder sie bekommen möchte.

Das Recht auf selbstbestimmte Sexualität endet selbstverständlich dort, wo die Rechte eines anderen Menschen verletzt werden oder geltende Gesetze missachtet werden. Ab 14 Jahren sind junge Menschen in Österreich nicht nur sexuell mündig sondern auch strafmündig und können strafrechtlich zur Verantwortung gezogen werden!

UN-Behindertenrechtskonvention

Dieses 2008 in Kraft getretene Übereinkommen der Vereinten Nationen hat die gleichberechtigte Teilhabe von Menschen mit Behinderungen und psychischen Erkrankungen in der Gesellschaft zum Ziel. Die fünf Grundsätze des Übereinkommens sind **Bewusstseinsbildung**, **Barrierefreiheit**, **Partizipation**, **Individualisierung** und **Vielfalt**, sowie **Inklusion** und **Lebensräume**.

Zu den wichtigsten Rechten der Behindertenrechtskonvention zählen:

- Das Recht auf die Achtung der innewohnenden Würde, der individuellen Autonomie einschließlich der Freiheit, eigene Entscheidungen zu treffen, sowie Unabhängigkeit im Sinne von Selbstbestimmung.
- Das Recht auf die volle und wirksame Teilnahme und Teilhabe an der Gesellschaft. Menschen mit Behinderungen haben gleichberechtigt Anspruch auf Elternschaft und Partnerschaften. Eltern mit Behinderungen müssen in angemessener Weise bei der Wahrnehmung ihrer elterlichen Verantwortung unterstützt werden.
- Das Recht auf Achtung vor der Unterschiedlichkeit von Menschen mit Behinderungen oder Erkrankungen und die Akzeptanz dieser Menschen als Teil der menschlichen Vielfalt und der Menschheit.
- Das Recht auf Nichtdiskriminierung.
- Das Recht auf Chancengleichheit.

Tipp:

Die Behindertenanwaltschaft unterstützt bei der Umsetzung und Durchsetzung der Rechte von Menschen mit Behinderungen und psychischen Erkrankungen. Infos finden Sie unter <https://www.behindertenanwaltschaft.gv.at/>

Istanbul-Konvention

Gerade in Bezug auf Sexualität und in Beziehungen erleben Frauen auf der ganzen Welt Gewalt. Das ist auch in Europa so. Deshalb hat der Europarat 2011 in Istanbul das „Übereinkommen des Europarates zur Verhütung und Bekämpfung von Gewalt gegen Frauen und häusliche Gewalt“ (Istanbul-Konvention) beschlossen.

Österreich hat die Istanbul-Konvention 2013 unterschrieben, und sich damit verpflichtet, jegliche Gewalt an Frauen und Mädchen, sowie häusliche Gewalt (auch an Männern und Kindern) zu bekämpfen. Die Konvention umfasst alle Formen von Gewalt gegen Frauen, inklusive traditionsbedingte Gewaltformen, wie Zwangsheirat oder die Beschneidung weiblicher Geschlechtsorgane („Female Genital Mutilation“, FGM).

Die Konvention fordert als wichtige Voraussetzung für den Gewaltschutz die Auflösung struktureller Gewaltformen, wie zum Beispiel die Ungleichbehandlung von Frauen und Männern in der Gesellschaft.



Gewaltschutzzentren
<https://www.gewaltschutzzentrum.at/>

SelbstSicher Broschüre Stadt Graz

https://www.graz.at/cms/beitrag/10304942/7753526/Selbst_Sicher.html



Anlaufstellen Österreich

Kinder- und Jugendanwaltschaften Österreich

www.kija.at

Kinderschutzzentren Österreich

Telefon: +43 664/887 36 462 | E-Mail: *info@oe-kinderschutzzentren.at* | *www.oe-kinderschutzzentren.at*

Gewaltschutzzentren Österreich

Telefon: +43 800 700 217 | *www.gewaltschutzzentrum.at*

Frauen- und Mädchenberatungsstellen

Telefon: +43 1/595 37 60 | E-Mail: *netzwerk@netzwerk-frauenberatung.at* | *www.netzwerk-frauenberatung.at*

Männerberatungsstellen

Telefon: +43 800 400 777 | E-Mail: *office@maennerinfo.at* | *www.maennerinfo.at*

Saferinternet

Informationen über die sichere Nutzung des Internets.

Telefon: +43 1 595 21 12-51 | E-Mail: *office@saferinternet.at* | *www.saferinternet.at*

Stop FGM

Österreichische Plattform gegen Genitalverstümmelung. Informationen in verschiedenen Sprachen und spezialisierte Beratungsstellen. Telefon: +43 140 110-3685 | E-Mail: *petra.bayr@parlament.gv.at* | *www.stopfgm.net*

FGM Koordinationsstelle Österreich

Die österreichweite FGM/C Koordinationsstelle bietet Beratung, Informationen und Unterstützung bei allen Fragen zum Thema weibliche Genitalverstümmelung (FGM/C). Telefon: +43 1 267 7 267 | *www.fgm-koordinationsstelle.at*

Behindertenanwaltschaft Österreich

Telefon: +43 800/80 80 16 | E-Mail: office@behindertenanwalt.gv.at | www.behindertenanwalt.gv.at

Volksanwaltschaft

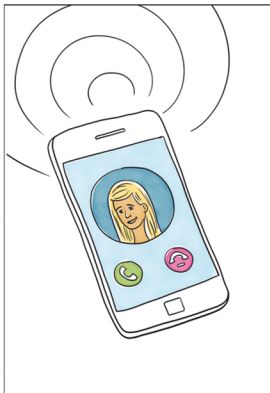
Telefon: +43 800/223 223 | E-Mail: post@volksanwaltschaft.gv.at | www.volksanwaltschaft.gv.at

Behindertenombudsman Österreich

Telefon: +43 650/408 58 12 | E-Mail: ressl@vereinbehindertenombudsman.at | www.vereinbehindertenombudsman.at

Weitere Ombudsstellen und Anwaltschaften finden Sie unter:

https://www.oesterreich.gv.at/themen/leben_in_oesterreich/ombudsstellen_und_anwaltschaften.html



Anlaufstellen Steiermark

Alpha Nova

Begleitung und Unterstützung von Menschen mit Behinderung in jedem Lebensabschnitt und in allen Lebensbereichen.
Jochen-Rindt-Platz 5, 8020 Graz | Telefon: +43 316/722 622 | E-Mail: office@alphanova.at | www.alphanova.at

Amt für Jugend und Familie

Beratungs- und Unterstützungsangebote für Familien, Kinder und Jugendliche. Kaiserfeldgasse 25, 8010 Graz
Telefon: +43 316/872 3131 | E-Mail: jugendundfamilie@stadt.graz.at | www.graz.at

Bereitschaftsdienst des Amtes für Jugend und Familie Graz

Im Notfall rund um die Uhr erreichbar für Anfragen und die Klärung von Not und Krisen Situationen von Kindern und Jugendlichen in Graz. | Telefon werktags: +43 316/872 3043, am Wochenende und in der Nacht: +43 316/872 5858 | E-Mail: bereitschaftsdienst.jugendundfamilie@stadt.graz.at

Bezirkshauptmannschaften in den Regionen

Beratungs- und Unterstützungsangebote für Familien, Kinder und Jugendliche, Gefährdungsabklärung zur Sicherung des Kindeswohls | Sozialarbeit mit Erwachsenen und Menschen mit Behinderungen, Information und Beratung.
www.bezirkshauptmannschaften.steiermark.at

Beratungsstelle Courage

Die Partner:innen-, Familien- und Sexualberatungsstelle für gleichgeschlechtliche- und transgener Lebensweisen.
Plüddemanngasse 39, 8010 Graz | Telefon: +43 699/166 166 62 | E-Mail: graz@courage-beratung.at | www.courage-beratung.at

Beratungsstelle Tara

Beratung und Therapie bei sexueller Gewalt gegen Mädchen und Frauen, Prozessbegleitung, Unterstützung von Bezugs- und Vertrauenspersonen. Haydngasse 7, 8010 Graz | Telefon: +43 316/31 80 77 | E-Mail: office@taraweb.at | www.taraweb.at

Caritas Divan

Frauenspezifische muttersprachliche Beratung und Betreuung für Migrantinnen mit spezialisiertem Angebot für Betroffene von Gewalt im Namen der Ehre und Zwangsheirat. Mariengasse 24, 8020 Graz | Telefon: +43 676/88015 744
E-Mail: divan@caritas-steiermark.at | www.caritas-steiermark.at

FGM Beratungsstellen Steiermark

Sozialberatung, Begleitung, Information, Unterstützung und Beratung zu gesundheitlichen und psychosozialen Aspekten für Frauen und Mädchen die von Gewalt- insbesondere FGM- gefährdet oder betroffen sind. Merangasse 26, Eingang: Leonhardstraße 23, 8010 Graz | Telefon: +43 50 1445/10159 | E-Mail: migration@st.rotekreuz.at
www.rotekreuz.at/womencare

Österreichisches Rotes Kreuz Landesverband Steiermark WomEnCARE Informations- und Beratungsstelle

Merangasse 26 (Eingang: Leonhardstraße 41) 8010 Graz | Telefon: +43 50 1445 10 159
E-Mail: migration@st.rotekreuz.at | www.rotekreuz.at/womencare

Verein IKEMBA

FGM Beratungsstelle, Sozialberatung, Allgemeine ärztliche Beratung/Gesundheitsberatung, Begleitung Sprachvermittlung, Workshops u. Sprachkurse zu Gesundheitsthemen. Burggasse 4, 8010 Graz | Telefon: +43 316 228113
E-Mail: office@ikemba.at | www.ikemba.at

Frauengesundheitszentrum

Information und Beratung für Mädchen und Frauen zu gesundheitlichen Themen, Sexualität, Verhütung, Schwangerschaft, Schwangerschaftsabbruch. Psychotherapie und Bibliothek zu Frauenthemen. Joanneumring 3, 1. Stock, 8010 Graz
Telefon: +43 316/83 79 98 | E-Mail: frauen.gesundheit@fgz.co.at | www.frauengesundheitszentrum.eu

Frauenhäuser Steiermark

Soforthilfe für bedrohte und misshandelte Frauen und deren Kinder, Unterkunft, Rechtsberatung, Prozessbegleitung, Hilfe bei Wohnungs- und Arbeitssuche. Postfach 30, 8006 Graz | Telefon (Krisen und Notfallnummer): +43 800 20 20 17
E-Mail: beratung@frauenhaeuser.at | www.frauenhaeuser.at

Gewaltambulanz

Klinisch-forensische Untersuchungsstelle der medizinischen Universität Graz. Für Opfer von körperlicher und/oder sexueller Gewalt. Kostenlose Rechtsmedizinische Untersuchung und Spurensicherung, Informationen über weiterführende Betreuung für Betroffene. Neue Stiftingtalstraße 6, F, 2. Obergeschoß, 8010 Graz | Dienstag bis Donnerstag 8:00-16:00, Freitag 8:00 bis Montag 16:00, Feiertage durchgehend | Telefon: +43 664/84 38 241
www.gerichtsmedizin.medunigraz.at/gewaltambulanz

Gewaltshutzzentren in der Steiermark

Professionelle Hilfe und Unterstützung für Betroffene von Gewalt | Telefon: +43 316/77 41 99 oder per SMS +43 82 82 709 92 93 33 | E-Mail: office.stmk@gewaltshutzzentrum.at | www.gewaltshutzzentrum-steiermark.at

Gewaltshutzzentrum Graz | Granatengasse 4/2. Stock, 8020 Graz

Gewaltshutzzentrum Bruck an der Mur | Roseggerstraße 24 EG/Innenhof, 8600 Bruck an der Mur

Gewaltshutzzentrum Feldbach | Hauptplatz 30/2.Stock, 8330 Feldbach

Gewaltshutzzentrum Hartberg | Rot Kreuz Platz 1/l. Stock, 8230 Hartberg

Gewaltshutzzentrum Leibnitz | Dechant-Thaller-Straße 37/1. Stock, 8430 Leibnitz

Gewaltshutzzentrum Leoben | Franz-Josef-Straße 25/Paterre, 8700 Leoben

Gewaltshutzzentrum Liezen | Fronleichnamsweg 15/3. Stock, 8940 Liezen

Gewaltshutzzentrum Voitsberg | Conrad von Hötendorfstraße 25b/1. Stock, 8570 Voitsberg

Gleichbehandlungsanwaltschaft Regionalstelle Steiermark

Hilfe und Unterstützung bei Ungleichbehandlung in der Arbeitswelt und in sonstigen Bereichen. Südtiroler Platz 16, 8020 Graz | Telefon: +43 316/720 590 | E-Mail: graz.gaw@bka.gv.at | www.gleichbehandlungsanwaltschaft.gv.at

Hazissa

Fachstelle zur Prävention sexueller Gewalt. Informationen, Beratungen, Weiterbildungen, Workshops zu sexueller Gewalt und Gewaltschutz. Begleitung bei der Erstellung und Qualitätssicherung von Gewaltschutzkonzepten in Institutionen. Karmeliterplatz 2, 8010 Graz | Telefon: +43 316/90 370 160 | E-Mail: office@hazissa.at | www.hazissa.at

Kija - Kinder und Jugendanwaltschaft Steiermark

Information und Beratung, Recht und Rat für Kinder und Jugendliche, Hilfe - rasch und unkompliziert, vertraulich, anonym und kostenlos. Paulustorgasse 4/3, 8010 Graz | Telefon: +43 316/ 877 4921 | E-Mail: info@kija-stmk.gv.at www.kija-stmk.at

Lebensgroß Beratungsstellen

Beratungsangebot für Menschen mit Behinderungen und ihren Bezugspersonen

Familienberatungsstelle Graz und Umgebung

Keplerstraße 55, 8020 Graz | Telefon: +43 676/84 71 55 809 | E-Mail: beratung.graz@lebensgross.at

Regionalbüro Voitsberg

Conrad-von-Hötzendorf-Straße 25b, 8570 Voitsberg | Telefon: +43 3142/28 540
E-Mail: beratung.voitsberg@lebensgross.at

Regionalbüro Deutschlandsberg

Bahnhofstraße 6/4, 8530 Deutschlandsberg | Telefon: +43 3462/39 950
E-Mail: beratung.deutschlandsberg@lebensgross.at | www.lebensgross.at/beratung-und-therapie/beratungsangebote/

Logo Jugend Info

Jugendinformation zu Arbeit, Bildung, Freizeit, Rat und Hilfe, (Mobile) Jugendarbeit. Karmeliterplatz 2, 8010 Graz
Telefon: +43 316/9037090 | E-Mail: info@logo.at | www.logo.at

Mafalda

Verein zur Förderung und Unterstützung von Mädchen und jungen Frauen in den Bereichen Beratung und Begleitung, Arbeit und Beruf, Bildung und Lernen. Arche Noah 11, 8020 Graz | Telefon: +43 316/33 73 00

E-Mail: office@mafalda.at www.mafalda.at

JA.M Mädchenzentrum, Jugendtreff für Mädchen und junge Frauen

Dienstag – Freitag 12:30 – 18:30 Uhr. Telefon: +43 316/33 73 00 -15

Rettet das Kind

Beratung für betroffene Kinder und Jugendliche und deren Bezugspersonen, psychologische und juristische Prozessbegleitung. Merangasse 12, 8010 Graz | Telefon: +43 316/83 16 90 | E-Mail: office@rdk-stmk.at | www.rettet-das-kind-stmk.at

RosaLila PantherInnen

Anlaufstelle homo-, bi- und transsexuelle Menschen, Einsatz für die Gleichstellung und Antidiskriminierung aller L(i)ebensformen auf individueller, politischer und gesellschaftlicher Ebene. Annenstraße 26, 8020 Graz

Telefon: +43 316/36 66 01 | E-Mail: info@homo.at | www.homo.at

Schlupfhaus

Jugendnotschlafstelle für Jugendliche zwischen 14 und 21 Jahren, täglich 18:00-09:00 h, kostenlos und unverbindlich. Information, Krisenintervention, Gesprächsangebote, Kontakte zu Eltern, Kinder- und Jugendhilfe. Mühlgangweg 1, 8010 Graz | Telefon: +43 316/482 959 | E-Mail: schlupfhaus@caritas-steiermark.at | www.caritas-steiermark.at

Tartaruga

Schutz und Hilfe für Jugendliche, persönliche Beratung in akuten Krisensituationen, telefonische Beratung im Bedarfsfall, Schutz und Aufnahme mit begleitender Betreuung. Ungergasse 23, 8020 Graz | Telefon: +43 50/7900 3200

E-Mail: tartaruga@jaw.or.at | www.jaw.or.at

Verein für Männer- und Geschlechterthemen Steiermark

Unterstützung in den Bereichen Beziehung, Trennung, Sexualität, Gewalt, Dietrichsteinplatz 15/8. Stock, 8010 Graz
Telefon: +43 316/83 14 14 | E-Mail: info@vmg-stmk.at | www.vmg-steiermark.at

Verein Zebra

Interkulturelles Beratungs- und Therapiezentrum. Granatengasse 4/3. Stock, 8020 Graz | Telefon: +43 316/83 56 30
E-Mail: office@zebra.or.at | www.zebra.or.at

Weißer Ring

Kostenlose Anlaufstelle für Opfer von Straftaten. Hans Sachs Gasse 10/3/22, 8010 Graz | Telefon: +43 50 50 16 09 |
E-Mail: stmk@weisser-ring.at | www.weisser-ring.at

Notrufnummern und Onlineberatung

Rat auf Draht für Kinder und Jugendliche |

Telefon: 147 | gratis aus ganz Österreich, 24 Stunden | E-Mail: 147@rataufdraht.at | www.rataufdraht.at

Ö3-Kummernummer | Telefon: 116 123 aus ganz Europa täglich von 16 – 24 h

Helpchat | www.haltdergewalt.at

Frauenhelpline gegen Gewalt

Telefon: +43 800 222 555 | E-Mail: frauenhelpline@aoef.at | www.frauenhelpline.at

Polizeinotruf | Telefon: 133

Notruf für Gehörlöse | Telefon: +43 800 133 133 per SMS

Kindernotruf | Telefon: +43 800 567 567 | www.gewalt-ist-nie-ok.at

Europäischer Notruf | Telefon: 112

Europäischer Notruf für hilfesuchende Kinder | Telefon: 116 111

24-Stunden Männernotruf

Telefon: +43 800 246 247 | E-Mail: hilfe@maennernotruf.at | www.maennernotruf.at

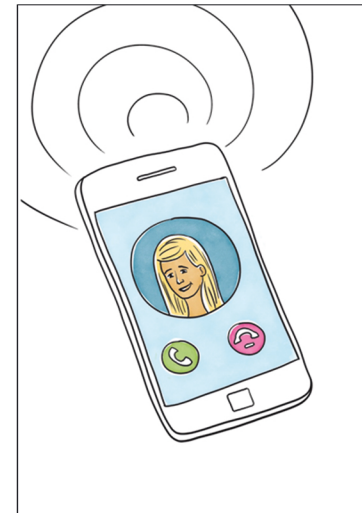
Opferotruf | Telefon: +43 800 112 112 | www.opfer-notruf.at

Reden wir! Steirisches Hilfetelefon bei Beziehungsproblemen und Beziehungsgewalt

Telefon: +43 800 20 44 22 | www.steirisches-hilfetelefon.at

PsyNot: psychiatrische Krisentelefon der Steiermark

Telefon: +43 800 44 99 33 | www.psynot-stmk.at



Verein Hazissa, Karmeliterplatz 2/2, 8010 Graz.

Telefon: +43 316 90 370 160 | E-Mail: office@hazissa.at | www.hazissa.at | ZVR: 035916044

Für den Inhalt verantwortlich: **Mag.^a Dr.ⁱⁿ Yvonne Seidler**

Erstauflage 2021, überarbeitete 3. Auflage 2025

Hazissa ist eine Fachstelle für die Prävention von sexueller Gewalt und bietet

- Broschüren und Informationsmaterialien,
- Informationsveranstaltungen und Elternbildung,
- Weiterbildungen, Vorträge und Workshops,
- Teamberatungen und Supervisionen,
- Begleitung bei der Erstellung und Qualitätssicherung von Schutzkonzepten in Institutionen.



Mit Ihrer Spende leisten Sie einen Beitrag zur Prävention und zum Opferschutz!

Verein Hazissa

Steiermärkische Sparkasse | BLZ: 20815

BIC: STSPAT2G | IBAN: AT32 2081 5000 0104 6093

Hazissa ist spendenbegünstigt, Registriernummer SO 2350







