

*Informationen für Mädchen*



**Mit  
mir  
nicht!**

Gewalt im Internet - sexuelle Belästigung - sexueller Missbrauch

Liebe Anna, Elif, Elena ...  
oder wie immer du heißen magst!

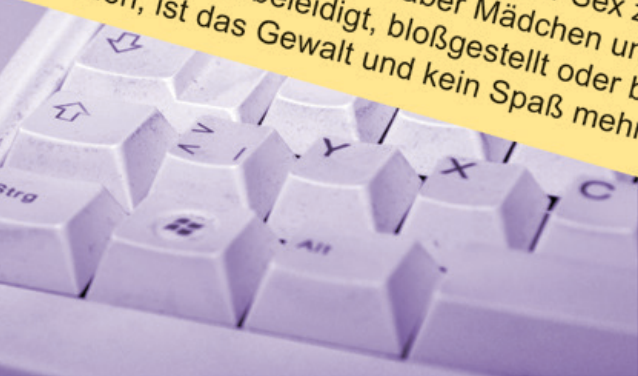
Dieses kleine Heft will dich über **Gefahren sexueller Gewalt**  
im Internet, über **sexuelle Belästigung**  
und über **sexuellen Missbrauch**  
informieren.

Du  
findest hier  
auch Adressen von  
Beratungsstellen, bei denen du  
Hilfe bekommen kannst und Links  
zu Internetseiten, die dir weitere  
Informationen bieten.



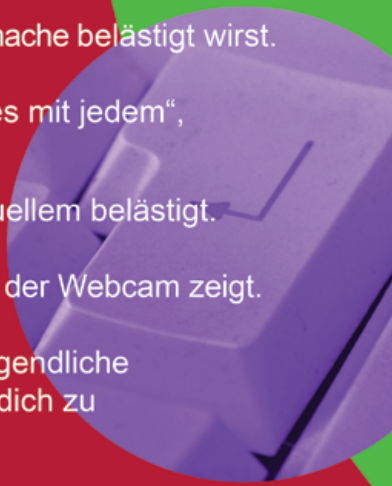
Die große, weite Welt auf deinem Computer  
oder Smartphone

**F**acebook und andere soziale Netzwerke, Chats  
und Foren sind spannend und eröffnen dir neue  
Möglichkeiten der Kontaktaufnahme. Es ist  
aufregend, sich im Internet über Gefühle, Wünsche,  
Phantasien auszutauschen und über Sex zu reden und  
natürlich zu flirten. Wenn aber Mädchen und junge  
Frauen gezielt beleidigt, bloßgestellt oder belästigt  
werden, ist das Gewalt und kein Spaß mehr.



# Es ist nicht O. K. ...

- intime und gewalthaltige Aufnahmen zu verbreiten.
- pornografische Bilder oder Videos an Jugendliche zu versenden.
- wenn du im Netz mit sexueller Anmache belästigt wirst.
- Lügengeschichten, wie: „Du treibst es mit jedem“, zu verbreiten.
- wenn dich jemand am Handy mit Sexuellem belästigt.
- wenn dir jemand sexuelle Handlungen an der Webcam zeigt.
- wenn sich jemand in Foren beteiligt, um Jugendliche auszuspionieren, zu bedrohen oder weil sie dich zu einem Treffen locken wollen.



Viele Mädchen stellen in **Facebook und Co.** freizügige **Fotos und Filme** von sich selbst ins Netz. Wie viel willst du von dir im Internet zeigen, um Anerkennung, z. B. bei Facebook durch das Klicken von „Like“-Buttons, zu bekommen? Auch wenn du private Fotos oder Filme an andere versendest, können sie leicht weiterverbreitet werden.

Gerade gegenüber Online-Freunden solltest du immer **misstrauisch** sein, denn es gibt im Internet viele **Erwachsene**, die sich als Jugendliche ausgeben und **nichts Gutes** im Sinn haben.



## Bei einem Treffen mit Online-Freunden kann es passieren, dass ...

- ... sich die Online-Freunde bei einem Date unangenehm und übergriffig verhalten,
- ... sie dich zu deiner Sexualität ausfragen,
- ... sie dich angrabschen oder auf eine Weise streicheln, die dir unangenehm ist,
- ... sie dich zu sexuellen Handlungen zwingen.

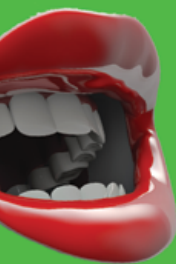
**Deswegen:**

- Triff dich mit Online-Freunden am Anfang nur zusammen mit deinen Freundinnen oder Freunden.
- Triff dich nur an Orten, wo andere Menschen sind, z. B. in einem Café.
- Sag vorher deinen Eltern, einer Vertrauensperson oder Freundinnen Bescheid, was du vorhast.

## **Sprich** darüber und hol dir **Hilfe**, wenn ...

- ... du eklige Bilder oder Videos bekommst,
- ... dir online sexuelle Fragen gestellt werden und es dir unangenehm ist,
- ... Gerüchte über dich, wie z. B.: „Was für eine Schlampe“, verbreitet werden,
- ... ohne deine Zustimmung private Fotos von dir weiterverbreitet werden.

**Lass es dir nicht gefallen,** wende dich an einen Erwachsenen, dem du vertraust oder an eine Beratungsstelle.



# Sexuelle Belästigung

Wenn deine **persönlichen Grenzen** durch **Anstarren, sexuelle Äußerungen und Gesten** von anderen Jugendlichen **überschritten** werden und du dich unwohl fühlst, dann vertraue deinem Gefühl.

**Es ist kein Spiel,**

- wenn dich jemand am Busen oder Po anfasst, obwohl du das nicht willst,
- wenn ein Junge zu dir "Hure" oder "Fotze" sagt,
- wenn du in der Schule auf dem Mädchenklo beobachtet oder fotografiert wirst,
- wenn dir jemand Nacktbilder aufs Handy sendet.

**Das ist sexuelle Belästigung**

Du hast ein **Recht** auf **Hilfe**.

**Behalte es nicht für dich!**



**Sprich** mit Freundinnen, deinen Eltern, Lehrerinnen oder anderen Erwachsenen, denen du **vertraust**.



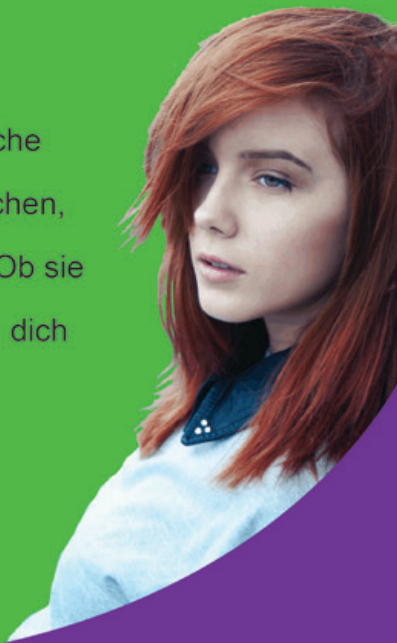
# Sexueller Missbrauch

bedeutet, dass Erwachsene oder ältere Jugendliche **sexuelle Handlungen** mit dir machen, **obwohl du das nicht willst**. Ob sie dabei dein **Vertrauen ausnutzen**, dich



unter **Druck** setzen und

ob du dazu **gezwungen** wirst **oder nicht, ist egal**.



**Du hast keine Schuld!**

**Wenn ein Erwachsener,**

wie **Vater, Tante, Onkel, Lehrer, Mutter, Trainer** oder ein **anderer** ...

- ... dich an der Brust, am Po oder an der Scheide anfasst,
- ... vor dir onaniert,
- ... dich überreden will, ihn am Penis anzufassen,
- ... dir Pornos zeigt,
- ... dich zum Sex zwingen will,

**dann ist das sexueller Missbrauch!**



# Du hast ein **Recht auf Hilfe.**

Auch wenn du **Angst** hast, dich **schämst** oder wenn du **bedroht** wirst, darfst du darüber reden und dir **Hilfe** holen.



## **Sprich mit jemandem**

dem du vertraust,  
ruf uns an oder  
schicke uns eine E-Mail.

**Wir** werden mit niemandem  
über unser Gespräch reden,  
wenn du das nicht willst.

Du kannst auch  
**anonym** bleiben und  
deinen Namen  
nicht nennen.

Mehr Informationen  
bekommst du im Internet

## **Sexuelle Gewalt:**

wildwasser.de zartbitter.de  
jugendschutz.net  
frauen-helfen-frauen.de echt-krass.info  
ko-tropfen-nein-danke.de kibbs.de

## **Online- und Telefonberatung:**

nummergegenkummer.de

## **Umgang mit Handy und Computer:**

handysektor.de  
bke.de  
save-me-online.de  
klicksave.de

## **Fragen zur Sexualität:**

loveline.de profamilia.de  
sextra.de

# Hilfe holen! Aber wie?

Informationen, Hilfe und Beratung kannst du hier erfragen:

## **Wildwasser Kreis Groß-Gerau Beratungsstelle gegen sexuellen Missbrauch**

Darmstädter Str. 101  
65428 Rüsselsheim  
06142 965760  
info@wildwasser.de  
www.wildwasser.de  
www.wildwasser-kreis-gg.de

## **Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche des Kreises Groß-Gerau**

Darmstädter Str. 88  
64521 Groß-Gerau  
06152 7898  
erziehungsberatung@kreisgg.de  
www.kreisgg.de

## **pro familia Sexualpädagogische Beratung für Jugendliche, Eltern und Fachkräfte**

Lahnstr. 30  
65428 Rüsselsheim  
06142 12142  
ruesselsheim@profamilia.de  
www.profamilia.de

## **Südkreisberatungsstelle Jugend- und Familienberatung**

Bahnhofstr. 11  
64560 Riedstadt  
06158 915766  
erziehungsberatung@kreisgg.de  
www.kreisgg.de

## **CaritasZentrum Rüsselsheim**

Virchowstr. 23  
65428 Rüsselsheim  
06142 409670  
caritaszentrum-dicker-busch@  
cv-offenbach.de  
www.caritas-offenbach.de

## **Deutscher Kinderschutzbund**

Gernsheimer Str. 20  
64521 Groß-Gerau  
06152 82424  
beratungsstelle@ksb-gg.de  
www.kinderschutzbund-gross-  
gerau.de

# Impressum

## Herausgeber

Der Kreisausschuss des Kreises Groß-Gerau

## Bezug

Kreis Groß-Gerau

Fachbereich Jugend und Familie

Kreisjugendförderung/Jugendbildungswerk

Wilhelm-Seipp-Straße 4

64521 Groß-Gerau

06152 989-449

Fax: 06152 989-150

[jbw@kreisgg.de](mailto:jbw@kreisgg.de)

[www.kreisgg.de](http://www.kreisgg.de)



Bildnachweis: © fotolia:

Mathias Rosenthal, Jochen

Schönfeld, gandeduc, Andrey Kiselev,

ales hin, Kmiragaya, Mitarart, Wrangler

**Der Kreis**

Groß-Gerau

## Redaktion

AG gegen häusliche Gewalt und  
sexuelle Gewalt in der Familie und  
im sozialen Nahraum im  
Kreis Groß-Gerau

[www.kreisgg.de](http://www.kreisgg.de)