Kinder dürfen nein sagen!

Kinder vor Gewalt schützen:
Infos in leichter Sprache
für Kinder, Eltern, Erzieherinnen und Lehrerinnen

caritas

Info zum Text:

Wir schreiben immer nur die weibliche Form von Wörtern.
Also zum Beispiel Erzieherin und Lehrerin.
So ist es einfacher zu lesen.
Wir meinen aber mit allen Wörtern
immer Männer und Frauen!

In diesem Heft steht:

Was sind Rechte? .....Seite 4
Was ist Gewalt? .....Seite 6
Welche Rechte habe ich als Kind? .....Seite 12

Worum geht es in diesem Heft?

Gewalt bedeutet:
Jemand macht etwas mit mir, was ich nicht will.
Ich fühle mich schlecht dabei.

Zum Beispiel:

- Jemand schlägt mich oder tut mir weh.
- Oder jemand bedroht mich.
- Oder jemand fasst mich an, obwohl ich es nicht will.

Es gibt viele Arten von Gewalt.

Gewalt ist aber verboten.
Das steht auch im Gesetz.
Vor allem Kinder müssen vor Gewalt geschützt werden.
Kinder haben besondere Rechte.

Was sind Rechte?

Jedes Kind hat Rechte.
Die Rechte stehen in Gesetz-Büchern.
Es gibt Rechte, die sagen:
Was darf ich als Kind schon tun?

Zum Beispiel:

- Jedes Kind hat das Recht darauf, in den Kindergarten und in die Schule zu gehen.
- Jedes Kind hat das Recht darauf, zu spielen.

- Jedes Kind hat das Recht darauf, etwas zu lernen.
- Jedes Kind hat das Recht darauf, seine Meinung zu sagen.

Es gibt auch Rechte, die sagen:
Was müssen andere Menschen für die Kinder tun?

Zum Beispiel:

- Erwachsene müssen dafür sorgen, dass Kinder im Winter nicht frieren.
- Erwachsene müssen dafür sorgen, dass Kinder nicht hungrig sind.

Es gibt auch Rechte, die sagen:
Was dürfen andere
Menschen nicht tun?

Zum Beispiel:

- Andere Menschen dürfen Kinder nicht schlagen.

Es gibt auch ein Recht, das sagt:
Jedes Kind hat das Recht auf ein **Leben ohne Gewalt**.

Was ist Gewalt?

Gewalt bedeutet:

- Jemand macht etwas mit mir, was ich nicht möchte.
- Jemand zwingt mich zu etwas.
- Jemand tut mir weh.

Man sagt: Jemand tut mir Gewalt an.

Gewalt kann auf unterschiedliche Weise passieren.
Es gibt verschiedene Arten von Gewalt.
Aber es ist egal, welche Gewalt es ist:
Gewalt ist immer verboten!
Niemand darf mir weh tun!

Es gibt körperliche Gewalt,
seelische Gewalt
und sexuelle Gewalt.

Körperliche Gewalt

Das ist Gewalt:

- Wenn mir jemand weh tut.
- Wenn mir jemand schadet oder mich verletzt.
- Wenn jemand grob zu mir ist.

Zum Beispiel:

- Jemand schlägt mich.
- Jemand kneift oder beißt mich.
- Jemand zieht mich an den Haaren.

Das alles ist Gewalt.
Es ist aber auch Gewalt,
wenn ich jemandem
weh tue.

Seelische Gewalt

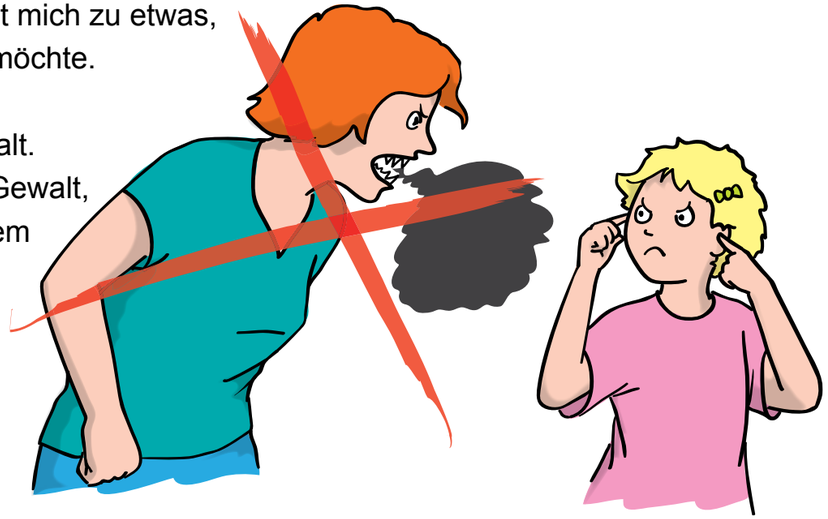
Das ist Gewalt:

- Wenn mir jemand Angst macht.
- Wenn mich jemand bedroht.
- Wenn jemand gemeine Sachen sagt.

Zum Beispiel:

- Jemand schreit mich an.
- Jemand beleidigt mich.
- Jemand droht mir eine Strafe an, wenn ich etwas nicht mache.
- Jemand kümmert sich absichtlich nicht um mich.
- Jemand zwingt mich zu etwas, was ich nicht möchte.

Das alles ist Gewalt.
Es ist aber auch Gewalt, wenn ich jemandem Angst mache.



Sexuelle Gewalt

Das ist eine besondere Art von Gewalt.
Es geht dabei vor allem um meinen Körper.

Zum Beispiel:

- Jemand sagt eklige Sachen zu mir.
- Jemand macht Fotos, wenn ich nackt bin.
- Jemand zwingt mich, ihn anzufassen oder ihn zu küssen.
- Jemand fasst mich an, zum Beispiel am Po, an der Scheide oder am Penis.

Ich mag das eigentlich gar nicht.

Vielleicht sagt dieser Jemand dann zu mir:
Das darfst du niemandem erzählen.
Das ist jetzt unser Geheimnis.
Aber: Das ist kein gutes Geheimnis!

So ein Geheimnis darf ich weitersagen.
Denn das alles ist Gewalt.
Und Gewalt ist verboten!
Ich darf mit einem Erwachsenen darüber reden.
Am besten mit jemandem, den ich gerne mag.

Zum Beispiel:

- mit meiner Mutter oder mit meinem Vater,
- mit meinem Opa, meiner Oma, meiner Tante,
- mit meiner Erzieherin oder mit meiner Lehrerin.

Für jede Art von Gewalt gilt:
Gewalt ist verboten.
Niemand darf mir weh tun.
Ich habe das Recht auf ein Leben ohne Gewalt.

Deshalb darf ich darüber reden,

- wenn mir jemand Gewalt antut,
- wenn jemand meinem Körper oder meiner Seele weh tut,
- wenn jemand etwas mit mir macht, was ich nicht will,
- wenn jemand etwas macht, das mir komisch vorkommt.

Ich darf einem Erwachsenen davon erzählen.
Ich muss mich nicht dafür schämen.
Ich habe das Recht darauf, dass mir jemand hilft.
Gewalt darf kein Geheimnis sein.
Jedes Kind hat das Recht auf ein Leben ohne Gewalt.

Ich darf auch weitersagen, wenn ich Gewalt sehe.
Also wenn jemand einem anderen Kind Gewalt antut.

Das andere Kind soll auch Hilfe bekommen.

Welche Rechte habe ich?

Ich habe ein Recht darauf,
gut behandelt zu werden.
Ich bin willkommen, dort wo ich bin. Ich bin wichtig.
Alle müssen mich ernst nehmen.
Alle sollen freundlich zu mir sein.

Ich habe ein Recht darauf,
genau so behandelt zu
werden wie alle anderen.
Jedes Kind ist anders.
Aber jedes Kind ist gut so,
wie es ist.
Ich bin gut so, wie ich bin.
Niemand darf mich auslachen.
Niemand darf
mich beschimpfen.
Niemand darf mich
schlecht behandeln.

Ich habe ein Recht darauf,
selbst zu entscheiden.
Meine Meinung ist wichtig.
Ich darf auch Nein sagen.
Manchmal kann es aber auch so sein:
Ich möchte etwas, aber das geht nicht.
Dann sollen mir die Erwachsenen erklären, warum es nicht geht.

Ich habe ein Recht darauf,
mit zu bestimmen.
Bei vielen Dingen darf ich
mitbestimmen.
Im Kindergarten und auch zu Hause.
Ich darf eine eigene Meinung haben.
Ich möchte vieles alleine schaffen.
Die Erwachsenen müssen mich
dabei unterstützen.

Ich habe ein Recht auf Sicherheit.
Ich soll ein sicheres Leben haben.
Niemand darf etwas machen, was gefährlich für mich ist.
Niemand darf etwas machen, was mir schadet.
Niemand darf einfach alles über mich weiter erzählen.

Ich habe ein Recht auf Schutz.
Es soll mir gut gehen.
Niemand darf mich ausnutzen.
Niemand darf mir weh tun.
Niemand darf mir Gewalt antun.
Niemand darf mir Angst machen.
Auch Erwachsene, die ich gerne mag,
dürfen mir keine Gewalt antun.
Auch meine Eltern dürfen mir
keine Gewalt antun.
Auch meine Erzieherinnen und Lehrerinnen
dürfen mir keine Gewalt antun.

Ich habe ein Recht darauf,
selbst über meinen Körper zu bestimmen.

Ich entscheide selbst,
mit wem ich kuscheln möchte.
Niemand darf mich küssen,
wenn ich das nicht will.
Niemand darf mich anfassen,
wenn ich das nicht möchte.
Niemand darf Fotos oder Filme machen,
wenn ich das nicht will.

Mein Körper gehört mir. Ich darf mich wehren. Ich darf Nein sagen.
Ich darf einem Erwachsenen Bescheid sagen,
wenn mich doch jemand zu etwas zwingen will.

Ich habe ein Recht darauf,
mich zu beschweren.
Wenn sich jemand nicht an meine Rechte hält,
dann darf ich mich beschweren.

Zum Beispiel:
- bei meiner Mutter oder meinem Vater,
- bei den Erzieherinnen und Lehrerinnen,
- bei einer Person, der ich vertraue.

Man muss mir zuhören.
Man muss mir helfen.

Meine Rechte sind wichtig.
Die Rechte von Kindern müssen eingehalten werden.
Auch meine Rechte müssen eingehalten werden.
Darauf müssen meine Eltern und alle Erwachsenen achten.
Sie müssen mich und andere Kinder vor Gewalt schützen.
Damit es allen Kindern gut geht.

Wer hat dieses Heft gemacht?

Herausgeber:
Deutscher Caritasverband e.V. (DCV)
Caritas Behindertenhilfe und Psychiatrie e.V. (CBP)
KTK-Bundesverband e.V.
Karlstraße 40, 79104 Freiburg

Deutscher Caritasverband e.V.:
Tel. 0761 / 200 452
E-Mail: kjfg@caritas.de
www.caritas.de

Bundesverband Caritas Behindertenhilfe und Psychiatrie e.V.:
Tel. 0761 / 200 301
E-Mail: cbp@caritas.de
www.cbp.caritas.de

Verband katholischer Tageseinrichtungen für Kinder (KTK) - Bundesverband e.V.:
Tel. 0761 / 200 238
E-Mail: ktk-bundesverband@caritas.de
www.ktk-bundesverband.de

Der Text ist im Oktober 2015 auf der Grundlage von
„Niemand darf mir weh tun“ (Oktober 2013) entstanden.
In Zusammenarbeit mit dem Büro für Leichte Sprache im Dominikus-Ringeisen-Werk.
In Zusammenarbeit mit dem Caritasverband Freiburg-Stadt. e.V.

Gestaltung und Illustration: Dorothee Wolters, Köln • Druck: Hofmann Druck, Emmendingen