

**Liebe Eltern,**

Sexualität ist für Kinder ein spannendes Thema. Für eine gesunde sexuelle Entwicklung ist es wichtig, mit den Kindern darüber zu sprechen. Zugleich handelt es sich aber auch um ein persönliches und intimes Thema, so dass es Eltern nicht immer leicht fällt, im Gespräch die richtigen Worte zu finden. In diesen Momenten können Bücher oder Broschüren helfen sich darauf vorzubereiten, Gesprächsanlässe zu schaffen und Gespräche zu begleiten, um eine erste Begegnung der Kinder mit diesem Themenfeld zu ermöglichen. Ebenso können (Bilder-)Bücher für Kinder eine gewinnbringende Informationsquelle rund um das Thema sein.

Das Thema Sexualität, und damit auch der Schutz vor sexuellen Missbrauch sollte nicht ausgespart werden, sondern am besten auf möglichst natürliche Art und Weise wie auch andere Themen behandelt werden.

Diese Liste umfasst eine Reihe empfehlenswerter Bücher und Broschüren rund um die Themen Aufklärung und Sexualität sowie Prävention von sexuellem Missbrauch, mit denen unter anderem auch die Beratungsstelle Wendepunkt arbeitet.

**Tipp:** Achten Sie bei der Auswahl von Kinderbüchern auf Zeichnungen und Abbildungen (Knüpfen diese an die Sehgewohnheiten der Kinder an?), Sprache (Drückt die verwendete Sprache eine Nähe zum Kind aus? Sagen Ihnen die gewählten Formulierungen für Geschlechtsverkehr und die Bezeichnung für die Geschlechterteile zu?) und Darstellung anderer Lebensformen (Greifen sie die Lebensrealität der Kinder auf?).

Unter Angabe der entsprechenden ISBN-Nummer können sie die Bücher in den meisten Fällen bei Amazon oder ihrer Lieblingsbuchhandlung finden.

**Sexualität, Sexualpädagogik und Aufklärung**

<p><b>Mein erstes Aufklärungsbuch: Aufklärung ab 5 Jahren -</b> Holde Kreul</p>	<p>Loewe Verlag ISBN-10: <b>3785574789</b></p>
<p>Kinder haben viele Fragen, zu ihrem Körper ebenso wie zu ihren Gefühlen. Darauf ehrlich und altersgemäß zu antworten, ist für Erwachsene nicht immer leicht. Dieser Sammelband hilft dabei. Einfühlsame Geschichten nähern sich den Themen Liebe, Sexualität, Selbstvertrauen und Umgang mit anderen behutsam an und ermuntert, über eigene Gefühle und Erlebnisse zu reden und nachzudenken. Das macht Kinder sicherer. Und selbstbewusste Kinder finden sich in ihrer sozialen Umgebung besser zurecht (ab 5 Jahren).</p>	
<p><b>Vom Liebhaben und Kinderkriegen: Mein erstes Aufklärungsbuch –</b> Sanderijn van der Doef, Marian Latour</p>	<p>Annette Betz Verlag ISBN-10: <b>3764130032</b></p>
<p>Kinder brauchen Liebe. Kinder brauchen Zärtlichkeit. Und Kinder brauchen Antworten auf ihre Fragen. Besonders wenn es um sie selbst geht: Um ihre Gefühle. Um ihren Körper. Oder darum, wie sie auf die Welt gekommen sind. „Vom Liebhaben und Kinderkriegen“ gibt altersgemäße Antworten auf erste Fragen zur Sexualität (ab 4 Jahren).</p>	
<p><b>Ein Dino zeigt Gefühle (1): Bilderbuch mit pädagogischem Begleitmaterial –</b> Heike Löffel, Christa Manske</p>	<p>mebes &amp; noack ISBN-10: <b>3927796425</b></p>

<p>Klare Zeichnungen vermitteln ein Grundspektrum von Emotionen – mit Tiefs und Hochs und Zwischentönen. Die Reise wird schließlich abgerundet mit einem zufriedenen lächelnden Dino. Mit pädagogischem Ratgeber, der viele verschiedene Übungen, Spiel- und Arbeitsvorschläge sowie Kopier- und Bastelvorlagen beinhaltet (ab 4 Jahren).</p>	
<p><b>Wir können was, was ihr nicht könnt: Ein Bilderbuch über Zärtlichkeit und Doktorspiele</b> – Ursula Enders, Dorothee Wolters</p>	<p>mebes &amp; Noack ISBN-10: <b>3927796875</b></p>
<p>Heute ist ein wunderschöner Tag. Luzie, Pepe, Jasmin, Felix und Romy spielen im Garten. Sie veranstalten eine Wasserschlacht, bekommen Puppenbabys, sehen genau nach, ob es Mädchen oder Jungen sind. Die Kinder genießen es, sich gegenseitig zu untersuchen. Wenn da bloß nicht Kai wäre, der für Doktorspiele schon viel zu groß ist und stört. Doch letztendlich werden die Kinder auch damit fertig werden und ihre Probleme lösen. Bilderbuch über Zärtlichkeit und Doktorspiele mit didaktischem Begleitmaterial. Das Zartbitter-Bilderbuch „Wir können was, was ihr nicht könnt!“ begleitet Mädchen und Jungen bei der Entdeckung ihrer Sexualität, fördert in die eigene Wahrnehmung und stärkt ihre Fähigkeiten, sich gegen sexuelle Übergriffe zu wehren. Müttern und Vätern erleichtert es das kindgerechte Gespräch über Doktorspiele (ab 3 Jahren).</p>	
<p><b>Vom Großwerden und Starksein. 36 Bilderbuchgeschichten, die Kinder stark machen</b> – Jana Frey, Betina Gotzen-Beek</p>	<p>Loewe Verlag ISBN-10: <b>3785554354</b></p>
<p>„Achtung! Kussalarm!“, flüstert Anna ihrer Schwester Lotta zu. Schon rauschen die Tanten, Onkels, Omas und Opas zum Familienfest ein. Die Mädchen haben den Besuch zwar gern, aber die vielen fremden Küsse mögen sie ganz und gar nicht. Zum Glück wissen beide, wie sie das am besten zeigen können. In solchen und vielen anderen Situationen müssen sich die Kinder in diesem Buch behaupten. Immer wieder brauchen sie Mut und Selbstvertrauen, um sich ihre Angst und ihr Unbehagen einzugestehen, um sich zu streiten und wieder zu versöhnen, um Nein zu sagen und Grenzen zu setzen. - Die Kinder in diesem Buch geben Beispiel – ihre Geschichten können die kleinen Betrachter und Zuhörer stark machen für die eigenen, manchmal auch nicht so einfachen Alltagssituationen (3-6 Jahre).</p>	
<p><b>Peter, Ida und Minimum</b> – G. Fagerström/ G. Hansson</p>	<p>Meier Verlag ISBN-10: <b>3473355674</b></p>
<p>Eltern bekommen mit diesem reich illustrierten Buch eine Hilfe, ihr Kind behutsam und offen aufzuklären. Es erklärt den Kindern verständlich, aber dennoch sachlich, wie eine Schwangerschaft abläuft, was sich vor, während und nach der Geburt abspielt (4-8 Jahre).</p>	
<p><b>Wieso? Weshalb? Warum? 13 - Woher die kleinen Kinder kommen</b> – Doris Rübel</p>	<p>Ravensburger Buchverlag ISBN-10: <b>3473332658</b></p>
<p>Ein Buch über die Themen Schwangerschaft und Geburt, welches durch zahlreiche Texte, Bilder und kleine aufklappbare Türchen die „Geheimnisse“ vom Kinderkriegen aufdeckt.</p>	

Kindgerecht erklärt für Kinder ab dem Kindergartenalter (4-6 Jahre).

### „Nein“-Sagen; Gute und schlechte Gefühle; Starkmachen

<p><b>Kein Küsschen auf Kommando/ Kein Anfassen auf Kommando: Bilderbuch-Doppelband</b> – Marion Mebes, Lydia Sandrock</p>	<p>mebes &amp; noack ISBN-10: <b>3927796921</b></p>
<p>Dieses kleine Buch sensibilisiert für die eigenen Grenzen und die der Anderen. Mit Bildern und kleinen Texten werden die vielfältigen Möglichkeiten, Küsse zu geben, angesprochen. Dabei wird klar, dass es nicht nur immer schön ist, zu küssen oder geküsst zu werden (ab 5 Jahren).</p>	
<p><b>Lass das – Nimm die Finger weg!</b> – Ursula Enders, Ulfert Boehme, Dorothee Wolters</p>	<p>Anrich Verlag ISBN-10: <b>3891063350</b></p>
<p>Ein Comic für Mädchen und Jungen im Grundschulalter. Die multikulturelle Kindergruppe dieses Materials hat zusammen viel Spaß und überlegt gemeinsam, wie Mädchen und Jungen sich wehren können, wenn Erwachsene, Jugendliche oder andere Kinder ihre Gefühle verletzen und ihnen Angst machen – z.B. sexuelle Belästigung am Telefon, im Sport, in der Badeanstalt, Übergriffe und Drohungen durch andere Kinder auf dem Schulhof (ab 5 Jahren).</p>	
<p><b>Zittern, Bibbern, Schüchtern sein, Angst kennt jeder, Groß und Klein</b> – Emma Brownjohn, Katharina Ebinger</p>	<p>Gabriel Verlag ISBN-10: <b>3522301080</b></p>
<p>Angst haben ist ganz normal ... Klappen, drehen und schieben: Wenn die Spinne durch das Bild saust oder die Schlange über die Seite, verliert die Angst vor Tieren etwas von ihrem Schrecken. So ähnlich ist es auch mit den Gespenstern in der dunklen Nacht oder der Angst davor, etwas Neues auszuprobieren. Nur wer die eigenen Ängste kennt, kann auch lernen mit ihnen umzugehen. Deshalb bietet dieses Buch neben den allerersten Sachinformationen über die unterschiedlichsten Ängste auch Hilfestellungen schon für ganz kleine Kinder. Und die Kärtchen gegen die Angst am Schluss des Buches sind zum Herausnehmen. So kann man sich immer an die Tipps erinnern. Ein interaktives Bilderbuch mit vielen Spieleffekten (ab 4 Jahren).</p>	
<p><b>Familie Schmidt im Riesenland</b> – Gisela Braun, Dorothee Wolters</p>	<p>Beltz und Gelberg ISBN-10: <b>389106988X</b></p>
<p>Während einer Kreuzfahrt auf einem großen Schiff werden Herr und Frau Schmidt über Bord gespült und landen auf einer Riesen-Insel. Als Kleine unter Großen machen sie einige unangenehme Erfahrungen. Wieder zu Hause, berichten sie empört über ihre Erlebnisse. Es ist nicht erstaunlich, dass ihre Kinder genau verstehen, was ihren Eltern missfallen hat, schließlich erfahren sie das Leben als Kleine unter Großen jeden Tag! (ab 4 Jahren)</p>	
<p><b>Melanie und Tante Knuddel</b> – Gisela Braun/ Dorothee Wolters</p>	<p>mebes &amp; Noack ISBN-10: <b>3927796700</b></p>
<p>Melanie hat eine Tante, die alle Leute knuddeln will. Eigentlich ist sie gar nicht so übel, bringt</p>	

<p>immer Schokolade mit und so – aber auf Knuddeln mit ihr hat Melanie einfach keine Lust. Nee. Aber nun ist Schluss – aus die Maus. Melanie musste allerdings ziemlich deutlich werden. Aber - es hat geklappt (4-6 Jahre).</p>	
<p><b>Lilole Eigensinn</b> – Ursula Enders, Dorothee Wolters</p>	<p>Beltz und Gelberg ISBN-10: <b>3891069847</b></p>
<p>Eigen-Sinn ist eine unabdingbare Voraussetzung dafür, sich von anderen, auch von Erwachsenen, keinen Blöd-Sinn einreden zu lassen, unangenehme und gefährliche Situationen als solche zu erkennen und sich ihnen, wenn es möglich ist, eigen-willig zu widersetzen (4-6 Jahre).</p>	
<p><b>SchönBlöd – Ein Bilderbuch über schöne und blöde Gefühle</b> - Ursula Enders, U. Boehme, D. Wolters</p>	<p>Zartbitter ISBN-10: <b>3931067998</b></p>
<p>Die Idee zu dem Bilderbuch "SchönBlöd" ist in der Beratungsarbeit mit Kindern im Vorschulalter entstanden: Mädchen und Jungen erleben ihre Kontakte untereinander und zu Erwachsenen - nicht nur zu Tätern - als zwiespältig: Das Zusammensein mit ein und derselben Person wird einmal als schön und ein anderes Mal als "blöd" empfunden. Täter und Täterinnen sind oftmals Menschen, die von den Kindern gemocht oder geliebt werden. Das Bilderbuch vermittelt Kindern Vertrauen in die eigene Wahrnehmung und fördert die Unterscheidung zwischen angenehmen und weniger angenehmen Gefühlen. Es hilft Mädchen und Jungen, auf ihre Gefühle zu achten und deren Unterschiedlichkeit im Kontakt mit ihnen vertrauten Menschen wahrzunehmen und auszudrücken (3-6 Jahre).</p>	
<p><b>Ich bin stark, ich sag laut Nein!: So werden Kinder selbstbewusst</b> - Susa Apenrade, Miriam Cordes</p>	<p>Arena Verlag ISBN-10: <b>3401091654</b></p>
<p>So werden Kinder stark: Susa Apenrade erzählt von Situationen, in denen Lea sich nicht gut fühlt: wenn Jan sie ärgert, wenn die Nachbarin sie wieder mal kurz drücken oder Onkel Meier sie einfach so auf den Schoß nehmen will. Was soll Lea da nur tun? Lea stellt sich mit beiden Beinen fest auf den Boden und sagt laut und selbstbewusst "Nein!". Und das ist auch die richtige Antwort, wenn ein Fremder kommt und versucht, Lea wegzulocken. Lea ruft laut: "Nein, ich geh nicht mit!" (4-6 Jahre)</p>	
<p><b>Das mutige Buch</b> – Moni Port</p>	<p>Klett Kinderbuch ISBN-10: <b>3954700654</b></p>
<p>Angst ist wichtig. Alle kennen sie. Alle haben sie. Besonders Kinder erfahren am eigenen Leib: Angst gehört zum Leben dazu. Angsthaben kann auch lustvoll sein. Oder hilfreich, wenn sie uns davor bewahrt, etwas Gefährliches zu tun. Und es ist gut zu wissen, wie man dafür sorgt, dass sie nicht überhandnimmt. Das tiefe, erregende Thema „Angst“ – hier wird es mit einer Flut von Imaginationen für Kinder ausgelotet. Moni Ports Zusammenstellung aus Assoziationen, Fotos, Collagen, altbekannten und ungewohnten Eindrücken ist kein Gruselkabinett, sondern eine stärkende Wanderung durch unsere Gefühlslandschaften, begleitet von einem knappen, freundlich-sachlichen Text. Und gerade weil beschwichtigende Töne à la „Du brauchst doch keine Angst zu haben“ hier fehlen, wirkt „Das mutige Buch“ enorm ermutigend und befreiend. Eine wunderbare Reise durch eine wichtige Gegend der Seele (5-7 Jahre).</p>	

## Wie schütze ich mein Kind?

<p><b>Weil ich Nein sagen darf</b> – Regina Finke</p>	<p>Christophorus Verlag ISBN-10: <b>3419533063</b></p>
<p>Wir können Kinder nicht immer schützen. Aber wir können sie stark machen und so zu ihrer Sicherheit beitragen. Dieses Buch gibt Eltern Sicherheit. Es vermittelt wichtige Grundlagen, bietet Informationen und guten Rat. Wertvolle Anregungen, Gedanken- und Rollenspiele, Geschichten und Gedichte, Übungen zur Körperwahrnehmung und Selbsterfahrung.</p>	
<p><b>Kinder beschützen! Sexueller Missbrauch - Eine Orientierung für Mütter und Väter</b> – Carmen Kerger-Ladleif</p>	<p>Mebes &amp; Noack ISBN-10: <b>3927796948</b></p>
<p>Sexuelle Gewalt an Mädchen und Jungen gehört noch immer zu den großen Tabuthemen unserer Gesellschaft. Es ist schwer, diese Realität anzuerkennen und darüber zu sprechen. Kinder zu stärken, ihr Recht auf ein gewaltfreies Leben umzusetzen, ist kein einmaliges Projekt, sondern eine Erziehungshaltung. Müttern und Vätern kommt als erste Bezugspersonen eine ganz besondere Bedeutung zu. Mütter und Väter sowie engagierte Erwachsene, die mit Kindern leben und arbeiten, werden hier eine Orientierung und das nötige Wissen finden.</p>	
<p><b>So schützen Sie Kinder vor sexuellem Missbrauch - Prävention von Anfang an</b> – Elisabeth Rauffauf</p>	<p>Patmos Verlag ISBN-10: <b>3843602131</b></p>
<p>Das Schweigen ist gebrochen. Immer mehr Menschen machen ihre erschütternden Erfahrungen mit sexuellem Missbrauch öffentlich. Verständlich, dass Eltern alles tun wollen, um ihr Kind zu schützen. Dem Kind einfach Angst einzuflößen, darf aber nicht als angebrachter Weg begriffen werden. Elisabeth Rauffauf zeigt in diesem Buch deshalb, wie eine sinnvolle Prävention aussehen kann, die vor allem bei einer aufmerksamen Sexualerziehung ansetzt. Enthalten sind viele konkrete, praktische Ratschläge, wie Sie ihr Kind vor sexuellen Übergriffen beschützen können.</p>	
<p><b>Kindesmissbrauch: Erkennen, helfen, vorbeugen</b> – Günther Deegener</p>	<p>Beltz Verlag ISBN-10: <b>3407859171</b></p>
<p>Wie können wir unsere Kinder vor Missbrauch schützen? Diese Frage stellen sich viele Eltern angesichts der aktuellen Debatte um Kindesmissbrauch in Schulen, Internaten, Sportvereinen und in der Familie. Günther Deegener, einer der bedeutendsten Experten zum Thema, gibt Erziehungstipps zur Vorbeugung von Kindesmissbrauch. Er beschreibt, welche Strategien die Täter bevorzugen, erklärt die Rolle des gesellschaftlichen Umfelds und geht auf die Frage ein, wie man am Verhalten des Kindes erkennen kann, ob eventuell eine Missbrauchshandlung vorliegt. Aus dem Inhalt: Warum so viele Opfer schweigen / Strategien der Täter / Gefahren im Internet / Gesprächsführung mit missbrauchten Kindern und Jugendlichen / Vorbeugung im Erziehungsalltag und Präventionsprogramme für Kinder / Wo finde ich weitere Hilfe und Beratung?</p>	

<b>Der Neinrich – Edith Schreiber-Wicke, Carola Holland</b>	Thienemann Verlag ISBN-10: <b>9783522433884</b>
<p>Wenn die Kindheit schon eine Weile zurückliegt, hat man womöglich vergessen, wie schwer es war, das Neinsagen zu lernen. Um diese wichtige Fertigkeit geht es in dem Bilderbuch <i>Der Neinrich</i>.</p> <p>Tante Karin ist zu Besuch. Sie verabschiedet sich mit einem dicken, fetten Lippenstiftkuss bei Leo, dem das so gar nicht passt. Aber der kleine Junge schweigt brav und wischt sich, sobald die Tante verschwunden ist, angewidert die Spuren der Kosmetik aus dem Gesicht. Anschließend geht Leo verärgert in sein Zimmer. Er setzt sich an seinen Schreibtisch und malt gedankenverloren eine kleine Figur. Die wird auf einmal lebendig, stellt sich als Neinrich vor und weist Leo in die hohe Kunst des Neinsagens ein. Es kommt nicht auf die Anzahl der Neins an, weiß der Neinrich zu berichten, sondern auf den passenden Ort und vor allem auf den richtigen Zeitpunkt dafür. Einfach nur Nein zu sagen, um die Eltern zu ärgern, ist unsinnig. Aber Nein zu sagen, bevor die Tante ihren ungeliebten Kuss platzieren kann, ist erlaubt.</p> <p>Der mit umgangssprachlichen Einschüben durchsetzte Text von Edith Schreiber-Wicke ist leicht zu verstehen. Und das Thema aus dem wirklichen Leben gegriffen. Denn so ziemlich jeder dürfte in Kindertagen einen kusswütigen Verwandten gehabt haben. <i>Der Neinrich</i> ist ein kleiner Ratgeber im Umgang mit dieser Spezies. Die im Comic-Stil gehaltenen Illustrationen zu der kurzweiligen Alltagsgeschichte stammen von Carola Holland. Sie sind geprägt von kräftigen Farben. Besonders auffallend: ein grelles Lippenstiftrot, das sich wie ein goldener Faden durch das ganze Werk zieht.</p>	
<b>Der Neinrich – Edith Schreiber-Wicke, Carola Holland</b>	Thienemann Verlag ISBN-10: <b>9783522433884</b>
<p>Wenn die Kindheit schon eine Weile zurückliegt, hat man womöglich vergessen, wie schwer es war, das Neinsagen zu lernen. Um diese wichtige Fertigkeit geht es in dem Bilderbuch <i>Der Neinrich</i>.</p> <p>Tante Karin ist zu Besuch. Sie verabschiedet sich mit einem dicken, fetten Lippenstiftkuss bei Leo, dem das so gar nicht passt. Aber der kleine Junge schweigt brav und wischt sich, sobald die Tante verschwunden ist, angewidert die Spuren der Kosmetik aus dem Gesicht. Anschließend geht Leo verärgert in sein Zimmer. Er setzt sich an seinen Schreibtisch und malt gedankenverloren eine kleine Figur. Die wird auf einmal lebendig, stellt sich als Neinrich vor und weist Leo in die hohe Kunst des Neinsagens ein. Es kommt nicht auf die Anzahl der Neins an, weiß der Neinrich zu berichten, sondern auf den passenden Ort und vor allem auf den richtigen Zeitpunkt dafür. Einfach nur Nein zu sagen, um die Eltern zu ärgern, ist unsinnig. Aber Nein zu sagen, bevor die Tante ihren ungeliebten Kuss platzieren kann, ist erlaubt.</p> <p>Der mit umgangssprachlichen Einschüben durchsetzte Text von Edith Schreiber-Wicke ist leicht zu verstehen. Und das Thema aus dem wirklichen Leben gegriffen. Denn so ziemlich jeder dürfte in Kindertagen einen kusswütigen Verwandten gehabt haben. <i>Der Neinrich</i> ist ein kleiner Ratgeber im Umgang mit dieser Spezies. Die im Comic-Stil gehaltenen Illustrationen zu der kurzweiligen Alltagsgeschichte stammen von Carola Holland. Sie sind geprägt von kräftigen Farben. Besonders auffallend: ein grelles Lippenstiftrot, das sich wie ein goldener Faden durch das ganze Werk zieht.</p>	

#### Weitere Literaturhinweise

Empfehlenswerte Internetseiten:

[www.bzga.de](http://www.bzga.de) (der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung)

[www.donnavita.de](http://www.donnavita.de) (pädagogisch-therapeutischer Fachhandel Donna Vita)