



Der Kinderschutzbund  
Ortsverband  
Ulm-Neu-Ulm



# Hau ab Du Angst

EIN THEATERSTÜCK FÜR STARKE KINDER

„Hau ab Du Angst,  
ich brauch dich nicht,  
komm mir nicht zu nah!  
Ich schrei dich an,  
so laut ich kann,  
dann bist du nicht mehr da!“  
- AUS DEM THEATERSTÜCK

## INHALT

<b>Vorwort</b> .....	Seite 4
<b>Das Kinderschutz-Zentrum des Kinderschutzbundes Ulm/Neu-Ulm</b> .....	Seite 5
<b>Das Theaterstück „Hau ab Du Angst“: Inhalt und Absicht</b> .....	Seite 10
<b>„Hau ab Du Angst“ und die Angst der Eltern</b> .....	Seite 13
<b>Adressen und Anlaufstellen</b> .....	Seite 14
<b>Literaturtipps</b> .....	Seite 15

### Impressum

Herausgeber: Kinderschutzbund Ulm/Neu Ulm e.V. /  
Fachstelle sexualisierte Gewalt / Olgastr. 125 / 89073 Ulm  
Redaktion und Inhalt: Bettina Müller, Sonja Kroggel ©  
Satz und Layout: die-regionauten.de  
Druck: Druckerei Kleb

# VORWORT

## Liebe Eltern,

**wir freuen uns, dass Ihr Kind und Sie am Theaterprojekt „Hau ab Du Angst“ teilnehmen.**

Alle Eltern wünschen sich, dass ihr Kind gesund aufwächst und gestärkt ins Leben geht. Sie als Eltern geben Ihren Kindern Schutz und Geborgenheit. Dazu gehört auch, das eigene Kind vor sexualisierter Gewalt zu schützen.

Aus der Arbeit des Kinderschutz-Zentrums Ulm/Neu-Ulm und der Fachstelle sexualisierte Gewalt wissen wir, dass die meisten Kinder sexuelle Gewalt durch Täter\*innen erleben, die aus der eigenen Familie oder aus dem Umfeld der Familie kommen.

Umso wichtiger ist es, dass Sie sich über das Thema „Sexualisierte Gewalt gegen Kinder“ informieren und mit Ihren Kindern darüber sprechen.

Das Theaterstück „Hau ab Du Angst“ informiert die Zuschauer\*innen kindgerecht, witzig und klug – ohne Kindern Angst zu machen. Besuchen Sie selbst die Elternvorstellung am Abend, damit Sie mit Ihrem Kind darüber sprechen können.

Dieses Heft gibt Ihnen weitere Informationen. Wenn Sie Fragen haben oder vermuten, dass ihr Kind sexualisierte Gewalt erlebt, wenden Sie sich an uns. Die Beratung ist kostenfrei, vertraulich und auf Wunsch auch anonym.

Ihre

Bettina Müller und Sonja Kroggel  
und das Team des Kinderschutz-  
Zentrums Ulm/Neu-Ulm  
mit der Fachstelle sexualisierte Gewalt



Bettina Müller



S. Kroggel

# DAS KINDERSCHUTZ-ZENTRUM DES KINDERSCHUTZBUNDES ULM/ NEU-ULM

Wir beraten Kinder, Jugendliche, Eltern, Fachkräfte und Ehrenamtliche bei Gewalt gegen Kinder und Jugendliche. Wir haben Angebote bei allen Formen von Gewalt. Eltern bekommen Beratung und die Kinder/Jugendlichen bekommen eine\*n eigene\*n Berater\*in an die Seite gestellt. Das Kinderschutz-Zentrum bietet Elternabende, Fortbildungen und Projekte zum Schutz vor Gewalt an.



## DIE FACHSTELLE SEXUALISIERTE GEWALT

### Beratung

Erleben Kinder und Jugendliche sexualisierte Gewalt, brauchen sie und ihre Eltern fachgerechte Unterstützung. Wir beraten bei (vermuteter) sexualisierter Gewalt und Missbrauch, bei digitaler sexueller Gewalt oder bei sexuellen Übergriffen unter Gleichaltrigen im Kita- und Schulalter.

### Elternberatung

Der Schutz des Kindes steht an erster Stelle. Welche weiteren Schritte sind notwendig? Was brauchen Eltern in dieser Krise? Was braucht das Kind? Über alle Fragen können Sie mit uns sprechen. Die Beratung ist kostenfrei und vertraulich.

### Beratung von Kindern und Jugendlichen

Wir beraten Kinder und Jugendliche, die von sexualisierter Gewalt betroffen sind. Ein\*e eigene\*r Berater\*in ist an ihrer Seite: Was sind die weiteren Schritte und was hilft jetzt?

Übrigens: Kinder und Jugendliche haben ein eigenes Recht auf Beratung - auch ohne Wissen der Eltern.

### Digitale sexualisierte Gewalt

Die Online-Welt ist spannend und digitale Medien sind ein zentraler Bestandteil der Lebenswelt von Kindern. Sie bieten eine Vielzahl an Möglichkeiten, im Kontakt zu sein und zu lernen. Digitale Medien ermöglichen es aber auch Täter\*innen, ständig Kontakt zu Kindern aufzubauen. Es ist für Kinder schwer, sich der Gewalt ausübenden Person zu entziehen. Cybergrooming nennt man das gezielte Ansprechen Minderjähriger über das

Internet, um sexuelle Kontakte anzubahnen. Die wahre Identität der Nutzer\*innen hinter den Bildschirmen bleibt verborgen. So entsteht bei Internetkontakten für Kinder häufig eine Vertrautheit, die nicht der Realität entspricht.

Kinder oder Jugendliche, die von digitaler sexualisierter Gewalt betroffen sind, wenden sich oft erst spät an ihre Eltern oder andere Erwachsene, da sie häufig denken, dass sie selbst schuld sind an dem, was ihnen passiert. „Warum habe ich mich auf den Chat eingelassen?“ „Warum konnte ich es nicht beenden?“. Und nicht selten hören sie genau diese Vorwürfe, wenn sie sich an jemanden wenden.

Die präventive Beratung hilft, damit Kinder und Jugendliche über Erfahrungen im Netz sprechen können und für Gefahren sensibilisiert werden.

Sie als Eltern beraten wir, wie Sie Ihre Kinder im Umgang mit digitalen Medien unterstützen und schützen können.

### Prävention

Die Fachstelle sexualisierte Gewalt bietet Elternabende, Fortbildungen und Informationsveranstaltungen zum Schutz vor sexualisierter Gewalt für Eltern und für alle, die mit Kindern und Jugendlichen ehrenamtlich oder professionell arbeiten.



## KINDERSCHUTZ GEHT NUR GEMEINSAM

Wir danken allen Kooperationspartner\*innen in der Stadt Ulm, dem Alb-Donau-Kreis und dem Landkreis Neu-Ulm für die gute Zusammenarbeit und das gemeinsame sensible Hinschauen und Handeln bei sexualisierter Gewalt gegen Kindern und Jugendliche.

Wir danken dem Land Baden-Württemberg für die Unterstützung des Projekts.

 Baden-Württemberg  
Ministerium für Soziales,  
Gesundheit und Integration

Und: Wir danken allen Unterstützer\*innen und Spender\*innen!



### Spendenkonto

Kinderschutzbund Ulm/Neu-Ulm e.V.  
IBAN DE 96 6305 0000 0000 024237

## DIE AUSSTELLUNG „ECHT KLASSE!“ FÜR GRUNDSCHULEN

Die Ausstellung „Echt Klasse!“ ist eine Mitmach-Ausstellung zur Prävention von sexualisierter Gewalt. Wir verleihen sie an Grundschulen in der Region Ulm/Neu-Ulm/Alb-Donau-Kreis. Auf 18 Tafeln lernen Kinder interaktiv, wie sie sich gegen sexuelle Grenzüberschreitung stärken können. „Echt Klasse!“ ist bunt gestaltet, spricht Kinder an und macht neugierig. Die Kinder haben Spaß an den verschiedenen Aktionen. Die sechs Themen der Ausstellung sind:

1. Mein Körper gehört mir! Ein positives Körpergefühl entwickeln
2. Ich vertraue meinem Gefühl! Die Vielfalt der Gefühle wahrnehmen und Gefühle ausdrücken
3. Ich kann zwischen angenehmen und unangenehmen Berührungen unterscheiden! Berührungen bewusst wahrnehmen und unangenehme Berührungen ablehnen
4. Ich darf „Nein“ sagen! Grenzen in bestimmten Situationen setzen und sich wehren
5. Ich kenne den Unterschied zwischen guten und schlechten Geheimnissen! Unterscheiden lernen und schlechte Geheimnisse weitersagen
6. Ich bin schlau, ich hole mir Hilfe! Hilfe holen als Zeichen der Stärke im Alltag

### Das Konzept der Ausstellung: Kinderschutz geht nur gemeinsam!

Die Schüler\*innen können die Ausstellung an ihrer Schule und begleitet durch ihre Lehrkräfte und Schulsozialarbeiter\*innen besuchen. Fachkräfte des Kinderschutzzentrums Ulm/Neu-Ulm informieren in einer dazugehörigen Lehrkräftefortbildung und einem Elternabend über das Thema sexualisierte Gewalt. So erfahren Eltern, wie sie ihr Kind schützen und stärken können und Schulen werden aktiv bei der Prävention von sexualisierter Gewalt.

### Die „Echte Schätze Kiste“

Die „Echte Schätze Kiste“ ist ein Angebot für Vorschulkinder. Häufig beginnt sexualisierte Gewalt im Kindergarten- oder Grundschulalter. Darum haben wir diese Kiste nach Ulm geholt. Sie enthält Material, um Kinder zu stärken. Begleitend zu der Arbeit mit den Kindern bieten wir eine Fortbildung und einen Elternabend an.



Wussten Sie, dass die Täter\*innen ...



... meist aus der eigenen Familie oder dem Bekanntenkreis der Familie kommen?

... aus allen Gesellschaftsschichten stammen?

... gut mit Kindern in Kontakt kommen?

... sexualisierte Gewalt sehr überlegt planen?

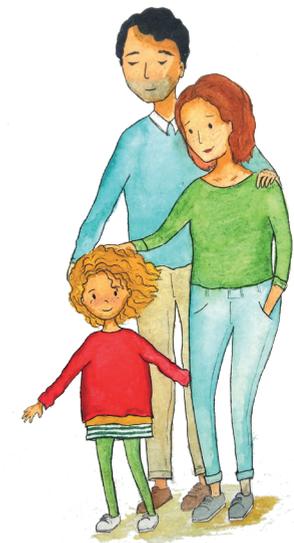
... Kindern mit Drohungen oder Belohnungen zum Schweigen bringen?

### Was können Sie als Eltern tun?

Es ist gut, wenn Sie Ihr Kind schon ab dem Kindergartenalter altersgerecht aufklären. Beantworten Sie Fragen, die Ihr Kind zum Thema „Sexualität“ stellt. Auch Bilderbücher können helfen, ins Gespräch zu kommen. Kinder sollten Begriffe für Scheide und Penis kennen. Sie sollten auch wissen, dass diese Körperteile nur von dem Kind selbst oder bei einer ärztlichen Untersuchung angefasst werden. Kinder, die vertrauensvoll über ihre Gefühle und ihre Gedanken mit ihren Eltern sprechen können, sind besser vor sexualisierter Gewalt geschützt. Gewalt gegen Kinder löst in jeder und jedem intensive Gefühle wie Wut, Hilflosigkeit und Angst aus. Erzählt Ihr Kind über erlebte sexuelle Gewalt, bitten wir Sie, Ihrem Kind gut zuzuhören und es ernst zu nehmen. Loben Sie Ihr Kind für seine Offenheit und stellen Sie nicht in Frage, was es Ihnen erzählt.

Machen Sie Ihrem Kind klar: „Du hast keine Schuld!“. Sorgen Sie für Schutz, Sicherheit

und Geborgenheit. Bewahren Sie Ruhe und handeln Sie nicht überstürzt. Denn nur besonnene Erwachsene können helfen, Gewalt zu beenden und Kinder zu schützen. Und ganz wichtig: Holen Sie sich Hilfe bei einer Fachstelle oder wenden Sie sich an ein anderes Unterstützungsangebot.



# HAU AB DU ANGST

## Inhalt und Absicht des Theaterstücks

Das Theaterstück „Hau ab du Angst“ – zum Schutz vor sexualisierter Gewalt wird von der Theatergruppe Springinsfeld aus Hil-desheim gespielt.

Hauptfigur des Stückes ist Lotte, frech und unerschrocken. Sie begegnet im Wald dem fahrenden Musikanten, Walther von der Vogelkacke, verfressen und mäßig musikalisch.

Beide sind auf dem Weg zum Schloss von Lottes Onkel, dem Ritter Doppelherz, bei dem Lotte die Ferien verbringen soll.

Lotte darf das Schloss nicht mehr allein verlassen, weil angeblich im Wald ein Räuber Grabbelfinger sein Unwesen treibt. Lotta glaubt nicht an so einen Quatsch.

Doch eines Nachts bekommt Lotte unheimlichen Besuch: Jemand fasst sie an. Es ist eklig und Lotte hat Angst.

Als sie sich Onkel Doppelherz anvertraut, erklärt er ihr, dass alles nur ein Traum sei. Auch Walther von der Vogelkacke glaubt Lotte nicht. Schließlich kann kein Fremder die hohe Schlossmauer überwinden.

Nur die Fröschin aus dem Brunnen im Schlosspark glaubt Lotte. Sie bespricht mit Lotte den Unterschied zwischen guten und schlechten Geheimnissen. Beide hecken einen Plan aus...

Das Theaterstück beschreibt kindgerecht, sensibel und klug das Thema „sexualisierte Gewalt“, ohne zu verharmlosen oder Ängste auszulösen.

Für die verschiedenen Formen sexueller Gewalt wird der Begriff des „ungewollten Angefasst Werdens“ benutzt.

Gezeigt werden nicht nur Lottes Scham und Angstgefühle, sondern vor allem ihr Witz, ihre Ideen und ihre Kraft, sich mit Hilfe der Fröschin aus ihrer Not zu befreien.

„Hau ab Du Angst“ wendet sich an alle Kinder – Kinder werden ermutigt, sich auf ihre Gefühle zu verlassen und sich bei den Erwachsene Hilfe zu holen.



## Die zentralen Aussagen des Stückes

1. Kinder haben ein Recht auf ihren eigenen Körper. Sie haben ein Recht, NEIN zu sagen.
2. Die eigenen Gefühle bestimmen, ob eine Situation o.k. ist oder nicht.
3. Es gibt gute und schlechte Geheimnisse. Kinder dürfen schlechte Geheimnisse anderen anvertrauen.
4. Hilfe holen ist o.k. und kein Petzen.
5. Kinder haben keine Verantwortung oder Schuld, wenn Erwachsene oder ältere Jugendliche das NEIN übertreten. Die Verantwortung liegt bei den Täter\*innen.

Kinder, die sexualisierte Gewalt erleben oder erlebt haben, erfahren durch das Stück, dass andere Kinder auch betroffen sind. **Seit 2002 haben 8.000 Kinder aus der Region „Hau ab Du Angst“ in Ulm gesehen.**

## Wussten Sie, dass ...

... statistisch in jeder Schulkasse zwei Kinder sexualisierte Gewalt erleben

... es ein großes Dunkelfeld gibt

... Kindern, die sexualisierte Gewalt erleben, oft nicht geglaubt wird

... Kindern mit Gewalterfahrung therapeutische Angebote sehr helfen

... sexualisierte Gewalt in allen Gesellschaftsschichten vorkommt

... es Schutzkonzepte in Institutionen gegen sexualisierte Gewalt gibt

# Das Lied zum Theaterstück



1. Wenn ich Angst hab, zitter' ich,  
die Zähne klappern auch,  
kann nicht mehr denken,  
mich nicht rühren,  
und es kneift im Bauch.

**Refrain: Hau ab du Angst,  
ich brauch dich nicht,  
komm mir nicht zu nah!  
Ich schrei dich an, so laut ich  
kann, dann bist du nicht mehr da.**

2. Ich klau dem bösen Zauberer  
seinen Zauberstab, und dem Teufel  
breche ich seine Hörner ab.

## Refrain

3. Lord Voldemort zieh ich am Ohr  
und Räuber raub ich aus, Knecht  
Ruprecht steck ich in den Sack, da  
kommt er nicht mehr raus.

## Refrain

4. Keine Bange, keine Angst, ich hab'  
sehr viel Mut. Wenn's zu schlimm  
wird, hol' ich Hilfe, dann wird alles  
gut!

## Refrain



## HAU AB DU ANGST! ...UND DIE ANGST DER ELTERN

„Hoffentlich entwickelt mein Kind  
keine Ängste, wenn es das Theater-  
stück sieht.“

Immer wieder äußern Eltern diese Sorge.  
Und tatsächlich geht es in dem Stück um  
Gewalt. Wie geht es Kindern im Nachhinein  
mit dem Stück?

Wir sprachen mit Jugendlichen, die vor  
neun Jahren „Hau ab Du Angst“ gesehen  
hatten und fragten die heute 17-Jährigen  
nach ihren Erfahrungen mit dem Stück.

„Ich fand die  
Informationen gut,  
die wir durch das  
Stück bekamen.  
So wusste ich, dass  
es sexuelle Gewalt  
gibt. Außerdem  
wird gezeigt, dass  
Hilfe holen wichtig  
ist.“

DAVID

„Für mich war wich-  
tig, dass der Täter  
überführt wurde.  
Durch das gute Ende  
war ich beruhigt.“

ANNE

„Ich hatte das Stück  
damals eher als  
spannendes Märchen  
aufgefasst, das  
Thema sexueller  
Missbrauch habe  
ich nicht verstanden.“

PAULA

Erst als ein Betreuer auf einer Freizeit Paula  
zu nahe kam, habe sie sich an das Stück er-  
innert. Dann habe Paula sofort ihre Mutter  
angerufen und ihr davon erzählt.

Den Kindern hat der Besuch von „Hau ab  
Du Angst“ ganz konkret geholfen. Uns  
haben diese Antworten Mut gemacht:  
Prävention hilft, Kinder vor Gewalt zu  
schützen!

# ADRESSEN UND ANLAUFSTELLEN

## Kinderschutz-Zentrum und Fachstelle sexualisierte Gewalt

Olgastr. 125  
89073 Ulm  
Telefon: 0731/ 280 42  
info@kinderschutzbund-ulm.de  
www.kinderschutzbund-ulm.de

## Psychologische Beratungsstelle der Diakonie

Grüner Hof 3  
89073 Ulm  
Telefon: 0731/ 153 840 00  
www.diakonie-ulm.de

## Psychologische Beratungsstelle der Caritas

Spielmannsgasse 6  
89077 Ulm  
Telefon: 0731/ 403 421 60  
www.caritas-ulm-alb-donau.de

## Psychologische Beratungsstelle Neu-Ulm

Marlene-Dietrich-Str. 3  
89231 Neu-Ulm  
Telefon: 0731/ 760 50  
www.kjf-kinder-jugendhilfe.de

## Jugendberatungsstelle der Stadt Ulm

Herrenkellergasse 1  
89073 Ulm  
Telefon: 0731/ 620 80  
www.ulm.de



## Schulpsychologische Beratungsstelle

Griesbadgasse 30  
89073 Ulm  
Telefon: 0731/1892730

## Jugendamt Ulm Sozialer Dienst für Familien SD-F

Schwamberger Str. 1  
89073 Ulm

## Bitte wenden Sie sich an die Erstanlaufstelle in Ihrem Stadtteil oder an die Kinderschutzstelle

Telefon: 0731/ 161 616 1

## Jugendamt Neu-Ulm Jugend und Familie

Kantstr. 8  
89231 Neu-Ulm  
Telefon: 0731/ 704 00

## Jugendamt Alb-Donau-Kreis Soziale Dienste

Schillerstrasse 30  
89077 Ulm  
Telefon: 0731/ 185 4375

# LITERATUR-TIPPS

## Das große und das kleine Nein

Gisela Braun & Dorothee Wolters (1997)  
Ein kleines Mädchen sagt zwar, wenn es etwas nicht möchte, aber keiner hört hin und es setzt sich nicht durch. Woraan liegt das? Eines Tages begreift es, wie man sagen muss, was man will oder nicht will!

## Hanna und die graue Wolke

Elisa König & Jörg Fegert u.a. (2022)  
Seit Hanna im Ferienlager von einem Betreuer sexuell missbraucht wurde, ist nichts mehr wie vorher. Sie ist ängstlich, wütend und fühlt sich wie in ein einer dichten, grauen Wolke, die keine Sonne mehr durchlässt. Als Hanna endlich ihren Eltern davon erzählt, sucht die Familie Unterstützung in der Kinder- und Jugendpsychiatrie. Die graue Wolke lichtet sich!

## Ich bin doch keine Zuckerm Maus

Sonja Blattmann & Gesinde Hansen (1994)  
Eine lebendige Geschichte, in frischen Farben illustriert, um den Kinderalltag von Paula und ihrem Freund Max. Die Katze Samira und die Gute-Träume-Frau stehen ihnen ermutigend zur Seite, wenn es schwierig wird.

## Ist das okay?

Agota Lavoyer & Anna-Lina Balke (2022)  
Ein Kinderfachbuch zur Prävention von sexualisierter Gewalt. Für Kinder, Eltern und Pädagog:innen.

## Mein Körper gehört mir -Ein Sachbuch für Kinder ab 5 Jahre

Dagmar Geisler & ProFamilia (2020)  
,Nein' zu sagen und unangenehme Berührungen abzuwehren, ist nicht einfach. Deshalb ist es für alle Kinder wichtig, sich

ihrer Gefühle und ihres Körpers bewusst zu werden. Denn nur so können sie Grenzen setzen. Thema des Buchs sind „sexuelle Grenzüberschreitung“.

## Soll ich es sagen? Eine Geschichte über Geheimnisse

Clemens Fobian & Mirjam Zels (2019)

## Stopp, das will ich nicht! Vorlesegeschichten vom Nein sagen und Grenzen ziehen

Brigitte Koloch u.a. (2007)

Wer traut sich, nein zu sagen? Acht Geschichten übers Nein sagen.

## Das komische Gefühl.

Hans-Christian Schmidt & Andreas Németh (2022)  
Ein Bilderbuch über das komische Gefühl, das wir zwar nicht sehen können, das uns aber immer begleitet und stark macht.

## Ja & Nein - Ich sag, was ich (nicht) mag.

Pauline Oud (2021)

Wann soll ich ja und wann besser nein sagen? Sich der eigenen Gefühle bewusst zu werden und sie zu benennen, ist nicht einfach - und doch so wichtig.

## Mio, der Braunbär.

Isabell Müller u.a. (2022)

Dieses Buch erklärt sexualisierte Gewalt kindgerecht - es ermutigt dazu, auf das „Nein-Gefühl“ zu hören, Grenzen zu setzen und sich Hilfe zu holen.

## „Soll ich es sagen?“

Ramin lernt in dieser Geschichte, wann er ein Geheimnis für sich behalten darf und wann er es besser erzählen sollte. Denn Geheimnisse können auch belasten.

**Psychologische Beratungsstelle für  
Erziehungsfragen, Elterntrennung, Gewalt  
gegen Kinder und Elternkonflikte  
Kinderschutz-Zentrum Ulm/Neu-Ulm  
Fachstelle sexualisierte Gewalt mit  
Online-Beratung des Kinderschutz-  
bundes Ulm/Neu-Ulm e.V.**

Olgastrasse 125

89073 Ulm

Tel.: 0731/28042

[info@kinderschutzbund-ulm.de](mailto:info@kinderschutzbund-ulm.de)

[www.kinderschutzbund-ulm.de](http://www.kinderschutzbund-ulm.de)



**Der Kinderschutzbund**  
Ortsverband  
Ulm-Neu-Ulm



**LKSFB**

Baden-Württemberg e.V.



**Baden-Württemberg  
Ministerium für Soziales,  
Gesundheit und Integration**

Finanziert aus Landesmitteln, die der Landtag Baden-  
Württemberg beschlossen hat