

Interview: "Bist du ein Bystander?" ... „Was ist das eigentlich?“

Interviewer:

Hallo und willkommen! Heute sprechen wir über ein Thema, das viele betrifft – ohne dass sie sich dessen bewusst sind. Es geht um den sogenannten *Bystander*.

Bei uns sind heute Katharina Garschhammer, Diplompädagogin und Familientherapeutin in der Familien- und Erziehungsberatungsstelle des Landkreises Erding sowie Sabine Trettenbacher, die Gleichstellungsbeauftragte des Landkreises Erding. Schön, dass Sie da sind!

Katharina Garschhammer, Sabine Trettenbacher:

Vielen Dank für die Einladung. Ein sehr wichtiges Thema – gerade für Kinder, Jugendliche, aber auch für Eltern und Lehrkräfte.

Frage 1: Was genau ist ein "Bystander"?

Sabine Trettenbacher:

Ein Bystander ist jemand, der direkt oder über Erzählungen mitbekommt, dass jemand anderem etwas Belastendes oder Schlimmes passiert ist – zum Beispiel Gewalt, (Internet-) Mobbing oder sexueller Übergriff – ohne selbst betroffen zu sein. Besonders viele Kinder und Jugendliche werden zu Bystandern, weil ihnen jemand aus dem gleichaltrigen Freundeskreis etwas anvertraut - oft als „Geheimnis“.

Frage 2: Ist es nicht gut, wenn Kinder sich gegenseitig etwas anvertrauen?

Katharina Garschhammer:

Doch, natürlich. Vertrauen unter Gleichaltrigen, der sog. „peergroup“ ist wichtig. Aber: Wenn ein Kind etwas sehr Belastendes erzählt, zum Beispiel, dass es von jemandem sexuell bedrängt wird, kann das die beste Freundin oder den besten Freund überfordern. Plötzlich tragen sie gefühlt eine riesige Verantwortung – wollen helfen, wissen aber nicht wie. Und das belastet sie psychisch enorm.

Frage 3: Haben Sie ein Beispiel, damit man besser versteht, was da passiert?

Sabine Trettenbacher:

Ein Beispiel: Ein 9-jähriges Mädchen erzählt ihrer besten Freundin, dass ihr Onkel sie unangemessen berührt. Sie bittet ihre Freundin, nichts zu sagen – aus Angst oder Scham. Die Freundin ist völlig überfordert, kann nicht mehr schlafen, fühlt sich hilflos.

Katharina Garschhammer:

Und das ist kein Einzelfall: Laut einer Studie von 2022 sind 1 bis 2 Schüler*innen pro Klasse von sexueller Gewalt betroffen, jede*r dritte Jugendliche hat schon sexuelle Gewalt im Netz erfahren.

Sabine Trettenbacher:

Bei sexueller Gewalt im Jugendalter sind überdurchschnittlich oft andere Jugendliche anwesend. Bei 14jährigen haben etwa 30 %, bei 17jährigen 50 % Übergriffe auf andere mitbekommen.

Frage 4: Was kann oder sollte ein Bystander in so einer Situation tun?

Katharina Garschhammer:

Das Wichtigste: **Nicht allein bleiben.**

Kinder und Jugendliche und auch Erwachsene müssen wissen, dass sie sich **Hilfe holen dürfen – und sollen**. Gegebenfalls auch erst einmal anonym. Auch dann, wenn sie ein "Geheimnis" verraten müssen, um jemandem zu helfen. Um es plakativ zu sagen: Es gibt „**gute und schlechte**“ **Geheimnisse**. Wenn jemand leidet oder in Gefahr ist, darf und muss man das schlechte Geheimnis erzählen. Das ist kein Petzen – das ist **Mut**. Gleichzeitig gilt es, den Betroffenen nicht in eine Situation des erneuten Kontrollverlustes zu bringen. Man kann also durchaus sagen, dass man sich Unterstützung holt.

Frage 5: An wen kann man sich konkret wenden?

Sabine Trettenbacher:

Es gibt für Kinder, Jugendliche und Erwachsene viele Stellen mit Fachleuten, die helfen können, auf Landkreisebene oder bundesweit – auch anonym oder über Internet, z.T. mehrsprachig.

- | | | |
|--|----------------------|---------------------|
| • Frauennotruf | (im Landkreis Erding | 08122 - 553 77 91) |
| • Familien- und Erziehungsberatungsstelle | (im Landkreis Erding | 08122 - 89 205 0) |
| • WEISSER RING Erding, Hilfe für Gewaltopfer | (im Landkreis Erding | 0151 - 55 16 47 61) |
| • Bundesweites Frauenhilfetelefon | | 116 016 |
| • Bundesweites Männerhilfetelefon | | 0800 - 123 99 00 |
| • Schwerpunkt Kinder: Nummer gegen Kummer | | 116 111 |
| • Schulsozialarbeit, Vertrauenslehrer*innen an Schulen | | |
-

Frage 6: Und was können Eltern / Erwachsene tun, wenn sich ein betroffenes Kind oder ein Bystander an sie wendet?

Katharina Garschhammer:

Erstmal ruhig bleiben. Zuhören. Ernst nehmen. Glauben schenken, auch wenn nicht alles logisch erscheint - traumatisierende Erlebnisse beeinflussen oftmals die Wahrnehmung. Und **nicht alles allein entscheiden oder tun wollen**. Lieber **Fachberatung einholen**, bevor man überstürzt zum Beispiel selbst mit dem Täter spricht oder mit anderen Eltern - und dadurch unter Umständen die Situation verschlimmert. Es geht darum, die Situation für das betroffene Kind sicher zu machen – ohne es zusätzlich zu belasten.

Und wichtig: **Dem eigenen Kind Rückhalt geben**. Sagen: „Du hast richtig gehandelt. Danke, dass du mir das erzählt hast.“

Frage 7: Und wie kommt das Thema in die Schule?

Katharina Garschhammer:

Die Schulsozialarbeit hat hier eine große Rolle. Sie sollte Lehrkräfte, die ja auch zu Bystander werden können, sensibilisieren, fortbilden - entweder durch eigene Expertise oder durch externe Referenten - und das Thema in den Unterricht bringen. Kinder und Jugendliche müssen wissen: **Du darfst helfen – und es gibt Hilfe für dich.**

In Erding bietet der Frauennotruf auch **anlassbezogene Hilfen in Schulen zu verschiedenen Themen** an, auch speziell zu Themen wie Umgang und Schutz mit und vor sexualisierter Gewalt, Gewaltprävention und Bystander.

Mittlerweile haben die Leiterin und stellv. Leiterin der Frauenbereiche Steffi Irmischer-Grothen und Johanna Schad das Projekt sowohl für Lehrkräfte als schulinterne Fortbildung (SchilF) als auch mit Schülerinnen und Schülern verschiedenster Schulformen in 9 Klassen sehr erfolgreich durchgeführt.

Abschließend: Was ist Ihre wichtigste Botschaft?

Sabine Trettenbacher:

Ein Bystander zu sein, ist unangenehm, manchmal sehr schlimm. Aber...

Du kannst helfen. Es erfordert Mut. Aber du musst es nicht allein tun!

Katharina Garschhammer:

Sprechen Sie mit Ihren Kindern. Zeigen Sie ihnen, dass sie nicht allein sind – egal ob als Opfer oder als Bystander.

Interviewer:

Vielen Dank an Sie beide für das offene Gespräch und die wichtigen Hinweise. Ich hoffe Sie behandeln als Leiterinnen des Arbeitskreises „Sexualisierte Gewalt an Kindern und Jugendlichen“ weiterhin so wichtige Themen und tragen Sie in die Öffentlichkeit.
