

# »KisS«: Ein Programm zur Vermeidung sexueller Aggression bei jungen Erwachsenen

Barbara Krahé, Paulina Tomaszewska, Isabell Schuster

Angesichts des hohen Verbreitungsgrades sexueller Aggression sind wirksame Präventionsansätze erforderlich. Das evidenzbasierte Online-Programm »KisS« (Kompetenz in sexuellen Situationen) richtet sich an junge Erwachsene und wurde erfolgreich evaluiert.

## Theoretische Basis des Interventionsprogramms »KisS«

Zahlreiche Studien belegen, dass sowohl das Erleben als auch die Ausübung sexueller Aggression, definiert als sexuelle Handlungen ohne Zustimmung, bei jungen Erwachsenen weit verbreitet sind (Krahé & Berger, 2013; Krahé et al., 2021). Die Forschung hat auch gezeigt, dass sexuelle Opfererfahrungen eine Vielzahl negativer Folgen für die seelische und körperliche Gesundheit der Betroffenen nach sich ziehen (Krahé & Berger, 2017).

Daher besteht ein klarer Bedarf an Präventionsprogrammen, die theoriegeleitet und evidenzbasiert zu entwickeln und systematisch zu evaluieren sind. Das bedeutet, dass die Intervention auf diejenigen Variablen ausgerichtet werden soll, die als Risikofaktoren für die Ausübung und Vulnerabilitätsfaktoren für das Erleben sexueller Aggression identifiziert wurden und durch gezielte Maßnahmen veränder-

bar sind. Das von uns entwickelte Programm »Kompetenz in sexuellen Situationen« (»KisS«) basiert auf diesem Ansatz.

Unsere bisherige Forschung hat gezeigt, dass ein Schlüssel zum Verständnis sexueller Aggression in den Verhaltensdrehbüchern (»Skripts«) für einvernehmliche sexuelle Interaktionen liegt. Sexuelle Skripts beinhalten mentale Repräsentationen der typischen und erwünschten Merkmale sexueller Interaktionen, die das sexuelle Verhalten leiten. Im Hinblick auf sexuelle Aggression und Opfererfahrung sind sexuelle Skripts als »riskant« einzustufen, wenn sie nachgewiesene Risikofaktoren für sexuelle Aggression und Vulnerabilitätsfaktoren für Opfererfahrungen beinhalten. Hierzu zählen (a) das Eingehen sexueller Kontakte mit kaum oder gar nicht bekannten Personen, (b) der Konsum von Alkohol in sexuellen Interaktionen und (c) die uneindeutige Kommunikation sexueller Absichten, z. B. »Nein« sagen, obwohl man den sexuellen Kontakt auch wünscht.

Je stärker diese Merkmale Teil der Skripts für freiwillige sexuelle Interaktionen sind, desto eher werden sie im sexuellen Verhalten realisiert, was wiederum die Wahrscheinlichkeit der Ausübung und Erfahrung sexueller Aggression erhöht. Diese Pfade konnten wir in Längsschnittstudien mit jungen Erwachsenen in mehreren Ländern nachweisen (D'Abreu & Krahé, 2014; Krahé & Berger, 2021; Schuster & Krahé, 2019 a, b; Tomaszewska & Krahé, 2018).

Weitere Prädiktoren sexueller Aggression und Opfererfahrung sind ein geringes sexuelles Selbstwertgefühl sowie eine geringe sexuelle Assertivität, definiert als Fähigkeit, unerwünschte sexuelle Annäherungen zurückzuweisen (Zurückweisungsassertivität) sowie einvernehmliche sexuelle Kontakte einzuleiten (Initiierungsassertivität; Morokoff et al., 1997). Außerdem erwies sich das Ausmaß, in dem Druckausübung zur Erreichung sexueller Ziele als akzeptabel angesehen wird, als Prädiktor sexueller Aggression. Schließlich weist die bisherige Forschung auch darauf hin, dass die Einschätzung pornografischer Darstellungen als realistisch, gewichtet mit der Häufigkeit des Konsums, mit einer erhöhten Wahrscheinlichkeit sexueller Aggression und Opfererfahrung zusammenhängt (Krahé et al., 2022). Diese Risiko- und Vulnerabilitätsfaktoren bildeten den Grundstein für die Entwicklung unseres Interventionsprogramms »KisS«, das im Einzelnen auf folgende Ziele ausgerichtet war:

- (1) Die Veränderung riskanter sexueller Skripts für einvernehmliche Kontakte: Die Teilnehmenden sollten nach der Intervention weniger überzeugt sein, dass sexuelle Kontakte mit kaum oder gar nicht bekannten Personen, der Konsum von Alkohol in sexuellen Interaktionen und die uneindeutige Kommunikation sexueller Ansichten typische und wünschenswerte Merkmale freiwilliger sexueller Begegnungen seien.
- (2) Die Reduktion des sexuellen Risikoverhaltens: Die Teilnehmenden sollten in nachfolgenden sexuellen Interaktionen seltener Alkohol konsumieren, ihre sexuellen Absichten eindeutiger kommunizieren und seltener Sex mit Partnerinnen oder Partnern haben, die sie kaum oder gar nicht kennen.
- (3) Die Förderung des sexuellen Selbstwertgefühls im Sinne eines positiven Bildes von der eigenen Sexualität sowie der Assertivität bei der Zurückweisung unerwünschter und der Initiierung erwünschter sexueller Kontakte.
- (4) Die Verringerung der Akzeptanz von Druckausübung in sexuellen Interaktionen.
- (5) Die Verringerung der Einschätzung pornografischer Darstellungen als realistisch.
- (6) Über die Veränderung der unter 1 bis 5 genannten Konstrukte die Verringerung der Wahrscheinlichkeit der Ausübung und des Erlebens sexueller Aggression über einen längeren Follow-up-Zeitraum.

## Design, Inhalte und Durchführung des »KisS«-Programms

Das Programm wurde als Online-Intervention zur Förderung der sexuellen Kompetenz konzipiert, da es nicht nur auf die Vermeidung sexueller Aggression ausgerichtet sein sollte, sondern verschiedene Kompetenzaspekte fördern sollte, die auch im Hinblick auf die positive Gestaltung einvernehmlicher sexueller Beziehungen von Bedeutung sind. Insgesamt wurden sechs thematische Module entwickelt, die in [Tabelle 1](#) aufgeführt sind.

Didaktisch basieren die Module auf einem psycho-educativen Ansatz aus einer Kombination von Szenarien sexueller Interaktionen, in die sich die Teilnehmenden hineinversetzen sollten, Informationsvermittlung, z. B. über die Wirkung von Alkohol auf die Informationsverarbeitung, und Selbstreflexionsübungen sowie Aufgaben, die zwischen den Modulen zu bearbeiten waren, z. B. Diskussionen im Freundeskreis zu Themen wie dem Realitätsgehalt pornografischer Darstellungen von Sexualität. Die Eignung der Materialien für die Veränderung der Zielkonstrukte war zuvor in einer Pilotstudie überprüft worden. Verschiedene Versionen der Module wurden den Teilnehmenden je nach Geschlecht und sexuellem Erfahrungshintergrund zugewiesen (z. B. erhielten Frauen, die ausschließlich heterose-

**TABELLE 1**

MODULE DER INTERVENTION		
<p><b>MODUL 1</b>                      Riskante Skripts und Verhaltensweisen:                      Alkoholkonsum in sex. Interaktionen</p>	<p><b>MODUL 2</b>                      Riskante Skripts und Verhaltensweisen:                      Mehrdeutige Kommunikation sexueller Absichten</p>	<p><b>MODUL 3</b>                      Riskante Skripts und Verhaltensweisen:                      Unverbindliche sexuelle Kontakte</p>
<p><b>MODUL 4</b>                      Sexuelles Selbstwertgefühl                      Sexuelle Assertivität</p>	<p><b>MODUL 5</b>                      Pornografie-Konsum und dessen Wahrnehmung als realistisch</p>	<p><b>MODUL 6</b>                      Akzeptanz von Druckausübung in sexuellen Interaktionen</p>

Quelle: <https://www.uni-potsdam.de/de/kiss-up/kompetenzinsexuellensituationen>

xuelle Kontakte angaben, die Szenarien mit heterosexuellen Interaktionen aus weiblicher Perspektive).

An der Studie zur Evaluation des »KisS«-Programms nahmen insgesamt 1 181 Studierende (762 Frauen, 419 Männer) von Universitäten in Berlin und Brandenburg teil. Das Durchschnittsalter zum ersten Erhebungszeitpunkt T1 lag bei 22,6 Jahren. Sie wurden nach dem Zufallsprinzip auf die Interventions- und die Kontrollbedingung aufgeteilt. Die Risiko- und Vulnerabilitätsfaktoren wurden mithilfe etablierter Messinstrumente erfasst, die auf Selbstauskünften und -einschätzungen basieren und in Schuster et al. (2022) beschrieben sind. Sexuelle Aggression wurde mit den Potsdamer Skalen zur Erfassung sexueller Aggression und Viktimisierung erfasst (Krahé & Berger, 2014). Dieses Instrument erfasst die Ausführung und das Erleben sexueller Aggression auf jeweils 36 parallelen Items, die zwischen drei Strategien der Druckausübung (verbaler Druck, Ausnutzen der Widerstandsunfähigkeit, Androhung oder Einsatz körperlicher Gewalt), drei Beziehungskonstellationen (aktuelle/r oder frühere/r Partner/in, Freund/in oder Bekannte/r, Fremde/r) und vier sexuellen Handlungen (sexuelle Berührung, versuchtes und vollzogenes Eindringen in

den Körper, andere sexuelle Handlungen) differenzieren.

Sowohl die Interventions- als auch die Kontrollgruppe bearbeiteten zu T1 die Maße der Risikofaktoren und der sexuellen Aggression bzw. Opfererfahrungen. Die Interventionsgruppe erhielt unmittelbar anschließend das erste und danach im wöchentlichen Abstand die weiteren fünf Module des Interventionsprogramms. Eine Woche nach dem letzten Modul, zum Zeitpunkt T2, bearbeiteten alle Teilnehmenden erneut die kognitiven Maße (sexuelle Skripts, sexuelles Selbstwertgefühl und Akzeptanz von Druckausübung). Neun Monate später (T3) bearbeiteten sie diese Maße erneut, zudem wurden sexuelles Verhalten, Pornografiekonsum und die Wahrnehmung von Pornografie als realistisch sowie sexuelle Aggression und Opfererfahrungen erfasst. Diese Maße wurden weitere 12 Monate später (T4) wiederum bei allen Teilnehmenden erhoben. Insgesamt umfasste die Studie damit einen Zeitraum von 23 Monaten. Zum Zeitpunkt T4 nahmen noch 81 % der Ausgangsstichprobe an der Erhebung teil, was einer sehr hohen Retentionsrate entspricht. Die Teilnahme an der Studie wurde mit Amazon-Gutscheinen honoriert.

## Ergebnisse

Zunächst ist festzuhalten, dass auch in dieser Studie hohe Prävalenzraten sexueller Opfererfahrungen ermittelt wurden. Über verschiedene Formen der Druckausübung hinweg berichteten 62,1 % der Frauen und 37,5 % der Männer zu T1, seit dem 14. Lebensjahr mindestens eine sexuelle Erfahrung gegen ihren Willen gemacht zu haben. Insgesamt 17,7 % der Männer und 9,4 % der Frauen gaben an, schon einmal eine andere Person gegen deren Willen zu sexuellen Handlungen gebracht zu haben.

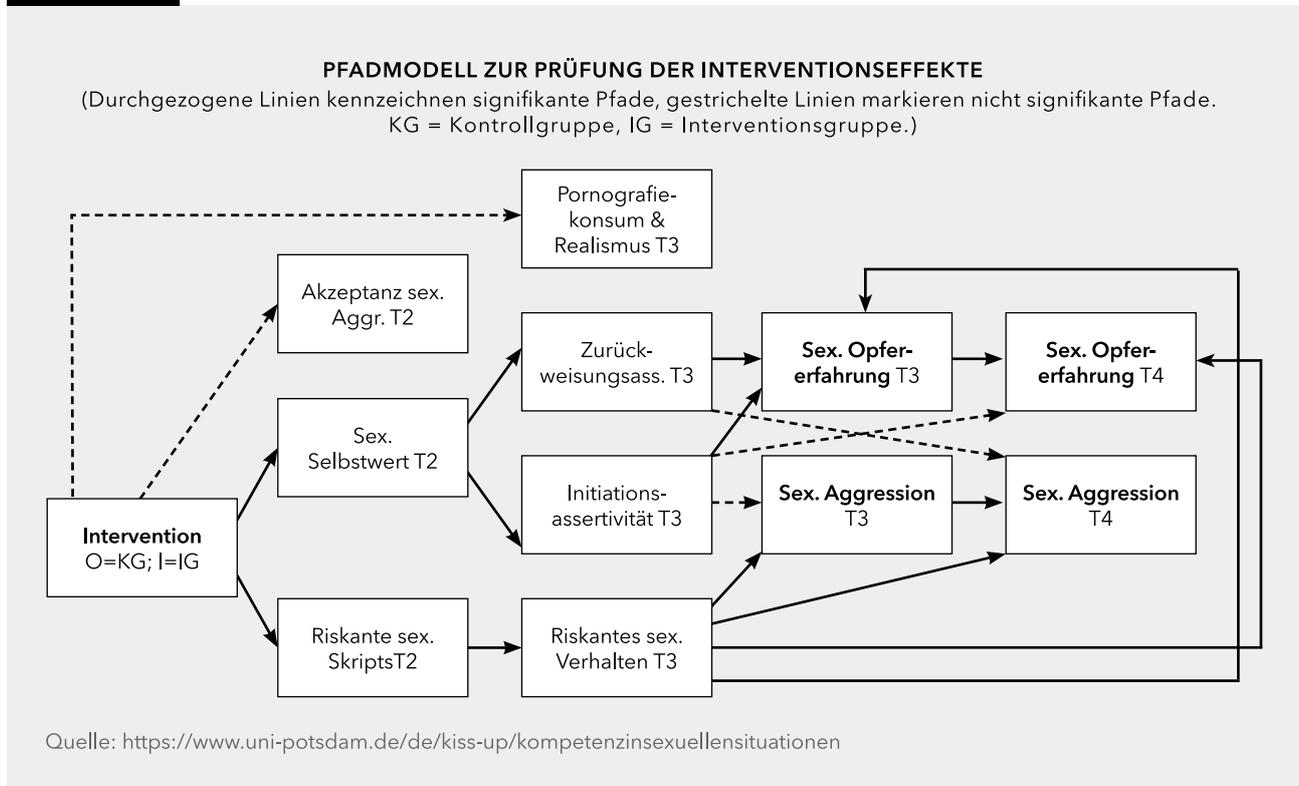
Die Rate des Erlebens und Ausübens sexueller Aggression unterschied sich zu den beiden Follow-up-Zeitpunkten T3 und T4 nicht signifikant zwischen der Interventions- und der Kontrollgruppe. Allerdings hatten wir auch keine direkten Effekte der Intervention angenommen, sondern eine vermittelte Wirkung über die identifizierten Risiko- bzw. Vulnerabilitätsfaktoren vorhergesagt. Dementsprechend wurde die Wirksamkeit der Intervention in drei Schritten überprüft.

Im ersten Schritt untersuchten wir, ob die zum Zeitpunkt T2 erfassten kognitiven Risikofaktoren (sexuelle Skripts, sexuelles Selbstwertgefühl, Akzeptanz von Druckausübung in sexuellen Interaktionen) in der Interventionsgruppe – unter Berücksichtigung der jeweiligen Ausgangswerte vor der Intervention – geringer ausgeprägt waren und diese verringerten Ausprägungen auch zu T3 und T4 noch nachweisbar waren. Hierbei zeigte sich, dass die Teilnehmenden in der Interventionsgruppe zu allen drei Zeitpunkten nach der Intervention signifikant weniger riskante sexuelle Skripts und ein signifikant höheres sexuelles Selbstwertgefühl aufwiesen als die Teilnehmenden in der Kontrollgruppe. Zudem wurde deutlich, dass die Wirkung der Intervention auf die riskanten sexuellen Skripts insbesondere bei den Teilnehmenden zu finden war, die bereits vor der Intervention mittlere und hohe Ausprägungen auf dem Maß der riskanten Skripts aufwiesen. In Bezug auf die Akzeptanz von Druckausübung in sexuellen Interaktionen ließ sich kein signifikanter Unterschied zwischen der Interventions- und der Kontrollgruppe zeigen.

Im zweiten Schritt prüften wir die vorhergesagte indirekte Wirkung der Intervention auf sexuelles Risikoverhalten, sexuelle Assertivität und die Wahrnehmung von Pornografie als realistisch vermittelt über die im ersten Schritt betrachteten sexualitätsbezogenen Konstrukte der sexuellen Skripts und des sexuellen Selbstwertgefühls. Auch hier zeigten sich überwiegend erwartungsgemäße Befunde. Neun Monate (T3) und 21 Monate (T4) nach der Intervention zeigten Teilnehmende mit weniger riskanten sexuellen Skripts zu T2 weniger sexuelles Risikoverhalten. Ein höheres sexuelles Selbstwertgefühl zum Zeitpunkt T2 sagte eine höhere Zurückweisungsassertivität und eine höhere Assertivität bei der Initiierung sexueller Kontakte zu T3 und T4 vorher. Keine Effekte ergaben sich in Hinblick auf die Bewertung pornografischer Darstellungen als realistisch.

Schließlich wurden im dritten Schritt die indirekten Effekte der Intervention auf die Wahrscheinlichkeit der Ausübung und des Erlebens sexueller Aggression untersucht, und zwar vermittelt über die kognitiven (sexuelle Skripts und sexuelles Selbstwertgefühl) und behavioralen (sexuelles Risikoverhalten und sexuelle Assertivität) Faktoren, die durch die Intervention beeinflusst wurden. Hierbei erwies sich vor allem die Beeinflussung sexueller Skripts als wesentlich. Weniger riskante sexuelle Skripts, wie sie in der Interventionsgruppe zu T2 gefunden wurden, sagten – vermittelt über weniger riskantes Verhalten zu T3 – eine signifikant niedrigere Wahrscheinlichkeit der Ausübung und des Erlebens sexueller Aggression zu T3 und T4 voraus. Der Effekt der Intervention auf ein höheres sexuelles Selbstwertgefühl führte nur über eine erhöhte Assertivität bei der Initiierung sexueller Kontakte zu einer geringeren Wahrscheinlichkeit sexueller Opfererfahrungen zu T3. Hinweise auf Geschlechtsunterschiede fanden sich nicht. Wirkpfade auf die Opfererfahrung über eine erhöhte Zurückweisungsassertivität auf die Wahrscheinlichkeit von Opfererfahrungen fanden sich nicht, ebenso wenig Effekte über diesen Pfad auf die Wahrscheinlichkeit der Ausübung sexueller Aggression. Eine zusammenfassende Darstellung der Ergebnisse zeigt [Abbildung 1](#).

ABBILDUNG 1



### Diskussion und Ausblick

Die Ergebnisse belegen mehrheitlich die erwarteten Wirkpfade der Intervention. Durch die Reduzierung riskanter sexueller Skripts wurde über eine Verringerung riskanten sexuellen Verhaltens die Wahrscheinlichkeit sexueller Aggression und sexueller Opfererfahrungen statistisch signifikant gesenkt. Zudem gelang es, über eine Förderung des sexuellen Selbstwertgefühls die Assertivität bei der Zurückweisung unerwünschter und der Initiierung erwünschter sexueller Kontakte zu steigern. Schließlich zeigte sich auch eine indirekte Wirkung des höheren Selbstwertgefühls auf die Verringerung der Wahrscheinlichkeit sexueller Opfererfahrungen, vermittelt über eine höhere Initiierungsassertivität. Keine Interventionseffekte konnten wir in Bezug auf die Veränderung der Akzeptanz von Druckausübung in sexuellen Interaktionen sowie die Bewertung von Pornografie als realistisch erzielen. Trotzdem kann das Programm insgesamt als erfolgreich eingeschätzt werden, zumal die nachgewiesenen nachhaltigen Effekte auf sexuelle Skripts, sexuelles

Risikoverhalten, sexuelles Selbstwertgefühl und sexuelle Assertivität über die gesamte Dauer des Programms auch jenseits der Problematik sexueller Aggression die Kompetenz und Zufriedenheit in sexuellen Beziehungen erhöhen können. Zudem fielen größere Teile des zweiten Follow-up-Zeitraums in die Zeit der coronabedingten Kontakteinschränkungen, wodurch sich die Möglichkeiten sexueller Kontakte insgesamt und damit auch die Wahrscheinlichkeit sexueller Aggression und Opfererfahrungen verringerte.

In einem nächsten Schritt wären die Module 5 (Konsum und Wahrnehmung von Pornografie als realistisch) und 6 (Akzeptanz von Druckausübung in sexuellen Interaktionen) zu überarbeiten bzw. Gründe für die fehlende Effektivität zu identifizieren. Da die Intervention ebenso wie die Instrumente zur Wirksamkeitsmessung vollständig im Online-Format präsentiert werden können, eignet sich das »KisS«-Programm für den effizienten Einsatz auch dezentral und bei größeren Gruppen.

## Literatur

- D'Abreu, L. C. F., & Krahé, B.** (2014). Predicting sexual aggression in male college students in Brazil. *Psychology of Men & Masculinity*, 15(2), 152–162.
- Krahé, B., & Berger, A.** (2013). Men and women as perpetrators and victims of sexual aggression in heterosexual and same-sex encounters: A study of first-year college students in Germany. *Aggressive Behavior*, 39(5), 391–404.
- Krahé, B., & Berger, A.** (2014). Potsdamer Skalen zur Erfassung sexueller Aggression und Viktimisierung (Sex\_Agg\_Vik). In D. Richter, E. Brähler, & B. Strauß (Hg.). *Sexualwissenschaftliche Testverfahren* (pp. 162–167). Göttingen: Hogrefe.
- Krahé, B., & Berger, A.** (2017). Longitudinal pathways of sexual victimization, sexual self-esteem, and depression in women and men. *Psychological Trauma*, 9(2), 147–155.
- Krahé, B., & Berger, A.** (2021). Pathways from college students' cognitive scripts for consensual sex to sexual victimization: A three-wave longitudinal study. *Journal of Sex Research*, 58(9), 1130–1139
- Krahé, B., Schuster, I., & Tomaszewska, P.** (2021). Prevalence of sexual aggression victimization and perpetration in a German university student sample. *Archives of Sexual Behavior*, 50(5), 2109–2121.
- Krahé, B., Tomaszewska, P., & Schuster, I.** (2022). Links of perceived pornography realism with sexual aggression via sexual scripts, sexual behavior, and acceptance of sexual coercion: A study with German university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(1).
- Morokoff, P. J., Quina, K., Harlow, L. L., Whitmire, L., Grimley, D. M., Gibson, P. R., & Burkholder, G. J.** (1997). Sexual Assertiveness Scale (SAS) for women: Development and validation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73(4), 790–804.
- Schuster, I., & Krahé, B.** (2019a). Predictors of sexual aggression perpetration among male and female college students: Cross-cultural evidence from Chile and Turkey. *Sexual Abuse*, 31(3), 318–343.
- Schuster, I., & Krahé, B.** (2019b). Predicting sexual victimization among college students in Chile and Turkey: A cross-cultural analysis. *Archives of Sexual Behavior*, 48(8), 2565–2580.
- Tomaszewska, P., & Krahé, B.** (2018). Predictors of sexual aggression victimization and perpetration among Polish university students: A longitudinal study. *Archives of Sexual Behavior*, 47(2), 493–505.

## Autorinnen

**Prof. Dr. Barbara Krahé** ist Professorin für Sozialpsychologie an der Universität Potsdam (seit 2021 im Ruhestand). Ihre Forschungsschwerpunkte liegen auf den Themen »Sexuelle Aggression« sowie »Wirkung von Mediengewalt«.  
Kontakt: krahe@uni-potsdam.de

**Dr. Paulina Tomaszewska** war bis 2022 wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Professur für Sozialpsychologie der Universität Potsdam. Sie ist angehende Psychotherapeutin mit Schwerpunkt Verhaltenstherapie.

**Dr. Isabell Schuster** ist wissenschaftliche Mitarbeiterin im Arbeitsbereich Emotionale und Soziale Entwicklung an der Freien Universität Berlin. Ein Schwerpunkt ihrer Arbeit liegt auf der Prävention sexueller Aggression im Jugend- und Erwachsenenalter.

## Zitierweise

**Krahé, B., Tomaszewska, P., & Schuster, I.** (2023). »KisS«: Ein Programm zur Vermeidung sexueller Aggression bei jungen Erwachsenen, FORUM Sexualaufklärung und Familienplanung: Informationsdienst der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), 1, 48–53.  
[https://doi.org/10.17623/BZgA\\_SRH:forum\\_2023-1\\_beitrag\\_kiss\\_vermeidung\\_sexu\\_aggre](https://doi.org/10.17623/BZgA_SRH:forum_2023-1_beitrag_kiss_vermeidung_sexu_aggre)