



## Doktorspiele oder sexuelle Übergriffe?

دکتر بازی یا تجاوز جنسی؟

### Tipps für Mütter und Väter, Pädagoginnen und Pädagogen

راهنمایی مادران و پدران ، مربیان تربیت کودک

### Was sind Doktorspiele

دکتر بازی چیست؟

Doktorspiele gehören zur normalen Entwicklung von Kindern im Vor- und Grundschulalter. Bereits Babys entdecken ihren eigenen Körper – zunächst Haut und Mund, mit wenigen Monaten ihre eigenen Geschlechtsorgane. Sie berühren ihre Vagina (Scheide) oder ihren Penis und genießen die damit verbundenen Gefühle.

Etwas ältere Mädchen und Jungen mögen es, nackt zu sein, sich in Gegenwart anderer auszuziehen und finden zum Beispiel heraus, dass sie durch Berührung und Reibung ihrer Geschlechtsorgane sich schöne Gefühle machen können.

Zwischen dem dritten und vierten Lebensjahr beginnen Mädchen und Jungen, andere in ihre sexuellen Handlungen einzubeziehen. Sie zeigen die eigenen Geschlechtsorgane und untersuchen sich selbst und ihre gleichaltrigen

Freundinnen und Freunde. Sie haben Begriffe für die Geschlechtsorgane und erleben sich selbst als Mädchen oder Junge.

دکتربازی متعلق به رشد طبیعی کودکان در سنین پیش دبستانی و ابتدایی است. پیش از هر چیز نوزادان بدن خود و سپس پوست و دهان، و بعد از چند ماه اندام های جنسی خود را کشف میکنند. آنها دستگاه تناسلی (واژن) و یا آلت تناسلی خود را لمس می کنند و از احساسات مرتبط به آن لذت می برند. دختران و پسران کمی بزرگتر دوست دارند برهنه باشند و در مقابل دیگران لخت شوند و به عنوان مثال پی می برند که می توان احساسات زیبایی از طریق لمس کردن و نوازش کردن آلت تناسلی خود داشته باشند. در سنین سه و چهار سالگی، دختران و پسران شروع به شریک کردن دیگران در فعالیت های جنسی خود می کنند. آنها آلت تناسلی خود را نشان می دهند و خود و همچنین دوستان دختر و پسر همسنان را بررسی می کنند. آنها یک واژه برای آلت تناسلی دارند و با جنسیت خود به عنوان دختر یا پسر آشنایی پیدا می کنند.

Ab dem vierten Lebensjahr finden Doktorspiele meist in Form von Arztspielen oder Vater-Mutter-Kind-Spielen statt. Die Mädchen und Jungen untersuchen ihre Geschlechtsorgane, imitieren das Verhalten von Erwachsenen (Händchen halten, knutschen, heiraten) und spielen Zeugungs- und Geburtsszenen.

از سن چهارسالگی، دکتربازی ها معمولا در قالب بازی به عنوان دکتر و یا بازی پدر مادر و فرزند، صورت میگیرد. دختران و پسران آلت تناسلی خود را بررسی نموده، رفتار بزرگسالان را تقلید می نمایند (دست در دست نگه داشتن، بوسیدن و عشقبازی کردن، ازدواج) و در حین بازی، آبستن کردن و زاییدن را صحنه سازی می کنند.

Im Alltag ist nicht selten zu beobachten, dass bereits Kinder im Vorschulalter orale Handlungen am Penis, an der Scheide oder am Anus nachspielen/ausprobieren. Auch auf Fotos präsentieren sich einige Kinder mit sexuell getönten Posen. Ein solches Verhalten ist kein altersentsprechendes Verhalten.

So wie einige Mädchen und Jungen aufgrund ihrer kindlichen Neugierde mal auf die heiße Herdplatte packen und sich dabei die Finger verbrennen, stecken sich Kinder auch Gegenstände in die eigenen Körperöffnungen und die anderer Mädchen und Jungen. Ihnen ist zum Beispiel nicht bewusst, dass es zu unbeabsichtigten Verletzungen kommen kann, wenn sie im Rahmen von Doktorspielen Stifte oder andere Dinge in die Vagina (Scheide) und in den Anus (Po) stecken.

در زندگی روزمره کم مشاهده نمی شود که حتی کودکان پیش دبستانی آلت تناسلی (دختر/پسر) و یا مقعد را به صورت بازی از طریق دهان امتحان نکرده باشند. حتی برخی از کودکان در عکس، ژستهایی با حالت های سکسی از خود به نمایش می گذارند که یک چنین رفتاری متناسب با سن آنها نیست. همانگونه که برخی از دختران و پسران که به علت کنجکاوی کودکانه اجاق گاز را لمس کرده و در نتیجه انگشتان دست خود را میسوزانند، این کودکان نیز اشیاء را در سوراخ های بدن خود و دختران و پسران دیگر فرو می برند. برای مثال آنها درک نمی کنند، که در هنگام دکتربازی اگر مداد و یا چیزهای دیگری را داخل واژن و یا داخل مقعد فرو کنند ممکن است ناخواسته آسیبی به دیگری وارد کنند.

Doktorspiele sind Kinderspiele. Sie werden unter Kindern gleichen Alters oder gleichen Entwicklungsstandes mit maximal zwei Jahren Altersunterschied gespielt. Mädchen und Jungen betrachten und berühren sich gegenseitig. Es sind gleichberechtigte und gegenseitige Spiele. Die Initiative geht dabei nicht nur von einem Kind aus. Kein Kind ordnet sich einem anderen unter. Sie finden eher unter Freundinnen und Freunden als unter Geschwistern statt.

دکتربازی یک بازی کودکانه است. این بازی میان کودکان هم سن و سال و یا کودکان هم سطح با حداکثر دو سال تفاوت سنی انجام می شود. دختران و پسران یکدیگر را متقابلاً نگاه و لمس می کنند. بازی ها برابر و متقابل هستند. ابتکار عمل در اینجا تنها از یک کودک شروع نمی شود. هیچ کودکی تابع دیگری نیست. این بازیها بیشتر بین دوستان دختر و دوستان پسر برگزار می شود تا بین خواهر و برادر.

## Reaktionen auf Doktorspiele

### واکنش ها در برابر دکتربازی

Viele Mütter und Väter reagieren verunsichert auf Doktorspiele unter Kindern. Einigen Erwachsenen ist die Beobachtung peinlich. Sie sehen bewusst oder unbewusst weg. Andere haben Angst, auf Doktorspiele positiv zu reagieren. Sie sind in Sorge, Mädchen und Jungen würden bei positiven Reaktionen ein zu starkes Interesse an Sexualität entwickeln. Wiederum andere vernachlässigen aus falsch verstandener Offenheit die Vermittlung klarer Regeln für Doktorspiele.

Mädchen und Jungen brauchen eindeutige Regeln, um im Doktorspiel ihre eigenen persönlichen Grenzen vertreten und die Grenzen der anderen Kinder wahrnehmen und achten zu können.

بسیاری از مادران و پدران از دکتربازی میان کودکان مردد هستند. برای برخی از بزرگسالان مشاهده این بازی شرم آور است. آنها خواسته یا ناخواسته تماشا نمی کنند. برخی دیگر میترسند واکنش مثبتی در مورد دکتربازی نشان دهند و نگران این هستند که با واکنش های مثبت احتمالاً دختران و پسران، علاقه بیشتری نسبت به تمایلات جنسی پیدا کنند. از طرف دیگر، بعضی ها از این ارتباط های صاف و ساده، برداشت اشتباهی دارند و در توضیح قوانین شفاف این بازی به کودکان خود کوتاهی می کنند. دختران و پسران به قوانین واضحی نیازمند هستند که مرز های شخصی خود را در دکتربازی نشان دهند و قادر به درک و توجه مرز های کودکان دیگر باشند.

## Regeln für Doktorspiele

Jedes Mädchen/jeder Junge bestimmt selbst, mit wem sie/er Doktor spielen will.

Mädchen und Jungen streicheln und untersuchen einander nur so viel, wie es für sie selber und die anderen Kinder schön ist.

Alle sind vorsichtig. Kein Mädchen/kein Junge tut einem anderen Kind weh!

Niemand steckt einem anderen Kind etwas in den Po, in die Scheide, in den Penis, in die Nase, in den Mund oder ins Ohr.

Größere Kinder, Jugendliche und Erwachsene haben bei Doktorspielen nichts zu suchen.

Hilfe holen ist kein Petzen!

هر دختر و هر پسری خود تعیین می کند، با چه کسی می خواهد دکتربازی کند .  
دختران و پسران، همدیگر را همان اندازه که برای خود و کودکان دیگر خوشایند است نوازش و معاینه می کنند.  
همه مراقب هستند. هیچ دختر و پسری به دیگری صدمه نمیزند.  
هیچ کسی اجازه فرو کردن چیزی داخل مقعد، واژن، آلت تناسلی، داخل دماغ، دهان و گوش بچه دیگر را ندارند.  
بچه های بزرگتر، جوانان و بزرگسالان حق شرکت در دکتربازی را ندارند.  
کمک گرفتن، خبرچینی نیست!

## Sexuelle Übergriffe durch Kinder

### تجاوز جنسی توسط کودکان

Sexuelle Übergriffe sind sexuelle Handlungen, die wiederholt, massiv und/oder gezielt die persönlichen Grenzen anderer verletzen.

Ein Mädchen oder ein Junge ist sexuell übergriffig, wenn sie/er

andere Kinder zu sexuellen Handlungen überredet, verführt oder besticht, sexuelle Handlungen mit körperlicher Gewalt oder Drohungen erzwingt oder andere Kinder wiederholt und/oder gezielt an den Genitalien verletzt.

Einmalige unbeabsichtigte Verletzungen bei kindlichen Doktorspielen sind noch kein Grund für allzu große Besorgnis. Treten jedoch wiederholt Verletzungen auf und missachten Mädchen und Jungen die ihnen bekannten Regeln für Doktorspiele, so ist dieses Verhalten als sexuell übergriffig zu bewerten.

تجاوز جنسی اعمال جنسی هستند که مکرر، به شدت و یا عمداً به حریم جنسی دیگران آسیب برساند.  
یک دختر یا یک پسر وقتی تجاوزگر جنسی است که کودکان دیگر را به انجام اعمال جنسی متقاعد یا وسوسه کند و یا با

رشوه دادن آنها را فریب دهد، آنها را به اعمال جنسی با خشونت فیزیکی تهدید یا مجبور کند و یا به آلت تناسلی کودکان دیگر مکرر و یا عمداً آسیب برساند.  
یک آسیب غیر عمدی در حین دکتربازی کودکانه، دلیلی برای نگرانی بیش از حد نیست. اما اگر این آسیب ها مکرر رخ دهد، و دختران و پسران به قوانین بی توجه باشند، این رفتار یک تجاوز جنسی به حساب می آید.

Keinesfalls ist wiederholt oder gezieltes sexuell übergriffiges Verhalten eine Folge eines zufällig beobachteten Geschlechtsverkehrs. Einige sexuell übergriffige Kinder waren zuvor selber Opfer sexueller Gewalt. Die meisten von ihnen haben diese Gewalterfahrungen jedoch nicht innerhalb, sondern außerhalb der Familie erlebt. So gilt zum Beispiel unter Jungen sexuell übergriffiges Verhalten oftmals als „Mutprobe“ – zum Beispiel: jüngere oder schwächere Kinder auf dem Klo belästigen oder mit pornografischen Bildern auf dem Handy schocken.

Oftmals hat sexuell übergriffiges Verhalten auch andere Ursachen. Zum Beispiel:  
emotionale Vernachlässigung,  
Vernachlässigung klarer Regeln für Doktorspiele innerhalb der Kindergruppe,  
körperliche Gewalterfahrungen in und außerhalb der Familie,  
Mobbing-Erfahrungen  
oder Zeugenschaft von (häuslicher) Gewalt.

مشاهده یک نزدیکی جنسی به طور تصادفی، تحت هیچ شرایطی نمی تواند موجب یک رفتار عمدی تجاوز جنسی شود. برخی از کودکان تجاوزگر جنسی، خود قبلاً قربانی خشونت های جنسی بوده اند. بسیاری از آنها این خشونت ها را نه در خانواده، بلکه خارج از خانواده تجربه کرده اند. به عنوان مثال، در میان پسران رفتار تجاوز جنسی اغلب "تست شجاعت" نامیده می شود – برای مثال، اذیت کردن کودکان جوان تر یا ضعیف تر در توالت یا شوکه کردن آنها با تصاویر جنسی در تلفن همراه.  
اغلب رفتار تجاوز جنسی علل دیگری دارد. به عنوان مثال:  
کمبود عاطفی  
عدم آموزش قوانین واضح دکتربازی بین کودکان،  
تجربه های آزار جسمی در داخل و خارج از خانواده،  
تجربه آزار های عمدی  
یا شاهد خشونت (خانگی).

## **Betroffene Mädchen und Jungen sind Opfer!**

**دختران و پسران آسیب دیده ی تجاوز جنسی ، قربانی هستند!**

Für viele Mädchen und Jungen sind sexuelle Gewalterfahrungen durch gleichaltrige und ältere Kinder extrem belastend. Deshalb bezeichnet man von sexuellen Übergriffen betroffene Mädchen und Jungen als Opfer. Sexuell übergriffigen Kindern wird man jedoch weder menschlich noch

fachlich gerecht, wenn man sie als „Täter“ oder „Täterin“ kriminalisiert und ihre Handlungen als „Missbrauch“ bezeichnet. Fachleute sprechen deshalb von „sexuell übergriffigen Kindern“. Im Alltag ist es wichtig, dass die Eltern der betroffenen und der übergriffigen Kinder sich nicht gegenseitig beschuldigen und die Kinder aus dem Blick verlieren.

برای بسیاری از دختران و پسران تجربه خشونت جنسی بوسیله کودکان هم سن و سال خود و کودکان بزرگتر به شدت آزاردهنده است. به این دلیل اینگونه کودکان قربانیان جنسی نامیده می شوند. از نظر انسانی و تخصصی کودکان تجاوزگر جنسی " مجرم " شناخته نشده و یا اعمال آنها به عنوان " سوء استفاده " تلقی نمی گردد ، به همین علت از طرف کارشناسان " کودکان تجاوزگر جنسی " نامیده می شوند. در زندگی روزمره مهم است که پدر و مادر کودکان آسیب دیده و والدین کودکان تجاوزگر یکدیگر را متهم نکنند و فاصله و بی اعتمادی بین خود و کودکانشان ایجاد نکنند.

## **Übergriffige Kinder sind keine „Täter“!**

**کودکان تجاوزگر " مجرم " نیستند!**

Die Verwendung der Begriffe „Opfer“ und „übergriffige Kinder“ entspricht einem üblichen Sprachgebrauch, der von Opfern ausgeht, ohne zwangsläufig die Verursacher der belastenden Situation als „Täter“ zu bezeichnen. Wenn zum Beispiel ein kleines Mädchen auf dem Spielplatz ein anderes Kind mit dem Rädchen umfährt und dieses sich dabei den Arm bricht, so wird man das betroffene Kind als Unfallopfer bezeichnen. Niemand bezeichnet jedoch die kleine Radfahrerin als „Täterin“.

استفاده از اصطلاحات " قربانی " و " کودکان تجاوزگر " با زبان رایج مطابقت می کند ، بدون اینکه عاملان این رفتار آزاردهنده را لزوماً " مجرم " نامید . برای مثال، وقتی یک دختر کوچک با چرخ خود به یک کودک دیگر در زمین بازی برخورد می کند و در این میان بازوی کودک می شکند ، پس از آن کودک آسیب دیده را قربانی تصادف می نامند . با این حال هیچ کس، دختر دوچرخه سوار کوچک را " مجرم " نمی نامد.

## **Signale, die Sie beachten sollten!**

**علائمی که باید به آن توجه داشته باشید!**

Ein Mädchen/Junge...

hat eine stark sexistische Sprache – stärker, als andere Kinder. ist in  
Doktorspiele mit älteren oder jüngeren Kindern verwickelt,  
versucht, andere Kinder zu Doktorspielen zu überreden,  
verletzt sich selbst oder andere an den Genitalien,  
legt anderen Kindern ein Geheimhaltungsgebot über Doktorspiele auf,  
spielt oder spricht über Handlungen, die Erwachsenensexualität entsprechen.

یک دختر یا یک پسر ...  
که یک زبان قوی جنسی، (قویتر از کودکان دیگر) دارد، اگر او درگیر دکتربازی با کودکان بزرگتر یا کوچکتر شود، برای متقاعد کردن کودکان دیگر به دکتربازی تلاش می کند، به اندام های تناسلی خود و یا دیگران آسیب میرساند، به بچه های دیگر در دکتربازی پیشنهادهای پنهان کاری میکند، بازی ها و صحبت های اینگونه بچه ها با تمایلات جنسی بزرگسالان مطابقت دارد.

## **Signale, bei denen Sie sich an eine Beratungsstelle wenden sollten!**

در صورت مشاهده یکی از علایم زیر، بهتر است شما با یک مرکز مشاوره تماس بگیرید!

Ein Mädchen/Junge...

hat an Doktorspielen ein größeres Interesse als an anderen altersgemäßen Spielen und Aktivitäten,  
benutzt eine extrem sexualisierte Sprache und demütigt wiederholt andere Kinder oder Erwachsene mit sexistischen Schimpfwörtern,  
versucht wiederholt, fremde oder uninteressierte Kinder in Doktorspiele einzubeziehen,  
versucht wiederholt, andere Kinder dazu zu überreden, die eigenen Geschlechtsteile oder die anderer Kinder zu berühren.  
fordert wiederholt andere Kinder zu Praktiken der Erwachsenensexualität auf,  
hat kein Verständnis für die Rechte anderer Kinder auf sexuelle Selbstbestimmung,  
verletzt sich selbst oder andere wiederholt oder gezielt an den Genitalien,  
überredet, verführt, besticht oder zwingt andere Kinder mit körperlicher Gewalt oder Drohungen zu Doktorspielen,  
erlegt anderen Kindern unter Anwendung von verbalen Drohungen oder körperlicher Gewalt ein Schweigegebot über sexuelle Handlungen im Rahmen von Doktorspielen auf.

یک دختر یا یک پسر ...  
علاقه بیشتری به دکتربازی دارد تا به دیگر بازیهای متناسب با سن و فعالیت هایش، او از اصطلاحات جنسی زیاد استفاده می کند و مکرر کودکان یا بزرگسالان دیگر را با دشنام های جنسی تحقیر میکند، تلاش می کند کودکان بیگانه یا کودکانی که علاقمند نیستند را در دکتربازی شرکت دهد، مکرر تلاش می کند کودکان دیگر را متقاعد کند تا اندام تناسلی خود و یا بچه های دیگر را لمس کنند. بارها بچه های دیگر را به انجام رابطه جنسی بزرگسالانه دعوت میکند، هیچ حق و حقوقی برای تعیین تمایلات جنسی کودکان دیگر قائل نیست. بارها یا عمداً به دستگاه تناسلی خود یا دیگران آسیب می رساند، کودکان دیگر را متقاعد و وسوسه می کند، رشوه میدهد، و یا آنها را با خشونت فیزیکی تهدید یا مجبور به دکتربازی می کند، بچه های دیگر را با استفاده از تهدید کلامی و یا خشونت فیزیکی درباره اعمال جنسی در چارچوب دکتربازی به سکوت موظف می کند.

## **Wenn ein Kind sich Ihnen anvertraut...**

وقتی یک کودک به شما اعتماد می کند...

Reagieren Sie ruhig und überlegt! Allzu heftige Reaktionen belasten betroffene Kinder.

Machen Sie keine Vorwürfe, auch wenn Ihr Kind sich Ihnen erst spät anvertraut.

Loben Sie Ihr Kind, weil sie/er den Mut hatte, darüber zu sprechen.

Stellen Sie in einem ruhigen Tonfall offene Fragen über den Ablauf der Übergriffe.

*(Zum Beispiel: Und was ist dann passiert? Was hat xy danach gemacht?)*

Akzeptieren Sie es, wenn Ihre Tochter/Ihr Sohn nicht (weiter-) sprechen will.

Überfordern Sie Ihr Kind nicht mit bohrenden Fragen nach Einzelheiten.

Stellen Sie sachlich fest, dass die Handlungen „nicht in Ordnung“, „blöd“, „gemein“...waren.

Stellen Sie die Aussagen Ihres Kindes nicht in Frage – auch wenn diese unlogisch sind.

Diskutieren Sie nicht darüber, ob Ihr Kind etwas falsch gemacht hat. Die Verantwortung für einen sexuellen Übergriff trägt niemals das Opfer!

Vermeiden Sie Forderungen nach drastischen Strafen für das übergriffige Kind, den Jugendlichen oder Erwachsenen, sonst kann Ihre Tochter/Ihr Sohn sich Ihnen nicht (weiter) anvertrauen!

Schützen Sie Ihr Kind vor Befragungen in Anwesenheit des übergriffigen Kindes!

Trösten und pflegen Sie Ihre Tochter/Ihren Sohn!

Versprechen Sie Ihrem Kind nichts, was Sie nicht halten können!

آرام و سنجیده واکنش نشان دهید! واکنش بیش از حد، کودکان آسیب دیده جنسی را تحت فشار می گذارد. کودک خود را سرزنش نکنید، حتی اگر او دیر به شما اعتماد کرده است. کودک خود را تشویق کنید، چون که او شجاعت صحبت در مورد آن را داشته است. با لحن آرام و بی پرده سؤال هایی درباره جریان تجاوز بپرسید.

(به عنوان مثال: و پس از آن چه اتفاقی افتاد؟ او پس از آن چه کرد؟).

اگر دختر یا پسر شما نمی خواهد (بیشتر) صحبت کند، قبول کنید.

به فرزند خود با سوال و پرسشهای بیش از حد درباره جزئیات بیشتر استرس ندهید.

واقع بینانه نشان دهید که این اعمال "اشتباه"، "احمقانه"، و بدجنسی... بوده است.

اظهارات فرزند خود را مورد سوال قرار ندهید - حتی اگر آنها غیر منطقی هستند.

در مورد این بحث نکنید که آیا فرزند شما کار اشتباهی انجام داده است.

مسئولیت یک تجاوز جنسی هرگز به عهده یک قربانی نیست!

از درخواست مجازات سخت برای کودک تجاوزگر، (نوجوان یا بزرگسال) پرهیز کنید، در غیر این صورت دختر یا پسر شما نمی تواند (همچنان) به شما اعتماد کند!

از حضور کودک خود در زمان مصاحبه با کودک تجاوزگر ممانعت کنید!

دختر یا پسر خود را تسلی بدهید و از او مراقبت کنید!

هیچ قولی به کودک خود ندهید، اگر نمی توانید به آن عمل کنید!



## Mein Kind hat sexuelle Übergriffe verübt...

فرزند من مرتکب به تجاوز جنسی شده است...

Reagieren Sie besonnen! Heftige Reaktionen der Erwachsenen sind zwar menschlich verständlich, lassen jedoch Kinder oft verstummen.

Vergessen Sie nicht: Übergriffiges Verhalten von Mädchen und Jungen im Vor- und Grundschulalter kann vielfältige Ursachen haben!

Auch wenn es Ihnen am Anfang schwerfällt, die von Ihrem Kind verübten Übergriffe zu glauben: Hören Sie zu, was andere Kinder über die Handlungen erzählen. Diese Informationen können Ihnen helfen, Ihre Tochter/Ihren Sohn bei der Überwindung des grenzverletzenden Verhaltens zu unterstützen.

Holen Sie sich die Unterstützung einer Beratungsstelle, die Sie bei Gesprächen begleitet und bei der sachlichen Klärung der Fakten unterstützt. Achten Sie darauf, dass Sie im Gespräch mit anderen Müttern und Vätern respektvoll miteinander umgehen.

Sprechen Sie Ihre Tochter/Ihren Sohn auf die sexuellen Übergriffe an. Benennen Sie die Handlungen ganz konkret, damit das Kind klar versteht, worum es geht.

*Ich möchte nicht, dass du einen Stock in den Po eines anderen Kindes steckst, am Penis eines anderen Kindes leckst...*

Vermitteln Sie Ihrem Kind, dass sie/er liebenswert ist, die Handlungen jedoch nicht in Ordnung waren.

Sagen Sie Ihrem Kind: „Ich will nicht, dass du das machst.“ Sagen Sie Ihrem Kind auch: „Ich halte zu dir, wenn jemand dir weh tut oder dein NEIN nicht respektiert.“

Fragen Sie Ihr Kind, wer ihr/ihm das beigebracht hat oder wo sie/er so etwas schon einmal gesehen hat.

Kinder, die *wiederholt* oder *gezielt* sexuell übergriffiges Verhalten zeigen, brauchen therapeutische Hilfe! Pädagogische Maßnahmen reichen nicht!

Sprechen Sie mit Menschen Ihres Vertrauens! Wählen sie Menschen, die Ihnen gut tun, achtsam mit persönlichen Informationen umgehen und die sexuellen Übergriffe des Kindes weder verharmlosen noch dramatisieren. Holen Sie sich therapeutische Unterstützung, falls Sie belastende Fantasien über den Ablauf der sexuellen Übergriffe haben oder wieder an eigene zurückliegende Gewalterfahrungen erinnert werden.

عاقلمنه واكنش نشان دهيد! اگرچه واكنش های شديد بزرگسالان، انسانی و قابل درک هستند، اما اغلب باعث سکوت کودکان می شود. فراموش نکنید که: رفتار دختران و پسران تجاوزگر در سنین مهد کودک و ابتدایی می تواند دلایل بسیاری داشته باشد! حتی اگر اول برای شما باور تجاوز کودکان دشوار است: به آنچه کودکان دیگر در مورد اعمال و رفتار او تعریف می کنند، گوش کنید. این اطلاعات می تواند به شما کمک کند که دختر یا پسر خود را در حین غلبه بر رفتار مضر خود حمایت کنید.

از حمایت یک مرکز مشاوره کمک بگیرید تا شما را در گفتگوها همراهی کند و از هدفتان برای روشن کردن حقایق پشتیبانی کند.

توجه کنید، در گفتگو با مادران و پدران دیگر با هم با احترام رفتار کنید.  
با دختر یا پسر خود در مورد تجاوز جنسی صحبت کنید. اعمال را به طور مشخص نام ببرید، تا کودک موضوع را به وضوح درک کند.  
من نمی‌خواهم که تو یک چوب در باسن کودک دیگری فرو کنی، آلت تناسلی کودک دیگری را لیس بزنی...  
به فرزند خود انتقال دهید که او ارزشمند است، اما اعمال او درست نبوده.  
به کودک خود بگویید، "من نمی‌خواهم تو این کار را انجام بدهی"، همچنین به کودک خود بگویید: "اگر کسی به تو لطمه بزند یابه" نه "گفتن تو احترام نگذارد من تو را حمایت می‌کنم."  
از کودک خود بپرسید چه کسی این رفتار را به او یاد داده است و یا کجا چنین چیزی را دیده است.  
کودک‌انی که مکرر یا عمداً رفتار تجاوز جنسی را انجام می‌دهند نیاز به کمک و درمان روحی دارند! اقدامات آموزشی کافی نیست!  
با آدم‌های مورد اعتماد خود صحبت کنید! افرادی را انتخاب کنید که احساس خوبی با آنها دارید و با دقت با مسائل شخصی شما برخورد می‌کنند و تجاوز جنسی یک کودک را نه بی‌اهمیت می‌شمارند و نه بیش از حد اغراق می‌کنند.  
اگر فکر و خیال، شما را در مورد روند تجاوز جنسی آزار می‌دهد یا شما را به یاد تجارب خشونت آمیز گذشته خود می‌اندازد، از حمایت درمانی کمک بگیرید.

## **Kindern bei der Verarbeitung sexueller Übergriffe helfen...**

به کودکان خود، در دوران درمان آسیب‌های جنسی کمک کنید...

Die Folgen sexueller Übergriffe durch andere Kinder oder Erwachsene müssen ernst genommen werden. Nach einem ersten Schock verarbeiten viele Mädchen und Jungen weniger massive sexuelle Übergriffe meist ohne sehr belastende Langzeitfolgen – vorausgesetzt: Es wird ihnen geglaubt und sie werden vor weiteren Übergriffen geschützt.

Mädchen und Jungen reagieren auf sexuelle Gewalterfahrungen häufig mit zeitlicher Verzögerung. Das bedeutet: Die Folgen der Gewalterfahrungen werden oftmals erst Wochen oder Monate später deutlich. Nicht selten erkennen Eltern und pädagogische Fachkräfte nicht den Zusammenhang und betroffene Kinder bleiben ohne Hilfe.

عواقب سوء استفاده جنسی کودکان یا بزرگسالان را باید جدی گرفت. بسیاری از دختران و پسران اغلب پس از اولین شوک، تجاوزات جنسی که شدت کمتری داشته‌اند را بدون عواقب طولانی مدت طی می‌کنند – به شرطی که: آنها را باور داشته باشند و در برابر سوء قصدهای جنسی دیگر محافظت بشوند.  
دختران و پسران اغلب با تاخیر به تجارب خشونت جنسی عکس‌العمل نشان می‌دهند. این به این معنی است که تاثیر تجربه خشونت جنسی اغلب هفته‌ها یا ماه‌ها بعد به طور قابل توجهی خود را نشان می‌دهد. خیلی اوقات دیده می‌شود پدر و مادرها و متخصصان آموزشی علت این موضوع را تشخیص نمی‌دهند و کودکان آسیب دیده بدون کمک می‌مانند.

Beratungsstellen gegen sexuellen Missbrauch oder Fachberatungsstellen geben Ihnen Tipps, wie Sie die Selbstheilungskräfte Ihres Kindes stärken

können. Sie klären mit Ihnen, ob eine traumatherapeutische Hilfe für Ihr Kind notwendig und hilfreich ist oder nicht.

Die folgenden Tipps helfen Eltern, ihren Kindern eine kindgerechte Begleitung bei der Bewältigung sexueller Übergriffe zu geben.

Verzweifeln Sie nicht, wenn Ihr Kind in den ersten Wochen massive Auffälligkeiten zeigt!

*Viele Kinder leiden zunächst unter massiven Folgen: Ängste, nächtliche Schreianfälle, Wutanfälle, Alpträume, Freudlosigkeit, körperliche Reaktionen, Babyverhalten und –sprache.... Einige Wochen später geht es ihnen meist wieder besser.*

Zeigt Ihre Tochter/Ihr Sohn körperliche Reaktionen und Gefühlsschwankungen, so erklären Sie diese auf eine kindgerechte Art und Weise.

*Dir ist ganz kalt, weil du jetzt wieder daran denken musst. ...*

Pflegen Sie das Mädchen/den Jungen, wenn sie/er unter schmerzhaften Körpererinnerungen leidet (z.B. Fieber, Bauch- und Kopfschmerzen und schwere Arme und Beine).

*Opfer brauchen bei schmerzhaften Körpererinnerungen eine liebevolle Pflege – ähnlich wie Kinder nach schweren Operationen.*

Behalten Sie im Blick, ob, wann und wo Ihre Tochter/Ihr Sohn Folgen zeigt.

*Die Belastungen kindlicher Opfer werden häufig erst nach mehreren Wochen oder Monaten deutlich. Einige Mädchen und Jungen wechseln zwischen symptomreichen und symptomfreien Zeiten oder wirken im Elternhaus sehr belastet, in der Kita oder Schule jedoch „völlig normal“ – bzw. umgekehrt.*

Falls Ihr Kind unter Stimmungsschwankungen leidet (plötzliche Unruhe/Übererregung, Traurigkeit, Wutanfälle...), achten Sie darauf, was kurz vor diesen Stimmungsschwankungen geschehen ist.

Viele betroffene Mädchen und Jungen verlieren sich immer mal wieder in schmerzhaften Erinnerungen oder wirken wie abwesend, schauen zum Beispiel „durch einen durch“. Unterbrechen Sie solche Zustände. Ist ein Kind trotz ruhiger und klarer Ansprache nicht erreichbar, so hilft oft Singen, in den Arm nehmen oder Bewegung.

Reagieren Sie mit einer liebevollen Sachlichkeit, wenn Ihr Kind Einzelheiten über die belastenden Erlebnisse erzählt.

*Das war wirklich doof für dich! ... Wenn ich das gewusst hätte, hätte ich dir sofort geholfen...*

Sprechen Sie Ihr Kind nicht vor dem Einschlafen auf die sexuellen Übergriffe an!

*Spielen Sie vor dem Einschlafen eine schöne Musikkassette oder lesen Sie eine Gutenachtgeschichte vor.*

Akzeptieren Sie es, wenn Ihr Kind zunächst bestimmte Situationen vermeidet. Helfen Sie jedoch, dieses Vermeidungsverhalten wieder schrittweise aufzugeben.

*Falls Ihre Tochter/Ihr Sohn Ängste vor Kindergruppen entwickelt, geben Sie Ihr Kind vorübergehend nur für eine begrenzte Zeit in die Kita.*

Geben Sie Ihrem Kind durch eine klare und beständige Tagesstruktur eine Orientierung.

Reduzieren Sie Ihr Kind nicht auf die Opferrolle! Ein ganz normaler Alltag tut gut!

Altersentsprechende Grenzen und klare Regeln vermitteln betroffenen Mädchen und Jungen ein sicheres Gefühl.

Fanden die Übergriffe in einer Kita/in der Schule/in einer Unterkunft statt, so prüfen Sie, ob die Pädagoginnen und Pädagogen den Schutz Ihres Kindes sicherstellen können und bereit sind, mit einer Beratungsstelle zu kooperieren.

Tauschen Sie sich mit Menschen Ihres Vertrauens aus. Vermeiden Sie jedoch allzu häufige Problemgespräche. Es hilft weder Ihnen noch Ihrem Kind, wenn sich „alles nur noch um die sexuellen Übergriffe dreht“.

Falls Sie selber ständig an die Übergriffe denken müssen, sich belastende Fantasien über den Ablauf der Übergriffe machen oder massiv mit eigenen belastenden Vorerfahrungen beschäftigt sind, sollten Sie nicht nur für Ihr Kind, sondern auch für sich selbst Beratung suchen.

Traumafachberater/innen können Ihnen Möglichkeiten aufzeigen, wie Sie selbst belastende Erinnerungen und Fantasien stoppen können.

Vergessen Sie nicht sich selbst und Ihre Partnerschaft!

مراكز مشاوره و روانشناسان متخصص شما را راهنمایی می کنند که چگونه قدرت خودیاری فرزند خود را تقویت کنید. آنها توضیح می دهند که آیا برای فرزند شما یک کمک درمانی لازم و مفید است یا خیر. راهنمایی های زیر به والدین کمک می کند برای غلبه بر عواقب تجاوز جنسی، فرزندان خود را به سبک کودکانه پشتیبانی کنند.

اگر فرزند شما در چند هفته اول به شدت کارهای خاصی انجام می دهد مایوس و نا امید نشوید! بسیاری از کودکان در وهله اول از شدت عواقب تجاوز جنسی رنج می برند: اضطراب و ترس، حملات جیغ های شبانه، کج خلقی، کابوس، غم و اندوه، واکنش های فیزیکی، رفتار و زبان کودکانه... اکثراً چند هفته بعد حال آنها دوباره بهتر می شود.

اگر دختر یا پسر شما واکنش های فیزیکی و نوسانات عاطفی نشان میدهد، این را به سبک و روش کودکانه به او توضیح دهید.

چون دوباره یاد آن جریان افتادی، سردت شده... هنگامی که دختر یا پسر تان از خاطرات دردناک بدنشان رنج می برد از آنان مراقبت کنید (به عنوان مثال تب، دل درد، سردرد، سنگینی بازوها و پاها).

قربانیان زمانی که خاطرات دردناک بدنشان را به خاطر می آورند، نیاز به مراقبتهای محبت آمیزی دارند - مشابه مراقبت کودکان پس از عمل جراحی شدید.

در نظر داشته باشید، کی و کجا دختر یا پسر شما عواقب آسیب جنسی را نشان می دهند.

آسیب در کودکان قربانی اکثراً بعد از هفته ها و ماه ها مشخص می شود. برخی از دختران و پسران در زمان های متغیرگاهی علائم زیادی نشان میدهند و گاهی هیچ علائمی نشان نمی دهند، و یا در خانه پدری بیشتر تحت فشار

هستند اما در مهد کودک یا مدرسه، کاملاً "عادی" هستند - و یا بالعکس.

اگر کودک شما از نوسانات خلقی، اضطراب ناگهانی، تحریک جنسی بیش از حد، غم، اوقات تلخی و... رنج می برد، توجه کنید که چه اتفاقی قبل از این نوسانات خلقی افتاده است.

بسیاری از دختران و پسران آسیب دیده گاهی در خاطرات دردناک خود غرق می شوند و ظاهراً حواسشان جای دیگری است، به عنوان مثال "گویا از میان مخاطبی شفاف به آن سوی می نگرد" چنین وضعیتی را متوقف کنید. اگر نمیتوانید با کودک آسیب دیده از طریق سخنان آرام و واضح ارتباط برقرار کنید، اغلب آواز خواندن، به آغوش کشیدن و یا تکان دادن کمک می کند.

اگر کودک شما جزئیات تجارب آزاردهنده خود را تعریف می کند، شما محبت آمیز و واقع بینانه واکنش نشان دهید. واقعا کار احمقانه ای بود ...! اگر من می دونستم، بلافاصله بهت کمک می کردم...

قبل از خواب راجع به جریان تجاوز جنسی با فرزند خود صحبت نکنید!

قبل از خواب برای فرزندتان یک کاست موسیقی زیبا بگذارید و یا یک داستان برایش بخوانید.

اگر فرزند شما در ابتدا از شرایط خاصی اجتناب می کند سعی کنید بپذیرید و با این حال به او کمک کنید تا این رفتار را به تدریج کنار بگذارد.

اگر در دختر یا پسر شما ترس در مقابل ورود به گروهی از کودکان بوجود آمده است، کودک خود را به طور موقت و برای مدت زمان محدود به مهد کودک بفرستید.

به کودک خود به وسیله یک برنامه واضح و ثابت روزانه جهت بدهید.

کودک خود را در نقش قربانی تحقیر نکنید! یک روز عادی برایش فراهم کنید.

محدودیت های مناسب سنی و قوانین واضح، به دختران و پسران احساس امنیت میدهد.

اگر تجاوز جنسی در یک مهد کودک، مدرسه، یا در یک خوابگاه اتفاق افتاده است، بررسی کنید آیا مربیان می توانند حفاظت فرزند شما را تضمین کنند و مایل به همکاری با یک مرکز مشاوره هستند یا خیر.

اطلاعات خود را با افراد مورد اعتماد خود مبادله کنید. با این حال، از صحبت هایی که بیش از حد تنش آمیز هستند بپرهیزید. اگر "همه چیز فقط در محور تجاوز جنسی" بچرخد، این نه به شما و نه به فرزند شما کمک نخواهد کرد.

اگر شما نیز به طور مداوم در مورد تجاوز جنسی فکر می کنید و توهّمات آزاردهنده ای در مورد روند تجاوز جنسی دارید و یا به شدت با تجارب آزاردهنده گذشته خود درگیر هستید، نه تنها فرزند شما بلکه شما نیز باید برای مشاوره اقدام کنید.

مشاورین و روانشناسان متخصص می توانند به شما امکاناتی را ارائه دهند که خودتان بتوانید خاطرات و توهّمات آزاردهنده خود را متوقف کنید.

خود و همکاریتان را فراموش نکنید!