



Doktorspiele oder sexuelle Übergriffe?

Doktorske igre ili seksualno napastvovanje?

Tipps für Mütter und Väter, Pädagoginnen und Pädagogen

Savjeti za majke i očeve, pedagoginje i pedagoge

Was sind Doktorspiele?

Što su doktorske igre?

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.

Doktorske igre smatraju se dijelom normalnog razvoja djece u predškolskoj dobi i osnovoškolaca. Već bebe otkrivaju svoje vlastito tijelo – najprije kožu i usta, a sa nekoliko mjeseci svoje spolne organe. One dodiruju svoju vaginu (stidnicu) ili penis i uživaju u osjećajima koji pri tome nastaju.

Nešto starije djevojčice i dječaci vole biti goli, svući se u prisutnosti drugih i otkrivaju na primjer da si dodirivanjem ili trljanjem svojih spolnih organa mogu stvoriti ugodu.

Između treće i četvrte godine života djevojčice i dječaci počinju uključivati i druge u svoje seksualne radnje. Pokazuju svoje spolne organe i pregledaju sami sebe i svoje prijatelje vršnjakinje i vršnjake. Imaju nazive za spolne organe i doživljavaju sami sebe kao djevojčicu ili dječaka.

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.

Od četvrte godine života doktorske igre većinom se odvijaju u obliku igre liječnika ili igre tate-mame-djeteta. Djevojčice i dječaci pregledaju svoje spolne organe, oponašaju radnje odraslih (držanje za ruku, ljubakanje, vjenčavanje) i igraju se scena začeća i poroda.

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.

Nije rijetkost da u svakodnevnicima promatramo, kako već djeca u predškolskoj dobi oponašaju/isprobavaju oralne radnje na penisu, na vagini ili na anusu. I na fotografijama se neka djeca prikazuju u seksualno obojenim pozama. Takvo ponašanje nije ponašanje u skladu s dobi. Kao što neke djevojčice i dječaci zbog svoje dječje znatiželje ponekad dodirnu vruću ploču štednjaka i pritom si opeku prste, djeca si uvode predmete u vlastite tjelesne otvore ili u one drugih djevojčica i dječaka. Oni nisu svjesni, da ako se u okviru igre doktora npr. pisaljke ili druge

stvari uvode u vaginu (rodnicu) ili u anus (guzu), može doći do nenamjernih ozljeđivanja.

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.

Doktorske igre su dječije igre. One se igraju među djecom iste dobi ili istog stupnja razvoja s dobnom razlikom od najviše dvije godine. Djevojčice i dječaci se uzajamno promatraju i dodiruju. To su ravnopravne i uzajamne igre. Poticaj pri tome ne kreće samo od jednog djeteta. Niti jedno dijete se ne podređuje drugom. Prije se događaju među prijateljicama i prijateljima nego među braćom i sestrama.

Reaktionen auf Doktorspiele

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.

Reakcije na igre doktora

Mnoge majke i očevi reagiraju nesigurno na doktorske igre među djecom. Nekim odraslima je promatranje neugodno. Svjesno ili nesvjesno gledaju u stranu. Drugi se ne usuđuju zbog straha pozitivno reagirati na doktorske igre. Brinu da bi djevojčice i dječaci kod njihove pozitivne reakcije mogli razviti prejak zanimanje za seksualnost. S druge strane neki, zbog pogrešnog shvaćanja otvorenosti, propuštaju komunicirati jasna pravila za doktorske igre.

Djevojčice i dječaci trebaju jasna pravila da bi u igrama doktora zastupali svoje vlastite granice te mogli spoznati i poštovati granice druge djece.

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!

Pravila za igranje doktora

- Svaka djevojčica/svaki dječak sam određuje s kime se ona/on žele igrati doktora.
- Djevojčice i dječaci se međusobno dodiruju i pregledaju, u onoj mjeri koja je njima samima i drugoj djeci ugodna.
- Svi su oprezni. Niti jedna djevojčica/ niti jedan dječak ne nanosi drugom djetetu bol!
- Nitko ne gura drugom djetetu nešto u guzu, u rodnicu, u penis, u nos, u usta ili u uho.
- Veća djeca, mladi i odrasli u igrama doktora nemaju što tražiti.
- Onaj tko traži pomoć nije tužibaba!

Sexuelle Übergriffe durch Kinder

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.

Seksualno napastovanje od djece

Seksualno napastovanje su seksualne radnje koje ponovno, masivno i/ili ciljano povrjeđuju granice drugih.

Djevojčica ili dječak seksualno napastvuju ako ona/on

- drugu djecu nagovara na seksualne radnje, zavodi ih ili ih podmićuje,
- seksualne radnje iznuđuje tjelesnim nasiljem ili prijetnjama
- ili drugoj djeci opetovano i/ili ciljano nanosi ozljede po genitalijama.

Nenamjerno ozljeđivanje koje se dogodilo jedan put tijekom dječjih igri doktora još uvijek nije razlog za preveliku brigu. Ukoliko se ipak ponovno događaju povrede ili djevojčice i dječaci ne poštuju njima poznata pravila doktorskih igara tada se to ponašanje treba imenovati seksualnim zlostavljanjem.

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.

Ponavljano i ciljano ponašanje seksualnog napastvovanja nije nikako posljedica slučajno promatranog seksualnog odnosa. Neka djeca koja seksualno napastvuju su ranije i sama bila žrtve seksualnog nasilja. Većina njih nisu ta iskustva nasilja doživjela unutar obitelji, već izvan nje. Tako npr. kod dječaka često postoji ponašanje seksualnog napastvovanja kao „test hrabrosti“ – na primjer mlađa ili slabašnja djeca se zlostavljaju na WC-u ili se šokiraju pornografskim slikama na mobitelu.

Često ponašanje seksualnog napastvovanja ima i druge uzroke. Na primjer:

- emocionalno zanemarivanje,
- zanemarivanje jasnih pravila za igre doktora unutar grupe djece,
- iskustva tjelesnog nasilja u obitelji i izvan nje,
- iskustva mobbinga
- ili svjedočenje nasilju (u kući).

Betroffene Mädchen und Jungen sind Opfer!

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.

Time zahvaćene djevojčice i dječaci su žrtve!

Za mnoge djevojčice i dječake su iskustva seksualnog nasilja od strane vršnjaka ili druge djece iznimno opterećujuća. Zbog toga djevojčice i dječake koji su zahvaćeni seksualnim napastvovanjem nazivamo žrtvama.

Prema djeci koja seksualno napastvuju nismo niti stručno, niti ljudski pravedni ako ih se kriminalizira kao „počinitelja“ ili „počiniteljicu“ i njihove radnje označava kao zlostavljanje. Zbog toga stručnjaci govore o „djeci koja seksualno napastvuju“. U svakodnevici je važno da se roditelji djece koja imaju ponašanje seksualnog napastvovanja i djece koja seksualno napastvuju međusobno ne optužuju i izgube djecu iz fokusa.

Übergriffige Kinder sind keine „Täter“!

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“.

Djeca koja napastuju nisu „počinitelji“!

Upotreba pojmova „žrtva“ i „djeca koja seksualno napastvuju“ odgovara uobičajenoj jezičnoj uporabi pri kojoj se polazi od žrtvi, bez da se uzročnik opterećujuće situacije nužno označava kao „počinitelj“. Kad na primjer jedna mala djevojčica na igralištu pregazi drugo dijete svojim malim biciklom, i ono pri tom slomi ruku, onda će se dijete koje je stradalo nazvati žrtvom nezgode. Nitko ipak ne označava malu vozačicu bicikla „počiniteljicom“.

Signale, die Sie beachten sollten!

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,
- fordert andere Kinder zu Praktiken der Erwachsenensexualität auf,
- spielt oder spricht über Handlungen, die Erwachsenensexualität entsprechen.

Znakovi na koje morate obratiti pažnju!

Djevojčica/ dječak...

- ima izrazito snažan seksistički govorni izražaj – snažniji od druge djece.
- uključen je u igru doktora sa starijom ili mlađom djecom,
- pokušava drugu djecu uvjeriti da se igraju doktora,
- ozljeđuje svoje genitalije ili one drugih,
- drugoj djeci određuje pravilo da se igre doktora moraju držati tajnima,
- zahtjeva od druge djece da prakticiraju seksualnost odraslih,
- igra se ili govori o radnjama koje odgovaraju seksualnosti odraslih.

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

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.

Znakovi kod kojih se morate obratiti na savjetodavno mjesto!

Djevojčica/ dječak...

- ima veći interes za igre doktora nego za druge igre i aktivnosti primjerene dobi,
- koristi ekstremno seksualni govorni izražaj i opetovano ponižava drugu djecu ili odrasle seksističkim psovkama,
- opetovano pokušava nepoznatu ili nezainteresiranu djecu uključiti u igre doktora,
- opetovano pokušava nagovoriti drugu djecu da dodiruju vlastite spolne organe ili organe druge djece.
- opetovano zahtjeva od druge djece da prakticiraju seksualnost odraslih
- nema razumijevanja za prava druge djece na seksualno samoodređenje,
- ciljano ozljeđuje svoje genitalije ili one drugih,
- tjelesnim nasiljem ili prijetnjama nagovara, zavodi ili prisiljava drugu djecu na igre doktora,
- primjenjujući verbalne prijetnje ili tjelesno nasilje nameće drugoj djeci tajenje seksualnih radnji u okviru igri doktora.

Wenn ein Kind sich Ihnen anvertraut...

- 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!

Kad Vam se dijete povjeri...

- Reagirajte mirno i promišljeno! Pretjerane reakcije opterećuju djecu pogođenu navedenim problemom.
- Nemojte optuživati, čak i ako Vam se povjeri tek kasno.
- Pohvalite svoje dijete što je imao/imala hrabrosti za razgovor o tome.
- U mirnom tonu postavite otvorena pitanja o tome kako se dogodilo napastvovanje.
(*Na primjer: I što se zatim dogodilo? Što je xy tada učinio/učinila?*)
- Prihvatite ako Vaša kći/Vaš sin ne želi dalje razgovarati.
- Nemojte svoje dijete preopteretiti prodornim pitanjima o detaljima.
- Objektivno zaključite da je ono što se dogodilo bilo „glupo“, „zločesto“, da „nije bilo u redu“ ili slično.
- Nemojte dovoditi u pitanje izjave Vašeg djeteta - čak i ako su nelogične
- Nemojte raspravljati o tome je li Vaše dijete učinilo što pogrešno. Žrtva nikada nije odgovorna za napastvovanje!
- Izbjegavajte zahtijevanje drastičnih kazni za dijete, adolescenta ili odraslog koji je napastvovao, jer Vam se dijete neće moći (nastaviti) povjeravati!
- Zaštite svoje dijete od ispitivanja u prisutnosti djeteta koje napastvuje!
- Tješite i njegujte svoju kći/svog sina!
- Nemojte mu davati obećanja koja ne možete održati!

Mein Kind hat sexuelle Übergriffe verübt...

- 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.

Moje je dijete vršilo seksualno napastovanje...

- Reagirajte staloženo! Žestoke reakcije odraslih su, doduše, ljudske i razumljive, ali često ostavljaju djecu bez riječi.
- Ne zaboravite: Seksualno napastovanje, koje vrše dječaci i djevojčice u predškolskoj i osnovnoškolskoj dobi, može imati razne uzroke!

- Čak i ako Vam se na početku čini teško vjerovati da je Vaše dijete seksualno napastvovalo druge: Poslušajte što duga djeca pričaju o tim situacijama. Te Vam informacije mogu pomoći da svojoj kćeri/svom sinu pomognete promijeniti ponašanje koje prelazi granice.
- Zatražite podršku savjetovališta koje će Vas pratiti u razgovorima i dati Vam podršku pri objektivnom pojašnjenju činjenica.
- Pazite da se u razgovoru s drugim majkama i očevima ophodite s poštovanjem.
- Pitajte svoju kći/svog sina o seksualnom napastvovanju. Konkretno imenujte o kojim se radnjama radi, kako bi dijete jasno razumjelo na što mislite.
Ne želim da guraš štap u guzu drugog djeteta, da ližeš po penisu drugog djeteta...
- Objasnite djetetu da je ona/on vrijedan ljubavi, no da te radnje nisu bile u redu.
- Recite svom djetetu: „Ne želim da to radiš.“ Recite svom djetetu i: „Na tvojoj sam strani ako ti netko nanosi bol ili ako ne poštuje tvoje NE.“
- Pitajte dijete tko ju/ga je naučio takvom ponašanju ili gdje je to vidjelo.
- Djeca koja *ponovno* ili *ciljano* pokazuju nasilno ponašanje, trebaju terapijsku pomoć. Pedagoške mjere nisu dovoljne!
- Razgovarajte s osobama Vašeg povjerenja! Odaberite ljude koji Vam odgovaraju, koji pažljivo postupaju s osobnim informacijama i koji seksualno napastvovanje neće ni umanjiti ni preuveličati.
- Zatražite pomoć terapeuta ako imate opterećujuće slike o tijeku seksualnog napastvovanja ili ako Vas ponovo podsjetite na neko nasilno iskustvo koje ste sami doživjeli.

Kindern bei der Verarbeitung sexueller Übergriffe helfen...

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.

Kako pomoći djetetu da preradi doživljeno seksualno napastvovanje...

Posljedice seksualnog napastvovanja od strane druge djece ili odraslih treba shvatiti ozbiljno. Nakon prvog šoka mnogi dječaci i djevojčice seksualno napastvovanje, koje nije bilo jako strašno prebrode bez opterećujućih dugoročnih posljedica - ako: Im se vjeruje i ako ih se zaštiti od ponovnog napastvovanja.

Djevojčice i dječaci često na iskustva seksualnog nasilja reaguju nakon izvjesnog vremena. To znači: Posljedice pretrpljenog nasilja često puta postanu vidljive tek nakon nekoliko tjedana ili mjeseci. Nerijetko roditelji i odgajatelji ne uoče povezanost i pogođena djeca ne dobiju potrebnu pomoć.

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, Albträume, 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.
 - Finden 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!

Savjetovališta za slučajeve seksualnog zlostavljanja ili mjesta za stručnu pomoć mogu Vam dati savjete kako možete ojačati djetetovu sposobnost samoizlječenja. Oni će Vam razjasniti je li vašem djetetu potrebna pomoć od strane terapeuta specijaliziranog za traume ili ne. Sljedeći će savjeti pomoći roditeljima u pružanju djeci odgovarajuće pomoći u svladavanju seksualnog napastvovanja.

- Ne očajavajte ako Vaše dijete tijekom prvih tjedana pokazuje vrlo upadljivo ponašanje!
Mnoga djeca na početku pate od masivnih posljedica: strahovi, noćni napadi vikanja, napadi bijesa, noćne more, apatija, tjelesne reakcije, ponašanjem i govorom oponašaju bebe... Nekoliko tjedana kasnije im je obično opet bolje.
- Pokazuje li Vaša kći/Vaš sin tjelesne reakcije i promjene osjećaja, objasnite mu ih na način koji će razumjeti.
Sada ti je jako hladno zato što si se opet sjetio/sjetila onoga... ..
- Njeguajte dječaka/djevojčicu, kada radi bolnih sjećanja doživljava tjelesnu reakciju (npr. povišena tjelesna temperatura, bolovi u trbuhu, glavobolja i otežanost udova).
Žrtvama je u slučaju bolnih uspomena koje se manifestiraju u tjelesnim reakcijama potrebna njega puna ljubavi - slično kao djeci nakon teške operacije.
- Vodite računa o tome hoće li Vaša kći/Vaš sin, kada i gdje pokazati reakciju na posljedice.
Opterećenja žrtava dječje dobi često postanu vidljiva tek nakon nekoliko tjedana ili mjeseci. Neki dječaci i djevojčice prolaze razdoblja s puno simptoma i razdoblja bez ikakvih simptoma ili u roditeljskom domu djeluju vrlo opterećeno, a u školi „potpuno normalno“ - ili obrnuto.
- Ako Vaše dijete pati od naglih promjena raspoloženja (nagli nemir/prevelika uzbuđenost, tuga, napadi bijesa...) obratite pažnju na ono što se dogodilo netom prije promjene raspoloženja.
- Mnogi pogođeni dječaci i djevojčice se uvijek iznova povremeno izgube u bolnim uspomnama ili djeluju odsutno, gledaju „u prazno“. Prekinite takva stanja. Ako dijete unatoč mirnom i jasnom obraćanju ne reagira, često puta pomogne pjevanje, zagrljaj ili kretanje.
- Kada Vaše dijete priča o detaljima opterećujućeg doživljaja reagirajte s puno ljubavi i staloženo.
To ti je sigurno bilo glupo! ... Da sam to znao/znala odmah bi ti bio/bila pomogao/pomogla...
- Nemojte prije spavanja s djetetom započinjati razgovor o seksualnom napastovanju!
Prije spavanja pustite neku lijepu glazbu ili pročitajte priču za laku noć.
- Prihvatite da Vaše dijete na početku izbjegava određene situacije. No, pomognite mu da malo po malo prestane s takvim ponašanjem.
Ako Vaša kći/Vaš sin razvije strah od grupe djece, šaljite dijete samo na kraće vrijeme u vrtić.
- Stvorite mu uporišta, održavajući jasnu i ustaljenu dnevnu strukturu.
- Nemojte svoje dijete svesti na to da ima ulogu žrtve! Obična svakodnevnica će mu činiti dobro!

- Granice postavljene u skladu s dobi i jasna pravila pogođenoj djeci prenijeti će osjećaj sigurnosti.
- Ako se napastovanje dogodilo u vrtiću/ školi/nekom smještajnom objektu, provjerite mogu li pedagozi i pedagoginje osigurati zaštitu Vašeg djeteta i jesu li spremni surađivati sa savjetovalištem.
- Razgovarajte s osobama u koje imate povjerenje. No, izbjegavajte prečesto razgovaranje o problemima. Neće ni Vama ni Vašem djetetu biti od koristi ako se „sve vrti još samo oko seksualnog napastovanja“.
- Ako Vi sami često morate misliti na napastovanje, imate opterećujuće slike vezane za tijek napastovanja ili Vas opterećuju Vaša vlastita iskustva iz prošlosti, trebali biste zatražiti pomoć kako za sebe, tako i za svoje dijete. Stručne osobe za savjetovanje nakon traumatskog doživljaja mogu Vam ukazati na mogućnosti kako sami možete obuzdati opterećujuća sjećanja i misli.
- Ne zaboravite sebe i vezu s Vašim partnerom!