



## **Doktorspiele oder sexuelle Übergriffe?**

### **Doktorspiele (Leystoka doktor) yan jî destdirêjiya seksî?**

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

### **Şîret ji bû dê û bav û perwerdekaran**

#### **Was sind Doktorspiele?**

#### **Doktorspiele çi ye?**

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.

Doktorspiele ya pêşketinên normal yên zarokên ku pêşiya temenê dibistana serte yan jî yên di temenê dibistana serete de. Destpêkê de zarokên piçûk laş û gewdeyê xwe ji çerm û dev nasdike, bi bihorandina hinek heyv re zarok organên xwe yên seksî nasdike. Destê xwe dide Vagîna xwe ( quz) yan jî kîrê xwe û lizetê bi wan hestên pêwendîdar dibîne.

keç û kurên hinekî mezintir hes dikin ku tazîbin , xwe li pêşiya hinek din tazî bikin û xwe nasbikin weke nemûne, bi riya dest yan jî ferikandina organên xwe yên seksî dikarin hestek xweş pêkbînin.

Navbera temenê sê û çar salî de keç û kur dest bi wê dikin ku hinek din tevî helwesta xwe ya seksî bikin. Ew organên xwe yên seksî temaşeyî xwe dikin û fehs dikin û hewldidin ku temaşeyî hevalbendên xwe bikin. Wan navên organên xwe yê seksî hene û xwe bi xwe dibînin weke keç yan kur.

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.

Ji temenê çar salî ve bihtir Doktorspiele tê leystin bi şîweyê rola doktor yan jî rola Bav-Dê-Zarok. Keç û kur li organên xwe yên seksî di gerin û çav li helwesta mezinan dikin (destgirtin, maçkirin, zewicandin) û rola organên seksî û zarobûnê di leyzin.

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.

Rojane (ne kêmcaran) mirov ha jê di mîne ku zarokên pêşiya temenê dibistanê serete bi şêweyên devkî li ser Kîr, quz yan li ser qonê di axive yan di ceribênin. Her weha hinek zarok xwe bi wêneyên seksî didin nîşandan. Weke van şêweyên kar ne girêdayê temenê mirova ye. Çawa hinek keç û kur bi sedema mereqa zaroktî car caran tiliyên xwe bi agirê potogazê di şewitînin, zarok jî tiştan têxin di hinek kunên ( qul)

vekirî yê gewdeyê xwe de û yê xeynî xwe ji keç û kuran de. bi wan ne bi zanebûn e, ku ew bikar e bibe sedema birîndarkirinekî , heger wan di çarçova Doktorspielen pênivîs yan jî hinek tiştên din êxistin di Vagîne ( quz ) û Anus ( qon ) de.

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.

Doktorspiele leystoka zarokaye, tê leystin bi zarokên bi heman temenî yan heman rewşa pêşveçûnî, herî zêde du sal cudabûn navbera wan de heye. Keç û kur temaşeyê hev dikin û dest didin hev. Ew leystokek wekhevî û hevbeş e. inşiyatîv ne tenê ji zarokekî derdikeve. Zarok nabe bibe ku dûvik ji xeynî xwe re. Ew buyer bihtir dibe bi şêweyê hevaltî û xwîşk û biratî.

### **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.

### **Riyaksiyon li ser Doktorspiele**

Gelek dê û bav riyaksiyonek ne biştrastkirî li ser Doktorspiele bi zarokan re distînin. Hinek mezin bi guhdaniyek gewre nêzîk dibin. Ew bi zanebûn yan jî bê zanebûn rê dibînin. Yê din tirs wan digre ku bi erînî li ser Doktorspiele bersivdanê bidin. Wan xem hene ku keç û kur bi bersiva erînî guhdanek xurt bi sekse xwe bikin û xwe pêşbêxin. yê din Ji alîkî din ve bêgurdaniyê dikin bi sedema têgihştinê giştî yê navberkaran yê çewt yê rêûrismên (yasa) Doktorspiele.

Keç û kur hewcedarên rêûrismên zelalên, daku di Doktorspiele de bikarin berevaniya sînoren xwe yê kesayetî bikin û ha ji sînoren xeynê xwe ji zarokan bimînin.

## 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!

## Rêûrism ji bo Doktorspiele

- Her keçek, her kurek bi xwe destnîşan dike bi kî Doktorî re ew dixwaze bileyze.
- Keç û kur di nav hev de çavê xwe bigerînin û hev bi hêmbêz bikin qasî ku ji bo wî bi xwe û xeynî wî xweşike.
- Hemû meqate bin ku ne keç û ne kur zarokekî din bi êşîne.
- Ne kes tişteki têx e qon, quz, kîr, bêvil (kepî), dev yan jî guhê zarokek din de.
- Zarokên bi emir, xort û mezin bi Doktorspiele tişteki nagerin.
- Alîkariyê bistînin bê gelacî!

## 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.

## Destdirêjiya seksî ji aliyê zarokan

Destdirêjiya seksî kiryarek seksî ye, ya ku tê dubarekirin bi rengê mezin yan jî dike hedef ku sînorên kesayetî yê xwe derbas bike.

Keçek yan jî kurek destdirêjerê seksî ye, heger wî/wê

- zarokê din dehfa, kişand yan jî xirand bi kiryarên seksî.
- Kiryarên seksî bi tundûtûjiyek laşî yan jî bi gefa neçarî kir.
- Yan zarokê din dubare û /yan bi armanc organên seksî birîdar bike.

Tenê carekî bînpêkirinek bê hemd di leystoka doktor ya zarokan de çêbe, nabe sedemek bingeîn ji bo xembariyek mezin. Lê belê dubarkirina bînpêkirinan û bê guhdaniya keç û kuran bi rêûrismê naskirî yê Doktorspiele, her weha ew kiryar weke destdirêjiyek seksî tê bi nerxandin.

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.

Bê guman dubarekirin yan jî helwestek destdirêjiya seksî bi armanc encamê têkiliyek seksî ber çav e. hinek destdirêjerên zarok yê seksî, ew bi xwe berî niha rsatî tundûtûjiya seksî hatine. Bihtir ji wan tecruba tundûtûjiyê hene ne tenê di hundirê malbatê de lê belê ji dervayî wê jîyan kirine. Her weha weke nemûne helwesta destdirêjer ya seksî ya xortan bihtir weke hestê wêrekî hatiye kirin – weke nemûne: zarokên biçûk yan jî lawaz di WC de rastî destdirêjiyê tînan yan jî behitî dimînin bi wêneyên seksî li ser mobile.

Bihtir helwestên destdirêjiya seksî û egerên din. Weke nemûne:

- bê guhdana hestyarî,
- bê guhdaniya rêûrismên xuyayî ji bo Doktorspiele di nav zarokan de,
- tecruba tundûtûjiya laşî di nav û dervayî malbatê de,
- tecruba destdirêjiyê
- yan jî weke encam ji tundûtûjiya malê.

## **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 übergrifflichen 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 übergrifflichen Kindern“. Im Alltag ist es wichtig, dass die Eltern der betroffenen und der übergrifflichen Kinder sich nicht gegenseitig beschuldigen und die Kinder aus dem Blick verlieren.

## **Keç û kurên rastî destdirêjiyê hatîn bêgunehin!**

Ji bo gelek keç û kurên yê ku rastî tecruba tundûtûjiya seksî bi riya zarokên heman temenî yanjî mezintir hatine gefek gewre xwarine. Lewma keç û kurên yê ku rastî destdirêjiya seksî hatine weke bêguneh em wan didin naskirin.

Zarokên ku rastî destdirêjiya seksî hatine , mirov ne mirove û ne mafnase, heger mirov wan weke destdirêjer gunhekar hesab bike û helwesta wan weke gunehkarî bide nîşandan. Lewma Pisporek li ser zarokên ku rastî destdirêjiya seksî hatine di axivin. Rojane ew giringe ku dê û bav zarokên ku rastî destdirêjiya seksî hatine wan ne bi çavê gunhkariyê li wan temaşê bikin û zarokên xwe cih de wenda bikin.

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

Die Verwendung der Begriffe „Opfer“ und „übergriffliche 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“.

## **Zarokên destdirêjer ne gunehkarin (mucrim)!**

Bi karanîna gotina bêguneh û zarokên destdirêjer temamî wek karanîna axaftina rojane ye, bê ku egerên pêwîst yê helwestê weke gunehkar bidin naskirin. Ji bo nemûne heger keçek biçûk bi biskilêta xwe rastî zarokek din hat û destê wî şikand, mirov wî zarokî weke qurbaniya (bêguneha) buyerê dide naskirin. Di heman demê de kesek nîne ku şofêra biskilêtê weke gunehkar yan sûcdar bide naskirin yan nîşandan.

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

Ein Mädchen/Junge...

- hat eine stark sexistische Sprache – stärker, als andere Kinder.
- ist in Doktorspielen 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.

### **Sîgnalên, ku divê hûn ha jê bimîne!**

Keçek yan kurek ....

- Axaftinek extrîm ya seksî heye bihtir ji xeynî xwe ji zarokan.
- di Doktorspielen de bi zarokên ji xwe biçûktir yan mezintir re têkildare,
- hewldide ku zarokên din bikşîne aliyê xwe ji bo Doktorspielen,
- organên xwe yê seksî xwe bi xwe birîndar dike, yan yê ji xeynî xwe
- li ser zarokên din ferz dike ku wan têxin helwestên veşartî( nepenîti) di Doktorspielen de,
- daxwaz ji zarokên din dike ku wan bibin seksa praktîk yan mezinan,
- di axive yan di leyîze li ser helwestên, ku seksa mezinan çawa dibe.

### **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.

## **bi van sîgnalan re divê hûn têkiliyên bi navendên şêwerkariyê re çêkin!**

Keçek yan kurek...

- di Doktorspielen de guhdaniyek mezin dide leystok û çalakiyan ji xeynê xwe di heman temenê de bihtir,
- axaftinek seksî extrîm kar tîne û bi hemd dubare dike ku dijûnên (xeberên) seksî bêje zarokên din yan mezinan ,
- hewldide ku zarokên biyanî yan jî yê bê mereq bikşîne ji bo Dokorspielen,
- dubare hewldide, ku zarokên din dehf bide, daku dest bide organên xwe yê seksî yan yê zarokên din.
- Dubare daxwaz ji zarokên din dike ku wan tevî seksa mezinan bi rengê piraktik bike,
- Tê nagihe ji bo mafê zarokên din bi mafê çarenivîsa seksî,
- Dubare organên xwe yê seksî yan xeynê xwe dike hedef û xwe bi xwe birîndar dike,
- Dehfdide, pê xweş dike, dikişîne yan neçardike ku zarokên din bi zorê yan bi tundûtûjiya laşî bibe Dokorspielen,
- bi karanîna gefên devîkî yan jî tundûtûjiya laşî li ser Zarokên din helwestên nepenîti (veşartî) yê seksî di çarçewa Dokorspielen de ferz dike.

## **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!

### **Heger zarokêî baweriya xwe bi te anî...**

- Bila riyaksiyona we nerm û aqilmend be! Belê reyaksiyona hişk barê zaroka ku rastî destdirêjî hatî giran dike.
- Gazinda nekin, heger zaroka we bi derngî baweriya xwe bi we anî.
- Pesnê zaroka xwe bide, çimkî wêrekî kiriye ku ew li ser buyerê di axêve.
- xwe bike helwestek nerm de û bi dengkek hêdî pirsên vekirî li ser destdirêjiyê bîne ziman .  
(ji bo nemûne: ew çawa çê bû? piştê çi kir Xy?)
- Qebûl bike, heger keça we yan kurê we nexwest bihtir li ser bi axêve.
- Barê zaroka xwe bi pirsên biçûk li ser hûrbûna buyerê giran nikin.
- Bi renek objektiv tekez bike ku ew helwest ne cihê xwe da bû, ahmeq û pîs bû.
- Gotinên zaroka xwe neke di bin pirsiyariyê de, tevî ku ne hişmendî be.
- Gengeşiyê li ser neke, ka zaroka we tiştê şaş kiriye. Berpirsiyarî ji bo destdirêjiya seksî tu carî nakeve li ser milê yê bêguneh
- Cezayên tund ferz neke li ser zaroka xwe ya destdirêjer, ji bilî wê keça we yan kurê we dikarin nema baweriyê bi we binin.
- Zaroka xwe bi parêze ji hevpeyvînan bi amedebûna zaroka destdirêjer.
- Ha ji keç û kurê xwe bimîne û li ber dilê wan bide!
- Tiştê ku tu nikare pêkbîne , soza wê tiştê nede zaroka xwe

### **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.

### **Zaroka min destdirêjya seksî tecrube kiriye...**

- Reyaksiyonek nerm bîne ziman! Reyaksiyona tund û hişk ya mezinan mirov tê digihe, tevî wê jî bihêle zarok bédeng bimîne.
- Ji bîr nekin ku helwesta destdirêjer ya keç û kuran di temenê pêşiya dibistana serete û di temenê dibistana serete de dikare core corên sedeman hebin.
- Heger destpêkê de bi we zehmet be, ku hûn destdirêjya hatî karanîn bawerbikin: bi bihîze, ka çawa zarokên din li ser wê helwestê di axivin. Ew agahî û pêzanîn dikarin alîkariya we bike, keç û kurê we wê helwesta destdirêjiyê derbas bike, daku bên parastin.
- Alîkariyê ji cihên şêwermendiyê bistîne, ew cihê ku we hevpeyvîn lê kiribû bi awakî zelal û objektîv fakterên piştevaniyê nas bikin.
- We ha jê hebe, ku hûn di hevpeyvînekî bi hinek dê yan bav re hebe, bila rêzgirtin navbera we de hebe.

- Bi keça xwe re / kurê xwe re li ser destdirêjiya seksî bi axêve. Helwestê bi rengê konkret nav bike daku zaroka we bi zelalî ber bikeve, çawa dibe. Ez naxwazim ku tu tiştê bike qona zarokek din ,yan kîrê zarokek din bi alêse.
- Ji zaroka xwe re bêje ku ew xweştiriyê wan ne, lê tevî wêjî ew helwest ne cihê xwe da bû .
- Ji zaroka xwe re bêje: „ez naxwazim ku tu wê bike.“ Û bêje ji zaroka xwe re: „ ezê piştî te bigrim ger kesekî tu êşand yan redkirina (na) te bi rêz negirt.“
- Ji zaroka xwe bi pirs e, kî / kê bi te kir yan kîderê carekî berî neha dîtiye.
- Zarokên ku dubare yan jî helwesta destdirêjiya seksî dide pêş, ew hewceyê alêkariya îlaca dirûnî ye! Rêûrismê Perwerde tenê têrê nake!
- Bi kesên ku baweriya we bi wan heye bi axêve! Hinek mirov bi bijêre, yên ku kiryarên baş dikin , bi wanre pêzanînên kesayetî bide û bistîne û destdirêjiya seksî ya zarokê ne bi çavek sivik lê temaşê bike û ne bi regekî dramatikî lê binêre.
- Îlaca dirûnî bistîne , heger we xwen û xeyalê bargiran li ser destdirêjiya seksî hebe yan jî carek din hinek tecrubeyên tundûtûjyê carek din bi bîra we tê.

### **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.

### **Alîkariya zarokên ku rastî destdirêjiya seksî hatine bikin...**

Encamên destdirêjia seksî li ser zarokên din yan jî mezinan pêdiviyê bi cedî bêt wergirtin. Piştî sedma (şoka) yekemîn gelek keç û kur hindiktir metirsiya destdirêjiya seksî ber çavan digrin, bihtirîn dikin bê ku encamên dor û dirêj û şert û mercan ber çav bigrin : ew dibe bawerî ku ew bi berdewam destdirêjiyan dike û tê parastin.

Keç û kur bihtirîn reyaksiyonê li ser tecruba tundûtûjia seksî bi rengî ku dem paşde bidin. Ev tê wê wateyê: encamên tecruba tundûtûjia seksî bihtir heftiya yekem de yan derengtirîn heyva yekem de xuya dike. Ewjî

ne hindikin , dê û bav û pisporên perwerdê ku tevî çarçoveyê nabin û nas nakin û zaroka ku destdirêjî lê hatî kirin, dimîne bê alîkarî .

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.
- 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!

Navendên Şêwerkariyê ji bo destdirêjiyên seksî yan jî şewergehên pisporî şîretan pêşkêşî we dikin, çawa hûn bikarin hêza saxlemiya zaroka xwe xurt bikin. Ew didin xuyakirin ji wer e, gelo alîkariya îlaca dirûnî ( trauma) ji bo zaroka pêwîste û alîkar e yan na.

Ev şîretên jêrîn alîkariya dê û bavan dikin, ku zarokên wan bi şert û mercên li gorî zarokê pêk bîne, daku bikare serkeftinê li himberî destdirêjiya seksî bi cih bike.

- Gumana (şekê) neke, heger zaroka we di heftiya yekemîn de bi renek gewre û berçav xwe da nîşandan!  
Gelek zarok dikevin di bin encamên gewre û mezin de: tirs, qîrînên şevan, pêlên aciziyê, kabos, xemgînî, reyaksiyona laşî, çav li bîbîkan (pêçekan) dike û ziman.. . carek din piştî hinek heftî baştir dibin.

- Keça we / kurê we reyaksiyonên laşî û hestên demdemî dide xuyakirin, bide xuyakirin şewazê baş li gorî zarokê.  
*Ji tere pir sar re, çimkî niha carek din divê tu li ser bifikir e.*
- Heger ew bi êşê hisiya guhdanê bidin keçê yan kur, (weke nemûne germî, ser êş, zik êş, arandina dest û ling).  
Bêguneh dema ku di êşên hewceyên guhdaniyek taybetin temamî weke zarokên ku piştî operasyonê giran.
- Bila ber çavan be gelo kengê û kî derê keça we / kurê we encaman dide xuyakirin.
- Zarokên bêguneh yê ku rastî destdirêjiyê hatin bihtir piştî heftî yan heyvên destpêkê de tên xuyakirin. Hinek keç û kur symptomê (nîşanaên nexweşiyê) wan tên guhartin navbera pîrbûnê û tunebûnê de yan jî bandora pir li malê, Kita yan dibistanê dikin carne normale û carne berevajî dibe.
- heger zaroka we kete di bin bandora moralên demdemî (ne hedarî ji nişkve/ bê rehetî, xemgînî, pêlên hirsê û aciziyê ...) ha jê bimîne ka çî çêbû pêşiya moralên demdemî.
- Gelek keç û kur yê ku rastî destdirêjiyê hatin xwe ji bîr dikin ku hinafê wan têşe yan kar dikin weke kesên wenda, bidin diyarkirin weke nemûne bi riya şikandina helwestê. Li ber destê me tune ye zarokek bi axaftinek nerm û zelal, lê stran alîkariya wê/wî dike, yan jî bi destê wê/wî bigre û bimeşîne.
- Reyaksiyonê bi objektiv û xoşewîst bîne ziman heger zaroka we bi hûrîtî li ser tecruba xwe axivî.  
Ew bi rastî ehmeqî bû ji bo te! Heger min pê bizaniya, min ê yekser alîkariya te bikiriya ...
- Pêşiya xewê (razanê) bi zaroka xwe re li ser destdirêjiya seksî ne axêve!  
*Pêşiya xewê (razanê) mûzîkek xweş pêxe yan jî jêre çirokek xweş bixwîne.*
- Heger zaroka we xwe ji helwestek taybet da alîkî qebûl bike.  
Alîkariya wî bike ku ew dev ji helwestên paşvekêşanê carek din berde.  
Heger keça we/ kurê we tirs ji zarokan hebe, zaroka xwe bi rengê demkî bibe Kîta.
- Pêdiviyên pilana rojane bi regek zelal û hevgirtî bide zarokê.
- Zaroka xwe ne rawestîne li rex rola bêgunehiyê! Bila rojane jiyane xwe pir normal derbas bike!
- Peşdarbûna Keç û kuran bi hevalên heman temenî û bi rêûrismên zelal hestek yê baweriyê bi cih dike.
- Destdirêjî di Kîta de / di dibistana de/ di kampa de, we li ber çava re bihorandiye, gelo perwerdekar parastina zaroka we dikare bike yan berê hatiye kirin, bi navendek ya şewerkariyê re têkiliyê çêke.
- Baweriyê bi mirovan re bide û bistîne. xwe ji pirsgerêkên giftûgoyê bidin alîkî. Ew, ne alîkariya we dike û ne ya zaroka we dike, heger we hemî tişt tenê bi destdirêjiya seksî ve girêda yan gerand.

- Heger hûn berdewam bi destdirêjîyê fikirîn, û xwe bikin bin barê xewn û xeyalan li ser rengê çêbûna destdirêjîyê yan bi regek mezin bi hinek tecrubeyên giran mijûl bibe , divê hûn ne tenê ji bo zaroka xwe, lê belê ji bo xwe bi xwe li şêwerkariyê bigere.
- Pisporekên şêwarker yên Trauma dikarin temaşeyî we bikin li gorî imkanan, çawa hûn bi xwe dikarin bîranîn û xeyalên girane rawestînin.
- Xwe bi xwe û şîrkatiya (hevaltî) xwe ji bîr neke!