



Doktorspiele oder sexuelle Übergriffe?

¿Juegos de niños o abusos sexuales?

Tipps für Mütter und Väter, Pädagoginnen und Pädagogen

Consejos para madres, padres, educadores y educadoras

Was sind Doktorspiele?

¿Cómo se juega a los «médicos» o a «mamás y papás»?

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.

Los juegos de exploración sexual forman parte del normal desarrollo de los niños en edad preescolar y escolar. Incluso los bebés juegan a descubrir su propio cuerpo; primero la piel y la boca, y después, a los pocos meses de edad, sus órganos genitales. Se tocan la vulva o el pene y disfrutan de la sensación que ello les produce.

A las niñas y a los niños un poco más mayores les encanta estar desnudos, desvestirse delante de otros y, de ese modo, descubren que tocar sus órganos sexuales produce una sensación muy agradable. Entre el tercer y cuarto año de vida, las niñas y los niños comienzan a involucrar a otros en este tipo de juegos. Les muestran sus genitales y se examinan a sí mismos y a otras niñas o niños de su edad. Tienen palabras para denominar sus órganos sexuales y son conscientes de que son una niña o un niño.

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.

A partir del cuarto año de vida las niñas y los niños comienzan a jugar a los médicos o a papás y mamás, juegos en los que exploran sus órganos sexuales, imitan el comportamiento de los adultos (se dan la mano, se besan, se casan) y escenifican el momento de la concepción o el parto.

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.

No es del todo inusual observar a un niño en edad preescolar realizando gestos sexuales con su boca en el pene, la vulva o el ano, bien a modo de imitación o bien simplemente para probar algo nuevo. Otros niños, por contra, adoptan poses sexuales al ser fotografiados. Tales comportamientos no son propios de niños de esa edad.

Al igual que algunos niños se queman en la cocina llevados por su curiosidad, otros se introducen objetos por los orificios corporales o se los introducen a otras niñas y niños. No son conscientes de que pueden autolesionarse o lesionar a otros involuntariamente al introducir lápices u otros objetos en la vagina o en el ano.

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.

Los juegos de exploración sexual son juegos infantiles. Se juegan entre niños de la misma edad o del mismo grado de desarrollo intelectual que como máximo se lleven dos años de diferencia. Las niñas y los niños se observan y se tocan mutuamente. Son juegos jugados entre iguales y de forma recíproca o mutua. La iniciativa no está solo en manos de un niño concreto. Ningún niño se somete a otro. Suelen jugarse entre amigos y no entre hermanos.

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.

Reacciones ante los juegos de exploración sexual

Muchas madres y padres se sienten inseguros ante los juegos infantiles de exploración sexual. A algunos adultos les da vergüenza verlos. Consciente o inconscientemente apartan la vista. Otros tienen miedo de reaccionar positivamente ante tales juegos. Temen que si reaccionan positivamente las niñas y niños adquieran un interés desmesurado por la sexualidad. Otros, por contra, desatienden su obligación de establecer reglas claras para este tipo de juegos por una mal entendida tolerancia.

Las niñas y los niños necesitan reglas claras para poder defender sus límites personales y para poder reconocer y respetar los límites de los demás a la hora de jugar a juegos de exploración sexual.

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!

Reglas para los juegos de exploración sexual

- Todas las niñas y todos los niños pueden elegir con quién quieren jugar a juegos de exploración sexual y con quién no.
- Las niñas y los niños pueden tocarse y acariciarse entre sí, siempre y cuando sea agradable para sí mismos y para los demás.
- Todos deben tener cuidado. ¡Ninguna niña o ningún niño puede hacer daño a otro!
- No se puede introducir ningún objeto en el ano, la vagina, el pene, la nariz, la boca o el oído de otro niño.
- Jugar a médicos es algo que hacen los niños pequeños, no los niños mayores, ni los jóvenes, ni los adultos.
- ¡Ir a pedir ayuda no es acusar!

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.

Abusos sexuales cometidos por niños

Los abusos sexuales son comportamientos sexuales que vulneran los límites personales de alguien de manera repetitiva, masiva y/o que están dirigidos expresamente contra esa persona. Una niña o un niño sufren abuso sexual cuando otro niño

- la o lo convence o induce a realizar comportamientos sexuales,
- fuerza el comportamiento sexual usando la violencia física o las amenazas
- o hiere a otros niños en los genitales en repetidas ocasiones y/o con intención.

El que en una ocasión se dañe involuntariamente a otro niño jugando a juegos de exploración sexual no debe ser motivo de preocupación. Pero si las lesiones se repiten y la niña o niño en cuestión no respeta las reglas de juego fijadas, su comportamiento debe ser considerado un abuso sexual.

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.

En ningún caso, el abuso sexual repetido y consciente es consecuencia de que la niña o niño haya visto accidentalmente a alguien manteniendo relaciones sexuales. Algunos de los niños que muestran este comportamiento sexual agresor han sido a su vez víctimas de abusos sexuales. El abuso sexual sufrido no se produce, en la mayoría de los casos, sin embargo, en el seno familiar sino fuera de este. De este modo, un comportamiento sexual agresor es visto entre los niños varones a menudo como una "prueba de valor", por ejemplo, acosar a niños más pequeños o más débiles en el servicio o mostrarles imágenes pornográficas en el teléfono móvil.

Con frecuencia, el comportamiento sexual agresor tiene otra causa. Por ejemplo:

- abandono emocional,
- inexistencia de reglas claras para los juegos de exploración sexual,
- maltrato físico fuera o dentro de la familia,
- haber sido víctima de mobbing
- o haber sido testigo de violencia en general o de violencia doméstica.

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.

Las niñas y niños objeto de abuso sexual infantil son víctimas

Para muchas niñas y niños el que niños de su misma edad o mayores los hayan agredido sexualmente es una experiencia extremadamente dolorosa. Por ello, estas niñas y niños son considerados víctimas de abuso sexual.

A los niños que han cometido abusos sexuales no les es ninguna ayuda ni personal ni terapéutica criminalizarlos y llamarlos «delincuentes» o decir que sus actos son «maltratos». Por eso, en Alemania los especialistas en la materia han acuñado el término «niños que se propasan sexualmente». Cuando se produce una situación de este tipo, es importante que los padres de los niños objeto de abuso sexual y los de los niños que han

cometido el abuso no se echen la culpa unos a otros, enzarzándose de tal modo que lleguen incluso a olvidarse de los propios niños.

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“.

iLos niños que comenten abusos no son «delincuentes»!

El empleo de los términos «victima» y «niños que se propasan sexualmente» es una forma de hablar en la que se parte de la víctima pero que evita que el niño que cometió los abusos sea denominado forzosamente «delincuente». Por ejemplo, si una niña pequeña atropella en el parque a otro niño con su bicicleta, este último es considerado víctima de un accidente. Pero nadie considera que la niña autora del atropello sea una agresora o una «delincuente».

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.

Qué comportamientos requieren nuestra atención

Una niña o un niño...

- habla de modo muy sexista, más que el resto de los niños,
- juega a juegos de exploración sexual con niños mayores o menores,
- intenta convencer a otros niños de que jueguen a juegos de exploración sexual,
- se hiere a sí misma/mismo o a otros en los genitales,
- exige a los demás niños que no hablen sobre los juegos de exploración sexual,

- incentiva a otros niños a realizar actos propios de la sexualidad entre adultos,
- juega o habla sobre actos típicos de la sexualidad entre adultos.

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.

Qué comportamientos hacen necesario consultar a un especialista

Una niña o un niño ...

- tiene más interés en los juegos de exploración sexual que en otros juegos y actividades propios de su edad,
- tiene una forma de hablar extremadamente sexual y continuamente ofende a otros niños y a adultos con insultos sexistas,
- intenta repetidamente incluir en juegos de exploración sexual a desconocidos o a otros niños que no muestran interés por ese juego,
- intenta repetidamente convencer a otros niños para que se toquen los órganos sexuales o toquen los de otros,
- anima repetidamente a otros niños a realizar prácticas sexuales propias de adultos,
- muestra una falta total de comprensión ante el derecho que tienen todos los niños a la autodeterminación sexual,
- se hiere repetida o intencionadamente a sí misma/mismo o a otros en los genitales,
- convence, induce u obliga a otros niños a participar en juegos de exploración sexual usando la violencia física o amenazas,

- impone a otros niños una ley del silencio sobre lo que sucede durante los juegos de exploración sexual por medio de amenazas verbales o violencia física.

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!

Cuando un niño le cuenta la verdad...

- Reaccione con calma y reflexione! Una reacción demasiado violenta supone una fuerte carga emocional para el niño.
- No le eche nada en cara, aunque el niño haya tardado en hacerle confidencias.
- Alabe a la niña o niño por haber sido tan valiente de hablar sobre el tema.
- Hágale preguntas sobre lo sucedido usando un tono neutral.
(Por ejemplo: ¿Y qué pasó luego? ¿Qué hizo fulanito después?)
- Si su hija/hijo no quiere hablar o seguir hablando, respétela/respétele.
- No agobie a su hija/hijo con preguntas sobre los detalles.

- Afirme en tono neutral que lo ocurrido «está mal», «no se puede hacer», etc.
- No dude de la veracidad de lo que le está contando, aunque alguna cosa le resulte ilógica.
- No discuta sobre si su hija/hijo ha hecho algo malo o incorrecto. ¡La víctima de abusos sexuales nunca es responsable de ellos!
- Evite reclamar un castigo severo para el niño, el adolescente o el adulto autor de los abusos, en caso contrario, su hija/hijo puede que no se le confíe más.
- Evite que se le hagan preguntas a su hija/hijo delante del niño que cometió el abuso.
- ¡Consuele a su hija/hijo y cuídela/cuídalo con cariño!
- ¡No prometa nada a su hija/hijo que no pueda cumplir!

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.

Mi hijo ha abusado sexualmente de otro niño

- ¡Reaccione con serenidad! Las reacciones extremas son humanamente comprensibles pero pueden sellar los labios de su hija/hijo.
- No olvide: las causas de un comportamiento abusivo por parte de niños en edad preescolar y escolar tiene diversos orígenes.
- Aunque al principio le cueste creer el abuso cometido por su hija/hijo, escuche lo que otros niños cuentan al respecto. Esa información puede ayudarle a superar junto con su hija/hijo lo ocurrido.
- Acuda a un profesional para que le acompañe en las conversaciones y que ayude a esclarecer los hechos con neutralidad.
- Intente tratar respetuosamente a los otros padres y madres.
- Hable abiertamente con su hija/hijo sobre lo ocurrido. Llame a las cosas por su nombre para que su hija/hijo comprenda bien a qué se refiere.

No quiero que metas un palo en el ano de otro niño, que le lamas el pene a otro niño, etc.

- Transmita a su hija/hijo la certeza de que le quiere pero que lo que ha hecho está mal.
- Dígale a su hija/hijo: «No quiero que lo hagas». Dígale también: «Yo te defiendo a ti cuando alguien te hace daño o cuando alguien no respeta cuando dices NO.»
- Pregunte a su hija/hijo quién le ha enseñado eso o donde ha visto antes semejante comportamiento.
- Los niños que cometan abusos sexuales *repetida y conscientemente* necesitan ayuda profesional. Las medidas pedagógicas no son suficientes.
- Hable con alguien de confianza. Elija a una persona que le haga sentir bien, que sepa guardar un secreto y que no minimice los hechos ocurridos ni los dramatice.
- Acuda a un especialista en caso de que el revivir mentalmente el abuso sexual lo angustie o de que lo ocurrido le haga recordar una experiencia violenta sufrida en el pasado.

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.

Cómo ayudar a los menores a superar los abusos sexuales

Las consecuencias de un abuso sexual cometido en un menor por otro niño o niña deben ser tomados en serio. Una vez superado el primer shock, muchas niñas y niños objeto de abusos sexuales menos traumáticos los superan sin sufrir grandes consecuencias negativas a largo plazo. Para ello, deben darse dos condiciones: que les hayan creído y que se les proteja para que no sufran más abusos.

Las niñas y los niños suelen reaccionar ante los abusos sexuales con cierto retraso, es decir, comienzan a sufrir las consecuencias de la violenta experiencia pasadas varias semanas o meses. No es infrecuente, por tanto, que los padres y los cuidadores o profesores no reconozcan la relación entre una cosa y la otra, y que los niños se queden sin ayuda.

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 schmerzhafte 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!

En los centros especializados en abusos sexuales (*Beratungsstellen gegen sexuellen Missbrauch o Fachberatungsstellen*) le pueden asesorar sobre cómo ayudar a su hija/hijo. Allí le dirán si su hija/hijo necesita ir a terapia o no.

Consejos para que las madres y los padres puedan ofrecer ayuda a sus hijas/hijos en la superación de abusos sexuales:

- No se deje llevar por la desesperación si su hija/hijo se comporta de forma muy anómala durante las primeras semanas.
Muchos niños sufren al principio graves consecuencias: sienten angustia y miedo, se despiertan gritando en mitad de la noche, sufren ataques de ira, tienen pesadillas, están extremadamente tristes, muestran reacciones psicosomáticas, se comportan y hablan como un bebé, etc. Pocas semanas más tarde la mayoría de los niños ya se siente mejor.
- Si su hija/hijo muestra reacciones psicosomáticas y tiene cambios emocionales fuertes puede explicárselo de forma sencilla:
Sientes mucho frío porque estás pensando de nuevo en aquello, etc.
- Cuide amorosamente a su hija o hijo cuando el recuerdo le haga sentir dolor físico (por ejemplo, tenga fiebre, dolor de estómago o de cabeza o sienta los brazos o las piernas muy pesados).
Las víctimas de abusos sexuales que sienten dolor físico necesitan que los cuiden con cariño (como cuando un niño ha sido operado).
- Fíjese en cuándo se manifiestan las consecuencias en su hija/hijo.
Las consecuencias de haber sufrido abusos sexuales se manifiestan en los niños habitualmente varias semanas o meses más tarde. Algunos niños alternan épocas sin síntomas con épocas con síntomas o muestran los síntomas en casa pero no en la guardería o en el colegio, o al revés.
- Si su hija/hijo tiene cambios bruscos de humor (nerviosismo, tristeza, ataques de ira, etc.), fíjese en qué ha ocurrido justo antes de que se produjera el repentino cambio de humor.
- Muchos niños tienen de vez en cuando recuerdos dolorosos, se quedan ensimismados, con la mirada perdida en el vacío, etc. Interrumpa esa situación hablándole con suavidad. Si su hija/hijo no

reacciona, cántele una canción, tómelo en brazos o haga que se mueva.

- Reaccione con neutralidad y ternura cuando su hija/hijo le cuente detalles de la dolorosa experiencia.
«¡Seguro que lo pasaste muy mal!», «Si lo hubiera sabido, te habría ayudado inmediatamente», etc.
- No hable con su hija/hijo del abuso sexual antes de que se vaya a dormir.
Póngale música tranquila o léale alguna historia que le haga relajarse.
- Acepte el que su hija/hijo no quiera enfrentarse a determinado tipo de situaciones. Ayúdela/ayúdelo, de todas formas, a ir superando poco a poco sus miedos o reticencias.
En el caso de que su hija/hijo tenga miedo de los grupos de niños, llévelo a la guardería durante una temporada menos horas de lo habitual.
- Organice las actividades del día de forma clara y con pocos cambios, eso le dará seguridad a su hija/hijo.
- No le cuelgue a su hija/hijo el sambenito de víctima. Es la normalidad lo que le viene bien.
- Unas reglas claras y adecuadas a su edad transmiten seguridad a los niños.
- Si los abusos sexuales se produjeron en la guardería, en el colegio o en un lugar similar, compruebe si los cuidadores y profesores pueden garantizar la seguridad de su hija/hijo y si están dispuestos a cooperar con un centro especializado en abusos sexuales.
- Hable de lo ocurrido con personas de su confianza pero no con excesiva frecuencia. No le sirve de ayuda ni a usted ni a su hija/hijo que «todo gire entorno a los abusos sexuales sufridos».
- Si tiene que pensar con frecuencia en lo ocurrido, sufre imaginándose los detalles o una dolorosa experiencia pasada le angustia sobremanera, debería buscar ayuda profesional.
Un especialista en la materia puede mostrarle cómo poner coto a tales recuerdos dolorosos.
- ¡No se olvide de sí misma/mismo ni de su relación de pareja!