

# ~ HANDOUT ~

Psychosexuelle Entwicklung von Kindern zwischen 0-10 Jahren  
&  
Maßnahmen zur Förderung eines guten Körpergefühls

---

in:team Beratung & Sexuelle Bildung

**Mag<sup>a</sup> Sophie Herzog, MSc & Sigrid Hahn**

Sexualpädagogik und Sexualberatung

Rathausplatz 53, 3970 Weitra | [www.inteam-beratung.at](http://www.inteam-beratung.at) | [office@inteam-beratung.at](mailto:office@inteam-beratung.at)

# Die Sexualentwicklung des Menschen & das Körpergefühl

Die Sexualentwicklung eines Kindes beginnt schon im Mutterleib, also nicht wie von vielen gedacht, erst in der Pubertät. Im Grunde ist es recht theoretisch von „Sexualentwicklung“ zu sprechen, weil jeder Mensch von dem Moment an, in dem er gezeugt wird, bis zu seinem Tode eine Gesamt-Entwicklung durchmacht. Sexualentwicklung ist nur einer von sehr vielen wichtigen Aspekten der menschlichen Entwicklung.

**Im Alter von 0-10 sind folgende wichtigen Entwicklungsschritte zu beobachten, die auch einen sexuellen Aspekt haben können:**

## 1. Lebensjahr:

- Sinne
- saugen, berühren, erkunden
- orale Phase

## 2. Lebensjahr:

- Körperrausscheidungen
- Geschlechtsidentität
- Autonomiebestrebungen
- Anale Phase
- Kindl. Masturbation

## 3. Lebensjahr:

- Autonomiebestrebungen
- Warum??
- Kindl. Masturbation
- Doktorspiele

## 4. Lebensjahr:

- Woher komme ich?
- soziale Kompetenzen
- Doktorspiele

## 5. Lebensjahr:

- Rollenspiele/Doktorspiele
- Evtl. erste Schamgefühle
- Soziale Regeln

## 6.- 10. Lebensjahr:

- Abgrenzung zum anderen Geschlecht
- Schamgefühl
- Sexuelle Identitätssicherung
- Körperliche Veränderungen

### Merke:

Kinder entwickeln ca. ab dem 10 Lebensjahr Interesse für die/an der Erwachsenensexualität.

1

Es scheinen bei den Volksschulkindern zwar nicht so viele Entwicklungsschritte wie in den Jahren zuvor stattzufinden, doch diese vier wichtigen Punkte nehmen sehr viel Raum ein und fordern von den Begleiter\*innen der Kinder viel Einfühlungsvermögen und Verständnis, aber auch eine klare Positionierung.

### 1) Abgrenzung zum anderen Geschlecht

Das Kind hört langsam auf verschiedene Rollen auszuprobieren (Mutter-Vater- Kind-Spiele nur mehr in der eigenen Rolle) und grenzt sich vom anderen Geschlecht ab. Insgeheim bleibt das Interesse aber bestehen – Liebesbriefe, tuscheln in der Pause, necken, Hänseleien – die Abgrenzung passiert nur um die eigenen Identität (als Bub/als Mädchen) zu sichern. Das verdeutlicht sich z.B. auch durch Burschen/Mädchenkämpfe. Ein bedeutungsvoller Beitrag zur Sexualerziehung ist in dieser Phase daher die Vermittlung einer positiven Konfliktregelung und das bewusste Vorleben von Respekt gegenüber dem anderen Geschlecht, bzw. jedem einzelnen Menschen und dessen „Marotten“.

### 2) Schamgefühle

Die Privatsphäre muss respektiert, das Schamgefühl als positiver Entwicklungsschritt wahrgenommen werden: Mein Körper ist so wertvoll für mich, dass ich ihn nicht jedem „einfach so“ zeigen will. Nackter Körper gehört zur Sexualität, die man nicht mit den Eltern/Erwachsenen teilen mag. Die erwachsenen Bezugspersonen sind dazu angehalten, den Kindern ihren Umgang mit dem Schamgefühl zuzugestehen

und dieses nicht abzuwerten! Phrasen wie: „Ich schau dir schon nix weg, warum tust du denn plötzlich so blöd!?“ sind kontraproduktiv und respektlos.

### 3) Ambivalentes Gefühl gegenüber der Sexualität

Das Interesse an der Erwachsenensexualität beginnt zu wachsen und das Interesse an sexuellen Themen ist bei Mädchen gleich stark wie bei Burschen. Es bezieht sich bei vielen Kindern auf die Themen Schwangerschaft, Geburt, Beziehungsdynamiken. Die biologische Aufklärung steht am Lehrplan. Irgendwie ist Reden über Sexualität noch komisch, aber auch sehr interessant.

Witze über Sexualität werden gemacht, einerseits ist Geschlechtsverkehr sehr befremdlich und total ekelig, andererseits aber auch irrsinnig toll und spannend. Es werden sexuelle Kraftausdrücke benutzt, plötzlich verwenden die Kinder Wörter wie ficken o.Ä. und anhand der Reaktionen der Erwachsenen bemerken sie schnell welche Wörter nicht gerne gehört, bzw. verboten sind. Die wenigstens Kinder wissen genau, welche Wörter sie da verwenden und was sie bedeuten. Kraftausdrücke der Kinder kann man auf der Basis ihrer Entwicklung verstehen, akzeptieren muss man sie jedoch trotzdem nicht. (anfänglich einfach ignorieren und nicht fragen „woher hast du das?“, aber wenn man genug hat, Grenze setzen: „Ich möchte nicht, dass.../ Es stört mich, wenn du dieses Wort verwendest, ich möchte, dass wir stattdessen „...“ sagen. Ganz nach dem Prinzip: „Beachten= Achtung= Respekt“

### 4) Sexuelle Identitätssicherung und körperliche Veränderungen

Im Lauf der Volksschulzeit verändert sich der Körper stark. Für viele beginnt im Alter von 9-10 Jahren eine Auseinandersetzung mit massiven, schnell fortschreitenden körperlichen Veränderungen.

Durch den Einfluss der Hormone beginnen die Haare zu fetten, der Schweiß riecht anders als im Kindergarten und Bewegungen bei den Burschen sind sichtbar anders als bei den Mädchen. Juckreiz im Genitalbereich ist für manche Mädchen ein (lästiges) Thema, der Weißfluss setzt ein, der ca. 1-1,5 Jahre vor der ersten Regelblutung auftritt und manche erleben bereits in der vierten Schulstufe die erste Regelblutung.

Viele Kinder benötigen hierbei die Unterstützung von Erwachsenen, um einen positiven Bezug zu diesen Körperflüssigkeiten herstellen zu können. All diese Veränderungen ziehen unweigerlich eine Auseinandersetzung mit der sexuellen Identität nach sich. Wie bin ich als Mädchen? Wie bin ich als Bursche? Vergleiche werden automatisch gezogen und Erwachsene werden kritischer beobachtet, auch in Bezug auf deren (sexuelles) Verhalten.

2

### 5) Fragen zum Thema Sexualität:

Kinder im Volksschulalter sind oft noch recht offen und fragen frei von der Leber weg, wenn sie etwas wissen wollen. Um ihnen zunächst die Möglichkeit zu geben, sich selbstständig zum Thema zu informieren und auch, um Sexualität und Körperlichkeit als etwas Natürliches und Normales in den Köpfen zu etablieren, empfiehlt es sich von Anfang an „Aufklärungsbücher“ „herumliegen“ zu lassen, sodass die Kinder freien Zugang zu Informationen haben.

Gefragt wird dann der/die Erwachsene, der/die die meiste Sicherheit und Gelassenheit ausstrahlt. Das muss nicht immer die Mutter oder Vater sein, das kann die Nachbarin, die Tante oder auch die Lehrerin sein.

#### Tipps zur Beantwortung von Fragen:

- Authentisch sein
- Zeit nehmen
- Sei direkt!
- Nicht alles bis ins Detail...
- Fragen ernst nehmen! (nicht lächerlich machen...)

- Rückfragen stellen („Wie stellst du dir da vor? Was glaubst du?“)
- Konkrete Beispiele verwenden

## 6) Erstes Verliebtsein:

Wenn man ein gutes Selbstwertgefühl hat, wenn man geborgen und geliebt aufgewachsen ist, tut man sich zwar leichter, als Erwachsener eine (Liebes)Beziehung zu führen, aber manche Kinder verlieben sich schon im Volksschulalter ernsthaft und „richtig“. Damit kommen wir zum nächsten, sehr interessanten Thema: Erstes Verliebtsein. WIE kann ich mit jemandem in Beziehung treten?? Früher analog, heute eher via WhatsApp, Facebook oder Messenger. Wie kann ich mit ihm/ihr ins Gespräch kommen, wie schaffe ich es, ihm/ihr näher zu kommen?

Hauptaugenmerk der Eltern und der Betreuer\*innen von Kindern im Alter zwischen 0-10 Jahren sollte auf der Unterstützung der Entwicklung eines guten Körperschemas und Körpergefühls der Kinder liegen und den Kindern die Möglichkeit geben, sich *in* und im Zusammenspiel *mit* ihrer Umwelt zu erfahren. Wichtig dabei ist, dass im täglichen Alltag darauf geachtet wird. Extrazeit für sexualpädagogische Intervention ist zwar toll, aber in der Regel nicht auf Dauer umsetzbar. Lieber sollen kleine Übungen/Rituale im Alltag eingebaut werden, damit die Kinder Abläufe ständig wiederholen und so verinnerlichen können.

### Dies kann man bewerkstelligen, indem man

- Eigenberührungen des Kindes zulässt (wenn das Umfeld passt, z.B. zu Hause)
- Dem Kind exklusive Nacktzeit zugesteht
- Dem Kind das Sammeln sensorischer Information aller Art ermöglicht:
- Sandspielen
- Trampolin springen
- Bälle-Bad
- Schaukeln
- Barfuß gehen
- Wasserspiele mit/ohne Schaum
- Verschiedene Materialien auf der Haut spüren mit unterschiedlichem Druck
- Spiele, die alle Sinne ansprechen (hören, sehen, schmecken, riechen, tasten)

3

## Grundregeln für die Etablierung eines guten Körpergefühls:

### Nr.1.: Nennen Sie die Körperteile beim (richtigen) Namen, auch die Geschlechtsteile der Kinder!

In vielen Familien ist es üblich, das Geschlechtsteil der Kinder mit einem Kosenamen zu versehen (Spatzi, Mumi, uvm). Dies ist grundsätzlich unbedenklich. Dennoch sollten die Erwachsenen, die für die Körperpflege des Kindes zuständig sind zusätzlich von Anfang an auch die „offiziellen“ Bezeichnungen für die Körperteile/Geschlechtsteile der Kinder verwenden und diese auch ganz konkret im Rahmen der Pflegehandlungen benennen oder wenn das Kind danach fragt.

Mädchen: Vulva, Vulvalippen (innere/kleine und äußere/große), Klitoris, Scheide/Vagina

Jungen: Penis, Eichel, Vorhaut, Hodensack

### Nr. 2: Selbstberührung des Körpers (und auch der Genitalien) ist normal und wichtig für die Entwicklung eines guten Körpergefühls!

Kinder werden geboren und strotzen nur so vor Neugierde. Sie wollen, sobald sie können, alles erforschen. Auch den eigenen Körper und dessen Höhlen. Sie gehen dabei nach dem Lustprinzip vor, d.h., sie finden irgendwann durch Zufall heraus, dass z.B. das Zupfen und Massieren des Penis sich anders anfühlt als

Nasekratzen, dass es ein angenehmes Gefühl hervorruft und der Penis größer und härter wird. Mädchen haben es zwar etwas schwerer, weil ihr Genital mehr nach innen gerichtet ist, aber auch sie reiben sich gerne an Gegenständen oder erforschen ausgiebig ihre Vulva. Dass sie dies von Anfang an bis zum Ende der Kindergartenzeit tun, gehört zur ganz normalen Sexualentwicklung dazu. Manche Kinder erfreuen sich mehr daran, andere weniger.

Kinder leben im Moment und achten nicht darauf, ob die Umgebung in Bezug auf die Berührung des eigenen Körpers gerade passend ist. Es ist die Aufgabe der Erwachsenen, diesen Rahmen vorzugeben und hier gegebenenfalls Grenzen zu setzen. Ein passender Rahmen bietet sich vor allem da, wo das Kind nackt sein „darf“. Beispielsweise vor, nach und während dem Baden/Duschen, im Sommer im Garten, beim Wickeln oder am WC. Wenn die Umgebung eine intime Eigenberührung gerade nicht zulässt, soll die Situation beendet werden, ohne die Handlung, bzw. das Bedürfnis des Kindes abzuwerten: „Ich weiß, das findest du total angenehm, aber wir sind jetzt gerade in der Öffentlichkeit. Dein Penis/deine Vulva ist Privatsache, du kannst dich zu Hause streicheln, aber nicht hier. Bitte nimm die Hand aus der Hose.“

### **Nr. 3: Dem Kind Schritt für Schritt Verantwortung für den eigenen Körper zurückgeben!**

Neben dem Zulassen von SELBSTberührung am Genital ist es auch wichtig, dass die Bezugspersonen „ihre“ Kinder dazu einladen/anleiten schrittweise/altersangemessen Verantwortung für ihren Körper zu übernehmen: Selbst waschen, erklären wie Vorhaut/Vulva gepflegt werden müssen (Körperteile korrekt benennen!), selbst Popo abwischen am WC, usw ...

### **Nr. 4: Die Hauptaufgabe von Bezugspersonen in der Begleitung von kleinen Kindern besteht darin, eine anregende Umwelt zu schaffen, indem man seinen Körper auf vielfältige Weise erleben kann.**

Ein gutes Körpergefühl ist ein wichtiger Präventionsfaktor gegen sexuelle Gewalt, das sich allerdings nur etabliert, wenn die Kinder möglichst viele unterschiedliche Sinneserfahrungen (schmecken, sehen, hören, riechen, tasten/spüren) machen können und ihr Körper auf unterschiedliche Weise stimuliert wird (Trampolin, schaukeln, barfuß gehen, im Sand matschen...).

### **Nr. 5: Auch Erwachsene sollten, wenn irgendwie möglich, die Körpergrenzen von Kindern wahren!**

Hauptsächlich geht es um die alltäglichen, vermeintlich erzieherisch notwendigen „Zwangsmaßnahmen“ z.B. beim Zähneputzen, Haare kämmen oder sonstigen Körperpflegemaßnahmen, die die körperliche Integrität des Kindes verletzen. *Kind: „Nein, das tut mir weh/das will ich nicht!“ Erwachsener: „Doch, das muss sein!“* (Macht - Zwang – Schmerz - Ohnmacht) Erfahrung des Kindes: „Ich muss tun, was die Erwachsenen sagen, das gehört so und es ist auch normal, dass es weh tut.“ Kind „verlernt“ somit eigene Grenzen zu spüren und zu kommunizieren, also „nein!“ zu sagen.

### **Nr. 6: Fragen der Kinder zum Thema Körper und verliebt-sein altersgerecht beantworten**

Fragen beantworten, sobald sie gestellt werden. Je kleiner das Kind, desto kürzer darf die Antwort auf eine Frage sein. Wenn das Kind mehr wissen will, wird es weiterfragen. Bücher (Bücherliste im Anhang) sollen einfach bei den anderen Büchern stehen und für das Kind gut ALLEINE erreichbar sein.

**Kinder bei der Entwicklung eines guten Körperschemas zu unterstützen ist eine der wichtigsten Maßnahmen zur Prävention von (sexueller) Gewalt!**

## **Kindliche Selbststimulation**

Während es anfangs primär um das Erfassen der genitalen Beschaffenheit durch Berührungen geht sobald die Kinder gezielt greifen können- also: „was hängt da überhaupt, bzw. wo geht es da rein?“ - entdecken einige Kinder später, dass sie sich selbst lustvolle Gefühle über Selbststimulation verschaffen können - die Genitalien werden zur Lustquelle.

Manche Kinder befriedigen sich, um sich selbst zu beruhigen und Spannung abzubauen. Auch Kinder können gestresst sein und „unter Strom“ stehen. Selbststimulation, bzw. Masturbation wird demnach von manchen Kindern als Selbstregulationsstrategie genutzt. Dies ist eine Kompetenz, die es dem Kind ermöglicht, mit Spannungszuständen umzugehen und weiterhin „zu funktionieren“. Permanente Spannungszustände sind jedoch unerträglich. Gibt man den Kindern keine Möglichkeiten, ihren Stress zu reduzieren, können sie nicht mehr mit den Erwachsenen kooperieren und zeigen „auffällige“ Verhaltensweisen oder onanieren.

Häufige Selbststimulation kann also ein Hinweis auf eine aktuell unausgeglichene, angespannte und emotional herausfordernde Lebenssituation sein.

Indem das Kind nicht mehr oder nur noch schlecht vom Onanieren abzulenken ist und in der Gruppe (Kindergarten, Tagesbetreuung) auffällt, macht es auf seine „Not“ aufmerksam. Die Selbststimulation ist in so einem Fall eine Art Kompetenz mit der eigenen Anspannung umzugehen. Problematisch wird es meist für die Pädagog\*innen, wenn dadurch der Ablauf in der Gruppe gestört wird. Es ist wichtig, das Kind in seiner Kompetenz im Umgang mit seiner Not wahrzunehmen und darauf einzugehen. Eventuell ist das exzessive Masturbieren auch ein Hinweis auf eine schlechte Körperwahrnehmung. Das Kind spürt sich selbst nicht gut und braucht intensive Reize, um sich wahrzunehmen. In jedem Fall sollte man dem Kind alternative Möglichkeiten zum Spannungsabbau oder zur Körperwahrnehmung bieten und beobachten, ob sich durch z.B. gezielte Ergotherapie und/oder Methoden aus der sensorischen Integration etwas an seinen Bewältigungsstrategien verändert und es sich dann besser auf seinen Alltag konzentrieren kann. Wenn alternative Angebote nicht greifen, gilt es, Überlegungen anzustellen, wie man die Privatsphäre des Kindes schützen kann, bzw. wie man ihm das Ausleben seiner Not-Strategie zumindest vorübergehend angemessen ermöglichen kann.

Onanieren ist ein Teil der sexuellen Entwicklung. Kindern sollen und dürfen lernen, wann es passend ist, die eigene Sexualität zu leben. Es ist die Aufgabe der Erwachsenen zu vermitteln, wann das Berühren des eigenen Körpers möglich ist und wann nicht. Dadurch lernen die Kinder gesellschaftliche und kulturelle Regeln kennen. Onanieren während des Mittagessens, während des Bastelns etc. ist unpassend. So wie in anderen Bereichen auch, sollen die Kinder darauf aufmerksam gemacht werden, dass es bestimmte Orte und Zeiten gibt, wo die Berührung des eigenen Körpers möglich ist, aber auch Zeitpunkte, zu denen es nicht passend ist. Die Einschlafsituation ist eine private und intime Situation, wo es die Möglichkeit geben sollte, diese Bedürfnisse zu leben. Wichtig ist, dass dem Kind dabei vermittelt wird: Es ist in Ordnung, was du tust, aber es ist jetzt nicht passend. Aufmerksam machen **OHNE**

- Abwertung
- das Kind lächerlich zu machen
- eigenen Ängste zu diesem Thema einzubringen

**Wichtig ist darauf zu achten, wie ein Kind sich selbst stimuliert und ob und wie es seine Handlungen benennt oder verbal begleitet. Wird erwachsene Sexualität imitiert, kann das Verhalten auf einen erlebten sexuellen Übergriff oder eine gemachte Beobachtung hindeuten.**

## Doktorspiele

### Was sind „Doktorspiele“?

Die von den Erwachsenen Menschen so benannte „Doktorspiele“ stellen eine Möglichkeit dar, etwas über das andere Geschlecht zu erfahren und sind ganz intime Spiele, die nur den Kindern gehören. So wie Kinder die restliche Welt erforschen (den Wald, den Spielplatz, Papas Schreibtisch), so erforschen sie auch ihren eigenen Körper bzw. die Körper der anderen. Im Rahmen von Doktorspielen erkunden – sehen und berühren – sie mit kindlicher Neugierde die eigenen Geschlechtsorgane und die ihrer gleichaltrigen Freunde. Doktorspiele gehören zur normalen Entwicklung von Mädchen und Jungen im Kindergarten- und Vorschulalter dazu. Es gilt dabei jedoch gewisse Rahmenbedingungen zu beachten.

### Rahmenbedingungen für die Doktorspiele aus Erwachsenenansicht:

- Freiwilligkeit  
Gleiche Altersstufe (max. 2 Jahre Altersunterschied), kein psychischer Druck, keine materielle Belohnung.
- Rollenspiel  
Tausch der Rollen sollte gegeben sein. Jedes Kind ist mal Arzt/Ärztin und mal Patient\*in
- Spaß & Freude  
Fällt Unwohlsein auf – abbrechen – da das Prinzip der Ausgeglichenheit nicht mehr gegeben ist
- Körperliche Unversehrtheit  
Ein liebevoller Umgang, gegenseitige Verlässlichkeit ist Grundvoraussetzung – daher nur im „vertrauten Kreis“, es darf nicht jedes Kind mitmachen.
- Ein „Nein“ ist von allen beteiligten Kindern zu akzeptieren.  
Der Ausstieg aus dem Spiel muss jederzeit möglich sein.

### Welche Regeln sollten von den Kindern eingehalten werden?

- Jedes Kind bestimmt selbst, mit wem er\*sie Doktor spielen will.
- Kinder streicheln und untersuchen einander nur so viel, wie es für sie selber und die anderen Kinder schön ist.
- Kein Kind tut einem anderen Kind weh!
- Niemand steckt einem anderen Kind etwas in den Po, in die Scheide, in den Penis, in die Nase oder ins Ohr.
- Größere Kinder, Jugendliche und Erwachsene haben bei Doktorspielen nicht zu suchen.
- Hilfe holen ist kein Petzen!

6

### In Abgrenzung zu den „Doktorspielen“ kennzeichnet sich übergriffiges Verhalten unter Kindern durch:

- Unfreiwilligkeit
- Machtgefälle
- Praktizieren Erwachsener Sexualität
- Geheimhaltungsdruck
- Strategisches Vorgehen
- Sonderfall: Handeln im Überschwang (bei jüngeren Kindern)- Unbeabsichtigte Grenzverletzung „im Eifer des Gefechts“.

Doktorspiele finden unter gleichaltrigen Kindern mit gleichem geistigem und körperlichen Entwicklungsstand statt. Je größer der Altersunterschied oder der Unterschied in der körperlichen und/oder geistigen Entwicklung zwischen den beteiligten Kindern ist, umso achtsamer sollte man sein – schon bei zwei Jahren Altersunterschied.

### Beschreibung der Merkmale sexueller Übergriffe:

- **Unfreiwilligkeit**

Die Unfreiwilligkeit einer Handlung markiert die Trennlinie zwischen kindlichen sexuellen Aktivitäten und sexuellen Übergriffen. Verhalten sich Kinder deutlich ablehnend, ist Unfreiwilligkeit leicht zu erkennen.

„Wenn du mitmachst, lade ich dich zu meinem Geburtstag ein.“

„Wenn du nicht mitmachst, dann sage ich allen, dass du das Spielzeug kaputt gemacht hast.“

Durch Manipulation, Versprechen oder Drohungen kann scheinbare Freiwilligkeit erreicht werden. Dabei spielt der Wunsch von Kindern nach Anerkennung und/oder nach Zugehörigkeit zu einer Gruppe oft eine große Rolle.

- **Machtgefälle**

Ein übergriffiges Kind übergeht den Willen des betroffenen Kindes. Diese ist in der aktuellen Situation nicht in der Lage, seine Ablehnung deutlich zu machen und durchzusetzen. Dabei wird durch das übergriffige Kind ein bestehendes Machtgefälle ausgenutzt.

Machtgefälle im Kindesalter entstehen u.a. durch:

- Altersunterschiede zwischen den Kindern – Faustregel: Max. 2 Jahre)
- einen unterschiedlichen Status der Kinder in der Gruppe,
- den unterschiedlichen sozialen Status (der Familien), (Dorf – schwächer gestellte Familien...)
- Intelligenzunterschiede,
- Kognitive Beeinträchtigungen oder körperliche Behinderungen,
- Migrationshintergrund und/oder Fluchterfahrung

Sollte sich ein betroffenes Kind früher in einer ähnlichen Situation zustimmend verhalten haben, kann es ein anderes Mal ablehnend sein. Kinder können sich in jeder Situation neu entscheiden, was sie möchten und was nicht.

- **Praktizieren erwachsener Sexualität**

Das Praktizieren erwachsener Sexualität ist von gelegentlicher Imitation sexueller Handlungen zu unterscheiden.

Das Imitieren von Handlungen ist eine Form kindlichen Lernens. Kinder verarbeiten auf diese Weise Erlebtes, Gesehenes, was spannend oder auch schockierend war und erproben verschiedene Rollen. Vorausgesetzt sind Freiwilligkeit und annähernde Machtgleichheit.

Im Gegensatz dazu ist das Praktizieren erwachsener Sexualität als sexueller Übergriff zu werten, denn die Konfrontation mit Erwachsenensexualität ist für Kinder per se eine Überforderung. Beobachten Erwachsene diese Handlungen, sind sie in der Verantwortung einzugreifen und die Situation zu beenden.

Imitieren:

Zwei Kinder liegen angezogen aufeinander und ahmen in ihren Bewegungen den Geschlechtsakt nach.

Praktizieren:

Ein Junge\* versucht, seinen Penis in die Scheide eines Mädchens\* einzuführen.

- **Geheimhaltungsdruck**

Manchmal üben übergriffige Kinder in Zusammenhang mit einem sexuellen Übergriff einen Geheimhaltungsdruck auf das betroffene Kind aus. Mit zunehmendem Alter des übergriffigen Kindes kommt dies häufiger vor und lässt auf dessen Wissen bzw. Glauben schließen, etwas Verbotenes zu tun. Geheimhaltung kann daher ein Hinweis auf sexuelle Übergriffe sein.

Kinder, die in ihrem Umfeld Sexualität als tabuisiert erleben, werden jedoch auch einvernehmliche sexuelle Handlungen aufgrund von Scham- oder Schuldgefühlen geheim halten.

- **Strategisches Vorgehen**

Mit steigendem Alter nehmen strategisches und planvolles Vorgehen z.B. bezüglich der Beziehungsgestaltung, der Geheimhaltung etc. zu. Wird übergriffiges Verhalten nicht unterbunden, kann sich dieses als „erfolgversprechende“ Handlungsoption verfestigen. Was nicht sanktioniert wird, kann als Verhaltensmöglichkeit legitimiert werden. Trotzdem wissen übergriffige Kinder, dass ihr Verhalten nicht in Ordnung ist. Mit zunehmendem Alter sind sie immer besser in der Lage Strategien anzuwenden, um eine Aufdeckung zu verhindern.



- **Sonderfall: Sexuelle Übergriffe im Überschwang**

Sexuelle Grenzverletzungen können sich im Zuge kindlicher sexueller Neugier im Überschwang ereignen. Dafür kennzeichnend ist, dass Handlungen oft einvernehmlich beginnen, aber im Eifer des Spieles die Grenzen eines Kindes nicht wahrgenommen und infolge dessen überschritten werden. Die Einsicht und das Wissen der Kinder über Grenzen und einen angemessenen Umgang damit wachsen mit dem Alter der Kinder. Daher kommen sexuelle Übergriffe im Überschwang nur bei jüngeren Kindern vor.

**Trotzdem benötigen sexuelle Übergriffe im Überschwang eine klare Positionierung der Pädagogen/innen, die das Einhalten von persönlichen Grenzen zwischen den Kindern einfordert. Die Kinder sollen erfahren, dass (sexuell) grenzüberschreitendes Verhalten nicht toleriert wird.**

**Interventionen:**

- Situation unterbrechen
- Einschätzung und Austausch im Team
- Protokollieren/Dokumentieren
- Einzelgespräch mit dem betroffenen Kind (falls Kind sprechen möchte!)
- Einzelgespräch mit dem übergriffigen Kind
- Gespräch mit Eltern des betroffenen Kindes
- Gespräch mit Eltern des übergriffigen Kindes
- Austausch im Team – Präventionsangebote
- Evtl. Teamsupervision

**Abgrenzung kindliche Sexualität – Erwachsenen Sexualität**

Kindliche Sexualität	Erwachsene Sexualität
Spontan, neugierig, spielerisch und unbefangen	Lustvoll, erotisch mit sexuellen Phantasien
Situationsbezogen und nicht an zukünftigen Handlungen orientiert	Oft zielgerichtet
Lustvolles Erleben des Körpers mit allen Sinnen	Auf genitale Sexualität, Erregung und sexuelle Befriedigung ausgerichtet
Wunsch nach Nähe, Vertrauen	Mittel zur Fortpflanzung
Wohlgefühl beim Kuscheln, Kraulen, Schmusen	
Unabhängig gesellschaftlicher Sexualnormen und Schamgrenzen	An Gesellschaftlichen Normen orientiert und moralische Regeln gebunden
Erkunden und Erproben in Doktor- und Rollenspielen	Oft schambesetzt, leistungsorientiert aber auch tabuisiert.
Nicht auf einen „festen“ Partner bezogen	Partner wird gezielt ausgewählt

## **Spiele für Kinder zur Stärkung des Körperschemas:**

Grundsätzlich gilt: ALLES was dem Körper eine sinnliche Erfahrung schenkt, ist gut. Gerne Elemente der sensorischen Integration nützen! Man kann wirklich kreativ werden. z.B. Barfuß im Schnee gehen und vorher/nachher ein Fußbad im kalten oder warmen Wasser nehmen.

Wichtig: immer nachfragen wie sich etwas bei den Jugendlichen anfühlt/schmeckt/riecht. Welche Art von Gefühl ist das? Welche Temperatur? Welcher Geschmack? WO genau fühlst du es? Die Kinder/Jugendlichen dazu bringen, bewusst in IHREN EIGNEN Körper hineinzuspüren. Alternativ als eigene Übung: Was denkst du, fühlt/denkt/schmeckt jemand anderes (der gerade beobachtet wird) jetzt? → Schulung der Empathie und Mentalisierung.

### **1) Körperquiz**

Utensilien: Schal (zum Augenverbinden) & Bälle in verschiedenen Formen und mit verschiedenen Oberflächen

- 1) Augen verbinden (oder auch nur schließen oder offenlassen, wenn jemand Angst hat)
- 2) Mit einem Ball (glatte Oberfläche/Stachelball/Flauschiball) den Körper abgehen/wuzeln und fragen wo/an welchem Körperteil sich der Ball gerade befindet. Kind soll diesen dann benennen.
- 3) „Jetzt greifst DU noch mal (fest) dorthin wo der Ball gerade war.“

Bei jeder richtigen Antwort gibt es einen Punkt und bei 10 Punkten gibt es eine Überraschung (z.B. Zuckerl).

In dieser Übung geht es darum, Körperteile zu benennen, ideal für das Körperschema. Auch für Kinder, die sich schlecht konzentrieren können, ist diese sehr gut, da der visuelle Reiz mal weg ist

9

**2) Gymnastik Baseball:** Auf dem Hüpfpferd oder einem Gymnastikball wippen und mit einem Schläger einen hingeworfenen Ball schlagen. Beim Draufschlagen ist ein lauter Schrei erwünscht.

### **3) Wir reiten in den Dschungel und...**

- ... wippen auf einem Gymnastikball oder so einem Hüpfpferd
- treffen auf ein Krokodil, das uns beißt
  - müssen Äpfel pflücken
  - Mücken erschlagen
  - Hören einen Zug (tsch, tsch, tsch... Atemübung)
  - Und wird kalt (selbst umarmen)
  - etc...

### **4) Ball über Kopf**

Einen Pilates-Ball über den Kopf heben lassen (idealerweise sitzt der Klient dabei auf einem Gymnastikball) und mit einem lauten, inbrünstigen „HA!“ auf den Boden knallen. Das dient der emotionalen Entspannung und dem Training der oberen Schaukel.

**5) Gummihüpfen** ☑ wieder gut für Mädels, um deren innere Geschlechtsorgane zu besetzen.

### **6) Balancebretter**

**7) Activity spielen,** bzw. pantomimisch alle möglichen Dinge darstellen lassen, z.B. zum Thema „kennenlernen“.

**8) Komplimente singen** und Kind/Klient nachsingen lassen

**9) Gefühle begrüßen:** Zwei Menschen treffen mit unterschiedlichen Gefühlen aufeinander und die anderen müssen raten, welche Gefühle das sind. Die Gefühle stehen auf Zetteln geschrieben, die die beiden „Hauptdarsteller“ ziehen müssen.

**10) Tanzen**

**11) Gefühlskarten basteln**

Auf Karten werden entweder Gefühle in Worten genannt oder Gesichtsausdrücke gezeigt. Jeder zieht eine Karte und spielt die Emotion pantomimisch nach. Die anderen Kinder müssen raten.

**12) Sinnes-Spiele**

- Grabbelsack mit unterschiedlichem Inhalt/Fühl-Kiste
- Jedem Kind werden die Augen verbunden und bekommt ein kleines Stückchen Schokolade, Apfel, Salz, Keks, etc... Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt und die Kinder müssen sich ganz aufs Schmecken konzentrieren.
- Barfuß über verschiedene Untergründe gehen
- Regenmassage
- „Tüpfen“: Zwei Personen stehen sich gegenüber, eine mit dem Rücken zur anderen. Person A tippt der Person B mit dem Finger z.B. auf die rechte Schulter und B reagiert, indem sie die rechte Schulter hebt/bewegt. Das mit allen möglichen Körperteilen.  
Version für Fortgeschrittene: Person A tippt die rechte Schulter von B an, aber B reagiert, indem sie die linke Schulter hebt/bewegt, also alles seitenverkehrt macht.

**13) Twister**

10

## **Selbstreflexion:**

**Damit man Kinder und Jugendliche in Bezug auf ihre Sexualentwicklung gut begleiten und themenspezifische Fragen beantworten kann, sollte man seine eigene Sexualbiografie reflektiert haben. Anbei ein paar Fragen zur Anregung:**

- 1) Wie und von wem wurde ich aufgeklärt?
- 2) Welche Gefühle hat das in mir ausgelöst?
- 3) Welche Fragen hatte ich damals? Welche Unklarheiten entstanden?
- 4) Wen konnte ich fragen, wenn ich etwas zum Thema Sex, Körper, Babys wissen wollte?
- 5) Was wünsche ich mir für „mein(e)“ Kind(er) – was soll anders verlaufen als bei mir?
- 6) Was kann ich dazu beitragen?
- 7) Über welche sex. Themen spreche *ich* nicht gerne, worüber kann ich ungezwungen und frei sprechen? Wo fehlen mir die Worte? Welche Worte/Inhalte spreche ich nicht gerne laut aus?