

Eltern Info

kurz+knapp

Sexualität

Liebe Eltern,
die folgenden Tipps und Informationen sollen Ihnen helfen, Ihre Kinder bei der sexuellen Entwicklung zu begleiten.

Info 1

Umgang mit Sexualität in der Familie

Kinder orientieren sich am Verhalten ihrer Eltern, wie z. B. im Familienalltag mit körperlicher Nähe oder mit Nacktheit umgegangen wird. Wenn offen über Körper und Sexualität gesprochen wird, können Kinder ein positives Bild zu ihrem eigenen Körper entwickeln. Gleichzeitig ist es aber auch wichtig, Schamgrenzen zu beachten und einzuhalten. So lernen Kinder bereits früh, eigene Grenzen und die der anderen zu respektieren.

Info 2

Eine gemeinsame Sprache finden

Benennen Sie alle Körperteile mit konkreten Begriffen. Auch die Geschlechtssteile sollten einen Namen bekommen, der Ihnen leicht über die Lippen geht. Nur so können Mädchen und Jungen Fragen zu einzelnen Körperteilen stellen und sagen, wenn ihnen etwas weh tut oder wenn ihnen etwas unangenehm ist.



Info 3

Altersangemessene Aufklärung

Sexualaufklärung ist ein Prozess über viele Jahre. Schon früh lernen Kinder, dass Männer und Frauen unterschiedlich sind. Sie sehen, wie sich Paare küssen oder wie der Bauch einer Frau wächst, wenn sie schwanger ist. Geben Sie diesen Themen Raum und erklären Sie Ihrem Kind von klein auf die Situationen. So lernt Ihr Kind, dass Sie als Ansprechpartnerin bzw. Ansprechpartner da sind und es fällt Ihnen später leichter, auch „heiklere“ Themen anzusprechen.

Info 4

Fragen beantworten

Kinder wollen die Welt begreifen und stellen Fragen. Manchmal haben sie sexuelle Begriffe aufgeschnappt oder im Fernsehen Bilder gesehen, die sie erklärt haben wollen. Reagieren Sie offen auf Fragen. Oft reicht eine kurze Antwort - vor allem dann, wenn Sie auf vorhandenes Wissen aus vorherigen Gesprächen zurückgreifen können.

Info 5

Doktorspiele

Kleinkinder berühren sich, weil sie sich wohlfühlen und weil sie mit allen Sinnen und Körperteilen wahrnehmen. In Doktorspielen erkunden Kinder aus ihrer kindlichen Neugier heraus auch den Körper der Spielkameraden. Informationen über die Entwicklungsschritte helfen dabei, diese Situationen einzuschätzen – eine Auswahl finden Sie in den Links.

Info 6

Nein sagen ist okay!

Kinder merken und zeigen, wenn ihnen Berührungen nicht gefallen. Manche Erwachsene reagieren darauf nicht – sie knuddeln weiter oder küssen die Kinder trotzdem zur Begrüßung. Als Eltern sollten Sie die Signale Ihrer Kinder ernst nehmen. Unterstützen Sie Ihre Kinder, in dem Sie freundlich aber bestimmt sagen, dass Ihr Kind diese Berührungen nicht mag.



Info 7

Über Missbrauch sprechen

Kinder müssen zu ihrem Schutz altersgerecht auch über Schattenseiten von Sexualität aufgeklärt werden. Kinder sollten wissen, was sie tun können, wenn ihnen jemand zu nahe kommt – egal ob es sich dabei um Fremde oder Freunde handelt.

Gut ist es, dies an konkreten Beispielen zu besprechen: „Was kannst du tun, wenn dich jemand so anfasst, wie du es nicht magst?“

Wichtig ist, dass Ihr Kind weiß, dass es mit Ihnen darüber sprechen kann und auch, dass es niemals schuld ist, wenn jemand seine körperlichen und sexuellen Grenzen verletzt.



Info 8

Kindliche Sexualität in Kita und Schule

Jede Einrichtung, in der Kinder betreut werden, hat ein pädagogisches Konzept. In diesem ist unter anderem geregelt, wie in der Einrichtung mit dem Thema Sexualität umgegangen wird.

Dabei werden z. B. folgende Fragen geklärt: Wie wird auf Doktorspiele in den Einrichtungen reagiert? Wie ist das Wickeln der Kinder organisiert, um größtmöglichen Schutz zu bieten? Oft werden diese Konzepte auf den jeweiligen Internetseiten veröffentlicht oder sind in Flyern der jeweiligen Einrichtungen nachzulesen – wenn nicht, fragen Sie ruhig nach.



Links:

Hier finden Sie weitere Informationen, die Sie bei der Sexualerziehung Ihres Kindes unterstützen.

www.zanzu.de - Informationen zu Sexualität und Gesundheit in 13 Sprachen

www.profamilia.de - Beratung zu Sexualität, Schwangerschaft und Partnerschaft in vielen Beratungsstellen und online (www.sexundso.de)

www.kindergesundheit-info.de - Informationen über gesundes Aufwachsen und die Entwicklungsschritte von Kindern

Impressum

Elterninfo SEXUALITÄT

Landesstelle
Jugendschutz
Niedersachsen



Herausgeberin:

Landesstelle Jugendschutz Niedersachsen

Leisewitzstraße 26, 30175 Hannover

info@jugendschutz-niedersachsen.de

www.jugendschutz-niedersachsen.de

Fotos: Vater und Tochter: Suterer/Shutterstock.com

Mädchen und Junge: InesBazdar/Shutterstock.com

Schwangere Mutter: Tomsickova Tatyana/Shutterstock.com

Spielende Kinder: Oksana Shufrych/Shutterstock.com

1. Auflage: 10 / 2018

Mit Unterstützung des Projektes:

**JUGEND & FLÜCHTLINGS
SCHUTZ & HILFE**