

## Sprechen Sie darüber, was erlaubt ist und was nicht

Kinder berühren manchmal ihren Penis oder ihre Scheide, wenn sie Lust dazu haben, und genießen das zuweilen auch. Meist tun sie das, wenn sie allein sind.

Erwachsene müssen Kindern manchmal helfen, sich auf dem Klo abzutupfen. Oder beim Zähne putzen, Waschen der Genitalien und des Pos, Einführen von Medikamenten oder der Pflege von wunden Stellen mit Salbe. Das ist erlaubt, wenn das Kind es braucht.

Ansonsten ist es Erwachsenen verboten, Kinder an Scheide, Penis oder Po zu berühren oder mit diesen Körperteilen zu spielen. Sie dürfen Kinder nicht bitten, die Genitalien oder den Po Erwachsener zu berühren, und sie nicht dazu bringen, sich selbst dort zu berühren. Niemand darf andere dazu bringen, solche Dinge zu tun, die sie nicht tun möchten. Auch Kinder dürfen das nicht.



## Kinder dürfen über ihren Körper sagen, was sie möchten, und zu wem sie möchten!

Gute Filme und Bücher können den Einstieg ins Gespräch erleichtern. Prüfen Sie diese erst selbst, bevor Sie sie gemeinsam mit dem Kind ansehen. Wenn Sie Fragen haben, können Sie ein Nok.-Zentrum anrufen. Auch die Gemein-deschwester berät Sie gern. [noksentrene.no/snakkom](http://noksentrene.no/snakkom)

Es ist unsere Aufgabe als Erwachsene, Kindern zu helfen, wenn sie Probleme haben. Es ist gut, Bescheid zu sagen.

# Nok.

[noksentrene.no](http://noksentrene.no)

# Nok.



## Kopf, Schulter, Knie und ... ?

Mit Kleinkindern über den Körper, Sexualität und Grenzen sprechen.

## Wussten Sie das?

Neugier und spielerisches Erforschen von Sexualorganen am eigenen Körper und bei Gleichaltrigen ist für Kleinkinder ganz normal. Wichtig ist, dass dies altersgerecht erfolgt und die Grenzen anderer Kinder nicht verletzt.

Wenn wir mit Kindern offen über den Körper, Sexualität und Grenzen sprechen, fällt es ihnen leichter, Bescheid zu sagen, wenn jemand ihre Grenzen missachtet.

Körperpflege, Badezimmer und Toilette bieten Anlässe, um den Körper mit Worten zu beschreiben.



## Sprechen Sie gemeinsam über den Körper

«Sollen wir den Körper malen? Weißt du, wie die Körperteile heißen? Kopf, Augen, Nase, Mund, Arme, Pimmel, Scheide, Popo, Beine, Bauch, Herz ...»

«Was kann dein Körper tun? Welche Geräusche kann dein Körper machen?»

«Was macht dich glücklich / traurig? Wie siehst du dabei aus? Was fühlst du dabei in deinem Körper?»



«Welche Berührungen sind gut/schlecht? Magst du es, wenn dich jemand am Rücken kraut oder streichelt? Was magst du nicht?»

«Dein Körper gehört dir und niemand anderem. Du kannst selbst entscheiden, ob du kuscheln möchtest, auf dem Schoß sitzen usw. Niemand darf dich umarmen, wenn du nicht willst, und du darfst andere nicht umarmen, wenn sie nicht wollen.»