

Elternkompass

# „Siehst du so aus wie ich?“

Infos zum Umgang  
mit kindlichen Doktorspielen





„Ist das okay?“

## Impressum

*Autorin:* Dr. Nadine Schicha, AJS NRW

*Lektorat:* Susanne Philipp, AJS NRW

*Illustrationen:* Daniel Althausen

*Gestaltung:* [www.jf-gestaltung.de](http://www.jf-gestaltung.de)

8., veränderte Auflage 2020

## Liebe Mütter und Väter!

**Hin- oder doch besser weggucken? Thematisieren oder unter den Tisch fallen lassen? Wenn ich es anspreche, verstärke ich dann die sexuelle Aktivität meines Kindes? Wie soll ich darauf angemessen reagieren?**

Doktorspiele rufen bei Müttern und Vätern oftmals Verunsicherungen hervor. Gemeint sind Körpererkundungsspiele, denen Kinder im Alter von etwa vier bis sechs Jahren nachgehen.

Doktorspiele gehören zur normalen sexuellen Entwicklung von Kindern im Vor- und Grundschulalter. Einige Kinder zeigen vermehrtes Interesse, andere weniger. Der Mensch ist von Geburt an ein sexuelles Wesen und die psychosexuelle Entwicklung von Kindern ist genauso wichtig wie ihre körperliche, kognitive, emotionale und soziale Entwicklung. Es geht um Lernprozesse und Einstellungen, um Wertvorstellungen und um zwischenmenschliche Beziehungen, die begleitet werden wollen. Der Weltgesundheitsorganisation zufolge ist sexuelle Gesundheit untrennbar mit Gesundheit insgesamt, Wohlbefinden und Lebensqualität verknüpft (vgl. WHO 2011: <https://bit.ly/2eFR1ki>).

**Wir möchten Ihnen einen Überblick über kindliche Sexualität und Tipps für einen angemessenen Umgang mit Doktorspielen geben.**

## Sexualfreundlich erziehen

Kindliche Sexualität unterscheidet sich von der Sexualität Erwachsener, denn sie ist ichbezogen, nicht zielorientiert, und sie ist ganzheitlich. Kinder sind an ihrem Körper interessiert und neugierig, ob andere Kinder auch so aussehen wie sie selbst. In Rollenspielen, wie Mutter-Vater-Kind-Spielen und Doktorspielen haben sie die Möglichkeit, Beziehungen zu gestalten, Ideen zu entwickeln, ihrer Wissbegier nachzugehen und ihr eigenes sowie andere Geschlechter zu erfahren.

Wenn Kinder merken, dass ihre Fragen zu ihrem körperlichen Geschlecht und zur Sexualität unerwünscht oder Erwachsenen unangenehm sind, suchen sie andere Wege, um ihre Neugierde zu befriedigen. Ihre Wissbegier empfinden Kinder dann schlimmstenfalls als etwas Schlechtes und Sexualität als etwas Schambehaftetes. Und es macht sie empfänglicher für Grenzverletzungen und sexualisierte Übergriffe, weil sie nicht gelernt haben, was erlaubt und verboten ist und wie sie über Sexualität sprechen können.

**Mit einer sexualfreundlichen Erziehung können Kinder lernen, eigene Grenzen und die anderer Kinder kennenzulernen und zu respektieren. Dass dadurch die sexuelle Aktivität von Kindern verstärkt werde, ist ein Irrglaube.**

**Tipp!**

Eine sexualfreundliche Erziehung zeigt sich darin, den sexuellen Ausdrucksformen des Kindes Raum zu geben und dabei die eigenen (körperlichen) Grenzen als Mutter und Vater wahrzunehmen und zu kommunizieren. Kinder sollten über ihren Körper und seine Funktionen altersangemessen informiert werden, eigene körperliche Intimität leben dürfen, um eigene Bedürfnisse wahrnehmen und artikulieren sowie ein gesundes Schamempfinden entwickeln zu können. Ihre Kinder setzen die Schamgrenze und entscheiden, von wem und wo sie berührt werden möchten. Das gilt nicht nur für Bekannte und Fremde, sondern auch innerhalb der eigenen Familie.



## Doktorspiele einrahmen

Zwischen dem dritten und vierten Lebensjahr begreifen Mädchen\* und Jungen\*, dass es mehr als ein Geschlecht gibt. Die meisten fangen an, sich selbst einem Geschlecht zuzuordnen und auch zugehörig zu fühlen. Im Zuge dessen ist das Erkunden des eigenen, aber auch der anderen Geschlechter für Kinder äußerst spannend. Dies geschieht durch viele Fragen zu Körper und Entstehung von Menschen und durch Doktorspiele. Kinder untersuchen in Rollenspielen gegenseitig ihren Körper und versuchen auf diesem Wege, Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen den Geschlechtern auszumachen. Doktorspiele finden meistens zwischen befreundeten Kindern statt und weniger unter Geschwistern.

### Tipp!

**Der Altersabstand der miteinander spielenden Kinder sollte höchstens zwei Jahre betragen. Dabei ist der Entwicklungsstand der jeweiligen Kinder ausschlaggebend. Ältere Kinder und Erwachsene haben bei den Spielen nichts zu suchen.**

Gerade jüngere Kinder verfügen häufig noch nicht über eine angemessene Impulskontrolle. Ihnen fällt es manchmal schwer, Grenzen anderer als solche zu erkennen und einzuhalten. Auch ist es für viele Mädchen\* und Jungen\* gar nicht so leicht, eigene Grenzen gegenüber anderen Kindern zu kommunizieren. Dazu benötigen sie klare Regeln und Erwachsene, die ansprechbar sind und sie begleiten. Weiß

Ihr Kind, was beim Spiel erlaubt ist und was nicht, und kann es erfahren, dass Sie darüber offen sprechen, so schaffen Sie für Ihr Kind einen sicheren Rahmen, um seiner Neugierde nachzugehen. Damit erhöhen Sie die Chance, dass sich Ihnen Ihr Kind bei einem Regelverstoß anvertraut.

## Regeln

**Jedes Kind bestimmt selbst, mit wem es Doktor spielen möchte!**

**Niemand steckt einem anderen Kind etwas in irgendeine Körperöffnung!**

**Kein Kind tut einem anderen Kind weh!**

**Ältere Kinder und Erwachsene  
haben bei den Spielen nichts  
zu suchen!**

**Jedes Kind bestimmt selbst  
über seinen Körper und wo es  
angefasst werden möchte!**

**Das Spiel ist freiwillig. Jedes  
Kind darf jederzeit aus dem  
Spiel aussteigen!**

**Es findet keine  
Unterordnung statt:  
Alle sind gleichberechtigt!**

**Es gibt kein Redeverbot und  
kein Schweigegebot!**

## Bei Grenzverletzungen ruhig bleiben

Wenn Grenzen bei Körpererkundungsspielen nicht eingehalten werden, empfinden Mütter und Väter dies oftmals als belastend und sie sind unsicher, ob und wie sie handeln sollen. Auch wenn es schwer fällt: Hier ist Besonnenheit gefragt. Große Betroffenheit oder Zurechtweisung helfen in der Situation nicht. Emotionale Überreaktionen erschrecken Kinder und werden der Situation nicht gerecht.

Kinder möchten erfahren, dass auch ungute Gefühle und Erfahrungen geäußert werden dürfen und diese bei Ihnen als Eltern gut aufgehoben sind.

**Tipp!**

**Besprechen Sie mit den beteiligten Kindern noch einmal die Regeln für die Doktorspiele und heben Sie hervor, dass es am wichtigsten ist, dass sich alle Kinder bei dem Spiel wohlfühlen.**

Bei wiederholten Regelverstößen und Übergriffen sind andere Interventionen vonnöten. Eine Fachberatungsstelle kann Ihnen bei der Klärung der Situation helfen, Handlungssicherheit vermitteln und weitere Unterstützungsangebote aufzeigen.

## Ansprechbar sein

Kinder brauchen keine perfekten Mütter und Väter, die alles wissen. Aber sie wünschen sich Eltern, die ihren Überlegungen offen begegnen und einen Raum schaffen, in dem alle Themen, die ihre Lebenswelt betreffen, einen Platz haben dürfen.

Wenn Ihr Kind auch Fragen rund um die Sexualität stellen darf, so tragen Sie als Mütter und Väter dazu bei, dass Ihr Kind lernt, seinem Körper wertschätzend zu begegnen, eigene und fremde Grenzen zu erfahren und zu respektieren und auch bei sexuellen Themen sprechfähig zu sein. Und Sie erhöhen dadurch den Schutz Ihres Kindes vor sexualisierten Übergriffen!



## Folgende Leitsätze stärken Ihr Kind:

Dein Körper gehört dir!

Deine Gefühle sind richtig und wichtig!

Es gibt schöne und blöde Gefühle!

Es gibt gute und blöde Geheimnisse!

Du darfst Nein sagen!

Hilfe holen ist kein Petzen!

**Manchmal fällt es schwer, eigene Worte zum Thema zu finden.  
Dann können Kinderbücher Anregungen geben:**

- Fagerström, G./Hansson, G.: *Peter, Ida und Minimum*. Ravensburg 1987.
- PETZE-Institut für Gewaltprävention gGmbH (Hrsg.): *Echte Schätze! Die Starke-Sachen-Kiste für Kinder*. Köln 2012.
- Von der Gathen, Katharina/Kuhl, Anke: *Klär mich auf!*
- *101 echte Kinderfragen rund um ein aufregendes Thema*. Leipzig 2014.
- Zartbitter e.V. (Hrsg.): *Wir können was, was ihr nicht könnt*. Köln 2009.
- Zartbitter e.V. (Hrsg.): *Sina und Tim*. Köln 2017.



**Arbeitsgemeinschaft  
Kinder- und Jugendschutz (AJS)  
Nordrhein-Westfalen e.V.**

Poststraße 15–23 | 50676 Köln

Tel 0221.921392-0

info@ajs.nrw | www.ajs.nrw

gefördert vom:

Ministerium für Kinder, Familie,  
Flüchtlinge und Integration  
des Landes Nordrhein-Westfalen

