



Co-funded by  
the European Union



CEIPES



# “PASSION FOR INCLUSION (P4I)”

Project-Nr.:  
2021-1-DE02-KA220-ADU-000035138



Co-funded by  
the European Union



Co-funded by  
the European Union

# E-Buch für Lehrkräfte

## ENTWICKLET VON:

- **ARSU ACADEMY FOR LIFELONG LEARNING AND DEVELOPMENT GERMANY e.V.**
- **CAPPADOCIA EDUCATION AND RESEARCH ASSOCIATION (CERA) TÜRKIYE**
- **CENTRO INTERNAZIONALE PER LA PROMOZIONE DELL'EDUCAZIONE E LO SVILUPPO (CEIPES)**
- **SCPSIHOFORWORLD (SCP)**

*Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die des Autors/der Autoren und spiegeln nicht unbedingt die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können für diese verantwortlich gemacht werden.*

## Inhaltsverzeichnis des Buches

Modul 0: über das Projekt	3
Modul 1: Körpererkennung und Wahrnehmung	70
Modul 2: Erkennung und Wahrnehmung von Emotionen	91
Modul 3: Beziehungen	107
Modul 4: sexuelle Selbstpflege	134
Modul 5: Kommunikation	171
Modul 6: Vertraulichkeit	183
Modul 7: Schutz vor Missbrauch	194
Modul 8: safer Sex	225
Modul 9: sexuelles Verhalten	258



Co-funded by  
the European Union

# “PASSION FOR INCLUSION (P4I)”

**2021-1-DE02-KA220-ADU-000035138**

**Modul 0: ÜBER DAS PROJEKT**

**ENTWICKELT VON:**

**ARSU ACADEMY FOR LIFELONG LEARNING AND DEVELOPMENT  
GERMANY e.V.**

und

**CAPPADOCIA EDUCATION AND RESEARCH ASSOCIATION (CERA)  
TÜRKİYE**





Co-funded by  
the European Union

## Inhaltsverzeichnis

<b>1. Zusammenfassung</b>	<b>6</b>
<b>2. Zielgruppe</b>	<b>8</b>
<b>3. Ziele</b>	<b>9</b>
<b>4. Absicht</b>	<b>11</b>
<b>5. Methodik</b>	<b>12</b>
<b>6. Umsetzung</b>	<b>14</b>
<b>7. Ergebnisse</b>	<b>16</b>
<b>8. Erfolge am Ende des Projekts</b>	<b>17</b>
<b>9. Erwartete Auswirkungen des Projekts auf lokaler, regionaler, nationaler, europäischer und/oder internationaler Ebene</b>	<b>20</b>
<b>10. Warum wurden Menschen mit mittelschwerer und schwerer geistiger Behinderung ausgewählt?</b>	<b>23</b>
<b>11. Die Herausforderung der Sexualerziehung</b>	<b>26</b>
<b>12. Sexuelle Verhaltensprobleme bei Menschen mit geistiger Behinderung</b>	<b>26</b>
<b>13. Missverständnisse über Sexualität und Menschen mit Behinderungen</b>	<b>27</b>
<b>14. Empfehlungen für Eltern</b>	<b>29</b>
<b>15. Entwicklungsmerkmale von Menschen mit Behinderungen</b>	<b>30</b>
<b>15.1 Entwicklungsmerkmale von Menschen mit leichten geistigen Behinderungen</b>	<b>32</b>
<b>15.2 Entwicklungsmerkmale von Menschen mit schwerer geistiger Behinderung</b>	<b>35</b>
<b>15.3 Entwicklungsmerkmale von Menschen mit Autismus-</b>	<b>37</b>



Co-funded by  
the European Union

<b>Spektrum-Störung</b>	
15.4 Intermediäre Merkmale und Entwicklungsmerkmale	40
<b>16. Eltern: Bedarfsanalyse, länderübergreifende Beurteilungen</b>	<b>41</b>
16.1. Bedarfsanalyse von Eltern in Deutschland	41
16.2. Bedarfsanalyse von Eltern in der Türkei	46
16.3. Bedarfsanalyse von Eltern in Italien	50
16.4. Bedarfsanalyse von Eltern in Rumänien	52
<b>17. Bewährte Erfahrungen in verschiedenen Ländern</b>	<b>55</b>
17.1. Bewährte Erfahrungen in Deutschland	55
17.2. Bewährte Erfahrungen in der Türkei	57
17.3. Bewährte Erfahrungen in Italien	63
17.4. Bewährte Erfahrungen in Rumänien	64
<b>Referenzen</b>	<b>67</b>



Co-funded by  
the European Union

## 1. Zusammenfassung

Laut der Europäischen Entwicklungsstrategie 2020 sind in der Europäischen Union heute mehr als 120 Millionen Menschen von Armut oder sozialer Ausgrenzung bedroht. Menschen mit Behinderungen gehören zu den benachteiligten Gruppen, die im sozialen und beruflichen Leben sowie bei ihrer Bildung mit vielen Schwierigkeiten zu kämpfen haben und am stärksten gefährdet sind.

Die Europäische Kommission möchte in den nächsten zehn Jahren 20 Millionen Bürger und Bürgerinnen von der Armut und sozialer Ausgrenzung befreien. Bekanntlich legt die Europäische Union seit ihrer Gründung großen Wert auf die Bekämpfung der sozialen Ausgrenzung, die Gewährleistung sozialer Gerechtigkeit und den Schutz der Grundrechte innerhalb der Europäischen Union.

Die vier Hauptziele der allgemeinen und beruflichen Bildung in den Jahren nach 2020 in der Abschlusserklärung des EU-Rates mit dem Titel „Strategischer Rahmen für die Zusammenarbeit in Bildung und Ausbildung“ sind:

Verwirklichung von lebenslangem Lernen und Mobilität.

Steigerung der Qualität und Effizienz der allgemeinen und beruflichen Bildung.

Gewährleistung von Gleichberechtigung, sozialer Solidarität und aktiver Bürgerschaft.

Entscheidung, Kreativität und Innovation, einschließlich Unternehmertum, in allen Phasen der allgemeinen und beruflichen Bildung zu fördern.

Allerdings ist die Sexualerziehung eines der wichtigsten Probleme, die übersehen werden. Aufgrund äußerer Faktoren wie diverser Vorurteile und soziokultureller Werte wird das Konzept der Sexualität, das Menschen in einem gesunden Entwicklungsprozess auch informell außerhalb des Bildungsumfelds erlernen, für Menschen mit Behinderungen zu einem deutlich schwierigeren Thema. Es besteht jedoch Bedarf an Sexualerziehung, die spezielles Lernen und Lehren umfasst und Methoden und Techniken beinhaltet, die zum Erlernen von Kompetenzen geeignet sind, damit Menschen mit Behinderungen positive Verhaltensweisen im sozialen Integrationsprozess zeigen, vor möglicher sexueller Gewalt und Gesundheitsrisiken geschützt werden und ihre sexuelle Orientierung und Identität finden. Aus diesem Grund sollten Personen, die eine Schlüsselrolle in der Bildung spielen, sich der



Co-funded by  
the European Union

Verantwortung von Eltern und Schulpartnerschaften in der Sexualaufklärung bewusst sein und sich gegenseitig ergänzen.

Eines der vier Hauptziele besteht darin, die Sexualerziehung, die einen der wichtigen Problembereiche in der Bildung von Menschen mit Behinderungen darstellt, strukturiert für Lehrkräfte und Fachpersonal in Einrichtungen der Sonderpädagogik anzubieten. Darüber hinaus ist es wichtig, Eltern, Experten und Familien zu diesem Thema zu schulen um die Kinder bewusst zu unterstützen. Damit verbunden ist das Ziel, die Qualität und Quantität der allgemeinen und beruflichen Bildung zu steigern. Unter dem Titel „Gleichstellung“ in der Europäischen Behindertenstrategie 2010–2020 heißt es, dass die Kommission der Europäischen Union Menschen mit Behinderungen dabei unterstützen wird, gleiche Rechte zu genießen. Eine gesunde sexuelle Entwicklung nicht nur für Menschen mit normaler Entwicklung, sondern auch für Menschen mit Behinderungen ist ein wichtiges Thema, das im Einklang mit dem Gleichheitsgrundsatz berücksichtigt werden sollt

Jedes Jahr werden Millionen von Frauen auf der ganzen Welt mit vollem Wissen und Zustimmung ihrer Familien, Freunde und Gemeinschaften Praktiken ausgesetzt, die ihnen physisch und emotional schaden, so die heute, von UNFPA (der Bevölkerungsfonds der Vereinten Nationen) veröffentlichte Studie „State of World Population (SWOP) 2020“. Schädliche Praktiken wie Kinderheirat, geschlechtsspezifische Geschlechtswahl und weibliche Genitalverstümmelung werden Frauen von ihren Familien auf der Grundlage von Diskriminierung und Gemeinschaftsnormen angetan, die tiefgreifende und dauerhafte Traumata verursachen und sie ihres Rechts berauben, ihr Potenzial im Leben auszuschöpfen .

In diesem Jahr sind beispielsweise 4,1 Millionen Frauen von weiblicher Genitalverstümmelung bedroht. Mehr als 140 Millionen Frauen gelten heute aufgrund der geschlechtsspezifischen und postnatalen Geschlechtswahl als vermisst. Weltweit ist etwa jedes fünfte Kind verheiratet. Jede fünfte Frau, die derzeit 20-49 Jahre alt ist, hat unter 18 Jahren geheiratet. Ein Drittel der Mädchen, die vor ihrem 18. Lebensjahr geheiratet haben, wurden vor ihrem 18. Lebensjahr Mutter. In diesem Verhältnis sind „rund 68 % der Mädchen mit mit Entwicklungs- und geistigen Behinderungen [...] vor dem 18. Lebensjahr gefährdet, sexueller Gewalt ausgesetzt zu sein.“ Dies bedeutet, dass Mädchen mit Behinderungen 3,4-mal häufiger sexuell missbraucht werden als Mädchen ohne Behinderungen (siehe Referenz 9).



Co-funded by  
the European Union

## 2. Zielgruppe

Das Projekt „Passion for Inclusion“ (P4I) zielt darauf ab, ein Sexualerziehungsmodell und eine Methodik für Menschen mit geistiger Behinderung zu entwickeln. Jede Aktivität, die Teil des Projekthinhalts ist, wird eine koordinierte Arbeit von Pädagogen und Beratungsspezialisten sowie Familien von Menschen mit Behinderung ermöglichen, die die Hauptakteure der Sexualerziehung sind.

Alle Projektpartner haben gemeinsame Probleme und Bedürfnisse. Sie alle arbeiten mit Erwachsenen im Alter von 30 bis 80 Jahren, insbesondere mit Erwachsenen mit Behinderungen, Migranten und Frauen, die mit sozialen und wirtschaftlichen Problemen konfrontiert sind werden. Was den wirtschaftlichen Status angeht, haben die meisten Erwachsenen einen niedrigen Lebensstandard, ein geringes Einkommen und sind vom Sozialhilfesystem abhängig. Einige von ihnen befinden sich in einer prekären oder unbefriedigenden und frustrierenden privaten, schulischen und beruflichen Situation. Darüber hinaus haben einige von ihnen körperliche oder sensorische Behinderungen und ein chronisches Gesundheitsproblem. Es handelt sich überwiegend um benachteiligte Erwachsene, die in einer abgelegenen, ländlichen und benachteiligten Gegend leben. Daher wird dieses Projekt in vielerlei Hinsicht einen großen Beitrag für unsere Organisationen und unsere erwachsenen Mitglieder leisten. Es wird:

- \* zur persönlichen Entwicklung Erwachsener beitragen, um ihre aktive Teilnahme an der Zivilgesellschaft sicherzustellen.
- \* Erwachsene über lokale, nationale und internationale Möglichkeiten in der Erwachsenenbildung informieren.
- \* Erwachsenen unterschiedliche Kulturen näherbringen, damit sie ein Verständnis erlangen.
- \* Erwachsenen einen Raum bieten, Projekte für einen Bereich zu entwickeln, der die Zivilgesellschaft betrifft.
- \* Erwachsene dazu Ermutigen sich an jugendbezogenen Entscheidungsmechanismen in Europa zu beteiligen.
- \* zur persönlichen und körperlichen Entwicklung benachteiligter Erwachsener, die Lernende sind, führen.



Co-funded by  
the European Union

\* Freizeitaktivitäten mit Sport als Hilfsmittel bereitstellen.

\* sicherstellen, dass sich Erwachsene auf lokalen, nationalen und internationalen Plattformen mit unterschiedlichen Kulturen in Kontakt kommen, indem sie Sport als Bindungsinstrument verwenden.

Die erwarteten Auswirkungen des Projekts auf die Teilnehmenden, die Organisation und die Zielgruppen sind die Verbesserung des gleichberechtigten Zugangs benachteiligter Erwachsener zu hochwertiger Bildung und Ausbildung, die Entwicklung von Erwachsenenarbeit und anderen nicht formalen Lernmöglichkeiten, die Bereitstellung besserer Verbindungen zwischen formaler Bildung und nicht formaler Bildung, die Verbesserung des Übergangs zwischen der Bildung und Ausbildung und dem Arbeitsmarkt sowie die Reduzierung von Gewalt gegen Frauen, Migranten und Erwachsene mit Behinderungen

### 3. Ziele

Bei der Untersuchung der Bildungssysteme der Partnerländer im Projekt wurde festgestellt, dass sexuelle Aufklärung für Menschen mit geistiger Behinderung aufgrund externer Faktoren wie soziokulturellen Faktoren, Gemeinschaftsstrukturen oder Vorurteilen ignoriert wird und keine Schulungsprogramme durchgeführt werden im offiziellen Bildungsumfeld. Tatsächlich zeigte die Studie, dass Familien und ihre Einstellungen eine Schlüsselrolle bei der Sexualerziehung ihrer Kinder mit Behinderungen spielen. Ein weiteres Ergebnis der Studie ist, dass Eltern, denen eine Schlüsselrolle zukommt, über unzureichende Kenntnisse über Sexualerziehung verfügen und dass die Mehrheit der Familien (62,4 %) die Verantwortung für die Vermittlung von Sexualerziehung an Lehrer delegiert hat. Allerdings stellte Harrison (2000) fest, dass eine große Anzahl von Kindern erhebliche Fehlinformationen über die Sexualität von Gleichaltrigen erhalten, und er stellte fest, dass Eltern ihren Kindern nur sehr wenige direkte Informationen über die Sexualität geben. Er gab außerdem an, dass ein Großteil der Informationen, die Kinder von ihren Eltern erhalten, indirekt erworben wurden und auf Beobachtungen beruhen, da Kinder Informationen über Sexualität nicht durch Gespräche mit ihren Eltern erhalten (Harrison, 2000). Laut O'Sullivan (2006) möchten Eltern nicht zugeben, dass ihre Kinder erwachsen werden und sich durch die sexuelle Entwicklung ihrer Kinder bedroht fühlen, und finden es daher schwierig, mit ihren Kindern über sexuelle Themen zu sprechen.



Co-funded by  
the European Union

In Deutschland heißt es im Länderbericht zur Sexualaufklärung für Menschen mit Lernbehinderung, dass es keine Aufklärungsprogramme für Menschen mit geistiger Behinderung gebe, sondern lediglich Informationsangebote für deren Familien durchgeführt würden. Auch Rumänien, die Türkei, Spanien und Italien bieten keine Sexualerziehung für Menschen mit geistiger Behinderung an. Darüber hinaus wird darauf hingewiesen, dass diese Aufgabe nicht durch eine bestimmte Institution oder Organisation wahrgenommen wird, sondern durch Workshops und Informationsaktivitäten. Im rumänischen Länderbericht wurden ähnliche Ergebnisse berichtet. Es wurde jedoch festgestellt, dass Sexualerziehungsprogramme für Menschen mit Behinderungen in offiziellen Bildungseinrichtungen im Rahmen des Aktionsplans zur Entwicklung von Sexualitätsprogrammen der Weltgesundheitsorganisation umgesetzt werden sollten und dass ihre Familien bei der Umsetzung von Bildungsprogrammen in den Bildungsprozess einbezogen werden sollten (Familienunterstützte Bildungsprogramme). Es ist notwendig, einen professionellen, geführten und sachkundigen Standard für diese Lehrkräfte zu entwickeln. Auch die Lernfähigkeit von Menschen mit geistiger Behinderung und der soziokulturelle Druck, dem sie ausgesetzt sind, müssen berücksichtigt werden.

### **Innovative Merkmale, die das P4I-Projekt von anderen Projekten unterscheidet:**

- \*unterstützt die Entwicklung der beruflichen Kompetenzen von Pädagogen und die Bildung von Familien von Menschen mit Behinderungen durch innovative Lernwerkzeuge, die auf Informations- und Kommunikationstechniken (IKT) basieren.
- \*unterstützt Menschen mit geistiger Behinderung mit visuellen Lernmitteln entsprechend ihren Lernkompetenzen.
- \*bezieht die kollaborativen Modulprogramme zur Sexualerziehung als Bildungsmodell in das offizielle Bildungssystem ein.

Daher verfolgt das P4I-Projekt einen innovativen Ansatz und grenzt sich positiv von anderen Projekten ab.

Der andere innovative Aspekt von P4I ist die Unterstützung des nachhaltigen Entwicklungsziels (SDG) 4 zur Bildung, das bis 2030 eine inklusive und gleichberechtigte hochwertige Bildung und Möglichkeiten des lebenslangen Lernens für alle fordert. Es betont Inklusion und Gerechtigkeit als Grundlagen für hochwertige Bildung und Lernen. SDG 4 fordert außerdem den Bau und die Modernisierung von Bildungseinrichtungen, die kind-, behinderungs- und geschlechtersensibel sind, und die Bereitstellung sicherer, gewaltfreier, integrativer und effektiver Lernumgebungen für alle.



Co-funded by  
the European Union

## 4. Absicht

Die Ziele des Passion For Inclusion (P4I) Projekts sind die Entwicklung eines Sexualerziehungsmodells mit Lern-/Lehrmethodik, die Unterstützung der sozialen Inklusion von Menschen mit geistiger Behinderung, die Entwicklung professioneller Beratung sowie persönlicher und IKT-Fähigkeiten durch die Bereitstellung des Zugangs zu offenen Bildungsressourcen für diejenigen, die Schlüsselakteure in der Sexualerziehung sind (Erzieher und Familien von Menschen mit Behinderungen), um die koordinierte Arbeit der Schlüsselakteure sicherzustellen und ein offizielles Bildungsumfeld ohne Diskriminierung und Vernachlässigung für Menschen mit geistigen Behinderungen zu schaffen, das die sexuelle Aufklärung gewährleistet. Daher sollen die wissenschaftlichen Studien des P4I-Projekts, seine Aktivitäten und der daraus resultierende intellektuelle Output einen Multiplikatoreffekt zur Sensibilisierung für die Notwendigkeit der Sexualerziehung für Studierende mit Behinderungen unterstützen und erzielen.

**Der IO-1-Bedarfsanalyse-Benchmarking-Bericht** erfüllt die Erasmus+-Prioritäten für die Entwicklung von Partnerschaften, indem er eine Zusammenarbeit für Innovation und den Austausch bewährter Verfahren aufbaut, lebenslanges Lernen und hochwertige Bildungs- und Ausbildungsmöglichkeiten für Erwachsene bietet und die Lernbedürfnisse erfüllt und Veröffentlichung von Material für Bildungsanbieter.

**Die intellektuellen Ergebnisse und die Zielgruppe des P4I-Projekts** (IO-2- und IO-3-Modell-Toolkit zur Sexualerziehung, Sonderpädagogen / Beratungslehrer / Unterlehrer / Sozialarbeiter und Lernmaterialien für Menschen mit geistiger Behinderung) stehen in direktem Zusammenhang damit die Botschaft: „Jeder Lernende ist gleich wichtig“, wie es im Gleichstellungsbericht 2030 zu sozialer Eingliederung und Bildung heißt.

Die Europäische Behindertenstrategie 2020 konzentriert sich auf die Beseitigung von Barrieren für Menschen mit Behinderungen. Die im Rahmen des P4I-Projekts zu realisierenden Aktivitäten und Ergebnisse (IO-2, IO-3) stehen in direktem Zusammenhang mit den Zielen Zugänglichkeit, Teilhabe, Gleichstellung, Bildung und Ausbildung, sozialer Schutz und Gesundheit.

**Jeder intellektuelle Output des Projekts (IO-1, IO-2, IO-3)** steht in direktem Zusammenhang mit der Erfüllung des Ziels des lebenslangen Lernens und der Entwicklung innovativer Lehrprogramme, die benachteiligten Menschen den Zugang zu lebenslangem Lernen und die Entwicklung ihres Wissens, ihrer



**Co-funded by  
the European Union**

Fähigkeiten und ihrer Fertigkeiten ermöglichen, sei es innerhalb oder außerhalb der formalen Bildung

Das Projekt zielt darauf ab, den Zugang zu Möglichkeiten des lebenslangen Lernens für Menschen mit geistiger Behinderung durch Projektaktivitäten und -ergebnisse zu verbessern und gleichzeitig Hindernisse für die soziale Integration zu beseitigen. Dies steht in direktem Zusammenhang mit den Zielen, die in den Prioritäten der Europäischen Agenda für Erwachsenenbildung festgelegt sind.

Die Notwendigkeit der Zusammenarbeit bei der Prävention aller Arten von Risiken und möglichen Risiken von Menschen mit geistiger Behinderung, die als die am stärksten benachteiligten Personen der Gesellschaft gelten, ist für das Projekt von großer Bedeutung. Die Unterstützung aller Aspekte der sozialen Inklusion steht in direktem Zusammenhang mit der Verwirklichung der Hauptziele des Aktionsrahmens für die Entwicklung des Programms zur Sexualität der Weltgesundheitsorganisation (WHO): die Entwicklung eines integrativen und gleichberechtigten Bildungssystems, die Ermutigung von Lehrern zur Entwicklung von Talenten und unterstützende Lernumgebungen und zur allgemeinen Verbesserung der Bildungsqualität beizutragen.

Das Recht auf sexuelle Aufklärung für Menschen mit Behinderungen ist im allgemeinen Rahmen des Übereinkommens über die Rechte von Menschen mit Behinderungen (UNCRPD) in Artikel 12 verankert, in dem es um die Entdeckung ihrer sexuellen Identität geht und der Zugang zu allen Arten von Aufklärung im Zusammenhang mit Sexualität ermöglicht wird und dem Recht, gleichermaßen von allen Rechten im Zusammenhang mit Sexualität zu profitieren.

## **5. Methodik**

Das P4I-Projekt zielt darauf ab, ein Modell/eine Methodik zur Sexualerziehung für Menschen mit geistiger Behinderung zu entwickeln. Jede Aktivität, die den Projektinhalt darstellt, wird eine koordinierte Arbeit von Pädagogen, Beratungsspezialisten und Familien von Menschen mit Behinderungen ermöglichen, die die Hauptakteure der Sexualerziehung sind. Die Partnerschaftsstruktur des Projekts besteht aus fünf Organisationen (ARSU aus Deutschland, CERA aus der Türkei, SCP aus Rumänien, CNSE aus Spanien und CEIPES aus Italien) aus verschiedenen europäischen Ländern, die innovative Studien für Menschen mit geistiger Behinderung und für andere benachteiligte



Co-funded by  
the European Union

Gruppen durchführen unter der Koordination des deutschen Partners ARSU, einer NGO.

Menschen mit geistiger Behinderung gehören zu den benachteiligten Gruppen und werden daher im sozialen, geschäftlichen und schulischen Leben von vielen Schwierigkeiten konfrontiert. Wie bereits erwähnt, wird die Sexualerziehung von Menschen mit Behinderungen oft vernachlässigt, weshalb Bedarf an einer Sexualerziehung besteht, die spezifische Lern- und Lehrmethoden und -techniken umfasst, die ihrer Lernkompetenz angemessen sind.

Beim Vergleich der Sexualaufklärung der Partnerländer in unseren Studien ist uns aufgefallen, dass Deutschland und Rumänien im Vergleich zu den anderen Partnerländern (Türkei, Spanien, Italien) auf einem höheren Niveau arbeiten. Bei der Untersuchung der Bildungssysteme der Partnerländer wurde jedoch festgestellt, dass diese unterschiedliche Bildungsansätze anwenden, es jedoch kein Sexualpädagogikmodell mit einem spezifischen Ansatz oder einer bestimmten Methodik und modularen Bildungsprogrammen für Menschen mit Behinderungen in den Bildungssystemen gibt.

Der Mangel an Wissen von Auszubildenden, die im Bildungssystem mit Schülern mit Behinderungen arbeiten, und Eltern von Menschen mit Behinderungen in Bezug auf Sexualerziehung darüber, wie, wann und welche Methodik oder Vorgehensweise zu vermitteln ist, macht es für Menschen mit geistiger Behinderung schwierig, sexuelle Aufklärung zu erhalten. Eine in NWSA-Education Sciences veröffentlichte Studie betont die Rolle der Eltern in der Sexualerziehung. Die meisten Eltern von Menschen mit Behinderungen stören sich am Interesse ihrer Kinder an Sexualität, weil sie denken, dass ihre Kinder immer Kinder bleiben werden. Dieser Mangel an Entschlossenheit wird im UNFPA-Weltbevölkerungsbericht 2014 deutlich. Darin heißt es, dass jedes Jahr 91.000 minderjährige Mädchen ein Kind zur Welt bringen und jede dritte Ehe aus minderjährigen Mädchen besteht. Ebenso „sind rund 68 % der Mädchen mit Entwicklungs- und geistigen Behinderungen dem Risiko ausgesetzt, vor ihrem 18. Lebensjahr sexueller Gewalt ausgesetzt zu sein“. Mit anderen Worten: Die Wahrscheinlichkeit, dass Kinder mit Behinderungen sexuell missbraucht werden, ist 3,4-mal höher als bei Kindern ohne Behinderung.

Der Aktionsrahmen zur Förderung sexueller Gesundheit der Vereinten Nationen (WHO / RHR / HRP / 10.22) stellt fest, dass ein Zusammenhang zwischen Bildung und sexueller Gesundheit besteht. Es wird betont, dass die Hauptakteure im Prozess der Bereitstellung des Zugangs zur Sexualerziehung für benachteiligte Gruppen,



Co-funded by  
the European Union

darunter Lehrer, Familien und Sozialarbeiter, ebenfalls am Schulungsprozess teilnehmen sollten.

## 6. Umsetzung

Das Konsortium besteht aus fünf Ländern die unter der Koordination der ARSU Academy, sind. Das P4I-Projekt besteht aus drei intellektuellen Outputs und mehreren Sub-Outputs, die den ermittelten Bedarf decken.

### **IO-1-Bedarfsanalyse und Benchmark-Bericht**

Die Bedarfsanalysestudien und der Benchmark-Bericht bilden die Grundlage für das Sexualaufklärungsmodell für Menschen mit geistiger Behinderung und bestimmen die Ausrichtung des Projekts. Die Festlegung bewährter Verfahren gemeinsam mit allen Partnern wird dazu beitragen, den soziokulturellen Standpunkt des Sexualerziehungsmodells zu ermitteln und die am besten geeignete Methodik für den Einsatz im Bildungsmodell zu bestimmen.

### **IO-2- Lern-/Lehr-Toolkit zum Modell der Sexualerziehung**

Das Toolkit besteht aus drei verschiedenen Modulen für die Hauptakteure der Sexualpädagogik:

1. für Sonderpädagogen, Beratungslehrkräfte und Hilfslehrkräfte.
2. für die Eltern von Menschen mit geistiger Behinderung.
3. visuelles Trainingstool für Menschen mit geistiger Behinderung.

### **IO-3- E-Learning-Plattform und mobile App**

Die E-Learning-Plattform und die mobile App können von Sonderpädagogen, Beratungslehrkräfte, Hilfslehrkräfte und Eltern von Menschen mit geistiger Behinderung genutzt werden, um Folgendes zu tun:

5. um die beruflichen Fähigkeiten und Lehrmethoden der Trainer im Zusammenhang mit der Sexualerziehung durch webbasierten Fernunterricht zu entwickeln.
6. Um die Kompetenz der Eltern hinsichtlich effektiver Kommunikationsfähigkeiten zwischen der Familie und dem Kind zu verbessern.



**Co-funded by  
the European Union**

7. Um sicherzustellen, dass die Informationen über die Sexualerziehung, die Menschen mit geistiger Behinderung in der offiziellen Lernumgebung gelernt haben, durch das Wissen unterstützt werden, das die Familie in der häuslichen Umgebung vermittelt.

Durch die wirksame Verbreitung des Sexualerziehungsmodells in ganz Europa und durch die Sensibilisierung werden Vorurteile gegenüber der Sexualerziehung widerlegt. Darüber hinaus wird durch die Erhöhung des Aufklärungsniveaus und des Bewusstseins durch Sexualerziehung die Qualität der sexuellen Gesundheit verbessert und das Ausmaß des Missbrauchs von Menschen mit Behinderungen verringert. Es wird auch zur Verwirklichung der Ziele im Zusammenhang mit der Entwicklung beruflicher Kompetenzen, der sozialen Eingliederung und dem Recht auf Zugang zu Bildung und Ausbildung beitragen, die in der Europäischen Kommission, der WHO, Erasmus +, der UnCRpD, der Europäischen Agenda für Erwachsenenbildung, der Bildung 2030, UN SDG und den europäischen Behindertenstrategien festgelegt sind.

Jede Aktivität des Projekts wurde erstellt, um die genannten Probleme anzugehen. Die Aktivitäten, intellektuellen Ergebnisse und Unterergebnisse des P4I-Projekts werden letztendlich die Etablierung eines Sexualerziehungsmodells für Menschen mit Behinderungen sicherstellen, was dann zur Schließung der Lücke innerhalb der Bildungssysteme der Partnerländer führen wird. Außerdem wird es den Schlüsselakteuren ermöglicht, koordiniert zusammenzuarbeiten und sich gegenseitig zu ergänzen. Der allgemeine Rahmen des P4I-Projekts wird die Verwirklichung internationaler Ziele unterstützen.

Mit einer kollaborativen Methodik werden unter Einbeziehung aller Partner qualifizierte Ergebnisse erzielt. Durch effektive Verbreitungsaktivitäten und die Zusammenarbeit mit Interessenvertretern auf den verschiedenen Ebenen wird das Bewusstsein in der gesamten Bevölkerung geschärft und sichergestellt, dass Vorurteile abgebaut werden.

Durch eine wirksame Verbreitung des Sexualerziehungsmodells in ganz Europa und durch Sensibilisierung werden Vorurteile gegenüber Sexualerziehung abgebaut. Das Niveau der sexuellen Gesundheit wird sich verbessern und das Ausmaß des Missbrauchs von Menschen mit Behinderungen wird sinken, indem der Grad der Aufklärung und des Bewusstseins durch Sexualerziehung erhöht wird.



Co-funded by  
the European Union

## 7. Ergebnisse

Die erwarteten Ergebnisse im P4I-Projektimplementierungsprozess sind die Ergebnisse der Outputs und der Ziele, die als Ergebnis der im Rahmen jedes intellektuellen Ergebnisses durchgeführten Aktivitäten erreicht werden.

**IO-1.** Der Bedarfsermittlungs- und Benchmarkingbericht wird die Zusammenarbeit zwischen den Ländern fördern und Möglichkeiten für Innovationen und bewährte Verfahren im Bereich der Sonderpädagogik bieten. IO-1 verfügt über zwei verschiedene Sub-Outputs, zwei verschiedene Einstellungsskalen und einen Benchmarking-Bericht für Auszubildende und Eltern.

**IO-1.1.** Die aus den Einstellungsskalen gewonnenen Ergebnisse dienen der Ermittlung der Einstellungen und Werte von Pädagogen und Eltern zur Sexualaufklärung für Menschen mit Behinderungen, der Auseinandersetzung mit der Familie und allgemeinen Umweltfaktoren. Es wird die Datenbank zur Diagnose des Bildungsbedarfs von Menschen mit Behinderungen erstellt.

**IO-1.2.** Die Ergebnisse der Einstellungsskalen (die Ergebnisse aus den fünf Ländern) und die Identifizierung der besten Praktiken werden im Benchmarkingbericht gesammelt, um die Struktur, den Inhalt, die soziokulturellen Unterschiede und den Ausgangspunkt des Prozesses zur Erstellung von Module zur Sexualaufklärung von Menschen mit geistiger Behinderung zu bestimmen.

**IO-2 Lehr- und Lern-Toolkits (für Lehrer, Eltern und Menschen mit Behinderungen):**  
Das Lehrerausbildungsmodul unterstützt die berufliche Entwicklung der Lehrer in Bezug auf die Lehrmethodik und den beruflichen Hintergrund zur Sexualerziehung für Menschen mit geistigen Behinderungen

Das Schulungsmodul für Eltern soll die Eltern dabei unterstützen, über die Bedürfnisse ihrer Kinder aufzuklären, ihre Fragen zur Sexualität zu beantworten und die effektive Kommunikation zwischen ihnen zu unterstützen. Das visuelle Trainingstool für Menschen mit geistiger Behinderung unterstützt bei Selbstlernaktivitäten aus sicherer Quelle, wodurch sichergestellt wird, dass eine offizielle Bildungsumgebung vorhanden ist. Es wird auch die Unterrichtseinheiten zum Thema Sexualität im formalen Lernumfeld und in der Familie unterstützen.

Die Module der Sexualpädagogik, die für die Ausbildung von Sonderpädagogen, Beratungslehrern und für Familien von Menschen mit geistiger Behinderung vorbereitet wurden, werden auf eine E-Learning-Plattform übertragen. Die E-Learning-Plattform bietet individuelle und unabhängige Lernmöglichkeiten und Massenbildung, wodurch die Ausgaben für die Ausbildung von Trainern und die



Co-funded by  
the European Union

Bildung von Familien, die nicht am Bildungssystem teilnehmen, reduziert werden. Darüber hinaus werden gleiche Chancen für Wiedereingliederung und Bildung geschaffen. Es wird die berufliche Entwicklung von Pädagogen und Beratungsspezialisten unterstützen, die mit Menschen mit geistiger Behinderung arbeiten, indem es Multiplikatoreffekte schafft und innovative Methoden auf der Grundlage von Informations- und Kommunikationstechnologien (IKT) in der Bildung einsetzt. Es bietet die Möglichkeit, effektiv zwischen Pädagogen aus Partnerländern zu kommunizieren. Die mobile Anwendungsoptimierung der E-Learning-Plattform wird eine führende Rolle bei der Nachhaltigkeit des Projekts spielen und einen Zugang zu Bildung abseits der formalen Lernumgebung ohne Zeit-, Platz- oder Ressourcenbeschränkungen ermöglichen.

**Die erwarteten mittelfristigen Auswirkungen:** Eltern, Lehrkräfte und Akteure, die eine Schlüsselrolle in der Bildung spielen, werden komplementäre Rollen einnehmen, anstatt ihre Verantwortung in der Sexualerziehung getrennt zu sehen und Alternativen zueinander zu schaffen. Die Hauptzielgruppen sollen berufliche Qualifikationen und die Fähigkeit zum Umgang mit IKT-Tools entwickeln. Die Sexualerziehungsmodule werden in formellen Lernumgebungen eingesetzt und stellen sicher, dass Menschen mit geistiger Behinderung vor möglichen sexuellen Gewalt- und Gesundheitsrisiken geschützt werden und darüber hinaus Unterstützung bei der Suche nach ihrer sexuellen Identität erhalten.

**Langfristig erwartete Auswirkungen:** mit qualifizierten Projektergebnissen und wirksamen Verbreitungsaktivitäten wird das Projekt die Identifizierung einer lehrer- und familienorientierten Sexualerziehung sowie Richtlinien für Menschen mit Behinderungen sicherstellen. Die Sexualpädagogikmodule für Menschen mit Behinderungen werden in den formalen Bildungsbereich überführt.

## 8. Erfolge am Ende des Projekts

Den Teilnehmenden wird bewusst, dass Sexualerziehung ein Teil der sozialen Inklusion ist und wie wichtig Sexualerziehung für die Gesundheit von Menschen mit Behinderungen ist. Die Arbeitssprache im P4I-Projekt und in den Lern-, Lehr- und Trainingsaktivitäten (LTTA) ist Englisch. Dadurch verbessern sich die Englischkenntnisse der Teilnehmer und ihr Selbstvertrauen beim Englischsprechen. Das Wissen jedes Teilnehmers über Sexualerziehung und die Bedeutung von lebenslangem Lernen, Fernunterricht und mobiler Anwendung im Bildungsbereich wird zunehmen. Sie entwickeln Zeitmanagement-, Finanzmanagement- und



Co-funded by  
the European Union

Selbstlernfähigkeiten und lernen, als Team für gemeinsame Ziele zusammenzuarbeiten. Folgende Soft Skills werden trainiert: Führung, Planung, Verantwortlichkeit, Risikomanagement, Überwachung und Kontrolle, ergebnisorientiertes Arbeiten, kommerzielle Intelligenz, Informationsbeschaffung, Entscheidungsfindung, Proaktivität, Problemlösen und kritisches Denken.

Der Wissens- und Erfahrungsstand im Bereich Jugend und Sexualerziehung wird zunehmen. Der Glaube und das Selbstvertrauen von Lehrern und Familien, dass sie bei der Sexualerziehung mit Menschen mit Behinderungen erfolgreich sein werden, werden zunehmen. Auch der Wunsch nach umfassenderen Projekten zur Jugend- und Sexualaufklärung wird zunehmen. Die Bereitschaft und der Mut, Verantwortung in der Arbeit mit jugendlichen Schülern und Schülerinnen mit geistiger Behinderung zu übernehmen, werden zunehmen. Europäisches Wissen und Erfahrung werden in unseren Institutionen genutzt. Es wird eine Steigerung der Qualität und des Standards der Bildung und Mitarbeiterproduktivität geben. Mit steigendem Erfolgsniveau von Lehrern in der Sexualerziehung wird sich ihre Sichtweise auf den Beruf von negativ zu positiv verändern, ihre beruflichen Defizite werden abnehmen und sie werden toleranter gegenüber Familien und Menschen mit Behinderungen sein und eher bereit sein, mit ihnen zu kommunizieren.

**Projekterfolge der teilnehmenden Organisationen:** sie haben die Möglichkeit, zwei Jahre lang die Sonderpädagogiksysteme der an diesem Projekt teilnehmenden Länder zu überprüfen. Dadurch können sie ihre Organisationsfähigkeit steigern. Die Netzwerkkapazitäten jeder teilnehmenden Organisation werden durch Kooperationen weiterentwickelt. Sie werden eine Möglichkeit finden, die besten Praktiken zu übertragen und die geeignete Methodik in ihr Bildungssystem zu integrieren. P4I wird der Katalysator für alle teilnehmenden Organisationen sein, um neue Partnerschaften im Bereich der Sonderpädagogik und verwandten Themen aufzubauen. Die teilnehmenden Organisationen sind direkt und indirekt an der Verbesserung des Sonderpädagogiksystems ihres Landes beteiligt und für die Empfehlung von Strategien zur Verbesserung der Sonderpädagogikprogramme verantwortlich. Daher wird das P4I-Projekt die Inspirationsquelle für diese Studien sein und die Arbeit unterstützen. P4I bietet ein innovatives Sexualaufklärungsmodul für Menschen mit Behinderungen. Daher werden die teilnehmenden Organisationen (Sonder- und Allgemeinpädagogikpersonal und Verwaltung) ein Höchstmaß an Wissen über die Umsetzung wirksamer Programme für Menschen mit Behinderungen nachweisen.

Die folgenden Aspekte werden erreicht:

- A) Steigerung der Qualität der Bildung und Ausbildung.



Co-funded by  
the European Union

- B) Steigerung des Wunsches, neue Projekte umzusetzen.
- C) Steigerung des Interesses an unseren Institutionen.
- D) Neuorganisation der Bildungsumgebungen der Institutionen im Einklang mit den Bedürfnissen jugendlicher Schüler und Schülerinnen mit geistiger Behinderung.
- E) Ausbau der Zusammenarbeite mit europäischen Institutionen.

**Projekterfolge der Zielgruppen des Projekts:** ihre IKT-Kenntnisse werden verbessert, die beruflichen Kompetenzen der Lehrer und ihre Erfahrungen werden weiterentwickelt und die Eltern von Menschen mit geistiger Behinderung werden im lebenslangen Lernsystem einbezogen. Die Kommunikationsfähigkeiten von Eltern und Kindern mit geistiger Behinderung werden verbessert und ihre Beziehung wird tiefer. Darüber hinaus lernen Eltern, ihre Kinder in Bezug auf Sexualität zu unterrichten und anzuleiten, und ihre interkulturellen Kompetenzen werden gestärkt. Während der Projektaktivitäten haben sie die Möglichkeit, Kollegen zu treffen und langfristige Freundschaften zu schließen. Die LTTA wird mit den Familien zusammenarbeiten. Alle Teilnehmenden haben Zugang zu einem umfassenden Lehrplan mit umfassender Verfügbarkeit von Dienstleistungen im Allgemeinen und in sonderpädagogischen Einrichtungen. Durch die Teilnahme an Projektaktivitäten und Informationsveranstaltungen werden die Teilnehmenden ihr Bewusstsein für die Rechte von Menschen mit Behinderungen schärfen. Sie verbessern ihre sexuelle Gesundheit und lernen sexuelle Belästigung zu vermeiden, und ihre Eltern lernen geeignete Maßnahmen gegen sexuelle Probleme zu ergreifen. Die Lehrkräfte aktualisieren ihre technischen und methodischen Kompetenzen entsprechend den Bedürfnissen von Menschen mit geistiger Behinderung.

**Projektleistungen der projektrelevanten Stakeholder:** Stakeholder des P4I-Projekts sind: Sonderschulen und -zentren, nationale, regionale und lokale Sonderpädagogikbehörden, NGOs für Menschen mit geistiger Behinderung und ihre Eltern, internationale, nationale, regionale und lokale Organisationen, die die Rechte von Menschen mit Behinderungen schützen, Sozialheime, Organisationen im Bereich Familien- und Sozialpolitik sowie die Bildungs- und Sonderpädagogikabteilungen von Universitäten. Multiplikatorveranstaltungen bündeln alle relevanten Parteien in einem einzigen Rahmen, um das Bewusstsein zu schärfen. Daher wird jeder Vertreter durch das P4I-Projekt die Möglichkeit haben, andere Interessengruppen zu treffen und neue Partnerschaften im Bereich der Sonderpädagogik aufzubauen.



Co-funded by  
the European Union

## **9. Erwartete Auswirkungen des Projekts auf lokaler, regionaler, nationaler, europäischer und/oder internationaler Ebene**

Das P4I-Projekt wird das Bewusstsein der Teilnehmer für die Bedeutung des lebenslangen Lernens schärfen, um die Gemeinschaft zu stärken, soziale Integration zu fördern, Familien als wesentliche Partner in Bildungsprogramme für Kinder einzubeziehen und einen Zusammenhang zwischen dem Aufbau eines formalen Bildungsumfelds und der Gestaltung von IKT Kompetenzen herzustellen. Durch den Benchmark-Bericht erhalten die Teilnehmer umfassende Kenntnisse über sonderpädagogische Regelungen und Umsetzungsmethoden.

Die Sexualerziehung für Menschen mit geistiger Behinderung wird in der Literatur kaum thematisiert und noch weniger in praktischen Lehrplänen für den Unterricht des Fachs. Das P4I-Projekt wird einen wesentlichen Beitrag für alle Lehrer und Fachkräfte leisten, die im Sonderpädagogiksystem arbeiten und sich mit genau diesem Thema auseinandersetzen. Das P4I-Projekt umfasst drei Methoden, mit denen sexuelle Gesundheit durch Aufklärung gefördert werden kann. Diese sind:

1. Bereitstellung von Sexualerziehung für Menschen mit geistiger Behinderung in dem formalen Bildungsumfeld.
2. Schulung zum Unterrichten von Sexualerziehung für Sonderpädagogen, Beratungslehrkräfte, Hilfslehrkräfte, Sozialarbeiter und andere wichtige Akteure.
3. eine Reihe von Schulungen, um den Informationsbedürfnissen von Eltern von Menschen mit geistiger Behinderung gerecht zu werden, die nicht an der Schulung zum lebenslangen Lernen teilgenommen haben.

Das P4I-Projekt wird die Hauptakteure der Sexualaufklärung vereinen und die Zusammenarbeit zwischen diesen Akteuren unterstützen. Die Sexualerziehungsmodule für Menschen mit geistiger Behinderung sorgen für eine positive formale Lernumgebung, unterstützen die Leistung des Einzelnen durch die Bereitstellung einer sicheren und unterstützenden Lernumgebung und erhöhen die Qualität des Unterrichts auf lokaler, regionaler und nationaler Ebene. Diese Wirkung wird sich auf nationaler und internationaler Ebene durch wirksame Verbreitungsaktivitäten zeigen. Das Projekt wird die Strukturierung nationaler und internationaler Strategien zur sozialen Eingliederung unterstützen und Datenbanken für Studien zum Schutz der sexuellen Gesundheit von Menschen mit geistiger Behinderung vorbereiten. Die Förderung des lebenslangen Lernens und



Co-funded by  
the European Union

die Gewährleistung gleicher Zugangsbedingungen zur Bildung für alle werden die Umsetzung innovativer und IKT-basierter Ansätze in der formellen und informellen Bildung für Sonderpädagogik- und Beratungslehrer sowie die Eltern von Menschen mit geistiger Behinderung unterstützen.

### **Die allgemeinen Auswirkungen auf lokaler, regionaler und nationaler Ebene:**

Menschen mit geistiger Behinderung werden sich ihres eigenen Körpers bewusster. Ihr Selbstbewusstsein wird gestärkt. Sie lernen, Verantwortung für ihren eigenen Körper zu übernehmen. Wenn Menschen mit geistiger Behinderung die Veränderungen in ihrem Körper erkennen, können sie diese Veränderungen leichter akzeptieren. Eine Person, die sich ausreichend über Sexualität informiert hat, wird in diesem Bereich keine falschen Informationen akzeptieren. Sie werden in der Lage sein, allen möglichen negativen und unangemessenen Forderungen und Zwängen aus ihrem Umfeld zu widerstehen. Durch die Aufklärung über sexuellen Missbrauch können viele Vorfälle leicht vermieden werden. Wenn ein Kind schon in sehr jungem Alter erzogen wird, ist es offener für neue Informationen und akzeptiert Unterschiede leichter. Wer die Bildung seiner sexuellen Identität auf gesunde Weise abgeschlossen hat und das andere biologische Geschlecht erkennt, wird auch lernen, jeden zu respektieren. Eine Person, die problemlos mit ihren Eltern über sexuelle Aufklärung kommunizieren kann, wird eine bessere Beziehung zu ihren Eltern aufbauen. Wenn sie lernen, sich als Person mit geistiger Behinderung in sozialen Bereichen zu verhalten, können sie sich leichter an das soziale Leben anpassen und ihre sozialen Kompetenzen werden gestärkt. Die Fähigkeit der Person, ihre Rechte zu schützen, wird sich entwickeln. Sie kümmern sich um ihre persönliche Hygiene und übernehmen mehr Verantwortung für ihre eigene Sexualität. Das Risiko, sexuell missbraucht zu werden, an einer sexuell übertragbaren Krankheit zu erkranken oder eine ungewollte Schwangerschaft zu erleben, ist gering. Sie werden in der Lage sein, ihre Sexualität auszudrücken, gesellschaftlich akzeptierte Verhaltensweisen zu entwickeln und kontroverse Handlungen zu reduzieren. Menschen mit geistiger Behinderung, die ihre sexuelle Aufklärung rechtzeitig und sorgfältig erlernen, werden den Vorteil haben, die ihnen vermittelte Aufklärung richtig anzuwenden.

Die Teilnehmenden wenden das Gelernte auf ihr reales Leben an. Dies wird zu einer positiven Kommunikation mit anderen führen. Auch die emotionale Verfassung ihrer Familien wird positiv beeinflusst. Sie werden sich leicht an das



Co-funded by  
the European Union

Leben nach der Schule oder am Arbeitsplatz gewöhnen können. Dadurch wird auch die Motivation ihrer Familien gesteigert. Mit der Sexualerziehung wird ein Schulungsprogramm für Menschen mit geistiger Behinderung, ihre Familien und in diesem Bereich tätige Fachkräfte auf lokaler, regionaler und europäischer Ebene umgesetzt. Fachleute, die an diesem Programm teilnehmen, werden in der Lage sein, den effektivsten Ansatz zu bieten und den unterstützenden Personen eine gesunde Sexualerziehung zu ermöglichen.

### **Die allgemeinen Auswirkungen auf nationaler, europäischer und internationaler Ebene:**

**National:** Was wir wirklich brauchen und derzeit fehlt, ist ein gutes Beispiel für ein akademisches Sexualaufklärungsprogramm für Menschen mit Behinderungen. Wir brauchen ein gesondert entwickeltes Schulungsprogramm für Lehrer und Eltern, das dem Ministerium für nationale Bildung als Modell vorgelegt wird. Dieses Schulungsprogramm, das eine Datenanalyse und eine breite Anwendung umfasst, wird als Modell für die wissenschaftliche Forschung und die Presse dienen.

**Europa und international:** das mit internationalen Partnern entwickelte Sexualaufklärungsprogramm wird einen positiven Beitrag zur sozialen Eingliederung benachteiligter Menschen leisten, die am Entwicklungsplan der Europäischen Union teilnehmen. Da es sich um ein gemeinsam mit Partnern mit unterschiedlichen kulturellen Besonderheiten entwickeltes Programm handelt, wird es auf internationaler Ebene allgemein zugänglich sein und bei Bedarf in verschiedenen Ländern eingesetzt werden.

- 1 Aufbau und Ausbau eines organisatorischen Kooperationsnetzwerkes im Rahmen der Aktivitäten auf lokaler, regionaler, nationaler und europäischer Ebene.
- 2 die Zusammenarbeit zwischen Partnern und relevanten Interessengruppen wird den Austausch und Zugriff auf die relevanten Daten im Sonderpädagogiksystem erleichtern.
- 3 die Auswirkungen soziokultureller Strukturen in der Sexualerziehung werden deutlich.
- 4 die Projektaktivitäten und -ergebnisse werden die Qualität und das Ansehen der Partnerorganisationen des Projekts erhöhen.

- 5 das Projekt fördert den Respekt vor jedem Menschen in der Gesellschaft und deren Menschenrechte indem durch den Aktivitäten ein Bewusstsein geschaffen wird.
- 6 der innovative Ansatz und die Teamarbeit werden die Lebensqualität von Menschen mit geistiger Behinderung verbessern und die Gesellschaft wird auf nationaler und internationaler Ebene viel toleranter, aufgeschlossener und unterstützender gegenüber Sexualerziehung werden.
- 7 die Zahl qualifizierter Fachkräfte, die Menschen mit geistiger Behinderung sexuelle Aufklärung erteilen können, wird auf nationaler und europäischer Ebene zunehmen.
- 8 Zielgruppen werden mit pädagogischen Hilfsmitteln geschult, die für das technologisch fortgeschrittene Zeitalter, in dem wir leben, geeignet sind (durch E-Learning und mobile Apps), und diese Methode wird sich in ganz Europa im Sonderpädagogiksystem verbreiten.
- 9 die Sexualerziehungsmodule werden durch wirksame Verbreitungsaktivitäten und das starke Netzwerk in das formale Bildungsumfeld integriert.
- 10 Aufgrund des Mangels an Informationen und Wissen, über den Menschen mit geistiger Behinderung oft verfügen, werden sie in Situationen hineingezogen, die zu sexuellem Missbrauch und Ausbeutung führen. Daher wird das P4I-Projekt den Mangel an Informationen überwinden und sexuellen Missbrauch und Ausbeutung von Menschen mit geistiger Behinderung auf nationaler und europäischer Ebene verhindern.

## **10. Warum wurden Personen mit mittelschwerer und schwerer geistiger Behinderung ausgewählt?**

Menschen mit schwerer und mittelschwerer Behinderung sind eine sehr wichtige und benachteiligte Gruppe, die besonderer Aufmerksamkeit und Unterstützung benötigt, damit sie am gesellschaftlichen Leben teilnehmen, ihre Ziele verwirklichen und von der Chancengleichheit profitieren können. Wenn man die sexuelle Entwicklung von Menschen mit geistiger Behinderung untersucht, zeigt sich, dass sie in derselben Reihenfolge abläuft wie bei Kindern mit gesunder Entwicklung, jedoch je nach geistigem Entwicklungsstand langsamer ist. Menschen



Co-funded by  
the European Union

mit Behinderungen haben wie alle anderen Grundbedürfnisse wie Essen, Trinken, Schlafen, Lieben, Liebe empfangen sowie Wertschätzung und Anerkennung erfahren und Teilen. Alle Körperteile wie Magen, Herz, Kreislauf- und Nierensystem, Eierstöcke und Hoden funktionieren wie bei Menschen ohne Behinderung. Der Unterschied besteht darin, dass ihre Körperentwicklung verzögert ist. Ähnlich wie wenn sie Hunger verspüren und gefüttert werden oder wenn sie ihren Hunger nicht ausdrücken können, aber Nahrung zum Leben benötigen, werden sie aufgrund ihrer normal funktionierenden Hormone auch sexuelle Aktivitäten und Wünsche haben, auch wenn sie möglicherweise nicht in der Lage sind drücke diese auszudrücken. Da Menschen mit geistiger Behinderung sich nicht angemessen ausdrücken können, ist es eine häufige und unerwünschte Situation, dass sie sexuell missbraucht werden. In den meisten traditionellen Familienstrukturen ist das Sprechen über Sexualität immer noch ein Tabu, da viele Familien sexuelle Aufklärung und sogar das Wort „Sex“ meiden.

Es ist bekannt, dass Diskussionen über die Genitalien tabu sind, was bei vielen Menschen Schamgefühle, familiäre und soziale Zwänge und Traumata hervorruft. Obwohl diese Tabus hauptsächlich dazu dienen, Menschen mit Behinderungen vor Themen zu schützen, die als „unangemessen“ gelten, ist bekannt, dass das Schuldgefühl, das bei einem Problem mit den Genitalien entsteht, das persönliche Selbstwertgefühl stark schädigt und zu psychischen und physischen Störungen führen kann. Es wird beobachtet, dass diese Unterdrückung und dieser beschämende Ansatz hauptsächlich auf die unzureichende Information der Familie sowie auf religiösen oder kulturellen Druck zurückzuführen sind. Das Interesse an unterdrückten und verbotenen Themen wird immer größer und Unwissenheit wird diese Interesse nicht verringern. Obwohl die Tabuisierung der Sexualität im Namen des Schutzes erfolgt, ist der Schaden, den sie anrichtet, groß. Die Sensibilisierung für Menschen mit Behinderungen erhöht unsere Chancen, sie zu schützen. Diese Regel gilt für alle, Menschen mit und ohne Behinderungen.

Aufgrund der Forschungsergebnisse und der Ergebnisse der Treffen, die wir mit unseren Partnern in Deutschland, Italien, der Türkei und Rumänien mit den Familien von Menschen mit Behinderungen und den Lehrkräften, die mit ihnen arbeiten, hatten, kam man zu dem Schluss, dass Menschen mit Behinderungen nicht genügend Informationen über sexuelle Themen bekommen. Es ist bekannt, dass Menschen mit Behinderungen seltener Informationen von Freunden und Eltern erhalten. Tatsächlich haben Menschen mit Behinderung durchschnittlich nicht so



Co-funded by  
the European Union

viele soziale Kontakte wie Menschen ohne Behinderung. Sie haben Grenzen beim Verstehen und Bewerten von Informationen und Ereignissen. Menschen mit geistiger Behinderung haben eine unterschiedliche sexuelle Entwicklung. Allerdings bringen diese erlebten Unterschiede in der sexuellen Entwicklung auch Verantwortungen mit sich, die darin bestehen, dass sowohl die Eltern als auch die Menschen selbst eine bewusste und verantwortungsvolle Bildung bedürfen.

Zunächst sollten die Phasen der sexuellen Entwicklung bekannt sein, die aufgetretenen Probleme sollten identifiziert werden und anschließend sollte für eine entsprechende Aufklärung gesorgt werden. Laut Yazgan İnanç, Bilgin und Atıç (2007) ist der geeignetste Ort für sexuelle Aufklärung die Familie, und eines der wichtigsten Ziele der sexuellen Aufklärung besteht darin, dem Kind dabei zu helfen, eine gesunde Einstellung zu seinem Körper und seinen körperlichen Aktivitäten zu entwickeln. In vielen Ländern möchten Eltern die sexuelle Entwicklung ihrer Kinder unterstützen, obwohl sie nicht über ausreichende Informationen über die sexuellen Entwicklungsmerkmale von Kindern mit geistiger Behinderung verfügen. Allerdings ist die Zahl der Menschen und Institutionen, bei denen sie diesbezüglich um Unterstützung bitten können, leider immer noch unzureichend. Eltern sollten Familienbildungsprogramme zum Thema Sexualität besuchen, die die körperlichen, emotionalen, sozialen und sexuellen Veränderungen erklären, die Kinder mit geistiger Behinderung während der Pubertät erleben. Es darf nicht vergessen werden, dass Sexualität im Leben von Menschen mit geistiger Behinderung einen wichtigen Platz einnimmt. Aus diesem Grund sollten inklusive und innovative Bildungsprogramme für ihre körperliche, emotionale, soziale und sexuelle Entwicklung geschaffen und in die Entwicklung individualisierter Bildungsprogramme einbezogen werden.

Wenn Sonderpädagogen und Psychotherapeuten oder Berufsberater in den Studienprogrammen der Universitäten keine ausreichend fundierte wissenschaftliche Ausbildung zur Sexualaufklärung von Menschen mit Behinderungen erhalten, können sie Familien von Menschen mit Behinderungen nicht ausreichend über die Sexualität ihrer Kinder beraten.

**Mit diesem Projekt:**

- wird ein Ausbildungsprogramm für Sonderpädagogiklehrkräfte und psychologische oder Berater entwickelt, die im Bereich der Sonderpädagogik tätig sind und Familien eine gesunde Beratung anbieten.

- wird die Entwicklung eines strukturierten Schulungsprogramms für Familien und die gesunde Sexualerziehung von Menschen mit Behinderungen angestrebt.

## 11. Die Herausforderung der Sexualerziehung

Bedürfnisse werden in Grundbedürfnisse (z. B. Nahrung, Schlaf, Waschen) und sekundäre Bedürfnisse (z. B. sexuelle Bedürfnisse und Wünsche, Kommunikation mit anderen und intellektuelle Entwicklung) unterteilt. Die Sichtweisen der Menschen auf Sexualität sind aufgrund von Faktoren wie Religion, Kultur, Bildungsniveau und individuellen Erfahrungen unterschiedlich und ihnen wird eine unterschiedliche Wichtigkeit zugeschrieben. Der Wunsch nach sexueller Aufklärung könnte je nach Situation als unnötiges oder luxuriöses Bedürfnis für eine Person mit Behinderung angesehen werden, die gerade dabei ist, ihre Sexualität und sexuelle Gesundheit zu entdecken. Lediglich zwei von 5.500 Artikeln, die sich hauptsächlich der Kommunikation mit Jugendlichen über Sexualität widmen, konzentrieren sich auf Menschen mit Behinderungen und untersuchen ihre Kommunikation.

Aufklärung über sexuelle Gesundheit ist in vielen Ländern kein Teil der öffentlichen Gesundheitserziehung. Dies bedeutet, dass Menschen mit geistiger Behinderung die für die Entwicklung ihrer sexuellen Identität notwendigen Informationen vorenthalten werden und sie besonders anfällig für sexuellen Missbrauch sind. Es fällt ihnen schwer, offen „Nein“ zu sagen, da sie sich unsicher und unerwünscht fühlen. Studien zeigen, dass Menschen mit geistiger Behinderung siebenmal häufiger sexuell missbraucht werden als Gleichaltrige ohne geistige Behinderung (siehe Referenz 10).

## 12. Sexuelle Verhaltensprobleme bei Menschen mit geistiger Behinderung

Masturbieren in der Öffentlichkeit, Spielen mit den eigenen Genitalien, Berühren der Genitalien oder des Körpers einer anderen Person, häufiges und langes Masturbieren sowie der Wunsch, Sex mit jüngeren Menschen oder Fremden zu haben, können zu Traumata und Ausgrenzung führen. Sexuelle Verhaltensprobleme können auf einen Mangel an angemessener Sexualerziehung



Co-funded by  
the European Union

zurückzuführen sein. Der Einzelne lernt dann nicht mehr über gesellschaftlich akzeptierte Verhaltensweisen und angemessene sexuelle Etikette.

### **13. Missverständnisse über Sexualität und Menschen mit Behinderungen**

Menschen mit Behinderungen gewöhnen sich an ihre Behinderungen und passen ihr Leben entsprechend an. Sie erwerben neue Fähigkeiten und leben ein alternatives Leben. Der Gedanke, dass sich Menschen mit Behinderungen nur dann wohler und glücklicher fühlen, wenn sie umgeben von anderen Menschen mit Behinderungen sind und deshalb zu tun als wäre das der einzige Grund das sie seit Jahrzehnten von der Gesellschaft abgeschnitten werden, in ihren Häusern eingesperrt werden, Bildung in anderen Schulen bekommen und ein isoliertes Leben außerhalb der Gesellschaft leben ist moralisch inakzeptabel. Wie andere Menschen in der Gesellschaft wählen auch Menschen mit Behinderungen ihre Freunde und Angehörigen nach Kriterien wie gemeinsamen Interessen, Freuden und Werten aus und nicht danach, ob sie behindert sind oder nicht. Wenn von Natur aus neugierige Kinder daran gehindert werden, Fragen zu Behinderungen oder Menschen mit Behinderungen zu stellen, wird die Situation zu einem Tabu. Die angemessene Beantwortung der Fragen von Kindern stellt sicher, dass sie in Zukunft weniger vorurteilsbehaftete Menschen sind, während gleichzeitig viele Menschen mit Behinderungen nicht davor zurückschrecken, Fragen von Kindern zu beantworten.

Menschen mit geistiger Behinderung versuchen, ihr Leben wie alle anderen zu leben. Sie gehen zur Schule, arbeiten, kochen, waschen Wäsche, gehen einkaufen, verlieben sich, küssen sich, haben Sex, heiraten, bekommen Kinder, werden wütend, fluchen, weinen, lachen und haben Vorurteile, Überzeugungen und Werte. Kurz gesagt, sie leben wie alle anderen. Die Tatsache, dass sie über unterschiedliche Methoden oder Hilfsmittel zur Bewältigung einiger alltäglicher Aufgaben verfügen, bedeutet nicht, dass Menschen mit Behinderungen ein völlig anderes Leben führen.

Das größte Hindernis im Leben von Menschen mit Behinderungen ist die Annahme, dass sie eine negative soziale Einstellung haben und kein Sexualleben führen. Der Glaube, dass viele Menschen mit Behinderungen kein Sexualleben führen können, ist nicht wahr. Menschen mit Behinderungen haben wie alle anderen auch sexuelle Triebe. Jeder kann seine Sexualität erfahren, indem er sexuelle Aktivitäten



Co-funded by  
the European Union

an sich selbst anpasst. Sex ist für alle da und es gibt keine Regeln, die regeln, was Sexualität sein sollte, außer Zustimmung, Respekt und Sicherheit.

Anziehung ist vor allem eine Bindung zwischen zwei Menschen. Was Menschen zueinander hinzieht, ist einzigartig und wird durch ihre Persönlichkeit, Geschichte, Timing und Fantasien ausgelöst. Tatsächlich hat die Idee von „Schönheit“ möglicherweise nichts damit zu tun. Der Glaube, dass Menschen mit Behinderungen nicht sexuell attraktiv und schön seien, ist nicht wahr.

Ein weiteres Hindernis ist der Glaube, dass sie nicht frei von „persönlicher Fürsorge“ sein können und ständig auf die Unterstützung anderer angewiesen sind. Sexualität hilft den Menschen, miteinander zu kommunizieren, und sie ist eine menschliche Notwendigkeit. Beim Sex kann man sich leicht vorstellen, dass es nur um Liebe geht, aber es ist mehr als das. Es umfasst alle Gefühle, Vorstellungen und Einstellungen, einschließlich des Wohlbefindens im eigenen Körper und des Verliebenseins sowie sexueller Intimität. Die sexuellen Bedürfnisse von Menschen mit Behinderungen werden selten berücksichtigt, und dieser Ansatz hat zu einer Reihe falscher Vorstellungen und Missverständnisse über ihre Reife und Sexualität geführt.

Das häufigste Missverständnis ist, dass Menschen mit Behinderungen keine Sexualaufklärung benötigen. Sexualerziehung wird fälschlicherweise als ein Konzept akzeptiert, bei dem über Sex gelehrt wird, sexuelle Erfahrungen erlaubt sind oder Menschen dazu ermutigt werden. Tatsächlich umfasst Sexualerziehung mehr als nur Sex und ist für jeden notwendig. Mangelndes Wissen über Sexualität ist ein großes Hindernis für diejenigen, die versuchen, ihre eigene Sexualität zu verstehen. Sexualerziehung kann Menschen mit Behinderungen darüber informieren oder sensibilisieren wie sie erfüllenden und sicheren Sex haben, sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten schützen, ungewollte Schwangerschaften verhindern und sich von Menschen fernhalten, die schlechte Absichten haben.

## 14. Empfehlungen für Eltern

### Schaffen Sie eine sichere Zone für eine offene Kommunikation mit Ihrem Kind

Die Schaffung dieser sicheren Zone geht über die bloße Ermutigung zu offener Kommunikation hinaus; sie beinhaltet die Kultivierung eines Umfelds des Vertrauens, des Verständnisses und der Akzeptanz. Wenn Kinder sich sicher fühlen, ihre Gedanken und Gefühle ohne Angst vor Verurteilung oder Konsequenzen auszudrücken, ist es wahrscheinlicher, dass sie ein starkes Selbstwertgefühl, effektive Bewältigungsmechanismen und gesunde Beziehungen entwickeln. Durch die Förderung einer offenen und ehrlichen Kommunikation können Sie die Eltern-Kind-Bindung stärken, mehr über das Leben Ihrer Kinder erfahren und ihnen helfen, die Herausforderungen zu bewältigen, mit denen sie konfrontiert sind. Zu diesem Zweck können die folgenden Aspekte berücksichtigt werden:

- Aktives Zuhören: Einer der grundlegenden Aspekte bei der Schaffung einer sicheren Zone für die Kommunikation ist das aktive Zuhören. Das bedeutet, dass Sie sich voll und ganz auf Ihr Kind einlassen, wenn es spricht, und ihm Ihre volle Aufmerksamkeit schenken. Wenn Ihr Kind zum Beispiel von der Schule nach Hause kommt und Ihnen von seinem oder ihrem Tag erzählen möchte, lassen Sie Ablenkungen wie das Telefon oder die Arbeit beiseite und hören Sie ihm/ihr aktiv zu. Halten Sie Augenkontakt, nicken Sie mit dem Kopf und stellen Sie Folgefragen, um zu zeigen, dass Sie wirklich daran interessiert sind, was Ihr Kind zu sagen hat.

- Urteilsfreie Zone: Um ein Umfeld zu schaffen, in dem sich das Kind wohl fühlt, wenn es sich offen äußert, ist es wichtig, Urteile und Kritik zu vermeiden. Wenn das Kind zum Beispiel eine unpopuläre Meinung äußert, sollten Sie sich einen Moment Zeit nehmen, um die Argumente des Kindes zu verstehen, anstatt ihm/ihr sofort zu widersprechen oder seinen/ihren Standpunkt abzulehnen. Reagieren Sie unvoreingenommen und sagen Sie etwas wie: "Ich sehe, du hast viel darüber nachgedacht. Kannst du mir erklären, warum du so denkst?" Dies ermutigt sie, ihre Gedanken zu erläutern, ohne Angst vor Verurteilung zu haben.

- Gespräche mit offenem Ausgang: Die Förderung von Gesprächen mit offenem Ausgang kann dem Kind helfen, seine Ideen und Gefühle frei zu erkunden. Anstatt geschlossene Fragen zu stellen, die eine einfache "Ja"- oder "Nein"-Antwort hervorrufen, sollten Sie Fragen stellen, die mehr Nachdenken und Ausarbeitung erfordern. Fragen Sie beispielsweise statt "Hattest du einen schönen Tag?" lieber

"Was ist das Interessanteste, was dir heute passiert ist?". Auf diese Weise wird Ihr Kind in der Lage sein, seine Erfahrungen und Gedanken ausführlicher mitzuteilen.

- Schaffen Sie einen Raum der Vertrautheit und Sicherheit, damit Ihr Kind sich Ihnen anvertrauen kann. Nehmen Sie sich jede Woche Zeit für gemeinsame Aktivitäten, wie z. B. einen Spaziergang oder eine "Zeit zum Reden". Lassen Sie Ihr Kind wissen, dass es in dieser Zeit seine/ihre Meinung äußern, Fragen stellen oder seine/ihre Sorgen besprechen kann.

- Legen Sie Grenzen und Privatsphäre fest: Um eine offene Kommunikation zu fördern, ist es wichtig, die Grenzen und die Privatsphäre des Kindes zu respektieren. Erlauben Sie dem Kind einen persönlichen Raum, in dem es seine Gedanken und Gefühle unabhängig verarbeiten kann. Klopfen Sie an die Zimmertür des Kindes. Indem Sie die Grenzen des Kindes respektieren, schaffen Sie Vertrauen und geben ihm die Freiheit, seine eigenen Gedanken und Erfahrungen zu erforschen.

Wenn Sie diese Tipps in die Praxis umsetzen, kann die Familie eine sichere Zone der offenen Kommunikation schaffen, die der Beziehung zwischen Eltern und Kindern in vielerlei Hinsicht förderlich sein wird. Auf diese Weise haben Sie den Raum, in dem Sie Ihrem Kind zum Beispiel beibringen können, Grenzen zu setzen und "Nein" zu sagen.

## 15. Entwicklungsmerkmale von Menschen mit Behinderungen

Es ist wichtig zu beachten, dass der Begriff „geistig behindert“ als veraltet und beleidigend gilt. Stattdessen lautet die bevorzugte Formulierung „Menschen mit geistigen oder entwicklungsbedingten Behinderungen“. Geistige oder entwicklungsbedingte Behinderungen umfassen ein breites Spektrum an Erkrankungen und Fähigkeiten. Menschen mit geistiger oder entwicklungsbedingter Behinderung sind vielfältig und ihre Entwicklungsmerkmale können erheblich variieren. Hier sind einige allgemeine Entwicklungsmerkmale, die häufig mit Personen mit geistigen oder entwicklungsbedingten Behinderungen in Verbindung gebracht werden:

### **Kognitive Entwicklung:**

Geistige Behinderungen können leicht bis schwer sein. Einige Personen verfügen möglicherweise über eingeschränkte kognitive Fähigkeiten, während andere möglicherweise über höhere kognitive Fähigkeiten verfügen. Die Lern- und



Co-funded by  
the European Union

Problemlösungsfähigkeiten können für manche Personen langsamer oder anspruchsvoller sein.

### **Sprache und Kommunikation:**

Manche Personen haben möglicherweise Schwierigkeiten mit der Ausdrucks- und Aufnahmefähigkeit der Sprache.

Die Kommunikationsherausforderungen können unterschiedlich sein, wobei einige Personen nur über eingeschränkte verbale Kommunikation verfügen, während andere möglicherweise alternative Kommunikationsmethoden wie Gebärdensprache oder Geräte zur unterstützenden und alternativen Kommunikation verwenden.

### **Motorische Fähigkeiten:**

Bei einigen Personen kann die motorische Entwicklung verzögert oder beeinträchtigt sein. Feinmotorische Fähigkeiten (wie Schreiben und Zuknöpfen von Kleidung) und grobmotorische Fähigkeiten (wie Gehen und Laufen) können in unterschiedlichem Maße beeinträchtigt sein.

### **Soziale und emotionale Entwicklung:**

Soziale Interaktionen und Beziehungen können für manche Menschen eine Herausforderung darstellen. Die emotionale Entwicklung kann unterschiedlich sein, wobei manche Menschen Emotionen auf eine Weise erleben, die sich von der typischen Bevölkerung unterscheiden kann.

### **Adaptives Verhalten:**

Adaptives Verhalten bezieht sich auf Fähigkeiten des täglichen Lebens wie Selbstfürsorge, Kommunikation und unabhängiges Leben. Einige Personen benötigen möglicherweise fortlaufende Unterstützung, um diese Fähigkeiten zu entwickeln und aufrechtzuerhalten.

### **Unabhängigkeit und Selbstbestimmung:**

Manche Menschen benötigen möglicherweise Unterstützung, um Entscheidungen zu treffen, Ziele zu setzen und so unabhängig wie möglich zu leben. Selbstbestimmung und Autonomie können Schwerpunkte für diejenigen sein, die Menschen mit geistigen oder entwicklungsbedingten Behinderungen unterstützen.

### **Sensorische Verarbeitung:**

Unterschiede in der sensorischen Verarbeitung können bei Menschen mit Entwicklungsstörungen häufig auftreten. Manche Personen reagieren möglicherweise über oder unter auf Sinnesreize.



Co-funded by  
the European Union

### **Verhalten und emotionale Regulierung:**

Bei einigen Personen können herausfordernde Verhaltensweisen wie Aggression oder Selbstverletzung auftreten. Das Verstehen und Bewältigen dieser Verhaltensweisen ist ein wichtiger Aspekt der Unterstützung und Intervention.

### **Gesundheitliche und medizinische Bedenken:**

Manche Menschen mit geistigen oder entwicklungsbedingten Behinderungen haben möglicherweise besondere gesundheitliche und medizinische Bedürfnisse, die Aufmerksamkeit und Pflege erfordern.

Es ist wichtig, sich daran zu erinnern, dass jeder Mensch einzigartig ist und dass sich diese Eigenschaften bei jedem Menschen unterschiedlich manifestieren können. Unterstützung und Intervention sollten auf die spezifischen Bedürfnisse und Stärken des Einzelnen zugeschnitten sein. Darüber hinaus ist die Verwendung einer respektvollen und personenorientierten Sprache bei der Diskussion über Menschen mit geistigen oder entwicklungsbedingten Behinderungen von entscheidender Bedeutung.

## **15.1. Entwicklungsmerkmale von Menschen mit leichten geistigen Behinderungen**

Personen mit leichten geistigen Behinderungen, die oft als geistige Entwicklungsstörung (IDD) bezeichnet werden, weisen eine Vielzahl von Merkmalen auf, die sie von der Allgemeinbevölkerung unterscheiden. Diese Eigenschaften können von Person zu Person sehr unterschiedlich sein.

Eine geistige Behinderung ist eine Störung, die durch eine unterdurchschnittliche geistige Leistungsfähigkeit und einen Mangel an Fähigkeiten gekennzeichnet ist, die für ein unabhängiges tägliches Leben erforderlich sind. Der Zustand beginnt in der Entwicklungsphase.

Zu den allgemeinen geistigen Fähigkeiten, die zur Diagnose einer geistigen Behinderung untersucht werden, gehören Argumentation, Problemlösung, Planung, abstraktes Denken, Urteilsvermögen, Lernen aus Anleitung und Erfahrung sowie praktisches Verständnis. Diese Fähigkeiten werden mithilfe von individuell durchgeführten Intelligenztests durch einen ausgebildeten Kliniker oder einer ausgebildeten Klinikerin gemessen. Darüber hinaus können Menschen mit geistiger



Co-funded by  
the European Union

Behinderung Schwierigkeiten mit den Fähigkeiten haben, die sie benötigen, um das tägliche Leben navigieren zu können, wie Kommunikation, soziale Teilhabe und unabhängiges Leben ohne ständige Unterstützung.

Während frühere Versionen des DSM (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders; englisch für „diagnostischer und statistischer Leitfaden psychischer Störungen“) den Schweregrad der geistigen Behinderung anhand des IQ-Werts definierten, wird der Schweregrad nun durch die Fähigkeit definiert, die Anforderungen des täglichen Lebens im Vergleich zu Gleichaltrigen zu erfüllen. Der Schweregrad der geistigen Behinderung wird in die Kategorien „leicht“, „mittelschwer“, „schwer“ und „schwerwiegend“ eingeteilt. Bildung, Berufsausbildung, Unterstützung durch die Familie sowie individuelle Merkmale wie Motivation und Persönlichkeit können dazu beitragen, dass sich Menschen mit einer geistigen Behinderung an die Anforderungen des Alltags anpassen können.

Zu den weiteren Verhaltensmerkmalen, die mit einer geistigen Behinderung in Zusammenhang stehen – aber nicht als Kriterien für eine Diagnose gelten – gehören Aggressivität, Abhängigkeit, Impulsivität, Leichtgläubigkeit, Passivität, Selbstverletzung, Sturheit, geringes Selbstwertgefühl, geringe Frustrationstoleranz und ein hohes Selbstmordrisiko. Bei Menschen mit geistiger Behinderung kommt es häufig vor, dass gleichzeitig geistige, neurologische, medizinische und körperliche Erkrankungen auftreten. Beispielsweise sind andere psychische Störungen und Epilepsie bei Menschen mit geistiger Behinderung drei- bis viermal häufiger als bei Menschen ohne geistiger Behinderung. Wenn eine genetische Erkrankung die geistige Behinderung verursacht hat, kann die Person auch andere Beeinträchtigungen haben.

## Symptome

4. Nichterfüllung der intellektuellen Entwicklungsmerkmale.
5. Schwierigkeiten beim Erlernen akademischer Fähigkeiten.
6. Mangel an Neugier.
7. Unreife in sozialen Interaktionen im Vergleich zu Gleichaltrigen.
8. Schwierigkeiten, Emotionen und Verhalten zu regulieren.
9. im Vergleich zu Gleichaltrigen wird bei alltäglichen Aufgaben Unterstützung benötigt.
10. begrenzte gesprochene Sprache.

Abweichungen vom normalen Anpassungsverhalten hängen von der Schwere der Erkrankung ab. Eine leichte geistige Behinderung kann mit akademischen Schwierigkeiten und einer einigermaßen konkreten Herangehensweise an die

Lösung von Problemen verbunden sein. Eine schwere geistige Behinderung geht mit eingeschränkter Kommunikation und dem Bedarf an Unterstützung bei allen Aktivitäten des täglichen Lebens einher.

### **Ursachen**

Es gibt zahlreiche Ursachen für eine geistige Behinderung, und in vielen Fällen sind spezifische Ursachen möglicherweise unbekannt.

Das Versagen, sich normal anzupassen und intellektuell zu wachsen, kann sich schon früh im Leben bemerkbar machen oder, im Falle einer leichten geistigen Behinderung, erst im Schulalter oder später erkennbar werden. Eine Beurteilung des altersgerechten Anpassungsverhaltens kann durch entwicklungsbezogene Screeningtests erfolgen. Das Versäumnis, Entwicklungsmeilensteine zu erreichen, deutet auf intellektuelle Defizite hin.

Eine Familie kann eine geistige Behinderung vermuten, wenn motorische Fähigkeiten, Sprachkenntnisse und andere kognitive Fähigkeiten sich bei einem Kind offenbar nicht entwickeln oder sich viel langsamer entwickeln als bei Gleichaltrigen des Kindes.

Der Grad der Beeinträchtigung durch geistige Behinderung variiert stark und reicht von leicht bis schwer. Der Schwerpunkt liegt heute weniger auf dem Grad der geistigen Behinderung als vielmehr auf dem Umfang der im täglichen Leben erforderlichen Eingriffe und Pflege.

Die Ursachen einer geistigen Behinderung lassen sich grob in mehrere Kategorien einteilen:

- 11 Traumata (pränatal und postnatal), wie Sauerstoffmangel vor, während oder nach der Geburt.
- 12 Infektion (angeboren und postnatal).
- 13 Fehlbildungen des Gehirns.
- 14 Chromosomenanomalien.
- 15 genetische Anomalien und vererbte Stoffwechselstörungen.
- 16 Anfallsleiden.
- 17 Ernährungsdefizite wie schwere Mangelernährung.
- 18 Umwelteinflüsse (Alkohol, andere Drogen, Giftstoffe wie Blei oder Quecksilber, Teratogene).
- 19 schwere und chronische soziale Deprivation.

## 15.2. Entwicklungsmerkmale von Menschen mit schwerer geistiger Behinderung

Bei einer schweren geistigen Behinderung kann es zu erheblichen Entwicklungsverzögerungen kommen. Sie benötigen mehr Unterstützung als Kinder mit leichten geistigen Behinderungen und verfügen über eingeschränkte Kommunikationsfähigkeiten. Die Entwicklungsmerkmale von Menschen mit schwerer geistiger Behinderung sind wie folgt:

- im Allgemeinen liegt der IQ zwischen 20 und 34.
- erhebliche Verzögerungen in der Entwicklung.
- versteht Sprache, ist aber kaum in der Lage zu kommunizieren.
- kann tägliche Abläufe erlernen.
- kann sehr einfache Selbstpflege lernen.
- benötigt direkte Aufsicht in sozialen Situationen.

Nur etwa drei bis vier Prozent derjenigen, bei denen eine geistige Behinderung diagnostiziert wurde, fallen in die schwere Kategorie. Diese Menschen können nur auf den grundlegendsten Ebenen kommunizieren. Sie können nicht alle Aktivitäten zur Selbstfürsorge selbstständig durchführen und benötigen tägliche Aufsicht und Unterstützung. Die meisten Menschen dieser Kategorie können kein unabhängiges Leben führen und müssen in einer Wohngruppe leben.

Menschen mit schwerer geistiger Behinderung haben ein durchschnittliches geistiges Alter zwischen drei und sechs Jahren. Zur Kommunikation nutzen sie einzelne Wörter, Sätze und/oder Gesten. Sie profitieren von täglicher Betreuung und Unterstützung bei Aktivitäten und im Alltag.

Die Überwindung einer schweren geistigen Behinderung ist ein komplexer und herausfordernder Weg, der möglicherweise nicht zu einer vollständigen Umkehrung der Behinderung führt. Allerdings können Menschen mit schweren geistigen Behinderungen mit angemessener Unterstützung und Interventionen erhebliche Fortschritte machen und ein erfülltes Leben führen. Hier sind einige Möglichkeiten, ihre Entwicklung zu erleichtern und ihre Lebensqualität zu verbessern:

### **Frühintervention:**

Frühinterventionsdienste sind von entscheidender Bedeutung, um Menschen mit geistiger Behinderung bereits in jungen Jahren Unterstützung und Ressourcen bereitzustellen. Frühe Interventionen können Sprachtherapie, Ergotherapie, Physiotherapie und pädagogische Unterstützung umfassen.



Co-funded by  
the European Union

### **Fachausbildung:**

Melden Sie Menschen mit schweren geistigen Behinderungen für spezielle Bildungsprogramme an, die auf ihre individuellen Bedürfnisse zugeschnitten sind. Individualisierte Bildungspläne (IEPs) können dabei helfen, die Bildungserfahrung an die Fähigkeiten jeder Person anzupassen.

### **Kommunikationsunterstützung:**

Nutzen Sie alternative Kommunikationsmethoden, um Personen mit eingeschränkten verbalen Fähigkeiten dabei zu helfen, sich auszudrücken. Augmentative und alternative Kommunikationsgeräte und -systeme (AAC) können wertvolle Werkzeuge sein.

### **Verhaltensunterstützung:**

Implementieren Sie Verhaltensinterventionen, um herausfordernde Verhaltensweisen anzugehen und die emotionale Regulierung zu fördern. Verhaltenspläne, positive Verhaltensunterstützung und Therapien wie die Angewandte Verhaltensanalyse (ABA) können wirksam sein.

### **Medizinische und therapeutische Betreuung:**

Regelmäßige ärztliche Untersuchungen und eine angemessene medizinische Versorgung sind unerlässlich, um alle gesundheitlichen Probleme zu bewältigen, die mit einer geistigen Behinderung einhergehen können. Beschäftigungs-, Sprach- und Physiotherapie können Fähigkeiten und Unabhängigkeit verbessern.

### **Unterstützende Technologie:**

Nutzen Sie unterstützende Technologien und Geräte, um Kommunikation, Mobilität und alltägliche Aktivitäten zu unterstützen. Diese Technologien können die Unabhängigkeit und Lebensqualität verbessern.

### **Unterstützende Umgebung:**

Schaffen Sie ein unterstützendes und integratives Umfeld, das die Würde und Rechte von Menschen mit geistiger Behinderung respektiert. Bieten Sie soziale Interaktionen und Möglichkeiten für eine sinnvolle Beteiligung an der Gemeinschaft.

### **Einbindung von Familie und Pflegepersonal:**

Beziehen Sie Familien und Betreuer in die Entwicklung und Pflege des Einzelnen ein. Sie spielen eine entscheidende Rolle bei der Bereitstellung konsequenter Unterstützung und Interessenvertretung.



Co-funded by  
the European Union

### **Personenorientierte Planung:**

Entwickeln Sie personenorientierte Pläne, die sich auf die Ziele und Stärken des Einzelnen konzentrieren. Diese Pläne sollten den Einzelnen, seine Familie und ein Team von Fachleuten einbeziehen, um sinnvolle Lebensergebnisse zu ermitteln und darauf hinzuarbeiten.

### **Rechtlicher Schutz und Interessenvertretung:**

Beachten Sie den gesetzlichen Schutz und die Rechte von Menschen mit geistiger Behinderung. Dazu können der Americans with Disabilities Act (ADA) und der Individuals with Disabilities Education Act (IDEA) gehören. Verfechten Sie die Rechte und Inklusion von Menschen mit geistiger Behinderung in der Gesellschaft.

### **Gesellschaftliches Engagement:**

Fördern Sie das Engagement der Gemeinschaft durch Aktivitäten und Programme, die Möglichkeiten für soziale Interaktion, Kompetenzentwicklung und ein Zugehörigkeitsgefühl bieten.

### **Geduld und Konsequenz:**

Der Fortschritt kann langsam sein und Geduld erfordern. Oftmals sind konsequente, langfristige Unterstützung und Interventionen notwendig.

Es ist wichtig, sich daran zu erinnern, dass das Ziel nicht unbedingt darin besteht, die geistige Behinderung zu „überwinden“, sondern darin, das Potenzial, die Unabhängigkeit und die Lebensqualität des Einzelnen zu maximieren. Der Weg jedes Menschen ist einzigartig und der Fortschritt kann bei jedem anders gemessen werden. Darüber hinaus ist die Bereitstellung eines liebevollen und unterstützenden Umfelds für Menschen mit schwerer geistiger Behinderung von entscheidender Bedeutung, damit sie gedeihen und ein erfülltes Leben führen können.

## **15.3. Entwicklungsmerkmale behinderter Menschen mit Autismus-Spektrum-Störung**

Die Autismus-Spektrum-Störung (ASD) ist eine neurologische Entwicklungsstörung, die ein breites Spektrum an Entwicklungsmerkmalen umfasst. Während die Merkmale von Personen mit Autismus-Spektrum-Störung erheblich variieren können, sind hier einige gemeinsame Entwicklungsmerkmale, die mit behinderten Personen mit Autismus-Spektrum-Störung verbunden sind:

### **Herausforderungen der sozialen Kommunikation:**

1. Schwierigkeiten beim Verstehen und Verwenden verbaler und nonverbaler Kommunikation, wie Augenkontakt, Gesten und Mimik.
2. Herausforderungen beim Initiieren und Aufrechterhalten von Gesprächen, beim Verstehen sozialer Signale und bei der Teilnahme an gegenseitigen Interaktionen.

### **Wiederkehrende Verhaltensweisen und Interessen:**

sich wiederholende Handlungen ausführen, wie zum Beispiel mit der Hand flattern, schaukeln oder bestimmte Sätze wiederholen.

Entwicklung intensiver und spezifischer Interessen an bestimmten Themen, Objekten oder Aktivitäten.

### **Sensorische Empfindlichkeiten:**

- erhöhte oder verminderte sensorische Empfindlichkeiten, die entweder zu sensorischem Such- oder sensorischem Vermeidungsverhalten führen.
- Über- oder Unterreaktion auf Sinnesreize wie Licht, Ton, Berührung, Geschmack und Geruch.

### **Starrheit und Routine:**

- ein starkes Bedürfnis nach Vorhersehbarkeit und Gleichheit, oft begleitet von Widerstand gegen Veränderungen in Routinen oder Umgebungen.
- das Festhalten an bestimmten Ritualen und Routinen als Mittel zur Bewältigung der Welt.

### **Schwierigkeiten mit der Theory of Mind:**

- Herausforderungen beim Verstehen und Einfühlen in die Perspektiven und Emotionen anderer.
- Schwierigkeiten, Sarkasmus, Ironie und andere bildliche Ausdrücke zu verstehen.

### **Hyperfokus und Liebe zum Detail:**

- die Fähigkeit, sich intensiv auf bestimmte Aufgaben oder Interessengebiete zu konzentrieren.
- außergewöhnliche Liebe zum Detail, die in bestimmten Kontexten wie Wissenschaft oder Kunst von Vorteil sein kann.

### **Kommunikationsvariabilität:**

- ein breites Spektrum an Kommunikationsfähigkeiten, das von nonverbal bis stark verbal reicht.



Co-funded by  
the European Union

- Einige Menschen mit ASS verfügen möglicherweise über gute Sprachkenntnisse, während andere möglicherweise auf alternative Kommunikationsmethoden angewiesen sind.

#### **Soziale Isolation und Schwierigkeiten mit Beziehungen zu Gleichaltrigen:**

- Schwierigkeiten beim Aufbau und der Pflege von Freundschaften und beim sozialen Spielen mit Gleichaltrigen.
- eine Vorliebe für einsame Aktivitäten oder Interaktionen mit Erwachsenen.

#### **Spezialisierte Talente:**

- einige Menschen mit Autismus-Spektrum-Störung verfügen möglicherweise über außergewöhnliche Fähigkeiten oder Talente in bestimmten Bereichen wie Mathematik, Musik, Kunst oder Auswendiglernen.

#### **Individueller Unterstützungsbedarf:**

- Das Ausmaß der erforderlichen Unterstützung kann stark variieren, von minimaler Unterstützung bis hin zu intensiver Unterstützung bei Alltagskompetenzen.
- Maßgeschneiderte Interventionen und Therapien sind unerlässlich, um auf die spezifischen Bedürfnisse des Einzelnen einzugehen.

#### **Interessenvertretung und Unterstützung:**

- Menschen mit ASD profitieren oft von der Fürsprache und Unterstützung von Familienmitgliedern, Pädagogen und Therapeuten, die ihnen helfen, die Herausforderungen zu meistern und Zugang zu geeigneten Diensten zu erhalten.

Es ist wichtig zu erkennen, dass jeder Mensch mit ASD einzigartig ist und seine Entwicklungsmerkmale variieren können. Das Verstehen und Respektieren dieser Unterschiede ist entscheidend für die Bereitstellung wirksamer Unterstützung und Interventionen zur Verbesserung ihrer Lebensqualität und ihres Wohlbefindens. Darüber hinaus können frühzeitiges Eingreifen und individuelle Strategien eine wichtige Rolle dabei spielen, Menschen mit ASD dabei zu helfen, ihr volles Potenzial auszuschöpfen.

## 15.4. Intermediäre Merkmale und Entwicklungsmerkmale

Intermediäre Merkmale und Entwicklungsmerkmale sind Konzepte, die in der Psychologie und Entwicklungsbiologie verwendet werden, um verschiedene Aspekte der Merkmale und Entwicklung eines Individuums zu beschreiben. Hier ist eine Übersicht über jeden Begriff:

### Intermediäre Merkmale:

- Intermediäre Merkmale, auch als Zwischenphänotypen bekannt, beziehen sich auf Merkmale, die auf einer Zwischenebene der Analyse zwischen Genen und komplexen, beobachtbaren phänotypischen Merkmalen existieren. Diese Merkmale werden häufig verwendet, um die Lücke zwischen der genetischen Basis eines Merkmals und seiner vollständigen Ausprägung zu schließen.
- Intermediäre Merkmale können als „Untermerkmale“ oder „Komponentenmerkmale“ betrachtet werden, die zu einem komplexen Phänotyp beitragen. Sie hängen typischerweise direkter mit der genetischen Variation zusammen und können auf molekularer, zellulärer oder physiologischer Ebene gemessen werden.
- Im Kontext eines komplexen Merkmals wie Intelligenz können Zwischenmerkmale beispielsweise Faktoren wie neuronale Konnektivität, kognitive Verarbeitungsgeschwindigkeit oder spezifische Genexpressionsmuster umfassen, die mit Intelligenz verbunden sind.

### Entwicklungsmerkmale:

- Entwicklungsmerkmale, auch ontogenetische Merkmale genannt, beziehen sich auf Merkmale, die sich im Laufe des Lebens eines Individuums verändern oder weiterentwickeln, wenn es wächst und sich entwickelt. Diese Merkmale beschreiben die verschiedenen Stadien und Veränderungen, die ein Organismus während seiner Entwicklung durchläuft.
- Entwicklungsmerkmale umfassen körperliche, kognitive, emotionale und soziale Veränderungen, die von der Geburt bis zum Erwachsenenalter auftreten. Sie können Meilensteine wie motorische Entwicklung, Spracherwerb, emotionale Regulierung und soziale Interaktionen umfassen.
- Das Verständnis von Entwicklungsmerkmalen ist wichtig, um den Reifungsprozess und die Faktoren zu verstehen, die das Wachstum und die Veränderung eines Individuums beeinflussen.

Zusammenfassend sind Intermediäre Merkmale Merkmale, die auf einer Ebene zwischen Genen und komplexen phänotypischen Merkmalen liegen und als Zwischenfaktoren dienen, die zur Ausprägung eines Merkmals beitragen. Andererseits beziehen sich Entwicklungsmerkmale auf die verschiedenen Veränderungen und Merkmale, die ein Individuum im Laufe seines Lebens durchläuft. Beide Konzepte sind wichtig, um die Komplexität der menschlichen Entwicklung und die Faktoren zu verstehen, die die Eigenschaften und Fähigkeiten eines Individuums beeinflussen.

## **16. Eltern: Bedarfsanalyse, länderübergreifende Beurteilungen**

Das Projekt „Passion for Inclusion“ unter der Leitung der ARSU Academy for Lifelong Learning and Development Germany e.V. hat sich in Zusammenarbeit mit der Türkei, Italien und Rumänien zum Ziel gesetzt, die sexuellen Bedürfnisse und Probleme von Menschen mit Behinderungen zu erfassen. Zu diesem Zweck wurden Eltern und Lehrkräfte, Psychologen sowie Pädagogen, Journalisten, Rechtsanwälte und Vertretende der Senatsverwaltung für Bildung zu Workshops vor Ort eingeladen, um einen gegenseitigen Austausch zu ermöglichen und ihre Bedürfnisse herauszufinden. Daher wurde im Anschluss an die Workshops in Deutschland, Italien, der Türkei und Rumänien eine Einstellungsskala für Eltern durchgeführt.

### **16.1. Bedarfsanalyse von Eltern in Deutschland**

Den Auswertungen der Einstellungsfragebögen von Eltern zufolge sind 73 % der Befragten weiblich und 27 % männlich. 24 % der befragten Eltern sind zwischen 22 und 35 Jahre alt, 54 % sind zwischen 36 und 55 Jahre alt und 22 % sind 56 Jahre alt oder älter. Die Berufe der Eltern sind unter anderem Altenpfleger, Buchhalter, Erzieher, Koch, Unternehmer, Soziologe und Hausfrau. Das Bildungsniveau ist relativ unterschiedlich. Es gibt Eltern, die die Grundschule besucht haben. Viele verfügen über einen Hauptschulabschluss und manche über einen Universitätsabschluss. 9 % der Eltern haben ein Kind, 48 % haben zwei Kinder und 43 % haben drei oder mehr Kinder. Auf die Frage, wie viele ihrer Kinder eine geistige Behinderung haben, antworteten 83 % mit einem Kind. 17 % gaben an, zwei Kinder mit einer geistigen Behinderung zu haben. 25 % haben ein Kind mit einer geistigen Behinderung im Alter zwischen null und 10 Jahren. 46 % haben ein Kind im Alter mit einer geistigen Behinderung zwischen 10 und 20 Jahren, 19 % haben ein Kind mit einer geistigen Behinderung im Alter zwischen 20 und 30 Jahren und 10 % haben ein Kind mit einer

geistigen Behinderung das über 30 Jahre alt ist. 39,4 % gaben an, dass ihr Kind mit geistiger Behinderung ein Mädchen ist, 47,5 % haben einen Sohn, der eine geistige Behinderung hat, und 13,1 % haben sowohl eine Tochter als auch Sohn die eine geistige Behinderung haben.

**Tabelle 3.** Hintergrundanalyse der Teilnehmenden in Deutschland

Eigenschaften	Prozentsatz
Biologisches Geschlecht der befragten Eltern	
- weiblich	73 %
- männlich	27 %
Alter der befragten Eltern	
- 22-35 Jahre alt	24 %
- 36-55 Jahre alt	54 %
- 56 Jahre alt oder älter	22 %
Berufe der befragten Eltern	
- Verschiedene (Altenpfleger, Buchhalter, Erzieher, Koch, Unternehmer, Soziologe, Hausfrau, usw.)	Variiert
Höchster Abschluss der befragten Eltern	
- Grundschule	Variiert
- Sekundarschulabschluss	Variiert
- Universitätsabschluss	Variiert
Anzahl der Kinder	
- ein Kind	9 %
- zwei Kinder	48 %
- drei oder mehr Kinder	43 %
Anzahl der Kinder mit geistiger Behinderung	
- ein Kind mit geistiger Behinderung	83 %
- zwei Kinder mit geistiger Behinderung	17 %
Altersspanne von Kindern mit geistiger Behinderung	
- 0-10 Jahre alt	25 %
- 10-20 Jahre alt	46 %
- 20-30 Jahre alt	19 %
- über 30 Jahre alt	10 %
Biologisches Geschlecht der Kinder mit geistiger Behinderung	
- weiblich	39,4 %
- männlich	47,5 %
- sowohl weibliche als auch männliche Kinder	13,1 %

Insgesamt stimmen in Deutschland über 94 % der Eltern der Aussage zu, dass sich die sexuelle Entwicklung des Kindes mit geistiger Entwicklung nicht von der eines Kindes ohne geistiger Behinderung unterscheidet. 21,2 % gaben an, zu wenig Wissen über Sexualerziehung für ihr Kind mit geistiger Behinderung zu haben. 31,2 % stimmten dieser Aussage nicht zu und weitere 41,4 % blieben neutral. Etwa 36 % stimmten der Aussage zu, dass sie ihrem Kind die nötigen Informationen zur Sexualaufklärung geben können. Etwa die Hälfte der Befragten stand dieser Aussage neutral gegenüber und 13,1 % stimmten nicht zu. Insgesamt gaben etwa 67 % an, dass sie das Richtige tun würden, wenn ihr Kind mit geistiger Behinderung sexuelle Probleme hätte. 14,1 % standen dieser Aussage neutral gegenüber. Ein kleiner Teil verneinte diese Aussage. Insgesamt stimmten etwa 96 % der Aussage zu, dass sie sich der körperlichen Veränderungen bewusst sind, die ihre Kinder während der Pubertät durchmachen. Fast 100 % stimmten der Aussage zu, dass das Kind mit geistiger Behinderung nicht zulassen sollte, dass sein Körper berührt wird (außer durch Eltern oder Vertrauenspersonen). Insgesamt stimmten etwa 80 % der Aussage zu, dass es für sie völlig in Ordnung sei, dass ihre Kinder mit geistiger Behinderung einen Rasierer für ihre intimen Körperbereiche verwenden. Etwa 13 % standen dieser Aussage neutral gegenüber, der Rest verneinte diese Aussage. Etwa 77 % gaben an, dass sexuell übertragbare Krankheiten nur bei sexuellem Kontakt auftreten können. 22 % blieben neutral. Fast 100 % der befragten Eltern gaben an, dass ihr Kind mit geistiger Behinderung bei der Sexualaufklärung soziale Unterstützung durch Organisationen, etc. benötige. Dass die sexuellen Probleme nicht durch Sexualaufklärung in den Griff zu bekommen sind, bestritten insgesamt rund 85 %. Allerdings stimmten 6 % dieser Aussage zu und weitere 7 % blieben neutral.

Ein heikles Thema ist die Einstellung der Familie zur Sexualität und inwieweit diese Einstellung auch das sexuelle Bewusstsein und die Aufklärung des Kindes beeinflusst. Negative Einstellungen scheinen auch einen negativen Einfluss auf die Sexualerziehung zu haben; dieser Aussage stimmten alle Teilnehmenden zu. Die nächste Frage war, ob sich Kinder mit geistiger Behinderung ihres Bedarfs an sexueller Aufklärung bewusst sind. Insgesamt beantworteten rund 67 % diese Aussage mit „Nein“. Etwa 15 % stimmten zu und 17 % blieben neutral. Fast alle Teilnehmenden waren sich einig, dass Medien (Fernsehen, Zeitungen, Publikationen) für die Bildung unverzichtbar sind und gut genutzt werden können. Die nächste Frage war, ob Menschen mit geistiger Behinderung nach der Sexualaufklärung eher die Privatsphäre anderer Menschen respektieren würden. Etwa 77 % blieben neutral, weitere 19 % antworteten mit „Ja“. Der Rest verneinte dies. Die letzte Frage war, ob sich das Verhalten gegenüber dem anderen biologischen Geschlecht nach der Sexualaufklärung ändern würde. Insgesamt

stimmten rund 94 % dieser Aussage zu. Etwa 5 % standen dieser Aussage neutral gegenüber und 1 % verneinte diese Aussage.

**Tabelle 4.** Analyse der Einstellungen und Überzeugungen in Deutschland

Einstellungen und Überzeugungen	Prozentsatz
Glaubt, dass sich die sexuelle Entwicklung eines Kindes mit einer geistigen Behinderung nicht von der eines Kindes ohne geistiger Behinderung unterscheidet	> 94 %
Hat das Gefühl, zu wenig Wissen über Sexualerziehung für ihr Kind zu haben	21,2 %
Ist nicht damit einverstanden, zu wenig Wissen über Sexualerziehung zu haben	31,2 %
Neutral gegenüber mangelndem Wissen über Sexualerziehung	41,4 %
Glaubt, dass sie ihrem Kind die notwendige sexuelle Aufklärung bieten können	36 %
Neutral hinsichtlich ihrer Fähigkeit, sexuelle Aufklärung anzubieten	50 %
Glaubt, dass sie ihrem Kind nicht die notwendige sexuelle Aufklärung bieten können	13,1 %
Hat Selbstvertrauen im Umgang mit den sexuellen Problemen ihres Kindes	67 %
Neutral im Umgang mit den sexuellen Problemen ihres Kindes	14,1 %
Sind nicht damit einverstanden, mit den sexuellen Problemen ihres Kindes umgehen zu können	< 1 %
Hat Bewusstsein für körperliche Veränderungen während der Pubertät	> 96 %
Stimmt, dass sein/ihr Kind nicht zulassen sollte, dass ihr Körper berührt wird (außer durch Eltern oder Vertrauenspersonen).	100%
Für ihr Kind ist es akzeptabel, einen Rasierer für intime Körperbereiche zu verwenden	80 %
Neutralität gegenüber der Verwendung eines Rasierers für intime Körperbereiche	13 %
Ist nicht damit einverstanden, dass ihr/sein Kind einen Rasierer für intime Körperbereiche zu verwenden	< 1 %
Glaube, dass sexuell übertragbare Krankheiten nur bei sexuellem Kontakt auftreten können	77 %
Neutral gegenüber der Entstehung sexuell übertragbarer Krankheiten	22 %
Denkt, dass ihr/sein Kind während der Sexualerziehung soziale	100%

Unterstützung benötigt	
Glaubt, dass sexuelle Probleme nicht durch Sexualerziehung kontrolliert werden können	85 %
Stimmt zu, dass sich negative Einstellungen negativ auf die Sexualerziehung auswirken	100%
Hat Bewusstsein für das Bedürfnis ihres/seines Kindes nach sexueller Aufklärung	67 %
Stimmt zu, dass Medien für die Bildung unerlässlich sind	100%
Überzeugt, dass sexuelle Aufklärung zu mehr Respekt vor der Privatsphäre anderer führt	19 %
Neutral hinsichtlich der Auswirkungen von sexueller Aufklärung auf die Achtung der Privatsphäre	77 %
Denkt nicht, dass sexuelle Aufklärung eine Auswirkung auf die Achtung der Privatsphäre hat	4 %
Glaubt, dass das Verhalten gegenüber dem anderen biologischen Geschlecht nach der Sexualaufklärung anders sein würde	94 %
Neutral gegenüber Verhaltensänderungen gegenüber des anderen biologischen Geschlechts nach Sexualaufklärung	5 %
Glaubt nicht, dass das Verhalten gegenüber dem anderen biologischen Geschlecht nach der Sexualaufklärung anders sein würde	1 %

Ziel dieser ersten Frage war es herauszufinden, was die wichtigsten Probleme sind, die Mütter im Zusammenhang mit der Sexualität mit ihrem Kind mit Behinderung haben. Dabei wurde erwähnt, dass das Kind trotz, oder gerade wegen, der Behinderung, den Prozess der Pubertät und der Entdeckung der Sexualität früher durchlaufen kann (in manchen Fällen früher als ein Kind ohne Behinderung) und dass die Behinderung keinen Einfluss auf die Gefühle hat (diese sind teilweise sogar noch ausgeprägter). Das Problem dabei ist jedoch, dass das Kind diesen Sexualtrieb und diese Veränderung nicht erkennen kann. Aufgrund der Behinderung ist die Bildung darüber schwierig. Was für ein Gefühl ist Sexualität? Der Instinkt ist da, aber wie soll dieser dem Kind vermittelt werden? Der Körper wird entdeckt, das Sexualorgan berührt, ohne jedoch genau zu wissen, wie man diesen Drang kontrollieren kann.

Bei dem Treffen war es den Familien wichtig, dass die Kinder ihre Sexualität frei ausleben und ihren Körper entdecken können, dies jedoch nicht in der Öffentlichkeit tun sollten (Grenzen müssen also gesetzt werden). Hinzu kommt, dass der Grad der Behinderung, das Alter sowie das biologische Geschlecht und die



Co-funded by  
the European Union

Einstellung der Familie eine wichtige Rolle spielen. Der sozioökonomische Hintergrund und das Bildungsniveau sind weitere wichtige Faktoren. Je konservativer die Familie ist, desto wahrscheinlicher ist es, dass sich der Sexualtrieb des Kindes in Form von Aggression äußert. Eine Tabuisierung des Themas führt zu einem noch stärkeren Sexualtrieb und hilft dem Kind nicht. Wie wichtig ist den Eltern bzw. der Familie Sexualität und welchen Bezug haben sie zu diesem Thema?

Einer der wichtigsten Punkte ist, dass Selbstschutz gelehrt und über mögliche sexuelle Übergriffe und Rechte aufgeklärt wird. Sexuelle Grenzen sollten den Kindern frühzeitig nahegelegt werden. Sie sollten wissen, dass niemand ohne Erlaubnis ihren Körper berühren darf. Dafür ist es wichtig, dass sie ihren Körper kennen und entdecken. Der Unterschied zwischen den Geschlechtern bedeutet, dass verstanden und vermittelt wird, dass das andere Geschlecht nicht über die gleichen Geschlechtsorgane verfügt. Darüber hinaus gibt es viele Vereine, die Sexualaufklärung speziell für Menschen mit Behinderungen anbieten. Es besteht auch die Möglichkeit einer sexuellen Begleitung. Dies kann genutzt werden, wenn besondere sexuelle Wünsche verspürt werden. Diese Menschen sind auf Menschen mit Behinderungen spezialisiert. Eine Mutter erwähnte, dass ihr Sohn dies benutzt und unter anderem auch spezielle Massagetechniken eingesetzt werden, um sexuelle Befriedigung zu erreichen. Auch Geschlechtsverkehr kann vorkommen. Diese Mutter betonte mehrfach, dass sie selbst mit viel traditionellem Druck aufgewachsen sei und sich daher bei der Erziehung ihres eigenen Sohnes an der deutschen Kultur (keine Tabus oder Problemansprache) orientiert habe. Es gibt auch keine klare Definition von Sexualität, jeder empfindet Sexualität auf seine eigene Weise. Eltern müssen lernen, die Bedürfnisse ihrer Kinder zu erkennen und sich entsprechend zu informieren. Die Eltern wachsen mit den Kindern, erzählt eine Mutter. Sie müssen Entscheidungen treffen, auf die Sie das Leben nicht vorbereitet. Man wächst über sich hinaus und toleriert Dinge, die normalerweise unvorstellbar wären.

## **16.2. Bedarfsanalyse von Eltern in der Türkei**

### *Hintergrundinformationen der Teilnehmer*

Die Teilnehmenden des Workshops waren die Eltern junger Menschen mit Behinderungen sowie andere an ihrer Betreuung beteiligte Familienmitglieder (Großeltern, Geschwister, usw.). 60 % der Teilnehmenden waren Frauen, der Rest waren männlich. Sie hatten unterschiedliche Bildungsniveaus: Es gab Eltern, die eine Grundschule, eine weiterführende Schule, ein Gymnasium oder eine Universität abgeschlossen hatten.

An dem Workshop nahmen 20 Eltern bzw. andere Familienangehörige von Jugendlichen mit Behinderungen teil, die sich für das behandelte Thema interessierten und sich auch mit den Strategien für den Umgang mit Jugendlichen mit Behinderungen im Bereich der Sexualaufklärung vertraut machen wollten.

*Was ist das wichtigste Problem, das Sie mit Ihrem Kind zu Hause in Bezug auf Sexualität haben?*

- Sexualaufklärung in der Türkei hat einen transversalen Inhalt. Daher wird das Thema manchmal recht oberflächlich behandelt, sodass die Hauptthemen Hygiene, Schutz vor Krankheiten, usw. sind.
- Das Risikomodell ist nach wie vor eines der am häufigsten von Familien und Fachleuten verwendeten Modelle: Bei diesem Modell liegt das Hauptaugenmerk auf der Vermeidung von Krankheiten bzw. deren Identifizierung und Behandlung. Daher gibt es keinen Platz für viele wichtige Themen, die das Sexualleben eines Menschen bestimmen.
- Wo ein Kind seine/ihre Genitalien zeigen soll oder nicht, ist ein Konflikt zwischen den Eltern.
- Bis zum Alter von 15 Jahren erfolgt keine Bildung.
- Nicht in Schulen verarbeitet.
- Schwerpunkt auf Männern in der Sexualität.
- Schon im frühen Alter (6 Jahre) bei Personen mit Down-Syndrom gesehen, die Strafe der Lehrkraft für das Stehen auf einem Bein
- Die Aufmerksamkeit eines Kindes mit Autismus in verschiedene Richtungen und Emotionalität im Alter von 14 Jahren erregen.
- Kindern auf spielerische Weise Aufklärung über Sexualität vermitteln.
- Die Eltern werden in der Schule nicht allzu ernst genommen.
- Persönliche Hygieneprobleme (Ausschläge, Hautpflege, usw.), Schönheitsprobleme (Wunsch, attraktiv auszusehen), Menstruationszyklen, sexuelle Hygiene.
- Mangel an qualifizierten Fachkräften.
- Mangel an Mitteln zur Selbstbildung.
- Kinder, die mit ihren sexuellen Bedürfnissen nicht zufrieden sind, neigen zu Aggression und Depression.
- Mangel an Bildmaterial.

*Welchen Beratungs-/Schulungsbedarf haben Sie in Bezug auf die Sexualität Ihres Kindes?*

Folgende Aspekte sind für Eltern bei der Kommunikation mit jungen Menschen mit Behinderungen zum Thema Sexualerziehung von wesentlicher Bedeutung:

- Aufklärung über persönliche Hygiene.
- Reduzierung der sexuellen Spannung.
- Gründung einer Selbsthilfegruppe.
- Erkennen von Gefühlen und Umgang mit Aggressionen.
- Mitarbeiterethik in der Sexualerziehung.
- Erkennen und Benennen von Gefühlen.
- Erklären, dass sie „anders“ sind und keine Familie gründen können.
- Wie man sexuelle Leidenschaft kontrolliert.

### *Was ist für Sie der wichtigste Inhalt der Sexualaufklärung?*

- Kommunikationsfähigkeiten entwickeln (sagen können, was sie über Sexualität denken).
- Wie man Masturbation lehrt.
- Beschreibung einer Erektion.
- Eine gesunde Mutter-Kind-Trennung sollte durchgeführt werden (insbesondere nach dem zweiten Lebensjahr und bei Jungen).
- Eltern sollten um Erlaubnis zum Küssen und Umarmen bitten.
- Die sexuelle Entwicklung sollte nicht als Entwicklung betrachtet werden, sondern sollte bereits mit der Geburt beginnen.
- Wie viel und wann sollte es erzählt werden?
- Der Mund sollte bei der Definition des Objekts verwendet werden, später jedoch nicht funktionell.
- Essen, Trinken und Toilettentraining bei Kindern sollten bei vollem Umgang mit Sexualität erlernt werden.

Eltern benötigen während der gesamten Entwicklungsphase Begleitung. Es wurde davon ausgegangen, dass Kinder in allen Phasen der Sexualität Bildung erhalten sollten. Ihre Beratungslehrkräfte in den Familien wissen nicht, wie sie im Jugendalter plötzlich in die individuelle Sexualität eingreifen sollen. Wie sollte mit sexuellem Verhalten umgegangen werden? Beim Sprechen mit Kindern sollte auf die Sprache geachtet werden. Sie sollten den Kindern durch Handeln und Leben Themen beibringen.

### *Welche Inhalte sind Ihrem Kind am schwierigsten zu vermitteln?*

Nach Ansicht der meisten Eltern, die am lokalen Workshop in Nevşehir, Türkei, teilgenommen haben, ist es eine große Herausforderung, mit einer Person mit geistiger Behinderung darüber zu sprechen, was sexuelle Beziehungen, Konsequenzen und Verletzlichkeiten bedeuten. Oftmals fühlen sie sich machtlos und meiden das Thema, auf das sie keine Antwort finden.

### *Welche Erwartungen haben Sie an die Lehrkräfte hinsichtlich der sexuellen Beratung Ihrer Kinder?*

Unter Sexualerziehung versteht man die Vermittlung von Themen rund um die menschliche Sexualität. Dazu gehören emotionale Beziehungen und Verantwortlichkeiten, die menschliche Sexualanatomie, sexuelle Aktivität, sexuelle Fortpflanzung, Geschlechtsreife, reproduktive Gesundheit, reproduktive Rechte, Safer Sex, Empfängnisverhütung und sexuelle Abstinenz. Ziel der Sexualerziehung ist es, die Fähigkeit von Kindern und Jugendlichen zu entwickeln und zu stärken, bewusste, befriedigende, gesunde und respektvolle Entscheidungen in Bezug auf Beziehungen, Sexualität sowie emotionale und körperliche Gesundheit zu treffen. Sexuaufklärung ermutigt Kinder und Jugendliche nicht zum Sex.

Für Eltern ist Sexuaufklärung sehr wichtig, da sie jungen Erwachsenen mit Behinderungen dabei hilft, sich vor Missbrauch, Ausbeutung, ungewollten Schwangerschaften, sexuell übertragbaren Krankheiten und HIV zu schützen. Eltern sind davon überzeugt, dass Sexualerziehung eine Investition in die Gesundheit und Zukunft ihrer eigenen Kinder darstellt. Das Ergebnis dieser Investition könnte dazu beitragen, dass junge Menschen mit Behinderungen nützliche Informationen über Sexualität aufnehmen. Durch die Sexuaufklärung möchten wir, dass sie, im Rahmen ihrer Möglichkeiten, in der Lage sind zwischen Situationen, die für sie eine Gefahr oder ein Risiko darstellen würden (auch aus Online-Quellen, Massenmedien, etc.), und normalen Situationen, die entstehen können, zu unterscheiden. Ein weiteres Ziel ist das sie Gesunde Beziehungen pflegen können und auf ihren Körper achten.

Es gibt einige grundlegende Erwartungen der Eltern an die Lehrkräfte was die sexuelle Erziehung betrifft. Jeder, der an der schulischen Ausbildung von Schülern und Schülerinnen beteiligt ist, sollte Folgendes berücksichtigen:

- Schüler und Schülerinnen mit Behinderungen sollten eine breite, ausgewogene und relevante Bildung erhalten.
- Die Ansichten der Eltern sollten immer berücksichtigt werden und die Wünsche der Kinder mit Behinderung sollten respektiert werden.
- Schüler und Schülerinnen mit Behinderungen sollten in der Regel in einer Regelschule betreut werden, manchmal mit Hilfe externer Spezialisten.
- Eltern sollten bei allen Entscheidungen, die ihre Kinder betreffen, konsultiert werden.
- Eltern sollten eine wichtige Rolle bei der Bildung ihres Kindes spielen.

### **16.3. Bedarfsanalyse von Eltern in Italien**

#### *Hintergrundinformationen der Teilnehmenden*

Die Teilnehmenden waren Eltern von Menschen mit Autismus, von Jugendlichen mit Down-Syndrom und Eltern von Menschen mit geistiger Behinderung ohne Komorbidität. Einige der Teilnehmenden waren auch Geschwister von Menschen mit geistiger Behinderung.

Die Teilnehmenden hatten unterschiedliche Bildungsniveaus: Es gab Eltern mit einem Hauptschulabschluss, einem Mittelschulabschluss und einem Hochschulabschluss.

82,4 % der Befragten sind weiblich und 17,6 % männlich. Davon sind 52,9 % zwischen 36 und 55 Jahre alt, 41,2 % der befragten Eltern sind zwischen 22 und 35 Jahre alt und 5,9 % sind 56 Jahre alt oder älter. Das Bildungsniveau schwankte zwischen einem Hauptschulabschluss (11,8 %) und einem postgradualen Masterabschluss (5,9 %), wobei ein hoher Anteil der Eltern über einen Hochschulabschluss verfügte (47,1 %). Die Umfrage ergab, dass mehr als 29,5 % der Betreuer kein Einkommen haben, eine Zahl, die mit dem Bedürfnis vieler Eltern übereinstimmt, nicht zu arbeiten, um ihre Kinder mit geistiger Behinderung zu betreuen. 17,7 % bekommen ein Gehalt von weniger als 1000 € pro Monat, was nicht ausreicht, um eine Familie zu ernähren. 29,4 % der befragten Pflegekräfte haben keine Kinder: Dies bedeutet, dass sich in Italien viele Menschen um Angehörige mit Behinderungen kümmern. 52,9 % der Eltern haben ein Kind, 35,3 % haben zwei Kinder und 5,9 % haben drei Kinder. Auf die Frage, wie viele ihrer Kinder eine geistige Behinderung haben, antworteten 64,7 % mit „einem Kind“, während 11,8 % angaben, dass das Familienmitglied mit einer Behinderung ein Geschwisterkind sei. Über 35 % haben ein Kind mit geistiger Behinderung im Alter zwischen null und 10 Jahren, 29,5 % haben ein Kind im Alter zwischen 10 und 20 Jahren und 23,6 % haben einen Verwandten mit einer geistigen Behinderung, der älter als 20 Jahre ist. Nur 17,7 % der Pflegekräfte kümmern sich um eine weibliche Person mit Behinderung.

#### *Die Analyse von Fragen*

Im Folgenden finden Sie eine Auswertung des Fragebogens für Eltern.

- 1.** Insgesamt stimmten über 76 % der Aussage zu, dass sich die sexuelle Entwicklung des Kindes mit geistiger Behinderung nicht von der anderer Kinder unterscheidet.
- 2.** Ungefähr 50 % blieben hinsichtlich ihres Wissens über Sexualerziehung für ihre Angehörigen mit geistiger Behinderung neutral, 23,2 % stimmten dieser Aussage nicht zu und weitere 29,4 % stimmten der Aussage zu. Dies könnte bedeuten, dass die meisten Eltern nicht einmal wissen, ob ihr eigenes Wissen ausreicht oder nicht.

- 3.** Ungefähr 54 % stimmten der Aussage zu, dass sie ihrem Kind die Informationen geben können, die es zur sexuellen Aufklärung benötigt. Etwa 30 % standen dieser Aussage neutral gegenüber und knapp 20 % stimmten der Aussage nicht zu.
- 4.** Insgesamt gaben etwa 47 % an, dass sie nicht wissen, wie sie mit ihren Angehörigen über Sexualerziehung sprechen sollen. 35,3 % standen dieser Aussage neutral gegenüber und nur weniger als 20 % meinten, in diesen Situationen gut handeln zu können.
- 5.** Insgesamt stimmten etwa 94 % der Aussage zu, dass sie sich der körperlichen Veränderungen bewusst sind, die ihre Kinder während der Pubertät durchmachen; Diese Daten könnten in Kombination mit den vorherigen darauf hinweisen, dass diese Aufmerksamkeit eine Besorgnis hervorruft, die nicht bewältigt werden kann.
- 6.** Fast 44 % der Befragten stimmten der Aussage zu, dass das Kind mit einer geistigen Behinderung nicht zulassen sollte, dass sein/ihr Körper berührt wird (außer durch Eltern oder Vertrauenspersonen), 23,6 % stimmten dieser Aussage nicht zu und über 29 % blieben neutral.
- 7.** Insgesamt stimmten rund 41 % der Aussage zu, dass es für sie völlig in Ordnung sei, dass Menschen mit einer geistigen Behinderung einen Rasierer für ihre intimen Körperbereiche verwenden. Etwa 35 % standen dieser Aussage neutral gegenüber, der Rest lehnte die Aussage ab.
- 8.** 100 % stimmten der Vorstellung nicht zu, dass Menschen mit geistiger Behinderung nur durch Geschlechtsverkehr sexuell übertragbare Krankheiten bekommen. Es wird gehofft, dass dies ein Zeichen dafür ist, dass man die emotionalen und affektiven Werte versteht, die Sexualität mit sich bringt.
- 9.** Fast 88 % der befragten Eltern gaben an, dass ihre Angehörigen mit geistiger Behinderung bei der Sexualaufklärung soziale Unterstützung durch Organisationen, etc. benötigen würden.
- 10.** Dass die sexuellen Probleme nicht durch Sexualerziehung in den Griff zu bekommen sind, wurde insgesamt von etwa 70 % bestritten. Allerdings stimmten 11,8 % dieser Aussage zu und weitere 17,6 % blieben neutral.
- 11.** Ein sensibles Thema ist die Einstellung der Familie zur Sexualität und inwieweit diese Einstellung auch das sexuelle Bewusstsein und die Aufklärung beeinflusst. Negative Einstellungen scheinen sich auch negativ auf die Sexualerziehung auszuwirken. Dieser Aussage stimmten 76,4 % der Teilnehmenden zu, während 11,8 % dieser Aussage nicht zustimmten.
- 12.** Die nächste Frage war, ob sich Kinder mit einer geistigen Behinderung ihres Bedarfs an sexueller Aufklärung bewusst sind. Insgesamt antworteten rund 41 % auf diese Aussage mit „Nein“. Etwa 23,5 % stimmten zu und 35,3 % blieben neutral.
- 13.** Fast die Hälfte der Teilnehmenden (47 %) stimmte zu, dass Medien (Fernsehen, Zeitungen, Veröffentlichungen) für die sexuelle Aufklärung unerlässlich sind und dass sie für die Sexualerziehung nützlich sein können. 29,4 % stimmten derselben

Aussage nicht zu. Es könnte bedeuten, dass die Medien immer noch sehr zweideutig wahrgenommen werden (nützlich und schädlich zugleich).

**14.** Die nächste Frage war, ob Menschen mit geistiger Behinderung nach der Sexualerziehung eher dazu neigen würden, die Privatsphäre anderer Menschen zu respektieren. Etwa 65 % antworteten auf die Aussage mit „Ja“ und weitere 29,4 % mit „Nein“. Der Rest blieb neutral.

**15.** Die letzte Frage war, ob Menschen mit geistiger Behinderung ihr Verhalten gegenüber dem anderen Geschlecht nach sexueller Aufklärung ändern könnten. Insgesamt stimmten etwa 24 % dieser Aussage zu, 29,4 % stimmten nicht zu und 47,1 % blieben neutral.

#### **16.4. Bedarfsanalyse von Eltern in Rumänien**

##### *Hintergrundinformationen der Teilnehmenden*

An dem Workshop nahmen Eltern von jungen Menschen mit Behinderungen sowie andere an ihrer Betreuung beteiligte Familienmitglieder (Großeltern, Geschwister, usw.) teil. An der Aktivität nahmen 16 Eltern bzw. oder andere Familienmitglieder von jungen Menschen mit Behinderungen teil, die sich für das angesprochene Thema interessieren und sich mit den Strategien zur sexuellen Aufklärung junger Menschen mit Behinderungen vertraut machen wollten.

Im folgenden werden Schlussfolgerungen zur statistischen Situation in Bezug auf das Studium und den Beruf der Eltern von Kindern mit Behinderungen, die an dieser Umfrage teilgenommen haben erläutert:

11 % der Eltern verfügen über ein Fachstudium in Psychologie, Medizin und Schulpädagogik.

72 % der Eltern verfügen über einen Hochschulabschluss und arbeiten in unterschiedlichen beruflichen Umgebungen.

17 % der Eltern verfügen über einen Sekundar- oder Hochschulabschluss und arbeiten nicht (den kostenlosen Diskussionen während des Workshops für Eltern zufolge begründen sie das Fehlen eines Arbeitsplatzes mit der Behinderung ihrer eigenen Kinder und damit, dass sie ihre Zeit für die Pflege verwenden).

Bezüglich des monatlichen Einkommens haben etwa 57 % der Eltern ein durchschnittliches Einkommen, 24 % der Eltern bekommen den Mindestlohn, 7 % der Eltern haben ein überdurchschnittliches monatliches Einkommen, 12 % der Eltern haben keine Einkommensquelle (die meisten von ihnen leben von Sozialhilfe, dem Gehalt einer Begleitperson oder dem Einkommen anderer Familienmitglieder)

\*89 % der Eltern haben ein bis zwei Kinder, von denen ein Kind eine Behinderung hat.

\*5 % der Eltern haben drei Kinder, von denen ein Kind eine Behinderung hat.

\*6 % der Eltern haben mehr als drei Kinder, von denen ein Kind eine Behinderung hat.

Das Alter von Kindern und Jugendlichen mit geistiger Behinderung liegt zwischen neun und 22 Jahren liegt. Davon sind 42 % Mädchen und 58 % Jungen.

### *Was ist das wichtigste Problem, das Sie mit Ihrem Kind zu Hause in Bezug auf Sexualität haben?*

Die Mehrheit der Eltern oder anderer Familienmitglieder, die an der Erziehung und Bildung des jungen Menschen mit Behinderung beteiligt sind, glaubt, dass sich das Kind aufgrund der mangelnden Bildung seit den jungen Lebensjahren dazu neigt, sich zu verstecken. Ihnen wird oft beigebracht, sich selbst zu schützen, indem sie sich schon in jungen Jahren lernen, dass die Sexualität eine „Schande“ sei. Aufgrund des Zugangs zum Internet und einer Vielzahl von Online-Informationen verstehen junge Menschen mit Behinderungen bestimmte Botschaften mit sexuellem Ton oft nicht und können sogar Opfer böswilliger Menschen werden.

Viele Eltern sind der Meinung, dass der Mangel an Sexualerziehung in Sonderschulen negative Auswirkungen auf die Familie hat, da sie oft nicht wissen, wie sie mit ihren eigenen Kindern mit diesem Thema umgehen sollen. Eltern sind der Meinung, dass junge Menschen viel besser informiert wären, wenn sie sich Sexualerziehung durch Spezialisten näherten, und sind gleichzeitig der Meinung, dass auch sie Unterstützung von Spezialisten erhalten sollten, um zu wissen, wie sie verschiedene Themen in Bezug auf Sexualerziehung, Körperpflege, usw. kommunizieren und angehen können und Gleichzeitig Verletzlichkeit verhindern können.

### *Welchen Beratungs-/Schulungsbedarf haben Sie in Bezug auf die Sexualität Ihres Kindes?*

Folgende Aspekte sind für Eltern bei der Kommunikation mit jungen Menschen mit Behinderungen zum Thema Sexualerziehung von wesentlicher Bedeutung:

\*Ständige Unterstützung durch einen Spezialisten auf diesem Gebiet.

\*Sie halten es für schwierig, sexuelle Aufklärung in der Familie eines jungen Menschen mit Behinderung anzubieten. Sie fühlen sich nicht darauf vorbereitet.

\*Sie halten die Notwendigkeit korrekter Informationen aus professionellen und geprüften Quellen für wesentlich.

\*Die Schaffung eines Sexualaufklärungsprogramms für junge Menschen mit Behinderungen hätte positive Auswirkungen, sowohl auf sie selbst als auch auf Familien, die oft unterschiedliche Vorurteile haben und dieses Thema als Tabuthema betrachten.

### *Was ist für Sie der wichtigste Inhalt der Sexualaufklärung?*

75 % der Eltern sind der Meinung, dass der wichtigste Inhalt der Sexualerziehung der Bezug auf sexuelle Beziehungen mit verschiedenen Partnern ist, die zu ungewollten Schwangerschaften oder Krankheiten führen können (gemeint sind sexuell übertragbare Krankheiten).

45 % der Eltern empfinden es als Stress für sie, dass ihre eigenen Kinder verletzlich sind, verschiedenen Krankheiten, usw. ausgesetzt sind und Opfer sexuellen Missbrauchs werden können.

10 % sind der Meinung, dass kulturelle und religiöse Bildung eine Hürde für die Sexualerziehung junger Menschen mit Behinderungen darstellt.

5 % der Eltern sind der Meinung, dass es aus dem Wunsch heraus, ihre eigenen Kinder zu schützen, besser ist, wenn junge Menschen mit Behinderungen, also zukünftige Erwachsene, keinen Zugang zu Informationen haben.

10 % der Eltern glauben, dass mangelnde Sexualaufklärung negative Auswirkungen auf die persönliche Entwicklung junger Menschen hat, die aufgrund überfürsorglicher Eltern Schwierigkeiten haben, persönliche Autonomie zu erlangen und sogar eine eigene Familie zu gründen.

Es sollte erwähnt werden, dass die Mehrheit der Eltern der Idee zustimmt, dass junge Menschen mit Behinderungen durch Sexualerziehung sowohl etwas über Gesundheit als auch über Körperpflege lernen.

### *Welche Inhalte sind Ihrem Kind am schwierigsten zu vermitteln?*

Die meisten Eltern halten es für sehr schwierig, mit einer Person mit geistiger Behinderung darüber zu sprechen, was sexuelle Beziehungen, Konsequenzen und Verletzlichkeiten bedeuten. Oftmals fühlen sie sich machtlos und meiden das Thema, auf das sie keine Antwort finden.

### *Welche Erwartungen haben Sie an die Lehrkräfte hinsichtlich der sexuellen Beratung Ihrer Kinder?*

Sexualerziehung ist der Prozess, durch den eine Person Informationen aufnimmt und Einstellungen und Überzeugungen zu Sex, sexueller Identität, Beziehungen und Intimität entwickelt. Sexualerziehung beinhaltet die Entwicklung der Fähigkeiten junger Menschen und spielt eine wichtige Rolle für ihr Verhalten, ihr Selbstvertrauen und die Fähigkeiten, die diese Entscheidungen beeinflussen.

Der Rat wird einstimmig angenommen, dass junge Menschen mit Behinderungen ein Recht auf sexuelle Aufklärung haben. Für sie ist Sexualaufklärung wichtig, weil sie jungen Erwachsenen mit Behinderungen dabei hilft, sich vor Missbrauch, Ausbeutung, ungewollten Schwangerschaften, sexuell übertragbaren Krankheiten



Co-funded by  
the European Union

und HIV zu schützen. Die Eltern argumentierten auch, dass die Bereitstellung von Sexualerziehung für junge Menschen mit Behinderungen dazu führe, neue Informationen über die Probleme zu erhalten, die sie betreffen. Sie würden auch Informationen über das Recht auf ein normales Leben und die Freude an den Beziehungen, die sie eingehen, zu erhalten.

Obwohl Eltern und Erzieher die wichtigsten Lehrkräfte für Sexualwissenschaft für junge Menschen mit Behinderungen sind, erhalten sie aus vielen Quellen Botschaften über Sexualität. Einige davon können eher negative als positive Auswirkungen haben. Die Schule und andere Organisationen können wichtige Partner für Eltern sein, die eine angemessene Sexualerziehung für junge Menschen entwickeln müssen.

Eltern sind davon überzeugt, dass Sexualerziehung eine Investition in die Gesundheit und Zukunft ihrer eigenen Kinder darstellt. Das Ergebnis dieser Investition könnte dazu beitragen, dass junge Menschen mit Behinderungen nützliche Informationen über Sexualität aufnehmen. Durch die Sexualaufklärung möchten wir, dass sie, im Rahmen ihrer Möglichkeiten, in der Lage sind zwischen Situationen, die für sie eine Gefahr oder ein Risiko darstellen würden (auch aus Online-Quellen, Massenmedien, etc.), und normalen Situationen, die entstehen können, zu unterscheiden. Ein weiteres Ziel ist das sie Gesunde Beziehungen pflegen können und auf ihren Körper achten.

## **17. Bewährte Erfahrungen in verschiedenen Ländern**

### **17.1. Bewährte Erfahrungen in Deutschland**

Deutschlandweit gibt es zahlreiche Angebote zum ambulanten Wohnen für Menschen mit Behinderungen. Hier erlernen sie eine eigenständige Lebensweise und entwickeln auf natürliche Weise ein gesundes Selbstwertgefühl. Auf diese Weise können sie sich zu eigenständigen Individuen entwickeln. Das ist natürlich ein großer Schritt und erfordert auch eine entsprechende Beratung. Auch diese Möglichkeiten bestehen. Ein weiterer wichtiger Punkt ist natürlich die Rechtslage; eine solche Beratung gibt es auch vor Ort. Darüber hinaus waren bei unserem Treffen Mütter anwesend, die sehr inspirierend waren. Eine Mutter erzählte uns beispielsweise von ihrer erwachsenen Tochter mit geistiger Behinderung, die eine Beziehung mit einem viel älteren Mann hat, der keine Behinderung hat. Trotz der Bedenken ihres Mannes und ihrer beiden anderen Kinder, ließ die Mutter zu, dass



**Co-funded by  
the European Union**

die Beziehung zustande kam, und erlebte so, wie ihre Tochter aufblühte. Dadurch erfährt sie von den anderen Anwesenden viel Zuspruch.

Ein weiteres Beispiel ist eine Mutter mit einer erwachsenen Tochter mit einer geistigen Behinderung. Die Tochter ist mit dem Sohn (mit Down-Syndrom) einer anderen Mutter zusammen. Beide Parteien sind mit dieser Situation sehr zufrieden und es war von Anfang an klar, dass sie diese Beziehung unterstützen würden. Schließlich habe die Beeinträchtigung „keinen Einfluss auf die Gefühle“, sagte die Mutter. Die Mütter sind glücklich, wenn die Kinder es sind. Ein weiteres Beispiel ist die Mutter eines erwachsenen Sohnes mit Down-Syndrom. Dieser hatte eine körperliche Annäherung an einen anderen Jungen während der Pubertät. Daraufhin informierten sie die Lehrkräfte der Schule darüber und empfahlen ihr, ihren Sohn mit Lehrmaterialien sexuell aufzuklären.

Eine andere Frau, ebenfalls Mutter eines erwachsenen Sohnes mit Down-Syndrom, zog es von Anfang an vor, das Thema Sexualität nicht zu tabuisieren, sondern ihren Sohn offen zu erziehen. Er soll seine Sexualität von Anfang an ausleben dürfen, allerdings in seinem Zimmer und bei geschlossener Tür. Die Mutter eines Kindes, das das Gefühl hat, im falschen Körper zu sein, sprach trotz religiöser Tabus und anfänglicher Bedenken offen darüber. Das Kind sei dabei, sein biologisches Geschlecht zu ändern, sagte sie. Nach Angaben der Mutter hat es eine Weile gedauert, bis sie sich daran gewöhnt hat und die Situation war für sie nicht einfach, aber mittlerweile kommt sie gut damit zurecht.

Wichtig ist vor allem, dass die Familien ein gesundes Bewusstsein entwickeln und Sexualität nicht als Tabu, sondern als etwas völlig Normales und Selbstverständliches angesehen wird. Es gibt entsprechende Organisationen, bei denen Familien psychologische Hilfe in Anspruch nehmen und Experten konsultieren können, beispielsweise das FPZ-Balance. Es gibt den Verein Mina eV – Leben in Vielfalt, der Theater- und Kochkurse sowie Selbsthilfekurse für Familien und Einzelpersonen anbietet. Hier gibt es Experten, die sich auf Sexualerziehung und Behinderung spezialisiert haben und über die entsprechende Sensibilität verfügen, sowohl Familien aufzuklären als auch eine gesunde Beziehung zum Sex aufzubauen. Die Beratung ist in insgesamt acht Sprachen (Deutsch, Englisch, Französisch, Spanisch, Arabisch, Persisch, Vietnamesisch und Türkisch) flächendeckend zugänglich. Gerade für Familien aus Kulturen, in denen Sexualität ein sehr großes Tabu ist, finden sie bei der Organisation entsprechende Beratung in ihre Muttersprache. Außerdem gibt es: Sexualpädagogik für Schulklassen, psychologische Beratungsangebote, Sexualpädagogik für Schulklassen mit dem Schwerpunkt Förderung, Kinder- und Jugendprojekte und viele weitere Angebote.



Co-funded by  
the European Union

Der Verein geht auch darauf ein, dass Menschen mit Behinderung selbstverständlich auch Medien (Internet, Fernsehen, etc.) benutzen. Sie wollen auch Teil der Gesellschaft sein und sich an Diskussionen beteiligen können. Allerdings ist das heute vermittelte sexualisierte Bild nicht immer hilfreich. Sexualität sollte als etwas völlig Normales und Natürliches akzeptiert werden. Das Thema sollte hier weder tabuisiert werden, noch zu viel Platz in der Gesellschaft einräumen. Das vermittelte übermäßig sexualisierte Bild lässt keinerlei Emotionen zu und scheint nicht das eigentliche Ziel einer Normalisierung der Sexualität zu sein. Einer der wichtigsten Punkte ist in dem Verein ist zudem, dass sexuell aufgeklärte Menschen seltener Opfer sexuellen Missbrauchs werden. Den eigenen Körper zu kennen und zu schützen sollte möglichst früh erlernt werden.

Deutschlandweit gibt es zahlreiche Angebote für Menschen mit Behinderung. Hier lernen sie, selbstständig zu leben und ein gesundes Selbstwertgefühl zu entwickeln. Dadurch können sie sich zu eigenständigen Individuen entwickeln. Das ist natürlich ein großer Schritt und erfordert auch eine entsprechende Beratung. Ein weiterer wichtiger Punkt ist die Rechtslage, diese Art der Beratung gibt es auch vor Ort.

## **17.2. Bewährte Erfahrungen in der Türkei**

In diesem Abschnitt wurden einige bewährte Erfahrungen zur Unterstützung der sexuellen Aufklärung von Menschen mit Behinderung ausgewählt, um sie als Beispiele zu zeigen. In der Türkei wurden verschiedene Programme und Projekte sozialer Art durchgeführt, um die sexuelle Aufklärung von Menschen mit Behinderungen zu fördern. Dies sind einige Beispiele für bewährte Erfahrungen, die in der Türkei umgesetzt wurden:

<b>ORGANISATION</b>	<b>NAME DER BEWÄHRTEN ERFAHRUNG</b>	<b>BESCHREIBUNG</b>
Türkische Stiftung für Bildung und Solidarität für Behinderte (ÖZEV)	Projekt zur psychosozialen Unterstützung	Das gemeinsam vom türkischen Verein für Familienplanung, Universitätskliniken, ÖZEV und der Gemeinde Keçiören durchgeführte Projekt zielt darauf ab, Familien, die gerade erfahren haben, dass ihre Kinder eine Behinderung

		haben, psychologische und soziale Unterstützung zu bieten. Mit diesem Projekt wird sichergestellt, dass die Familie die erste Schockphase, zum Wohle ihres Kindes und zum eigenen Wohle, auf gesunde Weise übersteht.
Stiftung zur Erziehung und zum Schutz von Kindern mit geistiger Behinderung (ZİÇEV)	„Von Lehrkraft zu Lehrkraft“ – Lehrplanentwicklungsprojekt für Lehrkräfte, die in inklusiven Klassenzimmern arbeiten	Das Lehrplanentwicklungsprojekt für Lehrkräfte, die in inklusiven Klassenzimmern arbeiten, zielte darauf ab, ein bedarfsorientiertes Bildungsprogramm für Vorschullehrkräfte zu entwerfen, indem es sie in den Prozess einbezieht und sich auf Kinder mit geistiger Behinderung konzentriert. Das Projekt zielte auch darauf ab, eine E-Learning-Umgebung zu entwickeln, die Vorschullehrkräften die Möglichkeit zum Selbstlernen bietet.
Stiftung zur Erziehung und zum Schutz von Kindern mit geistiger Behinderung (ZİÇEV)	Projekt zur Lehrplangestaltung für Lehrkräfte und andere Fachkräfte, die mit Menschen mit geistiger arbeiten: Pro-Se	Das von der türkischen Nationalagentur im Rahmen des KA2-Programms für strategische Partnerschaften (Berufsbildung) finanzierte Projekt ist ein Schulungsprogramm (Lehrplan) zur Verhaltenskontrolle sowie zur Entwicklung von Kommunikations- und Sprachfähigkeiten bei Personen mit geistiger Behinderung für Nicht-Feldlehrkräfte und andere Berufstätige

		<p>im Bereich Sonderpädagogik. Die Erstellung des Bewerbungsleitfadens ist geplant. Ziel ist es, das Schulungsprogramm, das mit Pilotschulungen getestet wurde, vor allem in berufsbegleitenden Schulungen am Hauptsitz und in den Niederlassungen von ZİÇEV einzusetzen und dann über das, innerhalb von ZİÇEV erstellte, E-Learning-Portal viel mehr Benutzer in der ganzen Türkei zu erreichen.</p>
<p>Stiftung zur Erziehung und zum Schutz von Kindern mit geistiger Behinderung (ZİÇEV)</p>	<p>Projekt „Große Schritte für die Kleinen“.</p>	<p>Ziel des Projekts ist es, anhand eines Pilotprojekts aus dem Bezirk Ankara-Gölbaşı eine aktuelle Situations- und Bedarfsanalyse von null- bis dreijährigen Kindern mit Entwicklungsverzögerungen und ihren Familien durchzuführen und ein individualisierbares Bildungsprogramm für null- bis dreijährige Kinder mit Entwicklungsverzögerung und ihre Familien, basierend auf den Forschungsergebnissen, vorzubereiten. Im Rahmen des Projekts wurde eine Feldstudie mit 385 Familien im Bezirk Ankara-Gölbaşı durchgeführt und die Ergebnisse der Studie sowie Strategieempfehlungen in einem Bericht</p>

		veröffentlicht. Darüber hinaus wurde ein individualisierbares Trainingsprogramm für Kinder mit Entwicklungsverzögerungen im Alter von null bis drei Jahren und ihre Familien entwickelt und an beteiligte Institutionen weitergegeben.
Stiftung zur Erziehung und zum Schutz von Kindern mit geistiger Behinderung (ZİÇEV)	Ewige Kinder	Ziel ist es, die Bezirke mit einer hohen Konzentration von Menschen mit geistiger Behinderung in Adana zu erreichen und den Eltern von mindestens 150 in diesen Bezirken lebenden Menschen mit geistigen Behinderungen die Möglichkeit zu geben, von den kostenlosen Rehabilitationsdiensten von ZİÇEV in Adana zu profitieren. Durch das Erreichen von 150 Menschen mit geistiger Behinderung und ihren Familien wurde sichergestellt, dass die Zielgruppe von Rehabilitationsdiensten profitiert, und das Bewusstsein für die Dienste, die für Menschen mit geistiger Behinderung bereitgestellt werden, beim Gouverneur, in der Gemeinde und bei der Zielgruppe erhöht.
Stiftung zur Erziehung und zum Schutz von	Hand in Hand mit dem Mütterprojekt	Ziel des in Mersin durchgeführten Projekts ist es, Familien mit Kindern mit einer

<p>Kindern mit geistiger Behinderung (ZİÇEV)</p>		<p>geistigen Behinderung psychologische Beratung anzubieten und das negative Umfeld, in dem sie leben, durch die Förderung kultureller und künstlerischer Aktivitäten zu mildern und zu unterstützen. Im Rahmen des Projekts wurden 30 Mütter mit Kindern mit geistiger Behinderung durch die Teilnahme an Musik- und Kunstkursen sowie durch psychologische Betreuung im Rahmen des Projekts rehabilitiert.</p>
<p>Türkische Stiftung für Bildung und Solidarität für Behinderte (ÖZEV)</p>	<p>Projekt zur Diskriminierung aufgrund einer Behinderung entschlüsseln</p>	<p>Ziel des Projekts ist es, Menschen mit Behinderungen (insbesondere Menschen mit mehrfacher Benachteiligung) zu helfen. Es verfügt über ein Arbeitsprogramm, in das NGOs aus verschiedenen Regionen der Türkei in die Überwachungsaktivitäten einbezogen werden, indem gemessen und überwacht wird, inwieweit sie von den in der Verfassung, den Gesetzen und auf internationaler Ebene vorgesehenen Rechten auf Bildung, Zugang, Arbeitsleben und soziale Sicherheit ohne Diskriminierung profitieren können. Während dieser Studien werden, gemäß den Festlegungen, Berichte erstellt. Diese werden dann den zuständigen</p>

		<p>Kommissionen und Ausschüssen der Vereinten Nationen (UN) und der Europäischen Union, den internationalen NGOs, die sich mit Behinderungen befassen und den zuständigen Kommissionen, insbesondere der, Menschenrechtskommission der Großen Türkischen Nationalversammlung für Familie und Soziales, vorgelegt. Die Berichte sollen auch den zuständigen Ministerien wie dem Ministerium für Politik, dem Gesundheitsministerium und dem Ministerium für Arbeit und soziale Sicherheit vorgelegt.</p>
<p>Türkische Stiftung für Bildung und Solidarität für Behinderte (ÖZEV)</p>	<p>Schwieriges SRH (Projekt zur sexuellen und reproduktiven Gesundheit für Menschen mit Behinderung)</p>	<p>Im Rahmen des Programms zur reproduktiven Gesundheit, das mit Unterstützung der EU-Delegation in der Türkei durchgeführt wurde, wurde mit der Umsetzung des Projekts „Difficult CUSU“ begonnen. Im Rahmen des Projekts werden die sexuellen Probleme Menschen mit geistiger Behinderung erforscht und deren Familien werden informiert. Das Projekt wurde in Ankara, Antalya, Izmir, Istanbul, Erzurum und Diyarbakır umgesetzt.</p>

### **17.3. Bewährte Erfahrungen in Italien**

In diesem Abschnitt wurden einige bewährte Erfahrungen zur Unterstützung der sexuellen Aufklärung von Menschen mit Behinderung ausgewählt, um sie als Beispiele zu zeigen. Um dieses Ziel zu erreichen, wurden verschiedene Programme und Projekte sozialer Natur durchgeführt. Dies sind einige Beispiele für in Italien umgesetzte bewährte Erfahrungen:

ORGANISATION	NAME DER BEWÄHRTEN ERFAHRUNG	ANZEIGE
LIEBESGEBER	Sexualassistent	<p>Die Unterstützung bei Emotionalität, Affektivität und Sexualität zeichnet sich durch die Entscheidungsfreiheit des Menschen aus, seine erotisch-sexuelle Erfahrung unabhängig von den Schwierigkeiten, die er in seiner Lebenserfahrung erlebt, zu leben und zu teilen.</p> <p>Die Sexarbeiterin ist eine Fachkraft (weiblich oder männlich) mit einer bisexuellen, heterosexuellen oder homosexuellen Orientierung, die über „gesunde“ psychophysische und sexuelle Merkmale verfügen muss (Wichtigkeit einer sorgfältigen Auswahl der OEAS-Kandidaten) und die durch ihre Professionalität Menschen mit Behinderungen beim Erleben von Erotik und Sexualität unterstützt.</p>

<p>Sozialgenossenschaft „Kunstmusik und Kaffee“</p>	<p>Soziales Fitnessstudio („Social Gym“)</p>	<p>Das soziale Fitnessstudio wurde mit dem Ziel ins Leben gerufen, einen Ort zu schaffen, an dem die sozialen Beziehungsfähigkeiten von Menschen mit psychischen Belastungen erkannt, gestärkt und gefördert werden und für ihre Familien einen Raum und Zeit zum Teilen geschaffen wird. Zu den geplanten Aktivitäten gehört der Weg zur Affektivitäts- und Sexualpädagogik sowie zum Thema Sexualität mit dem Ziel, die gemeinsame Reflexion dieser Themen zu fördern und die Teilnehmenden bei der Auseinandersetzung mit ihren zwischenmenschlichen Erfahrungen zu begleiten.</p>
<p>Netzwerk von Menschen mit Behinderungen von Turin</p>	<p>Kurs: Affektive und sexuelle Aufklärung von Menschen mit Behinderungen</p>	<p>Ein hochrangiger Schulungskurs für Lehrkräfte, Eltern und Erzieher mit dem Ziel, eine vielfältige Perspektive auf das Thema zu bieten.</p>

#### **17.4. Bewährte Erfahrungen in Rumänien**

In diesem Abschnitt stellen wir Beispiele bewährte Erfahrungen vor, die auf der Ebene der lokalen Gemeinschaft zur Unterstützung der Gesundheitserziehung organisiert wurden, wobei das Hauptthema die Sexualerziehung junger Menschen mit Behinderungen ist. Um unsere vorgeschlagenen Ziele zu erreichen, haben wir auf Gemeindeebene neue Partnerschaften und Kooperationsbeziehungen mit spezialisierten Organisationen und Institutionen aufgebaut:

<b>ORGANISATION</b>	<b>NAME DER BEWÄHRTEN ERFAHRUNG</b>	<b>BESCHREIBUNG</b>
<p>„Ngoita Elena, Verein für junge Menschen mit geistiger Behinderung oder damit verbundenen Beeinträchtigungen</p>	<p>Behinderung-Jugend-Bildung für die Gesundheit</p>	<p>Im Rahmen dieser Aktivität wurden interaktive Aktivitäten zwischen jungen Menschen mit Behinderungen und den Spezialisten unserer Organisation auf dem Gebiet der Psychologie organisiert. Der Zweck der Aktivität bestand darin, das Bewusstsein für die Bedeutung der Kommunikation zu schärfen, wenn junge Menschen die Veränderungen ihres eigenen Körpers während der Pubertät kennenlernen möchten.</p> <p>Ein weiterer sehr wichtiger Aspekt war die Darstellung realer Informationsquellen und die Verhinderung von Missbrauch im Online-Umfeld.</p>
<p>Didactic Corp House</p>	<p>Die Bedeutung der Sexualerziehung für junge Menschen mit Behinderungen</p>	<p>In Zusammenarbeit mit Casa Corpului Didactic (sind hauptsächlich in der kontinuierlichen Fortbildung von Lehrkräften aus der örtlichen Gemeinde tätig) wurde ein Seminar für Sonderpädagogen oder solche organisiert, deren Klasse Schüler und Schülerinnen mit Behinderungen hat. Der Zweck dieses Seminars bestand darin, Lehrkräfte zu ermutigen, neue Fähigkeiten im Bereich der Sexualerziehung</p>



Co-funded by  
the European Union

		<p>zu entwickeln und ihr Unbehagen zu überwinden, wenn sie dieses Thema mit jungen Menschen mit Behinderungen diskutieren müssen.</p> <p>Auch in diesem Seminar schlug ein auf Psychologie spezialisierter Ausbildungslehrer eine neue Berufsausbildung für psychopädagogische Lehrkräfte vor, die sich mit der Gesundheitserziehung junger Menschen mit Behinderungen befasst.</p>
--	--	---

## Referenzen

1. <http://www.fddc.org/sites/default/files/file/publications/Parents-book-2011-LRes.pdf>
2. <https://www.advocatesforyouth.org/resources/fact-sheets/sexual-health-education-for-young-people-with-disabilities/>
3. <https://www.unr.edu/nevada-today/news/2019/sexual-health-for-individuals-with-disabilities>
4. <https://www.bradley.edu/sites/bodyproject/disability/body/>
5. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/feduc.2017.00046/full>
6. [http://www.ndt.lt/wp-content/uploads/Priedas\\_13-4\\_internetui.pdf](http://www.ndt.lt/wp-content/uploads/Priedas_13-4_internetui.pdf)
7. <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/servicesandsupport/people-with-a-disability-who-experience-violence-abuse-or-neglect>
8. <https://ro.co/health-guide/sex-positions-for-disabilities/>
9. [State of World population Report 2020 | United Nations in Türkiye](#)
10. [The Sexual Assault Epidemic No One Talks About : NPR](#)
11. SWOP (State of World Population) Report 2020  
- <https://turkiye.un.org/en/51402-state-world-population-report-2020>
12. [Sexual health \(who.int\)](#)
13. [Knowledge, attitudes, and practices of parents toward sexuality education for primary school children in China - PMC \(nih.gov\)](#)
14. Harrison J. K. *Sexuality Education in secondary schools*. Buckingham. Philadelphia: Open University Press; 2000.
15. O'Sullivan (2006) Harrison J. K. *Sexuality Education in secondary schools*. Buckingham. Philadelphia: Open University Press; 2000.
16. Berne, L. ve Huberman, B. (1999). *European approaches to adolescent sexual behaviour and responsibility*. Washington, D.C.: Advocates for Youth.
17. Büyükkaragöz, S. S. (1997). *Program geliştirme: Kaynak Metinler*. Konya: Öz Eğitim Yayınları.
18. Cole-Hamilton, I. (1998). *Sex Education in Scotland*. Edinburg: Scottish Sensory Centre.
19. Çakmak, S. ve Çakmak, S (2011). *Özel Eğitime İhtiyaç Duyan Çocuklarda Cinsel Eğitim Uygulamaları*, Vize Yayıncılık, Ankara.
20. Çalışandemir, F., Bencik, S. ve Artan, İ. (2008). *Çocukların Cinsel Eğitimi*. Eğitim ve Bilim Dergisi 150(33).

21. Castelli, G., Mariani, V., (2005). L'educazione sessuale delle persone disabili. Milano, Ares.
22. Castelli G., Cereda P, Crotti M.E, Villa A., (2013). Educare alla sessualità. Milano: Franco Angeli.
23. Doğan, H. (1997). Eğitimde program ve öğretim tasarımı. Ankara: Önder Matbaacılık
24. Eksi, A. (1990). Çocuk, Genç, Ana-Babalar. İstanbul: Bilgi Yayınevi.
25. Gökdeniz, Ş. (2008). İlköğretimde Cinsel Eğitim Konusunda Öğretmen ve Veli Görüşleri. Yüksek Lisans Tezi. Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İlköğretim Anabilim Dalı, Bursa.
26. Gölbaşı, Z. (2003). Sağlıklı Gençlik Ve Toplum İçin Bir Adım: Cinsel Sağlık Eğitimi. Aile ve Toplum 2(6).
27. Günaydın, S. (2000). Okullarda Cinsel Eğitim ve İşlevini Yitiren Leylekler. Hürriyet Gazetesi. 3 Mart 2000.
28. Haywood, C. (1996). Sex Education Policy And Regulation Of Young People"s Sexual Practice. Educational Review. Vol. 48 (2).
29. Rovatti, F., (2016). Sessualità e disabilità intellettiva. Guida per caregiver, educatori e genitori. Trento, Erickson.
30. Reynolds, K.E., (2014). Sessualità Sessualità e autismo. Guida per genitori, caregiver e educatori. Trento, Erickson.
31. Tutar-Güven, Ş., & İşler, A. (2015). Zihinsel yetersizliği olan çocuklarda cinsel eğitim ve önemi. Akdeniz Üniversitesi Pediatri Hemşireliği Dergisi, 6(3), 143-148.
32. Veglia, F., (2000). Handicap e sessualità: il silenzio, la voce e la carezza. Dal riconoscimento di un diritto al primo centro comunale di ascolto e consulenza. Milano, Franco Angeli.
33. <https://www.lovegiver.it/il-progetto/>
34. <https://ojs.pensamultimedia.it/index.php/sipes/article/download/4061/3684/15219>
35. <https://gmca.edu.it/necessitaeducativespeciali/corso-educazione-affettiva-e-sessuale-delle-persone-con-disabilita/>
36. <https://ojs.pensamultimedia.it/index.php/sipes/article/download/4073/3696/15255>
37. <https://www.istat.it/it/archivio/236301>
38. <https://www.istat.it/it/files//2019/12/Disabilit%C3%A0-1.pdf>



Co-funded by  
the European Union

39. <http://www.fddc.org/sites/default/files/file/publications/Parents-book-2011-LRes.pdf#>
40. <https://www.advocatesforyouth.org/resources/fact-sheets/sexual-health-education-for-young-people-with-disabilities/>
41. <https://www.unr.edu/nevada-today/news/2019/sexual-health-for-individuals-with-disabilities>
42. <https://www.bradley.edu/sites/bodyproject/disability/body/>
43. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/feduc.2017.00046/full>
44. [http://www.ndt.it/wp-content/uploads/Priedas\\_13-4\\_internetui.pdf](http://www.ndt.it/wp-content/uploads/Priedas_13-4_internetui.pdf)
45. <https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/servicesandsupport/people-with-a-disability-who-experience-violence-abuse-or-neglect>
46. <https://ro.co/health-guide/sex-positions-for-disabilities/>
47. [https://www.sfatulmedicului.ro/Educatia-sexuala-la-copii-si-adolescenti/educatia-sexuala\\_10452](https://www.sfatulmedicului.ro/Educatia-sexuala-la-copii-si-adolescenti/educatia-sexuala_10452)
48. <https://romania24.ro/care-e-rata-persoanelor-cu-dizabilitati-la-populatia-romaniei-401377.html>
49. [https://www.suntparinte.ro/uploads/resource/35/35/6/suntparinte.ro\\_ghidul\\_educatiei\\_sexuale.pdf](https://www.suntparinte.ro/uploads/resource/35/35/6/suntparinte.ro_ghidul_educatiei_sexuale.pdf)

**„ PASSION FOR INCLUSION  
(P4I)“**



Co-funded by  
the European Union

# 2021-1-DE02-KA220-ADU-000035138

## Modul 1:

### E-KURSMODUL KÖRPERERKENNUNG UND -WAHRNEHMUNG

Entwickelt von:

ARSU ACADEMY FOR LIFELONG LEARNING AND DEVELOPMENT  
GERMANY E. V.



### Inhaltsverzeichnis

Zusammenfassung des Moduls	72
Ziele	73
Lernuntereinheiten	74
Untereinheit 1: Erkennt den eigenen Körper	75
Untereinheit 2: Erkennt die eigenen sexuellen Körperteile	77
Untereinheit 3: Erkennt die sexuellen Körperteile des anderen biologischen Geschlechts	79
Untereinheit 4: Kennt den Unterschied zwischen den biologischen Geschlechtern	81



Co-funded by  
the European Union

Untereinheit 5: Erkennt körperliche Veränderungen während der Pubertät und Jugend	82
Untereinheit 6: Kennt sexuelle Verhaltensweisen In Ordnung oder nicht in Ordnung?	87
	88
Referenzen	90

## **ZUSAMMENFASSUNG DES MODULS**

Jedes Kind erreicht ein Alter, in dem es beginnt, sich zum Erwachsenen zu entwickeln. Zu dieser Entwicklung gehört auch die sexuelle Entwicklung, in der Kinder beginnen, ihre Sexualität und ihren Körper zu erforschen.

Dieser Übergang sollte durch Sexualerziehung unterstützt werden, die ihnen Informationen über ihre Sexualität, über die sexuelle und reproduktive Gesundheit, über die Veränderungen, die ihr Körper während der Pubertät erfährt, über die Bedeutung von Respekt, Zustimmung und körperlicher Autonomie, über das Konzept von Schwangerschaften und über ihr Geschlecht und ihrer sexuellen Identität bereitstellt. Sexualerziehung vermittelt Kindern das Wissen, das es ihnen ermöglicht, respektvolle und gesunde Beziehungen und ein respektvolles und



**Co-funded by  
the European Union**

gesundes Sexualleben zu entwickeln. Es vermittelt ihnen auch Wissen über ihre Rechte und darüber, wie sie ihre Privatsphäre und die Privatsphäre anderer schützen können. Darüber hinaus ermöglicht es ihnen, sich selbst zu entdecken und sich mit ihrer Identität auseinanderzusetzen.

Allerdings haben nicht alle Kinder einen vergleichbaren Zugang zur Sexualerziehung. Kinder mit Behinderungen beispielsweise erhalten häufig nicht die Sexualerziehung, die sie benötigen. Dies liegt daran, dass es bei der Sexualerziehung für Kinder mit Behinderungen besondere Hürden gibt. Eines dieser Hindernisse ist das weitverbreitete Vorurteil in unserer Gesellschaft, dass Menschen mit Behinderungen asexuell seien, das heißt, dass sie weder sexuelles Verlangen noch Interesse an Sex hätten. Aus diesem Grund erhalten sie keine Aufklärung zu Themen wie Sex, Schutz, Einwilligung und Schwangerschaft, wodurch ihnen ein wichtiger Teil der Sexualerziehung fehlt. Ein weiteres Hindernis ist die falsche Vorstellung, dass Menschen mit Behinderungen Schutz benötigen. Daher liegt der Schwerpunkt der Sexualerziehung, die Menschen mit Behinderungen erhalten, eher auf dem Schutz als auf der Förderung der eigenen Sexualität sowie der sexuellen und geschlechtlichen Identität. Darüber hinaus schränkt die Vielfalt unter Menschen mit Behinderungen die Sexualaufklärung oft ein. Da Menschen mit Behinderungen sehr unterschiedliche Bedürfnisse haben und die Sexualaufklärung heutzutage hauptsächlich auf Menschen ohne Behinderung ausgerichtet ist, erhalten sie keine Sexualaufklärung, die an die Bedürfnisse jedes Einzelnen mit Behinderungen angepasst ist.

Dennoch ist Sexualerziehung für alle sehr wichtig, auch für Menschen mit Behinderungen. Studien haben gezeigt, dass Menschen, die eine angemessene Sexualaufklärung erhalten haben, seltener Opfer sexueller Gewalt werden, ungewollt schwanger werden, sich mit sexuell übertragbaren Krankheiten infizieren und keine Ahnung von Geschlechtergleichheit und sozialer Gerechtigkeit haben. Darüber hinaus ist es für Menschen sehr wichtig, ihren Körper und die Veränderungen, die sie während der Pubertät erleben, zu verstehen. Nur wenn Menschen ihren Körper verstehen, können sie sich in ihm wohlfühlen und nicht mit Problemen wie mangelndem oder geringem Selbstwertgefühl konfrontiert werden. Dies gilt für Menschen mit und ohne Behinderung.

Für die sexuelle Aufklärung von Menschen mit Behinderungen beim Übergang ins Erwachsenenalter sind nicht nur Lehrkräfte verantwortlich. Auch die Eltern der Betroffenen müssen Verantwortung übernehmen und ihre Kinder sexuell aufklären. Insbesondere weil ihre Kinder ihnen Fragen zum Thema stellen könnten, sollten

Eltern gut informiert sein, um alle Fragen ihrer Kinder beantworten zu können oder um zu wissen, wo sie weitere Informationen zu dem Thema finden könnten.

Dieses Modul vermittelt Eltern von Menschen mit Behinderungen grundlegende Kenntnisse rund um das Thema Körpererkennung und -wahrnehmung. Anschließend können Eltern ihrem Kind helfen, seinen eigenen Körper und seine Sexualbereiche, die Sexualbereiche des anderen biologischen Geschlechts, körperliche Veränderungen, die sein Körper während der Pubertät erfährt, sowie sexuelle Verhaltensweisen zu erkennen.

## **Ziele**

Nach Abschluss dieses Moduls werden Eltern

1. verstehen, wie wichtig es ist, ihren Kindern sexuelle Aufklärung zu geben.
2. Methoden kennen, wie sie ihren Kindern beibringen können, ihren Körper und ihre Sexualbereiche zu erkennen sowie die Sexualbereiche des anderen biologischen Geschlechts zu erkennen. Sie werden auch Methoden kennen, um ihren Kindern die Unterschiede zwischen den biologischen Geschlechtern, die Veränderungen, die ihre Kinder während der Pubertät erfahren werden, und sexuelle Verhaltensweisen beizubringen.
3. in der Lage sein, die Fragen ihrer Kinder zum Thema Sexualerziehung zu beantworten.

## **Lernuntereinheiten**

Untereinheit 1	Erkennt den eigenen Körper
Untereinheit 2	Erkennt die eigenen sexuellen Körperteile
Untereinheit 3	Erkennt die sexuellen Körperteile des anderen biologischen Geschlechts
Untereinheit 4	Kennt den Unterschied zwischen den biologischen Geschlechtern



Co-funded by  
the European Union

Untereinheit 5	Erkennt körperliche Veränderungen während der Pubertät und Jugend
Untereinheit 6	Kennt sexuelle Verhaltensweisen

### ***Untereinheit 1: Erkennt den eigenen Körper***

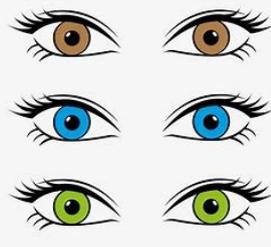
Körpererkennung ist für jeden wichtig. Das liegt vor allem daran, dass es den Menschen ermöglicht, sich in ihrem Körper wohl zu fühlen. Für Ihre Kinder, die in die Pubertät kommen, ist dies besonders wichtig, da die Veränderungen des Körpers Veränderungen in der Wahrnehmung des eigenen Körpers bewirken.

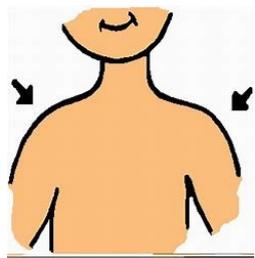
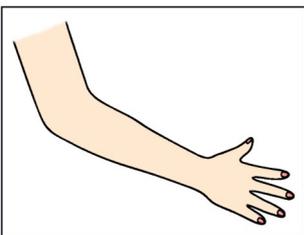
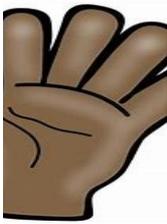
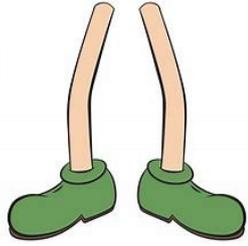
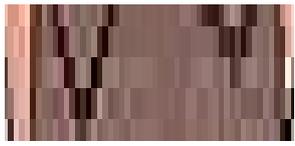
Für Menschen mit Behinderungen ist die Körpererkennung jedoch noch wichtiger. Der Grund dafür ist, dass der gesellschaftliche Druck auf den Körper von Menschen mit Behinderungen groß ist. Dies liegt teilweise daran, dass die Körperbilder, die von der Gesellschaft unterstützt werden, die Körper von Menschen mit Behinderungen nicht einschließen. Wenn der Körper Ihres Kindes biologisch

weiblich ist, steht es unter Druck, da die Schönheitsindustrie für weiblich aussehende Menschen nur ein sehr enges Spektrum an Körpern zulässt und Erwartungen unterstützt, die Menschen mit Behinderungen normalerweise nicht erfüllen können. Wenn der Körper Ihres Kindes biologisch männlich ist, wird es dem Druck ausgesetzt sein, einen Körper zu haben, der als stark, robust und dominant beschrieben werden kann, was Menschen mit Behinderungen normalerweise auch nicht erfüllen können. Ein weiteres Problem besteht darin, dass Menschen mit Behinderungen in den Medien oder in Filmen fast nie vertreten sind. Aus diesem Grund fällt es Menschen mit Behinderungen viel schwerer, Vorbilder zu finden, die sie ermutigen, so zu sein, wie sie sind.

Als Elternteil ist es wichtig, dass Sie stets das Körperbild Ihres Kindes unterstützen, indem Sie Ihren Kindern beibringen, dass sie schön sind, so wie sie sind. Nur wenn Ihre Kinder das lernen, können sie Essstörungen oder psychische Erkrankungen wie Depressionen oder Angstzustände vermeiden, die unter anderem dann entstehen können, wenn sich Menschen in ihrem Körper nicht wohl fühlen und die Körpererkennung fehlt.

Wenn Sie Ihrem Kind die Körpererkennung beibringen, können Sie ihm zunächst etwas über Körperteile beibringen. Hier ist eine Liste von Körperteilen mit Bildern, die Ihr Kind kennen sollte. Mithilfe der folgenden Tabelle können Sie Ihrem Kind die Namen der verschiedenen Körperteile beibringen. Zeigen Sie ihnen auch, wo sich diese Körperteile an ihrem Körper befinden.

 <p>Kopf</p>	<p>GERADE</p>  <p>WELLIG</p>  <p>LOCKIG</p>  <p>KRAUS</p>  <p>Haare</p>	 <p>Ohr</p>	 <p>Auge</p>
---	---	---	---

 Nase	 Mund	 Wangen	 Nacken
 Schultern	 Brust	 Arm	 Hand und Finger
 Magen	 Bein	 Fuß und Zehen	 Gesäß

Da Wiederholungen wichtig sind, damit Ihr Kind die Körperteile versteht, können Sie diese Aktivitäten so oft wiederholen, wie Sie möchten. Sie können sie auch an die individuellen Bedürfnisse Ihres Kindes anpassen.

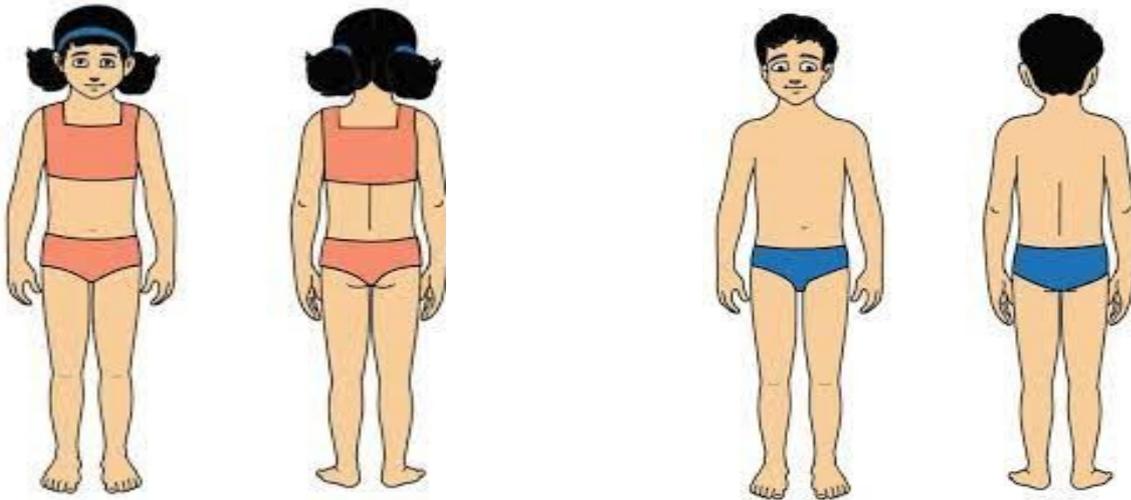
Es ist wichtig, dass Sie bei der Erklärung der verschiedenen Teile unseres Körpers hervorheben, dass jeder Körper anders ist. Obwohl wir Wörter für ähnliche Körperteile verwenden, sehen sie nie genau identisch aus. Erklären Sie dies Ihrem Kind sehr positiv, damit es lernt, die Vielfalt der Menschen zu schätzen und sein Aussehen und seinen Körper zu akzeptieren.

## **Untereinheit 2: Erkennt seine eigenen Sexualbereiche**

Für Menschen mit Behinderungen ist es wichtig, dass sie ihre eigenen Sexualbereiche erkennen können, damit sie ihre Sexualität vollständig erleben

können und wissen, dass diese Körperteile sich von anderen Körperteilen unterscheiden.

Hier sind Bilder der Körper von Menschen, die biologisch männlich und biologisch weiblich sind:



Mit diesen oder ähnlichen Bildern können Sie Ihrem Kind die sexuellen Körperbereiche von Menschen zeigen. Zeigen Sie Ihrem Kind vorerst nur das Bild mit dem biologischen Geschlecht Ihres Kindes.

Zunächst können Sie Ihr Kind fragen, welche Körperteile, von denen, die es sehen kann, es glaubt, dass es sich um sexuelle Bereiche handelt. Dann können Sie Ihrem Kind zeigen, was die eigentlichen sexuellen Bereiche des Körpers sind. Dazu gehören: die Genitalien (Penis und Vagina), das Gesäß, die Brust, die Wangen und die Lippen. Es ist wichtig, dass Sie die richtige Terminologie verwenden, wenn Sie Ihrem Kind die sexuellen Bereiche erklären, und keine anderen Begriffe (z. B. sollten sie „Vagina“ statt „Mumu“ verwenden). Wenn Sie dies tun, wird Ihr Kind das Thema nicht als Tabu betrachten, sondern als ein normales Thema, über das es problemlos sprechen kann.

Wenn Ihr Kind einen bestimmten Entwicklungsstand erreicht hat, ist es notwendig, dass Sie sich mit weiteren Themen befassen:

1. **Wie wichtig es ist, die sexuellen Bereiche privat zu halten:** Erklären Sie, dass der Penis, die Vagina und die Busen in der Öffentlichkeit mit Kleidung bedeckt sein sollten. Hier können Sie Beispiele nennen, wie zum Beispiel, dass Ihr Kind Badeanzüge, Badehosen, usw. tragen sollte, wenn es schwimmen geht, und T-Shirts, Hosen, usw. tragen sollte, wenn es zur Schule geht.

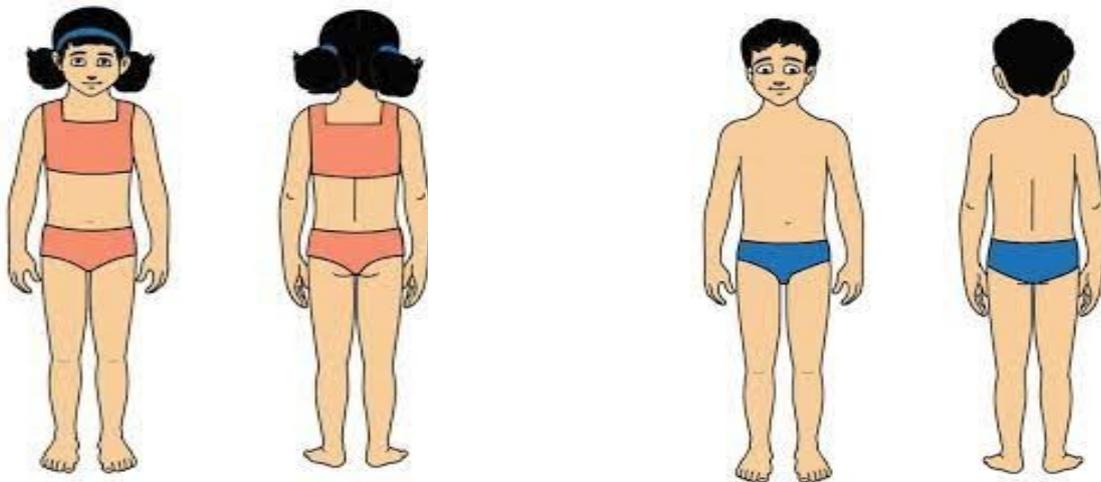
2. Erklären Sie außerdem, dass niemand diese Körperteile Ihres Kindes berühren sollte, es sei denn, das Kind möchte, dass die andere Person sie berührt, oder dies ist aus medizinischen Gründen erforderlich. Erklären Sie die Unterschiede zwischen der „guten“ und der „schlechten“ Berührung. Nennen Sie Beispiele für Szenarien, in denen Berührungen „gute“ und „schlechte“ Berührungen sind. Sie können Ihr Kind auch bitten, zu entscheiden, ob einige Szenarien „gut“ oder „schlecht“ sind. Einige Szenarien könnten sein: Wenn ein Arzt Ihre Vagina untersucht. Wenn ein Freund von ihnen ihren Penis auf der Toilette berührt.
3. **Selbstbefriedigung:** Die Selbstbefriedigung ist Teil der Sexualität und völlig normal. Dies ist die Einstellung und das Gefühl, die Sie vermitteln sollten, wenn Sie mit Ihrem Kind über dieses Thema sprechen. Es ist sehr wichtig, dass Sie Ihrem Kind erklären, wie die Selbstbefriedigung funktioniert, damit es diese sicher ausführen kann. Andernfalls könnte es passieren, dass sie feststellen, dass es sich gut anfühlt, ohne zu verstehen, was sie tun, und es dann übermäßig und auf schädliche Weise weiter tun.  
Folgendes sollten Sie erwähnen, wenn Ihr Kind biologisch eine Frau ist:
  - A) Das Berühren oder Streicheln der Vulva, der Klitoris, der Brüste, der Beine und des Hinterns kann sich sehr gut anfühlen.
  - B) Wenn es sich gut anfühlt, wird die Vagina feucht.
  - C) Man kann auch einen Finger in die Vagina einführen oder beim Duschen den Duschstrahl auf die Klitoris halten.
  - D) Das gute Gefühl baut sich auf, bis der Orgasmus oder Höhepunkt erreicht ist. Erklären Sie, dass ein Orgasmus ein starkes sexuelles Gefühl ist, das sich sehr gut anfühlt.Folgendes sollten Sie erwähnen, wenn Ihr Kind biologisch ein Mann ist:
  1. Das Berühren oder Streicheln des Penis, des Hodensacks, der Brust, der Beine und des Hinterns kann sich sehr gut anfühlen.
  2. Wenn es sich gut anfühlt, wird der Penis hart und größer.
  3. Dann kann man den Penis mit einer Hand fassen und beginnen, diese Hand auf und ab zu bewegen.
  4. Das gute Gefühl baut sich auf, bis der Orgasmus oder Höhepunkt erreicht ist. Zu diesem Zeitpunkt tritt eine weiße Flüssigkeit namens Sperma aus dem Penis aus. Erklären Sie, dass ein Orgasmus ein starkes sexuelles Gefühl ist, das sich sehr gut anfühlt.Folgendes sollten Sie in jedem Fall erwähnen:
  4. Masturbieren immer in einer privaten Umgebung. Nennen Sie Beispiele für private Umgebungen und Umgebungen, die nicht privat sind. Ihr Kind sollte zum Beispiel wissen, dass es im Unterricht nicht masturbieren soll, sondern

warten soll, bis es nach Hause kommt und allein in seinem Zimmer oder im Badezimmer ist.

5. Räume nach dem Masturbieren immer auf. Wasche deine Hände und entferne Sie alle Körperflüssigkeiten.

### **Untereinheit 3: Erkennt die sexuellen Körperteile des anderen biologischen Geschlechts**

Auch Menschen mit Behinderungen sollen in der Lage sein, die sexuellen Körperteile des anderen biologischen Geschlechts zu erkennen. Um Ihrem Kind dabei zu helfen, diese zu erkennen, können Sie die gleichen Bilder wie in Untereinheit zwei verwenden, aber dieses Mal zeigen Sie Ihrem Kind das Bild des biologischen Geschlechts, das nicht sein biologisches Geschlecht ist.



Jetzt können Sie

Ihr Kind erneut zunächst fragen, welche Bereiche der Person seiner Meinung nach die sexuellen Bereiche sind, und ihm dann zeigen, was die tatsächlichen sexuellen Bereiche der Person sind. Konzentrieren Sie sich erneut auf die Verwendung der richtigen Terminologie.

Wenn Sie Ihrem Kind die sexuellen Bereiche des anderen biologischen Geschlechts erklären, ist es wichtig, das Konzept der Einwilligung in Ihre Erklärung einzubeziehen. Folgende Dinge sollten Sie im Gespräch mit Ihrem Kind erwähnen:

- Du solltest niemals die sexuellen Bereiche anderer Menschen ohne deren Erlaubnis berühren.

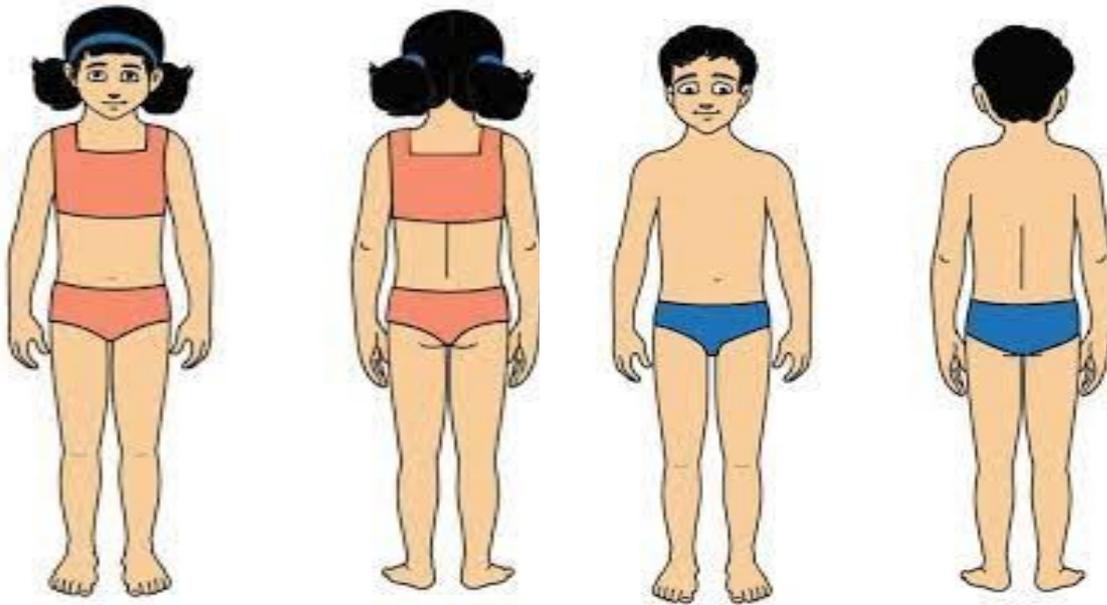
- Du hast die Erlaubnis, die Person zu berühren, wenn diese dir nach deiner Frage, ob du sie berühren darfst, deutlich sagt, dass sie es möchte, dass du ihre sexuellen Körperteile berührst. Wenn die andere Person nach deiner Frage nichts sagt, bedeutet das ebenfalls „Nein“.
- In manchen Situationen ist es nicht angebracht, die andere Person zu fragen, ob man ihre sexuellen Bereiche berühren darf. Dies ist zum Beispiel im Klassenzimmer, auf dem Spielplatz, im Bus, usw. der Fall.
- Du solltest niemals zulassen, dass jemand deine sexuellen Bereiche berührt, ohne dass du es möchtest. Du kannst immer „Nein“ sagen.
- In manchen Umgebungen ist es für nicht angebracht, die sexuellen Bereiche anderer Menschen zu berühren, auch wenn diese dir ihr Einverständnis gegeben haben. Du solltest die sexuellen Bereiche des anderen nur in einer privaten Umgebung berühren, beispielsweise in deinem Zimmer oder im Zimmer der anderen Person. Hier können Sie Ihrem Kind einige Beispiele für private und nicht private Umgebungen geben.

Vermitteln Sie diese Punkte in einer einfachen Sprache und so, dass Ihr Kind die Bedeutung der Einwilligung versteht.

#### ***Untereinheit 4: Kennt den Unterschied zwischen den biologischen Geschlechtern***

Es ist wichtig, dass Menschen mit Behinderungen die Unterschiede zwischen den biologischen Geschlechtern verstehen, damit sie später, wenn sie etwas über die Pubertät erfahren, verstehen, warum Menschen mit weiblichen biologischem Geschlecht und Menschen mit männlichem biologischem Geschlecht während der Pubertät unterschiedliche körperliche Veränderungen erleben.

Um Ihrem Kind die Unterschiede zwischen den beiden biologischen Geschlechtern beizubringen, können Sie ihm nun Bilder beider biologischer Geschlechter zeigen und es bitten, die beiden Bilder zu vergleichen.



Je nachdem, wie Sie denken, dass Ihr Kind die Unterschiede am besten lernt, können Sie ihm die Unterschiede zwischen den biologischen Geschlechtern unterschiedlich beibringen. Sie können:

3. sie bitten, Stifte mit zwei verschiedenen Farben zu nehmen und die Ähnlichkeiten, die sie sehen, mit einer Farbe zu markieren und die Unterschiede, die sie sehen, mit der anderen Farbe zu markieren.
4. auf einem großen Blatt Papier eine Tabelle zeichnen, in der Sie gemeinsam mit Ihrem Kind die Unterschiede und Gemeinsamkeiten aufschreiben.
5. ein Venn-Diagramm erstellen, in dem Sie die Ähnlichkeiten zwischen den beiden biologischen Geschlechtern in den Bereich schreiben, in dem sich beide Kreise überlappen, und die spezifischen Merkmale für jedes Geschlecht in den jeweiligen Kreis schreiben.

Es ist wichtig, dass Sie Ihren Tonfall oder Ihre Betonung nicht verändern, wenn Sie über die verschiedenen biologischen Geschlechter sprechen, und dass Sie niemals mit Ihrer Mimik oder Gestik andeuten, dass die biologischen Geschlechter nicht gleich behandelt werden sollten oder dass ein Geschlecht besser als das andere ist. Wenn Sie dies tun, kann es passieren, dass Ihr Kind unbewusst anfängt, ein biologisches Geschlecht als dem anderen überlegen zu betrachten und eine innere Voreingenommenheit gegenüber einem der biologischen Geschlechter zu entwickeln. Wenn Sie der Meinung sind, dass das Entwicklungs- und Verständnisniveau Ihres Kindes den Punkt erreicht hat, an dem es in der Lage ist, die Gleichstellung der Geschlechter zu verstehen, können Sie auch dessen



Co-funded by  
the European Union

Relevanz näher erläutern. Sie können zum Beispiel Sexismus und Feminismus grob erklären. Wenn Sie der Meinung sind, dass dies nicht der Fall ist, reicht es aus, wenn Sie vermeiden, eine unbewusste Voreingenommenheit in der am Anfang des Absatzes beschriebenen Weise zu erzeugen.

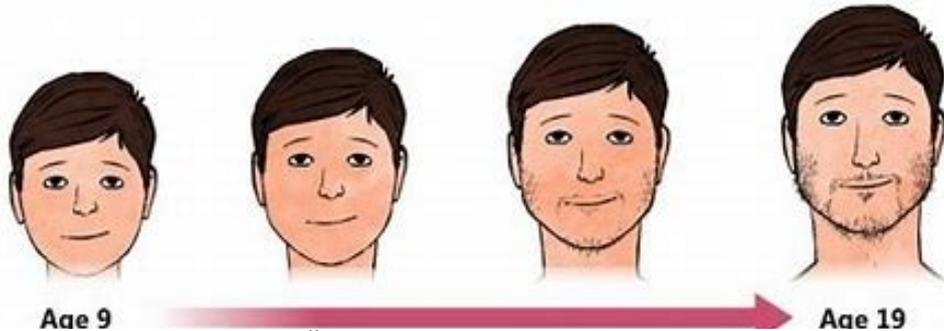
### **Untereinheit 5: Erkennt körperliche Veränderungen während der Adoleszenz und Pubertät**

Wenn Ihr Kind älter wird, erreicht es die Pubertät. Das Alter, in dem die Pubertät beginnt, unterscheidet sich zwischen den biologischen Geschlechtern. Kinder, deren biologisches Geschlecht weiblich ist, beginnen die Pubertät im Durchschnitt im Alter von 11 Jahren; Kinder, deren biologisches Geschlecht männlich ist, beginnen die Pubertät im Durchschnitt im Alter von 12 Jahren. Die Pubertät wird durch einen Anstieg der Hormonproduktion bei Kindern verursacht. Dies führt zu Verhaltensänderungen wie Stimmungsschwankungen und gesteigertem Sexualtrieb, aber auch zu körperlichen Veränderungen wie Wachstumsschüben, Veränderungen der Stimme, der Beginn der Menstruation (findet im Durchschnitt zwischen dem 12. und 13. Lebensjahr statt), der ersten Ejakulation (findet im Durchschnitt im Alter von 13 Jahren statt), das Wachstum der Körperbehaarung, usw.

Um zu verhindern, dass diese Veränderungen Ihr Kind überfordern, ist es wichtig, ihm beizubringen, welche Veränderungen sein Körper erfahren wird. Bei der Erläuterung sollten Sie nicht nur die Veränderungen berücksichtigen, die Menschen mit ihrem biologischen Geschlecht durchmachen, sondern auch die Veränderungen, die Menschen mit dem anderen biologischen Geschlecht erleben werden.

Um Ihrem Kind die Veränderungen während der Pubertät beizubringen, können Sie Lernkarten erstellen. Auf einigen Karteikarten sollte der Name der Veränderung und auf anderen eine kurze und einfache Definition der Veränderung stehen. Der Name der Veränderung könnte beispielsweise „Wachstum der Körperbehaarung“ lauten und die Definition könnte lauten: „An verschiedenen Stellen des Körpers beginnen Haare zu wachsen. Bei jedem wachsen Haare in der Achselhöhle, an den Beinen und Armen sowie im Genitalbereich. Bei Männern wachsen sie auch im Gesicht, um einen Bart zu bilden, und auf der Brust. Bei Frauen wachsen sie nicht im Gesicht.“ Sie können den Definitionen auch Bilder hinzufügen. In diesem Fall könnten Sie beispielsweise das folgende Bild als Beispiel für den Gesichtshaarwuchs bei Männern einbinden:

Die von  
Ihnen  
erstellten



Karteikarten sollten folgende Änderungen beinhalten, die während der Pubertät stattfinden:

- Wachstumsschübe.
- Wachstum der Körperbehaarung.
- Wachstum der Genitalien.
- Ejakulation.
- vermehrtes Schwitzen.
- erhöhte Muskelmasse.
- Änderungen der Stimme.
- Akne.
- Stimmungsschwankungen.
- Wachstum der Brüste.
- Wachstum der Hüften.
- Menstruation.
- Wachstum der Gesichtsbehaarung.

Um die Unterschiede in der Pubertät zwischen den beiden biologischen Geschlechtern zu vermitteln, können Sie drei größere Lernkarten erstellen. Auf einem sollte das Wort „männlich“, auf einem das Wort „weiblich“ und auf einem das Wort „beide“ stehen. Anschließend können Sie die von Ihnen erstellten Karteikarten mit den Namen der Veränderungen in der Pubertät zu den größeren Karteikarten sortieren, je nachdem, ob die Änderungen nur bei Menschen mit weiblichem biologischem Geschlecht, bei Menschen mit männlichen biologischem Geschlecht oder bei allen Menschen auftreten. Die Lernkarten sollten wie folgt sortiert werden:

- Männlich: Wachstum der Genitalien, Ejakulation, erhöhte Muskelmasse, Veränderungen der Stimme, Wachstum der Gesichtsbehaarung.
- Weiblich: Wachstum der Brüste, Wachstum der Hüften, Menstruation.

- Beides: Wachstumsschübe (erklären Sie, dass Männer normalerweise mehr wachsen), Wachstum der Körperbehaarung (erklären Sie hier die Unterschiede), vermehrtes Schwitzen, Akne, Stimmungsschwankungen.

Neben den Veränderungen, die der Körper während der Pubertät erfährt, sollten Sie auch die persönliche Hygiene erläutern. Diese beinhaltet:

- regelmäßiges Duschen wegen des vermehrten Schwitzens.
- die Verwendung von Deodorant wegen des vermehrten Schwitzens.
- das Tragen von sauberen Socken und Unterwäsche wegen des vermehrten Schwitzens.
- die Verwendung und Entsorgung von Binden, Tampons und anderen Produkten für die Menstruation.
- das Rasieren, einschließlich der Rasur der Gesichts- und Körperhaare (sofern gewünscht).

Versuchen Sie, möglichst viele Möglichkeiten der persönlichen Hygiene praktisch vorzuführen und nicht nur die Theorie dahinter zu erklären.

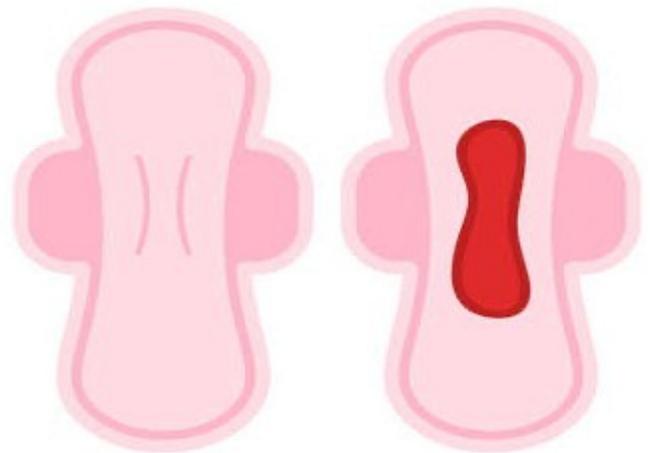
Zur Erläuterung der Körperhygiene können Sie folgende Bilder nutzen:





Co-funded by  
the European Union





**Untereinheit 6: Kennt sexuelle Verhaltensweisen**

Menschen mit Behinderungen fällt es oft schwer, andere Menschen zu verstehen, sei es ihre Gefühle, ihre Absichten oder ihre Implikationen, wenn sie etwas sagen. Aus diesem Grund verstehen sie sexuell implizite Verhaltensweisen oft nicht. Dies ist problematisch, da sie dann oft auch nicht verstehen, ob sexuelles Verhalten missbräuchlich und/oder manipulativ ist oder nicht. Sie verstehen auch oft nicht, in welchen Situationen welche sexuelle Verhaltensweisen angemessen sind.

1. Verhaltensweisen verstehen, die missbräuchlich oder manipulativ sind  
Menschen mit Behinderungen sind stärker von Missbrauch betroffen als Menschen ohne Behinderungen. Tatsächlich ist die Wahrscheinlichkeit, dass Kinder mit Behinderungen Vernachlässigung und/oder sexuellem, körperlichem oder geistigem Missbrauch ausgesetzt sind, dreimal so hoch wie bei Kindern ohne Behinderung (siehe Referenz 9). Das liegt daran, dass sie als schwach gelten und daher leichter zu missbrauchen und zu manipulieren sind als Menschen ohne Behinderungen. Missbräuchliches oder manipulatives Verhalten kann körperlichen Kontakt umfassen oder nicht. Es ist wichtig, dass Sie Ihr Kind über beide Verhaltensweisen informieren und ihm Beispiele geben, damit es lernt, welche Verhaltensweisen missbräuchlich oder manipulativ sind. Bringen Sie ihnen bei, sich dieser Verhaltensweisen bewusst zu sein und es jemandem zu sagen, dem sie vertrauen, sobald sie solche Verhaltensweisen bemerken.

Die folgenden Beispiele sind Beispiele für explizites sexuelles Verhalten mit körperlichem Kontakt:

- Eine Person ohne ihre Zustimmung zu berühren.
- Umarmen, Küssen und Berühren einer Person zum persönlichen sexuellen Vergnügen.
- Vergewaltigung oder versuchte Vergewaltigung. Heben Sie noch einmal die Bedeutung der Einwilligung hervor.

Die folgenden Beispiele sind Beispiele für explizites sexuelles Verhalten, das keinen körperlichen Kontakt beinhaltet:

- Der (konsequente) Versuch, mit einer Person zu flirten. Erklären Sie, dass Menschen sich beim Flirten versuchen zu zeigen, dass sie an einer anderen Person sexuell interessiert sind. Nennen Sie Beispiele für Flirten wie wiederholtes Berühren, Zwinkern, Übertreiben sowie ständige Komplimente.
- Das Bitten um ein Bild einer Person und/oder der Genitalien einer Person. Erklären Sie, dass sie das Bild zum persönlichen Vergnügen verwendet wird und es möglicherweise an andere Menschen weitergegeben wird. Sagen Sie Ihrem Kind außerdem, dass dies häufig online passiert und dass es jemandem, dem es vertraut, Bescheid geben sollte, wenn es eine solche Nachricht erhält.

- Eine Person zwingen, Sex zu beobachten.
- Ständiger Blick auf die Genitalien einer Person.
- Nicht nachgeben und sich nicht weiter von der Person entfernen, wenn man sie dazu auffordert.

2. Verstehen, welche sexuelle Verhaltensweisen in der Öffentlichkeit ausgeübt werden können

Es ist wichtig, Ihrem Kind beizubringen, dass nicht alle sexuelle Verhaltensweisen, auch wenn sie einvernehmlich sind, in der Öffentlichkeit erfolgen sollten, da dies für andere unangenehm sein kann. Nennen Sie Beispiele dafür, was in der Öffentlichkeit getan werden kann und was nicht. Beispielsweise werden kurze Küsse in der Öffentlichkeit akzeptiert, längere Küsse jedoch nicht.

### ***In Ordnung oder nicht in Ordnung?***

Damit Ihr Kind sexuell explizite Verhaltensweisen besser versteht, können Sie gemeinsam die folgenden Szenarien durchgehen. Sie können dies auf unterschiedliche Weise tun. Entweder können Sie die Szenarien im Rollenspiel spielen, oder Sie können Ihrem Kind die Situation erzählen und es fragen, ob es das Verhalten für in Ordnung oder nicht in Ordnung hält, oder Sie können Ihrem Kind direkt sagen, ob das Verhalten in Ordnung ist oder nicht. Dies hängt davon ab, wie Sie das Entwicklungs- und Verständnisniveau Ihres Kindes einschätzen und wie Ihr Kind Sachen am besten versteht.

1. Sam und Michelle gehen Händchen haltend durch einen Park.

In Ordnung oder nicht in Ordnung?

Das ist in Ordnung: Händchenhalten und Küssen ist im Park erlaubt. Natürlich darf es nicht störend sein.

Nicht in Ordnung: Händchenhalten und Küssen sind im Unterricht oder bei der Arbeit nicht in Ordnung.

2. Gunther und Sarah sind im Kino und wollen Sex haben, während der Film läuft.

In Ordnung oder nicht in Ordnung?

Nicht in Ordnung: Wenn sie Sex haben wollen, sollten sie dies an einem privaten Ort tun, damit sie niemanden stören. Sie sollten zu Gunther oder Sarah nach Hause gehen und es in ihren Zimmern tun.

3. Sophies Betreuer kommt in ihr Zimmer und möchte, dass sie ihr Hemd auszieht, damit er Fotos von ihr machen kann.

In Ordnung oder nicht in Ordnung?

Nicht in Ordnung: Kein Betreuer ist es gestattet, Fotos von deinem sexuellen Körperteilen zu machen. Du solltest es jemandem sagen, dem du vertraust, etwa einem Elternteil, einem Lehrer oder einem Berater.

4. Tom und Stella sind ein Paar und verliebt. Stella möchte Sex mit Tom haben, aber Tom möchte keinen Sex mit Stella haben.

In Ordnung oder nicht in Ordnung?

Stella sollte Tom nicht zwingen, Sex mit ihr zu haben. Sie sollte auch nicht versuchen, Tom zum Sex mit ihr zu überreden. Sie sollte Tom kein schlechtes Gewissen machen, weil er keinen Sex haben wollte. Stella sollte akzeptieren, dass Tom keinen Sex mit ihr haben will.

Sie sollten offen darüber sprechen, was sie tun möchten, und etwas finden, das beide tun möchten, zum Beispiel Kuscheln.

5. Harrys Onkel möchte Harrys Genitalien berühren.

In Ordnung oder nicht in Ordnung?

Nicht in Ordnung: Niemand aus Harrys Familie sollte Harrys Genitalien berühren dürfen, es sei denn, es liegt ein medizinisches Problem vor. Harry sollte jemandem, dem er vertraut, davon erzählen. Er kann es zum Beispiel seinem Lehrer, seinen Eltern oder einem Berater sagen.

6. Anne und Lara wollen Sex miteinander haben. Sie sind in Annes Zimmer.

In Ordnung oder nicht in Ordnung?

In Ordnung: Anne und Lara befinden sich in einem privaten Raum; sie können also Sex haben. Es ist auch kein Problem, dass sie zwei Frauen sind. Auch zwei Frauen können Sex haben.

Bei der Diskussion dieser Szenarien ist es wichtig, dass Sie Ruhe bewahren und keines der Szenarios beurteilen.

## Referenzen



Co-funded by  
the European Union

- [Die einzigartigen Herausforderungen beim Körperbild im Zusammenhang mit Behinderung \(verywellhealth.com\)](http://verywellhealth.com)
- [5 Dinge, die Sie über Menschen mit Behinderungen wissen sollten | Vereinte Nationen](#)
- Studie in Israel: [Der Mensch im behinderten Körper: eine Perspektive auf Kultur und Persönlichkeit von den Rändern – PMC \(nih.gov\)](#)
- Studie: Menschen mit geistiger Behinderung und Körperwahrnehmung: [Erforschung der Körperwahrnehmung und Körperunzufriedenheit bei jungen Erwachsenen mit geistiger Behinderung – ScienceDirect](#)
- [Körperbild, Essstörungen und Menschen mit Behinderungen – Nachrichten – Illinois State](#)
- [Hängen Ihre geistige Gesundheit und Ihr Sexualleben zusammen? \(whiteswanfoundation.org\)](http://whiteswanfoundation.org)
- Studie zur Bedeutung der Sexualerziehung: [Drei Jahrzehnte Forschung: Argumente für eine umfassende Sexualerziehung – ScienceDirect](#)
- Körperbewusstsein und -erkennung: [Körperbewusstsein: Was es bedeutet und wie man es entwickelt – BetterMe](#)
- [Studie zu Gewalt gegen Menschen mit Behinderungen: Laut weltweiter Studie werden fast ein Drittel der behinderten Kinder und Jugendlichen misshandelt | Kinder | Der Wächter](#)



Co-funded by  
the European Union

# „PASSION FOR INCLUSION (P4I)“

**2021-1-DE02-KA220-ADU-000035138**

## *Unterrichtsmodul 2:*

**E-KURS- MODUL ZUR ERKENNUNG UND WAHRNEHMUNG VON  
EMOTIONEN**

***Entwickelt von:***

**ARSU ACADEMY FOR LIFELONG LEARNING AND DEVELOPMENT  
GERMANY e.V.**





Co-funded by  
the European Union

## Inhalt

Zusammenfassung des Moduls	93
Untereinheit 1: erkennt Gefühle und bewältigt Aggression	94
Untereinheit 2: weiß, dass sexuelle Gefühle normal und Sexualität etwas besonderes sind	98
Untereinheit 3: kennt sexuelle Verhaltensweisen und sozial inakzeptable Verhaltensweisen	100
Untereinheit 4: weiß über emotionalen Missbrauch	102
Verweise	105

## ZUSAMMENFASSUNG DES MODULS

In diesem Modul haben Eltern von Menschen mit Behinderung die Möglichkeit, etwas über das Erkennen von Emotionen zu lernen und Aggressionsmanagement sowie über Situationen, in denen sexuelle Gefühle normal sind. Es wird auf die Bedeutung der persönlichen Sexualität eingegangen und es werden praktische Informationen zum Umgang mit sexuellen Verhaltensweisen bereitgestellt, die nicht den sozialen Normen entsprechen und gesellschaftlich inakzeptabel sind.

Darüber hinaus wird die körperliche, emotionale, soziale und geistige Entwicklung des Einzelnen gefördert.

Ziel dieses Moduls ist es, Familien ein umfassendes Verständnis dieser Themen zu vermitteln und ihnen praktische und nützliche Informationen zu geben, um das Wachstum und die Entwicklung ihrer Kinder in allen Schlüsselbereichen ihres Lebens wirksam zu unterstützen.

## ZIELE

### Am Ende dieses Moduls werden die Teilnehmenden:

- F) ihre Gefühle zu erkennen und Aggressionen zu bewältigen können.
- G) wissen, dass sexuelle Gefühle normal und Sexualität etwas Besonderes sind.
- H) sexuelle Verhaltensweisen und sozial inakzeptable Verhaltensweisen kennen.
- I) die körperliche, emotionale, soziale und geistige Entwicklung ihrer Kinder unterstützen können.

## LERNUNTEREINHEITEN

**Untereinheit 1**     **Erkennt Gefühle und kann mit Aggressionen umgehen**



**Untereinheit 2**     **Weiß, dass sexuelle Gefühle normal und Sexualität etwas Besonderes sind**

**Untereinheit 3**     **Kennt sexuelle Verhaltensweisen und sozial inakzeptable Verhaltensweisen**

**Untereinheit 4**     **Weiß über emotionalen Missbrauch**



Co-funded by  
the European Union

## **Untereinheit 1: Erkennt Gefühle und bewältigt Aggressionen**

Manchmal kann das Verhalten eines Kindes mit geistiger Behinderung gegenüber seinen Eltern, Betreuern oder Gleichaltrigen gewalttätig sein. Es kann zu Angriffen oder Schlägereien kommen und das Kind versteht möglicherweise nicht das Ausmaß seines Verhaltens. Es besteht nicht nur die Möglichkeit körperlich aggressiven Verhaltens, sondern auch verbaler Aggressionen.

Offt ist das aggressive Verhalten des Kindes eine direkte Widerspiegelung des aggressiven Verhaltens, das es selbst bei anderen beobachtet hat. In diesem Fall spiegelt das Kind das negative Verhalten seiner Eltern oder älterer Kinder in der Schule in Form von körperlicher, verbaler oder psychischer Aggression wider.

Es ist wichtig zu beachten, dass das aggressive Verhalten von Kindern mit Behinderung und Kindern ohne Behinderung oft ähnlich ist. Dies ist auf ähnliche äußere Faktoren zurückzuführen, die zu dem manchmal bei Heranwachsenden beobachtet emotional-unbeständigen Verhalten führen, bei dem Handlungen durch unmittelbare Wünsche reguliert werden, wie beispielsweise den Wunsch nach unmittelbarer Befriedigung egoistischer Bedürfnisse.

Der Unterschied zwischen dem aggressiven Verhalten von Kindern mit einer geistigen Behinderung und Kindern ohne geistige Behinderung sind die internen Faktoren. Dazu gehören der Grad der geistigen Behinderung, in einigen Fällen das psychasthenische Syndrom, der Grad des kritischen Denkens, die Erziehung des Heranwachsenden sowie das Temperament und die Form der Oligophrenie. Diese internen Faktoren schaffen einen negativen Hintergrund, der die Person mit geistiger Behinderung besonders anfällig für die negativen Faktoren der externen Umgebung macht. So kann das aggressive Verhalten eine Manifestation der Fehlanpassung des Kindes an das soziale Umfeld sein.

Aggressives Verhalten zeigt sich besonders im Alter von 11 bis 14 Jahren. Das Hauptanzeichen für Aggression bei Kindern ist der Wunsch, ein anderes Kind zu schlagen, es zu beschimpfen oder ihm das Spielzeug wegzunehmen. Kinder mit aggressivem Verhalten provozieren oft andere Kinder zum Streit, was dann Erwachsene verärgert. Aggressive Kinder sind oft „wählerisch“ und schwer

ansprechbar. Sie geben ihre Fehler selten zu, weigern sich, Regeln zu befolgen, und sind teilweise auch rachsüchtig. Ein weiteres Zeichen von Aggression bei einem Kind ist eine wütende Reaktion auf andere, denen das Verhalten des Kindes nicht gefällt.

Eine frühe Geschlechtsreife kann eine Ursache für aggressives Verhalten und Schwierigkeiten beim Erkennen der eigenen Gefühle sein.

Die frühe Geschlechtsreife bei Kinder, dessen biologisches Geschlecht männlich ist, kann aufgrund der Hormonschwankungen, die sie beeinflussen, mit einer erhöhten Aggression einhergehen. Da sie älter erscheinen als ihre Altersgenossen, sind sie möglicherweise einem stärkeren sozialen Druck ausgesetzt, sich an die Normen der Erwachsenen anzupassen. Die Gesellschaft betrachtet sie möglicherweise als emotional entwickelter, auch wenn ihre kognitive und soziale Entwicklung möglicherweise hinter ihrem Aussehen zurückbleibt. Untersuchungen haben gezeigt, dass sie eher sexuell aktiv sind und sich riskanter verhalten.

Bei Kinder, dessen biologisches Geschlecht weiblich ist, kann die frühe Reifung manchmal zu einen erhöhten Selbstzweifel führen. Sie können durch die frühe Entwicklung ihres Körpers unsicherer und abhängiger werden. Infolgedessen entwickeln sie häufiger Essstörungen (z. B. Anorexia nervosa) als Gleichaltrige. Darüber hinaus müssen sie möglicherweise mit sexuellen Annäherungsversuchen von älteren Menschen des anderen biologischen Geschlechts klarkommen, bevor sie emotional und geistig reif sind (Sujita, Ananya et al., 2015)

Die Kommunikation zwischen Eltern, Lehrkräften und den Menschen mit Behinderungen sollte effektiv funktionieren, damit die Menschen die Beratung und Informationen erhalten, die sie benötigen, und aggressives Verhalten unterbunden wird.

### **Aktivität 1:**

**Eltern sollten mit ihren Kindern nicht so über Sexualität, als ob es eine Unterrichtsstunde wäre, sondern als wären sie ein Freund ihres Kindes. Einige der Themen, über die Sie sprechen können, sind:**

4. mit den Genitalien spielen.
5. der Wunsch, eine andere Person auf die Lippen zu küssen.

6. der Wunsch, die Brüste oder den Genitalbereich einer anderen Person zu berühren.
7. der Wunsch, das andere Geschlecht zu umarmen .
8. der Wunsch, jemand anderem beim An- und Ausziehen zuzusehen .
9. das mangelnde Interesse am anderen Geschlecht.
10. der Wunsch, häufig und in jeder Umgebung zu masturbieren.
11. der Wunsch, ein Mädchen zu sein, wenn sie biologisch ein Junge sind, und ein Junge zu sein, wenn sie biologisch ein Mädchen sind.

### **Aktivität 2:**

**Sie können mit Ihren Kindern ausführlich über „aggressives Verhalten“ sprechen, indem Sie ihnen die folgenden Fragen stellen und ihnen Beispiele nennen, ohne es zu personalisieren:**

11. Warum ist eine Person aggressiv?
12. Warum bin ich aggressiv?
13. Welchen Schaden fügen wir uns selbst zu, wenn wir aggressiv sind?
14. Welchen Schaden füge ich anderen zu, wenn ich aggressiv bin?
15. Wer ist mir gegenüber aggressiv?
16. Werde ich aggressiv, um mich zu schützen?
17. Wen sehe ich in meinem Leben als aggressiv an?
18. Wer ist mir gegenüber aggressiv?
19. Was soll ich tun, wenn ich aggressiv bin?

### **Ratschläge für die Familie**

- Wenn Sie Anzeichen von Aggression bei Ihrem Kind bemerken oder bemerken, dass Ihr Kind Schwierigkeiten hat, seine Gefühle zu erkennen, beginnen Sie sofort ein Gespräch mit der Lehrkraft und suchen Sie nach der Ursache des Problems, indem Sie sich an einen Beratungsspezialisten wenden.
- Akzeptieren Sie Ihr Kind so, wie es ist. Es zu zwingen, sein wahres Selbst vor der Gesellschaft zu verbergen, wird das Problem nicht lösen, auch wenn es sich bei dem Problem um aggressives Verhalten handelt.
- Seien Sie nicht übermäßig beschützerisch und versuchen Sie nicht, die Gefühle Ihres Kindes zu kontrollieren. Dies verringert das Selbstvertrauen des

Kindes und kann dazu führen, dass es seine Gefühle auf andere Weise ausdrückt, beispielsweise durch aggressives Verhalten.

- Kommunizieren Sie klar und deutlich mit Ihrem Kind. Nur dann kann Ihr Kind verstehen, ob sein Verhalten akzeptabel ist oder nicht, und nur dann kann es das Konzept von Sexualität und Aggressivität verstehen.
- Seien Sie konsequent in Ihren Ratschlägen und den von Ihnen festgelegten Regeln. Das bedeutet, dass auch Sie als Eltern die Regeln und Ratschläge befolgen sollten, um zu verhindern, dass Ihr Kind negatives Verhalten widerspiegelt, das Sie ihm zeigen. So können Sie bei Ihrem Kind ein stabiles Verhalten entwickeln.
- Vermeiden Sie Drohungen. Das Drohen hat viele negative Auswirkungen auf Kinder. Wenn es zu viel getan wird, kümmern sich die Kinder nicht mehr um ihr Verhalten.

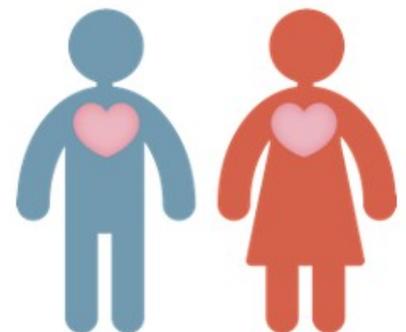
### Was können Sie von Lehrkräften erwarten?

Die Lehrkräfte sollten mit Ihnen zusammenarbeiten: Falls die Lehrkräfte Ihres Kindes sich nicht dazu bereit zeigen, mit Ihnen zusammenzuarbeiten, können Sie die Zusammenarbeit initiieren indem Sie, zum Beispiel, sie ansprechen und fragen, was Ihr Kind schon über das Erkennen seiner Gefühle und das Erkennen von Aggressivität gelernt hat, und was es noch lernen muss.

Sie sollten ihren Unterrichtsstil an die Bedürfnisse Ihres Kindes anpassen und Ihrem Kind die Möglichkeit geben, sich auszudrücken.

### Lernen über Liebe

Was das Wissen über Gefühle betrifft, haben Menschen mit geistiger Behinderung vielleicht eine Vorstellung davon, was Liebe ist, ihr Verständnis ist jedoch etwas begrenzt. Meistens verwechseln sie Aufmerksamkeit und Fürsorge mit Liebe und können diese Gefühle selbst zeigen. Sie fühlen sich auch an das Objekt gebunden, das sie „lieben“, und sind ihm gegenüber sehr loyal. Das Problem besteht darin, dass sie äußerst fragil sind, nicht in der Lage sind, Beziehungen zu analysieren und nicht reflektieren und





**Co-funded by  
the European Union**

Schlussfolgerungen ziehen können. Darüber hinaus fällt es vielen sehr schwer, den Bruch von Beziehungen, Eifersucht, Hass, usw. zu erleben. Das liegt daran, dass sie sich selbst und ihre Gefühle nicht analysieren können, in dieser Hinsicht nicht an sich selbst arbeiten, keine Prioritäten setzen können, nicht vergeben können und den anderen oft eher als Eigentumsgegenstand als als Person betrachten.

Aus diesem Grund ist es sehr wichtig, Menschen mit geistiger Behinderung Gefühle beizubringen, mit besonderem Augenmerk auf Gefühle im Zusammenhang mit Sexualität, damit sie diese erkennen können.

## **Untereinheit 2: Weiß, dass sexuelle Gefühle normal und Sexualität etwas Besonderes sind**

Der erste Aspekt der Sexualität, der Kindern auffällt, sind die körperlichen Unterschiede im Zusammenhang mit dem Geschlecht. Die ersten Fragen zum Thema Sexualität von Kindern lauten meist etwa: „Warum haben Väter Bärte?“, „Warum tragen Väter keine Röcke?“, „Warum haben Mädchen keine Penisse?“ Dies ist das erste Mal, dass Eltern auch ein bewusstes Verhalten in Bezug auf das Geschlecht zeigen. Bis zu diesem Moment können wir sagen, dass die Sexualerziehung gewissermaßen im Verborgenen bleibt und nicht an die Oberfläche kommt. Wenn das Kind von gleichaltrigen Geschwistern, Verwandten oder Nachbarn umgeben ist, kann es früher Fragen zu sexuellen Themen stellen. Tatsächlich ist der wichtigste Aspekt bei sexuellen Fragen in jedem Alter die Einstellung der Eltern bei der Beantwortung der Fragen. Es ist absolut notwendig, das Kind nicht zu beschämen, zu schimpfen oder zum Schweigen zu bringen. Wenn Eltern sich auf diese Weise verhalten, könnte es sein, dass ihr Kind auf die Idee kommt, dass diese Fragen nicht gestellt werden sollten, und möglicherweise Antworten von anderen Menschen einholt oder auf Überwachung oder Experimente zurückgreift. Das bedeutet, dass die Sexualerziehung dann außerhalb der Kontrolle der Eltern liegt und in gewisser Weise in eine Richtung geht, die wir nicht wollen. Allerdings möchte jede Familie ihren Kindern Sexualerziehung entsprechend ihrer eigenen Familienstruktur und -kultur ermöglichen.

Bei der Analyse der sexuellen Entwicklung von Kindern und Jugendlichen mit geistiger Behinderung sollte ihr Entwicklungsstand und nicht ihr Kalenderalter berücksichtigt werden. Bei einer solchen Analyse wird deutlich, dass viele Situationen, die für Eltern oder Erziehende ein Problem zu sein scheinen, kein Problem sind. Beispielsweise kann ein junger Mensch, dessen Kalenderalter 15 Jahre beträgt, dessen intellektuelles Niveau jedoch sechs Jahre beträgt, Fragen zu Geschlechtsorganen, Brüsten und zur Geburt von Babys stellen. Bei diesen Fragen handelt es sich um normale Fragen, die für das geistige Niveau eines Sechsjährigen erwartet werden. Diese Kinder sollten Bildung und Antworten erhalten, die ihrem Entwicklungsstand entsprechen.

### **Sexueller Selbstausdruck**

Das Recht auf sexuellen Selbstausdruck ist ein wichtiges Menschenrecht, unabhängig von Alter, Geschlecht oder Entwicklungsstand. Allerdings wurde in der Vergangenheit die Notwendigkeit eines Sexuallebens für Menschen mit geistiger Behinderung geleugnet. Daher sind die Hürden und Probleme von Menschen mit Behinderungen im Zusammenhang mit einer gesunden Sexualität vielfältig und groß.



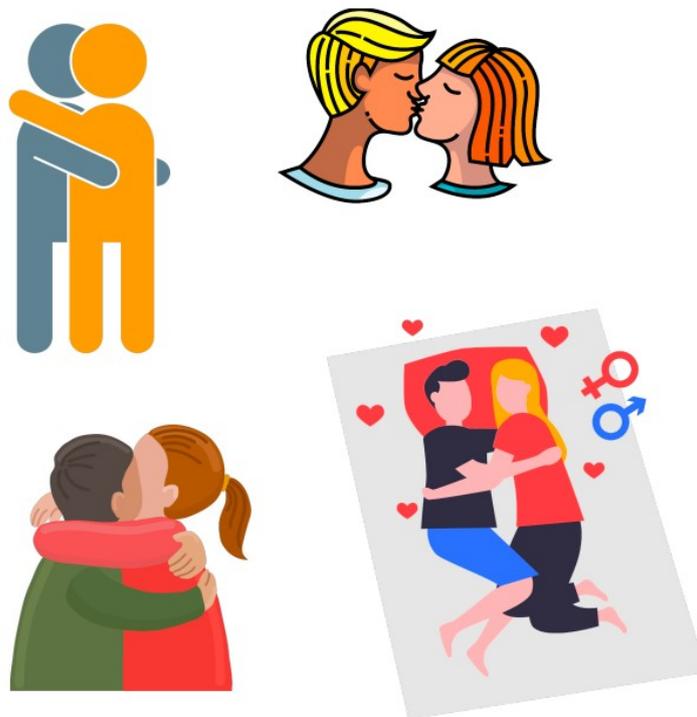
Familienangehörige von Menschen mit Behinderungen spielen häufig eine Rolle bei der Einschränkung des Rechts auf sexuelle Selbstentfaltung der Kinder mit Behinderungen. Dies liegt daran, dass die Familie das Kind mit Behinderung im Allgemeinen als eine Person betrachtet, die aufgrund ihrer Behinderung ein Leben lang von ihr beschützt werden muss, weshalb sie das Sexualleben des Kindes und die Möglichkeit einer ungewollten Schwangerschaft fürchtet. Ihr Wunsch, ihr Kind zu schützen, führt dazu, dass sie die Sexualität und das Sexualleben des Kindes einschränken.

Aufgrund des Anstiegs des Hormonspiegels während der Pubertät verspüren Jugendliche mit Behinderungen jedoch sexuelles Verlangen, Erregung, sexuelle Impulse, sexuelle Fantasien und Neugier auf ihre Sexualität. Menschen mit geistiger Behinderung, die Hilfe beim Verständnis ihrer Sexualität benötigen, sollten die Möglichkeit erhalten, die Komplexität ihrer Sexualität zu verstehen, ihre Sexualität zu erforschen, ihre Sexualität positiv auszudrücken und ihre Sexualität auf gesunde

Weise zu leben, wie alle Menschen ohne Behinderungen. Die Einschränkungen, die sie durch ihre Familien erfahren, verhindern dies.

### Untereinheit 3: Kennt sexuelle Verhaltensweisen und sozial inakzeptable Verhaltensweisen

Es wird allgemein angenommen, dass Kinder mit geistiger Behinderung mehr sexuelles Interesse und sexuelles Verhalten haben als ihre Altersgenossen. Allerdings werden diese Kinder als solche wahrgenommen, weil sie nicht wissen, wo, wann und in welchen Situationen sexuelles Verhalten angebracht ist oder nicht, das heißt, sie können ihr sexuelles Verhalten nicht kontrollieren (Brkić-Jovanović et.al., 2021).



Der Sexualtrieb ist instinktiv. Es tritt bei Individuen in bestimmten Stadien ihrer Entwicklung auf. Die Pubertät ist die Zeit, in der die sexuellen Impulse am höchsten sind.



**Co-funded by  
the European Union**

Menschen mit geistiger Behinderung haben auch sexuelle Impulse und diese Bedürfnisse beginnen in der Kindheit und halten bis ins hohe Alter an.

Die Hauptfunktion der Sexualität besteht darin, die biologische Fortpflanzung zu ermöglichen und den Menschen die Möglichkeit zu geben, Kinder zu bekommen. Es stellt die Funktionsweise und Mechanik des Geschlechtsverkehrs und des sexuellen Verhaltens dar. Die sexuelle Funktion des Einzelnen wird durch die Blutkreislaufsysteme des Körpers, das Nervensystem und Hormone unter Mitwirkung der Muskeln reguliert.

Sexualität ist ein integraler Bestandteil des Lebens. Sexualität hat körperliche, emotionale, soziale und moralische Dimensionen. Der Mensch behält sein ganzes Leben lang seine Sexualität bei, was das Leben bunter, angenehmer und unterhaltsamer macht.

Damit Sexualität zu einem körperliches und geistiges befriedigendes Erlebnis wird, müssen positive Emotionen wie das Zeigen von Liebe und Respekt, das Wahrnehmen der Liebe, die man sich selbst entgegenbringt, und Selbstvertrauen erlangt werden. Darüber hinaus sollte es keine negativen Gefühle geben, die Sexualität als „schlecht“ und Geschlechtsorgane als „schmutzig“ ansehen. Nur so kann die Person ihre Sexualität bequem ausdrücken und die lustvollen Aspekte sexueller Reize wahrnehmen.

Darüber hinaus muss die Person lernen, in welchem Kontext welche Verhaltensweisen sozial angemessen sind und welche nicht. Positive oder negative Emotionen und Verhaltensweisen in der Sexualität entstehen durch das, was man als Kind gelernt, gefühlt und erlebt hat. Daher ist eine frühzeitige Aufklärung über sexuelles Verhalten von entscheidender Bedeutung. Das Erlernen sexueller Verhaltensweisen verhindert, dass das Kind sozial isoliert wird, da es sich nicht auf eine Weise verhält, die sozial inakzeptabel ist.

Um Ihrem Kind den Unterschied zwischen akzeptierten und nicht akzeptierten sexuellen Verhaltensweisen beizubringen, können Sie ihm Beispiele für beide geben. Tun Sie dies, ohne das Konzept der Sexualität in einem negativen Licht darzustellen, um Ihr Kind zu ermutigen, seine Gefühle und Wünsche voll auszuleben, solange sie weder anderen noch sich selbst schaden.

## Untereinheit 4: Weiß über emotionalen Missbrauch

Emotionaler Missbrauch, auch psychischer Missbrauch genannt, umfasst Zurückhaltung, Demütigung, Spott, Drohungen, Einschüchterung, Vernachlässigung, Diskriminierung, Ablehnung und andere Formen nicht-physischen Missbrauchs, der sich gegen das Kind richtet. Dazu gehören auch Beleidigungen, ständiges Fluchen, Drohungen, Isolation und Ablehnung. Jede dieser Arten von Gewalt gegen Mädchen oder Jungen aufgrund ihres biologischen Geschlechts oder ihrer Geschlechtsidentität kann auch geschlechtsspezifische Gewalt sein.

Emotionaler Missbrauch ist ein ernst zu nehmendes Problem, auch wenn körperliche Gewalt nicht dazu gehört.

### Symptome des emotionalen Missbrauchs

Wenn ein Kind Opfer emotionaler Gewalt wird, können bestimmte Verhaltensmerkmale auffallen. Folgende Symptome können beobachtet werden:

8. das Kind wird ängstlich und unruhig.
9. das Kind verliert den Appetit.
10. das Kind wirkt deprimiert oder scheint nicht mehr so glücklich zu sein wie zuvor.
11. Abnahme des Selbstwertgefühls.
12. das Kind meidet Gleichaltrige und Erwachsene: Das Kind meidet möglicherweise Gleichaltrige und Erwachsene und zieht sich von ihnen zurück .
13. eine aggressive Persönlichkeit.
14. Störungen im Schlafrhythmus des Kindes.
15. vernachlässigt die Schule und erhält schlechtere Noten.
16. Selbstmordversuch.
17. Nervöse Tics.
18. Fettleibigkeit.
19. emotionaler Missbrauch kann auch zu einer Anfälligkeit für verschiedene Krankheiten wie koronare Herzkrankheit, chronisches Müdigkeitssyndrom, Krebs, usw. führen .

## Häusliche Gewalt und Ratschläge für Eltern

Diese Empfehlungen können dazu beitragen, zu verhindern, dass ihr Kind emotionalen Missbrauch erleidet, da Eltern oft nicht bemerken, wenn ihre Erziehung falsch ist und negative Folgen hat.

- was für andere das Beste ist, ist nicht immer auch das Beste für Ihr Kind. Nicht alle Menschen sind gleich. Jeder Mensch verfügt über bestimmte Fähigkeiten und Kapazitäten.
- Vergleichen Sie Ihr Kind nicht mit anderen Kindern und geben Sie ihm nicht die Schuld, dass es etwas versäumt hat, was seine Klassenkameraden nicht versäumt haben.
- Drohen oder erpressen Sie Ihr Kind nicht. Andernfalls werden Sie nur Angst und Verlegenheit hervorrufen. Ihr Kind könnte denken, dass Sie es nicht mögen .
- Diskutieren Sie nicht vor Anderen mit Ihrem Kind, auch wenn es etwas falsch gemacht hat. Es ist besser, das Problem zu Hause zu besprechen, wo Sie den Grund für das Fehlverhalten Ihres Kindes in Ruhe herausfinden können. Sprechen Sie mit Ihrem Kind, wenn es sich schlecht benimmt, aber denken Sie daran, dass es für alles ein Maß geben sollte.
- Bestrafen Sie Ihr Kind nicht mit Vernachlässigung, Einschüchterung oder ähnlichen Maßnahmen.
- Versuchen Sie nicht, Ihr Kind so zu verändern, dass es in die Vision passt, die Sie für es haben. Lassen Sie es seine Interessen und Gefühle erkunden. Lassen Sie es die Person sein, die es ist.

## Emotionaler Missbrauch in der Schule

Ein Problem in der Schule ist, dass jedes Kind Opfer von Mobbing werden kann. Ihre Kinder können von dem Klassensprecher, aggressive Kinder, die nach einem Opfer suchen, um ihre Macht zu demonstrieren, oder Kinder, die im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit stehen wollen gemobbt werden.

Vertrauen zwischen einem Kind und seinen Eltern ist unerlässlich. Wenn ein Kind seinen Eltern vertraut, wird es immer mit ihnen über emotionalen Missbrauch sprechen und es kann eine Lösung gefunden werden. Wenn das Kind zurückhaltend ist und seinen Eltern nicht vertraut, ist die Situation umgekehrt. Das



Co-funded by  
the European Union

Kind teilt seine Sorgen und Probleme mit niemandem und das Mobbing geht weiter.

Hier sind einige Anzeichen dafür, dass Ihr Kind in der Schule gemobbt wird:

6. Das Kind möchte nicht zur Schule gehen.
7. Das Kind spricht nicht über seine Klassenkameraden.
8. Seine Sachen sind manchmal zerrissen oder schmutzig.
9. Das Kind kommt deprimiert nach der Schule nach Hause.

Was sollten Sie tun, wenn Ihr Kind in der Schule emotionalen Missbrauch erlebt?

Emotionaler Missbrauch von Kindern in der Schule ist ein Problem, das von den Eltern gemeinsam mit dem Klassenlehrer angegangen werden sollte. Die Lehrkraft weiß in der Regel, was im Klassenzimmer vor sich geht. Sie können auch mit den Eltern der Täter sprechen. Wenn das Kind schon seit längerer Zeit Opfer von Gewalt ist, besteht die beste Lösung darin, die Schule zu wechseln oder es vorübergehend zu Hause zu unterrichten. Wenn das Kind nicht die Schule wechseln möchte, sollten seine Eltern ihm einige Ratschläge zum Umgang mit Mobbing und Missbrauch geben:

1. Als Erstes muss man sagen, dass die Probleme bei den Kindern liegen, die mobben und nicht bei denen, die gemobbt werden .
2. Ein effektiver Weg, mit emotionalem Missbrauch umzugehen, besteht darin, den Tätern zu zeigen, dass ihre bösen Worte die Opfer nicht verletzen oder verärgern. Dies kann beispielsweise dadurch geschehen, dass das Opfer auf emotionalen Missbrauch mit Lachen reagiert, was nach einiger Zeit dazu führen kann, dass die Täter das Interesse an ihrem Opfer verlieren.

## Verweise

- [Die normale Entwicklung jugendlicher Sexualität verstehen: Eine holprige Fahrt – PMC \(nih.gov\)](#) Kar SK, Choudhury A, Singh AP. Die normale Entwicklung jugendlicher Sexualität verstehen: Eine holprige Fahrt. J Hum Reprod Sci. 2015 Apr-Jun;8(2):70-4. doi: 10.4103/0974-1208.158594. PMID: 26157296; PMCID: PMC4477452.
- [Sexualität erklärt – Better Health Channel](#)
- [Sex, Geschlecht und Sexualität | National Institutes of Health \(NIH\)](#)
- [Der Unterschied zwischen Sex, Gender und Sexualität erklärt – CNN](#)
- [Menschliche Fortpflanzung - Fortpflanzung - KS3 Biologie - BBC Bitesize - BBC Bitesize](#)
- Kumari V. [Emotionaler Missbrauch und Vernachlässigung: Zeit, sich auf Prävention und Folgen für die psychische Gesundheit zu konzentrieren.](#) Br J Psychiatrie. 2020;217(5):597-599. doi:10.1192/bjp.2020.154
- [6 Arten von Mobbing, über die Eltern Bescheid wissen sollten \(verywellfamily.com\)](#)
- [Was ist emotionaler Missbrauch und Dinge, die Sie wissen sollten | NSPCC](#)
- [9 Gründe, warum Sie Ihr Kind niemals mit anderen vergleichen sollten \(theasianparent.com\)](#)
- [Die normale Entwicklung jugendlicher Sexualität verstehen: Eine holprige Fahrt](#), Sujita Kumar Kar, Ananya Choudhury, Abhishek Pratap Singh, J Hum Reprod Sci. 2015 April-Juni; 8(2): 70–74. doi: 10.4103/0974-1208.158594) **PMCID: PMC4477452)**
- Nina Brkić-Jovanović, Vanja Runjo, Daniela Tamaš, Sanela Slavković, Vesela Milankov, "Persons with Intellectual Disability: Sexual Behaviour, Knowledge and Assertiveness", Sciendo, Jun 2021, PMCID: PMC8015653, PMID: [33822835](#), Persons with Intellectual Disability: Sexual Behaviour, Knowledge and Assertiveness - PMC (nih.gov)
- Ergenlik Dönemindeki Değişim ve Cinsel Eğitim - ppt indir (slideplayer.biz.tr)
- [DUYGUSAL GELİŞİM Duygu: Ansızın şiddet ve yoğunluk düzeyi değişebilen yansıma veya tepki olarak hissedilen içsel yaşantılardır. - ppt indir \(slideplayer.biz.tr\)](#)
- [ERGENLİK DÖNEMİ CİNSEL GELİŞİM VE ÖZELLİKLERİ - ppt video online indir \(slideplayer.biz.tr\)](#)



Co-funded by  
the European Union

- [servet akaydin ortaokulu rehberlikservisi - ppt indir \(slideplayer.biz.tr\)](#)
- [E R G E N L İ K ERGENLİK DÖNEMİ FİZİKSEL GELİŞİM - ppt indir \(slideplayer.biz.tr\)](#)
- [Особенности развития эмоциональной сферы умственно отсталого ребенка | Статья в журнале «Молодой ученый» \(moluch.ru\)](#)
- [3-psihologiya-neobuchaemyy-rebenok-v-semje-i-obshestve.pdf \(grot-school.ru\)](#)
- [prichiny proyavleniya neadekvatnykh povedencheskikh reaktsiy u detey s umstvennoy otstalostyu \(1\).pdf \(nubex.ru\)](#)
- [«Тут же все со всеми спят»: сотрудники психоневрологических интернатов в Бурятии рассказали о любви и сексе - МК Улан-Удэ \(mk.ru\)](#)
- [3-psihologiya-neobuchaemyy-rebenok-v-semje-i-obshestve.pdf \(grot-school.ru\)](#)



Co-funded by  
the European Union

# „PASSION FOR INCLUSION (P4I)“

**2021-1-DE02-KA220-ADU-000035138**

## **Modul 3:**

### **BEZIEHUNGEN**

**Entwickelt von:**

**CAPPADOCIA EDUCATION AND RESEARCH ASSOCIATION (CERA)  
TÜRKİYE**



**Inhaltsverzeichnis**



Co-funded by  
the European Union

Zusammenfassung des Moduls	109
Ziele	109
Lernuntereinheiten	110
Untereinheit 1: Gute Beziehungen innerhalb der Familie haben	111
Untereinheit 2: Gute Beziehungen zu Freunden haben	117
Untereinheit 3: Gute Beziehungen zum anderen Geschlecht haben	127
Untereinheit 4: Liebe/Zuneigung erleben	130
Ressourcen	132
Referenzen	132

## **ZUSAMMENFASSUNG DES MODULS**



**Co-funded by  
the European Union**

Menschen mit Behinderungen gehören zu den benachteiligten Gruppen unserer Gesellschaft. Sie sind mit zahlreichen Schwierigkeiten im sozialen, beruflichen und schulischen Bereich ihres Lebens konfrontiert. Von allen Problemen, mit denen Menschen mit Behinderungen konfrontiert sind, ist der Mangel an sexueller Aufklärung eines der wichtigsten und am meisten übersehenen Probleme.

Das Ziel dieses Moduls besteht darin, Menschen mit Behinderungen dabei zu helfen, ihre Teilhabe an der Gesellschaft zu erhöhen und ihre Beziehungen zu den Menschen um sie herum zu fördern.

- Das Modul ist für Eltern von Menschen mit Behinderungen geschrieben, kann aber von jedem genutzt werden, beispielsweise von Personen, die sich um Menschen mit Behinderungen kümmern, anderen Familienmitgliedern von Menschen mit Behinderungen, Unterstützungskordinatoren, usw.
- Für Menschen mit geistiger Behinderung wurden wichtige Strategien entwickelt, die in diesem Modul beschrieben werden.
- Nicht alles wird für jeden nützlich sein – nutzen Sie, was für Sie nützlich ist!
- Für weitere Informationen oder Schulungen zu diesem Thema oder Material in diesem Handbuch kontaktieren Sie uns bitte.

## **Ziele**

Nach Abschluss dieses Moduls verfügen Eltern von Menschen mit Behinderung über Kenntnisse zu den folgenden Themen. Dieses Modul stellt visuelle Trainingswerkzeuge bereit, um den pädagogischen Bedürfnissen der Sexualerziehung gerecht zu werden, indem es das Selbstlernen und die Gefühle einer Person mit geistiger Behinderung unterstützt. Die Ziele des Moduls sind:

- Menschen mit Behinderungen zu ermöglichen, gute Beziehungen zu ihrer Familie zu haben.
- Menschen mit Behinderungen zu ermöglichen, gute Beziehungen zu Freunden zu haben.
- Menschen mit Behinderungen zu ermöglichen, gute Beziehungen zum anderen Geschlecht zu haben.
- Menschen mit Behinderungen zu ermöglichen, Liebe/Zuneigung zu erfahren.

## **Lernuntereinheiten**



Co-funded by  
the European Union

Untereinheit 1	Gute Beziehungen innerhalb der Familie haben
Untereinheit 2	Gute Beziehungen zu Freunden haben
Untereinheit 3	Gute Beziehungen zum anderen Geschlecht haben
Untereinheit 4	Liebe/Zuneigung erfahren

***Untereinheit 1: Gute Beziehungen innerhalb der Familie haben***



Co-funded by  
the European Union

Alle Beziehungen durchlaufen Zeiten des Wandels und der Herausforderungen. Eltern, die ein Kind mit Behinderung betreuen, müssen sich an neue Rollen gewöhnen und haben möglicherweise andere Erwartungen an ihr Kind. Sie müssen auch mit erheblichen emotionalen, sozialen, physischen und finanziellen Belastungen fertig werden. Viele Eltern stellen fest, dass diese Erfahrungen sie einander näher bringen und ihre Beziehung stärken. Einige Paare sind jedoch von der Erfahrung überwältigt und haben Schwierigkeiten, zusammen zu bleiben. Dieser Leitfaden bietet Eltern von Kindern mit Behinderungen Informationen und Ideen zur Pflege ihrer familiären Beziehungen.

Es ist schwer zu unterschätzen, wie wichtig Beziehungen sind. Wenn eine Beziehung gut funktioniert, können Sie sich glücklich, sicher und geborgen fühlen. Es kann Sie auch vor einem Teil des Stresses schützen, der mit der Betreuung eines Kindes mit Behinderung einhergeht, einschließlich des Risikos einer Depression. Tatsächlich zeigen Untersuchungen (Brillante, 2017), dass eine unterstützende Beziehung ein wichtiger Teil unserer Gesundheit ist und das Risiko einer schlechten körperlichen und geistigen Gesundheit verringern kann.

Auch Kinder profitieren, wenn die Eltern gut miteinander auskommen. Sie fühlen sich oft sicherer, schneiden besser in der Schule ab und entwickeln seltener zusätzliche emotionale oder Verhaltensprobleme. Kindern mit Behinderungen und hohem Pflegebedarf geht es besser, wenn ihre Eltern miteinander auskommen, weil diese sich besser auf ihre Pflege konzentrieren können. Alle Beziehungen durchleben gute und schlechte Zeiten. Ein guter Umgang mit schlechten Zeiten ist ein wichtiger Teil des Aufbaus einer starken und dauerhaften Beziehung. Im nächsten Abschnitt geht es um Dinge, die Sie tun können.

### 1.1. Reden und zuhören

Ihre Beziehung hängt davon ab, dass jeder von Ihnen weiß, wie sich der andere fühlt, was bedeutet, dass Sie sich Zeit nehmen, über Gefühle, Gedanken, Sorgen, Hoffnungen und Bedürfnisse zu sprechen. Jeder von Ihnen muss wissen, dass der andere ihm zugehört hat. Das bedeutet, einander wirklich zuzuhören, also nicht nur den gesprochenen Worten zuzuhören, sondern auch die Gefühle zu verstehen, die ihnen zugrunde liegen. Wenn Ihr Partner und Ihr Kind Ihnen ihre Gefühle mitteilen, verurteilen Sie sie nicht. Hören Sie lieber zu und versuchen Sie sie zu verstehen. Erkennen Sie Ihre Unterschiede. Versuchen Sie, keine Annahmen darüber zu treffen, was Ihr Partner oder Ihr Kind denkt, und versuchen Sie, so offen wie möglich



Co-funded by  
the European Union

mit ihnen umzugehen. Prüfen Sie, wo Sie möglicherweise Änderungen vornehmen können, die die Dinge verbessern könnten. Kommunizieren Sie weiter!

### 1.2. Sich gut ausdrücken

Untersuchungen (Brillante, 2017) haben ergeben, dass die Art und Weise, wie Sie Ihre Gefühle ausdrücken, sehr wichtig ist. Familien, die nicht jeden kritischen Gedanken äußern und Probleme behutsam ansprechen können, sind durchweg am glücklichsten. Wenn es mögliche Meinungsverschiedenheiten gibt, ist es wahrscheinlicher, dass Sie einer Meinung sind, wenn Sie einen Moment innehalten und sich dagegen wehren, die andere Person sofort anzugreifen. Versuchen Sie jedoch, Ihre Gefühle nicht zu unterdrücken. Sie werden wahrscheinlich verärgert sein und explodieren, wenn Sie einen gewissen Punkt erreichen.

### 1.3. Die Fürsorge teilen

Untersuchungen zeigen, dass Mütter in Familien häufig die Hauptverantwortung für die körperliche und häusliche Betreuung ihres Kindes übernehmen. Heterosexuelle Familien können sich in Beziehungen wiederfinden, die entlang traditioneller Rollen gespaltenen sind, und wo die Rolle der Person, die arbeitet, und der Person, die zu Hause bleibt, vorzeitig zugewiesen werden. Viele Familien sind mit dieser Arbeitsteilung zufrieden, für andere kann sie jedoch zu Spannungen führen. Eine Möglichkeit, diese Spannungen zu vermeiden, besteht darin, die Beiträge des anderen anzuerkennen. Wenn Sie den ganzen Tag auf der Arbeit sind, können Sie Ihrem Kind mit einer Behinderung helfen, indem Sie Interesse und Verständnis für die Arbeit zu Hause zeigen.

Wenn es Konflikte darüber gibt, wer was macht, finden Sie Möglichkeiten, die Arbeit zu teilen – vermeiden Sie es, andere dazu zu drängen, Aufgaben zu erledigen, sondern machen Sie das Teilen von Aufgaben zu einem Teil der täglichen Routine aller (Erwachsener und Kinder). Treffen Sie Vorkehrungen, um die praktischen Aspekte des Alltagslebens Ihrer Familie zu bewältigen, und beheben Sie Probleme im Voraus – das wird dazu beitragen, einen Teil des Drucks und Stresses von der Beziehung Ihres Kindes fernzuhalten.

### 1.4. Denken Sie darüber nach, wie Sie mit Problemen umgehen

Bedenken Sie, dass Sie möglicherweise unterschiedliche Arten haben, Probleme zu bewältigen. Manche Eltern und Kinder bewältigen das Problem, indem sie sich auf ein Problem konzentrieren und Lösungen oder Strategien zur Verbesserung der

Situation finden. Andere Eltern oder Kinder konzentrieren sich darauf, Wege zu finden, sich in einer Situation besser zu fühlen, indem sie sie neu interpretieren, sich davon distanzieren oder sie sogar leugnen oder vermeiden.

Eltern können diese Unterschiede frustrierend finden. Gefühle zu erkennen und anzuerkennen ist wichtig. Wege zur Stressreduzierung zu finden und sich darauf zu konzentrieren, die Probleme, mit denen man konfrontiert ist, zu verbessern, wird wahrscheinlich langfristige Vorteile für alle mit sich bringen. Es kann hilfreich sein, mit anderen Eltern zu sprechen, die ein Kind mit den gleichen Erkrankungen betreuen. Der Austausch praktischer Lösungen für gemeinsame Erfahrungen ist eine wertvolle Quelle der Unterstützung, die viele Eltern auch durch Gespräche mit anderen erhalten, die diese Erfahrung gemacht haben.

### 1.5. Zeit gewinnen

Es klingt seltsam, aber Ihre Beziehung zu jedem Familienmitglied wird davon profitieren, wenn Sie sich jeweils etwas Zeit für sich selbst nehmen. Das ist kein Luxus, sondern wertvolle Zeit, um neue Energie zu tanken. Lassen Sie andere wissen, wann Sie sich Zeit für sich selbst nehmen werden – sei es ein ausgedehntes Bad oder ein Spaziergang mit dem Hund.

Nehmen Sie sich auch zu zweit Zeit. Sie müssen nicht ausgehen, es kann an einem Abend in der Woche sein, wenn die Kinder im Bett sind. Vereinbaren Sie im Voraus, dass Sie die gemeinsame Zeit verbringen und nicht arbeiten werden. Wenn das unmöglich klingt, dann ist es wahrscheinlich umso wichtiger! Stellen Sie außerdem sicher, dass Sie alle Hilfs- und Servicemöglichkeiten ausgeschöpft haben, die es Ihnen ermöglichen, Zeit für sich selbst und Ihre Familie zu finden.

Hier finden Sie ein paar Tipps von anderen Eltern zum Umgang mit häufigen Problemen im Zusammenhang mit Geschwistern von Kindern mit geistiger Behinderung:

- **Begrenzte Zeit und Aufmerksamkeit für andere Kinder?** Verbringen Sie auch mit den Geschwistern Ihres Kindes mit Behinderung Zeit, zum Beispiel einmal im Monat beim Schlafengehen oder bei einer Aktivität. Organisieren Sie eine Kurzzeitbetreuung für wichtige Ereignisse, beispielsweise Sportveranstaltungen. Stellen Sie manchmal die Bedürfnisse der Geschwister in den Vordergrund und lassen Sie sie entscheiden, was sie tun möchten.

- **Warum sie und nicht ich?** Betonen Sie, dass niemand für den Zustand seines Bruders oder seiner Schwester verantwortlich ist. Ermutigen Sie die Geschwister, ihren Bruder oder ihre Schwester als eine Person zu sehen, die Ähnlichkeiten und Unterschiede zu ihnen selbst aufweist.
- **Haben sie Angst, Freunde mit nach Hause zu nehmen?** Sprechen Sie darüber, wie sie Freunden den Zustand eines Bruders oder einer Schwester erklären können. Laden Sie gelegentlich Freunde ein, wenn das Kind mit Behinderung nicht da ist, und erwarten Sie nicht, dass Geschwister das Kind mit Behinderung immer mit einbeziehen, wenn es spielt oder anderen Aktivitäten nachgeht.
- **Stresssituationen zu Hause?** Ermutigen Sie Geschwister, ihr eigenes soziales Leben zu entwickeln. Ein Schloss an einer Schlafzimmertür oder einem Schrank kann die Privatsphäre gewährleisten und verhindern, dass Eigentümer beschädigt werden. Holen Sie sich professionelle Beratung zu Pflegeaufgaben und zum Umgang mit schwierigem Verhalten, in die Geschwister einbezogen werden können. Versuchen Sie, den Sinn für Humor der Familie zu bewahren.
- **Einschränkungen bei Familienaktivitäten?** Versuchen Sie, Familienaktivitäten zu finden, an denen jeder Spaß haben kann, zum Beispiel Schwimmen gehen oder picknicken. Prüfen Sie, ob es Ferienaktivitäten gibt, an denen das Geschwisterkind oder das Kind mit Behinderung teilnehmen kann, und nutzen Sie die Hilfe von Familie oder Freunden mit dem Kind mit Behinderung oder seinen Geschwistern.
- **Schuldgefühle, weil sie wütend auf einen Bruder oder eine Schwester mit Behinderungen sind?** Machen Sie deutlich, dass es in Ordnung ist, manchmal wütend zu sein – starke Gefühle gehören zu jeder engen Beziehung dazu. Teilen Sie einige Ihrer gemischten Gefühle mit, die Sie manchmal haben. Manchmal möchten Geschwister möglicherweise mit jemandem außerhalb der Familie sprechen.

### **Pflegetipps für Familien von Menschen mit Behinderungen**

Diese allgemeinen Pflegetipps geben Familien Informationen, wie sie gesund und positiv bleiben können. Bedenken Sie, dass diese Tipps zur Lösung vieler familiärer Probleme genutzt werden können. Information, Unterstützung, Fürsprache, Stärkung, Fürsorge und Ausgeglichenheit können die Grundlage für eine gesunde Familie sein und sind unabhängig von der Herausforderung angemessen.

- **Informiert bleiben**

Es ist von größter Bedeutung, Informationen über den Zustand Ihrer Familienangehörigen zu sammeln und Probleme mit anderen an der Pflege Ihrer Familienange-



Co-funded by  
the European Union

hörigen beteiligten Personen zu besprechen. Wenn Sie informiert sind, können Sie fundiertere Gesundheitsentscheidungen treffen und Ihr Verständnis für alle Herausforderungen verbessern, mit denen Ihre Familie konfrontiert sein könnte. Beachten Sie, wie andere sich um die Person mit Behinderungen kümmern. Achten Sie auf Anzeichen geistiger oder körperlicher Misshandlung.

- **Hole dir Unterstützung**

Familienmitglieder und Freunde können auf vielfältige Weise Unterstützung leisten. Sie sollten herausfinden, ob sie Großes oder Kleines tun können, um Ihnen und Ihrer Familie zu helfen. Der Beitritt zu einer lokalen oder Online-Selbsthilfegruppe ist eine gute Möglichkeit, wertvolle Unterstützung zu erhalten. Eine Selbsthilfegruppe kann Ihnen die Möglichkeit geben, Informationen auszutauschen und mit Menschen in Kontakt zu treten, die ähnliche Erfahrungen machen. Eine Selbsthilfegruppe kann dabei helfen, die Isolation und Angst zu bekämpfen, die Sie als Pflegekraft möglicherweise erleben. Sie sollten Ihr Engagement nicht auf Selbsthilfegruppen und Vereine beschränken, die sich auf ein bestimmtes Bedürfnis oder eine bestimmte Behinderung konzentrieren. Darüber hinaus gibt es lokale und überregionale Gruppen, die Dienstleistungen, Erholung und Informationen für Menschen mit Behinderungen anbieten. Freunde, Familie, Gesundheitsdienstleister, Selbsthilfegruppen, gemeinnützige Dienste und Berater sind nur einige der Menschen, die Ihnen und Ihrer Familie helfen können.

- **Seien Sie ein Fürsprecher**

Für Eltern, die ein Kind mit einer geistigen Behinderung haben, ist es äußerst wichtig, dass sie sich für ihr Kind mit einer Behinderung einzusetzen. Betreuer, die wirksame Fürsprecher sind, können möglicherweise erfolgreicher darin sein, einen besseren Service zu bieten. Darüber hinaus sollten Sie immer Fragen stellen. Wenn Ihr Kind mit einer Behinderung beispielsweise einen Rollstuhl benutzt und Sie einen Strandurlaub planen möchten, sollten Sie herausfinden, ob die Strände über ein Auto, eine Rampe, eine tragbare Laufmatte oder andere Geräte zugänglich sind. Darüber hinaus sollten Sie andere Betreuungspersonen über besondere Bedingungen oder Umstände informieren. Wenn Ihr Kind mit einer Behinderung beispielsweise an einer Latexallergie leidet, sollten Sie das zahnärztliche oder medizinische Personal bei jedem Besuch daran erinnern. Sie sollten auch die Krankengeschichte Ihres Kindes mit einer Behinderung dokumentieren und diese Informationen auf dem neuesten Stand halten. Sie müssen sicherstellen, dass Ihr Arbeitgeber Ihre Umstände und Einschränkungen versteht. Sie sollten Ihre Möglichkeiten besprechen, an Wochenenden oder Abenden zu reisen oder zu arbeiten, und bei Bedarf auch eine flexible Planung vereinbaren.



Co-funded by  
the European Union

- **Seien Sie bestärkend**

Sich darauf zu konzentrieren, was Sie und Ihr Familienmitglied mit einer geistigen Behinderung tun können, ist eine der besten Möglichkeiten, Ihrem Kind mit einer geistigen Behinderung als Elternteil zur Seite zu stehen. Geeignete Meilensteine zu finden und diese zu feiern sind mögliche Lösungen. Wenn Ihnen jemand Fragen zu dem Familienmitglied mit einer Behinderung stellt, sollten Sie Ihr Kind die Fragen nach Möglichkeit selbst beantworten lassen. Dies kann dazu beitragen, Ihr Kind zu befähigen, mit anderen in Kontakt zu treten. Gegebenenfalls sollten Sie Ihrem Kind mit einer Behinderung beibringen, so unabhängig und selbstbewusst wie möglich zu sein. Sie müssen trotzdem stets Gesundheits- und Sicherheitsaspekte im Auge behalten.

- **Passen Sie auf sich auf**

Die Pflege eines Familienmitglieds mit einer Behinderung kann selbst die stärkste Pflegekraft ermüden. Aus diesem Grund müssen Sie für sich selbst und die Menschen, die Ihnen am Herzen liegen, gesund bleiben. Sie können hart daran arbeiten, Ihre persönlichen Interessen, Hobbys und Freundschaften aufrechtzuerhalten. Lassen Sie nicht zu, dass die Pflege Ihr ganzes Leben in Anspruch nimmt. Das ist weder für Sie noch für diejenigen, die Ihnen am Herzen liegen, gesund. Balance ist ein entscheidender Schlüssel. Außerdem sollten Sie sich erlauben, nicht die perfekte Pflegekraft zu sein. Sie müssen angemessene Erwartungen setzen, um Stress zu reduzieren und eine effektivere Pflegekraft zu sein.

Sie können einige Pflegeaufgaben an andere zuverlässige Personen delegieren. Manchmal muss man sich eine Auszeit gönnen, denn kurze Pausen, wie ein Abendspaziergang oder ein entspannendes Bad, sind für einen selbst unerlässlich. Lange Pausen tun gut. Sie können bei Bedarf einen Rückzugsort mit Freunden vereinbaren oder mit einer wichtigen Person verreisen.

Krankheitszeichen sollten Sie nicht ignorieren: Wenn Sie krank werden, suchen Sie einen Arzt auf. Sie sollten auch auf Ihre geistige und emotionale Gesundheit achten. Sie sollten bedenken, dass eine gute Pflege auch der Person, die Sie betreuen, helfen kann. Auch Bewegung und gesunde Ernährung sind wichtig.

- **Halten Sie das Gleichgewicht in der Familie**

Familienmitglieder mit einer Behinderung benötigen möglicherweise besondere Pflege und Aufmerksamkeit. Daher müssen Sie sich Zeit für alle Familienmitglieder nehmen und dabei die Bedürfnisse jedes Einzelnen berücksichtigen. Beispielsweise ist es für Eltern eines Kindes mit einer Behinderung wichtig, auch Zeit miteinander und mit eventuellen anderen Kindern zu verbringen. Darüber hinaus sollten Sie über [eine Kurzzeitpflege nachdenken](#). Unter „Respite“ versteht man die kurzfristige,

vorübergehende Betreuung von Menschen mit Behinderungen, damit ihre Familien eine Auszeit vom Pflegealltag nehmen können.

- **Peinlichkeit wegen eines Bruders oder einer Schwester in der Öffentlichkeit**

Den Geschwistern sollte bewusst sein, dass alle Verwandten peinlich sein können, insbesondere die Eltern. Sie können an gesellschaftlichen Veranstaltungen teilnehmen, bei denen die ganze Familie willkommen ist. Wenn Sie alt genug sind, sollten Sie den Geschwistern erlauben, sich eine Zeit lang zu trennen, wenn Sie zusammen unterwegs sind.

## **Untereinheit 2: Gute Beziehungen zu Freunden haben**

Die soziologische Forschung hat „Freund“ auf viele verschiedene Arten definiert. Der einfachste Weg ist, dass Menschen dann Freunde sind, wenn beide sagen, dass sie es sind. Von der frühen Kindheit bis hin zu den „goldenen Jahren“ verbessern Freundschaften die Lebensqualität. Unsere Freunde helfen uns, uns verbunden, geliebt und unterstützt zu fühlen. Sie geben uns die Möglichkeit, Frustrationen Luft zu machen oder aufregende Neuigkeiten zu teilen. Für Menschen mit besonderen Bedürfnissen sind Freundschaften besonders wichtig, da sie auch die Möglichkeit bieten, soziale Fähigkeiten zu verbessern, Umgangsformen zu üben und das Selbstvertrauen zu stärken.

Für Menschen mit besonderen Bedürfnissen kann es schwierig sein, Freundschaften aufzubauen und zu pflegen. Kommunikation, Verhaltensauffälligkeiten und/oder körperliche Beeinträchtigungen können die Fähigkeit einer Person beeinträchtigen, mit Gleichaltrigen zu sprechen oder sich sinnvoll mit ihnen auseinanderzusetzen. Menschen, die Schwierigkeiten haben, Kontakte zu knüpfen und sich auszudrücken, verlassen sich manchmal darauf, dass andere ihnen Freundschaften ermöglichen. Familienmitglieder oder Mitarbeiter spielen oft die Rolle des „Partnervermittlers“, indem sie ihre Angehörigen oder Kunden mit anderen verbinden, die ähnliche Interessen, Vorlieben und Fähigkeiten haben.

Um Freundschaften zu schließen, muss man zur richtigen Zeit am richtigen Ort sein. Baseballspiele, Bibliotheken, Tanzveranstaltungen und Selbstvertretungsgruppen sind großartige Orte, um mit anderen in Kontakt zu treten, die möglicherweise ähnliche Interessen haben. Bevor man jedoch eine Freundschaft aufbaut, muss man klären, ob die Person mit besonderen Bedürfnissen Freundschaften schließen möchte oder nicht. Sie können dies tun, indem Sie sie direkt fragen oder sie persönlich in Begleitung anderer beobachten. Lächeln, Blicke und Zeigen

(besonders für jemanden mit begrenzten verbalen Fähigkeiten) sind gute Indikatoren für Interesse und Anziehung.

**Nachfolgend finden Sie einige Tipps zur Unterstützung von Menschen mit Behinderungen** von Freunden mit einer Reihe von Behinderungen: geistige Behinderungen, chronische Krankheiten, Gliedmaßenunterschiede, Neurodivergenz und mehr.

#### J) **Feiern und würdigen Sie persönliche Meilensteine**

Jeder Mensch mit einer Behinderung hat unterschiedliche Meilensteine, gute und schlechte. Es kann eine Weile dauern und sogar ein paar unangenehme Gespräche erfordern, aber das Erlernen dieser Meilensteine für Ihre Freunde mit Behinderungen wird viel bedeuten.

*„Da ich mit MS lebe, feiere ich persönlich meinen „Diagnosetag“, weil es der Tag war, an dem ich eine Antwort auf alle Unbekannten bekam, und ich erinnere mich gerne daran, wie weit mein Körper seit meiner Diagnose gekommen ist. Möglicherweise erinnert sich jedoch nicht jeder an das Datum der Diagnose (oder möchte es wiedererkennen).“*

*Eine Freundin mit einer Amputation feiert ihren „lebenden Tag“ (den Jahrestag ihres Unfalls) nicht gern, weil es sich traurig und ein wenig traumatisch anfühlt. Manchmal tut ihre Familie an diesem Datum Dinge, die Spaß machen und ablenken sollen, aber sie möchte es nicht wirklich herausschreien. Allerdings gefällt ihr das, was sie als „Legiversary“ bezeichnet, sehr gut: der Jahrestag, an dem sie nach einem langen Kampf mit der Versicherung ihre Prothese erhält. (Sie hat sogar eine Freundin, die ihr Karten zur Feier dieses Tages macht!)“*

- **Notieren Sie sich die Meilensteine, die Ihr Kind mit einer Behinderung erlebt hat**, oder erwähnen Sie diese Meilensteine oder Jahrestage und senden Sie ihnen Unterstützungs- und Ermutigungsbotschaften. Das können jährliche Tests oder Arzttermine, Siege in Versicherungsstreitigkeiten oder einfach nur das Aufräumen eines Zimmers sein. Kleine Dinge können eine große Sache sein, die es wert ist, gefeiert zu werden!
- **Machen Sie sich keine Sorgen, dass alles zu einer großen Sache wird.** Eine kurze SMS kann mehr als ausreichen, um Ihrem Kind mit Behinderung das Gefühl zu geben, einbezogen, bedacht und umsorgt zu werden.

**K) Seien Sie authentisch in Ihrer Botschaft und authentisch gegenüber ihrer Erfahrung**

Für Freunde mit chronischen oder unheilbaren Krankheiten ist es wichtig, über die Behinderung nachzudenken, bevor sie Dinge sagen wie „Alles wird gut“, „Alles wird besser“ oder „Gute Besserung“. Es gibt viele Zustände, die einfach nicht besser werden, und es kann anstrengend sein, angemessen darauf zu reagieren.

*„Während eines Rückfalls vor ein paar Jahren ging ich morgens zur Infusionsbehandlung ins Krankenhaus und ging dann nachmittags zur Arbeit, den Infusionsanschluss immer noch in meinem Arm. Eine Woche nach Ende der Behandlungen, als der Port entfernt wurde, sagte mir eine Kollegin, sie sei froh, dass es mir „besser“ ginge.*

*Ich schätzte zwar das Gefühl und wusste, dass sie es aus gutem Grund meinte, aber es war schwer zu wissen, wie ich darauf reagieren sollte, da ich mich eigentlich nicht „besser“ fühlte. Meine Beine waren immer noch taub, und ich hatte noch einen Monat Restnebenwirkungen der hochdosierten Steroide vor mir.“*

- **Erkennen Sie an, was in diesem Moment geschieht**, und erkennen Sie, dass es sich tatsächlich um einen Moment und nicht um einen „Endpunkt“ handelt. In der obigen Situation können Sie sagen: „Ich bin froh, dass Sie mit den Behandlungen fertig sind!“ oder „Ich bin froh, dass Sie diesen Teil jetzt hinter Ihnen lassen können“ oder etwas Ähnliches, das den guten Teil der Situation anerkennt, ohne anzudeuten, dass es „das Ende“ sei oder „jetzt alles besser“ wäre.
- **Haben Sie NICHT so viel Angst davor, etwas Falsches zu sagen**, dass Sie sich gar nicht erst melden. Niemand wird es immer richtig machen. Selbst ein Mensch mit einer Behinderung macht es immer noch nicht immer richtig. Aber solange Sie es versuchen und bereit sind, zuzuhören, zu lernen und sich anzupassen, machen Sie es richtig.

**L) Machen Sie sich keine Sorgen über den richtigen Zeitpunkt – nehmen Sie einfach Kontakt auf.**

Für Menschen mit psychischen Erkrankungen wie Angstzuständen und Depressionen ist es genauso wichtig, sich an guten Tagen zu melden wie an schlechten Tagen. Warten Sie nicht auf einen Grund – senden Sie einfach eine einfache Nachricht wie „Ich denke heute viel an Sie“ und seien Sie sich darüber im Klaren, dass die Geste viel bedeutet, auch wenn Sie keine Antwort erhalten.

*„Eine der Nebenwirkungen meines ersten MS-Medikaments war eine Depression – etwas, mit dem ich schon vorher zu kämpfen hatte. Sich an Freunde und Familie zu wenden (oder auch nur die Energie aufzubringen, auf ihre Nachrichten zu antworten) erforderte mehr Energie, als ich an den meisten Tagen aufbringen konnte.*

*Es scheint nicht intuitiv zu sein, aber die Freunde, die mir ständig Nachrichten geschickt haben – lustige Witze, Katzenvideos oder „Hey! Ich habe an dich gedacht!“ – ließen mich weniger schuldig fühlen, weil ich nicht geantwortet hatte, weil es zeigte, dass sie mich nicht aufgegeben hatten.“*

20. **Seien Sie sich darüber im Klaren, dass es viele Gründe dafür gibt, warum jemand nicht auf Ihre SMS antwortet.** ADHS, Depressionen und Behinderungen stellen Hindernisse bei der Reaktion und sogar der Zeitwahrnehmung dar. Wenn Sie weiterhin Kontakt aufnehmen, hilft es Ihrem Kind mit Behinderungen zu wissen, dass es nicht verlassen wird und weiterhin betreut wird.

21. **Verknüpfen Sie das, was Ihre Kinder mit Behinderungen durchmachen, NICHT mit einer geringfügigen Krankheit bei Ihnen.** „Oh, ich werde auch so müde!“ oder „Ich habe eine solche Zwangsstörung wegen Küchenschubladen!“ oder „Ups, ich bin heute ein bisschen ADHS!“ diskreditiert, was Ihr Kind mit Behinderung täglich durchmacht.

M) **Erscheinen Sie, um sie zu unterstützen, beziehen Sie sie ein und setzen Sie sich für sie ein**

Pläne mit vielbeschäftigten Freunden zu schmieden ist schon eine Herausforderung genug. Zusätzlich zu den typischen Terminkonflikten gibt es für Ihr Kind mit Behinderungen jedoch wichtige Überlegungen, über die Sie möglicherweise nicht nachdenken müssen. Berücksichtigen Sie alles, einschließlich die kontrollierbaren (Ort, Zeit, Transport) und unkontrollierbaren (Wetter, Energieniveau, Angstniveau) Faktoren.

Es wird für Ihr Kind mit Behinderungen eine große Hilfe sein, wenn Sie sich um einige der kontrollierbaren Variablen zu kümmern. Sie sollten noch einen Schritt weiter gehen und Pläne erstellen, die sich an das Unkontrollierbare anpassen lassen. Sie sollten für jedes Treffen mit Ihrem Kind konkrete Möglichkeiten finden, Ihr Kind zu unterstützen.

**N) Wenn Ihr Kind jemanden persönlich trifft, denken Sie über den Ort nach**

Dinge, die Ihnen vielleicht nicht überwältigend erscheinen (z. B. die Größe der Menschenmenge, der Lärmpegel, die Entfernung vom Parkplatz zum Veranstaltungsort, die Hitze oder Kälte, usw.), können enorm entmutigend sein für Menschen mit bestimmten Behinderungen. Versuchen Sie, bei der Planung jeden in der Gruppe zu berücksichtigen.

Wenn Ihr Kind Mobilitätshilfen (Prothesen, Rollstühle, Gehstöcke, usw.) nutzt, gibt es bei Bedarf einen barrierefreien Zugang und spezielle Parkmöglichkeiten? Befindet sich der Veranstaltungsort an einem heißen Sommertag im Freien und Ihr Kind hat einen hitzeempfindlichen Freund oder ist selbst hitzeempfindlich? Gibt es in der Nähe Toiletten für Freunde mit Reizdarmsyndrom? Gibt es laute Musik oder große Menschenmengen, die für jemanden mit Autismus oder anderen sensorischen Verarbeitungsstörungen eine übermäßige Stimulation darstellen könnten? Werden Sie an einem hohen Tisch oder auf Barhockern sitzen, was für Menschen mit Prothesen schwierig sein kann?

**10. Fragen Sie Ihr Kind ob Sie bei der Auswahl eines Veranstaltungsortes etwas beachten sollten.** Sobald Sie einen Ort im Kopf haben, recherchieren Sie online oder rufen Sie vorher an, um Details zu bestätigen, die für alle in der Gruppe wichtig sind.

**11. Hören Sie NICHT auf, Ihr Kind mit Behinderungen einzuladen,** auch wenn es in den meisten Fällen nicht dazu kommt. Sie wollen in die Planung einbezogen und als Teil der Gruppe betrachtet werden!

**O) Seien Sie flexibel und haben Sie Verständnis für kurzfristige Änderungen**

*„Früher hatte ich dieses alte Telefon mit einem schrecklichen Akku, der nie konstant geladen werden konnte. An manchen Tagen würde mir 100 % 12 Stunden Leben beschern. An manchen Tagen bekam ich nur sechs. Manchmal war der Akku bei 46 % und dann einfach... leer. Manchmal lief mein Telefon bei 1 % Akku noch ein paar Stunden.*

*Dieses Telefon ist zu meiner Metapher für die Verwaltung meiner eigenen geistigen und körperlichen Ebenen geworden. Ich kann jeden Tag das Gleiche tun, genauso lange schlafen oder aufladen, und trotzdem ist jeder Tag unvorhersehbar.“*

Wenn Sie also Kinder mit Behinderungen einbeziehen, bedenken Sie, dass diese wahrscheinlich erst einige Tage (oder Stunden) vorher genau einschätzen können,



Co-funded by  
the European Union

ob sie körperlich oder geistig in der Lage sein werden, an der Veranstaltung teilzunehmen. Seien Sie sich darüber im Klaren, dass das Stornieren von Plänen ihnen kein Vergnügen bereitet (oft fühlen sie Schuldgefühle) und üben Sie Geduld und Verständnis aus.

- **Setzen Sie sich rechtzeitig vor Beginn der Veranstaltung mit Ihrem Kind in Verbindung**, wenn Sie die Anzahl der teilnehmenden Personen wissen möchten. Betonen Sie jedoch, dass es völlig in Ordnung ist, wenn sich die ursprüngliche Anzahl der Teilnehmenden ändern muss.
- **Nehmen Sie es NICHT persönlich, machen Sie Ihrem Kind keine Schuldgefühle und verspüren Sie nicht das Bedürfnis abzusagen**, wenn andere involviert sind. Ihr Kind hat vollkommenes Verständnis und möchte, dass alle weiterhin Spaß an den ursprünglichen Plänen haben (es sei denn, Sie möchten einen neuen Termin vereinbaren).

**P) Helfen Sie Menschen mit Behinderungen dabei, sich im sozialen Umfeld wohler zu fühlen**

Entlasten Sie auch Kinder, die sozial ängstlich sind oder nicht in der Lage sind, situative Hinweise zu lesen. Vielen Menschen mit Behinderungen wie Autismus fällt es schwer, ihre Gefühle auf natürliche Weise zu verstehen und auszudrücken. Kinder mit Behinderungen verspüren oft auch das Bedürfnis, zu viel zu kommunizieren, um Pausen zu füllen.

Manche Kinder machen Handzeichen, um sich gegenseitig zu zeigen, wann es in Ordnung ist, mit dem Reden aufzuhören. Andere Kinder werden besonders gut darin sein, dafür zu sorgen, dass ein Freund mit Behinderung nicht unterbrochen wird, wenn er versucht, seinen eigenen Standpunkt langsamer zu artikulieren.

Zuhören und eine klare Sprache zu verwenden, kann eine große Hilfe sein – eine gute Faustregel für einen neurodivergenten Freund lautet: „Sag, was du meinst, und mein, was du sagst.“

**Fragen Sie Ihre Kinder mit geistiger Behinderung, wie es ihnen geht**, wenn Sie sich nicht sicher sind. Was ein neurodivergentes Kind nach außen hin auszudrücken scheint, stimmt nicht immer mit dem überein, was es erlebt. Durch Nachfragen können Missverständnisse für Sie beide vermieden werden.

**Beeilen Sie sich NICHT, körperliche Unterstützung anzubieten.** Wenn Kinder mit geistiger Behinderung einen Nervenzusammenbruch erleben, abschalten oder Probleme haben, besteht Ihr erster Instinkt vielleicht darin, in ihrer Nähe zu bleiben, sie zu umarmen oder für sie „da zu sein“, während das für viele Menschen mit Behinderungen das Letzte ist, was sie wollen. Für die meisten Menschen mit Behinderungen ist es in solchen Momenten das Beste, von allem und allen Reizen wegzukommen, aber das ist von Person zu Person unterschiedlich. Sie können Ihr Kind jederzeit fragen (sofern es sich nicht gerade mitten in einem Shutdown befindet), was seine bevorzugte Reaktion ist.

- **Recherchieren Sie, was bei den Herausforderungen, mit denen Ihr Kind konfrontiert ist, hilfreich sein könnte**

Wenn Sie Ihrem Kind sagen: „Ich bin hier, um dir bei allem zu helfen“, oder ihr Kind fragen: „Was kann ich tun, um zu helfen?“, übertragen Sie Ihrem Kind mit Behinderung die Verantwortung, seine Bedürfnisse zu artikulieren, was geistig anstrengend und überwältigend sein kann, besonders an einem ohnehin schon harten Tag.

Wenn Sie nützliche Möglichkeiten finden möchten, Unterstützung anzubieten, gibt es online viele tolle Ressourcen – auf den sozialen Medien und in Blogs bis hin zu Selbsthilfegruppen. Sie müssen sich nicht darauf konzentrieren, die Behinderung aus medizinischer Sicht zu verstehen. Suchen Sie stattdessen nach Informationen und Geschichten über das Leben mit dieser Behinderung und welche häufigen Hindernisse es geben kann. Sie sollten auch den Ratschlägen und Strategien der Pädagogen in Ihrer Umgebung folgen.

20. **Bieten Sie konkrete Beispiele für Unterstützung an.** „Hey, ich möchte dir irgendwann diese Woche das Abendessen mitbringen. Kannst du mir sagen, welcher Tag für dich am besten geeignet wäre?“ ist ein tolles Beispiel für gezielte Unterstützung in einem flexiblen Zeitrahmen. Sie können auch anbieten, mit einem Freund ein neues PT-Übungsvideo auszuprobieren, Lebensmittel für jemanden abzuholen, usw. Was auch immer Ihnen einfällt, wird viel bedeuten.

21. **Drängen Sie Ihr Kind NICHT zu bestimmten Möglichkeiten, wie Sie es unterstützen können,** wenn Sie das Gefühl haben, dass es bereits einen harten Tag hat. Fragen wie: „Sind Sie sicher, dass ich nichts tun kann, um zu helfen?“ wird ihm nicht helfen, besser zu wissen, um welche Art von Hilfe es bitten soll – in den meisten Fällen weiß Ihr Kind nicht einmal, welche Art von Hilfe es braucht.

- **Seien Sie eine vertrauenswürdige und sichere Ansprechperson für Ihr Kind**

Der beste Weg, jemandem mit einer Behinderung Unterstützung zu zeigen, besteht darin, eine vertrauenswürdige und sichere Person zu sein, mit der man sprechen kann. Lassen Sie Ihr Kind Details teilen, ohne diese zu verharmlosen, hören Sie zu, ohne Ihr Kind zu unterbrechen, und antworten Sie, ohne zu urteilen. Für Ihr Kind kann es schön sein, mit jemandem zu sprechen, der nachvollziehen kann, was es durchmacht.

- **Melden Sie sich.** Es wird Zeiten geben, in denen Sie nicht wissen, was Sie sagen sollen. Melden Sie sich trotzdem. Seien Sie da, um zuzuhören, und beeilen Sie sich nicht, Dinge in Ordnung zu bringen. Manchmal gibt es schlechte Tage oder schlechte Nachrichten und Ihr Kind braucht einen Freund, der das mit ihnen durchsteht.
- **Vergleichen Sie NICHT das, was Ihr Kind mit Behinderung durchgemacht hat,** mit etwas, das die Cousine Ihrer Tante/Freundin/Schwester durchgemacht hat. Authentische Verbindungen sind großartig, aber auch ein offenes Ohr ist wichtig.
- **Machen Sie es sich mit dem Unbequemen bequem**  
Manchmal kann es peinlich oder unangenehm sein, mit Ihrem Kind mit einer Behinderung über sexuelle Themen zu sprechen, und vielleicht liegt das an unserer eigenen verinnerlichten Wahrnehmung, dass eine Behinderung eine schlechte Sache ist. Allerdings muss Ihr Kind mit einer Behinderung manchmal über ein Blasenproblem oder andere weniger wünschenswerte Themen sprechen, ohne dass Sie zusammenzucken oder nur mit gedämpfter Stimme sprechen. Dies wird einen großen Beitrag zur Normalisierung von Behinderungen leisten. (Es kann jedoch sein, dass Sie bestimmte persönliche Grenzen haben – sagen Sie das bitte einfach Ihrem Kind mit einer Behinderung.)
- **Sorgen Sie dafür, dass sich Ihre Kinder mit Behinderungen wohl fühlen,** damit sie sich nicht unter Druck gesetzt fühlen, so zu tun, als ob sie sich wohl fühlen würden.
- **Führen Sie NICHT jedes Gespräch über die Behinderung.** Wenn Sie Ihr Kind mit einer Behinderung jedes Mal mit großer Sorge fragen: „Aber wirklich, wie geht es dir?“, kann es sein, dass es sich ein wenig überanalysiert fühlt.

Jeder hat einzigartige Herausforderungen. Kinder mit Behinderungen verstehen das besser als die meisten anderen. Das heißt, egal, was Sie gerade durchma-



Co-funded by  
the European Union

chen, Sie können darauf vertrauen, dass Ihr Kind mit Behinderung auch für Sie da ist.

### **Tipps zur Pflege unterstützender Freundschaften**

- Schaffen Sie Möglichkeiten für Ihr Kind, sich zu verabreden, den Park zu besuchen, auf Partys zu gehen, usw.
- Nehmen Sie frühzeitig und häufig Kontakt auf, um mit anderen Aktivitäten wie Abendessen, Spaziergänge, Filmabende, usw. zu initiieren.
- Nehmen Sie an Aktivitäten mit anderen teil.
- Überwinden Sie Barrieren, indem Sie gegebenenfalls anderen helfen, Ihr Kind zu verstehen. Wenn Sie seine Geschichte teilen, können Sie andere für eine unterstützende Beziehung öffnen.
- Bleiben Sie in Kontakt mit denjenigen, die Interesse zeigen, wie z. B. anderen Kindern, Lehrern, Betreuern, Nachbarn, Freunden von Geschwistern, usw. Jeder Kontakt kann sich irgendwann engagieren, um Unterstützung anzubieten oder sich später an Ihrem Unterstützungsnetzwerk zu beteiligen.
- Treten Sie Gruppen bei, die regelmäßig zusammenkommen (z. B. Pfadfindergruppen, Chöre oder Kirchengruppen, ein Gemeinschaftsgarten, ein Übungskurs, Freiwilligengruppen, usw.).
- Nutzen Sie soziale Medien, um mit anderen in Kontakt zu treten. Gründen Sie vielleicht eine sichere Facebook-Gruppe.
- Treten Sie zurück: Lassen Sie anderen Raum, aufzustehen und ihre Unterstützung anzubieten.
- Achten Sie auf die Altersgerechtigkeit – bitten Sie andere im gleichen Alter wie Ihr Kind, Vorschläge zur aktuellen Mode und aktuellen Trends zu machen.
- Suchen Sie nach gemeinschaftsbasierten Aktivitäten in natürlichen (nicht versammelten) Umgebungen.

## Vorteile und Hindernisse für eine Freundschaft

Vorteile	Hindernisse einer Freundschaft
<ul style="list-style-type: none"> <li>• verstärkte Glücksgefühle und Selbstwertgefühl</li> <li>• verbesserte emotionale und physische Gesundheit</li> <li>• Menschen werden zu Mitglieder der Gesellschaft, die wiedererkannt werden. Dies schützt potentiell gegen Gewalt und Vernachlässigung, und führt zu einer schnellen Wiedererkennung wenn Gewalt oder Vernachlässigung doch stattfindet.</li> <li>• verbesserte soziale Fähigkeiten</li> <li>• verstärktes Selbstbewusstsein</li> <li>• verminderte Isolierung und der negativen Konsequenzen die mit Isolierung verbunden sind</li> <li>• größerer Gemeinschaftssinn mit Gesellschaftsmitglieder</li> <li>• bedeutungsvolleres Leben und erhöhte Lebensqualität</li> <li>• zusätzlicher Zweck des Üben von schon vorhandenen Fähigkeiten. Zum Beispiel gewinnt das Lernen zu Kochen eine größere Bedeutung wenn jemand für einen Freund kochen kann, der zum Abendessen eingeladen ist</li> </ul>	<p>Menschen haben meistens ein größeres Risiko keine Freundschaften zu bilden wenn die folgenden Faktoren vorhanden sind:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mangel an Erfahrung im Bilden von engen Beziehungen oder in der Kommunikation oder in dem Interagieren mit anderen.</li> <li>• nicht gut in die Gesellschaft reinpassen auf Grund von persönlichen Eigenschaften, Kleidung oder mangelnder Hygiene. Das könnte Verhaltensweisen und Manieren beinhalten.</li> <li>• Diagnosen der mentalen Gesundheit wie Angststörung oder Depression, die es schwieriger macht sozial zu sein.</li> <li>• Schwierigkeiten auf verständlicher Art und Weise zu kommunizieren.</li> <li>• Mangel an billigen oder kostenlosen Aktivitäten in der Gesellschaft.</li> <li>• wenige Möglichkeiten andere zu treffen.</li> <li>• wenige oder keine Interessen die man mit anderen teilen kann.</li> <li>• unzureichende Verkehrsmittel zu Aktivitäten in der Gesellschaft oder zu Orte</li> <li>• Mangel an Mitarbeitende die verfügbar sind um den Zugang zur Gesellschaft und die Teilnahme an Aktivitäten zu ermöglichen.</li> </ul>

**Tabelle 1.** Vorteile und Hindernisse einer Freundschaft

### **Untereinheit 3: Gute Beziehungen zum anderen Geschlecht haben**

Die Pubertät kann für junge Menschen eine schwierige und verwirrende Zeit sein. Dies kann für einen jungen Menschen mit einer Behinderung sogar noch schwieriger sein, da er möglicherweise anders oder langsamer lernt als seine Altersgenossen. Menschen mit Behinderungen haben ein Recht darauf:

- befriedigende und sichere Beziehungen zu erleben.
- mit Freundlichkeit und Respekt behandelt zu werden.
- sich sicher zu fühlen, wo immer sie sind.
- ihre Sexualität zu erforschen und auszudrücken.
- Kontrolle über Entscheidungen zu haben, die sich auf ihre sexuelle Gesundheit auswirken (mit Unterstützung, wo notwendig).

Manchmal entwickeln sich Freundschaften zu romantischen Beziehungen. In einer Beziehung zu sein ist ein normaler Teil der sozialen Entwicklung von Jugendlichen. Möglicherweise haben Sie aufgrund Ihrer Überzeugungen und Werte bestimmte Vorstellungen von Beziehungen.

#### **3.1. Machen Sie sich bereit für Ihr Date**

Hier sind einige Tipps, die Sie Ihrem Kind mit Behinderung für das erste Date geben können:

- Du sollst gut riechen, gut aussehen und dich gut fühlen!
- Du solltest selbstbewusst sein und dich gut gelaunt fühlen!
- Du solltest dich entspannt und wohl fühlen!
- Du solltest einige Themen vorbereiten, über die du beim ersten Date sprechen kannst!
- Du solltest einen starken ersten Eindruck hinterlassen!
- Du solltest dir selbst treu bleiben!
- Du solltest das SMS-Schreiben reduzieren und dich persönlich mit der anderen Person treffen!
- Du solltest deine Ängste und Sorgen überwinden!
- Du solltest die Dinge NICHT zu kompliziert machen!
- Du solltest dich NICHT unnötig stressen!
- Du solltest NICHT zu viel über dich selbst reden!



**Abbildung 1** . Mache dich bereit für dein Date

### 3.2. Sicher bleiben und Spaß haben

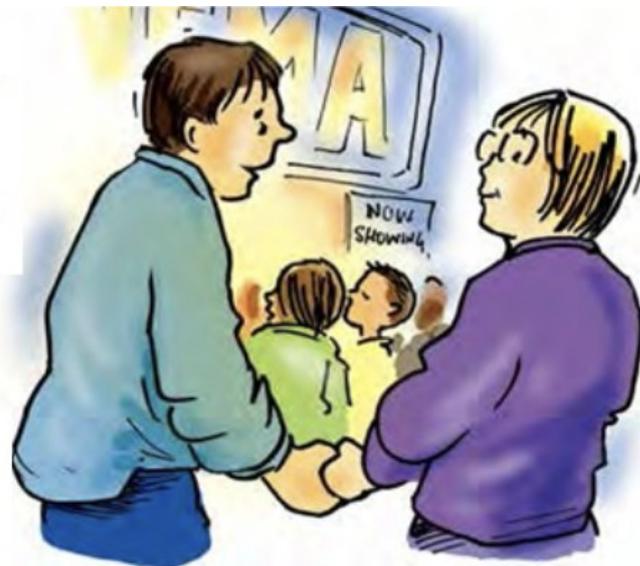
Ihre Kinder sollten Ihnen immer sagen, wohin sie gehen, wen sie treffen und wann sie nach Hause kommen. Dies trägt zu ihrer Sicherheit bei. Hier sind einige wichtige Schritte, die Ihre Kinder befolgen sollten:

Lade dein Date dazu ein,  
deine Eltern zu treffen.

Akzeptiere keine Fahrt  
nach Hause von deinem  
Date.

Triff euch zunächst an  
belebten Orten.

Nimm einen Freund mit  
dir. Redet darüber, wie  
ihr euch gegenseitig  
beschützen könnt.



Triff dein Date wo es andere Menschen gibt.  
Geht Kegeln oder ins Kino.

Nimm dein Handy mit. Rufe deine Eltern oder deinen Betreuer an wenn du dich gemobbt fühlst oder unter Druck gesetzt fühlst, etwas zu tun was du nicht tun willst.

Es ist okay NEIN zu sagen falls dein Date dich versucht zu berühren und du das nicht möchtest.

Mach keine sexuelle Annäherungsversuche es sei denn jemand gibt dir seine/ihre Einwilligung.

**Abbildung 2.** Sicher bleiben und Spaß haben

## Untereinheit 4: Liebe/Zuneigung erfahren

### 4.1. Sich für gesunde Beziehungen zum anderen Geschlecht entscheiden

Kinder lernen viel über Beziehungen von ihren Eltern. Wenn Familienmitglieder gesunde Beziehungen pflegen, lernen Kinder, dass das Zusammensein Liebe, Unterstützung, Akzeptanz, Toleranz und Kompromisse vermitteln kann. Die Vorbildfunktion einer offenen und ehrlichen Kommunikation mit Ihrem Kind und anderen Familienmitgliedern wird ihm auch dabei helfen, die Fähigkeiten zu entwickeln, die es braucht, um zu einer Beziehung beizutragen.



Ich kann darüber reden, wie ich mich fühle.

Ich kann darüber reden, was ich denke.

Ich kann über die Sachen reden,  
die ich mag.

Ich kann über die Sachen reden,  
die ich möchte.

Mir wird zugehört.

Das ist Respekt.

### **Abbildung 3.** Sich für gesunde Beziehungen zum anderen Geschlecht entscheiden

Gesunde Beziehungen werden mit körperlichem und emotionalem Wohlbefinden in Verbindung gebracht. Ein positives Selbstwertgefühl ist das Entscheidende. Wenn sich Ihre Kinder mit Behinderungen wohl fühlen, werden sie eher Beziehungen wählen, die positiv und respektvoll sind. Sie fühlen sich auch eher stark genug, um in Situationen, die sie gefährden oder in denen sie sich unwohl fühlen, Nein zu sagen. Für sie ist es auch wichtig zu wissen, wie sie sich in einer gesunden Beziehung fühlen sollten, damit sie die Kraft haben, eine Beziehung zu beenden, wenn sie sich nicht richtig anfühlt. Sprechen Sie mit Ihren Kindern mit Behinderungen über Respekt, Vertrauen, Ehrlichkeit, Sicherheit, Gleichheit und Glück sowie über ihr Recht, zu allem, was sie nicht tun möchten, „Nein“ zu sagen.

Zu einer gesunden Beziehung gehört, dass man mit Respekt behandelt wird und sich glücklich und sicher fühlt.

#### 4.2. Ungesunde Beziehungen vermeiden

Dies sind Anzeichen, auf die Ihre Kinder mit Behinderungen achten sollten, wenn sie eine Beziehung führen. Wenn ihre Beziehung ungesund ist, kann Folgendes passieren:

- sie könnten sich unter Druck gesetzt fühlen, Dinge zu tun, die sie nicht tun möchten.
- sie könnten Angst haben.
- sie könnten gemobbt werden.
- sie könnten sich kritisiert oder gedemütigt fühlen.
- sie könnten ein schlechtes Gewissen darüber haben, wer sie sind.
- sie könnten sich kontrolliert fühlen und das Gefühl haben, aufpassen zu müssen, was sie tun oder sagen.
- es könnte viel Streit geben.
- sie könnten daran gehindert werden, Freunde oder Familie zu sehen.
- sie könnten verärgert, verwirrt oder wütend sein.
- sie könnten verletzt werden, oder es könnten Drohungen bestehen, sie zu verletzen.



**Figur 4.** Ungesunde Beziehungen vermeiden



Co-funded by  
the European Union

## Ressourcen

[Aufbau von Partnerschaften: Ein Leitfaden zum Aufbau von Beziehungen mit Familien](#) : Nutzen Sie diesen Leitfaden des National Center on Parent, Family, and Community Engagement, um Ihre Fähigkeiten in der Partnerschaft mit Familien zu verbessern und die Inklusion von Kindern mit besonderen Bedürfnissen zu unterstützen.

[Beziehungsbasierte Kompetenzen für Vorsprung und frühen Vorsprung](#) : Diese Ressource des National Center on Parent, Family, and Community Engagement kann Ihnen dabei helfen, Ihre beziehungsbasierten Kompetenzen einzuschätzen und Ihre Interaktionen mit Familien zu verbessern, um ihre Ziele bestmöglich zu erreichen.

[Familienengagement und laufende Kinderbeurteilung](#) : Entdecken Sie in diesem Ressourcenleitfaden des National Center on Parent, Family, and Community Engagement, wie Sie Informationen zur Kinderbeurteilung mit Eltern teilen können.

[Der Familienpartnerschaftsprozess: Einbindung und Zielsetzung mit Familien](#) : Dieses Dokument enthält sieben Schritte zum Festlegen und Erreichen von Zielen mit Familien, um die Entwicklung und das Lernen ihres Kindes zu unterstützen. Diese Ressource wurde vom National Center on Parent, Family, and Community Engagement erstellt.

[Beispiel einer Inklusionsrichtlinie](#) : Sehen Sie sich diese Beispielrichtlinie zur Inklusion an, vergleichen Sie die Richtlinien Ihres Programms und überlegen Sie, welche Informationen Sie hinzufügen möchten. Dieses Beispiel wird von Quality Rated, Georgia Department of Early Care and Learning, bereitgestellt.

## Verweise

1. Brillante, P. (2017). Das Wesentliche: Unterstützung kleiner Kinder mit Behinderungen im Klassenzimmer. Washington, DC: Nationale Vereinigung für die Bildung kleiner Kinder.
2. Cross, AF, Traub, EK, Hutter-Pishgahi, L. & Shelton, G. (2004). Elemente einer erfolgreichen Inklusion von Kindern mit erheblichen Behinderungen. Themen der frühkindlichen Sonderpädagogik, 24(3), 169–183.



Co-funded by  
the European Union

3. Garguilo, RM, & Kilgo, JL (2014). Eine Einführung in Kleinkinder mit besonderen Bedürfnissen: Von der Geburt bis zum achten Lebensjahr (4. Aufl.). Belmont, CA: Wadsworth, Cengage Learning.
4. Molnar, BE, Buka, SL und Kessler, RC (2001). Sexueller Kindesmissbrauch und daraus resultierende Psychopathologie: Ergebnisse der National Comorbidity Survey. *American Journal of Public Health*, 91(5), 753-760.
5. Moore, MJ, & Rienzo, BA (2000). Nutzung der SIECUS-Richtlinien zur Bewertung der Sexualerziehung in einem Bundesstaat: inhaltlicher Umfang und Bedeutung. *Journal of School Health*, 70(2), 56-60.
6. Parlakian, R. (2001). Schauen, zuhören und lernen: Reflektierte Supervision und Beziehungsarbeit. Washington, D.C.: Null vor drei.
7. Raikes, H. & Edwards, C. (2009). Ausweitung des Tanzes in der Säuglings- und Kleinkindbetreuung. Baltimore, MD: Paul H. Brookes Publishing.
8. Weltverband für sexuelle Gesundheit. (2008). Sexuelle Gesundheit für das Jahrtausend: Eine Erklärung und ein technisches Dokument. MN, USA: Weltverband für sexuelle Gesundheit.
9. Studie zu Gewalt gegen Menschen mit Behinderungen: [Laut weltweiter Studie werden fast ein Drittel der behinderten Kinder und Jugendlichen misshandelt | Kinder | Der Wächter](#)



Co-funded by  
the European Union

# „PASSION FOR INCLUSION (P4I)“

**2021-1-DE02-KA220-ADU-000035138**

## **Unterrichtsmodule 4:**

**SEXUELLE SELBSTPFLEGE**

**Entwickelt von:**

**CAPPADOCIA EDUCATION AND RESEARCH ASSOCIATION (CERA)  
TÜRKİYE**





Co-funded by  
the European Union

## Inhaltsverzeichnis

Zusammenfassung des Moduls	136
Ziele	137
Lernuntereinheiten	137
Untereinheit 1: Kennt sich mit Angelegenheiten der persönlichen Hygiene (Hautausschläge, Hautpflege usw.) und der Schönheit (Wunsch, attraktiv auszusehen) aus	138
Untereinheit 2: Kennt sich mit sexueller Hygiene aus und reinigt den Genitalbereich	145
Untereinheit 3: Führt die persönliche Hygiene während der Menstruation durch und wechselt Menstruationsbinden	150
Untereinheit 4: Achtet während der Befriedigung sexueller Bedürfnisse auf Sauberkeit	156
Untereinheit 5: Peer-Education und Umgang mit Druck	159
Untereinheit 6: Wie man über Privatsphäre und Grenzen aufklären kann	164
Referenzen	170



Co-funded by  
the European Union

## ZUSAMMENFASSUNG DES MODULS

Dieses Modul soll Eltern von Kindern mit Behinderungen dabei helfen, persönliche Hygieneprobleme, einschließlich Hautausschläge und Hautpflege, anzugehen und gleichzeitig das Selbstwertgefühl und die „Body Positivity“ (die positive Einstellung zum eigenen Körper) zu fördern. Es bietet praktische Tipps, Ressourcen und Ratschläge für Eltern, um das Wohlbefinden und Selbstvertrauen ihres Kindes zu fördern.

Menschen mit Behinderungen gehören zu den benachteiligten Gruppen unserer Gesellschaft, weshalb sie im sozialen, geschäftlichen und akademischen Leben mit vielen Schwierigkeiten konfrontiert sind. Allerdings ist Sexualerziehung eines der wichtigsten Probleme, das von den grundlegendsten Problemen von Menschen mit Behinderungen übersehen wird. Dieses Modul soll Menschen mit Behinderungen über persönliche Hygiene- und Schönheitsthemen, die Reinigung des Genitalbereichs, die persönliche Hygiene während der Menstruation, die Aufklärung durch Gleichaltrige und den Umgang mit Druck sowie die Aufklärung über Privatsphäre und Grenzen informieren.

- Dieses Modul ist für Eltern von Menschen mit Behinderungen geschrieben, kann aber von jedem genutzt werden, beispielsweise von Personen, die sich um Menschen mit Behinderungen kümmern, anderen Familienmitgliedern von Menschen mit Behinderungen, Unterstützungskoordinatoren, usw.
- Für Menschen mit geistiger Behinderung wurden wichtige Strategien entwickelt, die in diesem Modul beschrieben werden.
- Nicht alles wird für jeden nützlich sein – nutzen Sie, was für Sie nützlich ist!
- Für weitere Informationen, Schulungen zu diesem Thema oder Material in diesem Handbuch kontaktieren Sie uns bitte.

## Ziele

Nach Abschluss dieses Moduls werden Eltern über Kenntnisse zu den folgenden Themen verfügen. Dieses Modul stellt visuelle Trainingswerkzeuge bereit, um den pädagogischen Bedürfnissen der Sexualerziehung gerecht zu werden, indem es das Selbstlernen und die Gefühle einer Person mit geistiger Behinderung unterstützt. Die Ziele des Moduls sind:

- Menschen mit Behinderungen zu ermöglichen, Kenntnisse über der persönlichen Hygiene und Schönheit zu haben.
- Menschen mit Behinderungen zu ermöglichen, Kenntnisse über sexueller Hygiene zu haben und ihre Genitalbereiche reinigen zu können.
- Menschen mit Behinderungen die Reinigung zu ermöglichen, sich zu reinigen, nachdem sie ihre sexuellen Bedürfnisse befriedigt haben.
- Menschen mit Behinderungen zu ermöglichen, mit Belastungen umzugehen.

## Lernuntereinheiten

Untereinheit 1	Kennt sich mit Angelegenheiten der persönlichen Hygiene (Hautausschläge, Hautpflege, usw.) und der Schönheit (Wunsch, attraktiv auszusehen) aus
Untereinheit 2	Kennt sich mit sexueller Hygiene aus und reinigt den Genitalbereich
Untereinheit 3	Führt die persönliche Hygiene während der Menstruation durch und wechselt Menstruationsbinden
Untereinheit 4	Achtet während der Befriedigung sexueller Bedürfnisse auf Sauberkeit
Untereinheit 5	Peer-Education und Umgang mit Druck
Untereinheit 6	Wie man über Privatsphäre und Grenzen aufklären kann

## ***Untereinheit 1: Kennt sich mit Angelegenheiten der persönlichen Hygiene (Ausschläge, Hautpflege, usw.) und der Schönheit (Wunsch, attraktiv auszusehen) aus***

Kinder und Jugendliche mit Behinderungen benötigen möglicherweise zusätzliche Unterstützung bei der Einhaltung von Hygieneregeln und -routinen. Möglicherweise fällt es ihnen schwer, soziale Hinweise zu erkennen und zu wissen, wann sie ein Hygieneproblem, wie beispielsweise ein stinkender Atem, beheben müssen. Wenn ein Jugendlicher eine körperliche Behinderung hat, benötigt er möglicherweise zusätzliche Hilfe bei der Körperpflege.

Obwohl die Eltern wahrscheinlich die wichtigsten Pädagogen sind, wenn es um Hygiene und Selbstfürsorge geht, können Dienstleister einen Unterschied machen, wenn sie die Botschaften der Eltern verstärken. Dienstleister sind in der einzigartigen Lage, sowohl Eltern als auch Kinder oder Jugendliche während der Pubertät zu unterstützen. Konsistente Botschaften sowohl von Eltern als auch von Dienstleistern können große Auswirkungen auf das Hygiene- und Selbstfürsorgemanagement haben.

Um Eltern von Kindern mit Behinderungen für die persönlichen Hygiene und Schönheit zu sensibilisieren, ist ein sensibler und umfassender Ansatz erforderlich. Es ist wichtig, die spezifischen Bedürfnisse jedes Kindes zu berücksichtigen, da Behinderungen sehr unterschiedlich sein können. Hier finden Sie ein Modul, das sich mit Fragen der persönlichen Hygiene und Schönheit befasst:

### **Abschnitt 1: Die Bedürfnisse Ihres Kindes verstehen**

1.1. **Individuelle Bedürfnisse erkennen:** Besprechen Sie, wie wichtig es ist, die individuellen Bedürfnisse Ihres Kindes zu erkennen, einschließlich der spezifischen Herausforderungen, denen es aufgrund seiner Behinderung möglicherweise gegenübersteht.

1.2. **Beratende Fachkräfte:** Wenden Sie sich an medizinische Fachkräfte wie Kinderärzte, Dermatologen oder Ergotherapeuten, um die spezifischen Hygieneprobleme Ihres Kindes zu verstehen und darauf einzugehen.

### **Abschnitt 2: Persönliche Hygiene**

2.1. **Baden und Duschen:** Bieten Sie Ihre Hilfe an, um Baderoutinen anzupassen, einschließlich der Verwendung von spezieller Ausrüstung, falls erforderlich.

2.2. **Hautpflege:** Besprechen Sie häufig auftretende Hautprobleme und Ausschläge sowie Strategien zur Vorbeugung und Behandlung.

2.3. **Mundpflege:** Betonen Sie die Bedeutung der Mundhygiene und schlagen Sie bei Bedarf angepasste Werkzeuge oder Techniken vor.

### **Abschnitt 3: Schönheit und Selbstwertgefühl**

3.1. **Selbstwertgefühl fördern:** Seien Sie sich bewusst, wie wichtig es ist, das Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen Ihres Kindes zu stärken, unabhängig von seiner Behinderung.

3.2. **Positives Körperbild:** Lernen Sie Strategien zur Förderung eines positiven Körperbildes und der Selbstakzeptanz Ihres Kindes.

3.3. **Adaptive Schönheitsroutinen:** Informieren Sie sich darüber, wie Sie Schönheits- und Pflegeroutinen anpassen können, um sie für Ihr Kind zugänglicher zu machen.

### **Abschnitt 4: Ressourcen und Support**

4.1. **Selbsthilfegruppen:** Recherchieren Sie Informationen zu lokalen Selbsthilfegruppen oder zu Selbsthilfegruppen, die sich online treffen, in denen Sie mit anderen Eltern in Kontakt treten können, die vor ähnlichen Herausforderungen stehen.

4.2. **Therapeuten und Berater:** Seien Sie sich der Vorteile einer Therapie oder Beratung für Ihres Kindes bewusst, um deren emotionales und psychisches Wohlbefinden zu verbessern.

4.3. **Barrierefreie Produkte:** Erhalten Sie Informationen zu Produkten und Werkzeugen, die für Menschen mit Behinderungen entwickelt wurden, um persönliche Hygiene- und Schönheitsroutinen leichter handhabbar zu machen.

### **Abschnitt 5: Unabhängigkeit aufbauen**

5.1. **Selbstfürsorge lehren:** Entwickeln Sie einige Strategien, um Ihrem Kind schrittweise altersgerechte Selbstfürsogeroutinen beizubringen, um Unabhängigkeit aufzubauen.

5.2. **Adaptive Hilfsmittel:** Recherchieren Sie über den Einsatz adaptiver Hilfsmittel und Technologien, um die Unabhängigkeit Ihres Kindes bei der persönlichen Hygiene und Körperpflege zu unterstützen.

## **Abschnitt 6: Schlussfolgerung und Zukunftsplanung**

**6.1. Erstellen eines langfristigen Plans:** Denken Sie über die sich verändernden Bedürfnisse Ihres Kindes im Laufe seines Wachstums und seiner Entwicklung nach und darüber, wie seine persönlichen Hygiene- und SelbstwertgefühlROUTINEN möglicherweise angepasst werden müssen.

**6.2. Erneuter Besuch des Moduls:** Besuchen Sie dieses Modul regelmäßig, um auf dem Laufenden zu bleiben und Ihre Strategien nach Bedarf anzupassen.

Denken Sie daran, dass jedes Kind mit geistiger Behinderung einzigartig ist. Daher ist es wichtig, diese Empfehlungen auf die spezifischen Bedürfnisse Ihres Kindes abzustimmen und bei Bedarf Fachkräfte zu konsultieren. Dieses Modul soll als Ausgangspunkt für die Behandlung persönlicher Hygiene- und Schönheitsprobleme dienen und gleichzeitig das Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen Ihres Kindes stärken.

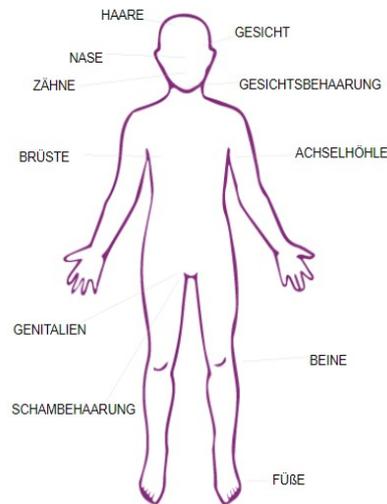
Eltern und Dienstleister können mit Kindern und Jugendlichen zusammenarbeiten, um ihnen beizubringen, wie sie während der Pubertät auf ihren Körper achten können. Für sie ist es hilfreich, die gleichen Botschaften von verschiedenen Menschen zu hören. Hier sind einige wichtige Tipps zur Selbstpflege, die sich auf verschiedene Körperteile beziehen.

Eine gute allgemeine Hygiene hilft uns nicht nur, gesund zu bleiben, sondern trägt auch dazu bei, dass wir uns gut fühlen, da sie das Selbstwertgefühl und das Selbstvertrauen stärkt. Dies gilt für alle, auch für Kinder und Jugendliche mit Behinderungen.

Für Kinder und Jugendliche kann es hilfreich sein, die Grundlagen einer guten Körperhygiene Schritt für Schritt zu lernen:

- Händewaschen.
- Bei Husten den Mund bedecken.
- regelmäßig baden oder duschen.
- Zähneputzen und Zahnseide verwenden Zähne.

Kinder und Jugendliche mit einer Behinderung benötigen Hilfe und Unterstützung, um gute persönliche Hygienegewohnheiten bestmöglich zu praktizieren. Dies wird umso wichtiger, je älter sie werden und sich der Pubertät nähern.



**Abbildung 1.** Hygienediagramm

### **Wie kann ich mit meinem Kind über persönliche Hygiene sprechen?**

Wenn Sie in der Lage sind, offen und ehrlich über Sauberkeit zu sprechen, können Sie die schwierigen persönlichen Hygieneprobleme meistern, die wahrscheinlich auftauchen, wenn Ihr Kind heranwächst und ein Teenager wird.

Hier finden Sie einen Leitfaden zur persönlichen Hygiene beim Händewaschen, Duschen, zur Hautpflege und zur Mundgesundheit.

### **Händewaschen**

Die meisten Keime werden durch Handkontakt übertragen. Regelmäßiges Händewaschen verhindert, dass Ihr Kind und andere krank werden. Ermutigen Sie Ihr Kind, sich in allen folgenden Fällen die Hände mit Wasser und Seife oder alkoholischem Händedesinfektionsmittel (mit 70 % Alkohol) zu waschen:

- wenn die Hände schmutzig aussehen.
- vor dem Essen oder Zubereiten von Speisen.
- nach dem Berühren von rohem Fleisch, einschließlich Huhn und Rindfleisch.
- nach Kontakt mit Körperflüssigkeiten wie Blut, Urin, Kot oder Erbrochenem.
- nach dem Berühren von Tieren.
- nach dem Naseputzen, Niesen oder Husten.
- nach dem Toilettengang.

### **Duschen und Baden**

Wenn Sie Ihr Kind beim Duschen oder Baden unterstützen, achten Sie darauf, dass es seinen gesamten Körper, auch die Achselhöhlen, den Genitalbereich und den Po, wäscht und dass der Körper vor dem Anziehen gründlich trocken ist. Die

Genitalbereiche und der Po sollten mit einem sauberen separaten Tuch gewaschen werden, das nicht für andere Körperbereiche verwendet wird.

### **Hauterkrankungen**

Hauterkrankungen und -symptome kommen bei Kindern mit komplexen Bedürfnissen häufig vor. Zu den häufig auftretenden Hautproblemen gehören Juckreiz, Hautausschläge, Hautgeschwüre oder Hautinfektionen. Hautsymptome werden oft auf eine zugrunde liegende Erkrankung oder Komplikationen im Zusammenhang mit der Behandlung zurückgeführt.

Einige Möglichkeiten, Hautreizungen zu reduzieren:

- Ärzte können die Grunderkrankung, die die Hautreizung verursacht, diagnostizieren und behandeln.
- Kürzere Badezeiten und die Verwendung von lauwarmem Wasser mit Seifen mit einem mildem oder niedrigem pH-Wert.
- Verwenden Sie Badeöle oder Seifenersatzstoffe wie wässrige Cremes, Badewaschmittel, feuchtigkeitsspendende oder feuchtigkeitsspendende Lotionen und seifenfreie Reinigungsstücke.
- Verwenden Sie Shampoo-Ersatzstoffe (zum Beispiel Haferflocken-Shampoos).
- Halten Sie die Haut feucht, indem Sie regelmäßig Weichmacher wie Sorbolen-Creme und wässrige Creme verwenden.
- Sorgen Sie für eine kühle Umgebungstemperatur und vermeiden Sie schnelle Temperaturschwankungen.
- Halten Sie die Fingernägel kurz und bedecken Sie die Hände Ihres Kindes mit Fäustlingen, wenn es sich an der Haut kratzt.

### **Mundhygiene**

Mundgesundheit ist für Kinder mit besonderen Bedürfnissen wichtig. Anfällig für Mundprobleme sind Kinder, die sich nicht selbst um die Mundpflege kümmern können, eine schlechte orale Aufnahme und/oder schlechte Mundhygiene haben sowie Schwierigkeiten beim Füttern und Schlucken haben. Wenn es Ihrem Kind nicht gut geht oder sein Immunsystem nicht so funktioniert, wie es sollte, besteht ein höheres Risiko für Mundprobleme.

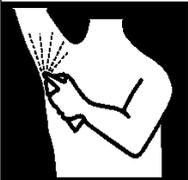
- **Regelmäßige Mundpflege** kann vielen Mundproblemen vorbeugen. Die Zähne sollten zwei- bis dreimal täglich mit einer weichen Zahnbürste oder einem Wattestäbchen gereinigt werden. Ein sanftes Abtupfen des Mundes mit warmem Salzwasser (0,9 % Kochsalzlösung – oder etwa 2 Teelöffel Salz in einem 250-ml-Glas Wasser aufgelöst) hilft dabei, Ablagerungen zu entfernen und besänftigt außerdem den Mund. Sie können die Lippen Ihres Kindes mit Lippenbalsam oder Paraffin feucht halten.

- Ein **trockener Mund** ist ein häufiges Problem. Dies kann durch das Atmen durch den Mund, Dehydratisierung, Angstzustände, Medikamente und Infektionen verursacht werden. Es gibt in Apotheken erhältliche Produkte, die gegen Mundtrockenheit helfen, aber auch ein einfaches Abtupfen wie oben erklärt kann helfen.
- **Entzündung/Reizung:** Mukositis kann auch durch schlechte Mundhygiene, Neutropenie (niedrige Anzahl weißer Blutkörperchen, die die Fähigkeit zur Infektionsbekämpfung verringert) und Infektionen entstehen. Diese können sehr schmerzhaft sein und erfordern möglicherweise eine antiseptische Reinigung oder eine örtliche Betäubung.
- Bei Kindern, die **immunsupprimiert (geringe Fähigkeit, Infektionen abzuwehren)** oder geschwächt sind, besteht das Risiko einer Pilzinfektion im Mund. Pilzinfektionen können wie weiße Plaques im Mund aussehen. Weiße Plaques sind nicht immer sichtbar und eine Pilzinfektion kann auch wie eine Rötung/Reizung aussehen. Um dies richtig zu behandeln, benötigt Ihr Kind möglicherweise von einem Arzt verschriebene Medikamente, aber auch eine gute Mundreinigung und Gesundheit helfen.
- **Blutungen aus der Mundschleimhaut** können durch eine verbesserte Mundpflege und die Behandlung oder Vorbeugung von Infektionen reduziert werden. Die Blutgerinnung ist schwierig, wenn der Blutbestandteil, der für die Blutgerinnung verantwortlich ist (die Blutplättchen), niedrig ist, was die Blutung verschlimmert. Manchmal benötigen Kinder möglicherweise eine Blutplättchentransfusion, die von einem Arzt verordnet und im Krankenhaus durchgeführt werden muss.
- Kinder und Jugendliche haben außerdem Probleme mit **einer übermäßigen Speichelproduktion und/oder Schwierigkeiten beim Schlucken von Speichel**, was sich auf den Zahnschmelz auswirken kann. Es gibt einige Medikamente, die ein Arzt verschreiben kann, um die erhöhte Speichelproduktion zu behandeln.
- Kinder, die unter **Reflux leiden oder häufig erbrechen**, können Probleme mit der Mundhygiene haben, da Säure aus dem Magen in den Mund gelangt. Wenn sich Ihr Kind erbricht oder einen Reflux-Anfall hat, ist es wichtig, den Mund anschließend zu reinigen.
- **Die Reinigung des Mundes von Kindern, die oral gefüttert werden können**, und die Überprüfung, dass sich die Nahrung beim Füttern nicht im Mund ansammelt, sind der Schlüssel zur Mundgesundheit. Kinder, die Schwierigkeiten beim Schlucken und Kauen haben, können nach dem Essen oft Essensreste im Mund haben.

## AKTIVITÄT 1

Erstellen Sie ein Diagramm (wie das untenstehende), das die Aufgaben zeigt. Ordnen Sie sie in der Reihenfolge an, die für Ihre Familie am besten geeignet ist. Für einige Familien ist es morgens zu anstrengend, um zu baden, sodass abends geduscht wird. Verwenden Sie Bilder oder Fotos als visuelle Erinnerung an das, was als nächstes kommt, und haken Sie sie ab, wenn sie fertig sind.

### bleiben Sie sauber und gesund

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
 Duschen oder baden und Haare waschen							
 Deodorant benutzen							
 saubere Kleidung anziehen							
 Haare bürsten							
 Zähne putzen							

## **Untereinheit 2: Kennt sich mit sexueller Hygiene aus und reinigt den Genitalbereich**

Eltern von Kindern mit geistiger Behinderung müssen sich der Bedeutung der Förderung eines gesunden und respektvollen Ansatzes zur Sexualhygiene und Genitalpflege bewusst sein, bei dem das Wohlergehen und Wohlbefinden des Kindes im Vordergrund steht. Darüber hinaus sollten Eltern ermutigt werden, Beratung und Unterstützung von medizinischem Fachpersonal und Therapeuten einzuholen, die in diesem Zusammenhang auf die Betreuung von Kindern mit Behinderungen spezialisiert sind.

Eltern von Kindern mit geistiger Behinderung spielen eine entscheidende Rolle dabei, ihren Kindern dabei zu helfen, etwas über sexuelle Hygiene und die Reinigung ihres Genitalbereichs zu lernen. Es ist wichtig, dieses Thema mit Sensibilität, Respekt und einem Fokus auf die spezifischen Bedürfnisse und Fähigkeiten des Einzelnen anzugehen. Denken Sie daran, dass jede Person mit Behinderung einzigartig ist und der Ansatz zur Vermittlung von Sexualhygiene und Genitalpflege individuell angepasst werden sollte, um ihren spezifischen Bedürfnissen und ihrem Komfortniveau gerecht zu werden. Es handelt sich um einen schrittweisen und fortlaufenden Prozess, der Geduld, Einfühlungsvermögen und Engagement für die Förderung ihres allgemeinen Wohlbefindens und ihrer Unabhängigkeit erfordert.

### **Abschnitt 1: Sexuelle Hygiene verstehen**

- **Warum sexuelle Hygiene wichtig ist:**
  - Erklären Sie die Bedeutung der Sexualhygiene für die Aufrechterhaltung der allgemeinen Gesundheit und des Wohlbefindens.
  - Gehen Sie in diesem Zusammenhang auf die besonderen Bedürfnisse und Herausforderungen von Kindern mit Behinderungen ein.
- **Respektieren Sie die Autonomie Ihres Kindes:**
  - Es ist sehr wichtig, die Grenzen und Autonomie Ihres Kindes in Bezug auf seinen Körper zu respektieren.
  - Fördern Sie eine offene Kommunikation und Diskussionen über die Einwilligung, auch wenn Ihre verbalen Fähigkeiten eingeschränkt sind.

## Abschnitt 2: Genitalpflege für Kinder mit Behinderungen

- **Den richtigen Zeitpunkt und Ort wählen:**
  - Besprechen Sie mit Ihrem Kind die Bedeutung der Privatsphäre und wählen Sie geeignete Zeiten und Orte für die Genitalpflege.
- **Reinigung des Intimbereichs:**
  - Geben Sie Schritt-für-Schritt-Anleitungen für die sanfte und einfühlsame Reinigung des Genitalbereichs an.
  - Betonen Sie die Verwendung milder, hypoallergener Produkte und weicher, nicht scheuernder Materialien.
  - Heben Sie hervor, wie wichtig es ist, auf Sauberkeit zu achten, um Infektionen oder Beschwerden vorzubeugen.
- **Anpassung an individuelle Bedürfnisse:**
  - Bedenken Sie, dass die Bedürfnisse jedes Kindes einzigartig sein können und dass Sie Ihren Ansatz entsprechend anpassen sollten.
  - Achten Sie bei Kindern mit sensorischen Empfindlichkeiten, Mobilitätsproblemen oder anderen Behinderungen gemeinsam mit Ihrem Arzt auf Bedürfnisse Ihres Kindes.

## Abschnitt 3: Kommunikation und Bildung

- **Offene und ehrliche Kommunikation:**
  - Sorgen Sie für eine offene Kommunikation mit Ihrem Kind in Bezug auf sexuelle Hygiene.
  - Geben Sie Tipps zur Beantwortung von Fragen und beteiligen Sie sich an altersgerechten Diskussionen.
- **Vermittlung von Selbstfürsorgefähigkeiten:**
  - Es ist wichtig, darüber zu diskutieren, wie wichtig es ist, Kindern mit Behinderungen Schritt für Schritt beizubringen, an ihrer eigenen Genitalfürsorge teilzunehmen, je nach Alter und Fähigkeiten.
  - Bieten Sie Vorschläge an, um dies zu einer positiven und angenehmen Lernerfahrung zu machen.

#### Abschnitt 4: Professionellen Rat einholen

- **Beratung von Gesundheitsfachkräften:**

- Wenden Sie sich bei Bedarf an medizinisches Fachpersonal wie Kinderärzte oder Spezialisten.
- Regelmäßige Kontrolluntersuchungen und Vorsorgeuntersuchungen sind wichtig.

#### AKTIVITÄT-2

Dies ist eine Aktivität, die Sie mit Ihrem Kind durchführen können. Es sollte in einer unterstützenden und integrativen Umgebung durchgeführt werden, die es Ihrem Kind ermöglicht, zu lernen und Fragen zu stellen, ohne zu urteilen. Sie sollten die Aktivität an die spezifischen Bedürfnisse und Fähigkeiten Ihres Kindes anpassen und sicherstellen, dass sie seinem Wohlbefinden und seinem Entwicklungsstadium entspricht.

<b>Aktivitätsname:</b>	<b>„Entdeckung von Hygiene und Selbstfürsorge“</b>
<b>Ziel:</b>	Förderung des Bewusstseins und des Verständnisses für sexuelle Hygiene und die Bedeutung der Sauberkeit des Genitalbereichs.
<b>Benötigte Materialien:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Visuelle Hilfsmittel (z. B. Diagramme, Bilder)</li> <li>• Milde Seife oder Tücher</li> <li>• Warmes Wasser und ein Becken</li> <li>• Handtücher oder Waschlappen</li> <li>• Einweghandschuhe (optional)</li> </ul>
<b>Anweisungen:</b>	<p><b>12. Einführung (10 Minuten):</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Beginnen Sie mit einer kurzen Diskussion über die Bedeutung der persönlichen Hygiene und warum es wichtig ist, den Genitalbereich sauber zu halten.</li> <li>2. Betonen Sie, dass diese Aktivität ein sicherer und angenehmer Ort zum Lernen und Besprechen dieser Themen ist.</li> </ol> <p><b>13. Visuelle Hilfsmittel (10 Minuten):</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Verwenden Sie visuelle Hilfsmittel wie Diagramme oder Bilder, um die Anatomie</li> </ol>

des Genitalbereichs vorzustellen.

2. Besprechen Sie grundlegende Begriffe und Körperteile und betonen Sie, dass es normal ist, private Körperteile zu haben.

**14. Diskussion (15 Minuten):**

1. Führen Sie eine offene und respektvolle Diskussion über das Konzept von Privatsphäre und Grenzen. Stellen Sie Fragen wie: „Was bedeutet ‚Privatsphäre‘ für dich?“ und „Warum ist es wichtig, die Privatsphäre einer Person zu respektieren?“
2. Erklären Sie, dass die Pflege unseres Körpers, einschließlich des Genitalbereichs, eine private und persönliche Angelegenheit ist.

**15. Hygienedemonstration (20 Minuten):**

1. Demonstrieren Sie nach Möglichkeit eine einfache und sichere Genitalreinigung anhand einer Puppe oder eines Modells. Verwenden Sie eine angemessene Sprache und erklären Sie jeden Schritt.
2. Betonen Sie, wie wichtig die Verwendung von milder Seife oder Tüchern, warmem Wasser und sanften Bewegungen ist.
3. Betonen Sie die Notwendigkeit, den Bereich sanft und gründlich abzuspülen und zu trocknen.

**16. Übung (20 Minuten):**

1. Lassen Sie Ihr Kind die Reinigungsroutine mit milder Seife oder Tüchern, einem Becken mit warmem Wasser und Handtüchern oder Waschlappen üben.
2. Bieten Sie bei Bedarf Anleitung und Unterstützung an und stellen Sie sicher, dass sich Ihr Kind wohl fühlt und den Prozess versteht.

**17. Rollenspiel (15 Minuten):**

1. Nehmen Sie an Rollenspielen teil, in denen Ihr Kind üben kann, bei seinen

	<p>Hygieneroutinen um Hilfe zu bitten oder seine Grenzen durchzusetzen.</p> <ol style="list-style-type: none"><li>2. Fördern Sie in diesen Szenarien eine respektvolle Kommunikation und Zustimmung. Fördern Sie das Verständnis für den Kontext, in dem man seine Einwilligung geben muss und in dem Kontext, in dem das nicht notwendig ist.</li></ol> <p><b>18. Fragen und Antworten und Reflexion (10 Minuten):</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Bitten Sie Ihr Kind, Fragen zu stellen oder seine Gedanken und Gefühle zu dem, was es gelernt hat, mitzuteilen.</li><li>2. Bekräftigen Sie die Bedeutung von der Privatsphäre, der Einwilligung und der Aufrechterhaltung von persönlichen Grenzen.</li></ol> <p><b>19. Fazit (10 Minuten):</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Fassen Sie die wichtigsten Erkenntnisse aus der Aktivität zusammen.</li><li>2. Ermutigen Sie Ihr Kind, seine Hygieneroutinen weiterhin auf eine sichere und bequeme Weise durchzuführen.</li></ol>
--	--

### ***Untereinheit 3: Führt die persönliche Hygiene während der Menstruation durch und wechselt Menstruationsbinden***

#### **Was ist Menstruation?**

Die Menstruation ist für Frauen und Mädchen ein natürlicher Vorgang. Sie beginnt bei Frauen normalerweise im Alter von 9 bis 16 Jahren und endet im Alter von 45 bis 55 Jahren. Jeden Monat bewirken Hormone im weiblichen Körper die Freisetzung einer Eizelle aus einem der beiden Eierstöcke. Jeden Monat beginnen etwa 10 bis 20 winzige Eizellen zu reifen, aber es werden nur ein oder zwei Eizellen freigesetzt. Über die Eileiter wandern die Eizellen dann zur Gebärmutter. Die Gebärmutter bereitet sich mit zusätzlichem Gewebe und Blutgefäßen auf die Eizelle vor, um den heranwachsenden Fötus zu ernähren (sofern die Eizelle befruchtet wird). Erst wenn die Eizelle auf Spermien trifft, wird sie befruchtet und entwickelt sich im Laufe von 9 Monaten langsam zu einem Baby. Wird die Eizelle nicht befruchtet, wird sie sowie die Blutgefäße und die verdickte Gebärmutter Schleimhaut nicht mehr benötigt, weshalb sie zusammen mit der unbefruchteten Eizelle als Menstruationsblut durch die Vagina austreten. Dieser Vorgang wird Menstruationsperiode genannt und dauert zwischen zwei und sieben Tagen.

Die Periode tritt im Durchschnitt alle 28 Tage auf, normal ist jedoch alles zwischen 21 und 35 Tagen. Dies wird als Menstruationszyklus bezeichnet. Manchmal kann der Menstruationszyklus unregelmäßig werden, da sich die Periode einer Frau aufgrund von Krankheit oder Stress verzögert oder früher als erwartet einsetzt. Dies kommt häufig bei jungen Mädchen vor, die gerade mit der Menstruation begonnen haben, oder bei Frauen, die kurz vor der Menopause stehen.

Mädchen können bereits im Alter von acht Jahren bis zum Alter von 16 Jahren ihre Periode bekommen. Der Umgang mit der Menstruation kann für Mädchen mit einer Behinderung schwierig sein und sie haben möglicherweise Angst, wie sie damit umgehen sollen, ob es weh tut oder nicht und mit wem sie sprechen sollen.

Mädchen bekommen ihre erste Periode, wenn eine Eizelle in einem der Eierstöcke heranreift. Dies kann im Alter zwischen acht und 19 Jahren passieren.

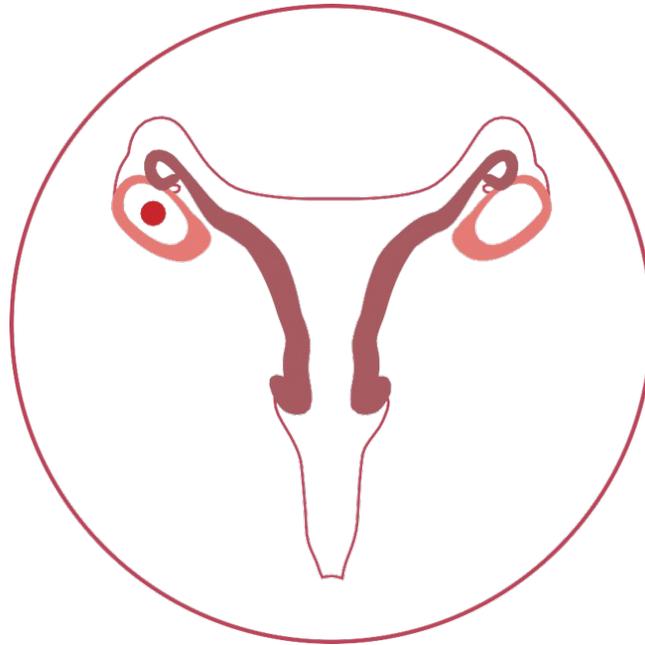


Abbildung 1. Der Menstruationszyklus – Phase 1

Sobald die Eizelle reif ist, wird sie aus dem Eierstock freigesetzt und gelangt durch den Eileiter in die Gebärmutter. Während die Eizelle die Eileiter passiert, verdickt sich die Gebärmutter Schleimhaut.

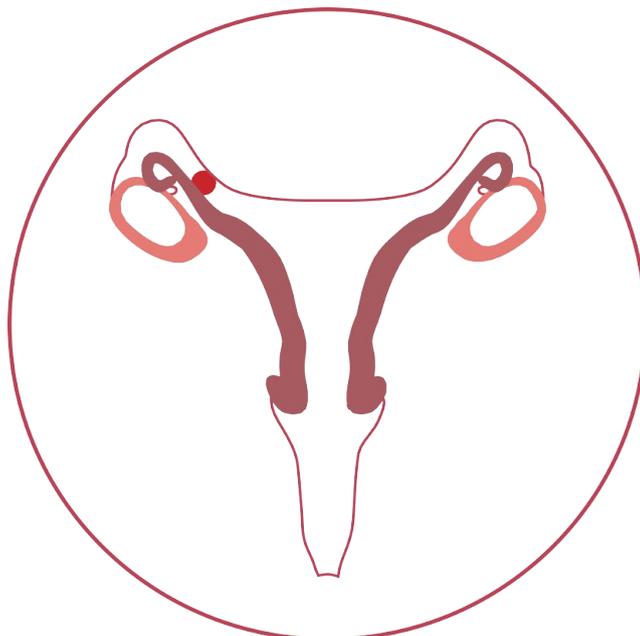


Abbildung 2. Der Menstruationszyklus – Stufe 2

Wenn die Eizelle befruchtet wird, bietet diese Gebärmutterschleimhaut einem heranwachsenden Baby ein Zuhause.

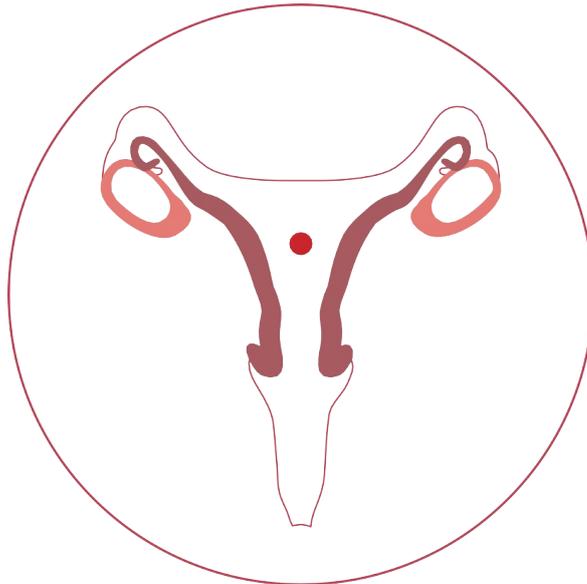
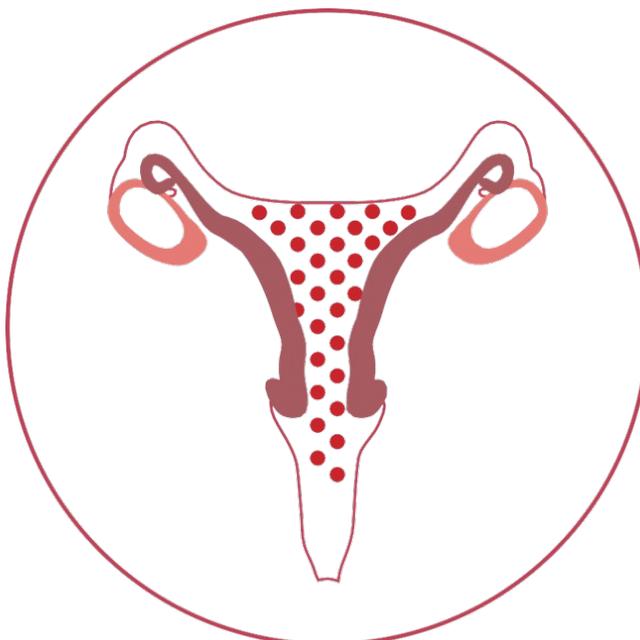


Abbildung 3 . Der Menstruationszyklus – Stufe 3

Erfolgt keine Befruchtung, stößt der Körper die Gebärmutterschleimhaut in Form von Blut oder Blutgerinnseln ab.



*Abbildung 4. Der Menstruationszyklus – Stufe 4*

Die Menstruation ist keine Krankheit oder Infektion. Es ist nicht schmutzig, beschämend oder unrein. Es ist ein natürlicher Prozess, der jeden Monat stattfindet und zeigt, dass der weibliche Körper gesund ist.

Die Menstruationshygiene ist der Prozess, bei dem Frauen und Mädchen ihre Genitalien reinigen sowie gebrauchte Menstruationsmaterialien waschen und wechseln. Es ist wichtig, weil es:

- Körpergeruch verhindert.
- Infektionen verhindert.
- es Frauen und Mädchen ermöglicht, den ganzen Tag sauber und gesund zu bleiben und sich wohl und selbstbewusst zu fühlen.

Um geeignete Menstruationshygienematerialien für Frauen und Mädchen sowohl im Entwicklungs- als auch im Notfallkontext zu beschaffen, ist es wichtig, die potenziellen Vor- und Nachteile dieser Produkte in verschiedenen Kontexten zu verstehen.



*Abbildung 5 . Menstruationshygienematerialien-1*

Zur Aufnahme von Menstruationsblut können unterschiedliche Materialien oder Produkte verwendet werden. Hierzu zählen beispielsweise Tücher, Menstruationsbinden, Tampons oder eine Menstruationstasse. Stoffbinden und

Menstruationstassen können gewaschen, gereinigt und wiederverwendet werden, Menstruationsbinden und Tampons müssen jedoch nach einmaligem Gebrauch entsorgt werden.

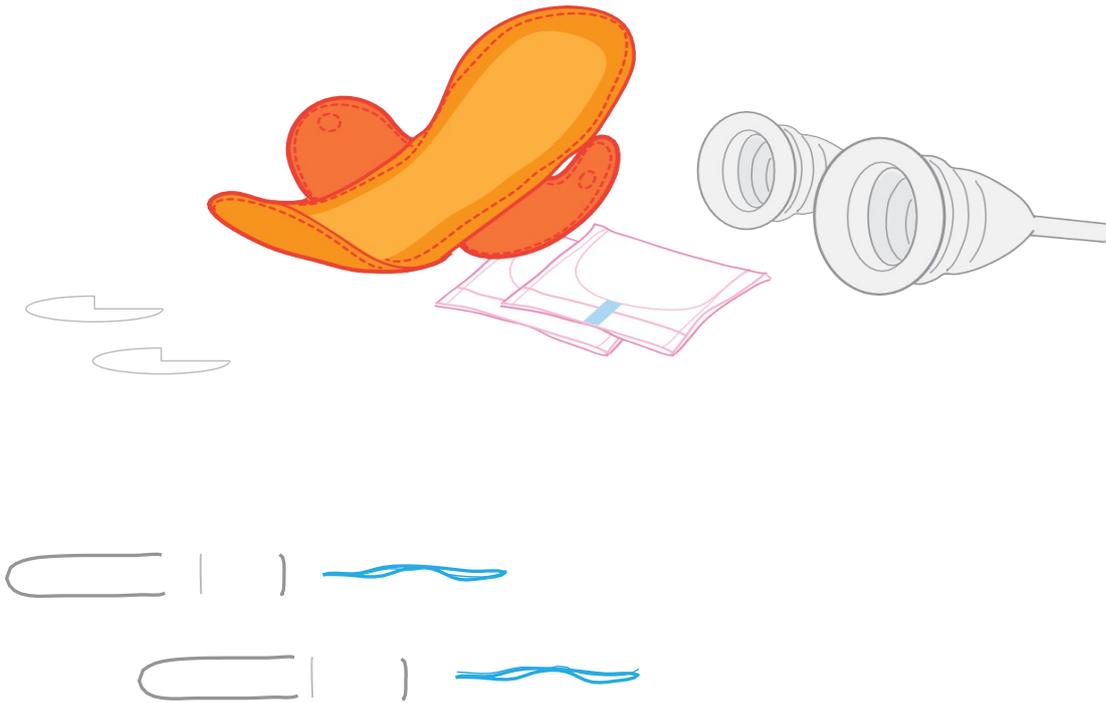
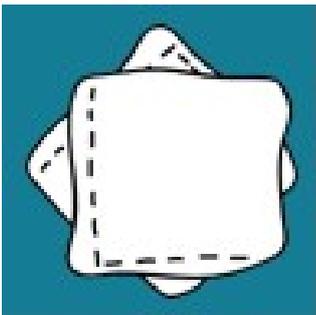
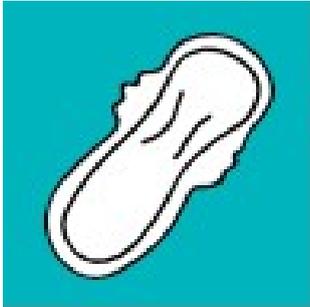


Abbildung 6 . Menstruationshygienematerialien-2

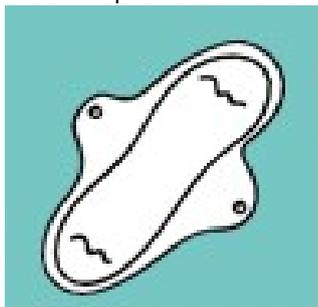
**Menstruationstücher:** Tücher sind wiederverwendbare Stoffstücke, die außen am Körper, in Unterwäsche oder um die Taille gebunden getragen werden, um den Menstruationsfluss aufzufangen. Sie werden entweder aus neu gekauften Stoffstücken (hauptsächlich Baumwolle) oder aus alten Stoffen hergestellt, die aus der Kleidung oder für andere Zwecke wiederverwendet wurden. Es gibt keine Richtlinien dazu, wie lange Menstruationstücher wiederverwendet werden kann, es besteht jedoch allgemein Einigkeit darüber, dass dies nicht länger als ein Jahr der Fall sein sollte. Sie sind Verbrauchsgüter und erfordern eine regelmäßige Bewertung des Angebots, der Verfügbarkeit und der Erschwinglichkeit.



**Wiederverwendbare Binden:** Wiederverwendbare Binden werden außen am Körper in der Unterwäsche getragen, um den Menstruationsfluss aufzusaugen und normalerweise durch Druckknöpfe an Ort und Stelle gehalten. Sie werden aus verschiedenen natürlichen oder synthetischen Materialien hergestellt. Nach Gebrauch werden sie gewaschen, getrocknet und etwa ein Jahr lang wiederverwendet. Es handelt sich um Verbrauchsgüter, deren Angebot, Verfügbarkeit und Erschwinglichkeit regelmäßig überprüft werden müssen.



**Einweg-Menstruationsbinden:** Einweg-Menstruationsbinden werden äußerlich am Körper in der Unterwäsche getragen, um den Menstruationsfluss aufzufangen. Nach spätestens acht Stunden werden sie entsorgt; es handelt sich daher um Verbrauchsgüter, deren Angebot, Verfügbarkeit und Erschwinglichkeit regelmäßig überprüft werden müssen. Binden sind in verschiedenen Größen, Saugstärken und Materialien erhältlich und bestehen aus einem mehrschichtigen Design aus Mischungen aus Kunststoffen, Viskose und Baumwolle. Die Menstruationsbinden sollten über Flügel verfügen, um das Auslaufen zu verhindern und die Menstruationsbinde sicherer an Ort und Stelle zu halten.



**Tampon:** Tampons sind saugfähige Materialien aus Baumwolle und/oder Viskose, die in die Vagina eingeführt werden, um den Menstruationsfluss aufzusaugen. Sie dehnen sich bei Feuchtigkeit aus und verhindern so ein Auslaufen. Sie können bis zu acht Stunden getragen werden, danach werden sie mit dem Entfernungsfaden entfernt und entsorgt. Sie sind in verschiedenen Größen und Materialien sowie mit oder ohne Applikator zur Erleichterung des Einführens erhältlich. Tampons sind Verbrauchsgüter, deren Angebot, Verfügbarkeit und Erschwinglichkeit regelmäßig überprüft werden müssen.



**Menstruationstasse:** Die Menstruationstasse ist ein nicht absorbierendes, glockenförmiges Gerät, das in die Vagina eingeführt wird, um den Menstruationsfluss aufzufangen. Es dichtet ab und wird von den Wänden der Vagina an Ort und Stelle gehalten. Es besteht typischerweise aus medizinischem Silikon. Die Menstruationstasse sammelt dreimal mehr Blut als Binden oder Tampons und muss alle sechs bis zwölf Stunden geleert, anschließend gespült und wieder eingeführt werden (sofern die Einrichtungen dies zulassen). Nach jedem Menstruationszyklus muss die Tasse fünf bis zehn Minuten lang abgekocht werden. Die meisten Hersteller bieten mindestens zwei Größen an, immer häufiger werden auch unterschiedliche Formen verwendet. Becher sind fünf bis zehn Jahre lang wiederverwendbar.



**Hier sind einige praktische Tipps für Eltern junger Mädchen mit geistiger Behinderung und Dienstleister, die Jugendliche in diesem Prozess unterstützen können:**

20 Sprechen Sie darüber, dass eine Periode ein normaler und gesunder Teil des Erwachsenwerdens ist.

21 Erklären Sie, warum Frauen ihre Periode haben: „Dein Körper bereitet sich darauf vor, sich eine Frau zu werden.“

22 Verwenden Sie eine einfache Sprache: „Das Blut fließt aus deiner Vagina, der Öffnung zwischen deinen Beinen. Es ähnelt dem Blut, das man sieht wenn man sich den Finger schneidet oder Nasenbluten hat.“

23 Zeigen Sie, was zu tun ist, einschließlich wo Sie Menstruationsbinden finden, wie Sie sie verwenden und wie Sie sie im Müll entsorgen. Üben Sie mit vielen verschiedenen Produkten und wählen Sie die Art der Menstruationsbinden aus.

24 Erklären Sie, was zu tun ist, wenn Blut auf Unterwäsche oder Hosen gelangt. Zum Beispiel: „Bewahre Unterwäsche oder Kleidung in deinem Rucksack auf, für den Fall, dass Blut auf deine Unterwäsche oder Hose gelangt.“

25 Sprechen Sie über Ängste und Sorgen. Erwähnen Sie, dass verschiedene Arten von Emotionen (z. B. Traurigkeit oder Stimmungsschwankungen) normal sind. Sprechen Sie über Gefühle und besprechen Sie Bewältigungsstrategien (z. B. Musik hören, sanfte Dehnübungen machen oder mehr Schlaf bekommen).

26 Besprechen Sie andere praktische Strategien zur Bewältigung der Menstruation, zum Beispiel: „Trage keine weiße Kleidung, wenn deine Periode fällig ist, da dies zu Peinlichkeiten führen kann, wenn die Blutung einsetzt.“

## **Untereinheit 4: Achtet während der Befriedigung sexueller Bedürfnisse auf Sauberkeit**

Die Sauberkeit vor und nach der Befriedigung sexueller Bedürfnisse ist ein wichtiger Aspekt der Sexualhygiene. Richtige Hygiene fördert nicht nur das körperliche Wohlbefinden, sondern hilft auch, Infektionen vorzubeugen und die allgemeine Gesundheit zu erhalten. Im Folgenden finden Sie Schritte zur Reinigung nach sexueller Aktivität:

### **Vor sexueller Aktivität:**

- **Hände waschen:** Ihr Kind mit Behinderungen sollte immer mit sauberen Händen beginnen. Es sollte sie gründlich mit Wasser und Seife waschen, um die Ausbreitung von Keimen zu verhindern.

### **Nach sexueller Aktivität:**

- **Die Toilette benutzen:** Nach sexuellen Aktivitäten ist es eine gute Angewohnheit, die Toilette zum Urinieren zu benutzen. Dies kann dazu beitragen, eventuell in die Harnröhre gelangte Bakterien auszuspülen.
- **Reinigung des Intimbereichs:**
  - **Für Vulva-Besitzende (Menschen, deren biologisches Geschlecht weiblich ist):**
    - Zur Reinigung des äußeren Genitalbereichs (Vulva) sollte Ihr Kind ein sanftes, Parfüm-freies Intimwaschgel mit ausgeglichenem pH-Wert oder klares Wasser verwenden. Sie sollten saure Seifen meiden, da diese das natürliche pH-Gleichgewicht stören können.
    - Sie sollten vorsichtig von vorne nach hinten gewaschen werden, um die Ausbreitung von Bakterien vom Anus in die Vagina zu verhindern.
    - Sie sollten die Stelle mit einem sauberen, weichen Handtuch trocken tupfen oder an der Luft trocknen lassen.
  - **Für Penisbesitzende (Menschen, deren biologisches Geschlecht männlich ist):**
    - Ihr Kind sollte seinen Penis sanft mit warmem Wasser und milder, nicht parfümierter Seife reinigen.
    - Es sollte für eine gründliche Reinigung sorgen, auch der Vorhaut, falls vorhanden.
    - Es sollte die Stelle mit einem sauberen, weichen Handtuch trocken tupfen.

### **Zusätzliche Tipps:**

- **Flüssigkeitszufuhr:** Eine gute Flüssigkeitszufuhr kann dazu beitragen, Giftstoffe und Bakterien aus dem Körper zu entfernen. Ihr Kind mit Behinderungen sollte darüber nachdenken, nach sexuellen Aktivitäten Wasser zu trinken.
- **Safer-Sex-Praktiken:** Bei sexuellen Aktivitäten mit einem Partner ist die Ausübung von Safer-Sex von entscheidender Bedeutung, um sexuell übertragbare Infektionen (STIs) zu verhindern. Die Verwendung von Kondomen oder anderen Barrieremethoden ist ein wichtiger Aspekt der sexuellen Gesundheit.
- **STI-Test:** Regelmäßige STI-Tests werden für sexuell aktive Personen empfohlen, insbesondere wenn sie sexuelle Aktivitäten mit neuen oder mehreren Partnern ausüben.
- **Konsultieren Sie einen Arzt:** Wenn Sie Bedenken hinsichtlich der sexuellen Gesundheit Ihres Kindes haben oder wenn es nach sexueller Aktivität Beschwerden oder ungewöhnliche Symptome verspürt, ist es ratsam, einen Arzt zu konsultieren, um Rat und gegebenenfalls Tests einzuholen.

Denken Sie daran, dass die Aufrechterhaltung einer guten Sexualhygiene ein persönlicher und wichtiger Aspekt der allgemeinen Gesundheit und des Wohlbefindens ist. Es ist wichtig, diese Richtlinien an die individuellen Bedürfnisse, das Komfortniveau und die kulturellen Gegebenheiten anzupassen. Eine offene Kommunikation mit Sexualpartnern über Hygienepreferenzen und -praktiken kann auch dazu beitragen, ein sicheres und respektvolles Sexualerlebnis für alle Beteiligten zu gewährleisten.

## **Untereinheit 5: Peer-Education und Umgang mit Druck**

Eltern von Kindern mit Behinderungen sollten über ein umfassendes Verständnis der Peer-Education verfügen und wie man mit Druck umgeht, um ihren Kindern wirksame Unterstützung zu bieten. Folgendes sollten Eltern wissen:

### **Peer-Education:**

- **Was ist Peer-Education?:** Eltern sollten verstehen, dass Peer-Education darin besteht, dass Einzelpersonen voneinander lernen und sich gegenseitig unterrichten, typischerweise innerhalb derselben Altersgruppe oder desselben sozialen Kontexts.
- **Vorteile von Peer-Education:** Erklären Sie die Vorteile von Peer-Education, zum Beispiel den Aufbau sozialer Kompetenzen, die Förderung von Empathie und die Förderung von Inklusion. Peer-Education kann Menschen mit Behinderungen dabei helfen, Selbstvertrauen zu entwickeln und aus den Erfahrungen ihrer Altersgenossen zu lernen.
- **Rolle der Eltern:** Eltern können eine entscheidende Rolle bei der Förderung der Bildung durch Gleichaltrige spielen. Sie können ihr Kind dabei unterstützen, seine Erfahrungen und Erkenntnisse mit Gleichaltrigen zu teilen und so dazu beitragen, ein integratives und verständnisvolles Umfeld zu schaffen.
- **Förderung der Peer-Education:** Eltern sollten ihr Kind dazu ermutigen, sich an der Peer-Education zu beteiligen, indem sie Diskussionen über Behinderung, Vielfalt und Empathie anstoßen. Ermutigen Sie Ihr Kind, seine Erfahrungen zu teilen und seine Mitmenschen auf positive und ermutigende Weise zu erziehen.

### **Mit Druck umgehen:**

- **Druck erkennen:** Eltern sollten sich der verschiedenen Belastungen bewusst sein, denen Kinder mit Behinderungen ausgesetzt sein können, darunter schulischer Stress, soziale Herausforderungen und emotionale Schwierigkeiten.
- **Bewältigungsstrategien verstehen:** Erfahren Sie mehr über verschiedene Bewältigungsstrategien wie Achtsamkeit, Entspannungstechniken, Zeitmanagement und die Suche nach Unterstützung von vertrauenswürdigen Erwachsenen oder Fachleuten.
- **Individueller Ansatz:** Erkennen Sie, dass Bewältigungsstrategien von Person zu Person unterschiedlich sein können. Was für eine Person funktioniert, funktioniert möglicherweise nicht für eine andere Person. Passen Sie die Strategien an die individuellen Bedürfnisse und Vorlieben Ihres Kindes an.

- **Kommunikation:** Fördern Sie eine offene Kommunikation mit Ihrem Kind über den Druck und die Stressfaktoren, denen es möglicherweise ausgesetzt ist. Schaffen Sie einen sicheren und vorurteilsfreien Raum, in dem sie ihre Gefühle und Sorgen äußern können.
- **Vorbildliche Bewältigungsfähigkeiten:** Als Eltern können Sie Ihrem Kind gesunde Bewältigungsfähigkeiten zeigen, indem Sie Ihren eigenen Stress effektiv bewältigen. Kinder lernen oft, indem sie das Verhalten der Erwachsenen in ihrer Umgebung beobachten.
- **Professionelle Unterstützung:** Seien Sie sich bewusst, wann es notwendig ist, professionelle Unterstützung wie Therapie oder Beratung in Anspruch zu nehmen, damit Ihr Kind mit Druck oder psychischen Problemen zurechtkommt.
- **Unterstützungsnetzwerk:** Ermutigen Sie Ihr Kind, ein Unterstützungsnetzwerk aufzubauen, das Gleichaltrige, Lehrkräfte und andere vertrauenswürdige Erwachsene umfasst. Ein Unterstützungssystem kann bei der Bewältigung von Drucks hilfreich sein.
- **Selbstfürsorge:** Machen Sie deutlich, wie wichtig Selbstfürsorge für Sie und Ihr Kind ist. Bringen Sie Ihrem Kind bei, dass Pausen, das Üben von Entspannungstechniken und die Aufrechterhaltung einer gesunden Work-Life-Balance für das Wohlbefinden unerlässlich sind.
- **Resilienz:** Helfen Sie Ihrem Kind, Resilienz zu entwickeln, indem Sie ihm Fähigkeiten zur Problemlösung und die Fähigkeit, sich von Herausforderungen zu erholen, beibringen. Resilienz kann ein wirksames Werkzeug zur Bewältigung von Druck sein.

Für Eltern von Menschen mit Behinderung ist die Belastung durch Stress zu groß. Vor allem Mütter von Jugendlichen und Erwachsenen mit Autismus haben einen hohen Stresshormonspiegel. Die emotionale Wirkung ist enorm und kann Folgendes umfassen:

- Angst und Sorge vor:
  - den Schmerz und das Leid Ihres Kindes.
  - die Zukunft Ihres Kindes.
  - die Frage, ob Sie genug oder das Richtige tun, um Ihrem Kind zu helfen.
- Schuldgefühle wegen:
  - die Grenzen Ihrer Fähigkeit, Ihr Kind zu schützen.
  - der Verlust der Aufmerksamkeit gegenüber anderen Kindern, Ihrem Ehepartner und Ihren alternden Eltern.
  - Ihre Eifersucht und Ihr Groll gegenüber diesen Kindern ohne Behinderungen.
- Gefühle der Isolation, weil Sie:

- viele familienorientierte Aktivitäten versäumen, weil die Behinderung Ihres Kindes eine erfolgreiche Teilnahme verhindert.
- auf Kritik und Urteile über Ihre Erziehung von anderen stoßen, die die Behinderung Ihres Kindes nicht verstehen.
- sich in der Gegenwart von Eltern normal entwickelter Kinder wie ein Außenseiter fühlen.
- Trauer:
  - über den Verlust der Hoffnungen und Träume, die Sie für Ihr Kind hatten.
  - weil Sie nicht die Erziehungserfahrung haben, die Sie sich vorgestellt haben.
  - wegen wiederkehrenden Erinnerungen daran, was Ihr Kind verpasst. Das kann auch zu chronischen Kummer führen.

### **AKTIVITÄT-3**

Hier ist eine Aktivität, die Sie mit anderen Eltern durchführen können, die ebenfalls Kinder mit Behinderungen haben.

<b>Aktivitätsname:</b>	<b>„Unterstützen Sie Ihr Kind: Peer-Education und Umgang mit Druck“</b>
<b>Ziel:</b>	Wir möchten Eltern von Kindern mit Behinderungen Strategien an die Hand geben, mit denen sie ihren Kindern helfen können, sich im Umgang mit Gleichaltrigen zurechtzufinden und mit verschiedenen Belastungen umzugehen.
<b>Benötigte Materialien:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Whiteboard oder Tafel</li> <li>• Marker oder Kreide</li> <li>• Handouts mit Informationen zu Bewältigungsstrategien und Peer-Education</li> <li>• Flipchart-Papier und Marker</li> <li>• Materialien für Kleingruppendiskussionen (falls zutreffend)</li> </ul>
<b>Dauer:</b>	Ungefähr 90 Minuten
<b>Anweisungen:</b>	<p><b>Einführung (10 Minuten)</b></p> <p>22. Heben Sie hervor, wie wichtig die Unterstützung der Eltern ist, wenn es darum geht, ihren Kindern mit Behinderungen dabei zu helfen, Beziehungen</p>

	<p>zu Gleichaltrigen zu meistern und mit Druck umzugehen.</p> <p><b>Sitzung 1: Mit Druck umgehen (30 Minuten)</b></p> <p><i>Druck verstehen:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ermöglichen Sie eine Diskussion über die verschiedenen Belastungen, denen Kinder mit Behinderungen ausgesetzt sein können, einschließlich akademischer, sozialer und emotionaler Belastungen.</li> <li>- Teilen Sie relevante Statistiken und Forschungsergebnisse zu Stressfaktoren, denen Kinder mit Behinderungen ausgesetzt sind.</li> </ul> <p><i>Bewältigungsstrategien:</i></p> <p>Stellen Sie Bewältigungsstrategien vor, mit denen Eltern ihren Kindern beibringen können, effektiv mit Druck umzugehen.</p> <p>Besprechen Sie Techniken wie Achtsamkeit, Entspannungsübungen, Zeitmanagement und die Suche nach Unterstützung von vertrauenswürdigen Erwachsenen.</p> <p><b>Sitzung 2: Peer-Education (30 Minuten)</b></p> <p><i>Bedeutung der Peer-Education:</i></p> <p>Q) Erklären Sie, wie wichtig es ist, Kindern Peer-Education beizubringen, und wie es ihnen dabei helfen kann, soziale Fähigkeiten, Empathie und Belastbarkeit zu entwickeln.</p> <p><i>Förderung der Peer-Education:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Besprechen Sie Strategien für Eltern, um ihre Kinder zur Teilnahme an Peer-Education zu ermutigen, zum Beispiel durch den Austausch von Erfahrungen, die Förderung von Inklusion und die Förderung von Empathie.</li> <li>- Geben Sie Tipps, wie Sie mit Ihren Kindern Gespräche über Peer-Education initiieren können.</li> </ul> <p><b>Interaktive Aktivitäten (15 Minuten)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Teilen Sie die Eltern in kleine Gruppen ein und stellen Sie Szenarien zu Interaktionen und Druck unter Gleichaltrigen vor.</li> <li>- Bitten Sie jede Gruppe, praktische Strategien zur</li> </ul>
--	---

	<p>Unterstützung ihrer Kinder in solchen Situationen zu entwickeln.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Teilen Sie die Ideen der Gruppe mit dem gesamten Workshop.</li> </ul> <p><b>Sitzung 3: Fragen und Antworten und Austausch (fünf Minuten)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Öffnen Sie das Gespräch für Fragen und ermutigen Sie die Eltern, ihre Erkenntnisse, Bedenken oder Erfahrungen im Zusammenhang mit der Bewältigung von Druck und der Bildung durch Gleichaltrige auszutauschen.</li> </ul>
<b>Fazit und Ressourcen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fassen Sie die wichtigsten Erkenntnisse aus dem Workshop zusammen.</li> <li>• Stellen Sie Eltern Ressourcen zur Verfügung, darunter Handouts, Websites und lokale Selbsthilfegruppen, in denen sie auf zusätzliche Informationen und Unterstützung zugreifen können.</li> </ul>
<b>Nachverfolgen:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ermutigen Sie die Eltern, die im Workshop besprochenen Strategien umzusetzen und ihre Erfahrungen in den Folgesitzungen miteinander auszutauschen.</li> <li>• Erwägen Sie die Organisation von Peer-Selbsthilfegruppen für Eltern von Kindern mit Behinderungen, um das Gemeinschaftsgefühl und die gegenseitige Hilfe weiter zu fördern.</li> </ul>

Dieser Workshop vermittelt Eltern Wissen und praktische Strategien, um ihre Kinder mit Behinderungen dabei zu unterstützen, mit Druck umzugehen und sich an Peer-Education zu beteiligen. Es schafft ein unterstützendes Netzwerk, in dem Eltern Erfahrungen austauschen und voneinander lernen können, während sie gleichzeitig ihren Kindern helfen, in sozialen und emotionalen Aspekten des Lebens erfolgreich zu sein.

## **Untereinheit 6: Wie man über Privatsphäre und Grenzen aufklären kann**

Kinder und Jugendliche, die gesunde Grenzen verstehen, entwickeln eher Fähigkeiten zur Selbstkontrolle und Eigenverantwortung. Dies wiederum wird ihnen helfen, anderen gegenüber Respekt zu zeigen und persönliche Sicherheitsregeln zu entwickeln. Jeder verdient Respekt und das Gefühl, sicher zu sein.

Über Grenzen zu sprechen kann Folgendes umfassen:

- Den Unterschied zwischen öffentlichen und privaten Räumen, Verhaltensweisen und Diskussionsthemen verstehen.
- Persönlicher Raum und Berührung: „gute“-Berührungen und „schlechte“-Berührung.
- Das Konzept, dass „mein Körper privat ist“ und nur bestimmte Personen meinen Körper für bestimmte Dinge berühren können (zum Beispiel beim Arztbesuch oder wenn Hilfe auf der Toilette benötigt wird).
- Was zu tun ist und wem man es sagen kann, wenn man nicht angemessen berührt wurden.

### **Privatsphäre**

Wenn Ihr Kind älter wird, braucht es mehr Privatsphäre und persönlichen Freiraum. Dies liegt daran, dass Ihr Kind neue Ideen, Emotionen und soziale Interessen erforscht. Auch Ihr Kind findet heraus, was für ein Mensch es ist oder sein möchte. Es ist für Ihr Kind selbstverständlich, dabei Ideen und Informationen für sich zu behalten. Geben Sie Ihrem Kind Zeit und Privatsphäre, um nachzudenken und sich selbst zu erkunden. Dies ist ein wichtiger Beitrag zur Förderung seiner wachsenden Unabhängigkeit. Denn zum Erwachsenwerden gehört es, zu lernen, selbstständig und verantwortungsbewusst mit neuen Ideen, Emotionen und Interessen umzugehen.

### **Überwachung**

Weil das jugendliche Gehirn sich noch in der Entwicklung befindet, treffen Teenager manchmal schnelle Entscheidungen und denken nicht immer über die möglichen Konsequenzen ihres Verhaltens nach. Das bedeutet, dass Ihr Kind darauf angewiesen ist, dass Sie mit ihm in Kontakt bleiben, damit Sie es anleiten und unterstützen können. Dies nennt man Überwachung. Da jedoch auch Teenager Privatsphäre und Unabhängigkeit benötigen, müssen Sie Ihr Kind anders überwachen als als es jünger war. Beispielsweise könnte Ihr Kind nach und nach beginnen, sich selbstständig fortzubewegen und sich zu vereinbarten Zeiten bei Ihnen zu melden.

## Vertrauen

Das bedeutet, dass Sie darauf vertrauen, dass Ihr Kind gute Entscheidungen trifft, sich angemessen verhält und entscheidet, welche Informationen es mit Ihnen und anderen teilen möchte. Vertrauen geht in beide Richtungen. Ihr Kind muss darauf vertrauen können, dass Sie sein Recht auf Privatsphäre und Mitsprache bei Entscheidungen über sein Leben respektieren. Wenn Sie und Ihr Kind gegenseitiges Vertrauen haben, können Sie besser kommunizieren. Außerdem wird Ihr Kind eher zu Ihnen kommen, wenn es Hilfe braucht.

## Zu den praktischen Möglichkeiten, die Privatsphäre Ihres Kindes zu respektieren, gehören:

- klopfen, bevor sie sein Zimmer betreten.
- Ihrem Kind den Raum geben, damit es mit seinen Freunden reden kann.
- fragen, bevor Sie in seiner Schultasche schauen oder Dinge aus dieser herausholen.
- überprüfen, ob Ihr Kind möchte, dass Sie beim Arztbesuch dabei sind.

Es kann auch hilfreich sein, mit Ihrem Kind über die Privatsphäre zu sprechen und einige Grundregeln festzulegen und einige Grenzen herausarbeiten. Diese können geändert werden, wenn Ihr Kind älter wird.

Gegebenfalls möchten Sie auch über Situationen sprechen, in denen Sie möglicherweise die vereinbarten Grenzen überschreiten müssen. Das kann zum Beispiel der Fall sein, wenn Sie wirklich befürchten, dass mit Ihrem Kind etwas nicht stimmt.

Um die Botschaft zu vermitteln, dass Sie die Privatsphäre Ihres Kindes respektieren, können Sie **Folgendes vermeiden:**

- den Telefongesprächen Ihres Kindes zuzuhören.
- Dinge in seinem Zimmer oder in seinen Schubladen anzuschauen.
- sein Tagebuch zu lesen oder sein E-Mail-Konto zu überwachen.
- sich mit Ihrem Kind auf den sozialen Medien zu „befreunden“ oder mit ihm über soziale Medien zu kommunizieren, obwohl Ihr Kind das nicht möchte.
- Ihr Kind ständig anzurufen, um von ihm zu hören.

Die Aufklärung über Privatsphäre und Grenzen für Kinder mit Behinderungen ist für ihre Sicherheit, Autonomie und persönliche Entwicklung von entscheidender Bedeutung. Hier sind einige Richtlinien für Eltern:

- **Beginnen Sie früh:** Beginnen Sie schon in jungen Jahren mit dem Unterrichten von Privatsphäre und Grenzen. Verwenden Sie eine einfache Sprache und

altersgerechte Erklärungen, um Ihrem Kind das Verständnis der Konzepte zu erleichtern.

- **Verwenden Sie visuelle Hilfsmittel:** Visuelle Hilfsmittel wie Bilder oder Zeichnungen können hilfreich sein, um die Konzepte von öffentlichen und privaten Räumen sowie angemessene und unangemessene Berührungen zu erklären.
- **Verwenden Sie soziale Geschichten:** Erstellen oder finden Sie soziale Geschichten, die Privatsphäre und Grenzen in verschiedenen Situationen veranschaulichen. Soziale Geschichten können Kindern mit Behinderungen helfen, abstrakte Konzepte konkret zu verstehen.
- **Einwilligung lehren:** Erklären Sie die Bedeutung der Einwilligung im Umgang mit anderen. Bringen Sie Ihrem Kind bei, persönliche Grenzen zu erkennen und zu respektieren, und ermutigen Sie es, diese Grenzen bei Bedarf durchzusetzen.
- **Rollenspiele:** Nutzen Sie Rollenspiele, um Ihrem Kind dabei zu helfen, verschiedene soziale Situationen und angemessene Reaktionen zu üben. Üben Sie beispielsweise, in einer sicheren und unterstützenden Umgebung „Stopp“ oder „Nein“ zu sagen.
- **Besprechen Sie den persönlichen Raum:** Sprechen Sie mit Ihrem Kind über den persönlichen Raum, sowohl seinen eigenen als auch den anderer. Bringen Sie Ihrem Kind bei, den persönlichen Raum anderer zu respektieren und zu kommunizieren, wenn sie selbst persönlichen Raum brauchen.
- **Verwenden Sie Beispiele aus dem wirklichen Leben:** Verwenden Sie Beispiele oder Situationen aus dem wirklichen Leben, um Privatsphäre und Grenzen zu veranschaulichen. Besprechen Sie Situationen wie das Umziehen, die Benutzung der Toilette und das Alleinsein mit anderen.
- **Fördern Sie die angemessene Sprache:** Bringen Sie Ihrem Kind die richtigen Namen für seine Körperteile bei. Fördern Sie eine offene Kommunikation über seinen Körper und etwaige Beschwerden.
- **Respektieren Sie die Grenzen Ihres Kindes:** Respektieren Sie die Grenzen und die Privatsphäre Ihres Kindes. Modellieren Sie angemessenes Verhalten, indem Sie Ihr Kind um seine Zustimmung bitten, bevor sie es umarmen, berühren oder seinen persönlichen Raum betreten.
- **Besprechen Sie vertrauenswürdige Erwachsene:** Erzählen Sie Ihrem Kind von vertrauenswürdigen Erwachsenen wie Eltern, Betreuern und Lehrkräfte, an die es sich wenden kann, wenn es sich unwohl oder unsicher fühlt.
- **Schaffen Sie eine sichere Umgebung:** Stellen Sie sicher, dass Ihre häusliche Umgebung sicher und frei von Situationen ist, die die Privatsphäre oder die Grenzen Ihres Kindes verletzen könnten.

- **Fördern Sie die Kommunikation:** Schaffen Sie eine offene und nicht wertende Atmosphäre, in der sich Ihr Kind wohlfühlt, wenn es Bedenken oder Fragen zu Privatsphäre oder Grenzen bespricht.
- **Wiederholung und Konsequenz:** Vertiefen Sie die Lektionen regelmäßig und auf einer konsequenten Art und Weise. Kinder mit Behinderungen benötigen möglicherweise mehr Wiederholungen, um diese Konzepte vollständig zu verstehen.
- **Sich an ihre Bedürfnisse anpassen:** Erkennen Sie, dass jedes Kind einzigartig ist und dass einige Kinder mit Behinderungen möglicherweise unterschiedliche sensorische Empfindlichkeiten oder Kommunikationsstile haben. Passen Sie Ihre Methoden an ihre spezifischen Bedürfnisse an.
- **Suchen Sie professionellen Rat:** Wenn Sie sich nicht sicher sind, wie Sie die Aufklärung über Privatsphäre und Grenzen für Ihr Kind angehen sollen, sollten Sie einen Kinderpsychologen, Therapeuten oder Berater konsultieren, der auf die Arbeit mit Kindern mit Behinderungen spezialisiert ist.
- **Beziehen Sie die Schule mit ein:** Arbeiten Sie mit der Schule oder dem Bildungsteam Ihres Kindes zusammen, um sicherzustellen, dass die Aufklärung über Privatsphäre und Grenzen auch im Bildungsumfeld berücksichtigt wird.

Denken Sie daran, dass die Vermittlung von Privatsphäre und Grenzen ein fortlaufender Prozess ist und dass es wichtig ist, Ihren Ansatz an die spezifischen Fähigkeiten und Bedürfnisse Ihres Kindes anzupassen. Konsequente Verstärkung, Geduld und offene Kommunikation werden Ihrem Kind helfen, ein starkes Verständnis für diese wichtigen Konzepte zu entwickeln.

Das Erlernen der Körperautonomie führt dazu, dass ein Kind in der Lage ist, Grenzen zu setzen, sich befähigt fühlt, „Nein“ zu sagen und in der Lage ist, sich in einer Welt zurechtzufinden, die ihm oft keinen Erfolg ermöglicht.

### **1. Lassen Sie Ihrem Kind wissen, dass es der Chef von seinem eigenen Körper ist.**

Betonen Sie und schaffen Sie Möglichkeiten, damit Ihr Kind versteht, dass es die Kontrolle darüber hat, wie es mit anderen interagiert und wie andere mit ihm interagieren. Erzwingen Sie niemals Umarmungen, Küsse oder Liebkosungen als Ersatz für die Kommunikation – auch nicht mit Verwandten. Wenn ein Kind jemanden bei der Begrüßung und Verabschiedung nicht umarmen möchte, sagen Sie ihm, dass das in Ordnung ist – es kann winken, ein High-Five machen, einen Kuss zuwerfen oder einfach nur grüßen.

**2. Bitten Sie Kinder um Erlaubnis, bevor Sie sie berühren, und ermutigen Sie sie, dasselbe zu tun.** Tun Sie dies, indem Sie es selbst modellieren. Bevor Sie Ihren Schüler, Ihr Kind, Ihre Nichte, Ihren Neffen oder Ihr Enkelkind umarmen, bitten Sie ihn um Erlaubnis. Wenn das Kind noch sehr jung ist oder noch keine Sprache spricht, gewöhnen Sie sich an, Ihre Zustimmung zu kommunizieren, indem Sie ihm einfach mitteilen, was Sie tun und warum, bevor Sie es berühren. Versuchen Sie es mit einfachen Erklärungen wie: „Ich werde dein Hemd zuknöpfen, damit du für die Schule bereit bist“ oder „Ich werde Shampoo in dein Haare einmassieren, damit sie sauber werden.“ Dies bestärkt die Vorstellung, dass die Kommunikation während der Berührung fortlaufend ist.

**3. Lassen Sie Kinder wissen, dass es in Ordnung ist, um Hilfe zu bitten, und helfen Sie ihnen, „sichere“ Erwachsene zu identifizieren.** Bringen Sie Kindern bei, dass sichere Erwachsene auf ihre Wünsche und Bedürfnisse hören und ihnen kein Unbehagen oder Angst bereiten. Es ist schwierig, sichere Erwachsene zu identifizieren, selbst für andere Erwachsene. Daher liegt der Schlüssel hier darin, Stärke in der Anzahl zu finden und die Kinder dazu zu bringen, zahlreiche Erwachsene zu identifizieren, denen sie sich frei öffnen können, wenn sie jemals Angst haben oder sich unwohl fühlen. Ermutigen Sie sie, diesen Erwachsenen Bescheid zu sagen, wenn ihnen jemand droht oder sie auffordert, Geheimnisse zu bewahren. Manche Kinder erleben zu Hause ungewollte sexuelle Erfahrungen; gehen Sie also nicht davon aus, dass ihre Verwandten oder Betreuer immer die sicherste Option sind.

**4. Seien Sie direkt, wenn Sie über die Anatomie des Körpers sprechen.** Es ist üblich, sich auf niedliche Phrasen zu verlassen, um sich auf Genitalien zu beziehen, aber alternative Wörter für Kinder zu finden oder ihnen zu sagen, dass sie Wörter wie „Penis“ oder „Vagina“ nicht sagen sollen, vermittelt die Botschaft, dass diese Körperteile beschämend sind. Kinder, denen beigebracht wird, nicht über ihren Körper zu sprechen, fühlen sich möglicherweise weniger wohl dabei, sexuelle Belästigungen zu melden.

**5. Sprechen Sie über Einwilligung außerhalb des Zusammenhangs von Sex.** Oftmals wird das Wort „Einwilligung“ nur in einem sexuellen Kontext erwähnt, aber Sie können die Einwilligung zu einem Teil alltäglicher Gespräche machen, indem Sie es als Rahmen für die Suche nach einer Erlaubnis verwenden. Bringen Sie Kindern bei, ihre Zustimmung einzuholen, bevor sie Gegenstände von anderen ausleihen, bevor sie Fotos online stellen, wenn sie Gruppenpläne machen und, wie immer, bevor sie andere Menschen berühren.



Co-funded by  
the European Union

**6. Reden Sie früh und oft.** Die sexuelle Entwicklung ist ebenso wichtig wie die körperliche, kognitive und emotionale Entwicklung. Kinder, die keinen Zugang zu Informationen über Sexualität haben, haben ein höheres Risiko, ungesunde Einstellungen oder Überzeugungen über ihre eigene Sexualität und/oder die Sexualität anderer zu entwickeln. Möglicherweise suchen sie auch nach Informationen in ungenauen oder schädlichen Quellen. Wenn Kinder während ihrer gesamten Entwicklung altersgerechte Gespräche führen, fühlen sie sich möglicherweise wohler, wenn sie ehrliche und offene Gespräche über ihren Körper, ihr Geschlecht, ihre Grenzen und ihr Einverständnis suchen.

**7. Kritisieren Sie Medien offen, wenn sie etwas falsch machen.** Man sieht es überall. Witze, Kommentare, Rechtsfälle und sogar „Ratschläge“, die oft präventiv dem Opfer die Schuld zuschieben. Sprechen Sie laut, auch wenn das Kind in Hörweite zu klein ist, um die Situation, die Sie gerade im Fernsehen sehen, am Esstisch diskutieren oder im Radio oder Podcast hören, vollständig zu verstehen. Kinder greifen oft Hinweise auf, und durch gesellschaftliche Konditionierung lernen sie, dass ihr Verhalten, ihre Kleidung oder ihre Sprache darauf hindeutet, ob sie für die Verletzung verantwortlich sind. Wirken Sie diesen Botschaften entgegen, indem Sie bekräftigen, dass es NIEMALS die Schuld des Opfers ist, unabhängig davon, was er trug, wo er war, ob er betrunken war oder mit wem er flirtete. Niemand möchte verletzt werden.



Co-funded by  
the European Union

## Referenzen

- Brillante, P. (2017). Das Wesentliche: Unterstützung kleiner Kinder mit Behinderungen im Klassenzimmer. Washington, DC: Nationale Vereinigung für die Bildung kleiner Kinder.
  - Cross, AF, Traub, EK, Hutter-Pishgahi, L. & Shelton, G. (2004). Elemente einer erfolgreichen Inklusion von Kindern mit erheblichen Behinderungen. Themen der frühkindlichen Sonderpädagogik, 24(3), 169–183.
  - Garguilo, RM, & Kilgo, JL (2014). Eine Einführung in Kleinkinder mit besonderen Bedürfnissen: Von der Geburt bis zum achten Lebensjahr (4. Aufl.). Belmont, CA: Wadsworth, Cengage Learning.
  - Molnar, BE, Buka, SL und Kessler, RC (2001). Sexueller Kindesmissbrauch und daraus resultierende Psychopathologie: Ergebnisse der National Comorbidity Survey. American Journal of Public Health, 91(5), 753-760.
  - Moore, MJ, & Rienzo, BA (2000). Nutzung der SIECUS-Richtlinien zur Bewertung der Sexualerziehung in einem Bundesstaat: inhaltlicher Umfang und Bedeutung. Journal of School Health, 70(2), 56-60.
  - Parlakian, R. (2001). Schauen, zuhören und lernen: Reflektierte Supervision und Beziehungsarbeit. Washington, D.C.: Null vor drei.
  - Raikes, H. & Edwards, C. (2009). Ausweitung des Tanzes in der Säuglings- und Kleinkindbetreuung. Baltimore, MD: Paul H. Brookes Publishing.
  - Weltverband für sexuelle Gesundheit. (2008). Sexuelle Gesundheit für das Jahrtausend: Eine Erklärung und ein technisches Dokument. MN, USA: Weltverband für sexuelle Gesundheit.
22. Studie zu Gewalt gegen Menschen mit Behinderungen: [Laut weltweiter Studie werden fast ein Drittel der behinderten Kinder und Jugendlichen misshandelt | Kinder | Der Wächter](#)



Co-funded by  
the European Union

# „PASSION FOR INCLUSION (P4I)“

**2021-1-DE02-KA220-ADU-000035138**

## **Modul 5:**

### **KOMMUNIKATION**

**Entwickelt von:  
SCPSIHOFORWORLD (SCP)**





Co-funded by  
the European Union

## Ziele

Am Ende dieses Moduls werden die Teilnehmenden dazu in der Lage sein:

- ▶ die Sensibilisierung und Verständnis von Familien für die sexuellen Bedürfnisse und Verhaltensweisen von Menschen mit Behinderungen zu steigern.
- ▶ Wissen und Fähigkeiten an Familien zu vermitteln, um ihre Angehörigen anzusprechen und sie dabei zu unterstützen, Aspekte des Sexualverhaltens zu verstehen und zu bewältigen.
- ▶ Familien mit Strategien und Instrumenten auszustatten, um sexuellen Missbrauch und Ausbeutung zu verhindern und zu bekämpfen.
- ▶ Bewältigungsstrategien für emotionalen, körperlichen und sexuellen Missbrauch zu fördern.
- ▶ Stereotypen im Zusammenhang mit Sexualität und Behinderungen in der Familie und in der Gemeinschaft zu hinterfragen.

## Lernuntereinheiten

- ▶ Untereinheit 1: Kann mit neuen Bekannten kommunizieren
- ▶ Untereinheit 2: Kann mit dem anderen biologischen Geschlecht kommunizieren
- ▶ Untereinheit 3: Kann als Selbstaussdruck „Nein“ sagen
- ▶ Untereinheit 4: Weiß, von wem man richtige Information über Sexualität erhält

## **Untereinheit 1: Kann mit neuen Bekannten kommunizieren**

- ▶ Heben Sie die Aspekte hervor, die Ihre Familie einzigartig machen, einschließlich Behinderungen, und regen Sie offene Gespräche darüber innerhalb der Familie an.
- ▶ Schaffen Sie bei jedem Familienmitglied ein Gefühl des Selbstvertrauens und konzentrieren Sie sich dabei auf seine/ihre individuellen Qualitäten, die zur Stärke und Einheit der Familie beitragen.
- ▶ Entdecken Sie gemeinsame Interessen unter Familienmitgliedern. Das Erkennen gemeinsamer Hobbys oder Aktivitäten kann als verbindendes Erlebnis dienen und das Zusammengehörigkeitsgefühl fördern.
- ▶ Ermutigen Sie die Familie, Fragen zu stellen und ihre Interessen, Hobbys und Erfahrungen zu teilen, um ein Umfeld zu schaffen, in dem sich jeder und jede wohl fühlt, sich auszudrücken und so zu tieferen familiären Bindungen beizutragen.

## **Ratschläge für die Familie**

- ▶ Raten Sie Ihrem Kind, seine/ihre Behinderung zu akzeptieren und stolz darauf zu sein, wer er/sie ist. Helfen Sie Ihrem Kind zu verstehen, dass er/sie etwas Besonderes ist und dass darin seine/ihre Superkräfte liegen können.
- ▶ Steigern Sie das Selbstwertgefühl Ihres Kindes, indem Sie seine/ihre Talente und Stärken hervorheben. Das gibt ihnen ein Erfolgserlebnis.
- ▶ Wenn Sie Ihrem Kind effektive Kommunikationsfähigkeiten beibringen, z. B. aktives Zuhören und Fragen zu stellen, kann dies dazu beitragen, dass es sinnvolle Gespräche führt und Verbindungen aufbaut.
- ▶ Vergessen Sie nicht, das Bewusstsein im Bezug auf Inklusion und Diversität bei Lehrkräften, Mitschülern und Mitschülerinnen und Gemeindemitgliedern zu fördern.
- ▶ Unterstützen Sie Ihr Kind bei der Teilnahme an sozialen Aktivitäten wie Sport, Vereinen oder Gruppen, die sich auf gemeinsame Hobbys konzentrieren.
- ▶ Zeigen Sie positive soziale Interaktionen und Inklusion in Ihrem eigenen Leben, indem Sie ein Vorbild sind. Die Psychologie erklärt oft, dass die beste Lektion, die man einem Kind beibringen kann, diejenige ist, die sich in jedem Verhalten der Eltern zeigt.
- ▶ Ermutigen Sie Ihr Kind dazu, seine/ihre Erfahrungen und Gefühle mit Ihnen zu teilen. Seien Sie ein unterstützender und einfühlsamer Zuhörer, dem sich Ihr Kind anvertrauen kann.
- ▶ Lassen Sie sich immer von einem Therapeuten oder einer Therapeutin beraten. Wenn Sie Bedenken haben, kann dieser/diese Ihnen wertvolle Erkenntnisse und Strategien liefern.
- ▶ Erkennen und feiern Sie die großen und kleinen Erfolge Ihres Kindes. Positivität kann motivieren!

Name der Aktivität	Lasst uns eine Mission der Inklusion beginnen!
Ziel	Fördern Sie Verständnis, Empathie und Teamarbeit unter Familienmitgliedern
Erwerb	Durch die aktive Teilnahme an Aktivitäten, die die Stärken und Talente von Menschen mit Behinderungen zeigen, erhalten die Teilnehmenden ein größeres Verständnis für Menschen mit Behinderungen. Lernen Sie die einzigartigen Eigenschaften anderer kennen, entwickeln Sie effektive Kommunikationsfähigkeiten und stärken Sie das Zusammengehörigkeitsgefühl.
Verfahren	Teilen Sie die Familie in kleine Teams auf und achten Sie dabei auf eine Mischung aus Alter und Fähigkeiten in jeder Gruppe. Platzieren Sie im ganzen Haus Aktivitätsstationen, von denen jede eine andere Fähigkeit anspricht. Die künstlerische Ecke: Benutzen Sie Farbe oder Skizzieren Sie, um die Kreativität zum Ausdruck zu bringen. Musikmeister: Verwenden Sie verschiedene Instrumente, um eine kleine Familienband zu gründen. Herausforderungszone: Nehmen Sie an kooperativen Körperübungen teil. Oase für das Geschichtenerzählen: Erarbeiten Sie gemeinsam eine einzigartige Geschichte, wobei jedes Familienmitglied einen Satz beisteuert. Ermutigen Sie dazu, sich zu engagieren und Hilfe zu leisten und heben Sie die Bedeutung jeder einzelnen Anstrengung hervor. Versammeln Sie nach der Aktivität die Familie. Sprechen Sie über die Begegnung und betonen Sie dabei die positiven Eigenschaften und Besonderheiten das jedes einzelnes Familienmitglied zu bieten hat. Machen Sie sich Gedanken darüber, wie die Aktivität die Inklusion in der Familie fördert und Vielfalt berücksichtigt.



Co-funded by  
the European Union



## **Untereinheit 2: Kann mit dem anderen biologischen Geschlecht kommunizieren**

- ▶ Entdecken Sie die leichteren Seiten von Situationen, teilen Sie Gelächter und zögern Sie nicht, Humor in sich selbst zu finden. Ein guter Witz kann viel bewirken. Humor ist eine gemeinsame Sprache.
- ▶ Ermutigen Sie Ihr Kind dazu, über seine/ihre Erfahrungen zu sprechen. Egal, ob Ihr Kind um Trost bittet oder seine/ihre Bedürfnisse äußert, lassen Sie ihr/sie erzählen. Auf diese Weise ist die Situation immer unter Kontrolle und die Führung ist richtig.
- ▶ Betonen Sie, wie wichtig es ist, mit offenem Geist und mitfühlendem Herzen auf neue Bekanntschaften zuzugehen. Erinnern Sie Ihr Kind daran, dass jeder seine eigenen, einzigartigen Herausforderungen mit sich bringt und es selbst für Erwachsene schwierig ist, jemanden kennenzulernen. Setzen Sie die Erwartungen tief und geraten Sie nicht unter sozialen Druck.

### **Ratschläge für die Familie**

- ▶ Respektieren Sie die eigenen Komfortzonen und Grenzen.
- ▶ Verurteilen Sie die Entscheidungen Ihres Kindes nicht!
- ▶ Respektieren Sie die Entscheidungen Ihres Familienmitglieds darüber, wann und wie es über seine/ihre Behinderung sprechen möchte.
- ▶ Seien Sie dabei! Eine unterstützende Familie kann einen erheblichen Unterschied in ihrem allgemeinen Wohlbefinden machen.
- ▶ Feiern Sie die großen und kleinen Erfolge Ihrer Familienmitglieder.
- ▶ Ermutigen Sie Ihre Familienmitglieder dazu, geduldig zu sein, Fragen zu stellen und vor allem sie selbst zu sein.
- ▶ Ermutigen Sie sie, ihre Bedürfnisse und Vorlieben auszudrücken, und lassen Sie sie ihr wahres Selbst sein, denn diese Version von ihnen ist echt und kann ihnen sinnvolle Verbindungen bringen.



Name der Aktivität	Lachen und Lernen
Ziel	Fördern Sie den offenen Dialog und das Verständnis innerhalb der Familie und achten Sie dabei besonders darauf, wie Sie effektiv mit Menschen des anderen Geschlechts kommunizieren können. Ziel der Aktivität ist es, Grenzen abzubauen, den Menschen die Möglichkeit zu geben, sich auszudrücken, und eine ungezwungene Umgebung für Diskussionen durch Humor und gemeinsame Erfahrungen zu schaffen.
Erwerb	Erhöhte Fähigkeit, sich frei auszudrücken, verbesserte Kommunikationsfähigkeiten und ein tieferes Verständnis für die Rolle, die Humor bei der Pflege von Beziehungen spielt.
Verfahren	Beginnen Sie mit einer Witze-Austauschrunde. Hier erzählen die Familienmitglieder abwechselnd ihre besten Witze oder amüsanten Geschichten. Fördern Sie eine fröhliche Stimmung. Versammeln Sie Ihre Familie und bilden Sie einen Erzählkreis, in dem jede Person eine humorvolle oder demütigende Geschichte aus ihrer Vergangenheit erzählt. Betonen Sie, dass Humor eine universelle Sprache ist. Helfen Sie den Menschen, miteinander zu kommunizieren. Bieten Sie unterhaltsame

Kommunikationsübungen an, bei denen die Teilnehmenden ihre Anforderungen und Vorlieben kommunizieren müssen. Beispielsweise können Familienmitglieder abwechselnd ihre perfekten Tage beschreiben, ohne eine bestimmte Sprache oder Körpersprache zu verwenden. Dies unterstreicht den Wert präziser Ausdrucksweise und fördert innovative Kommunikation. Ermutigen Sie sie, ihr Wohlbefinden, ihre Grenzen und ihre Entscheidungen zum Ausdruck zu bringen. Dies kann auf unterhaltsame und ermutigende Weise erreicht werden.

Erstelle Karteikärtchen

Schreibe hervorragende  
Geschichten

Lachen ist die beste  
Medizin!



### Untereinheit 3: Kann als Selbstaussdruck „Nein“ sagen

- ▶ Es ist von entscheidender Bedeutung, dass Kinder mit Behinderungen die Freiheit haben, sich als Individuen auszudrücken, indem sie wie alle anderen Kinder das Wort „Nein“ verwenden. Abhängig von der Behinderung kann dies für den Einzelnen besondere Schwierigkeiten bereiten.
- ▶ Die Verwendung von Durchsetzungsvermögen ist notwendig.
- ▶ Erkennen Sie das „Nein“ Ihrer Kinder als legitime Methode des Selbstaussdrucks an und achten Sie dennoch auf ihre Sicherheit.

## Ratschläge für die Familie

- ▶ Mit etwas Übung und Geduld können Sie es sich leichter machen, „Nein“ als eine Form des Selbstausdrucks zu sagen.
- ▶ Verwenden Sie keine mehrdeutigen Formulierungen wie:
  - ▶ „vielleicht“.
  - ▶ „Ich werde darüber nachdenken.“
  - ▶ Dies kann zu Missverständnissen führen und es für andere schwierig machen, Ihre Grenzen zu respektieren.
- ▶ Das Teilen der Gründe für die Ablehnung kann Missverständnisse vermeiden und anderen helfen, Ihren Standpunkt zu verstehen.
- ▶ Bringen Sie ihnen bei, „Ich“-Aussagen zu verwenden, um Verantwortung für Entscheidungen zu übernehmen.



Name der Aktivität	„Nein“ ist meine Superkraft!
Ziel	Ermutigen Sie Ihr Kind dazu, bei Bedarf „Nein“ zu sagen, um sich selbstbewusst und entschieden auszudrücken, insbesondere bei jungen Menschen. Die Förderung des Selbstausdrucks innerhalb der Familie und die Verbesserung der Kommunikationsfähigkeiten sind die Hauptziele der Aktivität.
Erwerb	Die Teilnehmenden erwerben die Fähigkeit,

	<p>Entscheidungen nachdrücklich auszudrücken, „Ich“-Aussagen für einen verantwortungsvollen Selbstausdruck zu nutzen und den Wert einer unkomplizierten Kommunikation bei der Festlegung von Grenzen zu erkennen.</p>
Verfahren	<p>Erstellen Sie Karten, die Szenarien darstellen, in denen ein Familienmitglied entschieden „Kommunikation“ sagen muss. Zu diesen Situationen kann gehören, dass sie eine Einladung ablehnen müssen, jemandem mitteilen, dass ihnen eine Aktivität unangenehm ist, oder persönliche Grenzen festlegen müssen. Familienmitglieder spielen die Rollenspiele und ziehen nacheinander Karten wo Szenarios beschrieben werden. Fördern Sie die Verwendung einer prägnanten und direkten Sprache und betonen Sie die Verwendung des Wortes „Nein“, wenn nötig. Führen Sie nach jedem Rollenspiel ein Gespräch über die Begegnung. Sprechen Sie über die Vorteile und Schwierigkeiten aggressiver Kommunikation. Sprechen Sie über die Vorteile, Entscheidungen durch die Verwendung von „Ich“-Formulierungen angemessen auszudrücken.</p>

#### **Untereinheit 4: Weiß, von wem man die richtigen Informationen über Sexualität erhält**

- ▶ Ermutigen Sie die Teilnahme an Selbsthilfegruppen, die sich auf Behinderungen konzentrieren. Diese Gruppen diskutieren häufig Themen im Zusammenhang mit Beziehungen und Sexualität und bieten einen sicheren Raum zum Erfahrungsaustausch und zur Suche nach Rat. Dies kann für Ihr Kind eine Gelegenheit sein, Kontakte zu anderen zu knüpfen, die vor ähnlichen Herausforderungen stehen, und sogar neue Freunde zu finden.
- ▶ Bieten Sie Ihrem Kind Anleitung, sich bei Fragen zu Beziehungen und Sexualität einem vertrauenswürdigen Freund oder Verwandten anzuvertrauen. Der Aufbau

der Kommunikation mit jemandem, mit dem man gerne reden möchte, kann wertvolle Erkenntnisse liefern und einen an verlässliche Ressourcen weiterleiten.

► Suchen Sie als Familie Rat bei Gesundheitsdienstleistern wie Ärzten, Krankenschwestern oder Spezialisten für sexuelle Gesundheit.

► Während junge Menschen sich in der Komplexität der digitalen Welt zurechtfinden, sind Forschung und Investitionen von entscheidender Bedeutung, um die Auswirkungen und Wirksamkeit der digitalen Sexualaufklärung zu verstehen. Junge Menschen zu befähigen, in diesem Bereich eine Führungsrolle zu übernehmen, wird als Teil der Lösung angesehen und ihre aktive Rolle als anspruchsvolle Denker im Bereich der digitalen Technologie wird anerkannt.

► Zusammenfassend lässt sich sagen, dass eine umfassende Sexualerziehung, sowohl im traditionellen Klassenzimmer als auch in der sich entwickelnden digitalen Landschaft, von entscheidender Bedeutung ist, um jungen Menschen das Wissen und die Fähigkeiten zu vermitteln, die sie benötigen, um fundierte Entscheidungen über ihre Gesundheit, Beziehungen und ihr allgemeines Wohlbefinden zu treffen.

Name der Aktivität	Schatzsuche nach Informationen
Ziel	Helfen Sie dabei, verlässliche Informationen zu Sexualität und Beziehungen zu finden und zu erhalten. Die Hauptziele der Aktivität sind der Aufbau eines Unterstützungsnetzwerks und die Bereitstellung von Instrumenten für die Suche nach Ratschlägen aus vertrauenswürdigen Quellen.
Erwerb	Durch die Teilnahme an geeigneten Beratungsgruppen lernen die Teilnehmenden, verlässliche Informationsquellen zu erkennen, ein Unterstützungssystem aufzubauen und den Wert der Beratung von Gesundheitsspezialisten zu erkennen.
Verfahren	Die Familie sollte in kleinere Gruppen aufgeteilt werden, wobei jede Gruppe ein Szenario oder eine Frage aus der „Informationslandkarte“ erhält. Ermutigen Sie Ihre Familienmitglieder zu Rollenspielen und der Teilnahme an einem Gespräch in einer Selbsthilfegruppe. Sie sollten sich situativ beraten lassen und Erfahrungen austauschen. Verlässliche Freunde und Familie: Führen Sie eine

	<p>Erzählrunde durch, bei der Familienmitglieder über ihre Erfahrungen sprechen und jemanden, dem sie vertrauen, um Rat fragen. Familienmitglieder sind abwechselnd die Person, die nach Hilfe und einem Arzt bzw. einer Ärztin suchen, die Informationen zu Beziehungen und Sexualität geben.</p> <p>Planen Sie eine interaktive Ressourcensuche online oder zu Hause. Jedes Familienmitglied sucht nach vertrauenswürdigen Wissen zu einem bestimmten Thema, wie in der „Informationslandkarte“ angegeben ist.</p>
--	--

**Korrekte Informationen:** stammen aus zuverlässigen Quellen, einschließlich Regierungsorganisationen, Universitäten, renommierten Experten und etablierten Medienunternehmen mit einer Erfolgsbilanz bei der Überprüfung von Fakten.

**Falsche Informationen:** stammen häufig aus unzuverlässigen oder voreingenommenen Quellen sowie unerfahrenen persönlichen Blogs oder Websites, die nachweislich falsche Informationen verbreiten.

**Korrekte Informationen:** Diese sind verfasst von Fachleuten oder Personen mit Referenzen in diesem Bereich, deren Hintergrund offengelegt wird.

**Falsche Informationen:** Informationen die von unbekanntem Autoren oder Personen verfasst werden, denen es an Fachkompetenz mangelt.

# „PASSION FOR INCLUSION (P4I)“

2021-1-DE02-KA220-ADU-000035138

## Modul 6:

### VERTRAULICHKEIT

Entwickelt von:  
**SCPSIHOFORWORLD (SCP)**



#### Ziele

Am Ende dieses Moduls werden die Teilnehmenden in der Lage sein:

- ▶ die Sensibilisierung und das Verständnis der Familien für sexuelle Bedürfnisse und Verhaltensweisen zu steigern.
- ▶ Familien mit Wissen und Fähigkeiten auszustatten, um ihre Angehörigen anzusprechen zu können und sie dabei zu unterstützen, verschiedene Aspekte des Sexualverhaltens zu verstehen und zu bewältigen.
- ▶ die Besonderheit der Sexualität zu verstehen.
- ▶ Persönliche Grenzen zu respektieren.

- ▶ private Körperteile zu erkennen, persönliche Grenzen zu verstehen und angemessenes Verhalten zu zeigen, indem sie darauf verzichten, private Körperteile in der Öffentlichkeit zu berühren.
- ▶ Unangemessenes sexuelles Verhalten zu erkennen.
- ▶ die Bedeutung der Privatsphäre beim Berühren privater Teile zu verstehen und solche Handlungen auf das Zuhause, das Badezimmer oder andere private Räume zu beschränken.
- ▶ über ein altersgerechtes Verständnis von Masturbation zu verfügen und darin eine private und persönliche Aktivität zu erkennen, die an geeigneten, privaten Orten durchgeführt wird.
- ▶ Stereotypen im Zusammenhang mit Sexualität und Behinderungen innerhalb der Familie und der breiteren Gemeinschaft zu hinterfragen und anzusprechen.

### **Lernuntereinheiten**

- ▶ Untereinheit 1: Weiß, dass Sexualität etwas Besonderes ist
- ▶ Untereinheit 2: Weiß, dass man die Intimbereiche in der Öffentlichkeit nicht berührt
- ▶ Untereinheit 3: Kennt sexuelle Verhaltensweisen, die in der Gesellschaft nicht akzeptiert werden
- ▶ Untereinheit 4: Die Intimbereiche werden nur zu Hause, im Badezimmer, in einem privaten Raum berührt
- ▶ Untereinheit 5: Masturbiert an einem geeigneten, privaten Ort

### **Untereinheit 1: Weiß, dass Sexualität etwas Besonderes ist**

- ▶ Wenn man mit Kindern mit Behinderungen über Sexualität spricht, ist es wichtig zu bedenken, dass Kinder mit Behinderungen über ihren Körper und ihre Sexualität aufgeklärt werden sollten.



ICH BIN DER CHEF MEINES KÖRPERS. ICH HABE DAS RECHT, „NEIN“ ZU SAGEN, WENN MIR DIE ART UND WEISE, WIE MEIN KÖRPER BEHANDELT WIRD, NICHT GEFÄLLT.



BENUTZEN SIE DIE RICHTIGEN WÖRTER FÜR KÖRPERTEILE; SIE SIND WEDER LUSTIG NOCH SELTSAM.

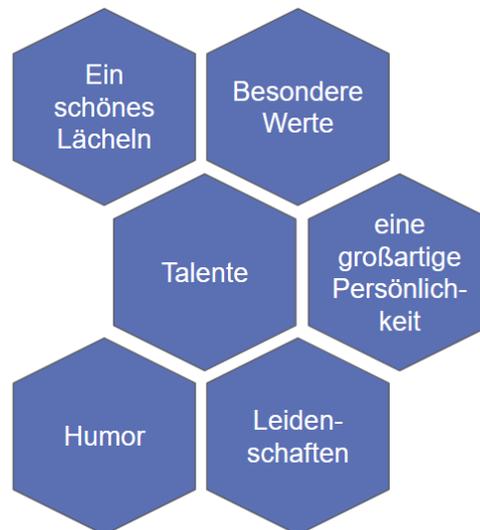


NIEMAND SOLLTE MICH BITTEN, EIN GEHEIMNIS ZU BEWAHREN, INSBESONDERE WENN ICH MICH TRAUIG ODER ÄNGSTLICH FÜHLE.

Sexualität ist etwas Besonderes, wie ein wunderschöner Regenbogen. Jeder sollte das Privileg haben, sie zu genießen und zu verstehen.  
Es gehört zu jedem von uns und macht uns einzigartig.  
Unsere Entscheidungen definieren uns und es ist wichtig, diese entsprechend unseren Wünschen und Bedürfnissen zu treffen.

Name der Aktivität	Wir feiern unsere Einzigartigkeit
Ziel	Bieten Sie eine umfassende und integrative Sexualerziehung an, die auf die Bedürfnisse von Menschen mit Behinderung zugeschnitten sind. Fördern Sie ein positives Verständnis ihrer einzigartigen sexuellen Identität und fördern Sie eine unterstützende und integrative Lernumgebung.
Erwerb	Die Einzigartigkeit der eigenen Sexualität zu verstehen und wertzuschätzen. Erkennen Sie die Vielfalt der sexuellen Identitäten und Ausdrucksformen von Menschen mit Behinderungen an.

Verfahren	Binden Sie die Teilnehmenden in interaktive Sitzungen mit multisensorischen Materialien, zugänglichen Medien und adaptiven Technologien ein und nutzen Sie Rollenspiele. Behandeln Sie Themen wie Selbstidentität, Beziehungen, Kommunikation, Einwilligung und sexuelle Gesundheit auf umfassende Weise. Erstellen Sie Geschichten, die das Publikum fesseln.
-----------	--



Bitten Sie jeden, zu notieren, was seiner/ihrer Meinung nach das Besondere an seiner/ihrer Sexualität ist:

Wir feiern unsere Einzigartigkeit: Was ist das Besondere an mir?

Geben Sie die Karten weiter und lesen Sie alle Karten.

## **Untereinheit 2: Weiß, dass man Intimbereiche in der Öffentlichkeit nicht berührt**

► Alle Kinder, insbesondere solche mit Behinderungen, müssen diese Lektion lernen. Sie müssen sich darüber im Klaren sein, dass einige Teile ihres Körpers privat sind und nicht in der Öffentlichkeit berührt werden sollten.

► Manchen Kindern fällt dies möglicherweise schwer, insbesondere denen, die Schwierigkeiten haben, ihre Impulse zu kontrollieren, aber mit ständiger Ermutigung und Anleitung werden sie es lernen.

### Ratschläge für die Familie

► Beginnen Sie damit, Kindern schon in jungen Jahren Privatsphäre und angemessenes Verhalten beizubringen. Verwenden Sie immer eine einfache Sprache und altersgerechte Erklärungen.

► Verwenden Sie die richtige Terminologie: Bringen Sie Kindern die korrekten Namen für ihre Körperteile, einschließlich ihrer Geschlechtsorgane, bei. Dies fördert ein gesundes Verständnis ihres Körpers.

► Erklären Sie, dass bestimmte Körperteile privat sind und dass Sie sie in der Öffentlichkeit nicht berühren oder anderen erlauben sollten, sie zu berühren. Bringen Sie ihnen bei, dass sie das Recht haben, zu jedem „Nein“ zu sagen, der ohne triftigen Grund versucht, diese Bereiche zu berühren.



Neugierde fördern



Die Körperteile lehren



Privatsphäre erklären



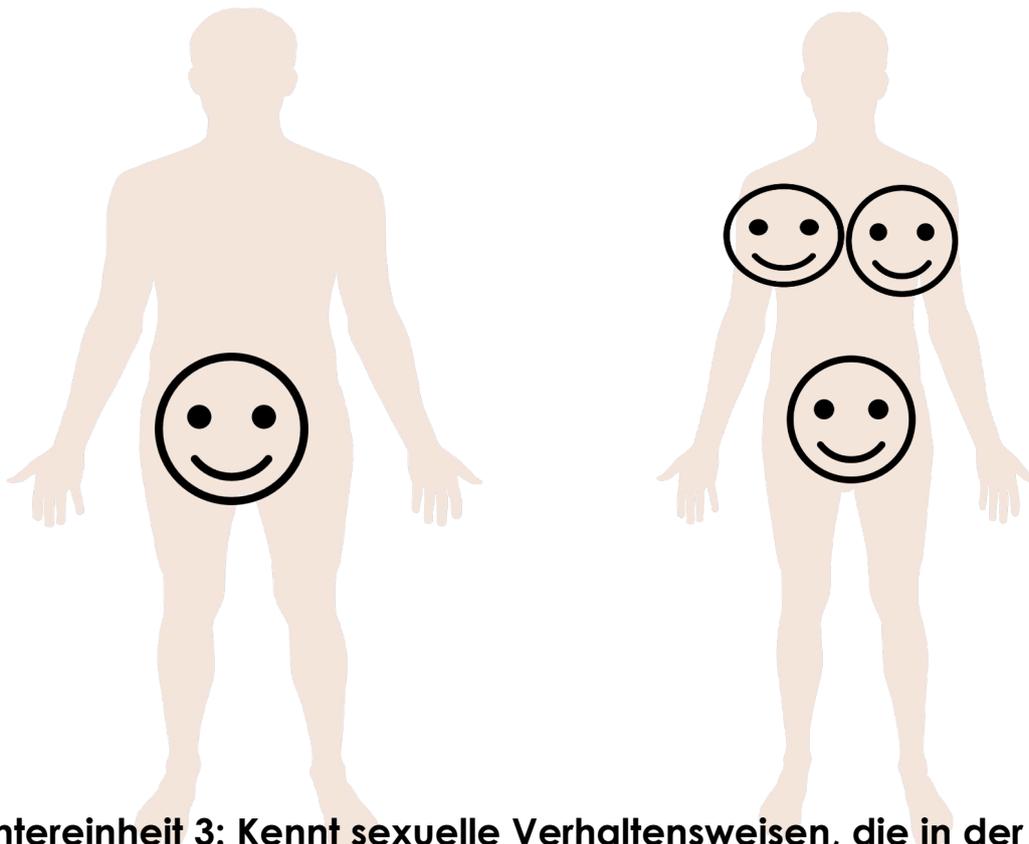
persönliche Grenzen lehren



Erkundung normalisieren

Name der Aktivität	Mein Körper ist meine Rüstung!
Ziel	Ziel dieser Aktivität ist es, das Lernen über die Privatsphäre des Körpers unterhaltsam und interaktiv zu gestalten und ein positives Verständnis persönlicher Grenzen in einer sicheren und

	ansprechenden Umgebung zu fördern.
Erwerb	Selbstwahrnehmung. Verständnis für die eigenen Grenzen.
Verfahren	Erstellen Sie eine große Plakatwand, die in Abschnitte unterteilt ist, die verschiedene Körperteile darstellen (Kopf, Brust, Bauch, Intimbereich). Zeichnen Sie auf jeden Abschnitt ein lächelndes Gesicht und betonen Sie, dass einige Teile privat sind und besonderen Schutz benötigen.



### **Untereinheit 3: Kennt sexuelle Verhaltensweisen, die in der Gesellschaft nicht akzeptiert werden**

► Manche Verhaltensweisen, wie sich bloßzustellen oder Geschlechtsverkehr mit jemandem zu haben, der nicht teilnehmen möchte, sind in der Gesellschaft nicht erlaubt.

- ▶ Manchen Kindern fällt es vielleicht schwer, es zu begreifen, aber es ist wichtig, ihnen den Unterschied zwischen akzeptablem und inakzeptablem Verhalten beizubringen.
- ▶ Möglicherweise sind zusätzliche Zeit und Wiederholungen sowie visuelle Hilfsmittel oder eine vereinfachte Sprache erforderlich, um sicherzustellen, dass sie die Konzepte verstehen. Es ist jedoch möglich!
- ▶ Seien Sie sich bewusst, dass kognitive Unterschiede das Verständnis Ihres Kindes für soziale Normen beeinflussen können. Bitten Sie Psychologen um Unterstützung für Beurteilungen und Interventionen, die individuelle Lernstile berücksichtigen.

### **Ratschläge für die Familie**

- ▶ Verwenden Sie bei der Beschreibung des Konzepts von Sexualität und angemessenem Verhalten eine klare Sprache.
- ▶ Vermeiden Sie die Verwendung von Wörtern, die ein Kind nicht verstehen kann, beispielsweise komplizierte oder abstrakte Wörter.
- ▶ Verwenden Sie spezifische Analogien, die das Kind verstehen kann, z. B. vergleichen Sie das Berühren privater Körperteile mit dem Berühren der Innenseite von Ohren oder Nase, was im privaten Bereich in Ordnung ist, in der Öffentlichkeit jedoch nicht.
- ▶ Verwenden Sie Bilder oder Diagramme, um Ideen zu veranschaulichen.

Name der Aktivität	Inklusion
Ziel	Navigieren Sie dieses Thema besser und fördern Sie angemessenes Verhalten in der Gesellschaft
Erwerb	Soziale Inklusion
Verfahren	Bereiten Sie mithilfe von Rollenspielen und Karten Karten vor, auf denen Szenarios beschrieben werden, die Situationen hervorheben, in denen Jugendliche möglicherweise auf Herausforderungen im Zusammenhang mit sozialen Normen und sexuellem Verhalten stoßen. Zum Beispiel: „Bei einem Schultanz bittet jemand Ihr Kind, intim zu tanzen.“  Ändern Sie dann die Aktivität und besprechen Sie sie.

- ▶ Ermutigen Sie Eltern, fiktive Figuren zu erschaffen, die ihre Jugendlichen mit Behinderungen darstellen. Dazu gehören Details zu kognitiven Fähigkeiten, Kommunikationsfähigkeiten, emotionaler Regulierung und sozialen Interaktionen.
- ▶ Zum Beispiel: Schultanz, Mittagessen mit Freunden, allein mit einem Kollegen am Busbahnhof, usw.

- 1 über Sicherheitsregeln reden
- 2 Erstellen Sie ein Sicherheitsnetzwerk mit Erwachsenen, denen Sie vertrauen, mit denen Sie sicher reden können und denen Sie sicher Fragen stellen können
- 3 Benutzen Sie "was wäre wenn" -Szenarios

### **Untereinheit 5: Masturbiert an einem geeigneten, privaten Ort**

- ▶ Es ist wichtig, Kindern beizubringen, in einer angemessenen, privaten Umgebung zu masturbieren. Obwohl Masturbation ein normaler und natürlicher Teil der

Sexualität ist, ist es wichtig, Kindern beizubringen, dass das nur in einem privaten Raum wie ihrem Badezimmer oder Schlafzimmer erfolgen sollte.

- ▶ Darüber hinaus sollten sie lernen, sicher und mit Rücksicht auf den eigenen Körper zu masturbieren.
- ▶ Wenn Sie mit Kindern über Masturbation sprechen, verwenden Sie eine altersgerechte Sprache und Erklärungen. Halten Sie das Gespräch einfach und unkompliziert und passen Sie es an den Grad ihres Verständnisses an.
- ▶ Erklären Sie Kindern, dass Masturbation ein normaler und natürlicher Teil der menschlichen Sexualität ist und dass man sich dafür nicht schämen oder schuldig fühlen muss.
- ▶ Bringen Sie Ihren Kindern bei, dass Masturbation eine private Aktivität ist und nur in einem dafür vorgesehenen, privaten Raum wie dem Badezimmer oder Schlafzimmer durchgeführt werden sollte.
- ▶ Besprechen Sie abschließend die Bedeutung von Sauberkeit und angemessener Hygiene bei allen persönlichen Aktivitäten. Ermutigen Sie Kinder, sich vorher und nachher die Hände zu waschen.

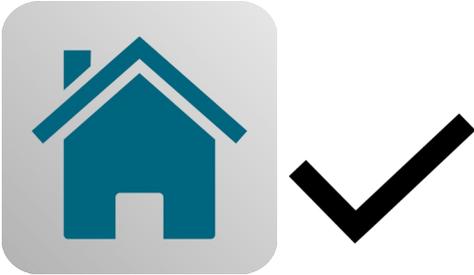
Name der Aktivität	Datenschutz-Patrouille-Abenteuer
Ziel	Um zu lehren, wie wichtig es ist, Geschlechtsteile in der Öffentlichkeit nicht zu berühren und das Konzept der persönlichen Grenzen zu verstehen.
Benötigte Materialien	Großes Blatt Papier Markierungen Farbige Aufkleber
Verfahren	Erstellen Sie Szenarien und sprechen Sie abwechselnd über jede Situation, wiederholen Sie die Bedeutung der Privatsphäre und besprechen Sie das richtige Verhalten für jede Situation.

Situationen
Das Berühren privater Körperteile oder jegliche Form sexuellen Verhaltens ist grundsätzlich nicht in überfüllten öffentlichen Räumen wie Parks, Einkaufszentren oder öffentliche Verkehrsmittel gestattet.
In Bildungsumgebungen, einschließlich Schulen, Klassenzimmern oder Schulbussen.

Während Familientreffen und im familiären Kontext wird es normalerweise als unangemessen angesehen.

Während gemeinschaftlicher Veranstaltungen oder Festivals wird sexuelles Verhalten oder das Berühren nicht akzeptiert, aufgrund der Diversität des Publikums.

- Das Spielen mit den Geschlechtsorganen ist etwas, das man zu Hause tun kann.



- Aber in der Schule soll man NICHT mit den Geschlechtsorganen spielen.



Erinnern Sie Ihre Kinder daran, dass die meisten Menschen die Regeln zur Körpersicherheit kennen. Sagen Sie ihnen, dass es nicht ihre Schuld ist, wenn sie jemanden treffen, der das nicht tut, aber dass sie dann davon wissen möchten. Sie werden nicht böse sein.

Seien Sie direkt und präzise.  
Wenn die Grenzen zu unklar sind,  
werden die Kinder während der  
Erklärung verloren gehen.

Aktivität:  
angemessene Grenzen

Verifizieren Sie, dass sie verstehen.  
Fragen Sie nochmal.



Co-funded by  
the European Union



Co-funded by  
the European Union

# „PASSION FOR INCLUSION (P4I)“

**2021-1-DE02-KA220-ADU-000035138**

## **Modul 7:**

**SCHUTZ VOR MISSBRAUCH**

**Entwickelt von:**

**CENTRO INTERNAZIONALE PER LA PROMOZIONE DELL'EDUCAZIONE E LO SVILUPPO (CEIPES)**





Co-funded by  
the European Union

## Inhalt

Zusammenfassung des Moduls	196
Ziele	196
Untereinheiten	198
Untereinheit 1: weiß, dass ihr Körper ihm/ihr gehört	199
Untereinheit 2: weiß, was für die Körpersicherheit zu tun ist	202
Untereinheit 3: kennen Sie den Unterschied zwischen guter und schlechter Berührung	205
Untereinheit 4: weiß, andere nicht ohne Erlaubnis zu berühren	208
Untereinheit 5: weiß, dass andere ihn/sie nicht ohne Erlaubnis berühren sollten	211
Untereinheit 6: erkennt Menschen, denen sie vertrauen können und von denen sie Hilfe erhalten können	211
Untereinheit 7: schützt sich vor Gefahren von der anderen Seite	214
Untereinheit 8: schützt sich vor sexuellem Missbrauch auf der digitalen Plattform	221
Verweise	225

## Zusammenfassung des Moduls

Menschen mit Behinderungen jeglicher Art sind sexuelle Wesen und haben die gleichen Neugierde wie alle anderen. Manchmal können diese Kuriositäten sie in Gefahr bringen. Bei Vergewaltigung geht es vor allem darum, dass eine Person gewaltsam Kontrolle und Macht über eine andere Person ausübt. Menschen mit geistigen und entwicklungsbedingten Behinderungen sind aufgrund ihrer potenziellen Schwierigkeiten, Missbrauch zu verstehen und darüber zu kommunizieren, oft stärker gefährdet. Sie sind möglicherweise anfälliger für Manipulation und Ausbeutung durch andere, was sie zu Zielen von Missbrauch macht. Indem Einzelpersonen über den Schutz vor Missbrauch aufgeklärt werden, können sie ein Gefühl der Selbstbestimmung und Autonomie über ihren eigenen Körper, ihren persönlichen Raum und ihre Grenzen entwickeln. Dieses Wissen ermöglicht es ihnen, fundierte Entscheidungen zu treffen, ihre Grenzen durchzusetzen und bei Bedarf Hilfe zu suchen. Indem wir sie über Missbrauchsprävention aufklären, können wir ihnen auch dabei helfen, wirksame Kommunikationsstrategien zu entwickeln und sie dazu befähigen, sich zu Wort zu melden und Unterstützung zu suchen.

## Ziele

Am Ende dieses Moduls werden die Teilnehmer in der Lage sein:

- 1. Sensibilisierung und Verständnis bei Familienmitgliedern für die potenzielle Gefährdung von Menschen mit Behinderungen im Zusammenhang mit Missbrauch**. Ziel dieses Ziels ist es, Familien über die besonderen Herausforderungen aufzuklären, mit denen ihre Angehörigen konfrontiert sein könnten, und über die Bedeutung des Schutzes ihres Wohlergehens.
- 2. Befähigen Sie Familien mit Wissen und Strategien, um Anzeichen von Missbrauch zu erkennen und entsprechende Maßnahmen zu ergreifen.** Dieses Ziel konzentriert sich darauf, Familien mit den notwendigen Fähigkeiten auszustatten, um potenzielle Missbrauchssituationen zu erkennen und effektiv zu reagieren, einschließlich des Wissens, wann und wie sie Missbrauch melden können.
- 3. Familien darüber aufklären, wie wichtig es ist, Menschen mit Behinderungen**



Co-funded by  
the European Union

**über Körperbesitz und Grenzen aufzuklären.** Dieses Ziel zielt darauf ab, die Bedeutung der Befähigung des Einzelnen hervorzuheben, die Verantwortung für seinen Körper zu übernehmen und seine Rechte in Bezug auf persönlichen Raum und Grenzen zu verstehen.

**4. Geben Sie Familien Anleitung, wie sie Menschen mit Behinderungen den Unterschied zwischen angemessener und unangemessener Berührung erklären können.** Dieses Ziel konzentriert sich darauf, Familien bei der Kommunikation zu unterstützen und ihre Angehörigen darüber aufzuklären, angemessenen und unangemessenen Körperkontakt zu erkennen und darauf zu reagieren.

**5. Unterstützen Sie Familien dabei, Menschen mit Behinderungen beizubringen, andere nicht ohne Erlaubnis zu berühren.** Dieses Ziel betont, wie wichtig es ist, Einzelpersonen über Einwilligung, Respekt vor den Grenzen anderer und angemessenes Sozialverhalten zu unterrichten.

**6. Ermöglichen Sie Familien, Vertrauen aufzubauen und zuverlässige Personen zu finden, bei denen Menschen mit Behinderungen Hilfe suchen können.** Dieses Ziel zielt darauf ab, Familien beim Aufbau unterstützender Netzwerke zu unterstützen und den Einzelnen beizubringen, vertrauenswürdige Personen zu erkennen und ihnen zu vertrauen, die ihnen Hilfe und Unterstützung bieten können.

**7. Statten Sie Familien mit Werkzeugen und Wissen aus, um Menschen mit Behinderungen dabei zu helfen, sich vor potenziellen Gefahren anderer zu schützen.** Dieses Ziel konzentriert sich darauf, Familien praktische Strategien an die Hand zu geben, die ihren Angehörigen dabei helfen, manipulatives oder ausbeuterisches Verhalten zu erkennen und ihre Rechte wahrzunehmen, um ihre Sicherheit zu gewährleisten.

**8. Aufklärung von Familien über die Risiken sexuellen Missbrauchs auf digitalen Plattformen und Bereitstellung von Anleitungen zur Förderung der Online-Sicherheit.** Dieses Ziel unterstreicht die Bedeutung des Verständnisses der potenziellen Risiken, denen Menschen mit Behinderungen online ausgesetzt sein können, und gibt Familien die Möglichkeit, ihre Angehörigen bei der Aufrechterhaltung sicherer Online-Praktiken anzuleiten.

Durch die Erreichung dieser Ziele zielt das Modul „Schutz vor Missbrauch“ darauf ab, Familien in die Lage zu versetzen, ein sicheres und unterstützendes Umfeld für Menschen mit Behinderungen zu schaffen und deren Wohlbefinden, Autonomie und Fähigkeit, sich vor Missbrauch zu schützen, zu fördern.

## **Untereinheiten**

Untereinheit 1	Weiß, dass sein/ihr Körper ihm/ihr gehört
Untereinheit 2	Weiß, was für die Körpersicherheit zu tun ist
Untereinheit 3	Kennt den Unterschied zwischen guten und schlechten Berührungen
Untereinheit 4	Weiß, andere nicht ohne Erlaubnis zu berühren
Untereinheit 5	Weiß, dass andere ihn/sie nicht ohne Erlaubnis berühren sollten
Untereinheit 6	Erkennt Menschen an, denen sie vertrauen und von denen sie Hilfe bekommen können
Untereinheit 7	Schützt sich vor Gefahren von der anderen Seite
Untereinheit 8	Schützt sich vor sexuellem Missbrauch auf digitalen Plattformen

### **Untereinheit 1: Weiß, dass sein/ihr Körper ihm/ihr gehört**

Menschen mit geistigen und entwicklungsbedingten Behinderungen zu vermitteln, dass ihr Körper ihnen gehört, ist ein wichtiger Aspekt, um sie zu stärken und ihre

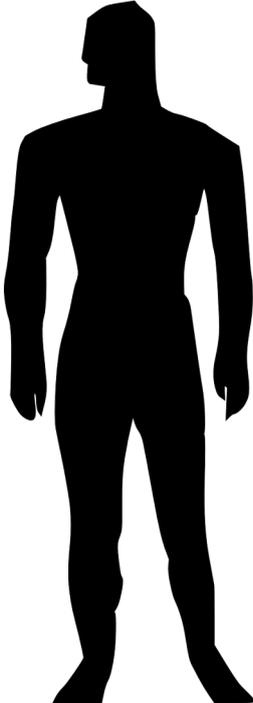
persönliche Autonomie zu fördern. Denken Sie daran, dass jeder Mensch einzigartig ist und die Lehrmethoden an seine spezifischen Bedürfnisse und Fähigkeiten angepasst werden sollten. Geduld, Wiederholung und Verstärkung sind während des gesamten Unterrichtsprozesses unerlässlich. Die Zusammenarbeit mit Pädagogen, Therapeuten und unterstützenden Fachkräften kann ebenfalls dazu beitragen, dass der Einzelne das Konzept der Körperverantwortung versteht und stärkt.

Hier sind einige Strategien, die hilfreich sein können:

- A) **Klare und einfache Sprache** : Verwenden Sie eine altersgerechte und verständliche Sprache, wenn Sie über Körperbesitz sprechen. Verwenden Sie einfache Sätze und vermeiden Sie komplexe oder abstrakte Konzepte.
- B) **Visuelle Unterstützung** : Nutzen Sie visuelle Hilfsmittel wie Bilder, Diagramme oder soziale Geschichten, um das Konzept des Körperbesitzes zu verstehen. Visuelle Unterstützung kann das Verständnis verbessern und als Erinnerung an die Botschaft dienen.
- C) **Persönlicher Raum** : Erklären Sie, dass sie die Kontrolle darüber haben, wer ihren Körper berühren oder ihm nahe sein darf. Verwenden Sie visuelle Hinweise, z. B. das Zeichnen einer persönlichen Raumblyse, um dieses Konzept zu veranschaulichen.
- D) **Bedeutung der Einwilligung** : Vermitteln Sie die Bedeutung der Einwilligung und das Recht, bei Berührungen „Ja“ oder „Nein“ zu sagen. Besprechen Sie verschiedene Szenarien und machen Sie Einzelpersonen klar, dass sie das Recht haben, körperlichen Kontakt abzulehnen oder zu akzeptieren, je nachdem, wie wohl sie sich fühlen.
- E) **Dinge beim richtigen Namen nennen** : Bringen Sie die Namen ihrer Körperteile, einschließlich privater Teile, bei und verwenden Sie dabei eine angemessene und respektvolle Terminologie. Dies kann hilfreich sein, wenn die Person missbraucht wird, um dies korrekt zu melden. Verstärken Sie das Verständnis, dass diese Körperteile privat sind und nicht ohne Erlaubnis von anderen berührt werden sollten.
- F) **Verstärkung und positive Verstärkung** : Geben Sie Lob, Ermutigung und positive Verstärkung, wenn die Person Verständnis für Körperbeherrschung und Durchsetzungsvermögen bei der Wahrung persönlicher Grenzen zeigt.

**Aktivität:**

Der	Name	der	Persönliche Grenzziehung
-----	------	-----	--------------------------

<b>Aktivität:</b>	
<b>Ziel:</b>	Private Teile ihres Körpers kennen lernen
<b>Erwerb:</b>	Kenntnisse über Unterschiede zwischen öffentlichen und privaten Bereichen
<b>Zeit:</b>	1 Stunde
<b>Instrumente:</b>	Arbeitsblätter
<b>Verfahren:</b>	<p>Stellen Sie Papier und Marker bereit und bitten Sie die Teilnehmer, einen Umriss ihres Körpers oder der Silhouette einer Person zu zeichnen. Lassen Sie sie dann Körperteile kennzeichnen und zwischen öffentlichen und privaten Bereichen unterscheiden. Besprechen Sie, warum private Bereiche wichtig sind, um die Vorstellung zu schützen und zu stärken, dass sie die Kontrolle über ihren Körper haben.</p> 

<b>Auswertung:</b>	Korrektur der Arbeitsblätter und Visualisierung ihrer Richtigkeit

**Tipp für die Familie :**

23. Fördern Sie eine offene und ehrliche Kommunikation innerhalb Ihrer Familie. Schaffen Sie einen sicheren Raum für die Diskussion von Herausforderungen, Emotionen und Erfolgen. Sprechen Sie regelmäßig mit Ihrem Kind, um seine Gefühle, Bedürfnisse und Erfahrungen zu verstehen. Sorgen Sie außerdem für eine offene Kommunikation mit den Erziehern, Therapeuten und Gesundheitsdienstleistern Ihres Kindes, um einen kooperativen Ansatz bei der Betreuung Ihres Kindes sicherzustellen.
24. Feiern Sie die Erfolge Ihres Kindes, egal wie klein sie sind. Erkennen und schätzen Sie ihre Fortschritte, ihr Wachstum und ihre einzigartigen Stärken. Konzentrieren Sie sich auf ihre Fähigkeiten und ihr Potenzial und nicht nur auf ihre Herausforderungen. Das Feiern von Meilensteinen, egal wie sehr sie sich von typischen Entwicklungsmeilensteinen unterscheiden, kann das Selbstwertgefühl Ihres Kindes stärken und es motivieren, sich weiter anzustrengen.
25. Sorgen Sie für eine offene Kommunikation mit Einzelpersonen, ihren Familien und Betreuern. Melden Sie sich regelmäßig bei ihnen, sprechen Sie etwaige Bedenken an und geben Sie ihnen die Möglichkeit, ihre Gefühle auszudrücken oder Fragen zum Thema Körperbesitz zu stellen.

**Untereinheit 2: Weiß, was für die Körpersicherheit zu tun ist**

Für Menschen mit geistigen und entwicklungsbedingten Behinderungen ist die Aufklärung über Körpersicherheit von entscheidender Bedeutung für ihr Wohlbefinden und ihren Schutz. Körpersicherheit ist für sie ein kritisches Thema, da sie möglicherweise einer erhöhten Verletzlichkeit und Herausforderungen gegenüberstehen, wenn es darum geht, Missbrauch zu verstehen und sich davor zu schützen. Denken Sie daran, dass die Vermittlung von Körpersicherheit ein fortlaufender Prozess ist und dass die Anpassung von Strategien und Materialien an die individuellen Bedürfnisse und Fähigkeiten des Einzelnen von entscheidender

Bedeutung ist. Die Zusammenarbeit mit Pädagogen, Therapeuten und Betreuern kann zusätzliche Unterstützung bieten und Konsistenz über verschiedene Settings hinweg gewährleisten.

Hier sind einige Strategien:

- **Früh beginnen:** Das Thema Körpersicherheit frühzeitig und entwicklungsgerecht einführen. Beginnen Sie damit, grundlegende Konzepte wie Privatsphäre, persönlichen Raum und angemessene Berührung auf einem altersgerechten Niveau zu vermitteln.
- **Identifizieren Sie vertrauenswürdige Erwachsene :** Helfen Sie der Person, vertrauenswürdige Erwachsene zu identifizieren, an die sie sich wenden kann, wenn es um Unterstützung und Anleitung in Bezug auf ihre Körpersicherheit geht. Dazu können Eltern, Betreuer, Lehrer oder andere Erwachsene gehören, zu denen sie eine enge Beziehung haben. Betonen Sie, dass Sie sich auf die Hilfe dieser vertrauenswürdigen Erwachsenen verlassen können, wenn sie in unangenehme Situationen geraten.
- **Gefühle erkennen und verstehen :** Bringen Sie Einzelpersonen bei, verschiedene Gefühle zu erkennen und zu verstehen, einschließlich solcher, die mit Unbehagen oder Grenzverletzungen verbunden sind. Verwenden Sie visuelle Hilfsmittel, soziale Geschichten oder Emotionsdiagramme, um ihnen zu helfen, ihre Gefühle effektiv zu identifizieren und auszudrücken.
- **Durchsetzungsvermögen :** Bringen Sie Einzelpersonen Durchsetzungsvermögen bei, damit sie ihre Grenzen effektiv kommunizieren können. Spielen Sie verschiedene Szenarien durch und zeigen Sie ihnen, wie sie „Nein“ sagen, sich aus unangenehmen Situationen entfernen oder bei Bedarf Hilfe von vertrauenswürdigen Erwachsenen suchen können.
- **Warnzeichen erkennen :** Helfen Sie Einzelpersonen, Warnzeichen zu erkennen, die auf eine unsichere Situation oder einen Versuch hinweisen könnten, ihre Körpergrenzen zu überschreiten. Bringen Sie ihnen bei, Warnsignale wie Geheimhaltung, unerwünschte Berührungen oder unangemessene Anfragen zu erkennen.
- **Persönliche Hygiene :** Unterrichten Sie Einzelpersonen über persönliche Hygienepraktiken wie Baden, Toilettengang und Anziehen, und zwar auf

eine Weise, die ihrem Alter und ihren Fähigkeiten entspricht. Erklären Sie die Bedeutung der Privatsphäre bei diesen Aktivitäten und ermutigen Sie sie, bei Bedarf um Hilfe zu bitten.

**Aktivität:**

<b>Der Name der Aktivität:</b>	Rollenspielszenarien
<b>Ziel:</b>	Um zu wissen, wie sicher ihr Körper ist
<b>Erwerb:</b>	Wissen darüber, wie sicher ihr Körper ist
<b>Zeit:</b>	1 Stunde
<b>Methoden und Techniken :</b>	Rollenspiel
<b>Verfahren:</b>	Binden Sie Einzelpersonen in Rollenspiele ein, um zu üben, persönliche Grenzen durchzusetzen und auf unangenehme Situationen zu reagieren. Spielen Sie Szenarien aus, in denen jemand versuchen könnte, sie unangemessen zu berühren oder in ihren persönlichen Bereich einzudringen. Ermutigen Sie sie, selbstbewusst zu reagieren, indem Sie Sätze wie „Hör auf! Das gefällt mir nicht“ oder „Halten Sie sich von mir fern“ verwenden. Machen Sie deutlich, dass die Sicherheit ihres Körpers wichtig ist und dass sie das Recht haben, sich selbst zu schützen
<b>Auswertung:</b>	nach dem Rollenspiel durch Reflexion, ob sie die verschiedenen Methoden verstanden haben.

### **Tipp für die Familie:**

- Schaffen Sie ein Umfeld, in dem offene und ehrliche Gespräche über Körpersicherheit gefördert werden. Versichern Sie Ihrem Kind, dass es sich mit allen Fragen und Sorgen an Sie wenden kann und dass Sie für ihn da sind, um es zu unterstützen und zu beschützen.
- Sagen Sie Ihrem Kind, wem es vertrauen kann, und sprechen Sie mit ihm über Bedenken hinsichtlich der Körpersicherheit. Lassen Sie sie wissen, dass Sie eine sichere Person sind, mit der sie ihre Sorgen oder Erfahrungen teilen können, und dass Sie sie unterstützen und glauben werden.
- Lassen Sie sich von Fachleuten wie Therapeuten, Pädagogen oder Sozialarbeitern beraten, die über Fachkenntnisse in der Körpersicherheitserziehung für Menschen mit Behinderungen verfügen. Sie können zusätzliche Strategien und Ressourcen bereitstellen, die auf die spezifischen Bedürfnisse Ihres Kindes zugeschnitten sind.

### **Untereinheit 3: Erkennen Sie den Unterschied zwischen guter und schlechter Berührung**

Die Vermittlung der Unterscheidung zwischen guten und schlechten Berührungen kann bei der Arbeit mit Kindern oder Jugendlichen mit schweren kognitiven Behinderungen eine Herausforderung darstellen. Die Darstellung von Bildern eines Erwachsenen, der ein Kind umarmt, als Beispiel für eine schlechte Berührung kann möglicherweise eine falsche Botschaft vermitteln, da Umarmungen von vertrauenswürdigen Personen wie Eltern angemessen sind. Die wichtigste Botschaft, die es zu vermitteln gilt, ist, dass die Art der Berührung, ob gut oder schlecht, von der Person abhängt, die die Berührung initiiert, und davon, wie sie die andere Person berührt. Jede Berührung der Brüste, des Penis oder des Beckenbereichs einer Person oder der Versuch, sie ohne deren Zustimmung zu küssen, gilt als schlechte Berührung.

Das Konzept der Einwilligung zu erklären kann komplex sein, aber im Wesentlichen bedeutet es, dass wenn jemand „NEIN“ sagt, dies auf einen Mangel an Einwilligung hinweist. Wenn jemand eine andere Person weiterhin berührt, obwohl er ein klares „NEIN“ erhält, handelt es sich um eine schlechte Berührung. Als Eltern



Co-funded by  
the European Union

ist es wichtig, wachsam zu sein und auf Verhaltensänderungen Ihres Kindes zu achten, da diese möglicherweise auf körperlichen oder sexuellen Missbrauch hinweisen könnten. Achten Sie auf körperliche Anzeichen wie Blutergüsse im Genitalbereich, Beschwerden über Genitalbeschwerden, zerrissene oder fehlende Kleidung oder Anzeichen sexuell übertragbarer Krankheiten. Da Sie Ihr Kind am besten kennen, ist es wichtig, eine offene Kommunikation mit dem Schulpersonal oder allen anderen Personen aufrechtzuerhalten, die mit Ihrem Kind interagieren. Informieren Sie sie über die einzigartigen Persönlichkeitsmerkmale Ihres Kindes, damit es auch auf mögliche Veränderungen achten kann.

*Wie kann man zwischen guten und schlechten Berührungen unterscheiden?*

Die Unterscheidung zwischen guten und schlechten Berührungen kann verwirrend sein, da sie von der Situation abhängt. Persönliche Beispiele können eine gute Möglichkeit sein, dem Einzelnen zu helfen, den Unterschied zu erkennen.

Besprechen Sie einige persönliche Beispiele mit Ihrem Kind:

Umarmungen und Küsse von Menschen, die wir nicht kennen oder nicht mögen, sind schlechte Berührungen. Es ist sehr wichtig zu wissen, von wem man Umarmungen und Küsse bekommen darf. Wenn wir von unseren Eltern gute Berührungen wie Umarmungen und Küsse bekommen, fühlen wir uns glücklich. Wenn Menschen, die wir nicht kennen, uns umarmen und küssen, sollte uns das traurig oder unglücklich machen. Daran erkennt man, dass es sich um eine schlechte Geste handelt.

Was ist, wenn uns jemand kitzelt? Macht das Spaß? Bringt es uns zum Lachen? Sind wir glücklich? Wenn Sie gerne gekitzelt werden, dann ist das eine gute Geste. Aber wenn man es nicht mag, gekitzelt zu werden, ist das eine schlechte Geste. Manchmal kitzelt uns jemand, und zunächst macht es Spaß. Aber wenn sie nicht aufhören, kann es eine schlechte Sache werden. Es wird unangenehm, wenn man ihnen sagt, sie sollen aufhören, und sie es nicht tun. Es wird zu einer unangenehmen Berührung, wenn sie dich so sehr kitzeln, dass du keine Luft mehr bekommst oder anfängst zu weinen.

Wenn dich jemand auf eine Weise berührt, die dir das Atmen erschwert oder dich zum Weinen bringt, ist das eine schlechte Berührung. Niemand außer deinen Eltern, einem Arzt oder einer Krankenschwester, die versucht, dich gesund zu machen, wenn du krank bist, oder einer anderen vertrauenswürdigen Person, die dir auf irgendeine Weise hilft, sollte dich jemals an deinem Penis, deinen Brüsten, deiner Vagina oder deinem Po berühren.

**Aktivität:**

<b>Der Name der Aktivität:</b>	Unterscheiden Sie gute und schlechte Berührungen
<b>Ziel:</b>	guter und schlechter Berührung kennen
<b>Erwerb:</b>	Wissen über die Unterschiede zwischen guter und schlechter Berührung
<b>Zeit:</b>	1 Stunde
<b>Instrumente:</b>	Arbeitsblätter
<b>Auswertung:</b>	Beobachten Sie, ob die Bilder richtig markiert sind.

**Verfahren:**

Hier sind einige Beispiele für gutes Gespür. Besprechen Sie, warum die Berührungen in den folgenden Bildern gut sind.





#### **Untereinheit 4: Weiß, andere nicht ohne Erlaubnis zu berühren**

Fragen, bevor man jemand anderen berührt, und die Wichtigkeit der Zustimmung sind grundlegende Elemente, die man lehren und lernen muss, um ein positives soziales Leben zu führen. Auch Menschen mit geistigen und entwicklungsbedingten Behinderungen sollten sich eine gewisse Kompetenz aneignen, um die Bedeutung angemessenen Verhaltens vollständig zu verstehen. All diese Gespräche können auf einer entwicklungsgerechten Ebene geführt werden, um den Grundstein für langfristig gesunde Beziehungen zu legen.

Um das Verständnis der Konzepte zu erleichtern, kann es hilfreich sein, die Idee einer persönlichen Raumblyse zu vermitteln – lassen Sie sie ihre Arme seitlich, nach vorne und hinten ausstrecken, um sicherzustellen, dass um sie herum genügend Platz ist und sie stoßen mit niemandem oder irgendetwas zusammen. Wenn sie etwas berühren können, müssen sie sich ein wenig bewegen, um sicherzustellen, dass sich nichts in ihrer Blase befindet.

Die Idee einer persönlichen Raumblyse kann auch ein guter Ausgangspunkt sein, um über Einwilligung und körperliche Autonomie zu sprechen. Wenn sie erst einmal etwas über die persönliche Blase wissen, können sie die Idee, nicht ohne Erlaubnis in die Blasen anderer Menschen einzudringen, besser verstehen. Wenn sie jemanden umarmen oder küssen, Händchen halten oder auf dem Schoß eines

Erwachsenen sitzen möchten, können sie zuerst fragen und müssen nach der Frage auf eine Antwort warten. Die Person könnte mit „Ja“ antworten, sie möchte jetzt auch berührt werden! Wenn ja, sind Sie in ihrer Blase willkommen. Aber sie könnten Nein sagen oder gar nichts sagen – alles andere als ein enthusiastisches Ja sollte als Nein behandelt werden. Was auch immer sie sagen, es ist wichtig, das zu respektieren.

Menschen mit Entwicklungsstörungen haben tendenziell mehr Probleme mit den sozialen Regeln und Grenzen, die Wörter und Definitionen umgeben. Daher kann es sinnvoll sein, gleichzeitig Fakten und Grenzen zu vermitteln. Körperteile haben Namen und Wörter haben Definitionen. Das Vermitteln von Fakten und Grenzen kann sowohl das Verständnis als auch die soziale Angemessenheit verbessern.

Sie sollten verschiedene Optionen für angemessene Berührungen oder den Ausdruck von Zuneigung erlernen, damit sie Alternativen anbieten können, wenn jemand „Nein“ zu ihnen sagt oder „Nein“ zu Berührungen von jemand anderem sagen möchte. Wir können Hände schütteln, Faustschläge machen, ein High Five machen, winken, uns verbeugen, Jazz-Hände spielen, einen Kuss werfen, Hallo sagen, neben jemandem sitzen, Seite an Seite gehen, ihm ein Geschenk machen und noch vieles mehr.

#### Aktivität 1:

<b>Der Name der Aktivität:</b>	Grenzen unterscheiden
<b>Ziel:</b>	Die Grenzen bei der Ausübung privater Aktivitäten kennen
<b>Erwerb:</b>	Kenntnisse über die Grenzen bei der Ausübung privater Tätigkeiten
<b>Zeit:</b>	1 Stunde
<b>Methoden und Techniken :</b>	Diskussionsgruppe

<p><b>Verfahren:</b></p>	<p>In einer Diskussionsrunde werden einige Fakten und ihre jeweiligen Grenzen vorgestellt. In Beispiel 1 müssen Sie den Satz vervollständigen und dann erklären, warum, und in Beispiel 2 werden Sie gebeten, die Frage zu beantworten und zu debattieren.</p> <p><b>Beispiel 1</b></p> <p>20. <b>FAKT:</b> Masturbation bedeutet, die Genitalien zum Vergnügen zu berühren oder zu reiben.</p> <p>21. <b>GRENZE:</b> Masturbation ist privat. Wenn Sie Ihr _____ berühren oder reiben möchten, müssen Sie sich an Ihren privaten Ort begeben. Ihr privater Ort ist _____.</p> <p><b>Beispiel 2</b></p> <p><b>FAKT:</b> Flirten bedeutet, einer anderen Person durch den Körper oder durch Worte zu zeigen, dass man sich zu ihr hingezogen fühlt oder Interesse hat.</p> <p><b>GRENZE:</b> Mit wem darf man flirten? Wenn?</p>
--------------------------	---

### Tipps für die Familie:

Wenn Sie über die Einwilligung in sexuelle Beziehungen mit Menschen mit Behinderungen sprechen, sollten Sie:

- Beantworten Sie ihre Fragen ehrlich – sagen Sie, was sie wissen möchten, mit Worten, die sie verstehen und geben Sie die richtigen Informationen an.
- Beginnen Sie Gespräche, auch wenn es Ihnen unangenehm ist, darüber zu sprechen. Je mehr Sie über diese Themen diskutieren, desto mehr Selbstvertrauen gewinnen Sie!

- Teilen Sie Ihre Überzeugungen, Bedenken und Werte mit, aber respektieren Sie vor allem ihre Meinung.

## **Untereinheit 5: Weiß, dass andere ihn/sie nicht ohne Erlaubnis berühren sollten**

Insbesondere für Menschen mit geistigen und entwicklungsbedingten Behinderungen ist es wichtig zu wissen, dass ihr Körper ihr Körper ist und dass sie das Recht haben zu sagen, wer ihn wie berühren darf, und für ihr Recht einzustehen, anderen zu sagen, ob es in Ordnung ist oder nicht es zu berühren und wie gerne sie berührt werden.

In jeder intimen sexuellen Situation sind Einwilligung und Sicherheit das Wichtigste:

Einwilligung bedeutet, dass er/sie sich bei jeder Art sexueller Aktivität wohl fühlen muss. Auch die andere Person muss damit einverstanden sein.

Jeder hat das Recht, „Nein“ zu sagen. Alle Menschen haben das Recht zu kontrollieren, was mit ihrem Körper passiert, und niemand sollte sich jemals unter Druck gesetzt fühlen, etwas zu tun, was sich nicht richtig anfühlt.

Sicherheit bedeutet, dass die Erfahrung respektvoll und gewaltfrei ist.

Wenn jemand fragt, ist es in Ordnung, „Nein, danke“ zu sagen, oder es ist in Ordnung, eine Alternative anzubieten – wie „Ich möchte jetzt nicht berührt werden, aber ich würde es lieben, wenn du neben mir sitzen würdest, während wir zeichnen.“ "

Wenn jemand vor der Berührung nicht fragt, ist es in Ordnung zu sagen: „Küss mich bitte nicht.“ Oder „Du musst fragen, bevor du meine Haare berührst.“ Wenn jemand seine Wünsche nicht respektiert oder ihn auf eine Weise berührt, die ihm aus irgendeinem Grund unangenehm ist, kann er Nein sagen und es einem vertrauenswürdigen Erwachsenen sagen.



Co-funded by  
the European Union

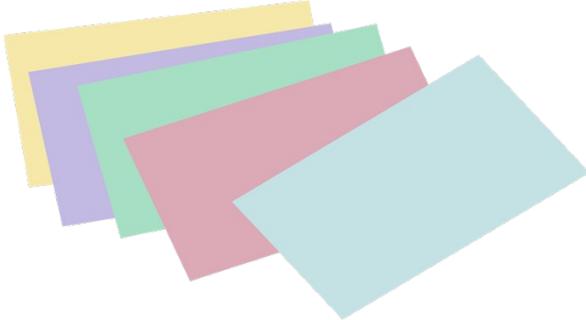
Im Allgemeinen ist jeder sexuelle Übergriff eine sehr ernste Angelegenheit und sollte an die Polizei und die Unterstützungsstellen für sexuelle Übergriffe weitergeleitet werden, auch wenn es sich um eine Person mit geistiger Behinderung handelt. Der erste Schritt besteht also darin, dass die Person, die den Missbrauch erleidet, die Situation als Gewaltsituation erkennt.

Um Gewaltsituationen zu vermeiden und zu erkennen, ist es wichtig zu verstehen, dass einige Teile unseres Körpers privat sind. Normalerweise bedecken wir sie mit Kleidung, wenn wir in der Öffentlichkeit unterwegs sind. Wir berühren dort keine anderen Menschen und sie sollten uns dort nicht berühren. Wir berühren diese Teile selbst nur, wenn wir uns in privaten Räumen wie unseren Schlafzimmern oder Badezimmern aufhalten. Lehren Sie, dass diese Teile diejenigen sind, die von einem Badeanzug bedeckt sind – Ober- und Unterteil für eine Person mit weiblichen Körperteilen und Unterteil für eine Person mit männlichen Körperteilen. Das Unterrichten korrekter anatomischer Begriffe wie Penis, Hodensack, Anus, Vulva, Vagina und Brustwarzen kann ihnen helfen, klar mit ihrer Familie, Betreuern, Ärzten usw. zu kommunizieren.

Um so effektiv wie möglich zu sein, sollten die Lehrer die Konzepte im Laufe der Zeit wiederholen und vertiefen. Tatsächlich funktionieren einmalige „Sexgespräche“ selten. Menschen mit Entwicklungsstörungen profitieren im Laufe der Zeit typischerweise vom Hören/Sehen/Diskutieren von Konzepten in verschiedenen Umgebungen und Kontexten. Der Lehrer könnte sexuelles Lernen als einen „Prozess“ und nicht als eine „Sitzung“ betrachten. Suchen Sie dann nach Möglichkeiten, Informationen in relevanten Situationen zu wiederholen und zu verstärken, die für die Lernenden sinnvoll sind. Dies sind wichtige lehrbare Momente.

**Aktivität:**

<b>Der Name der Aktivität:</b>	Situationen, in denen eine Erlaubnis erteilt werden muss
<b>Ziel:</b>	kennen , wann dich jemand berühren kann oder nicht

<b>Erwerb:</b>	Kenntnisse über die Berechtigungsgrenzen
<b>Zeit:</b>	1 Stunde
<b>Instrumente:</b>	Karten
<b>Verfahren:</b>	<p>Üben Sie verschiedene Szenarien, in denen Einzelpersonen ihr Wohlbefinden durch Berührung oder Nähe anzeigen können, indem sie das entsprechende Schild oder die entsprechende Karte hochhalten. Betonen Sie, dass sie das Recht haben, aufzuhören oder Nein zu sagen, wenn sie sich unwohl fühlen.</p> <p>Erstellen Sie ein „Stopp“- und „Geh“-Schild oder verwenden Sie rote und grüne Karten. Erklären Sie, dass „Stop“ bedeutet, innezuhalten oder „Nein“ zu sagen, während „Los“ bedeutet, dass es in Ordnung oder sicher ist.</p> 

## Untereinheit 6: Erkennt Menschen, denen sie vertrauen und von denen sie Hilfe bekommen können



Co-funded by  
the European Union

Eine Person mit geistigen und entwicklungsbedingten Behinderungen sollte verschiedene Menschen haben, die ihr „Sicherheitsnetz“ bilden. Es ist wichtig zu lernen, wie man eine Person erkennt, mit der man über jede Berührung sprechen kann, die ihm Unbehagen bereitet, oder mit der man wirklich reden kann, wenn ihm etwas unangenehm ist oder er sich über irgendetwas wundert. Idealerweise sollte die Liste der vertrauenswürdigen Personen auch jemanden umfassen, der nicht zu ihrer Familie gehört – Lehrer, Pfadfinderleiter, Fußballtrainer usw. Dies ist insbesondere bei Themen wie Missbrauch hilfreich. Es ist hilfreich, wenn sie Fragen zur Sexualität haben oder andere komplexe Themen diskutieren. Sprechen Sie über das Sicherheitsnetz und machen Sie ihnen klar, dass Erwachsene eine Ressource für sie sein können.

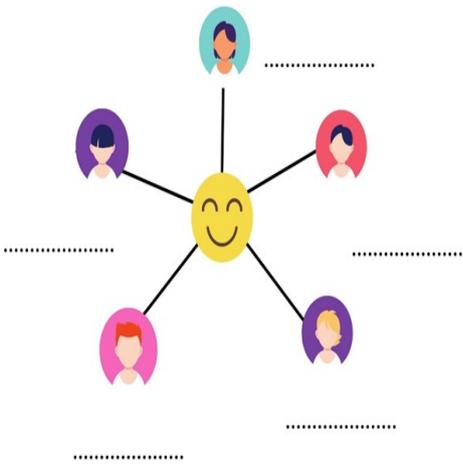
Menschen im Netz sollten Vorbilder dafür sein, wie man um Einwilligung bittet. Fragen Sie immer, ob sie eine Umarmung wünschen, ob Sie Ihre Hilfe beim Abwischen des Essens vom Gesicht usw. benötigen. Wenn es ein Sicherheitsproblem gibt, könnten Sie eine Wahl anbieten: „Sie und ich müssen uns auf dem Parkplatz aneinander festhalten – möchten Sie meine Hand halten oder möchten Sie, dass ich Sie trage?“

Kinder sollten wissen, dass sie sofort einen vertrauenswürdigen Erwachsenen informieren sollten, wenn jemand jemals ihre Intimbereiche berührt, ein Kind dazu auffordert, ihre Intimbereiche zu berühren, Bilder zeigt oder darum bittet, Fotos von Intimbereichen zu machen.

Daher können die Betreuer einer Person mit einer geistigen Behinderung helfen, indem sie durchsetzungsfähiges Verhalten vorleben, Empfehlungen aussprechen, wenn die Person weitere Ausbildung oder Unterstützung benötigt, und die Grundlagen schützender Verhaltensweisen erklären, einschließlich der Tatsache, dass es Gesetze gibt, die das Recht einer Person auf ein sicheres Leben schützen ohne geschädigt oder ausgebeutet zu werden.

Es muss klar sein, dass es viele Menschen gibt, denen man vertrauen kann, aber auch einige, denen man nicht vertrauen kann, und dass es Menschen gibt, die Ihnen helfen können, falls etwas passiert, wenn Sie in irgendeiner Weise missbraucht oder ausgebeutet werden.

**Aktivität:**

<p><b>Der Name der Aktivität:</b></p>	<p>Wer ist in meinem Sicherheitsnetz?</p>
<p><b>Ziel:</b></p>	<p>Zu wissen , wem Menschen vertrauen können</p>
<p><b>Erwerb:</b></p>	<p>Erkennt Menschen an, denen sie vertrauen und von denen sie Hilfe bekommen können</p>
<p><b>Zeit:</b></p>	<p>1 Stunde</p>
<p><b>Instrumente:</b></p>	<p>Arbeitsblatt</p>
<p><b>Verfahren:</b></p>	<p>Eltern können das Bild unten verwenden, um ihre Kinder aufzufordern, ihr Sicherheitsnetz zu identifizieren.</p> 

### **Tipp für die Familie:**

12. Lassen Sie ihn/sie wissen, dass Sie für ihn/sie da sind und bereit sind, sich seine/ihre Geschichte anzuhören, wenn er/sie sie gerne teilen möchte. Beurteilen Sie, ob es Menschen in ihrem Leben gibt, zu denen sie gerne gehen, und erinnern Sie sie daran, dass es Dienstleister gibt, die sie bei der Heilung von der Erfahrung unterstützen können.
13. Kommunizieren Sie Mitgefühl mit Sätzen wie „Ich bin so froh, dass Sie das mit mir teilen.“
14. Unterstützen Sie ihn/sie, aber erkennen Sie den richtigen Zeitpunkt, um einen Experten einzubeziehen.
- 15.

### **Untereinheit 7: Schützt sich vor Gefahren von anderer Seite**

Das Risiko sexueller Übergriffe ist für Menschen mit einer Behinderung vier- bis zehnmals höher. Kinder mit Behinderungen jeglicher Art werden häufiger sexuell missbraucht. In dieser Veröffentlichung wird empfohlen, dass Eltern einige proaktive Maßnahmen ergreifen, indem sie mit ihren Kindern über die Risiken und negativen Folgen des Erlebens von Beziehungen kommunizieren. Es werden Vorschläge für Dinge beschrieben, die Eltern tun können, um das Risiko, dass ein behindertes Kind sexuell missbraucht wird, zu minimieren, wie zum Beispiel: wie man Kindern mit Behinderungen Sexualität und das Setzen von Grenzen beibringt, Methoden, um Kindern mit Behinderungen angemessene und unangemessene Berührungen beizubringen, wie man das macht bieten Unterstützung und Anleitung, wenn behinderte Kinder Technologie nutzen, wie man eine Agentur befragt und überprüft, die möglicherweise Dienste für ein behindertes Kind anbietet, Tipps, was zu tun ist, wenn ein Elternteil den Verdacht hat, dass sein Kind missbraucht wurde, und Vorschläge, wie ein Elternteil vorgehen sollte reagieren Sie, wenn ein Kind sagt, dass es misshandelt wurde.

Das Thema sexueller Missbrauch ist für Familien und Trainer schwierig zu bewältigen. Die Informationen in dieser Ressource sollen dazu beitragen, die Sicherheit von Kindern zu gewährleisten. Bewahren Sie es an einem Ort auf, an dem es bei Bedarf mehrmals gelesen werden kann. Es ist unklar, wie häufig sexueller Missbrauch bei Kindern und Jugendlichen mit Behinderungen genau vorkommt, es ist jedoch bekannt, dass er deutlich häufiger vorkommt als bei Menschen ohne Behinderung. Um Kinder und Jugendliche mit Behinderungen besser zu schützen und sexuellem Missbrauch vorzubeugen, müssen wir uns auf ihre Bedürfnisse konzentrieren.

#### Kinder und Jugendliche mit Behinderung benötigen:

- Über ihre Körperteile und körperlichen Veränderungen informiert werden.
- Genaue Informationen über Sex und was sexueller Missbrauch ist.
- Möglichkeiten auszudrücken, ob etwas falsch oder beängstigend ist.
- Die Fähigkeit, in einer unangenehmen oder missbräuchlichen Situation „Nein“ zu sagen.
- Jemanden informieren können, wenn er misshandelt wurde – und ihm geglaubt werden.
- Vertrauenswürdige Beziehungen und sichere Menschen, die ihnen helfen.

#### Sexueller Missbrauch kann sich gegen Kinder und Jugendliche mit Behinderungen richten, die:

- Schenken Sie Zuneigung und Vertrauen
- Sie haben nicht viele Freunde und suchen Zuneigung.
- Habe gelernt, Erwachsenen passiv zu gehorchen, insbesondere Karrieren und anderen Autoritätspersonen.
- Sie haben Kommunikationsschwierigkeiten und können anderen nicht ohne Weiteres von dem Missbrauch erzählen.

#### Sexuelle Täter können:

- Suchen Sie nach schutzbedürftigen Menschen, beispielsweise Kindern mit Behinderungen, und nehmen Sie diese gezielt ins Visier.
- Finden Sie eine Möglichkeit, alleine Zeit mit Kindern zu verbringen.
- Bieten Sie Ihre Hilfe an, indem Sie ihnen eine Pause gönnen.
- Zielgruppe sind häufig Kinder von Alleinerziehenden (hauptsächlich Mütter).



Co-funded by  
the European Union

- Geheimnisse fördern.
- Machen Sie Drohungen, um Missbrauch zu verbergen.
- Missbrauch allein oder mit anderen.

### **Tipp für die Familie:**

#### **So können Sie Ihr Kind schützen**

Kindesmissbrauch braucht sofortige Unterstützung und Trost. Es ist wichtig, dem Kind zuzuhören und ihm zu glauben. Vermeiden Sie es, das Kind über den Missbrauch zu befragen, sondern überlassen Sie dies den Fachleuten. Machen Sie sich so schnell wie möglich Notizen darüber, was das Kind tatsächlich gesagt hat, wann und wann das Kind die Anzeige erstattet hat und wann der Missbrauch stattgefunden haben könnte. Notieren Sie die tatsächlichen Worte, mit denen das Kind den Missbrauch beschrieben hat. Wenn das Kind nicht in Worten sprechen kann, notieren Sie, wie es den Missbrauch kommuniziert hat. Diese Notizen können zur Unterstützung einer Strafverfolgung verwendet werden.

Was können wir als Eltern und Betreuer tun, um Kinder mit Behinderungen zu schützen? Das Folgende ist ein allgemeiner Überblick, aber bedenken Sie, dass Sie Ihr Kind, seinen Entwicklungsstand und seine spezifischen Bedürfnisse am besten kennen.

#### **Was zu tun ist?**

1. Wenn sich Ihr Kind anders verhält oder sich darüber beschwert, dass ihm etwas weh tut, zum Beispiel sein Po, gehen Sie zum Arzt. Bitten Sie den Arzt, auf Anzeichen von Missbrauch zu prüfen, wenn dies nicht angeboten wird.
2. Seien Sie hartnäckig – wenn Sie Bedenken haben, holen Sie eine zweite Meinung ein.
3. Eine Beratung kann für Sie und Ihr Kind hilfreich sein.
4. Aufklärungsunterricht.

Beginnen Sie, sobald Ihr Kind kommunizieren kann (altersgemäß). Finden Sie heraus, was Ihrem Kind in der Kindertagesstätte, im Vorschulalter und in der Schule über Sexualität und Schutzverhalten beigebracht wird, und wiederholen Sie dieses Gelernte zu Hause. Finden Sie Ressourcen, die Ihnen beim Unterrichten Ihres Kindes helfen können (einige sind am Ende dieser Broschüre aufgeführt). Bringen Sie Ihrem Kind etwas über den Körper bei und

darüber, welche Teile private Sexualteile sind. Niemand darf die privaten Sexualteile anderer kitzeln oder mit ihnen spielen. Verwenden Sie altersgerechtes Vokabular zu Körperteilen, damit Ihr Kind über sexuelles Verhalten berichten kann.

5. Auf Nummer sicher gehen

Bringen Sie Ihrem Kind etwas über Beziehungen und persönliche Grenzen bei. Legen Sie Regeln zur Privatsphäre Ihres Körpers fest und bringen Sie Ihrem Kind bei, Sie zu informieren, wenn jemand gegen diese Regeln verstößt. Bringen Sie Ihrem Kind Überraschungen und Geheimnisse bei, und „Geheimnisse“, die man teilen muss, auch wenn sie die Menschen traurig machen. Helfen Sie Ihrem Kind, den Unterschied zwischen guten und falschen Berührungen zu verstehen. Bringen Sie Ihrem Kind bei, „Nein, hör auf damit!“ zu kommunizieren, wenn jemand ihnen Angst, Traurigkeit oder Unbehagen bereitet. Beziehen Sie sich eher auf gefährliche Situationen als auf gefährliche Personen. Helfen Sie Ihrem Kind dabei, Menschen zu finden und zusammenzubringen, denen es vertrauen und an die es sich wenden kann, wenn es sich unsicher fühlt. Bringen Sie Ihrem Kind bei, gesunde Entscheidungen zu treffen, sich gut zu fühlen, Probleme zu lösen und Hilfe zu bekommen, wenn es sie braucht.

6. Verstehe die Zeichen

7. Traumareaktionen sowie körperliche und verhaltensbezogene Anzeichen von Missbrauch sind bei Kindern mit und ohne Behinderung gleich. Bei einigen Kindern mit Behinderungen ist es möglicherweise schwieriger, Veränderungen mit Missbrauch in Verbindung zu bringen.

8. Vermitteln Sie Privatsphäre, Grenzen und sicheren Umgang, einschließlich Einwilligung und Nein-Sagen.

9. Spielen Sie spezifische Situationen nach und arbeiten Sie daran, diese zu verallgemeinern, um sie auf ähnliche Situationen anzuwenden.

10. Lehren Sie eine entwicklungsgerechte sexuelle Entwicklung.

11. Eltern befürchten möglicherweise, dass Gespräche über Sex ihre Kinder zu sexuellen Experimenten ermutigen. Allerdings sind Kinder mit Behinderungen, deren Eltern ständig über eine gesunde sexuelle Entwicklung diskutieren, besser darauf vorbereitet, sich vor Missbrauch zu schützen.

12. Geben Sie Kindern ausreichend Wortschatz, um Missbrauch zu melden

13. Für diejenigen mit erheblichem Kommunikationsbedarf kann dies durch die

Nutzung ergänzender und alternativer Kommunikationsmethoden geschehen.

14. Wenn es zu sexuellem Missbrauch kommt, melden Sie ihn und holen Sie sich Hilfe.
15. Unabhängig von der Art oder Schwere der Behinderung erleben Kinder mit Behinderungen Traumata und werden durch sexuellen Missbrauch negativ beeinflusst. Tatsächlich erholen sich Kinder mit Behinderungen seltener spontan von traumatischem Stress als ihre sich normalerweise entwickelnden Altersgenossen. Interventionen wie traumafokussierte kognitive Verhaltenstherapie, EMDR, Spieltherapie und interaktive Eltern-Kind-Therapie wurden erfolgreich eingesetzt, um Kindern mit einer Reihe von Behinderungen zu helfen. Kinder mit Behinderungen sind vor sexuellem Missbrauch nicht „sicher“, sie sind sogar noch stärker gefährdet. Mit den oben genannten Tipps können Sie Ihr Kind besser schützen. Lassen Sie sich durch Missverständnisse nicht davon abhalten, sich selbst oder Ihr Kind weiterzubilden.

## **Untereinheit 8: Schützt sich vor sexuellem Missbrauch auf digitalen Plattformen**

### **Was ist Online-Schaden?**

Einfach ausgedrückt ist es jedes Verhalten im Internet, das Schaden anrichtet. Dies kann körperlich, emotional oder sexuell sein.

Zu den sexuellen Belästigungen im Internet zählen:

- Sexueller Missbrauch und Ausbeutung.
- Grooming: Jemand freundet sich mit einem Kind an und baut Vertrauen auf, damit er es sexuell beeinflussen kann.
- Senden oder Empfangen sexueller Fotos oder Nachrichten.
- Sexuelle Folter: Jemand droht damit, sexuelle Bilder oder Informationen über eine andere Person zu veröffentlichen, sofern diese nicht tut, was sie sagt.
- Ermutigen Sie ein Kind, auf Websites mit Erwachsenenpornografie zuzugreifen.

Täter sind geschickt und motiviert, über das Internet gezielt gegen Kinder vorzugehen. Sie können jedes Geschlecht, jedes Alter oder jede sexuelle Orientierung haben und sich Zugang zu einem Kind verschaffen, indem sie es manipulieren oder pflegen.

Beim Grooming beginnt ein Täter online mit einem Kind zu interagieren, indem er sich für es interessiert, Freundschaften knüpft und sich über seine Interessen, sein Zuhause, seine Familie und seine Freundschaftsgruppen informiert. Während dieses Prozesses testet der Täter die Reaktion eines Kindes. Dies kann subtil beginnen und sich dann zu eher sexuellen oder zwanghaften Gesprächen entwickeln. Es kann jedoch auch direkter vorgehen, wenn der Täter sich einem anderen Kind zuwendet, wenn dieses nicht die gewünschte Reaktion erhält.

Wie in der Offline-Welt möchten Straftäter dort sein, wo Kinder sind. Nicht alle Täter geben vor, jemand anders oder jünger zu sein. Sie können Kinder über soziale Medien, Spiele und andere Apps einbeziehen. Straftäter haben es auf Jungen und Mädchen aller Altersgruppen abgesehen, unabhängig von der Herkunft des Kindes.

### 1. Was kann ich tun, wenn ich feststelle, dass meinem Kind ein Schaden zugefügt wurde?

**Versuche ruhig zu bleiben.** Ihr Kind fühlt sich möglicherweise unglaublich verletztlich und muss wissen, dass Sie auf seiner Seite sind. Probieren Sie den **CARES-** Ansatz aus, wenn Sie Bedenken hinsichtlich der Inhalte haben, die Ihr Kind teilt, ansieht oder hochlädt:

C – Ruhiges, nicht wertendes Zuhören. Fake es, wenn es sein muss! Machen Sie deutlich, dass Sie ihnen keine Vorwürfe machen.

A – Stellen Sie offene Fragen und beurteilen Sie – nehmen Sie sich Zeit und vermeiden Sie die Frage „Warum?“.

R – Beruhigen und Informationen und Unterstützung geben. Beruhigung bedeutet nicht, zu sagen, dass alles gut wird. Reflektieren Sie Ihre Gefühle und erkennen Sie an, wie schwer das sein muss. Dies ist ein Moment und eine Genesung ist möglich.

E – Geben Sie ihr Realitätsmodell ein; Sehen Sie, wie es sich für sie anfühlt. Es kann zu Konflikten und Zweifeln kommen. Machen Sie sich keine Sorgen, wenn sie lieber mit jemand anderem reden möchten.

S – Suchen Sie Unterstützung und Selbstfürsorge. Blamiere dich nicht selbst. Bitten Sie entsprechende Fachleute um Rat.

Denken Sie daran: Wie Sie reagieren, beeinflusst Ihr Kind. Ruhe zu bewahren wird ihnen dabei helfen, dasselbe zu tun.

## 2. **Wie melde ich sexuelle Belästigung im Internet?**

Wenn Sie Bedenken haben, wenden Sie sich entweder an die Polizei, das Sozialamt oder an den für Ihr Kind zuständigen Sicherheitsbeauftragten (DSL) an der Schule. Ihr Kind wird besorgt darüber sein, wer es sonst noch weiß und was es tun wird. Beziehen Sie daher Ihr Kind gegebenenfalls mit ein.

Speichern Sie alle Nachrichten oder beleidigenden Bilder als Beweis für den Missbrauch.

## 3. **Kommunizieren Sie nicht online mit dem Täter.**

Die überwiegende Mehrheit der Fachleute verfügt über Erfahrung im Umgang mit Vorfällen dieser Art und sollte je nach Schadenshöhe in der Lage sein, die betreffenden Behörden zu beraten oder die Bedenken an die entsprechenden Behörden weiterzuleiten.

Es ist wichtig, über die Unterstützung für Sie, Ihr Kind und Ihre Familie nachzudenken. Es gibt nur eine Person, die für den Missbrauch verantwortlich ist, und das ist der Täter. Machen Sie sich und Ihrem Kind keine Vorwürfe.

## 4. **Was kann ich danach tun?**

Fokus auf Familie: Davon betroffene Familien haben über die Notwendigkeit gesprochen, ihre Familie neu auszurichten, um den Online-Schaden zu vermeiden, der ihr Kind definiert. Suchen Sie nach umfassenderen Aktivitäten, die Sie als Familie unternehmen können. Zeigen Sie Ihrem Kind, dass Sie ihm glauben: Der Täter hat Ihrem Kind möglicherweise gesagt, dass Sie ihm nicht glauben würden. Daher ist es wichtig, es zu trösten und ihm zu zeigen, dass Sie für alles da sind, was es braucht. Lassen Sie sie online gehen: Ihr Kind möchte möglicherweise immer noch online gehen und fühlt sich möglicherweise bestraft, wenn dies nicht möglich ist. Überlegen Sie, wann und wie dies passieren kann, und überlegen Sie, welche Maßnahmen Sie ergreifen können, um ihre Sicherheit online zu verbessern.

Erklären Sie der Familie die Situation: Möglicherweise müssen Sie Geschwistern oder anderen Familienmitgliedern erklären, was passiert ist, damit sie verstehen, was passiert. Aufgrund der Sensibilität des Problems möchten Sie möglicherweise sogar die Hilfe eines Fachmanns in Anspruch nehmen.



**Co-funded by  
the European Union**

### **5. Wie kann ich verhindern, dass meinem Kind Schaden zugefügt wird?**

Es kann schwierig sein, alle Apps und Websites zu kennen, auf die Kinder und Jugendliche zugreifen. Es ist jedoch hilfreich, darüber nachzudenken, wie das Kind mit Apps oder Online-Plattformen interagiert. Der Inhalt, den ein Kind sieht, könnte schädlich sein, oder es könnte schädlich sein, mit wem es kommuniziert oder welche Themen es bespricht.

Offenes Sprechen über Spieleseiten, soziale Medien und Apps bietet die Möglichkeit, herauszufinden, wie man das Internet sicher nutzt. Offene Gespräche helfen dabei, das Wort für Bedenken zu öffnen, die Sie oder Ihr Kind haben könnten. Es ist auch von Vorteil, wenn Sie wissen, wie Ihr Kind mit einer bestimmten App oder einem bestimmten Spiel umgeht. Mit der Kindersicherung können Sie verhindern, dass Ihr Kind auf unangemessene Inhalte oder Apps/Plattformen zugreift, die es nicht sehen soll. Die Softwareentwicklung innerhalb der Kindersicherung hat deren Wirksamkeit im Laufe der Jahre gesteigert, sie ist jedoch nur ein Teil des Schutzbildes. Leitfäden und Ressourcen zur Elternkontrolle finden Sie im Internet Matters App Guide oder auf Net Aware von NSPCC .

Obwohl es sich für Erwachsene wie eine Parallelwelt anfühlen kann, sehen Kinder oft kaum einen Unterschied zwischen Online- und Offline-Freundschaften. Aufgrund von Covid-19 ist die Zahl der Kinder, die online gehen, um mit ihren Freunden zusammen zu sein, gestiegen. Der Schlüssel liegt darin, häufig zu kommunizieren und sich dafür zu interessieren, mit wem Ihr Kind online spricht, genauso wie Sie es offline mit neuen Freunden tun würden.



Co-funded by  
the European Union

## Verweise

Anna C. **Treacy** , Shanon S. **Taylor** und Tammy V. **Abernathy** (2018), *Sexual Health Education for Individuals with Disabilities: A Call to Action* , in *American Journal of Sexuality Education* , vol. 13, Nr. 1, 65-93

DiAnn L. **Baxley** und Anna L. **Zendell** (2005), *Sexuality Across the Lifespan* , *Sexualerziehung für Kinder und Jugendliche mit Entwicklungsstörungen. Ein Anleithandbuch für Eltern/Betreuer von Menschen mit Entwicklungsstörungen*



Co-funded by  
the European Union

# „PASSION FOR INCLUSION (P4I)“

**2021-1-DE02-KA220-ADU-000035138**

**Modul 8:**

**SAFER SEX**

**Entwickelt von:**

**CENTRO INTERNAZIONALE PER LA PROMOZIONE DELL'EDUCAZIONE E LO  
SVILUPPO (CEIPES)**





Co-funded by  
the European Union

## Inhalt

Zusammenfassung des Moduls	225
Ziele	227
Lernuntereinheiten	228
Untereinheit 1: erlangt Wissen über Sexualtriebe	230
Untereinheit 2: bewältigt sexuelle Triebe	233
Untereinheit 3: kennt die Methoden zum Schutz vor Geschlechtskrankheiten	239
Untereinheit 4: kennt Verhütungsmethoden	244
Untereinheit 5: kennt safer Sex	250
Verweise	256

## Zusammenfassung des Moduls

Das Modul „Safe Sex“, das im Rahmen des PASSION 4 INCLUSION-Projekts im Rahmen von Erasmus+ KA2 entwickelt wurde, zielt darauf ab, Eltern und Betreuer von Menschen mit geistiger Behinderung zu stärken, indem es ihnen grundlegendes Wissen und praktische Werkzeuge vermittelt, um sexuelle Aufklärung auf sichere und integrative Weise anzugehen .

Das Modul besteht aus fünf Einheiten, die jeweils spezifische Aspekte im Zusammenhang mit der Aufklärung über sicheren Sex für Menschen mit geistiger Behinderung abdecken:

a) **Erwerb von Kenntnissen über sexuelle Triebe:** Eltern erhalten ein umfassendes Verständnis der sexuellen Triebe und ihrer Bedeutung im Leben von Menschen mit geistiger Behinderung. Diese Einheit bietet theoretische Einblicke in die menschliche Sexualität und ihre Manifestation bei Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen.

b) **Umgang mit sexuellen Trieben :** In dieser Einheit erhalten Eltern Strategien und Anleitungen, wie sie Menschen mit geistiger Behinderung bei der Bewältigung ihrer sexuellen Triebe unterstützen können. Es umfasst verschiedene Ansätze, um ihr emotionales Wohlbefinden sicherzustellen und eine verantwortungsvolle Entscheidungsfindung zu fördern.

c) **Kennt die Methoden zum Schutz vor Sexuallykrankheiten :** Eltern lernen die verschiedenen Methoden kennen, um Menschen mit geistiger Behinderung vor Sexuallykrankheiten zu schützen. Die Einheit konzentriert sich auf die Sensibilisierung für sexuell übertragbare Infektionen und Präventionsmaßnahmen und betont die Bedeutung der Förderung gesunder und sicherer Verhaltensweisen.

d) **kennt Verhütungsmethoden :** Diese Einheit klärt Eltern über Verhütungsmethoden und deren Relevanz im Leben von Menschen mit geistiger Behinderung auf. Es bietet einen Überblick über die verfügbaren Optionen, deren Vorteile und Überlegungen und gibt Eltern die Möglichkeit, fundierte Entscheidungen zu treffen und ihre Kinder effektiv zu unterstützen.

e) **Kennt sich mit Safer Sex aus** : In der letzten Einheit wird das Konzept von Safer Sex im Zusammenhang mit geistiger Behinderung untersucht. Eltern lernen Strategien zur Förderung sicherer Sexualpraktiken, Einwilligung und Grenzen kennen. Die Einheit betont die Bedeutung einer offenen Kommunikation und des Verständnisses individueller Bedürfnisse und Vorlieben.

Jede Einheit besteht sowohl aus theoretischen Textinhalten als auch aus praktischen Übungen, sodass Eltern und Betreuer das erworbene Wissen in realen Szenarien anwenden können. Durch den Abschluss dieses Moduls werden Eltern mit den notwendigen Werkzeugen und Kenntnissen ausgestattet, um das Thema Safer Sex mit ihren Kindern mit geistiger Behinderung anzugehen und so ein sicheres und integratives Umfeld zu fördern.

## Ziele

Das Modul „Safe Sex“ ist speziell auf die Bedürfnisse von Eltern, Familien und Betreuern von Menschen mit geistiger Behinderung ausgerichtet. Ziel ist es, ihnen ein umfassendes Verständnis der Aufklärung über sicheren Sex zu vermitteln und sie mit den notwendigen Kenntnissen und Fähigkeiten auszustatten, um ihre Angehörigen effektiv zu unterstützen. Im Fokus des Moduls stehen folgende Ziele:

1. **Wissenserweiterung** : Das Modul zielt darauf ab, das Wissen von Eltern, Familien und Betreuern über sichere Sexualerziehung für Menschen mit geistiger Behinderung zu erweitern. Ziel ist es, ihnen eine solide Informationsgrundlage zu vermitteln, einschließlich des Verständnisses sexueller Triebe und ihrer Bedeutung im Leben von Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen.
2. **Stärkung der Bewältigungsstrategien** : Das Modul zielt darauf ab, Eltern, Familien und Betreuer in die Lage zu versetzen, Bewältigungsstrategien zu entwickeln, um den sexuellen Trieben von Menschen mit geistiger Behinderung gerecht zu werden. Es bietet praktische Anleitungen zur Unterstützung des Einzelnen beim Umgang mit seinen sexuellen Gefühlen und der Aufrechterhaltung des emotionalen Wohlbefindens.
3. **Sensibilisierung für Schutzmethoden** : Das Modul zielt darauf ab, das

Bewusstsein von Eltern, Familien und Betreuern für die verschiedenen Methoden zum Schutz vor sexuellen Krankheiten zu schärfen. Der Schwerpunkt liegt darauf, sie über sexuell übertragbare Infektionen, vorbeugende Maßnahmen und die Bedeutung der Förderung gesunder und sicherer Verhaltensweisen aufzuklären.

4. **Verhütungsmethoden verstehen** : Das Modul zielt darauf ab, Eltern, Familien und Betreuer über Verhütungsmethoden und deren Relevanz im Leben von Menschen mit geistiger Behinderung aufzuklären. Es bietet Informationen über verschiedene verfügbare Optionen, deren Vorteile und Überlegungen und fördert eine fundierte Entscheidungsfindung.
5. **Förderung von Safer-Sex-Praktiken** : Das Modul zielt darauf ab, Safer-Sex-Praktiken im Kontext geistiger Behinderungen zu fördern. Es bietet Strategien und Werkzeuge für Eltern, Familien und Betreuer, um eine offene Kommunikation zu erleichtern, Grenzen zu setzen und Menschen mit geistiger Behinderung das Einverständnis zu vermitteln.

Durch die Erreichung dieser Ziele soll das Modul Eltern, Familien und Betreuer in die Lage versetzen, ein sicheres und integratives Umfeld für Menschen mit geistiger Behinderung zu schaffen. Es stattet sie mit den notwendigen Kenntnissen, Fähigkeiten und Ressourcen aus, um das Thema Safer Sex effektiv anzugehen und das sexuelle Wohlbefinden ihrer Lieben zu unterstützen.

Zielgruppe: Eltern, Familien und Betreuer von Menschen mit geistiger Behinderung.

## Lernuntereinheiten

Untereinheit 1	Erlangt Kenntnisse über sexuelle Triebe
Untereinheit 2	Bewältigt sexuelle Triebe
Untereinheit 3	Kennt die Methoden zum Schutz vor Geschlechtskrankheiten
Untereinheit 4	Kennt Verhütungsmethoden
Untereinheit 5	Kennt sich mit Safer Sex aus

## **Untereinheit 1: Erlangt Wissen über Sexualtriebe**

Das Verstehen und Ansprechen der sexuellen Triebe von Kindern mit Behinderungen ist ein wesentlicher Aspekt ihrer ganzheitlichen Entwicklung und ihres Wohlbefindens. Genau wie ihre sich normalerweise entwickelnden Altersgenossen erfahren auch Kinder mit Behinderungen sexuelle Gefühle und Interessen, wenn sie heranwachsen und sich in der Welt um sie herum zurechtfinden. Die Diskussion und Auseinandersetzung mit diesem Thema kann für Eltern, Betreuer und Pädagogen jedoch aus verschiedenen Gründen manchmal eine Herausforderung sein, darunter Bedenken hinsichtlich angemessener Sprache, Missverständnisse und gesellschaftliche Tabus.

Aus mehreren Gründen ist es von entscheidender Bedeutung, die sexuellen Triebe von Kindern mit Behinderungen zu erkennen und anzugehen. Erstens fördert es ihre Selbstwahrnehmung und ihr Verständnis für ihren Körper, ihre Gefühle und Beziehungen. Indem wir ihnen genaue und altersgerechte Informationen zur Verfügung stellen, können wir sie dabei unterstützen, ihre sexuellen Interessen und Gefühle auf sichere und gesunde Weise zu steuern. Zweitens trägt die Auseinandersetzung mit sexuellen Trieben dazu bei, das Gefühl persönlicher Entscheidungsfreiheit, Autonomie und Selbstvertretung zu fördern. Es ermöglicht Kindern mit Behinderungen, ein positives Körperbild zu entwickeln, ihre Grenzen durchzusetzen und fundierte Entscheidungen über ihre Beziehungen und ihr Privatleben zu treffen.

Auch die Bekämpfung sexueller Triebe spielt eine wichtige Rolle beim Schutz von Kindern mit Behinderungen vor potenziellem Missbrauch und Ausbeutung. Wenn man sie mit Wissen über sexuelle Triebe, Safer Sex, Verhütungsmethoden und diejenigen, die vor sexuell übertragbaren Krankheiten geschützt werden müssen, ausstattet, kann man eine Schutzbarriere gegen jede Form von Schaden aufbauen. Dadurch können sie unangemessenes Verhalten erkennen und melden und so ihre körperliche und emotionale Sicherheit gewährleisten. Die Bereitstellung altersgerechter Informationen, die Verwendung einer verständlichen Sprache und die Anpassung von Kommunikationsstrategien sind entscheidend, um sicherzustellen, dass Kinder mit Behinderungen ihre sexuellen Triebe vollständig verstehen und an konkreten Gesprächen darüber teilnehmen können.



Co-funded by  
the European Union

Um Kindern Wissen über sexuelle Triebe zu vermitteln, ist es am besten, bereits in jungen Jahren zu beginnen und nicht erst auf die Pubertätsphase zu warten, in der Kinder normalerweise beginnen, sexuelle Interessen zu entwickeln und Fragen zu stellen. Beispielsweise fragen sich Kinder möglicherweise, wie in diesem Alter Babys entstehen. Eltern können eine einfache und umfassende Antwort geben und erklären, dass Babys aus der Gebärmutter kommen, weil der Penis in die Vagina eindringt, und den Detaillierungsgrad auf das Verständnis des Kindes abstimmen. Eltern können die Geburtsgeschichte des Kindes erzählen, um zu veranschaulichen, dass Familien auf unterschiedliche Weise entstehen.

Auch hier können Kinder neugierig auf den Körper des anderen sein. Eltern sollten diese Neugier anerkennen und angemessene Zeiten zum Nacktsein besprechen. Wenn Kinder beim Arztspiel erwischt werden, sollten Eltern ruhig erklären, dass es nicht angebracht ist, die Genitalien anderer Menschen zu berühren, und betonen, dass es sich dabei um private Körperteile handelt. Sie können das Spiel jedoch nutzen, um zu versuchen, die Gründe dafür zu verstehen Kinder spielen dieses Spiel. Erkennen und bestätigen Sie die sexuellen Triebe und die Neugier von Kindern.

Masturbation sollte als normales, privates Verhalten behandelt werden, zusammen mit Diskussionen über Sexualtrieb und richtige Hygiene. Weitere Möglichkeiten können sich aus der Interaktion mit Gleichgesinnten und Medien, Liedern, Filmen und anderen animierten und interaktiven Ressourcen ergeben.

Auch wenn Ihr Kind das frühe Alter und die Phase der Pubertät (mit Hormonexplosionen) bereits hinter sich hat, können Sie versuchen herauszufinden, was es bereits weiß. Wahrscheinlich haben Ihr Kind und Ihre Familie bereits Situationen erlebt, in denen sexuelle Triebe im Spiel sind. Denken Sie darüber nach und konzentrieren Sie sich auf das, was Ihr Kind bereits weiß und noch mehr lernen muss. Sie können sowohl herausfinden, was er oder sie weiß, als auch das Thema Sexualtrieb einführen. Tatsächlich können Sie herausfinden, was das Kind weiß, indem Sie über die sexuellen Triebe sprechen und die Gelegenheit für alltägliche Situationen nutzen. Konkret können Sie dies tun, indem Sie:

- Diskussionen über den menschlichen Körper, Emotionen und persönliche Grenzen führen sowie sexuelle Triebe und Erregung bestätigen.



Co-funded by  
the European Union

- Verwendung altersgerechter Bücher und Videos, die grundlegende Konzepte von Privatsphäre, Einwilligung und Körperautonomie vorstellen. Nutzen Sie Ressourcen, die diese Themen umfassen könnten (z. B. Fernsehsendungen).
- Fragen ehrlich und in einer Art und Weise beantworten, die der intellektuellen Stufe des Kindes entspricht.
- Verwendung wahrer und konkreter Begriffe für Körperteile und -funktionen wie Vagina, Penis, sexuelle Erregung, Gebärmutter usw.

Wenn Sie auf eine Frage keine sofortige Antwort haben, bieten Sie außerdem eine gemeinsame Recherche an oder lassen Sie sich von vertrauenswürdigen Ressourcen beraten. Denken Sie auch daran, fortlaufende Gespräche zu führen und Sexualerziehung nicht als ein einmaliges Gespräch, sondern als einen fortlaufenden Dialog zu betrachten. Darüber hinaus können bestimmte Aktivitäten visuelle Hilfsmittel (Lernkarten, soziale Geschichten, Bücher, Videos) beinhalten, die zeigen, wie sexuelle Triebe, sexuelle Erregung, sexuelle Aktivitäten und Orgasmus funktionieren. Die Erklärung sollte dem Entwicklungsstadium der Kinder angemessen sein. Wir empfehlen, Pädagogen und Spezialisten um Unterstützung zu bitten, um ihren Prozess richtig zu erklären.

Lassen Sie uns nun genauer untersuchen, wie man mit sexuellen Trieben und Trieben umgeht.

## **Untereinheit 2: Bewältigt sexuelle Triebe**

Ziel dieser Einheit ist es, Eltern, Familien und Betreuern von Menschen mit geistiger Behinderung Strategien und Anleitungen an die Hand zu geben, um ihre Angehörigen dabei zu unterstützen, auf gesunde und verantwortungsvolle Weise mit sexuellen Trieben umzugehen. Am Ende dieser Einheit werden Eltern, Familien und Betreuer ein besseres Verständnis für die Natur und Manifestation sexueller Triebe bei Menschen mit geistiger Behinderung haben. Sie werden mit dem Wissen und den Werkzeugen ausgestattet, um diese Bedürfnisse auf unterstützende, nicht wertende und integrative Weise anzugehen und anzugehen und so das allgemeine Wohlbefinden ihrer Lieben zu fördern.

Die sexuelle Entwicklung ist ein natürlicher und normaler Teil des menschlichen Lebens, auch von Menschen mit geistiger Behinderung. Für Eltern, Familien und Betreuer ist es wichtig, ein umfassendes Verständnis der Natur und Manifestation sexueller Triebe zu haben, um ihre Angehörigen effektiv unterstützen zu können. Ziel dieses Modulabschnitts ist es, die notwendigen Kenntnisse und Erkenntnisse zu diesem Thema zu vermitteln.

1. **Sexuelle Triebe und geistige Behinderungen** : Menschen mit geistiger Behinderung verspüren wie alle anderen sexuelle Triebe, Wünsche und Reize. Der Ausdruck und das Verständnis dieser Triebe können jedoch je nach ihren kognitiven Fähigkeiten und ihrem Entwicklungsstadium variieren. Es ist von entscheidender Bedeutung, ihre einzigartigen Erfahrungen anzuerkennen und zu respektieren und entsprechende Unterstützung zu leisten.
2. **Emotionale Aspekte sexueller Wünsche** : Sexuelle Wünsche umfassen nicht nur körperliche Aspekte, sondern auch emotionale Dimensionen. Menschen mit geistiger Behinderung können eine Reihe von Emotionen im Zusammenhang mit ihren sexuellen Wünschen verspüren, wie z. B. Anziehung, Neugier und die Sehnsucht nach Intimität. Diese Emotionen sollten erkannt und mit Empathie und Verständnis angegangen werden.
3. **Körperliche Manifestation sexueller Triebe** : Körperliche Veränderungen und Körperempfindungen sind Teil der sexuellen Entwicklung. Es ist wichtig zu erkennen, dass Menschen mit geistiger Behinderung möglicherweise nur über ein begrenztes kognitives Verständnis dieser körperlichen Aspekte verfügen. Dennoch sollten bei der Unterstützung und Beratung Veränderungen des Hormonspiegels und der Körperempfindungen im Zusammenhang mit sexuellem Verlangen berücksichtigt werden.
4. **Psychologische Faktoren** : Verschiedene psychologische Faktoren können die Manifestation sexueller Triebe bei Menschen mit geistiger Behinderung beeinflussen. Persönliche Überzeugungen, kulturelle Einflüsse, vergangene Erfahrungen und soziale Umgebungen spielen alle eine Rolle. Es ist wichtig, einen sicheren und nicht wertenden Raum zu schaffen, der einen offenen Dialog fördert und es dem Einzelnen ermöglicht, seine Gefühle und Sorgen auszudrücken.



Co-funded by  
the European Union

5. **Unterstützender Ansatz:** Das Ansprechen und Anerkennen sexueller Triebe bei Menschen mit geistiger Behinderung erfordert einen unterstützenden und nicht wertenden Ansatz. Zu den wichtigsten Überlegungen gehören:
  - A) Förderung einer offenen Kommunikation: Ermutigen Sie Einzelpersonen, ihre Gedanken und Gefühle in einer sicheren und respektvollen Umgebung auszudrücken. Hören Sie aktiv und ohne Urteil zu.

- B) Emotionen bestätigen: Erkennen und bestätigen Sie die mit sexuellen Wünschen verbundenen Emotionen. Bieten Sie Beruhigung und Unterstützung, um Einzelpersonen dabei zu helfen, mit diesen Gefühlen umzugehen.
- C) Aufklärung und Beratung: Bieten Sie altersgerechte und maßgeschneiderte Sexualerziehung an, die ihren kognitiven Fähigkeiten entspricht. Geben Sie Informationen über Einwilligung, persönliche Grenzen und gesunde Beziehungen.

Indem Sie die Natur und Manifestation sexueller Triebe bei Menschen mit geistiger Behinderung verstehen, können Sie ein Umfeld schaffen, das offene Kommunikation, Respekt und Unterstützung fördert. Indem Sie auf diese Triebe unvoreingenommen eingehen und angemessene Anleitung geben, spielen Sie eine entscheidende Rolle dabei, Menschen dabei zu helfen, ein gesundes Verständnis ihrer eigenen Sexualität zu entwickeln.

Denken Sie daran, dass die Suche nach professioneller Unterstützung und Beratung durch Spezialisten auf dem Gebiet der geistigen Behinderung und Sexualität hilfreich sein kann, um spezifische Anliegen oder Fragen anzugehen.

### Praktische Aktivitäten:

<b>Der Name der Aktivität:</b>	Gefühle- und Emotionstafel
<b>Ziel:</b>	Kommt mit Sex zurecht
<b>Erwerb:</b>	Ermutigen Sie Menschen mit geistiger Behinderung, ihre Gefühle und Emotionen im Zusammenhang mit sexuellen Trieben zu erkennen und auszudrücken.
<b>Verfahren:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Erstellen Sie ein Gefühls- und Emotionsboard bestehend aus verschiedenen Gesichtsausdrücken oder Emotionskarten.</li> <li>● Beteiligen Sie sich an Diskussionen über verschiedene Emotionen und deren Zusammenhang mit sexuellen Wünschen.</li> <li>● Ermutigen Sie die Teilnehmer, die Emotionskarten auszuwählen oder darauf zu</li> </ul>

	<p>zeigen, die ihre aktuellen Gefühle am besten widerspiegeln.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Ermöglichen Sie Gespräche, in denen Einzelpersonen ihre mit diesen Emotionen verbundenen Gedanken und Erfahrungen teilen können.</li> <li>● Bestätigen Sie ihre Emotionen und leisten Sie Unterstützung, indem Sie geeignete Möglichkeiten zum Umgang mit diesen Gefühlen besprechen.</li> </ul>
--	--

<b>Der Name der Aktivität:</b>	Persönliche Grenzen Rollenspiel
<b>Ziel:</b>	Kommt mit Sex zurecht
<b>Erwerb:</b>	Helfen Sie Menschen mit geistiger Behinderung, persönliche Grenzen zu verstehen und angemessene Verhaltensweisen in verschiedenen Situationen zu üben.
<b>Verfahren:</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rollenspielszenarien, die unterschiedliche Interaktionen und Beziehungen beinhalten und es Einzelpersonen ermöglichen, das Konzept persönlicher Grenzen zu verstehen.</li> <li>2. Weisen Sie jedem Teilnehmer Rollen zu, einschließlich der Person mit geistiger Behinderung, Familienmitgliedern oder Betreuern.</li> <li>3. Spielen Sie verschiedene Szenarios nach, etwa den Wunsch eines Freundes, sich zu umarmen, oder das Eindringen eines Fremden in den persönlichen Bereich, und leiten Sie die Teilnehmer an, entsprechend ihrem Verständnis von Grenzen zu reagieren.</li> </ol>

	<p>4. Geben Sie Feedback und Verstärkung und betonen Sie, wie wichtig es ist, Grenzen zu setzen und bei Bedarf Hilfe zu suchen.</p> <p>5. Ermutigen Sie nach jedem Rollenspiel zu offenen Diskussionen, um über die Erfahrung zu reflektieren und das Verständnis zu stärken.</p>
--	---

<b>Der Name der Aktivität:</b>	Erstellen personalisierter Sicherheitspläne
<b>Ziel:</b>	Kommt mit Sex zurecht
<b>Erwerb:</b>	Entwickeln Sie gemeinsam personalisierte Sicherheitspläne, um Menschen mit geistiger Behinderung bei der Bewältigung sexueller Triebssituationen zu helfen.
<b>Verfahren:</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Besprechen Sie verschiedene Szenarien und Situationen, denen Einzelpersonen begegnen können, z. B. das Gefühl, sich zu jemandem hingezogen zu fühlen oder unangemessen angesprochen zu werden.</li> <li>2. Erkennen Sie gemeinsam potenzielle Risiken und entwickeln Sie Strategien zur Gewährleistung der persönlichen Sicherheit und des Wohlbefindens.</li> <li>3. Ermutigen Sie Einzelpersonen, ihre Grenzen zu artikulieren, ihre Bedenken auszudrücken und mögliche Lösungen zu diskutieren.</li> <li>4. Erstellen Sie visuelle oder schriftliche Sicherheitspläne, die die in bestimmten Situationen zu ergreifenden Schritte darlegen, einschließlich der Frage, von wem Sie Hilfe suchen und wie Sie deren Bedürfnisse effektiv kommunizieren können.</li> <li>5. Überprüfen und überarbeiten Sie die Sicherheitspläne regelmäßig, damit</li> </ol>

	<p>Einzelpersonen auf der Grundlage ihrer sich entwickelnden Bedürfnisse und Erfahrungen einen Beitrag leisten und Anpassungen vornehmen können.</p>
--	--

<b>Der Name der Aktivität:</b>	Persönlicher Ausdruck durch Kunst
<b>Ziel:</b>	Kommt mit Sex zurecht
<b>Erwerb:</b>	Bieten Sie Menschen mit geistiger Behinderung eine kreative Möglichkeit, ihre Gedanken und Gefühle über sexuelle Triebe auszudrücken.
<b>Verfahren:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bieten Sie Einzelpersonen Kunstmaterialien wie Papier, Farben, Marker oder Ton an.</li> <li>• Ermutigen Sie sie, Kunstwerke zu schaffen, die ihr Verständnis, ihre Erfahrungen oder Emotionen im Zusammenhang mit sexuellen Trieben widerspiegeln.</li> <li>• Ermöglichen Sie Diskussionen rund um das Kunstwerk und ermöglichen Sie es Einzelpersonen, die Bedeutung und Inspiration hinter ihren Kreationen zu teilen.</li> <li>• Bestätigen Sie ihre Äußerungen und bieten Sie einen sicheren Raum für einen offenen Dialog über ihre Kunstwerke und die darin dargestellten Themen.</li> <li>• Stellen Sie das Kunstwerk an einem dafür vorgesehenen Ort aus, um den Selbstaussdruck zu feiern und zu fördern und ein Gefühl von Stolz und Leistung zu fördern.</li> </ul>



Co-funded by  
the European Union

Diese praktischen Aktivitäten zielen darauf ab, Menschen mit geistiger Behinderung, ihre Familien und Betreuer in das Verständnis und den Umgang mit sexuellen Trieben einzubeziehen. Passen Sie die Aktivitäten an die spezifischen Bedürfnisse, Fähigkeiten und Komfortniveaus der Teilnehmer an. Es ist wichtig, während dieser Aktivitäten ein unterstützendes und respektvolles Umfeld aufrechtzuerhalten, das eine offene Kommunikation und gegenseitiges Lernen fördert.

### **Untereinheit 3: Kennt die Methoden zum Schutz vor Geschlechtskrankheiten**

Ziel dieser Einheit ist es, Eltern, Familien und Betreuern von Menschen mit geistiger Behinderung wichtige Informationen über sexuelle Krankheiten, einschließlich deren Übertragung, potenzielle Risiken und die Bedeutung der Prävention, bereitzustellen. Wenn Sie diese Aspekte verstehen, können Sie eine entscheidende Rolle bei der Förderung der sexuellen Gesundheit und des Wohlbefindens Ihrer Lieben spielen.

Sexuelle Krankheiten, auch sexuell übertragbare Infektionen (STIs) oder sexuell übertragbare Krankheiten (STDs) genannt, sind Infektionen, die durch sexuelle Aktivitäten mit oralem, vaginalem oder analem Kontakt übertragen werden können. Es ist wichtig, sich dieser Krankheiten und ihrer möglichen Auswirkungen auf Menschen mit geistiger Behinderung bewusst zu sein.

**Häufige Sexuallykrankheiten** : Zu den häufigsten Sexuallykrankheiten gehören HIV/AIDS, Gonorrhoe, Chlamydien, Syphilis, Herpes und HPV (humanes Papillomavirus). Jede Krankheit hat ihre eigenen Übertragungswege. Beispielsweise

können ungeschützter Geschlechtsverkehr, das Teilen von Nadeln oder die Mutter-Kind-Übertragung während der Schwangerschaft oder Geburt zur Ansteckung mit diesen Krankheiten führen.

**Mögliche Risiken** : Sexuelle Krankheiten können schwerwiegende Folgen für Menschen mit geistiger Behinderung haben. Sie können zu verschiedenen Komplikationen wie Unfruchtbarkeit, Organschäden, erhöhter Anfälligkeit für andere Infektionen und im Falle von HIV/AIDS zu lebensbedrohlichen Komplikationen führen. Das Verständnis dieser Risiken ist für den Schutz der allgemeinen Gesundheit Ihrer Lieben von entscheidender Bedeutung.

**Präventionsstrategien** : Prävention ist der Schlüssel, wenn es um sexuelle Krankheiten geht. Durch die Umsetzung vorbeugender Maßnahmen können Sie das Risiko einer Ansteckung oder Verbreitung dieser Infektionen deutlich reduzieren. Hier sind einige Strategien, die Sie in Betracht ziehen sollten:

- **Barrieremethoden** : Fördern Sie die konsequente und korrekte Verwendung von Barrieremethoden wie Kondomen oder Kofferdam bei sexuellen Aktivitäten. Diese Barrieren dienen als Schutzschild gegen die Übertragung sexueller Krankheiten.
- **Regelmäßige Gesundheitsuntersuchungen** : Befürworten Sie regelmäßige Gesundheitsuntersuchungen und Vorsorgeuntersuchungen, um mögliche Infektionen frühzeitig zu erkennen. Eine schnelle Diagnose und Behandlung sind für die Bewältigung und Verhinderung der Ausbreitung sexueller Krankheiten unerlässlich.
- **Safer-Sex-Praktiken** : Fördern Sie die Praxis des Safer-Sex, der gegenseitiges Einvernehmen, offene Kommunikation und das Bewusstsein für persönliche Grenzen beinhaltet. Ermutigen Sie Einzelpersonen, fundierte Entscheidungen über ihre sexuelle Gesundheit und ihr Wohlbefinden zu treffen.

#### **Tipps für Eltern, Familien und Betreuer**

**Missverständnisse und Stigmatisierung angehen** : Es ist wichtig, Missverständnisse anzusprechen und Stigmatisierung im Zusammenhang mit sexuellen Krankheiten zu bekämpfen. Informieren Sie sich und andere über die Fakten und räumen Sie mit Mythen oder Fehlinformationen auf. Indem Sie Stigmatisierung bekämpfen und Verständnis fördern, können Sie ein unterstützendes und einfühlsames Umfeld für Menschen mit geistiger Behinderung und sexuellen Erkrankungen schaffen.

**Zugang zu Ressourcen** : Stellen Sie sicher, dass Sie Zugang zu zuverlässigen Ressourcen haben, die genaue und aktuelle Informationen zu Sexually transmitted diseases

und Präventionsstrategien liefern. Seriöse Websites, Lehrmaterialien und lokale Gesundheitsdienstleister, die sich auf sexuelle Gesundheit spezialisiert haben, können wertvolle Informations- und Unterstützungsquellen sein. Denken Sie daran, dass offene Kommunikation, Empathie und ein nicht wertender Ansatz entscheidend sind, wenn Sie mit Menschen mit geistiger Behinderung über sexuelle Krankheiten sprechen. Indem Sie sich mit Wissen und Ressourcen ausstatten, können Sie aktiv zur sexuellen Gesundheit und zum Wohlbefinden Ihrer Lieben beitragen.

### **Übungen und praktische Aktivitäten**

<b>Der Name der Aktivität:</b>	Interaktives Geschichtenerzählen
<b>Ziel:</b>	Kennt Methoden zum Schutz vor sexuellen Krankheiten
<b>Erwerb:</b>	Fördern Sie das Verständnis und das Bewusstsein für Methoden zum Schutz vor sexuellen Krankheiten durch interaktives Geschichtenerzählen.
<b>Verfahren:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wählen Sie ein Bilderbuch aus oder erstellen Sie eine Geschichte, die sich speziell mit dem Thema sexuelle Gesundheit und sexueller Schutz befasst.</li> <li>• Versammeln Sie die Familienmitglieder, darunter auch Menschen mit geistiger Behinderung, und sitzen Sie in einer angenehmen Atmosphäre zusammen.</li> <li>• Lesen Sie die Geschichte laut vor und machen Sie Pausen, um an Diskussionen teilzunehmen und die Teilnahme zu fördern.</li> <li>• Machen Sie an wichtigen Stellen der Geschichte eine Pause, um Fragen zu stellen und die Teilnehmer einzuladen, ihre Gedanken, Gefühle und persönlichen Erfahrungen im Zusammenhang mit dem</li> </ul>

	<p>Thema mitzuteilen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Besprechen Sie die in der Geschichte erwähnten Schutzmethoden und erläutern Sie ihre Bedeutung für die Vorbeugung von Sexuallykrankheiten.</li> <li>• Ermutigen Sie die Teilnehmer, einschließlich Menschen mit geistiger Behinderung, ihr Verständnis zum Ausdruck zu bringen und Fragen zu stellen.</li> </ul>
--	---

<b>Der Name der Aktivität:</b>	Personalisierte Sicherheitspläne
<b>Ziel:</b>	Kennt Methoden zum Schutz vor sexuellen Krankheiten
<b>Erwerb:</b>	Befähigen Sie Familien, Eltern und Betreuer, individuelle Sicherheitspläne für Menschen mit geistiger Behinderung zu entwickeln, um deren sexuelle Gesundheit und Schutz zu fördern.
<b>Verfahren:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Versammeln Sie die Familienmitglieder, darunter auch Menschen mit geistiger Behinderung, und sitzen Sie in entspannter und privater Atmosphäre zusammen.</li> <li>• Erläutern Sie das Konzept eines personalisierten Sicherheitsplans und betonen Sie dessen Zweck, das Wohlbefinden und den Schutz aller Beteiligten zu gewährleisten.</li> <li>• Führen Sie die Teilnehmer durch eine Diskussion und konzentrieren Sie sich dabei auf ihre spezifischen Bedürfnisse, Vorlieben und Grenzen.</li> <li>• Besprechen Sie potenzielle Risikosituationen und helfen Sie den Teilnehmern, Strategien zu finden, um sicher zu bleiben und sich selbst zu</li> </ul>

	<p>schützen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fördern Sie eine offene Kommunikation und Problemlösung, indem Sie verschiedene Szenarien durchdenken und geeignete Antworten prüfen.</li> <li>• Erstellen Sie eine visuelle Darstellung des Sicherheitsplans, z. B. eine personalisierte Broschüre oder ein Poster, die als Erinnerung an die besprochenen Strategien dienen kann.</li> <li>• Hängen Sie den fertigen Sicherheitsplan an einem gut sichtbaren Ort aus, um zu unterstreichen, wie wichtig es ist, die Strategien regelmäßig zu üben.</li> </ul>
--	---

<b>Der Name der Aktivität:</b>	Interaktives Brettspiel
<b>Ziel:</b>	Kennt Methoden zum Schutz vor sexuellen Krankheiten
<b>Erwerb:</b>	Ermöglichen Sie eine unterhaltsame und ansprechende Aktivität, die Familien, Eltern und Betreuer über Methoden zum Schutz vor sexuellen Krankheiten aufklärt.
<b>Verfahren:</b>	<p>Erstellen Sie ein interaktives Brettspiel, das Fragen, Szenarien und Diskussionen zum Thema sexuelle Gesundheit und Schutz beinhaltet.</p> <p>Passen Sie das Spiel an die kognitiven Fähigkeiten von Personen mit geistiger Behinderung an und stellen Sie sicher, dass es inklusiv und zugänglich ist.</p> <p>Versammeln Sie die Teilnehmer und erklären Sie die Spielregeln. Betonen Sie dabei das Ziel</p>

	<p>des Lernens und Teilens von Wissen.</p> <p>Lassen Sie die Würfel rollen oder verwenden Sie eine andere Methode, um die Bewegungen der Spieler auf dem Brett zu bestimmen.</p> <p>Wenn ein Spieler auf einem bestimmten Feld landet, muss er eine Frage beantworten oder auf ein Szenario im Zusammenhang mit sexueller Gesundheit und sexuellem Schutz reagieren.</p> <p>Fördern Sie offene Diskussionen unter den Teilnehmern und ermöglichen Sie ihnen, ihre Erkenntnisse, Erfahrungen und ihr Wissen auszutauschen.</p> <p>Bieten Sie bei Bedarf Anleitung und Erläuterungen an und stellen Sie sicher, dass während des Spiels genaue Informationen übermittelt werden.</p>
--	--

Diese Aktivitäten zielen darauf ab, Familien, Eltern und Betreuer in interaktive und lehrreiche Erfahrungen im Zusammenhang mit sexueller Gesundheit und sexuellem Schutz einzubeziehen. Indem Sie alle in den Prozess einbeziehen, auch Menschen mit geistiger Behinderung, können Sie ein unterstützendes und integratives Umfeld schaffen, das Verständnis, Kommunikation und das Praktizieren sicherer Verhaltensweisen fördert.

#### **Untereinheit 4: Kennt Verhütungsmethoden**

Ziel dieser Einheit ist es, Eltern, Familien und Angehörigen von Menschen mit geistiger Behinderung Wissen über verschiedene Verhütungsmethoden zu vermitteln. Wenn Sie diese Methoden verstehen, können Sie fundierte Entscheidungen treffen und Ihre Angehörigen dabei unterstützen, ihre reproduktive Gesundheit effektiv zu verwalten.

Für Menschen mit geistiger Behinderung ist es wichtig, Zugang zu Informationen über Verhütungsmethoden zu haben. Dieses Wissen kann ihnen helfen, Entscheidungen über ihre sexuelle und reproduktive Gesundheit zu treffen und ungewollte Schwangerschaften zu verhindern. Als Elternteil, Familienmitglied oder Verwandter spielen Sie eine wichtige Rolle bei der Unterstützung und Führung der Kinder in diesem Aspekt ihres Lebens.

### **Gängige Verhütungsmethoden:**

- 27 **Kondome** : Kondome sind eine Barrieremethode, die sowohl von Männern als auch von Frauen verwendet werden kann. Sie stellen eine physische Barriere dar, um eine Schwangerschaft zu verhindern und das Risiko sexuell übertragbarer Infektionen (STIs) zu verringern. Bringen Sie Menschen mit geistiger Behinderung bei, wie man Kondome richtig verwendet, und betonen Sie, wie wichtig sie für die Verhinderung einer Schwangerschaft und der Übertragung sexuell übertragbarer Krankheiten sind.
- 28 **Orale Kontrazeptiva**: Orale Kontrazeptiva, auch Antibabypillen genannt, sind hormonelle Medikamente, die täglich eingenommen werden müssen. Sie wirken, indem sie den Eisprung verhindern und den Zervixschleim verdicken, um die Spermienbewegung zu hemmen. Besprechen Sie die Vorteile, möglichen Nebenwirkungen und die Bedeutung der regelmäßigen und verordneten Einnahme dieser Pillen.
- 29 **Intrauterinpeessare (IUPs)** : IUPs sind kleine, T-förmige Geräte, die von einem Gesundheitsdienstleister in die Gebärmutter eingeführt werden. Sie dienen der Langzeitverhütung und können entweder hormonell oder nicht hormonell sein. Erklären Sie die verschiedenen Arten von Spiralen, ihre Wirksamkeit und das Verfahren zum Einsetzen.
- 30 **Injizierbare Verhütungsmittel** : Injizierbare Verhütungsmittel wie Depo-Provera sind hormonelle Injektionen, die alle paar Monate von einem medizinischen Fachpersonal verabreicht werden. Besprechen Sie die Vorteile, möglichen Nebenwirkungen und die Wichtigkeit der Einhaltung des empfohlenen Injektionsplans.
- 31 **Implantate** : Implantierbare Verhütungsmittel sind kleine, flexible Stäbchen, die unter die Haut des Arms eingeführt werden. Sie setzen Hormone frei, die eine Schwangerschaft für mehrere Jahre verhindern. Informieren Sie sich über die Vorteile, mögliche Nebenwirkungen und das Verfahren zum Einsetzen und Entfernen von Implantaten.



Co-funded by  
the European Union

## **Vorschläge für Eltern, Familienmitglieder und Betreuer**

**Offene Kommunikation und Entscheidungsfindung** : Fördern Sie eine offene und ehrliche Kommunikation mit Menschen mit geistiger Behinderung über Verhütungsmethoden. Schaffen Sie ein Umfeld, in dem sie sich wohl fühlen, wenn sie ihre Bedürfnisse und Vorlieben im Bereich der reproduktiven Gesundheit besprechen. Unterstützen Sie sie dabei, Entscheidungen zu treffen, die ihren Werten, Zielen und persönlichen Umständen entsprechen.

**Beratung von medizinischem Fachpersonal:** Es ist wichtig, medizinisches Fachpersonal in Diskussionen über Verhütungsmethoden einzubeziehen. Sie können genaue und maßgeschneiderte Informationen basierend auf den spezifischen Bedürfnissen und der Krankengeschichte des Einzelnen bereitstellen. Ermutigen Sie Menschen mit geistiger Behinderung, Termine mit Gesundheitsdienstleistern zu vereinbaren, die auf sexuelle und reproduktive Gesundheit spezialisiert sind.

**Respektierung von Autonomie und Einwilligung** : Bei der Erörterung von Verhütungsmethoden ist es von entscheidender Bedeutung, die Autonomie und Rechte von Menschen mit geistiger Behinderung zu respektieren. Stellen Sie sicher, dass alle Entscheidungen bezüglich ihrer reproduktiven Gesundheit auf ihrer informierten Zustimmung und ihrem Verständnis basieren. Unterstützen Sie sie beim Zugang zu geeigneten Gesundheitsdiensten und setzen Sie sich für ihr Recht auf umfassende und respektvolle Pflege ein.

**Zugang zu Ressourcen** : Stellen Sie sicher, dass Sie Zugang zu zuverlässigen Ressourcen wie Lehrmaterialien, Websites und Gesundheitsdienstleistern haben, die auf reproduktive Gesundheit spezialisiert sind. Diese Ressourcen können genaue und aktuelle Informationen über Verhütungsmethoden, ihre Wirksamkeit und mögliche Nebenwirkungen liefern.

Denken Sie daran, die Informationen und Diskussionen auf die kognitiven Fähigkeiten und den Entwicklungsstand der Menschen mit geistiger Behinderung abzustimmen. Bieten Sie während des gesamten Prozesses des Verstehens und Erkundens von Verhütungsmethoden Unterstützung, Ermutigung und Anleitung und legen Sie dabei stets Wert auf ihr Wohlbefinden und ihre Autonomie.

## **Übungen – Praktische Aktivitäten**

<b>Der Name der Aktivität:</b>	Erstellung visueller Hilfsmittel
<b>Ziel:</b>	Kennt Verhütungsmethoden
<b>Erwerb:</b>	Verbessern Sie das Verständnis verschiedener Verhütungsmethoden durch eine kreative visuelle Aktivität.
<b>Verfahren:</b>	<p>Sammeln Sie Kunstutensilien wie Papier, Marker, Buntstifte und Aufkleber.</p> <p>Teilen Sie sich in kleine Gruppen auf, die jeweils aus einem Familienmitglied oder Betreuer und einer Person mit geistiger Behinderung bestehen.</p> <p>Weisen Sie jeder Gruppe eine bestimmte Verhütungsmethode zu, auf die sie sich konzentrieren soll (z. B. Kondome, orale Kontrazeptiva, Spiralen).</p> <p>Weisen Sie die Gruppen an, eine visuelle Hilfe zu erstellen, die die ihnen zugewiesene Methode darstellt und wichtige Informationen wie deren Verwendung, ihre Wirksamkeit und alle wichtigen Überlegungen enthält.</p> <p>Fördern Sie Kreativität und Engagement beim Entwerfen der visuellen Hilfsmittel.</p> <p>Sobald die visuellen Hilfsmittel fertig sind, lassen Sie jede Gruppe ihre Kreation vorstellen und die wichtigsten Punkte der dargestellten Verhütungsmethode erklären.</p> <p>Ermöglichen Sie eine Diskussion und ermöglichen Sie anderen Teilnehmern, Fragen zu stellen und ihre Gedanken zu den einzelnen Methoden auszutauschen.</p>

<b>Der Name der</b>	Rollenspielszenarien
---------------------	----------------------

<b>Aktivität:</b>	
<b>Ziel:</b>	Kennt Verhütungsmethoden
<b>Erwerb:</b>	Verbessern Sie die Kommunikationsfähigkeiten und Entscheidungsfindung im Zusammenhang mit Verhütungsmethoden durch interaktives Rollenspiel.
<b>Verfahren:</b>	<p>Bereiten Sie eine Liste mit Szenarien im Zusammenhang mit der Entscheidungsfindung zur Empfängnisverhütung vor, z. B. die Besprechung von Verhütungsoptionen mit einem Gesundheitsdienstleister oder das Gespräch über Vorlieben mit einem Partner.</p> <p>Bilden Sie Teilnehmerpaare, wobei einer die Rolle der Person mit geistiger Behinderung und der andere die Rolle eines Familienmitglieds oder Betreuers übernimmt.</p> <p>Stellen Sie jedem Paar ein Szenario zur Verfügung und geben Sie ihnen Zeit, sich auf ihr Rollenspiel vorzubereiten.</p> <p>Ermutigen Sie die Teilnehmer, das Szenario durchzuspielen, und konzentrieren Sie sich dabei auf effektive Kommunikation, aktives Zuhören und Respekt für persönliche Entscheidungen.</p> <p>Moderieren Sie nach jedem Rollenspiel eine Gruppendiskussion, in der die Teilnehmer ihre Erfahrungen, Herausforderungen und Strategien für den Umgang mit ähnlichen Situationen austauschen können.</p> <p>Bieten Sie Anleitung und geben Sie Feedback zu effektiven Kommunikationstechniken und Entscheidungsfähigkeiten.</p>

<b>Der Name der Aktivität:</b>	Informationsaustausch
<b>Ziel:</b>	Kennt Verhütungsmethoden
<b>Erwerb:</b>	Schaffen Sie einen sicheren und unterstützenden Raum für den Austausch von Informationen und Erfahrungen im Zusammenhang mit Verhütungsmethoden.
<b>Verfahren:</b>	<p>Versammeln Sie die Teilnehmer in einem Kreis und schaffen Sie ein respektvolles und nicht wertendes Umfeld.</p> <p>Teilen Sie zunächst allgemeine Informationen über verschiedene Verhütungsmethoden, ihre Wirksamkeit und mögliche Überlegungen mit.</p> <p>Ermutigen Sie jeden Teilnehmer, sein Wissen, seine Erfahrungen oder Fragen zu Verhütungsmethoden mitzuteilen.</p> <p>Regen Sie eine Diskussion an, indem Sie offene Fragen stellen, z. B. „Was wissen Sie bereits über Verhütungsmethoden?“ oder „Hat jemand Erfahrung mit einer bestimmten Methode?“</p> <p>Ermutigen Sie die Teilnehmer, ihre Gedanken, Sorgen und persönlichen Geschichten im Zusammenhang mit der Geburtenkontrolle mitzuteilen.</p> <p>Bieten Sie bei Bedarf zusätzliche Informationen und Ressourcen an und gehen Sie auf etwaige Missverständnisse oder Mythen ein.</p> <p>Fassen Sie die besprochenen Kernpunkte zusammen und geben Sie den Teilnehmern die Möglichkeit, weitere Fragen zu stellen oder sich um Klärung zu bemühen.</p>



Co-funded by  
the European Union

Denken Sie daran, die Aktivitäten an die kognitiven Fähigkeiten und den Entwicklungsstand der Menschen mit geistiger Behinderung anzupassen. Sorgen Sie für eine unterstützende und integrative Atmosphäre, in der sich alle Teilnehmer wohl fühlen und ihre Gedanken und Erfahrungen teilen können.

## Untereinheit 5: Kennt Safer Sex

Ziel dieser Einheit ist es, Eltern, Familien und Angehörigen von Menschen mit geistiger Behinderung Wissen über sichere Sexpraktiken zu vermitteln. Das Verständnis von Safer Sex ist entscheidend für die Förderung gesunder Beziehungen, die Verhinderung ungewollter Schwangerschaften und die Verringerung des Risikos sexuell übertragbarer Infektionen (STIs).

Es ist wichtig, Menschen mit geistiger Behinderung über sichere Sexpraktiken aufzuklären, um sie in die Lage zu versetzen, fundierte Entscheidungen zu treffen und gesunde Beziehungen einzugehen. Als Elternteil, Familienmitglied oder Verwandter spielen Sie eine wichtige Rolle bei der Beratung und Unterstützung in diesem Aspekt ihres Lebens.

### **Safer Sex verstehen:**

- **Definition** : Erklären Sie das Konzept von Safer Sex und betonen Sie, wie wichtig es ist, sexuelle Aktivitäten auf einvernehmliche, respektvolle und verantwortungsvolle Weise auszuüben. Betonen Sie, dass es bei Safer Sex darum geht, Vorsichtsmaßnahmen zu treffen, um ungewollte Schwangerschaften zu verhindern und sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten zu schützen.

- **Kommunikation** : Betonen Sie die Bedeutung einer offenen und ehrlichen Kommunikation mit Partnern über sexuelle Gesundheit, Wünsche, Grenzen und Erwartungen. Ermutigen Sie Menschen mit geistiger Behinderung, ihre Bedürfnisse und Sorgen auszudrücken und aktiv zuzuhören und auch die Grenzen ihres Partners zu respektieren.
- **Einwilligung** : Besprechen Sie, wie wichtig es ist, bei sexuellen Aktivitäten die Einwilligung einzuholen und zu erteilen. Erklären Sie, was Einwilligung bedeutet, und betonen Sie, dass sie während jeder sexuellen Begegnung freiwillig, enthusiastisch und andauernd gegeben werden muss. Bringen Sie Menschen mit geistiger Behinderung bei, persönliche Grenzen zu erkennen und zu respektieren und eine ausdrückliche Zustimmung einzuholen, bevor sie sich an sexuellen Aktivitäten beteiligen.
- **Empfängnisverhütung** : Informieren Sie sich über verschiedene Verhütungsmethoden wie Kondome, orale Kontrazeptiva und Intrauterinpeessare (IUPs). Besprechen Sie die Bedeutung der Empfängnisverhütung zur Verhinderung ungewollter Schwangerschaften und zum Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten. Heben Sie die Verfügbarkeit dieser Methoden hervor und wie wichtig es ist, sich an medizinisches Fachpersonal zu wenden, um Beratung und Unterstützung bei der Auswahl der am besten geeigneten Option zu erhalten.
- **STI-Prävention** : Informieren Sie Menschen mit geistiger Behinderung darüber, wie wichtig es ist, Safer Sex zu praktizieren, um die Übertragung von STIs zu verhindern. Erklären Sie, wie sexuell übertragbare Krankheiten durch sexuelle Aktivitäten übertragen werden können, und besprechen Sie die Verwendung von Barrieren wie Kondomen, um das Infektionsrisiko zu verringern. Betonen Sie die Bedeutung regelmäßiger STI-Tests und der Suche nach angemessener medizinischer Versorgung, falls erforderlich.

#### **Förderung gesunder Beziehungen:**

- **Grenzen** : Informieren Sie Menschen mit geistiger Behinderung über persönliche Grenzen und die Wichtigkeit, sowohl ihre eigenen Grenzen als auch die ihrer Partner zu respektieren. Besprechen Sie die Notwendigkeit, in Beziehungen zu kommunizieren und Grenzen zu setzen, um gegenseitigen Respekt und Zustimmung zu gewährleisten.
- **Emotionales Wohlbefinden** : Heben Sie die Bedeutung des emotionalen Wohlbefindens in sexuellen Beziehungen hervor. Besprechen Sie, wie wichtig

es ist, Emotionen zu verstehen und zu bewältigen, Anzeichen ungesunder Beziehungen zu erkennen und bei Bedarf Unterstützung zu suchen.

- **Ressourcen** : Stellen Sie Informationen zu Ressourcen bereit, die Menschen mit geistiger Behinderung zur Verfügung stehen, um mehr über Safer Sex zu erfahren, einschließlich Büchern, Websites und Gesundheitsdienstleistern, die auf sexuelle Gesundheit und Beziehungen spezialisiert sind.

Fördern Sie den kontinuierlichen Dialog und schaffen Sie einen sicheren Raum für Menschen mit geistiger Behinderung, um Fragen zu stellen, Bedenken zu äußern und Erfahrungen auszutauschen. Betonen Sie, wie wichtig bedingungslose Unterstützung, Verständnis und die Bereitstellung genauer Informationen sind, damit sie fundierte Entscheidungen treffen und sichere und gesunde Sexualpraktiken ausüben können.

### Übungen – Praktische Aktivitäten

<b>Der Name der Aktivität:</b>	Interaktives Safer-Sex-Quiz
<b>Ziel:</b>	Kennt sich mit Safer Sex aus
<b>Erwerb:</b>	Verbessern Sie Ihr Wissen und Verständnis über Safer-Sex-Praktiken durch ein interaktives Quiz.
<b>Verfahren:</b>	<p>Bereiten Sie eine Reihe von Fragen zu Safer-Sex-Praktiken vor, z. B. Verhütungsmethoden, STI-Prävention, Einwilligung und Kommunikation.</p> <p>Teilen Sie die Teilnehmer in kleine Teams auf, die jeweils aus einem Familienmitglied oder Betreuer und einer Person mit geistiger Behinderung bestehen.</p> <p>Präsentieren Sie den Teams die Quizfragen einzeln, damit sie Zeit haben, ihre Antworten zu diskutieren und auszuwählen.</p> <p>Gehen Sie nach jeder Frage die richtige Antwort durch und geben Sie eine Erklärung, um das</p>

	<p>Verständnis sicherzustellen.</p> <p>Fördern Sie die Diskussion und Ausarbeitung jedes Themas und ermöglichen Sie den Teilnehmern, ihre Gedanken, Erfahrungen und etwaige zusätzliche Informationen auszutauschen.</p> <p>Behalten Sie die Ergebnisse im Auge, um es unterhaltsam und spannend zu gestalten, und bieten Sie dem Gewinnerteam kleine Preise oder Belohnungen an.</p>
--	---

<b>Der Name der Aktivität:</b>	Rollenspielszenarien
<b>Ziel:</b>	Kennt sich mit Safer Sex aus
<b>Erwerb:</b>	Entwickeln Sie Kommunikations- und Entscheidungsfähigkeiten im Zusammenhang mit Safer Sex durch interaktives Rollenspiel.
<b>Verfahren:</b>	<p>Bereiten Sie eine Liste mit Szenarien im Zusammenhang mit Safer Sex vor, z. B. das Besprechen von Grenzen, die Verwendung von Verhütungsmitteln oder die Auseinandersetzung mit der Einwilligung.</p> <p>Bilden Sie Teilnehmerpaare, wobei einer die Rolle der Person mit geistiger Behinderung und der andere die Rolle eines Familienmitglieds oder Betreuers übernimmt.</p> <p>Stellen Sie jedem Paar ein Szenario zur Verfügung und geben Sie ihnen Zeit, sich auf ihr Rollenspiel vorzubereiten.</p> <p>Ermutigen Sie die Teilnehmer, das Szenario durchzuspielen, wobei der Schwerpunkt auf</p>

	<p>effektiver Kommunikation, dem Respektieren von Grenzen und dem Nachweis von Kenntnissen über Safer-Sex-Praktiken liegt.</p> <p>Moderieren Sie nach jedem Rollenspiel eine Gruppendiskussion, in der die Teilnehmer ihre Erfahrungen, Herausforderungen und Strategien für den Umgang mit ähnlichen Situationen austauschen können.</p> <p>Bieten Sie Beratung und Feedback zu effektiven Kommunikationstechniken, Einwilligung und Entscheidungsfähigkeiten.</p>
--	---

<b>Der Name der Aktivität:</b>	<b>Erstellen eines Safe-Sex-Ressourcenleitfadens</b>
<b>Ziel:</b>	Kennt sich mit Safer Sex aus
<b>Erwerb:</b>	Erstellen Sie gemeinsam einen Ressourcenleitfaden zu sicheren Sexpraktiken, der auf Menschen mit geistiger Behinderung zugeschnitten ist.
<b>Verfahren:</b>	<p>Teilen Sie die Teilnehmer in kleine Gruppen ein und achten Sie darauf, dass in jeder Gruppe eine Mischung aus Familienmitgliedern, Betreuern und Personen mit geistiger Behinderung vorhanden ist.</p> <p>Weisen Sie jeder Gruppe ein spezifisches Thema im Zusammenhang mit Safer-Sex-Praktiken zu, z. B. Verhütungsmethoden, STI-Prävention, Einwilligung oder Kommunikation.</p> <p>Weisen Sie jede Gruppe an, Informationen zu ihrem zugewiesenen Thema aus zuverlässigen Quellen zu recherchieren und zu sammeln.</p> <p>Stellen Sie jeder Gruppe Kunstmaterialien wie Plakatwände, Marker und Aufkleber zur</p>

	<p>Verfügung, um einen optisch ansprechenden Ressourcenführer zu erstellen.</p> <p>Ermutigen Sie die Gruppen, ihre Ergebnisse zu präsentieren und informative Poster oder Broschüren zu erstellen, die wichtige Punkte, Tipps und leicht zugängliche Bilder enthalten.</p> <p>Sobald Sie fertig sind, stellen Sie die Ressourcenleitfäden jeder Gruppe in einem umfassenden Leitfaden oder einer Online-Ressource zusammen.</p> <p>Teilen Sie den Leitfaden mit allen Teilnehmern und besprechen Sie, wie er zur Unterstützung laufender Diskussionen und zum Erlernen von Safer-Sex-Praktiken genutzt werden kann.</p>
--	---

Denken Sie daran, die Aktivitäten an die kognitiven Fähigkeiten und den Entwicklungsstand der Menschen mit geistiger Behinderung anzupassen. Schaffen Sie ein unterstützendes und integratives Umfeld, in dem sich alle Teilnehmer wohl fühlen, ihre Gedanken und Erfahrungen auszutauschen.



Co-funded by  
the European Union

## Verweise

Baniak, CH (2019). *Auswirkungen der Sexualerziehung auf das sexuelle Wissen von Erwachsenen mit geistigen und entwicklungsbedingten Behinderungen* (Dissertation, Spalding University).

Bazzo, G., Nota, L., Soresi, S., Ferrari, L. & Minnes, P. (2007). Einstellungen von Sozialdienstleistern zur Sexualität von Menschen mit geistiger Behinderung. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities* , 20 (2), 110-115.

Dotson, LA, Stinson, J. und Christian, L. (2003). Die Leute sagen mir, dass ich keinen Sex haben kann: Frauen mit Behinderungen teilen ihre persönlichen Ansichten zu Gesundheitsversorgung, Sexualität und reproduktiven Rechten. *Frauen & Therapie* , 26 (3-4), 195-209.

Eastgate, G., Scheermeyer, E., Van Driel, ML und Lennox, N. (2012). Geistige Behinderung, Sexualität und Prävention sexuellen Missbrauchs: Eine Studie mit Familienmitgliedern und Hilfskräften. *Australischer Hausarzt* , 41 (3), 135-139.

Enujioke, SC, Leland, B., Munson, E. & Ott, MA (2021). Sexualität bei Jugendlichen mit geistiger Behinderung: Balance zwischen Autonomie und Schutz. *Pädiatrie* , 148 (5).

Gil-Llario, MD, Morell-Mengual, V., Ballester-Arnal, R. und Díaz-Rodríguez, I. (2018). Das Erleben von Sexualität bei Erwachsenen mit geistiger Behinderung. *Journal of Intellectual Disability Research* , 62 (1), 72-80.



Co-funded by  
the European Union

Hole, R., Schnellert, L. & Cattle, G. (2022). Sex: Was ist die große Sache? Erkundung der Erfahrungen von Menschen mit geistiger Behinderung mit Sexualerziehung. *Qualitative Gesundheitsforschung* , 32 (3), 453-464.

Finlay, WML, Rohleder, P., Taylor, N. & Culfear, H. (2015). „Verstehen“ als praktisches Thema in der sexuellen Gesundheitserziehung für Menschen mit geistiger Behinderung: Eine Studie mit zwei qualitativen Methoden. *Gesundheitspsychologie* , 34 (4), 328.

Löfgren-Mårtenson, L. (2012). „Ich will es richtig machen!“ Eine Pilotstudie zur schwedischen Sexualerziehung und jungen Menschen mit geistiger Behinderung. *Sexualität und Behinderung* , 30 , 209-225.

Murphy, GH, & O'CALLAGHAN, AL (2004). Fähigkeit von Erwachsenen mit geistiger Behinderung, sexuellen Beziehungen zuzustimmen. *Psychologische Medizin* , 34 (7), 1347-1357.

Schmidt, EK, Dougherty, M., Robek, N., Weaver, L. & Darragh, AR (2022). Sexuelle Erfahrungen und Perspektiven von Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit geistigen und entwicklungsbedingten Behinderungen. *Journal of Adolescent Research* , 37 (2), 280-305.

*Sexuelle Entwicklung und Verhalten bei Kindern: Informationen für Eltern und Betreuer* . Das National Child Traumatic Stress Network. (2009). <https://www.nctsn.org/resources/sexual-development-and-behavior-children-information-parents-and-caregivers>

Truss, AL (2020). *Auswirkungen der Sexualerziehung auf die sexuellen Einstellungen von Erwachsenen mit geistigen und entwicklungsbedingten Behinderungen* (Dissertation, Spalding University).

Whitehouse, MA, & McCabe, MP (1997). Sexualerziehungsprogramme für Menschen mit geistiger Behinderung: Wie effektiv sind sie? *Bildung und Ausbildung in geistiger Behinderung und Entwicklungsstörungen*, 229-240.



Co-funded by  
the European Union

# „PASSION FOR INCLUSION (P4I)“

**2021-1-DE02-KA220-ADU-000035138**

## **Modul 9:**

**SEXUELLES VERHALTEN**

**Entwickelt von:**

**CENTRO INTERNAZIONALE PER LA PROMOZIONE DELL'EDUCAZIONE E LO**



Co-funded by  
the European Union

## SVILUPPO (CEIPES)



### Inhalt

Zusammenfassung des Moduls	260
Ziele	261
Lernuntereinheiten	263
Untereinheit 1: kennt Masturbation	264
Untereinheit 2: sexuelle Belästigung lernen	266
Untereinheit 3: kennt die Reproduktion	273
Untereinheit 4: kennt Schutz und bittet um Hilfe	276
Untereinheit 5: LGBTQIA+ Gemeinschaft und Behinderungen	278
Untereinheit 6: Wege finden, mit emotionalen, körperlichen und sexuellem Missbrauch umzugehen	284
Untereinheit 7: Bewältigungsaktivitäten	290
Zusammenfassung	292
Verweise	
2981	



**Co-funded by  
the European Union**



Co-funded by  
the European Union

## Zusammenfassung des Moduls

Ziel dieses Moduls ist es, Familien ein umfassendes Verständnis sexueller Verhaltensweisen im Zusammenhang mit geistiger Behinderung zu vermitteln und gleichzeitig die Bedeutung der Förderung von Autonomie, Wohlbefinden und Sicherheit hervorzuheben.

In der Gesellschaft besteht häufig die Tendenz, die sexuelle Entwicklung und die sexuellen Wünsche von Menschen mit geistiger Behinderung zu übersehen oder zu unterschätzen. Es ist jedoch von entscheidender Bedeutung zu erkennen, dass Menschen mit Behinderungen sexuelle Wesen sind, die Respekt, Verständnis und Unterstützung verdienen. Indem wir die sexuellen Aspekte ihres Lebens anerkennen und ansprechen, können wir ein positives und integratives Umfeld schaffen, das ihre Rechte auf Selbstdarstellung, persönliche Grenzen und erfüllende Beziehungen berücksichtigt.

Es ist wichtig, die Komplexität sexuellen Verhaltens im Zusammenhang mit geistiger Behinderung zu verstehen. Menschen mit geistiger Behinderung stehen möglicherweise vor besonderen Herausforderungen, wenn es darum geht, Beziehungen, Zustimmung und persönliche Grenzen zu verstehen und zu bewältigen. Darüber hinaus sind sie möglicherweise anfälliger für Ausbeutung, Manipulation oder Missbrauch, da es schwierig ist, Schadensfälle zu erkennen und zu melden. Daher ist es für Familien von entscheidender Bedeutung, sich mit Wissen, Werkzeugen und Strategien auszustatten, um ihre Angehörigen effektiv zu unterstützen.

Dieses Modul soll Familien einen umfassenden und praktischen Leitfadens zum Verständnis und Umgang mit verschiedenen Aspekten sexuellen Verhaltens bieten. Es betont die Bedeutung offener Kommunikation, Zustimmung und der Förderung gesunder Beziehungen für Menschen mit geistiger Behinderung. Familien erwerben die notwendigen Fähigkeiten, um ein sicheres und integratives Umfeld zu schaffen, das das sexuelle Wohlbefinden, die Autonomie und die Sicherheit ihrer Lieben fördert.



Co-funded by  
the European Union

## Ziele

Am Ende dieses Moduls werden die Teilnehmer in der Lage sein:

1. Das Bewusstsein und Verständnis der Familien für die sexuellen Bedürfnisse und Verhaltensweisen von Menschen mit Behinderungen stärken. Dieses Ziel zielt darauf ab, ein umfassendes Verständnis dafür zu fördern, dass Menschen mit Behinderungen natürliche sexuelle Wünsche haben und dabei unterstützt werden sollten, ihre Sexualität auf sichere und angemessene Weise zu erkunden und auszudrücken.
2. Familien mit Wissen und Fähigkeiten ausstatten, um ihre Angehörigen anzusprechen und sie dabei zu unterstützen, verschiedene Aspekte sexuellen Verhaltens zu verstehen und zu bewältigen. Dieses Ziel konzentriert sich darauf, Familien mit altersgerechten Informationen, Anleitungen und Ressourcen auszustatten, um offene und respektvolle Diskussionen über Themen wie Masturbation, sexuelle Belästigung, Fortpflanzung, Schutz und Hilfesuche zu ermöglichen.
3. Das Verständnis der Familien für die besonderen Herausforderungen stärken, mit denen Menschen mit Behinderungen innerhalb der LGBTQIA+-Gemeinschaft konfrontiert sind. Dieses Ziel fördert Inklusivität und Sensibilität, indem es Familien Wissen über sexuelle Orientierung, Geschlechtsidentität und die Intersektionalität von Behinderungen innerhalb der LGBTQIA+-Community vermittelt.
4. Statten Sie Familien mit Strategien und Instrumenten aus, um Fälle von sexuellem Missbrauch und Ausbeutung zu verhindern und zu bekämpfen. Dieses Ziel zielt darauf ab, Familien in die Lage zu versetzen, Anzeichen von Missbrauch zu erkennen, persönliche Grenzen zu vermitteln, gesunde Beziehungen zu fördern und Anleitungen für die Suche nach angemessener Hilfe und Unterstützung zu geben.
5. Fördern Sie Bewältigungsstrategien für emotionalen, körperlichen und sexuellen Missbrauch. Dieses Ziel konzentriert sich darauf, Familien Ressourcen und Techniken zur Verfügung zu stellen, um Menschen mit Behinderungen bei der Bewältigung

der emotionalen und physischen Folgen von Missbrauch zu helfen und Heilung, Widerstandsfähigkeit und allgemeines Wohlbefinden zu fördern.

6. Stereotypen in Bezug auf Sexualität und Behinderungen innerhalb der Familie und der breiteren Gemeinschaft hinterfragen und ansprechen. Dieses Ziel zielt darauf ab, ein integrativeres und akzeptierenderes Umfeld zu fördern, indem Familien ermutigt werden, sich mit Vorurteilen, Missverständnissen und Stigmatisierung im Zusammenhang mit dem sexuellen Verhalten und den Bedürfnissen von Menschen mit Behinderungen auseinanderzusetzen.

Durch das Erreichen dieser Ziele befähigt das Modul „Sexuelles Verhalten“ Familien dazu, ein sicheres, unterstützendes und integratives Umfeld zu schaffen, das das sexuelle Wohlbefinden, die Autonomie und die Sicherheit von Menschen mit Behinderungen fördert. Es vermittelt Familien das Wissen und die Fähigkeiten, die sie benötigen, um sich mit sensiblen Themen auseinanderzusetzen, gesunde Einstellungen zu fördern und offene Kommunikationskanäle zum Thema Sexualität innerhalb der Familieneinheit einzurichten.

## **Lernuntereinheiten**

Untereinheit 1	Kennt sich mit Masturbation aus
Untereinheit 2	Kennt sexuelle Belästigung
Untereinheit 3	Kennt Fortpflanzung
Untereinheit 4	Kennt Schutz und bittet um Hilfe
Untereinheit 5	LGBTQIA+-Gemeinschaft und Behinderungen
Untereinheit 6	Wege finden, mit emotionalem, körperlichem und sexuellem Missbrauch umzugehen
Untereinheit 7	Stereotypen – Bewältigungsaktivität

## Untereinheit 1: Kennt Masturbation

Masturbation ist ein Thema, über das im Alltag nicht oft gesprochen wird, geschweige denn offen mit Menschen mit Lernschwierigkeiten und Autisten. Wenn darauf Bezug genommen wird, liegt es oft an Schwierigkeiten im Zusammenhang mit der Art und Weise, wie eine Person masturbiert. Masturbation ist ein normaler Teil einer gesunden Sexualität. Man sollte bedenken, dass die primäre sexuelle Beziehung, die Menschen mit Behinderungen haben, die Beziehung zu sich selbst ist. Deshalb ist es so wichtig, Masturbation zu verstehen, zu lehren und Informationen darüber bereitzustellen. Aufklärung über sexuelle Gesundheit kann eine entscheidende Rolle dabei spielen, jungen Menschen mit Behinderungen den Übergang ins Erwachsenenalter zu erleichtern. Eltern können eine entscheidende Rolle dabei spielen, den Bildungsbedarf von Kindern mit Behinderungen zu decken, fühlen sich jedoch oft schlecht auf dieses Thema vorbereitet oder stellen ihre eigenen Fähigkeiten im Umgang mit verschiedenen Themen rund um die Sexualität in Frage. Eine Behinderung verhindert nicht die sexuelle Reife einer Person und führt auch nicht zu einem Mangel an sexuellen Wünschen, Gefühlen und Bedürfnissen. Wie bei jedem Einzelnen wird das richtige Wissen, die richtige Unterstützung und die richtigen Grenzen dazu beitragen, dass Menschen mit Lernbehinderungen und/oder Autisten solche Aktivitäten auf gesunde, sichere und glückliche Weise ausüben können. Diese Unterstützung sollte durch entsprechende Sexuelschulung erfolgen.

Die entscheidende Verantwortung liegt bei den Eltern, den Jugendlichen mit geistiger Behinderung die Möglichkeit zu geben, ihre Sexualität zu erleben und ihnen Orientierung zu geben. Aus diesem Grund ist der Informationsstand zur Sexualität und die Genauigkeit der Eltern bei Jugendlichen mit geistiger Behinderung äußerst wichtig. Darüber hinaus könnten moralische und ethische Werte auch dazu beitragen, dass Eltern Angst haben, wenn sie mit ihren Kindern über Sexualität sprechen. Sexualerziehung hilft dem Einzelnen, seine körperliche, emotionale und sexuelle Entwicklung zu verstehen, ein positives Selbstbild zu entwickeln, ein positives Verhalten gegenüber der menschlichen Sexualität zu entwickeln und seine moralischen Werte aufrechtzuerhalten.

Häufige Probleme im Zusammenhang mit unangemessenem Sexualverhalten sind: unangemessene Berührungen anderer, übermäßiges Masturbieren, Masturbieren

in der Öffentlichkeit, gefährliche Formen der Masturbation, Masturbation, die nicht zu einem Höhepunkt führt, der die Frustration steigert, öffentliche Nacktheit, Diskussion unangemessener Themen zu unangemessenen Zeiten und ein Mangel an sexuellem Verhalten Wissen darüber, wie man mit sexuellen Gefühlen und Trieben umgeht. Viele Menschen mit ASD halten sich gut an Regeln und verstehen diese Art von Grenzen. Stellen Sie sicher, dass auch jeder, der mit diesem Kind arbeitet, die festgelegten Regeln kennt. Sie können das „Warum“ hinter der Regel lehren, wenn sich das Kind auf einem höheren sozial-kognitiven Niveau befindet. Berücksichtigen Sie beim Unterrichten von Konzepten die kognitive Ebene. Versteht die Person abstrakte Konzepte? Können sie das, was sie in Büchern gelernt haben, im wirklichen Leben anwenden? Überlegen Sie, wie die Person am besten lernt: mit Computern, durch visuelle Darstellungen, Lesen, Videomodellierung usw.

Machen Sie etwas Detektivarbeit, wenn Masturbation ein Problem darstellt. Wenn es in der Schule oder am Arbeitsplatz versucht wird, geschieht es, um einer Aufgabe auszuweichen oder um Aufmerksamkeit zu erregen? Erkennen Sie, wann es passiert, und prüfen Sie, ob es im Kontext einer anderen Aktivität auftritt. Bringen Sie die Regeln rund um die Masturbation bei und verstärken Sie das Verhalten, das Sie wollen, anstatt zu masturbieren, wenn es nicht angemessen ist.

**Aktivitäten zur Aufklärung /Lehre zum Thema Masturbation. Zu den allgemeinen Arbeiten zum Thema Masturbation könnte das Unterrichten von Folgendem gehören:**

1. **Masturbation ist gut** : Dies kann durch das Zeigen von Bildern/Videos erfolgen, um den Menschen zu helfen, die Normalität der Masturbation zu verstehen.
2. **Private Orte zum Masturbieren** : Identifizieren Sie private und öffentliche Orte. Für manche Menschen bedeutet dies, dass sie sofort reagieren müssen, wenn sie versuchen, in der Öffentlichkeit zu masturbieren, indem sie sie zu diesem Zeitpunkt an einen privaten Ort bringen
3. **Wie man masturbiert** : Für Menschen mit eingeschränkter Kommunikation müsste jeder Technikunterricht sehr intim sein, zum Beispiel die Führung ihrer Hände. Dies sollte niemals ohne eine umfassende Beratung erfolgen. Es kommt äußerst selten vor, aber es kann sein, dass es einen Grund dafür gibt, insbesondere wenn die Person sich selbst körperlich verletzt oder sehr verzweifelt wirkt.

## Untereinheit 2: Sexuelle Belästigung kennen

Da wir wissen, dass 30 bis 50 % des sexuellen Missbrauchs von Kindern von älteren Kindern oder Jugendlichen begangen werden, ist es für Fachkräfte, die mit Jugendlichen arbeiten, wichtig, sexuelle Verhaltensprobleme erkennen und angehen zu können. Doch wenn wir mit sexuellen Verhaltensproblemen der Kinder konfrontiert werden, mit denen wir arbeiten, verspüren wir möglicherweise Angst, Ekel oder wissen nicht, wie wir den Jugendlichen und ihren Familien helfen können. Was zu Ihrer Verwirrung oder Ihrem Gefühl der Überforderung beitragen kann, ist die Tatsache, dass einige der Handlungen der Jugendlichen, mit denen Sie zusammenarbeiten, möglicherweise gegen das Gesetz verstoßen und dies bedeutet, dass Sie sich an die Strafverfolgungsbehörden wenden müssen. Aber es gibt noch so viel mehr, was Sie darüber hinaus tun können, was letztendlich den Jugendlichen, ihren Familien und der Gemeinschaft um Sie alle hilft. Es ist wichtig zu verstehen, wie eine gesunde sexuelle Entwicklung bei heranwachsenden Kindern aussieht. Die sexuelle Entwicklung von Kindern wird von ihrer Umgebung, ihren Erfahrungen und dem, was sie sehen, geprägt. Es ist heute wahrscheinlicher, dass Kinder in jüngerem Alter sexuelle Bilder und Videos sehen oder darauf stoßen, als es ihre Eltern getan hätten. Dies kann durch Filme, Musikvideos oder online erfolgen, einschließlich Pornografie.

Jedes Kind ist anders und kann sich in etwas unterschiedlichem Alter für Beziehungen, Sex und Sexualität interessieren. Doch wenn Kinder älter werden, verändert sich die Art und Weise, wie sie ihre sexuellen Gefühle ausdrücken. Für Teenager ist es ganz natürlich, beispielsweise Interesse an Sex und Beziehungen zu zeigen, und für Kinder ist es ganz natürlich, neugierig auf die Veränderungen zu sein, die während der Pubertät passieren.

Viele sexuelle Verhaltensweisen, die Kinder und Jugendliche im Laufe ihres Erwachsenwerdens zeigen, sind normal und gesund, solange sie anderen oder den Kindern selbst keinen Schaden zufügen.

### **Wenn Sie sich Sorgen über das Sexualverhalten eines Kindes machen**

Für Eltern kann es sehr schwierig sein, zu erkennen, wann das Sexualverhalten ihres Kindes unangemessen oder schädlich wird. Es kann sein, dass Sie sich aufgrund der

Kommentare Ihres Kindes Sorgen über das sexuelle Verhalten eines Kindes machen, oder dass Sie sexualisiertes Verhalten zwischen Ihrem Kind und einem Freund oder Gleichaltrigen bemerken. Manchmal können Kinder und Jugendliche ein für ihr Alter unangemessenes Sexualverhalten entwickeln . Das Erwachsenwerden und Veränderungen wie die Pubertät können schwierig und für Teenager eine emotionale Zeit sein. Manche Kinder machen möglicherweise ungeschickte Versuche sexuellen Verhaltens, die andere verärgern, und sie verstehen möglicherweise nicht, was angemessen ist und was nicht.

Zu den Anzeichen dafür, dass das Sexualverhalten eines Kindes ungesund oder unangemessen sein könnte, gehören:

- sexuelles Verhalten zeigen, das für ihr Alter unangemessen ist.
- Sexualverhalten, das zu einer zwanghaften Gewohnheit wird oder häufig vorkommt.
- Verhalten mit Gewalt, Aggression oder Druck auf andere.
- sich auf ein Verhalten einzulassen, das andere beteiligte Kinder verärgert.
- sexuelles Interesse an Erwachsenen oder Kindern, deren Alter sich stark von ihrem eigenen unterscheidet.
- wenn es ihre Schularbeit, ihre Beziehungen oder ihr soziales Leben beeinträchtigt.
- Verwendung von Pornografie oder das Versenden anstößiger Bilder online, insbesondere ohne die Zustimmung einer anderen Person.
- jedes sexuelle Verhalten, das für sie selbst oder andere schädlich ist.
- wenn Ihr Kind von einem anderen Kind sexuell missbraucht wurde.

Manchmal erkennen Kinder , die sexuellen Missbrauch durch andere Kinder erlebt haben, nicht, was ihnen widerfahren ist, oder wissen nicht, dass es falsch ist, selbst wenn sie sich dadurch unglücklich oder unsicher fühlen.

Zu den Gründen, warum es Kindern schwerfällt, sexuellen Missbrauch zu erkennen oder darüber zu sprechen, gehören:

- Ich bin mir nicht sicher, ob sie einer sexuellen Aktivität zugestimmt oder zugestimmt haben.
- Sich schuldig fühlen wegen dem, was passiert ist, oder als ob sie irgendwie schuld wären.

- Das Kind, das den Missbrauch begangen hat, war ein Freund oder Partner.
- Sie hatten Alkohol getrunken oder Sexting betrieben.
- Sie haben Angst, nicht ernst genommen zu werden.
- Sie haben Angst davor, was der andere junge Mensch tun wird, wenn er sich zu Wort meldet.

### So unterstützen Sie Ihr Kind

Herauszufinden, dass Ihr Kind von einem anderen Kind sexuell missbraucht wurde, kann belastend und sehr schwer zu verkraften sein. Wenn Ihrem Kind so etwas passiert ist, ist es wirklich wichtig, ihm die Hilfe und Unterstützung zu geben, die es braucht.

Als Eltern können Sie mit Ihrem Kind gerne über die Unterschiede zwischen richtig und falsch sprechen. Aber mit ihnen über ihren Intimbereich und ihre sexuelle Entwicklung zu sprechen, ist nicht immer so einfach. Es kann besonders belastend sein, bei Ihrem kleinen Kind scheinbar „sexuelle“ Verhaltensweisen zu beobachten. Sie befürchten möglicherweise, dass diese Verhaltensweisen seltsam oder abweichend sind oder ein Zeichen sexueller Viktimisierung sind. Tatsächlich kommt „sexuelles“ Verhalten bei Kindern häufig vor, insbesondere im Alter zwischen 3 und 6 Jahren. Normalerweise sind sie ein normaler Teil der Entwicklung. Lesen Sie weiter, um Informationen zu erhalten, die Ihnen helfen können, den Unterschied zwischen normalem „sexuellem“ Verhalten und Verhalten, das auf ein Problem hinweisen könnte, zu erkennen.

Schon in jungen Jahren beginnen Kinder, ihren Körper zu erforschen. Sie berühren, stoßen, ziehen oder reiben möglicherweise ihre Körperteile, einschließlich ihrer Genitalien. Es ist wichtig zu bedenken, dass diese Verhaltensweisen nicht sexuell motiviert sind. Sie werden typischerweise von Neugier und dem Versuch, sich selbst zu beruhigen, getrieben.

Die Neugier auf Körper und ihre Unterschiede kann Kinder auch dazu veranlassen, andere im unbedeckten Zustand anzusehen, sich an ihnen zu reiben und Fragen zu Genitalien und Toilettengang zu stellen.

Wenn Kinder älter werden, benötigen sie Anleitung, um etwas über ihre Körperteile, ihre Funktionen und die angemessenen sozialen Grenzen, die sie umgeben, zu lernen.

Normales Sexualverhalten bei Kleinkindern und Vorschulkindern

Normatives (normales), häufiges „sexuelles“ Verhalten bei 2- bis 6-Jährigen kann Folgendes umfassen:

- Berühren/Reiben der Genitalien in der Öffentlichkeit oder privat.
- Die Genitalien eines Gleichaltrigen oder Geschwisters betrachten oder berühren.
- Gleichaltrigen Genitalien zeigen.
- Zu nahe bei jemandem stehen oder sitzen.
- Versuchen, Gleichaltrige oder Erwachsene nackt zu sehen .

Ist die Selbststimulation eines Kindes ein Zeichen sexuellen Missbrauchs?

Betreuer gehen oft davon aus, dass selbststimulierendes Verhalten wie Masturbation erlernt worden sein muss, was darauf hindeutet, dass das Kind sexuell missbraucht wurde. Das ist nicht der Fall. Kinder finden einfach ihre Genitalien, erkennen, dass es sich gut anfühlt, sie zu stimulieren, und üben das Verhalten weiter aus.

Was tun, wenn diese Verhaltensweisen auftreten?

Im Allgemeinen geben „sexuelle“ Verhaltensweisen eines kleinen Kindes, die leicht umgeleitet werden können und keinen Schaden oder Stress verursachen, keinen Anlass zur Sorge. Wenn solche Verhaltensweisen auftreten, ist es wichtig, ruhig zu bleiben und nicht wütend oder verärgert zu werden. Versuchen Sie stattdessen, die Aufmerksamkeit Ihres Kindes umzulenken. Sie könnten so etwas sagen wie: „Es ist in Ordnung, dass Sie Ihren eigenen Körper berühren, aber Sie sollten das an einem privaten Ort tun.“

Sexuelle Verhaltensprobleme: Warnsignale

Eltern müssen auch wissen, wann das Sexualverhalten eines Kindes mehr als nur harmlose Neugierde sein kann und von einem Fachmann behandelt werden sollte. Sexuelle Verhaltensprobleme können ein Risiko für die Sicherheit und das Wohlbefinden Ihres Kindes und anderer Kinder darstellen. Sie können auch auf eine zugrunde liegende neuropsychiatrische Störung, körperlichen oder sexuellen Missbrauch oder den Kontakt mit sexuellen Inhalten hinweisen.

**Zu den sexuellen Verhaltensproblemen bei kleinen Kindern zählen alle Handlungen, die:**

Ist störend (sie können sich aufgrund des Verhaltens nicht auf eine Aufgabe konzentrieren).

Tritt unter Ausschluss anderer Aktivitäten auf und kann nicht umgeleitet werden.

Verursacht emotionale oder körperliche Schmerzen oder Verletzungen bei sich selbst oder anderen.

Ist mit körperlicher Aggression verbunden.

Beinhaltet Zwang oder Gewalt.

Simuliert penetrierende und/oder erwachsene sexuelle Handlungen.

Sobald Ihr Kind sprechen kann, können Sie beginnen, ihm Körpergrenzen und Sicherheit beizubringen. Hier sind einige Tipps, die helfen können:

**Verwenden Sie eine angemessene Sprache.** Bringen Sie Kindern die richtigen Namen für alle Körperteile bei, einschließlich ihrer Genitalien: Penis, Vagina, Brüste und Gesäß. Das Erfinden von Namen für Körperteile kann den Eindruck erwecken, dass diese schlecht oder geheim seien und nicht besprochen werden könnten. Bringen Sie Ihrem Kind außerdem bei, welche Teile „privat“ sind, also diejenigen, die normalerweise von einem Badeanzug bedeckt sind, und ohne seine Erlaubnis nicht angeschaut oder berührt werden sollten.



Co-funded by  
the European Union

**Bewerten Sie den Respekt Ihrer Familie für Bescheidenheit.** Bescheidenheit ist kein Konzept, das die meisten kleinen Kinder vollständig verstehen können. Aber Sie können dennoch eine Grundlage für zukünftige Diskussionen legen und gute soziale Grenzen modellieren. Wenn Sie beispielsweise Kinder unterschiedlichen Alters haben, bringen Sie Ihren jüngeren Kindern bei, älteren Geschwistern ihre Privatsphäre zu gewähren, wenn sie dies wünschen.

**keine Zuneigung.** Zwingen Sie Ihre Kinder nicht dazu, sie zu umarmen oder zu küssen, und machen Sie ihnen auch kein schlechtes Gewissen. Es ist in Ordnung, wenn sie selbst der Oma oder dem Opa sagen, dass sie ihnen keinen Abschiedskuss oder eine Umarmung geben möchten. Bringen Sie Ihrem Kind alternative Möglichkeiten bei, Zuneigung und Respekt ohne enge körperliche Berührung zu zeigen (High-Fives, Daumen hoch usw.). Bekräftigen Sie, dass ihr Körper unter ihrer Kontrolle steht, ein Konzept, das als Körperautonomie bezeichnet wird.

**Erklären Sie OK- und Nicht-OK-Berührungen.** Eine „OK-Berührung“ ist eine Möglichkeit für Menschen, zu zeigen, dass sie sich umeinander kümmern und ihnen helfen – beispielsweise wenn Betreuer beim Baden oder Toilettengang helfen oder wenn Ärzte überprüfen, ob ihr Körper gesund ist. Versichern Sie Ihrem Kind, dass die meisten Berührungen in Ordnung sind. Eine „nicht in Ordnung“-Berührung ist eine Berührung, die ihnen nicht gefällt, die ihnen weh tut, bei ihnen ein Unbehagen, Verwirrung oder Angst hervorruft oder die etwas mit den Intimbereichen zu tun hat.

**Betonen Sie, dass die Menschen einander respektieren sollten.** Besprechen Sie, dass es niemals in Ordnung ist, dass jemand ohne seine Erlaubnis auf seinen Intimbereich schaut oder ihn berührt. Gleichzeitig sollten sie ohne deren Erlaubnis nicht auf die Körper anderer Menschen schauen oder diese berühren.

**Geben Sie Ihren Kindern solide Regeln für unangemessene Berührungen.** Für ein Kind ist es leicht, das Konzept einer Regel zu verstehen. Dies erleichtert es ihnen, etwaige Berührungen, die nicht in Ordnung sind, zu erkennen und „NEIN“ zu sagen.

**Erinnern Sie Ihr Kind daran, es Ihnen oder einem anderen vertrauenswürdigen Erwachsenen immer mitzuteilen,** wenn jemand jemals seine Geschlechtsteile berührt oder ihm ein Unbehagen bereitet. Unangemessene Berührungen –



Co-funded by  
the European Union

insbesondere durch einen vertrauenswürdigen Erwachsenen – können für ein Kind sehr verwirrend sein. Versichern Sie Ihren Kindern, dass Sie ihnen zuhören und ihnen glauben werden, wenn sie Ihnen von Berührungen erzählen, die nicht in Ordnung sind.

**Kontrollieren Sie die Medienpräsenz.** Erstellen Sie einen Medienplan für die Familie. Machen Sie sich mit den Bewertungssystemen von Videospiele , Filmen und Fernsehsendungen vertraut und nutzen Sie die Kindersicherung, die bei vielen Mobilfunk-, Internet-, Kabel- und Satellitenanbietern verfügbar ist. Die Bereitstellung geeigneter Alternativen ist ein wichtiger Bestandteil der Vermeidung sexueller Inhalte in den Medien. Seien Sie sich bewusst, dass Kinder möglicherweise das sexuelle Verhalten von Erwachsenen persönlich oder auf Bildschirmen sehen und Ihnen möglicherweise nicht sagen, dass dies geschehen ist.

**Gehen Sie diese Informationen regelmäßig mit Ihren Kindern durch.** Gute Zeiten, um mit Ihren Kindern über die persönliche Sicherheit zu sprechen, sind beim Baden, beim Schlafengehen, bei Arztbesuchen und vor jeder neuen Situation. Kinder treffen jeden Tag viele verschiedene Erwachsene und Kinder und interagieren mit ihnen – um nur einige zu nennen: in der Kinderbetreuung, bei Sportübungen, Tanzkursen, Camps und außerschulischen Programmen. Es ist von entscheidender Bedeutung, ihnen Werkzeuge an die Hand zu geben, mit denen sie unangenehme Situationen erkennen und darauf reagieren können.

**Erwarten Sie Fragen.** Welche Fragen Ihr Kind stellt und welche Antworten angemessen sind, hängt vom Alter und der Verständnissfähigkeit Ihres Kindes ab. Es ist immer wichtig, die Wahrheit zu sagen. *Tipps , die es für Sie beide einfacher machen können, finden Sie unter „Wann und wie Sie mit Ihrem Kind über Sex sprechen sollten“.*

Sprechen Sie mit dem Kinderarzt Ihres Kindes

Wenn Sie mit einem dieser Probleme zu kämpfen haben oder weitere Fragen haben, zögern Sie nicht, mit dem Kinderarzt Ihres Kindes zu sprechen. Sie können mit Ihnen zusammenarbeiten, um altersgerechtes „normales“ „sexuelles“ Verhalten von Verhaltensweisen zu unterscheiden, die entwicklungsbedingt



Co-funded by  
the European Union

unangemessen sind oder auf potenzielle sexuelle Verhaltensprobleme hinweisen. Um Hilfe zu bitten bedeutet einfach, dass Sie das Beste für Ihr Kind wollen und alles tun, was Sie können, um ihm zum Erfolg zu verhelfen.

### **Untereinheit 3: Kennt die Fortpflanzung**

Menschen mit Behinderungen sind häufig mit Stereotypen in Bezug auf ihre Sexualität konfrontiert, wie etwa der Infantilisierung und der Vorstellung, sie seien asexuell, unfähig zur Fortpflanzung und ungeeignete Sexual-/Ehepartner oder Eltern. Ihre sexuelle und reproduktive Gesundheit und Rechte werden von den Gesundheitssystemen weiterhin bestritten und/oder nicht priorisiert. Daher sind Menschen mit Behinderungen oft mit zusätzlichen Hürden bei Pflege, Dienstleistungen, Bildung und Informationen über sexuelle und reproduktive Gesundheit und Rechte, geschlechtsspezifische Gewalt und andere Gewalt und Missbrauch konfrontiert. Wo der Zugang zur Gesundheitsversorgung im Allgemeinen eingeschränkt ist, spielt die sexuelle und reproduktive Gesundheit kaum eine Rolle.

Für Eltern ist es wichtig, Zugang zu den Informationen zu haben, die sie benötigen, um ihr Kind bei der Bewältigung besonderer Herausforderungen zu unterstützen. Einige Erwachsene mit kognitiven Behinderungen haben möglicherweise in der Schule eine angemessene Sexuaufklärung erhalten, während andere diese möglicherweise verpasst haben. Diejenigen, die eine angemessene Ausbildung erhalten haben, benötigen möglicherweise weiterführende Informationen, die für einen Erwachsenen mit seinem Leistungs- und Leseniveau geeignet sind. Für diejenigen, die es verpasst haben, ist es wichtig, von vorne zu beginnen, egal wie alt sie sind.

Sexualität ist ein zentraler Bestandteil der menschlichen Natur. Menschen mit kognitiver Behinderung (einschließlich geistiger Behinderung, Autismus-Spektrum-Störung und erworbener Hirnschädigung) erleben die gleichen sexuellen Gedanken, Einstellungen, Gefühle, Wünsche, Fantasien und Aktivitäten wie alle anderen. Um Sexualität zu verstehen und zu genießen, braucht jeder bereits in jungen Jahren ausreichende Informationen und Unterstützung. Sexualität hat psychologische, biologische und soziale Aspekte und wird von individuellen

Werten und Einstellungen beeinflusst. Die Sexualität eines Menschen entwickelt sich im Laufe der Kindheit und Jugend und ist ein wesentlicher Bestandteil seiner Identität. Die Art und Weise, wie jeder Mensch seine Sexualität versteht und interpretiert, ist unterschiedlich

Erheblich und ändert sich oft im Laufe der Zeit. Ein gesundes Selbstwertgefühl und Respekt vor sich selbst und anderen sind wichtige Faktoren für die Entwicklung einer positiven Sexualität. Menschen mit kognitiven Behinderungen können ihre Sexualität auf befriedigende Weise ausdrücken. Die Einstellung und die Unterstützung anderer Menschen sind von entscheidender Bedeutung, um Menschen aller Fähigkeiten dabei zu helfen, gesunde persönliche und sexuelle Beziehungen zu führen. Allzu oft wird die sexuelle und reproduktive Gesundheit von Menschen mit Behinderungen sowohl von der Behindertengemeinschaft als auch von denjenigen, die sich mit sexueller und reproduktiver Gesundheit befassen, übersehen. Damit gehören Menschen mit Behinderungen zu den am stärksten marginalisierten Gruppen, wenn es um sexuelle und reproduktive Gesundheitsdienste geht. Allerdings haben Menschen mit Behinderungen möglicherweise tatsächlich einen größeren Bedarf an Aufklärung und Betreuung im Bereich der sexuellen und reproduktiven Gesundheit als Menschen ohne Behinderungen, da sie anfälliger für Missbrauch sind. Menschen mit Behinderungen sind bis zu dreimal häufiger Opfer von körperlichem und sexuellem Missbrauch und Vergewaltigung als neurotypische Menschen.

## **Fortpflanzungswissen – Genuss, Verhütung und Sexualerziehung**

### **1. Vergnügen**

Es erfordert Energie, am Sex teilzunehmen und ihn zu genießen, daher kann Ihre Behinderung Ihr Sexualleben in gewissem Maße beeinträchtigen. Es kann wichtig sein, einige praktische Informationen weiterzugeben:

1. Schmerz
2. Ermüdung
3. Geisteszustand

### **2. Empfängnisverhütung**

Es ist wichtig, die Bedeutung der Empfängnisverhütung hervorzuheben und dass jeder das Recht hat, eine fundierte Entscheidung darüber zu treffen, welche Verhütungsmethode er anwenden möchte. Die Art der Behinderung kann die

Auswahl an Verhütungsmitteln, die ihnen zur Verfügung stehen, einschränken. Es ist wichtig, dass Eltern einen Arzt konsultieren.

### 3. Aufklärungsunterricht

Ein junger Mensch mit einer Behinderung braucht Sexualerziehung genauso wie ein junger Mensch ohne Behinderung. Zusätzlich zu einem allgemeinen Sexualerziehungsansatz sollte die Sexualerziehung für einen jungen Menschen mit Behinderung auch Folgendes umfassen:

- A) die Tatsache, dass Menschen mit Behinderungen ein erfülltes Liebes- und Sexualleben führen können.
- B) sexuelle Probleme, die mit ihrer Behinderung verbunden sein können.
- C) soziale Regeln wie öffentliches und privates Verhalten und persönliche Grenzen.

Sexualerziehung für einen jungen Menschen mit einer kognitiven Behinderung sollte auf eine für den jungen Menschen verständliche Weise vermittelt werden. Wenn Sie Eltern eines jungen Menschen mit Behinderung sind, kann es hilfreich sein, für Ihren jungen Menschen entsprechende Informationen über die Pubertät, die Menstruation (die meisten Behinderungen haben keinen Einfluss auf den Beginn der Menstruation) sowie romantische und sexuelle Beziehungen zur Hand zu haben. Junge Menschen mit einer kognitiven Behinderung brauchen möglicherweise länger, um sich an die Veränderungen zu gewöhnen, die die Pubertät mit sich bringt. Sie können ihnen helfen, indem Sie sich vor Beginn der Pubertät vorbereiten (im Alter von 8 bis 13 Jahren bei Mädchen und 9 bis 14 Jahren bei Jungen).

#### **Vorschläge zur Vorbereitung auf die Sexualerziehung mit Kindern**

- A) Stellen Sie sicher, dass Sie über alle benötigten Informationen verfügen und überprüfen Sie alle Details, bei denen Sie sich nicht sicher sind.
- B) Schauen Sie sich eine Reihe von Büchern, DVDs und anderen Ressourcen zum Thema Sexualität und Behinderung online an oder besuchen Sie das Family Planning Victoria's Resource Centre.
- C) Fragen Sie die Lehrer oder Betreuer Ihres Kindes nach dem Sexualerziehungsangebot ihrer Schule. Sie können Ihnen möglicherweise Ratschläge geben oder nützliche Ressourcen vorschlagen.

- D) Sprechen Sie mit Ihrem Behindertenverband, Sexual Health Victoria und Eltern und Betreuern relevanter Selbsthilfegruppen, um Vorschläge und Tipps zu erhalten, wie Sie Ihrem Kind die Informationen am besten vermitteln können.
- E) Bewältigen Sie etwaige Gefühle des Unbehagens und der Verlegenheit, möglicherweise mit der Hilfe eines Beraters . Es ist wichtig, die Botschaften an Kinder positiv und nicht wertend zu formulieren.
- F) Entscheiden Sie vorher, welche Wörter Sie verwenden möchten. Dies kann schwierig sein, da Namen für Fortpflanzungskörperteile wie Vagina und Penis meist entweder medizinischer oder umgangssprachlicher Natur sind.

#### **Untereinheit 4: Kennt Schutz und bittet um Hilfe**

Menschen mit Behinderungen haben das gleiche Recht auf einvernehmliche und liebevolle Beziehungen wie alle anderen. Sie haben das Recht, mit Respekt und Würde behandelt zu werden und sich sicher zu fühlen. Sie haben das Recht, Entscheidungen zu treffen und über Informationen zu verfügen, die ihnen dabei helfen.

Bei sexuellen Kontakten zwischen zwei Menschen mit Lernschwierigkeiten ist es sehr wichtig, die Einwilligung und Handlungsfähigkeit beider Menschen sorgfältig abzuwägen. Unterschiedlicher sexueller Kontakt erfordert unterschiedliche Ebenen des Verständnisses. Daher können einige Menschen mit Lernschwierigkeiten möglicherweise einer Umarmung zustimmen (ohne körperliche Risiken), nicht jedoch zu intimen sexuellen Handlungen (mit Risiken, die die Person selbst mit Unterstützung möglicherweise nicht verstehen kann).

Wenn Sie versuchen, die relative Zustimmung der beteiligten Personen festzustellen, sollten Sie Folgendes berücksichtigen:

- Wer initiiert den Kontakt?
- Verfügt die Person über die Fähigkeiten und die Macht, Nein zu sagen?
- Ist ein Bewusstsein für die Absichten der beteiligten Personen vorhanden?

Gerade wegen der Verletzlichkeit von Menschen mit Lernbehinderungen sollte mangelnder Widerstand nicht als Einwilligung gewertet werden. Bestehen Zweifel

an der Einwilligungsfähigkeit in sexuelle Kontakte, sollte eine formelle Leistungsbeurteilung durchgeführt werden. Manchmal ist es notwendig, klare Grenzen zu ziehen, was Berührungen akzeptabel sind und was nicht, und bei Bedarf einzugreifen. Zum Beispiel zu entscheiden, dass es im besten Interesse zweier Menschen mit schwerer Lernbehinderung ist, sich an den Händen zu halten, aber nicht auf dem Schoß des anderen zu sitzen. Menschen mit Behinderungen lernen, Sex geheim zu halten, was etwas ganz anderes ist als Privatleben und ihre Anfälligkeit für Missbrauch erhöhen kann.

### **Schwachstellen und Risiken**

Menschen mit Behinderungen kennen oder verstehen ihre Rechte manchmal nicht – insbesondere das Recht, „Nein“ zu sagen. Möglicherweise haben sie nie eine gute Aufklärung über Beziehungen, Sex und sexuelle Grenzen erhalten. Die Kommunikationsfähigkeiten können schlecht sein und manchen Menschen fehlen möglicherweise die Worte oder die Fähigkeit, anderen zu sagen, was passiert. Aus diesem Grund sind sie sehr anfällig für sexuellen Missbrauch und verstehen möglicherweise nicht, was die Zustimmung zu sexuellen Aktivitäten bedeutet.

Sexualerziehungsprogramme beinhalten oft wichtige Diskussionen über normale Ausdrucksformen der Sexualität wie Masturbation, Beziehungen, Empfängnisverhütung, sexuell übertragbare Krankheiten und sichere Sexpraktiken. Solche Themen müssen auch Teil der alltäglichen Gespräche zwischen Menschen mit geistiger Behinderung und ihren Eltern sein. Menschen benötigen manchmal Unterstützung persönlicher oder intimer Natur, was das Bewusstsein für ihr Recht auf Privatsphäre schwächen kann. Viele Menschen mit Behinderungen brauchen schon immer ein hohes Maß an Hilfe beim Baden oder Toilettengang, und das auch weit über die Kindheit hinaus. Unter anderen Umständen beginnen Kinder, Grenzen zu setzen, wer sie nackt sehen darf, aber das ist beispielsweise bei Erwachsenen mit Lernschwierigkeiten nicht der Fall. Manchmal erhalten Menschen persönliche Betreuung auf Einzelbasis, sodass die Verfahren zur Meldung von Misshandlungen oder Missbrauch manchmal unklar sind.

### **Schaffen Sie eine sichere Umgebung**

Eine der wichtigsten Möglichkeiten, ein sicheres Umfeld zur Vermeidung von Risikosituationen zu schaffen, besteht darin, sicherzustellen, dass Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit Behinderungen über angemessenes Verhalten Bescheid wissen und ermutigt werden, über ihre Erfahrungen zu sprechen. Wenn ihnen beigebracht wird, dass man ihnen zuhört und ihre Ansichten respektiert

werden, wird dies Bewusstsein und Selbstvertrauen stärken. Wenn jemand Kommunikationsschwierigkeiten hat, ist es wichtig, die Methoden, Hilfsmittel und die Sprache zu verwenden, die für die Person am besten geeignet sind. Eltern und Betreuungspersonal sollten die Kommunikationsbedürfnisse der Person bereits kennen, möchten aber möglicherweise relevante, zugängliche Ressourcen erhalten, die dabei helfen können, das Bewusstsein der Person zu schärfen oder ein Gespräch oder eine andere Kommunikation anzustoßen.

### **Aktivität zum Thema Einwilligung**

Kommunikation und Berührung sollten sich für alle Beteiligten gut und gesund anfühlen. Der Körper jedes Menschen gehört ihm. Es ist wichtig, dass Ihr Kind weiß, dass jemand es fragen und sein Einverständnis einholen muss, bevor es es berührt. Sie sollten auch wissen, dass sie die Zustimmung einholen müssen, bevor sie jemand anderen berühren.

1. Spielen Sie mit Ihrem Kind Rollenspiele und üben Sie das Bitten und Einverständnis.
2. Wenn Ihr Kind noch klein ist oder keine Sprache spricht, können Sie eine rote Karte verwenden, um anzuzeigen, dass es keine Einwilligung erteilt, und eine grüne Karte, um anzuzeigen, dass es seine Einwilligung erteilt, und üben Sie häufig mit Ihrem Kind. Identifizieren Sie mit ihnen, wie sie und andere ihre Zustimmung lieber zum Ausdruck bringen oder nicht (Körpersprache usw.).
3. Soziale Geschichten sind eine großartige Möglichkeit für Ihr Kind, mehr über die Einwilligung zu erfahren und zu erfahren, wann diese erforderlich ist.
4. Stellen Sie bei älteren Kindern und jungen Erwachsenen sicher, dass Sie ihnen häufig mitteilen, dass Einwilligung nicht bedeutet, dass jemand schweigt oder unter Drogen- oder Alkoholeinfluss steht. Machen Sie deutlich, dass eine Einwilligung vorliegt, wenn eine Person einer bestimmten Aktivität oder einem bestimmten Verhalten zustimmt.
5. Häufiges Üben und die Einhaltung des von Ihnen verwendeten Vokabulars sind der Schlüssel.

## Untereinheit 5: LGBTQIA+-Gemeinschaft und Behinderungen

LGBTQIA+-Personen, einschließlich Menschen mit geistiger Behinderung, können mit besonderen Herausforderungen im Zusammenhang mit ihrer sexuellen Orientierung oder Geschlechtsidentität konfrontiert sein. Durch die Bereitstellung von Informationen zu LGBTQIA+-Themen können wir Kindern mit geistiger Behinderung helfen, mit potenziellen Risiken, Diskriminierung und Mobbing umzugehen, und sie befähigen, bei Bedarf Unterstützung zu suchen. Das Verständnis der LGBTQIA+-Konzepte kann Kindern mit geistiger Behinderung die Möglichkeit geben, ihre eigene Identität zu erkunden und auszudrücken. Es ermöglicht ihnen, ihre Gefühle und Vorlieben zu erkennen und anzunehmen, wodurch ein positives Selbstgefühl gefördert und die Selbstakzeptanz gefördert wird. Kinder mit geistiger Behinderung könnten Schwierigkeiten haben, ihre Vorlieben und ihre sexuelle Identität richtig zu verstehen, wenn sie nicht angemessen angeleitet werden. Im ersten Schritt müssen sie und ihre Eltern/Betreuer wissen, worüber gesprochen wird.

Es ist wichtig, sich der Tatsache bewusst zu sein, dass die Identitäten von Menschen selten einzigartig sind. Vielmehr handelt es sich um eine Konstellation mehrerer Identitäten über Kategorisierungen wie Rasse, Geschlecht, sexuelle Orientierung, Klasse, ethnische Zugehörigkeit und Fähigkeiten hinweg, die sich überschneiden und komplexe Diskriminierungssysteme schaffen, wie sie durch das Konzept der Intersektionalität beschrieben werden (Turan & all, 2019).

Es gibt viele Akronyme, die sich auf eine vielfältige und sich ständig weiterentwickelnde Gemeinschaft beziehen. Die Einbeziehung anderer Buchstaben sowie der im „+“ enthaltenen Begriffe ist ein Hinweis auf die Einbeziehung möglichst vieler Identitäts-, Ausdrucks-, Kultur-, Sozial- und Politikformen.

Die bekanntesten und am häufigsten verwendeten Akronyme:

- LGBT+ (Lesben, Schwule, Bisexuelle, Trans\*, +);
- LGBTQ+ (zusätzlich: queer);
- LGBTQI+ (zusätzlich: Intersexuell);
- LGBTQIA+ (zusätzlich: asexuell / aromantisch).

Savin-Williams (1995) definierte sexuelle Identität als ein komplexes und vielschichtiges Konstrukt, das das dauerhafte Selbstgefühl eines Individuums als

„sexuelles Wesen“ umfasst. Es ist ein grundlegender Aspekt der menschlichen Identität, der durch eine Kombination biologischer, psychologischer und sozialer Faktoren geprägt ist.

**Die sexuelle Identität** basiert auf vier grundlegenden Konstrukten:

- „Biologisches Geschlecht“/bei der Geburt zugewiesenes Geschlecht (SAAB)
- Geschlechtsidentität
- Sexuelle und romantische Orientierung
- Soziosexuelle Identität (einschließlich Ausdruck und Rolle des Geschlechts).

**„Biologisches Geschlecht“/bei der Geburt zugewiesenes Geschlecht (SAAB)**

Es bezieht sich auf die physischen Eigenschaften einer Person, wie etwa äußere Genitalien, Fortpflanzungsorgane, Chromosomen und Geschlechtschromosomen (XX für Frauen, XY für Männer). Diese Attribute werden verwendet, um auf der Grundlage medizinischer Normen zwischen Männern und Frauen zu unterscheiden. Intersexuelle Personen stellen dieses binäre Verständnis jedoch in Frage, da ihre primären und sekundären Geschlechtsmerkmale möglicherweise nicht mit den traditionellen männlichen oder weiblichen Kategorien übereinstimmen. Die Anerkennung der Intersexualität ist von entscheidender Bedeutung für die Förderung der Inklusion, des Verständnisses und der Unterstützung intersexueller Menschen sowie für die Infragestellung veralteter medizinischer Annahmen.

**Geschlechtsidentität**

Es bezieht sich auf die psychologischen und sozialen Kategorien, anhand derer sich Individuen als „Mann“, „Frau“ oder „nicht-binär“ (z. B. Genderfluid, Agender, Demigender, Genderqueer) identifizieren. Sie ist unabhängig von der sexuellen Orientierung und dem bei der Geburt zugewiesenen Geschlecht. Die Geschlechtsidentität kann sich im Laufe des Lebens eines Menschen ändern.

**Cisgender-Personen** identifizieren sich mit dem ihnen bei der Geburt zugewiesenen Geschlecht, Transgender-Personen hingegen nicht.

Der Begriff „ **Transgender** “ umfasst verschiedene Geschlechtsvarianten und unterscheidet sich von „transsexuell“, das als pathologisierend gilt.

Der Begriff „ **nicht-binär** “ wird für Personen verwendet, die sich nicht innerhalb der traditionellen Mann/Frau-Binärstruktur identifizieren.

**Sexuelle und romantische Orientierung** bezieht sich auf die Vorlieben und Vorlieben einer Person in Bezug auf sexuelle und/oder romantische Beziehungen. Romantische Orientierungen spezifizieren Reize oder Wünsche, die über die



Co-funded by  
the European Union

sexuelle Anziehung hinausgehen, und werden mit dem Suffix „-romantisch“ gekennzeichnet (z. B. heteroromantisch, homoromantisch, biromantisch usw.).

**Die soziosexuelle Identität** umfasst Geschlechtsrollen und -ausdrücke:

### **Geschlechterrollen**

Umfassen Verhaltensweisen und Merkmale, die die Gesellschaft als typisch für Männer oder Frauen bezeichnet.

### **Geschlechtsausdruck**

Es bezieht sich auf äußere Aspekte, durch die das Geschlecht einer Person ausgedrückt und identifiziert wird, wie etwa Kleidung, Gestik und Frisur. Der Geschlechtsausdruck stimmt möglicherweise nicht immer mit der Geschlechtsidentität einer Person überein.

Die gesamte LGBTQIA+-Community ist verschiedenen Risikofaktoren ausgesetzt, die auch mit Ihren Kindern zusammenhängen können. Bei guter sozialer und familiärer Unterstützung könnten die Intensität und die Möglichkeit von Risikofaktoren verringert werden. Dies können sein:

1. Soziale Ungleichheiten: Ernährungs- und Wohnunsicherheit, Armut.
2. Anti-LGBTQIA+-Gesetzgebung.
3. Verschleierung von Identitäten.
4. Ablehnung durch die Familie (auch wenn der primäre Familienkreis die Person unterstützt, tun dies möglicherweise nicht alle Mitglieder, wie z. B. Cousins, Großeltern usw.).
5. Leben in giftigen Haushalten oder Umgebungen.
6. Vorgeschichte von Missbrauch, Körperverletzung oder Belästigung.
7. Diskriminierung, Mobbing, Belästigung, Körperverletzung und Entfremdung.

Es ist wichtig, einen offenen Kommunikationsraum zu schaffen, in dem Ihr Kind weiß, dass es von der Familie unterstützt wird, und in dem es angemessen sagen kann, was es über seine Sexualität denkt, ohne Angst haben zu müssen, beurteilt und nicht akzeptiert zu werden. Es könnte dazu beitragen, die Risiken der oben genannten Faktoren zu vermeiden und zu verringern.

Deshalb hier einige Tipps, um eine angenehme Atmosphäre zu Hause zu schaffen:

1. Nutzen Sie gezielte Werbung und schaffen Sie eine einladende Umgebung. Sie können beispielsweise Poster, Bücher, Zeitschriften verwenden oder gemeinsam Filme und Fernsehsendungen ansehen. Auf diese Weise „normalisieren“ Sie die LGBTQIA+-Nuancen.

2. Vermeiden Sie Annahmen über die sexuelle Orientierung oder Geschlechtsidentität eines Pflegekindes.
3. Erwarten Sie von allen Jugendlichen im Haushalt Respekt hinsichtlich sexueller Orientierung, Geschlechtsidentität und Ausdruck. Tolerieren Sie keine Belästigung oder Diskriminierung.
4. Informieren Sie sich über LGBTQIA+-Ressourcen und legen Sie keine einzigartigen Regeln für LGBTQIA+-Jugendliche fest, die nicht auf andere angewendet werden.
5. Ermöglichen Sie den Jugendlichen, ihr Geschlecht authentisch auszudrücken, und stellen Sie sicher, dass sie in Unterkünften oder Programmen untergebracht werden, die ihrer Geschlechtsidentität entsprechen.
6. Verstehen Sie, dass die Jugendlichen im Laufe der Zeit ihre Geschlechtsidentität und sexuelle Orientierung erforschen und ändern können. Seien Sie flexibel und passen Sie Ihre Sprache entsprechend an.
7. Respektieren Sie die Sprache und die Pronomen der Jugendlichen , indem Sie bei Bedarf ihren selbst identifizierten Namen und ihre Pronomen an verschiedenen Stellen verwenden. Vermeiden Sie heteronormative und cisnormative Annahmen.
8. Hören Sie auf die Stimmen von LGBTQIA+ und suchen Sie nach einer vielfältigen und respektvollen Mediendarstellung. Suchen Sie nach Mitgliedern der Community, die Sie möglicherweise unterstützen können.
9. Bringen Sie den Kindern bei, dass es in Ordnung ist, einen Geschmack zu haben, der nicht den typischen Geschlechterrollen und -merkmalen entspricht (zum Beispiel, dass Rosa nur etwas für Mädchen ist, dass manche Spiele nicht von Mädchen, sondern nur von Jungen gespielt werden können). Denken Sie daran, dass es sich um eine von der Gesellschaft geschaffene Unterscheidung handelt und die Verbindung mit Geschmack, Spielen und Kleidung nur ein Produkt von Vorurteilen und gesellschaftlichen Erwartungen ist. Versuchen Sie, dieses Konzept an das tägliche Leben Ihrer Kinder anzupassen, wenn Sie ihnen etwas kaufen, wenn Sie ihren Geburtstag feiern oder ihnen ein Spiel vorschlagen.

Hier ist eine Aktivität, die wir empfehlen, gemeinsam mit Ihrem Kind durchzuführen, um geschlechtsspezifische Erwartungen zu erkunden. Bei dieser Aktivität werden



Co-funded by  
the European Union

Kinder ermutigt, ihrer Kreativität Ausdruck zu verleihen und Geschlechterstereotypen zu hinterfragen, indem sie Blätter mit unterschiedlichen Frisuren und Outfits ausmalen. Die Eltern/Betreuer betonen die Idee, dass Dinge nur Dinge sind und nicht auf bestimmte Geschlechter beschränkt sein sollten. Drucken Sie Blätter zum Ausmalen mit Kleidung und Frisuren, wie zum Beispiel diese:

Frisuren: <https://www.learningforjustice.org/sites/default/files/which-hairdo-gender-now-by-maya-gonzalez-11.pdf>

Outfit: <https://www.learningforjustice.org/sites/default/files/which-outfit-gender-now-by-maya-gonzalez-11.pdf>

Bitten Sie Ihr Kind, das Outfit und die Frisuren auszumalen, die es bevorzugt. Anschließend befassen sich die Eltern/Betreuer mit der Frage nach Geschlechterstereotypen in Bezug auf Frisuren und Kleidung. Wenn Schüler der Meinung sind, dass bestimmte Stile oder Kleidung ausschließlich für Mädchen oder Jungen gedacht sind, schlägt die Betreuungsperson einen „Test“ vor, indem sie das Kind fragt, ob ihnen oder jemandem, den sie kennen, diese Stile oder Kleidung gefällt. Dies ermutigt Kinder, über persönliche Erfahrungen nachzudenken und stellt die Vorstellung starrer Geschlechternormen in Frage.

Darüber hinaus nutzt die Betreuerin die Gelegenheit, um den Unterschied zwischen Mustern und Regeln zu besprechen, und weist darauf hin, dass es zwar zutrifft, dass mehr Mädchen dazu neigen, Kleider zu tragen (ein Muster), dies jedoch nicht bedeutet, dass Jungen keine Kleider tragen können (eine Regel). Diese Diskussion zielt darauf ab, das Verständnis von Kindern für den Ausdruck des Geschlechts zu erweitern und sie zu ermutigen, gesellschaftliche Erwartungen und Normen zu hinterfragen.

Der nächste Teil der Aktivität umfasst das Cover eines Buches, das die Erfahrungen eines Kindes behandelt, das Dinge mag und tut, die andere vielleicht nicht verstehen. Überprüfen Sie, ob Sie etwas Ähnliches haben. Entsprechend dem Buch und dem Einband stellt der Betreuer den Bucheinband vor, bittet um Vorhersagen auf der Grundlage des Einbands und beginnt mit dem Vorlesen, wobei er die Bilder auf jeder Seite zeigt. Während der Erkundung des Buches und seines Einbandes führt die Betreuungsperson eine Diskussion, indem sie je nach Buch- und Bildtyp einfache Fragen zu Geschlechterstereotypen stellt.

Einige Beispiele für Fragen könnten sein:

1. Welche Aktivitäten oder Interessen für Jungen und Mädchen sind auf dem Buchcover abgebildet?

2. Glaubst du, dass dieser Junge auf dem Cover Rosa tragen sollte?
3. Unterstützen die Kleidungswahlen für Jungen und Mädchen auf dem Cover traditionelle Geschlechterstereotypen? Warum oder warum nicht?
4. Werden in den Abbildungen bestimmte Farben verwendet, die mit Geschlechterstereotypen in Verbindung gebracht werden könnten? Wenn ja, welche Farben und was bedeuten sie?
5. Sind auf dem Cover geschlechtsspezifische Gegenstände oder Accessoires vorhanden? Wie tragen diese Objekte dazu bei, Geschlechterstereotypen zu verstärken oder in Frage zu stellen?
6. Gibt es Unterschiede im Aussehen oder Körpertyp von Jungen und Mädchen auf dem Cover?

## **Untereinheit 6: Wege finden, mit emotionalem, körperlichem und sexuellem Missbrauch umzugehen**

Gewalt und Misshandlung sind weit verbreitete Probleme, die schwerwiegende und schädliche Auswirkungen auf das physische, psychische und soziale Wohlbefinden der Betroffenen haben. Überlebende sexuellen Missbrauchs in der Kindheit stehen im späteren Leben häufig vor zahlreichen Herausforderungen, darunter Depressionen, Schwierigkeiten beim Aufbau intimer Beziehungen, Probleme in der Elternrolle und eine erhöhte Anfälligkeit für zukünftige Viktimisierung.

Menschen mit Entwicklungsverzögerungen sind besonders anfällig für sexuellen Missbrauch, da sie dadurch sowohl körperlich als auch psychisch in eine prekäre Lage geraten. Dies gilt insbesondere für Kinder mit Behinderungen, bei denen ein höheres Risiko besteht, dass Missbrauch unbemerkt bleibt oder auf ihre Behinderung zurückgeführt wird, anstatt als Missbrauch erkannt zu werden. Kinder mit geistiger Behinderung werden möglicherweise als leicht beeinflussbar oder nicht vertrauenswürdig wahrgenommen, was ihre Glaubwürdigkeit bei der Meldung unwahrscheinlicher Missbrauchsfälle untergräbt. Untersuchungen zeigen, dass Kinder mit Lernschwierigkeiten, geistiger Behinderung und erheblichen emotionalen Störungen einem erhöhten Risiko ausgesetzt sind, Missbrauch durch

ihre Eltern oder Betreuer zu erleiden. Leider mangelt es an zuverlässigen und umfassenden Daten zur Misshandlung von Kindern mit Behinderungen, da inkonsistente Praktiken bei der Datenerhebung und die begrenzte Einbeziehung von Kindern mit Entwicklungsstörungen in die statistische Berichterstattung eine genaue Informationserhebung verhindern.

Verschiedene Entwicklungsverzögerungen können zu dieser Schwachstelle beitragen:

1. Motorische Verzögerungen können ihre Fähigkeit einschränken, Aufgaben wie Anziehen und Selbstpflege auszuführen, wodurch sie stärker auf die Hilfe anderer angewiesen sind.
2. Soziale Verzögerungen können die Entwicklung angemessener Beziehungen zu Gleichaltrigen behindern, sie weiter isolieren und die Wahrscheinlichkeit einer Offenlegung oder Intervention verringern.
3. Sprachverzögerungen können die Kommunikation und die Meldung von Missbrauchsfällen beeinträchtigen oder unangemessene Annäherungsversuche ablehnen.
4. Kognitive Verzögerungen können ihr Verständnis und Erkennen von Missbrauch behindern und es ihnen erschweren, zwischen schädlichen Handlungen und angemessener Fürsorge zu unterscheiden.
5. Emotionale Verzögerungen können ihr Selbstwertgefühl beeinträchtigen und sie anfälliger dafür machen, als Opfer abgestempelt zu werden, was möglicherweise einen Teufelskreis des Missbrauchs fortsetzt.

Kinder mit geistiger Behinderung haben möglicherweise auch Schwierigkeiten, zwischen Berührungen, die mit notwendiger Körperpflege einhergehen, und solchen mit missbräuchlichem Verhalten zu unterscheiden. Folglich akzeptieren sie möglicherweise eine solche Fürsorge passiv, ohne sich des damit verbundenen Schadens bewusst zu sein.

Darüber hinaus sind sich diese Kinder aufgrund ihrer Abhängigkeit von bestimmten Bezugspersonen möglicherweise darüber im Klaren, dass die Beendigung der Rolle einer Bezugsperson zu einer Änderung des Betreuungsniveaus oder der Möglichkeit führen könnte, in Zukunft einer stärker missbräuchlichen Bezugsperson zu begegnen (Sakellariou, 2012).

Für Fachkräfte ist es von entscheidender Bedeutung, potenzielle Anzeichen sexuellen Missbrauchs nicht nur zu beobachten, sondern diese auch richtig zu interpretieren. Sie müssen über Kenntnisse über typische Verhaltensweisen von

Kindern eines bestimmten Alters und/oder einer bestimmten Behinderung verfügen, die es ihnen ermöglichen, zwischen Verhaltensweisen, die mit sexuellem Missbrauch in Zusammenhang stehen, und solchen, die nicht damit zusammenhängen, zu unterscheiden.

Unter Bewältigung versteht man die verschiedenen einstellungsbezogenen, sozialen, emotionalen und verhaltensbezogenen Taktiken, die Anbieter nutzen, um alltägliche und umstandsbedingte Stressfaktoren zu bewältigen und zu bewältigen (Buettner et al. 2016).

Die Bewältigung kann entweder eine vermittelnde oder moderierende Rolle bei der Anpassung als Erwachsener spielen. Ein gängiger Ansatz klassifiziert Bewältigung als entweder kognitive oder verhaltensbezogene Reaktionen auf einen bestimmten Stressor oder eine bestimmte Situation. Das Wörterbuch der American Psychological Association definiert sie als:

#### **- Kognitives Verhalten**

*„Strategie, bei der eine Person geistige Aktivität nutzt, um ein stressiges Ereignis oder eine stressige Situation zu bewältigen. Es umfasst verschiedene Formen, wie z. B. das Erlebte ins rechte Licht zu rücken, zu versuchen, die Ursachen der Situation zu verstehen, über Schritte zur Lösung der Situation nachzudenken, über angenehme Erlebnisse statt über die aktuelle Schwierigkeit nachzudenken (positive Neuausrichtung), die Situation neu zu definieren, um das Potenzial hervorzuheben Nutzen (positive Neubewertung), die negativen Folgen des Ereignisses übertreiben (katastrophisieren), sich selbst oder anderen die Schuld für das Eintreten des Ereignisses geben, sich mit den mit dem Ereignis verbundenen negativen Emotionen beschäftigen (Grübeln) und die Situation oder ihre Auswirkungen herunterspielen (kognitiv). Vermeidung).“*

#### **- Verhaltensbewältigung**

*„Strategie, bei der eine Person ein stressiges Ereignis oder eine stressige Situation bewältigt, indem sie ihre Handlungen ändert. Wie bei der umgekehrten kognitiven Bewältigung gibt es auch bei der verhaltensbezogenen Bewältigung verschiedene Formen, darunter die Suche nach sozialer Unterstützung oder die anderweitige Suche nach Hilfe von anderen, der direkte Versuch, die problematische Situation zu lösen, die Anpassung gewohnter Aktivitäten (z. B. durch Beginn einer Übungsroutine, in den Urlaub fahren) usw Emotionen ausdrücken.“*



Co-funded by  
the European Union

Kinder mit geistiger Behinderung haben möglicherweise Schwierigkeiten zu erkennen, wenn persönliche Grenzen überschritten wurden, da sie dazu neigen, Zuneigung durch körperlichen Kontakt auszudrücken. Akbas et al. (2009) und Briggs (2006) beschrieben den Mangel an Wissen von Kindern mit geistiger Behinderung darüber, was akzeptables Sexualverhalten ist.

Die Einbeziehung in die Sexualerziehung kann das sexuelle Selbstwertgefühl eines Kindes stärken, was ihm helfen kann zu verstehen, dass es, genau wie seine sich normalerweise entwickelnden Altersgenossen, als sexuelle Wesen würdig ist und das gleiche Recht auf Kameradschaft, Liebe und Schutz vor Schaden hat .

Die Verzögerung der Selbstfürsorge bei Kindern sollte als potenzieller Risikofaktor betrachtet werden und nicht nur als Entwicklungsmeilenstein, den es in den Bereichen Motorik, Soziales und/oder Selbsthilfe zu erreichen gilt, einschließlich der Frage, wer in der Lage ist, sich umzuziehen und zur Toilette zu gehen, und wer nicht. Es sollte besprochen werden, was im Falle einer Ersatzversorgung geschieht. Darüber hinaus sollte beim Unterrichten von Körperpflegeaufgaben auf die Standorte geachtet werden, einschließlich privater Waschräume (z. B. zu Hause) und öffentlicher Waschräume (z. B. in der Gemeinde und in der Schule). Durch das Unterrichten der Privatsphäre kann ein Kind verstehen, dass es die Kontrolle über seinen eigenen Körper hat und dass es das Recht hat zu entscheiden, wo und wann es andere berührt, von anderen berührt wird, nackt ist oder Gespräche über persönliche Angelegenheiten führt. Diese Interventionen können die Anfälligkeit des Kindes für sexuellen Missbrauch bei persönlichen Betreuungsaufgaben verringern.

Es gibt einige Anzeichen für möglichen sexuellen Missbrauch von Kindern mit geistiger Behinderung, wie zum Beispiel:

**Körperliche Anzeichen** sind Schwierigkeiten beim Sitzen oder Gehen, Blutergüsse oder Blutungen im Genital-, Vagina- oder Analbereich, Vorhandensein von Spermien, Geschlechtskrankheiten, Schwangerschaft, zerrissene, blutige oder verschmierte Unterwäsche, Schmerzen oder Juckreiz im Genitalbereich, wiederholte Infektionen des Genitalbereichs Harnwege und angeschlagenes Jungfernhäutchen in sehr jungem Alter.

**Verhaltenszeichen**, wie zum Beispiel: Appetitlosigkeit, Weinen, zurückgezogenes Verhalten, soziale Isolation, Depression, apathisches Verhalten,

Selbstverstümmelung, Angstzustände, Halluzinationen, Unfähigkeit, über den Vorfall zu sprechen, schlechte Beziehungen zu Gleichaltrigen, verbaler oder körperlicher Ärger Aggression oder Wissen über sexuelles Verhalten, das nicht mit dem Entwicklungsstand vereinbar ist. Schließlich könnte bei kleinen Kindern die Beschäftigung mit den eigenen und fremden Geschlechtsorganen ein Zeichen sein.

Nun geben wir Ihnen einige Tipps, um die Entwicklung von Bewältigungsstrategien zu fördern, die gerade bei Missbrauch hilfreich sind:

1. Schaffen Sie ein Gefühl der Sicherheit: Bieten Sie Kindern Sicherheit und körperliche Berührung, damit sie sich sicher fühlen. Zusätzliches Kuscheln, Umarmen oder Schulterklopfen können helfen, die Ängste zu lindern.
2. Bleiben Sie ruhig: Kinder erwarten von Erwachsenen Trost, daher ist es wichtig, ein ruhiges Verhalten zu bewahren. Vermeiden Sie es, vor Kindern über persönliche Ängste zu sprechen, und achten Sie auf den Tonfall Ihrer Stimme, da Kinder Ängste leicht wahrnehmen.
3. Routinen beibehalten: Routinen sorgen für Stabilität inmitten von Chaos und Veränderungen. Halten Sie regelmäßige Essens- und Schlafenszeiten ein, um Kindern die Gewissheit zu geben, dass sich das Leben wieder normalisieren wird. Auch wenn Sie vorübergehend umziehen, etablieren Sie neue Routinen und halten Sie die Familienregeln ein.
4. Ermutigen Sie unterhaltsame Aktivitäten: Binden Sie Kinder in Aktivitäten ein und spielen Sie mit anderen, um für Ablenkung und ein Gefühl der Normalität zu sorgen.
5. Teilen Sie altersgerechte Informationen auf geistiger Ebene: Besprechen Sie kurz und ehrlich, was mit Kindern passiert ist, und geben Sie ihnen die Möglichkeit, Fragen zu stellen. Passen Sie die Informationen an den Grad Ihres Verständnisses an und vermeiden Sie die Annahme, dass sie sich über dieselben Dinge Sorgen machen wie Erwachsene.
6. Wählen Sie geeignete Zeitpunkte für Gespräche: Suchen Sie nach natürlichen Möglichkeiten, mit Kindern über ihre Gefühle und Erfahrungen zu sprechen.
7. Begrenzen Sie den Kontakt mit der Berichterstattung in den Nachrichten: Insbesondere bei Kleinkindern und Kindern im schulpflichtigen Alter kann ein übermäßiger Kontakt mit beunruhigenden Ereignissen durch Nachrichtenberichte den Eindruck erwecken, dass die Ereignisse andauern. Minimieren Sie ihre Exposition, um einer erhöhten Belastung vorzubeugen.

8. Respektieren Sie individuelle Bewältigungsstile: Kinder kommen möglicherweise anders zurecht, suchen Gesellschaft oder wünschen sich mehr Zeit für sich allein. Bestätigen Sie ihre Gefühle und lassen Sie sie wissen, dass es normal ist, Wut, Schuldgefühle und Traurigkeit zu erleben.
9. Seien Sie ein guter Zuhörer: Nehmen Sie sich die Zeit, die Perspektive Ihres Kindes zu verstehen und etwaige Verwirrungen oder Bedenken anzusprechen. Vermeiden Sie Vorträge und bieten Sie stattdessen Verständnis und Unterstützung.
10. Entspannungstechniken vermitteln: Atemübungen, wie zum Beispiel tiefe Bauchatmung, können Kindern helfen, sich zu beruhigen, wenn Ängste aufkommen. Es kann effektiv sein, sie durch langsame Atemübungen anzuleiten oder visuelle Hilfsmittel zu verwenden.
11. Gefühle bestätigen: Anstatt die Sorgen eines Kindes abzutun, sollten Sie seine Gefühle anerkennen und bestätigen. Vermeiden Sie es, ihnen zu sagen, dass sie sich keine Sorgen machen sollen, denn das könnte dazu führen, dass sie sich schämen oder kritisiert werden.
12. Erwarten Sie fortlaufende Fragen: Aufgrund sich ändernder Umstände können Kinder Fragen haben, die zu unterschiedlichen Zeiten auftauchen. Lassen Sie sie wissen, dass Sie für ein Gespräch zur Verfügung stehen und seien Sie auf Fragen vorbereitet, die unerwartet auftauchen könnten.
13. Vermeiden Sie es, Kinder zu überfordern: Es ist wichtig, Kinder nicht mit übermäßigen Verantwortlichkeiten oder Aufgaben zu überfordern. Geringere Erwartungen an Haushaltspflichten und schulische Anforderungen in dieser Zeit, während sie dennoch in altersgerechte Aufgaben einbezogen werden.
14. Bieten Sie zusätzliche Unterstützung und professionelle Hilfe: Kinder mit besonderen Bedürfnissen benötigen möglicherweise zusätzliche Zeit, Unterstützung und maßgeschneiderte Kommunikationsmethoden. Vereinfachen Sie die Sprache, wiederholen Sie Informationen häufig und nutzen Sie visuelle Hilfsmittel oder alternative Kommunikationsmittel.
15. Passen Sie auf sich auf: Üben Sie Selbstfürsorge, um Ihr Kind effektiv zu unterstützen. Besprechen Sie Ihre Bedenken mit Freunden und Verwandten, überlegen Sie, eine Selbsthilfegruppe zu gründen, pflegen Sie einen gesunden Lebensstil und suchen Sie bei Bedarf professionelle Hilfe auf. Indem Sie auf sich selbst achten, können Sie Ihr Kind in schwierigen Zeiten besser unterstützen.

## Untereinheit 7: Bewältigungsaktivitäten

Um Bewältigungsmaßnahmen umzusetzen, können Sie zunächst die Vorlieben und Interessen des Kindes ermitteln und Ablenkungs- und Entspannungsstrategien anwenden. Beobachten Sie Ihr Kind und erstellen Sie eine Liste dessen, was es mag, damit es sich beruhigt oder sich besser fühlt. Sie können sie nach der Art des Gefühls unterteilen, das das Kind empfindet, z. B. nach Aktivitäten, bei denen es sich traurig, wütend oder ängstlich fühlt. Sie können auch eine Kategorie für die Aktivität festlegen, zum Beispiel körperlich, ablenkend und entspannend. Bedenken Sie, dass Kinder mit geistiger Behinderung normalerweise weniger wirksame Bewältigungsstrategien anwenden. (CGC Janssen, 2002)

Sie können auch versuchen, neue Bewältigungsstrategien zu lehren, die speziell auf die Bewältigung von Gefühlen abzielen, wie zum Beispiel entspannendes Atmen. Sie können die zu unterrichtenden Strategien entsprechend ihren Vorlieben und der oben genannten Liste auswählen. Führen Sie sie schrittweise ein und verwenden Sie Bilder/Fotos, Symbole oder Lernkarten, um ein tieferes Lernen zu fördern.

Denken Sie daran, dass eine gute allgemeine Strategie darin besteht, Bewältigungsstrategien zu lehren, bevor ein Ereignis eintritt, um Werkzeuge bereitzustellen, die dazu beitragen können, das geistige Wohlbefinden zu „erhalten“ und mit verschiedenen Arten von Situationen umzugehen. Sie können die Aktivitäten gemeinsam mit Ihrem Kind umsetzen, sowohl beim Unterrichten als auch beim Einsatz in realen Situationen.

Sie können strukturierte Situationen schaffen, um die Aktivitäten zu lehren (z. B. durch Unterrichten und schrittweises Einfügen in eine Routine) oder natürliche Situationen nutzen, die durch Ereignisse im täglichen Leben entstehen.

Hier sind einige Spiele, die Sie mit Ihrem Kind durchführen können, um es bei der Stressbewältigung zu unterstützen und die Entspannung zu fördern. Sie bieten Kindern konkrete Möglichkeiten, Spannungen abzubauen und ihre Gedanken umzulenken:

- Eine körperliche Bewältigungsstrategie ist das Squeeze-Relax-Spiel, bei dem es um eine progressive Muskelentspannung geht. Den Kindern wird ein weicher und nachgiebiger Gegenstand wie ein Stressball oder Play-Doh gegeben. Sie werden angewiesen, den Gegenstand fest

zusammenzudrücken und ihn dann loszulassen, wobei sie mehrmals abwechselnd zusammendrücken und entspannen. Diese Aktivität hilft Kindern, zwischen Anspannung und Entspannung zu unterscheiden und fördert so ein Gefühl der Ruhe.

- Eine weitere hilfreiche Technik ist die 5-4-3-2-1 Erdungsübung. Diese Übung spricht die Sinne an und ermöglicht es Kindern, ihren Fokus von belastenden Gefühlen abzulenken. Sie werden ermutigt, Folgendes zu identifizieren:
  - fünf Dinge, die sie hören können,
  - vier Dinge, die sie sehen können,
  - drei Dinge, die sie berühren können,
  - zwei Dinge, die sie riechen können,
  - eine Sache, die sie schmecken können.

Durch den aktiven Einsatz ihrer Sinne können Kinder ihre Aufmerksamkeit auf den gegenwärtigen Moment lenken und Ängste abbauen.

- Für Kinder kann das Spiel „Rotes Licht und grünes Licht“ sowohl als Bewältigungsstrategie als auch als unterhaltsame Aktivität dienen. Dieses Spiel hilft dabei, exekutive Fähigkeiten wie Impulskontrolle und das Befolgen von Anweisungen zu entwickeln. Es fördert außerdem das Körperbewusstsein und ermöglicht Kindern, Stress abzubauen durch körperliche Bewegung. Bei dem Spiel wird „grünes Licht“ gerufen, um den Kindern zu signalisieren, zu einer bestimmten Ziellinie zu rennen, und „rotes Licht“, um sie zum Anhalten zu bewegen. Der Zyklus geht weiter, bis sie die Ziellinie erreichen.

Diese Strategien zur körperlichen Bewältigung geben Kindern praktische Werkzeuge an die Hand, um mit Stress umzugehen, Entspannung zu fördern und ihr Wohlbefinden zu verbessern. Durch die Integration dieser Techniken in ihre Routine können Kinder wirksame Bewältigungsmechanismen entwickeln, um mit herausfordernden Emotionen umzugehen.

Sie können auch eine tägliche Routine erstellen, in die Sie regelmäßige Übungen und Aktivitäten zur Stressbewältigung einbauen, z. B. Spaziergänge in der Natur, Entspannungs- und Atemübungen sowie Wärmflaschen, mit denen Sie den Körper beruhigen und Angstzustände und Anspannung abbauen können.

Wir empfehlen zwei einfache und effektive Techniken, die Kindern helfen können, tiefes Atmen zu üben und die Entspannung zu fördern: Ballonatmung und Bauchatmung mit Sitzsacktieren.

### **Die Ballonatem-Übung**

Die Kinder sollen bequem sitzen und so tun, als würden sie einen Ballon aufblasen. Sie legen ihre Hände um ihren Mund und atmen langsam durch die Nase ein und atmen dann langsam durch den Mund aus, wobei sie ihre Hände nach außen bewegen, als würden sie einen Ballon aufblasen.

Der Vorgang wird dreimal wiederholt, wobei die Hände mit jedem Ausatmen schrittweise weiter auseinander bewegt werden, wodurch die Ausdehnung eines Ballons nachgeahmt wird.

Schließlich tun sie so, als würden sie den Ballon zubinden und zusehen, wie er in der Luft davonschwebt. Diese Übung fördert langsames, tiefes Atmen und hilft Kindern, sich auf ihren Atem zu konzentrieren, wodurch ein Gefühl der Ruhe gefördert wird.

### **Die Bauchatmung mit Sitzsack-Tierübung**

Dabei liegen Kinder auf dem Boden und legen sich ein kleines Sitzsacktier auf den Bauch. Sie werden angewiesen, langsam durch die Nase einzusatmen und dabei zu spüren, wie sich das Stofftier hebt, während sich ihr Bauch ausdehnt. Dann atmen sie langsam durch den Mund aus und spüren, wie sich das Tier senkt, während sich ihr Bauch zusammenzieht. Dieser Vorgang wird mindestens dreimal wiederholt. Das Abspielen leiser Musik während des Trainings kann die Entspannung fördern. Durch die Verwendung eines greifbaren Gegenstands wie des Sitzsacktiers können Kinder ihren Atem visualisieren und fühlen, was ihnen dabei hilft, tief zu atmen und ein Gefühl der Entspannung zu erleben.

### **Zusammenfassung**

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Aufklärung über sexuelles Verhalten für Kinder mit Behinderungen ein entscheidender und oft übersehener Aspekt ihrer Gesamtentwicklung ist. Durch die Bereitstellung umfassender und altersgerechter Informationen können wir diese Kinder befähigen, fundierte Entscheidungen zu treffen, sich selbst zu schützen und ein erfülltes Leben zu führen.

Es ist wichtig anzuerkennen, dass Kinder mit Behinderungen das gleiche inhärente Recht haben wie ihre Altersgenossen, mehr über ihren Körper, ihre Beziehungen, ihr Einverständnis und ihre persönlichen Grenzen zu erfahren. Es ist von entscheidender Bedeutung, Sexualerziehungsprogramme auf ihre spezifischen Bedürfnisse und Fähigkeiten zuzuschneiden und dabei ihre kognitiven, physischen und emotionalen Fähigkeiten zu berücksichtigen.



**Co-funded by  
the European Union**

Durch inklusive Sexualerziehung können wir ein gesundes Verständnis von Sexualität fördern, Mythen und Missverständnisse entlarven und ein sicheres und respektvolles Umfeld für Kinder mit Behinderungen schaffen, in dem sie ihre eigene Identität erkunden können. Indem wir Themen wie Grenzen, Einwilligung, Masturbation und reproduktive Gesundheit, LGBTQIA+-Gemeinschaft und Bewältigungsstrategien ansprechen, vermitteln wir ihnen grundlegende Kenntnisse und Fähigkeiten, um ihre Sexualität selbstbewusst und autonom zu steuern. Darüber hinaus ist es von entscheidender Bedeutung, Familienmitglieder, Betreuer, Pädagogen und medizinisches Fachpersonal in den Prozess einzubeziehen. Durch Zusammenarbeit und offene Kommunikation zwischen ihnen kann eine konsistente Kommunikation, Unterstützung und Verstärkung der gewonnenen Erkenntnisse gewährleistet werden, sowohl zu Hause als auch im Bildungsumfeld.

## **Verweise**



Co-funded by  
the European Union

Verhaltensbewältigung <https://dictionary.apa.org/behavioral-coping>

Clatos K, Asare M. Intervention zur Sexualerziehung für Eltern von Kindern mit Behinderungen: Ein Pilottrainingsprogramm. *Bin J Health Stud.* 2016 Jun;31(3):151-162. PMID: 28690386; PMCID: PMC5500202.

Kognitive Bewältigung <https://dictionary.apa.org/cognitive-coping>

Bewältigungsfähigkeiten, die Kindern helfen, mit Stress umzugehen. <https://psychcentral.com/anxiety/coping-skills-for-anxiety>

Tiefenentspannte Atemübungen zur Unterstützung von Kindern mit sensorischer Verarbeitungsstörung und Autismus <https://www.jennyclark.com/3-deep-relaxed-breathing-exercises-to-help-children-with-sensory-processing-disorder-and-autism/> <https://www.oregon.gov/DHS/CHILDREN/FOSTERPARENT/Documents/foster-care-16-ways-safe-space.pdf>

<https://www.learningforjustice.org/magazine/summer-2015/toolkit-for-sex-sexual-orientation-gender-identity-gender-expression>

<https://copingskillsforkids.com/blog/how-to-teach-kids-coping-skills-for-dealing-with-big-feelings>

<https://childmind.org/guide/helping-children-cope-after-a-traumatic-event/>

Janssen CGC (2002), *Herausforderndes Verhalten bei Menschen mit schwerer und tiefgreifender geistiger Behinderung verstehen: ein Stress-Attachment-Modell*, *Journal of Intellectual Disability Research*, Band 46, Ausgabe 6

Masturbation, Autismus und Lernschwierigkeiten: Ein Leitfaden für Eltern und Fachkräfte – Jessica Kingsley Publishers, 2021.

Sakellariou, D. (2012) „Sexualität und Behinderung: Eine Diskussion über die Selbstfürsorge“, *Sexualität und Behinderung* 30

Sexualität und Entwicklungsstörungen: ein Leitfaden für Eltern – <https://www.ontario.ca/document/child-and-parent-research-institute-cpri-sexual-behaviours-team-recommended-resources/sexuality-and-developmental-Behindertenratgeber-Eltern>

Mit Kindern mit kognitiven Behinderungen sprechen – <https://shvic.org.au/for-you/people-with-a-disability/talking-to-children-with-cognitive-disabilities>

Turan JM, Elafros MA, Logie CH, Banik S, Turan B, Crockett KB, Pescosolido B, Murray SM. Herausforderungen und Chancen bei der Untersuchung und Auseinandersetzung mit intersektionaler Stigmatisierung und Gesundheit. *BMC Med.* 15.02.2019;17(1):7. doi: 10.1186/s12916-018-1246-9. PMID: 30764816; PMCID: PMC6376691.