

ZANIST DIPARÊZE!

**BROŞÛRA RAGIHANDINÊ JI BO DÊÛBAV Û ÇAVDÊRAN DERBARÊ
FÊRKIRINA CINSÎ Û PARASTINA LI HEMBERÎ TUNDÛTÛJIYA ZAYENDÎ**

Ev broşûra dêûbavan di çarçoveya projeya "**PRÄVENTION BARRIEREFREI**" (Pêşîlêgirtina Bêberbend) da hatiye amadekirin û armanca rênîşandana bo dêûbav û çavdêrên hemû zarok û xortan e.

Projeya "**PRÄVENTION BARRIEREFREI**" bi alîkariya aborî ya projeya jinan ji aliyê Ofîsa serokwezîrê federal va pêkan bû û ji aliyê Civata Hazissa'yê va bi piştevaniya hin karzanan ji Otrîş, Almanya û Swîsê (Dr.ⁱⁿ Miriam Damrow, Monika Egli-Alge, lic.phil., Dr.ⁱⁿ Martina Kalcher) bi cih hat.



 Bundeskanzleramt

forio | Forensisches Institut
Ostschweiz



Zarok, xort û mezinên cewan ên astengdar, bêşiyar an bi astengiyên zimanî û çandî bi taybet li ber xetera tundûtûjiya cinsî ne.

**Dêûbav û çavdêr dikarin ji bo ewlehiya zarok û xortan alîkar bin:
ev broşûr ji bo piştevaniya ji te hatiye berçavgirtin!**

Hêmanên bingehîn ji bo parastina li hemberî tundûtûjiya cinsî, pêkhatî ji fêrkirina hestbarî û cinsî, fêrkirina derbarê mafên zarokan û mafên kesên astengdar û zanist û derbarê xizmetên şewirîn û piştgiriye ye.

Di rastiyê da em li ser çi tiştî diaxivin?

Têgehên cûr bi cûr ji bo wesifandina cûreyên tundûtûjiya cinsî tîn bikaranîn, ji wan:

- **Neçêbikaranîna cinsî:** Tundûtûjiya cinsî li dijî zarok û kesên bêberevan bi taybet di Mafên cezayê û di zimanê devkî da (ji hêla pisporî va nakokî li ser heye) tê bikaranîn.
- **Tundûtûjiya cinsî:** Kiryarên cinsî berovajî meyl û meraqa cinsî ya kesekî/e din (bi rêya tundûtûjî, gefxwarin, Zext, destwerdan û hwd). Tundûtûjiya cinsî pirranî di atmosfera civakî ya nêzik ji aliyê naskirî/xizm û kesan va pêk tê.
- **Tundûtûjî bi alîgiriya zayendî:** Tundûtûjî an pişkeke din a cinsî, wek mînak derbelêdan li organê cinsî, quncirandina memikan.

Li gorî rewşê, têgehên din wek mînak **koledariya cinsî** tîn bikaranîn.

Tundûtûjiya cinsî bi giştî ji nişkê va dest pê nake. Tundûtûjiya cinsî pêvajoyek e. Bi berçavnegirtina ast û sînorên şerm û leşî va dest pê dike.

Azirandina cinsî: Ev yek di gel cûreyên din ên tundûtûjiya cinsî Ciyawaz e. Azirandina cinsî ji her cûre baldariya cinsî ya nexwestî Ra tê gotin, weke peyv, fît, nêrîn, pelandin û hwd. Ev azirandin pirranî di atmosferên gelemperî an nîv-gelemperî, li Baran, wesayîten veguhestinê, park, hewza avjeniyê û hwd diqewime. Sebebkar pirranî biyanî ne.



- **Binpêkirina ast û sînorên cinsî** dibe ku bi awayê ne-dilxwazî pêk were. Wek mînak, eger sînorên şerm û taybetiya zarokan di dema guhertina pêçek an çavdêriya ji wan were binpêkirin. Stres û kêmbûna demê jî vê xeterê zêdetir dike. Eger sînor were binpêkirin, divê ev babet cidî bên dîtin û derbarê wan were fikirîn da ku di pêşerojê da rê li ber qewimîna wan were girtin. Mafê hemû zarok û xortan e ku rêz li sînorên wan were girtin û bên parastin!
- **Destdirêjiya cinsî** cûreyeke binpêkirina ast û sînorên cinsî ye ku bi awayê qestî û bi plan pêk tê. Li vir bi awayekî haydarane destdirêjî li ast û sînorên şerm û taybetiya zarok û xortan tê kirin. Paşzemîneya vî karî dabînkirina hewcetiyan xwe ye (wek mînak pelandina organê taybetî yê zarokan, pirsîna ji zarokan derbarê raborî û serpêhatiyên wan ên cinsî, temaşekirina zarokan di dema şuştina xwe an guhertina kincan). Eger Zarokan heta niha ev yek tecrube nekiribin ku ast û sînorên wan ên şermê ji aliyê dêûbav û çavdêran va rêz lê were girtin, wê demê destdirêjî û destavêtin ji bo sûcdaran rihettir e!
- **Tundûtûjiya cinsî** pêkhatî ji hemû kiryarên cinsî ye ku bi rêya neçarkirin û tundiyê (destwerdan, gefxwarin, Zext û...) va pêk tên an derheqê hin kesan pêk tên ku nikarin van kiryanan bipejirînin (wek mînak kesên astengdar, kesên ku nikarin li ber xwe bidin û...). Di qanûnê da ev kiryarên şidet û tundiyê wek sûca li dijî cinsiyet û mafê diyarkirina çarenivîsê tên zanîn.

Lîsteyek ji van sûcan di broşûra maf a "**Recht Sexy**" da hatiye raberkirin.

Tu dikarî vê broşûrê bi rêya malpera www.hazissa.at daxîni an jî sipariş bikî.

**Diyar e ku di rewşa binpêkirina ast û sînoran
divê em destwerdanê pêk bînin da ku pêşî
li qewimîna babetên girantir ên tundûtûjîyê
were girtin!**

Loma baldariya li ser şêwaza tevgeriyane di
navbira nêzik û dûr da, ast û sînor û binpêkirina
wan ji temenê biçûk va pêwîst e.

Pirraniya wextan, haletê derbasdar a
berdewam di navbera binpêkirina ast û sînoran,
destdirêjî û tundûtûjîyê heye, ji ber vê yekê ye
ku têderxistina dema qewimîna tundûtûjîyê
pirrî wextan dijwar e.



Tundûtûjiya cinsî li dijî zarokan çî ye?

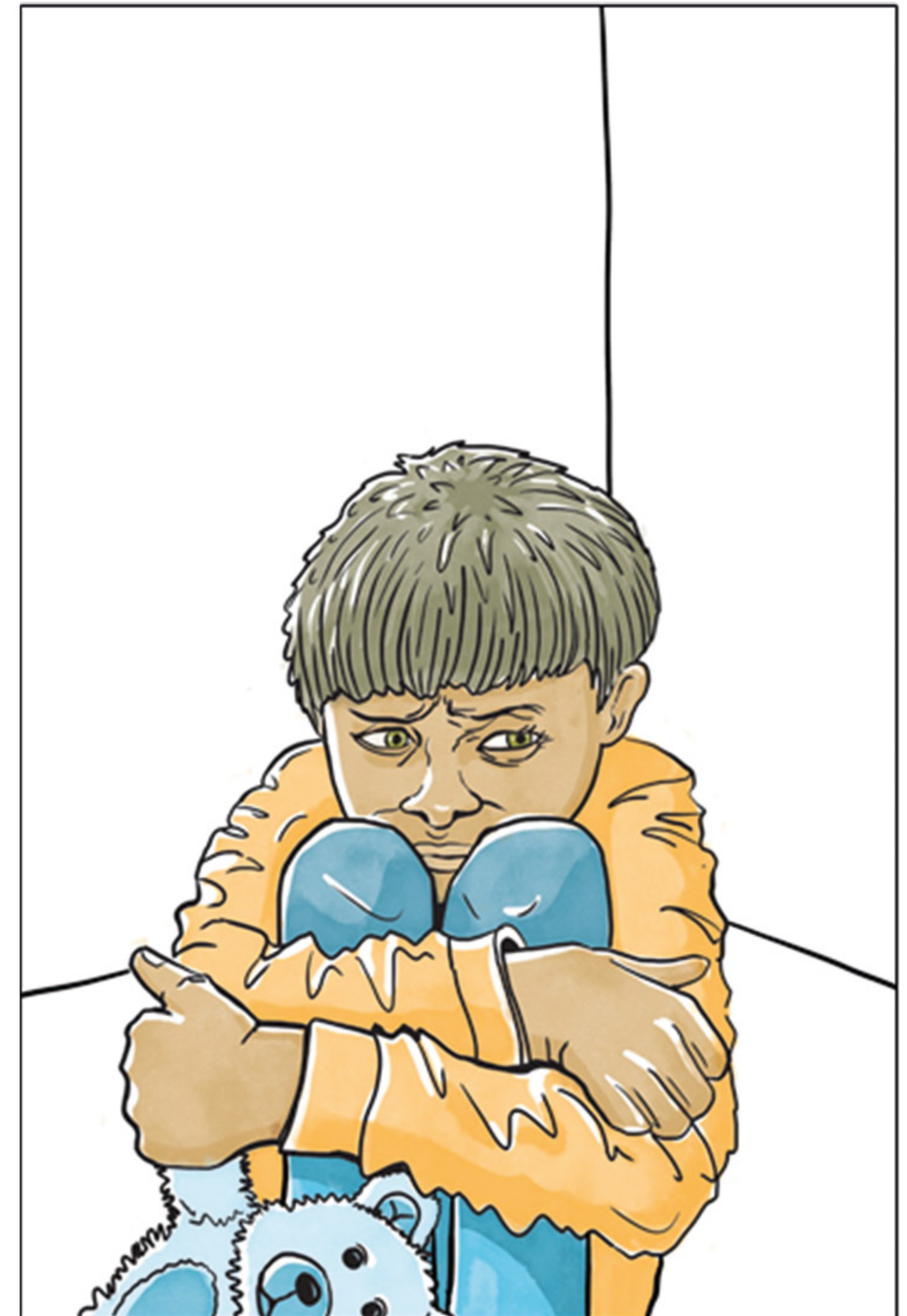
Tundûtûjiya cinsî pêkhatî ji gotin an kiryarên cinsî ye ku li ser zarok/xortan pêk tê. Derdora sedî 95ê sûcdaran çavdêr û kesên pêbawer ji atmosfera civakî ya nêzikî zarok /xort in ku pirraniya wan jî mên in.

Ev yek aşkira nîşan dide ku hişyariyên weke "Bi tu biyaniyekî ra neçe derve!" û "Bi biyaniyan ra neaxive!" ji bo parastina zarokan li hemberî tundûtûjiya cinsî guncav nînin!

Eva ku em kesên biyanî wek kesên bi potensiyel nebaş bibînin û kesên pêbawer pirranî wek baş bisêwirînin, berovajîya wê ye ku lêkolîn û estatîstîka cezayî nîşan didin.

Derdora pênc yekê hemû keçan û heşt yekê hemû kuran tûşî tundûtûjiya cinsî tèn.

Derdora sê duyê kesên ziyandîtî, tundûtûjiya cinsî di heyameke dirêjtir dibînin.



Binpêkirina ast û sînoran, destdirêjî û tundûtûjî pirranî li nav zarok û xortên hevtemen pêk tê.



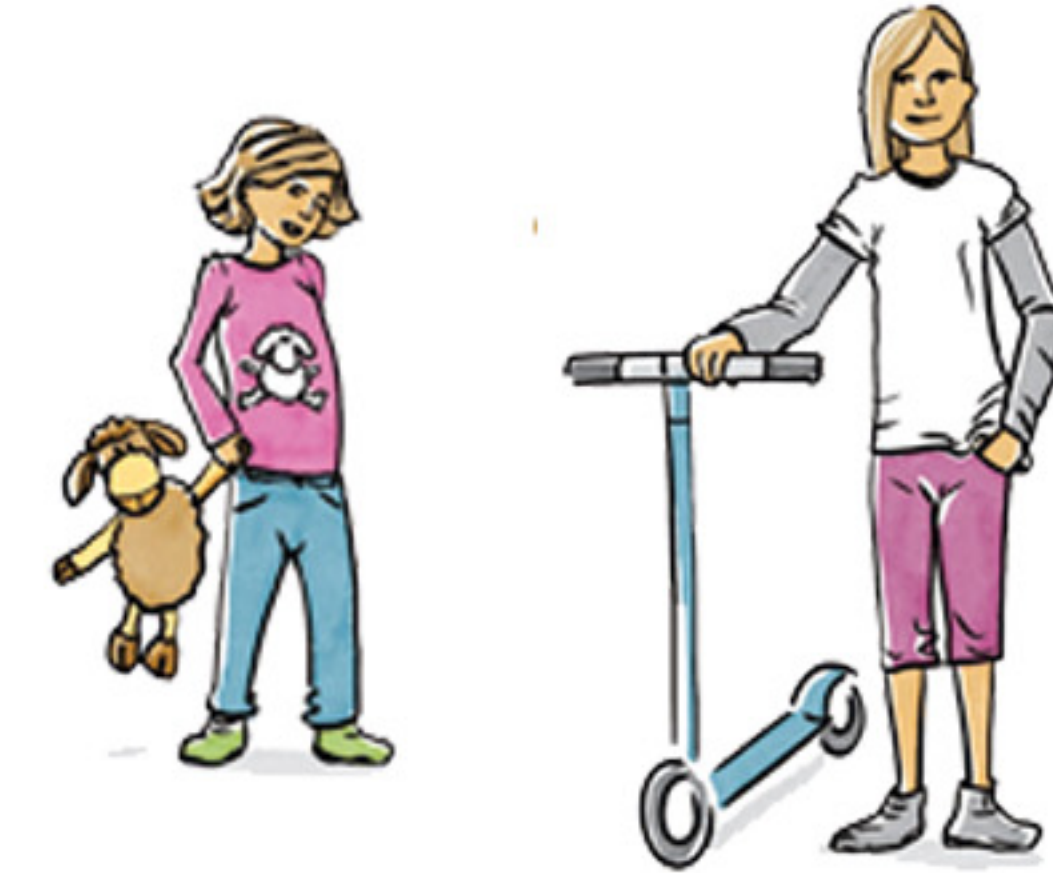
Zarok û xortên astengdar, bêşiyar û bi berbend û bi pênaseya cinsî û zayendî ya ciyawaz ji pîvanên heyî, bi awayekî taybet li ber xetera tundûtûjiya cinsî ne.

Ew her wiha bi taybet li ber vê xeterê ne ku tevgerên destdirêjkerane an tundûtûjiyê ji xwe nîşan bidin!

Ez çawa dikarin zarok û xortan li hemberî tundûtûjiya cinsî biparêzim?

Gelek hokar ji bo parastina zarok û xortan alîkar in:

- Xurtkirin û beşdarkirina zarok û xortan,
- Pêkankirina xwe-kêrhatîbûnê,
- Cihanîna mafên zarokan,
- piştevaniya çalak ji fêrkirina hestbarî û cinsî,
- Raberkirina zanyariyan derbarê cûreyên tundûtûjiyê û derfetên alîkarî, piştgirî û hwd.



Pêşîlgirtin ji tundûtûjiya cinsî nêrînek e ku bi rêzgirtin û nebûna tundûtûjiyê pêk tê û kiryareke yekcarî nîne. Zarok û xort tecrube û ezmûnê bi dest dixin ku di jiyana rojane da çawa bi ast û sînorên wan ên leşî û taybet tîr reftar û miamile tê kirin. Wek mînak di dema rûbirûbûna bi dêûbav, çavdêr, destyar, mamoste û serperestan da.

Xort divê di jiyana xwe ya rojane da bibînin ku maf û sînorên wan tîr berçavgirtin. Ev yek wergirtina alîkariyê di dema bînpêkirina van sînoran xurttir dike.

Mafên zarokan, ku di qanûna bîngêhîn a Otrîşê da û **Konvensiyona mafên kesên astengdar a NY** ku piştevaniya taybet ji zarok û xortên astengdar an bêşiyarên zihnî misoger dike, bîngêha sereke ji bo parastina li hemberî tundûtûjiyê ye.

Hemû kes xwedan maf in!

Bihêzkin û beşdarî

Bihêzkin yanî xurtkirina kesan. Hebûna pişk û parê û beşdariya di biryardanê (Beşdarî) da roleke girîng di vî warê da hene. Beşdariya di biryardanê da û beşdariya di diyarkirina çarenivîsê dibe sebab ku zarok û xort tecrube û ezmûnê bi dest bixin da ku bikarin di avakirin û teşepêdana jiyana xwe da xwedan rol bin (Xwe-kêrhatîbûn). Ev yek dibe sebab ku zarok bihêztir, hayjixwetir û berxwedêrtir bibin (Berxwedêrî).

Beşdarbûna di biryardanê da mafê zarok e! Mafê hemû zarok û xortan e ku beşdarî tevahiya mijarên ku têkildarî wan e bibin û nêrîna xwe raderbirînin.

Xwezayî ye ku derbarê biçûkan hin biryar hene ku divê ji aliyê dêûbavan û di çarçoveya berpirsyariyên perwerdehiyê da bîn dayîn. Wek mînak, derbarê çavdêriyên bijîşkî, fêrkirina neçarî, tenduristî û hwd.

Tevî vêya, li malbat, dibistan û enistîtûyan, hin biryar jî hene ku dikarin bi hev ra bîn dayîn, wek mînak, mijarên têkildarî pêkvejiyan, geşt û gerr an jî xwarinê. Her wiha, babetên ku zarok dikarin derbarê wan da biryar bidin, gelekî girîng in: Di zarokên biçûk da derbarê ramûsandin û pelandin û nazandinê dest pê dike. Li xortan û mezinan bi vî awayî didome ku gelo bi giştî meyl û meraqa wan a danûstandina hestbarî an danîna têkiliyê heye an na û eger heye bi çi kesî ra heye.

Raberkirina zanyariyan:

Mafê hemû kesan heye ku li gorî temen û mezinbûna xwe derbarê hemû mijarên ku têkildarî wan e, zanyariyan wergirin. Ev yek her wiha pêkhatî ji hin zanyariyan derbarê tundûtûjîyê û eva ku eger hewcetî bi piştgiriye hebe, ji ku wergirin e.

Navendên piştgiriye yê girîng ev in:

- Navendên piştevaniya ji zarokan û dozgeriya zarok û xortan
- Navendên şewirînê ji bo kesên astengdar
- Dozgerî ji bo kesên astengdar
- Navendên parastina li hemberî tundûtûjîyê
- Girêdayî bi cihê mayîne, alîkarîgihanên civakî yê berpirs.

Di pêvekê da tu yê navendên din ên serlêdanê bibînî ku dikarî alîkarî û piştgiriye raber bikin.

Têbînî!

Li vê yekê bifikire ku di rewşa ihtimala qewimîna tundûtûjîyê an tecrubeya wê dikarî serdana çî kesan bikî (xizm û kes, çavdêr,...)
û kîjan navendên alîkarîgihan li navçeya te hene!

Fêkirina hestbarî û cinsî

Fêkirina hestbarî û cinsî li gorî mezinbûn û temen, bingeha xebata pêşîgirtina li tundûtûjiya cinsî ye.

Fêkirina hestbarî bi wateya şiyana vegotina hest, xwestek û hewcetiyan xwe ye.

Lê her wiha bi wateya têgihîştin û rêzgirtina li hestên kesên din hevrê di gel baldarî û bi hevdilî ye. Pisportiyên têkiliya bêyî tundûtûjiyê û çareserkirina nakokiyê ji pişkên girîng ên fêkirina hestbarî ne.

Armanca fêkirina giştalî ya cinsî ev e ku zarok, xort û her wiha mezin derbarê leş û meylên xwe yên cinsî zanyariyan bi dest bixin û bikarin derbarê wê biaxivin.

Derbarê zarok û xortên bi astengiyên nasbariyê (kognitiven Einschränkung) divê derfetên taybet û kesane bi zimanekî xwerû an di çarçoveya wêne û tevgeran da bîn raberkirin. Da ku têgihîştineke durist derbarê leşê xwe bi dest bixin. Bi vî awayî vê derfetê bi dest dixin ku eger hesteke wan a nexweş derbarê kesekî heye an berovajiya meyl û daxwaza xwe tî pelandin, ragihînin.



Mafên zarokan

Zarok divê mafên xwe nas bikin.

Mafên zarokan bi awayê beranber derbarê hemû zarokan tên sepandin.

Ji bo parastina li hemberê tundûtûjiyê, mafên zarokan ên xwarê gelekî girîng in:



- Her zarokekî mafê xwe heye ku were parastin û çavdêrîkirin. Rihetiya zarok di asta yekem a girîngiyê da ye.
- Her zarokekî mafê xwe heye ku beşdariya guncan û li gorî temenê xwe bi dest bixe û nêrînên wî/wê bîn berçavgirtin.
- Mafê her zarokekî heye ku derbarê hemû mijarên ku têkildarî wî/wê ne, zanyariyên li gorî mezinbûn û temenê xwe wergire.
- Mafê her zarokekî heye ku terbiyeta bêtê tundûtûjiyê wergire. Her cûre tundûtûjî qedexe ye.
- Her zarokekî astengdar xwedan maf ji bo wergirtina parastin û çavdêriyê ye ku hewcetiyan wî yên taybet berçav bigire. Reftara beranber di hemû warên jiyana rojane da divê were misogerkirin!

Mafên mirov ên cinsî

Mafên mirov ên cinsî bi awayê beranber ji bo hemû kesan tîn sepandin.

Mafên mirov ên cinsî bi taybet ji bo xortan girîng in:

- Mafê azadî û serxwebûna cinsî. Her kesek azad û serbest e ku meyl û daxwazên xwe yê cinsî bêyî tundûtûjî, neçarkirin, istîsmarkirin, birîndarkirin, îşkence an neçêbikaranînê bîne ziman.
- Mafê beranberiya cinsî. Nabe ku tu kesek li gorî cinsiyet, temen, mezheb, alîgiriya cinsî, nexweşiya leşî an derûnî bikeve ber cihêkariyê.
- Mafê lezeta cinsî û derbirîna hestên cinsî. Tu kes nikare lezeta cinsî û mafê hest, evîn, têkilî, pelandin û hwd ji kesekî bistîne.
- Mafê fêrkirina durist a cinsî û fêrkirina giştalî ya cinsî. Her kes xwedan maf e ku fêrkariya cinsî ya baş û çavdêriyên tenduristiya cinsî bi dest bixe.
- Mafê her kesî heye ku bi xwe biryar bide ku gelo dixwaze ku jiyana hevpar pêk anîne an bizewice an na û eger dixwaze bi kê ra.
- Mafê her kesî heye ku bi xwe biryar bide ka gelo dixwaze zarokekî wî/wê hebe an na û eger dixwaze çend zarok.

Nabe ku kesek hewcetiyan xwe yê cinsî li ser yê din bisepîne!

Konvensiyona NY a mafên astengdaran

Lihevkirinameya NY ku di sala 2008an da pêwîstî bi cihanîna wê kete meriyetê, bi navê Konvensiyona NY a mafên astengdaran, bi armanca beşdariya beranber a kesên astengdar û nexweşên derûnî li nav civakê çê bûye. Pênc xalên sereke yên vê lihevkirinê ev in: Pêkanîna agahiyê, Bidestxistina bêberbend, Beşdarî, Kesankirin û Cihêrengî û her wiha Berxwegirtin û atmosferên jiyane. Mafên herî girîng di Konvensiyona mafên kesên astengdar ev in:

- Mafê rêzgirtina li rûmeta gewherî, serxwebûna kesane, di nav da, azadiya biryardanê û serxwebûn bi wateya mafê diyarkirina çarenivîsa xwe.
- Mafê beşdariya tam û bibandor li civakê û eva ku li civakê were berçavgirtin.
- Kesên astengdar jî xwedan mafên beranber têkildarî jiyana malbatî û piştevaniya pêwîst di pêkanîna berpirsyariya xwe wek dêûbav in.
- Mafê rêzgirtina li ciyawaziyên mirovên astengdar an nexweş û pejirandina van kesan wek beşeke cihêrengiya mirovî û mirovayetiye.
- Mafê nebûna Cihêkariye.
- Mafê bidestxistina derfetên beranber.

Fêrkirina cinsî

Fêrkirina cinsî pirrî caran wek bingeha xebata pêşgirtin li tundûtûjiya cinsî tê binavkirin û bi rastî wiha ye! Tenê demekê ku zarok bikarin derbarê daxwazên cinsî yê "asayî" biaxivin, dikarin derbarê tundûtûjiya cinsî jî biaxivin, baweriya xwe bi kesekî ra bînin û li dû wergirtina alîkariyê bin.

Pêşketina derûnî ya cinsî piştî jidayîkbûnê dest pê dibe û heta mezintiyê didome. Girêdayî bi temen û asta mezinbûnê, babet û mijarên cûr bi cûr tîr rabeberkin.

Zarok çî tiştî û di çî demekê da divê bizanin?

Agahkirin di civîneke gotûbêjê da pêk nayê, ku tê da tîkiliya cinsî tê şirovekirin.

Alîgiriyan cinsî wêdatir ji tîkiliya cinsî ye!

Divê hertim derbarê tîkilî, daxwazên cinsî, evîn û hestan were axaftin. Ev mijar Ji temenê biçûkatiyê va girîng in û ji bo temenekî hevrêtî dîkin!



Hemû zarok napirsin:

Heta eger zarok napirsin (nikarin bipirsin), mafê wan heye ku zanyariyên pêbawer derbarê leş, pêvajoyên leşê xwe, daxwazên cinsî û tundûtûjîyê (cinsî) wergirin. Eger heta em bi zarokan ra neaxivin jî, ew hîn dibin: Eva ku meyl û daxwazên cinsî tabû ne û wan tu kesekî bersivdêr di vî warî da tune!

Derbarê tecrube û serpêhatiyên rojane bi axivin (wek mînak dema ku zarokek ji dayîk dibe, ji ku hatiye? An eger zarokê te tampon an kandomek dît û bixwaze bizane ku ew çi ye).

Dêûbav bi bersivên kurt û guncan alîkariya zarokê xwe dikin. Bi vî awayî, zarok dikarin zanista li gorî temenê xwe derbarê mijara meyl û daxwazên cinsî û leşî bi dest bixin.

Ev gotûbêj nabe ku tenê derbarê rastiyan bin. Hest û nirxên weke beranberî, rêzgirtin û nebûna tundûtûjîyê jî girêdayî bi mijara leşî û meylên cinsî ne û divê li ser wan gotûbêj were kirin.



Meyl û daxwazên cinsî yê zarokan li hemberî daxwazên cinsî yê mezinan

Daxwazên cinsî yê zarokan di esas da ciyawaz in di gel daxwazên cinsî yê mezinan!

Hinek bawer in ku daxwazên cinsî tenê taybetî yê mezin e. Lê daxwazên cinsî ji destpêka jidayîkbûnê va îcad dibin û berfirehtir ji têkiliya cinsî ne!

Daxwazên cinsî beşeke pêşketina kesayetê ne ku di tevahiya dirêjahiya jiyânê da berfireh dibe.

Hembêzkin, nazandin û qidqidandin tecrubeyên gelekî hestbarî û bi lezet in. Zarok û xort bi rêya danûstandina bi xwe, dêbav, Çavdêr, mamoste, destyar û hwd ra hîn dibin. Her wiha ew bi rêya dîtî û lîstinê jî hîn dibin. Ew hîn dibin ku dêûbav û mezinên din çawa bi hev ra didin û distînin.

Bi vî awayî ew hîn dibin ku çawa têkiliyê dayînin û çawa evîn, dilovanî û rêzgirtinê bin ziman û diyar bikin. Di dema lîstina bi bûkik û hevalan ra, tiştê ku aniha di mejiyê zarokan da derbas dibe, ron dibe û lîstin dikare ji bo agahkirina hêdî-hêdî ya zarok û bersivdana bo pirsan were bikaranîn.



Daxwazên cinsî yên zarokan di esas da ciyawaz in di gel daxwazên cinsî yên mezinan!

Di daxwazên cinsî yên zarokan da ("Lîstina Dixtor", "Lîstikên Dêûbav-zarok", Lîstikên Leşî) mijar derbarê têkiliyê an razîbûnê nîne, belkî zêdetir derbarê têkilî û hînbûna civakî ye. Zarok meraq dikin û dixwazin leşê xwe û leşê Hevtemenên xwe lêkolîn û seh bikin.

Derbasbûna bo meyl û daxwazên cinsî yên mezinan hêdî-hêdî di heyama Bilûx û gihîştina cinsî (Bilûx) da diqewime. Ji vê dem û pê va xort dikarin Meyl û daxwazên cinsî yên mezinan tê bigihêjin û bi agahî di tûş an li dijî wan biryar bidin!

Li Otrîşê ev niqte di temenê 14 saletiyê da tê bidestxistin. Ji wê demê û pê va, "Meyl û daxwazên cinsî yên mezinan" di gel kesên din, ku ew jî divê têra xwe mezin bûbin, rêpêdayî ye.



Ez û fêrkariya cinsî ...

Fêrkirina cinsî têkiliyeke xurt bi raboriya kesî ra heye:

Şêwaza tevgeriyan û danûstandina digel meyl û daxwazên cinsî li malbata te (wek mînak bi rûtbûn, nazandin, evîn, diloanî) çawa bûye? Te çawa fêrkariya cinsî û agahkirin li malê û dibistanê wergirtiye? Tu li ser van mijaran bi kê ra axiviye? Sêwirandin û zihniyeta te derbarê mêrantî, jinantî, cihêrengî, evîn û têkiliyê çi ye? Ji bilî malbatê, pîverên çandî, mezhebî û civakî jî xwedan rol in. Her cûere diyarkirina meyl û daxwazên cinsî di her civakekê da rêpêdayî nîne an jî nayê tehemilkirin. Pîver, ast û sînor û sêwirînên cûr bi cûr jî dikarin potensiyela pevçûnê bi xwe ra bînin!

Tecrube û ezmûnên me li ser tiştê ku em dikarin derbarê wê bi axivîn an tiştê ku em wek nebaş û nehêja dizanin, bandor bikin. Eger tu nêrîn û alîgiriyan xwe derbarê meyl û daxwazên cinsî nas bikî û derbarê wê bifikirî, dikarî bi awayekî guncantir derbarê wê bi zarok, xort û mezinên cewan ra bi axivî.

Ast û sînorên karî û pêşeyî jî xwedan rol û bandor in û divê werin famkirin û derbarê wan were fikirîn.

Bala xwe bide ser ast û sînoran! Dêbav û çavdêr jî xwedan ast û sînor in û naxwazin (nabe!) ku hemû tiştan di gel zarok, xort û kesên di bin çavdêriya xwe da parve bikin.

Zarokxane, dibistan, klûba werzîşê û her wekî din:

Şêwaza rûbirûbûnê bi nêzikahî û dûrahiyê, taybetmendiyên leşî û meyl û daxwazên cinsî di hemû navendên ku di wan da zarok an xort di bin çavdêrî, hevrêtî, fêrkariyê da ne an li wir dimînin, xwedan rol û bandor in.

Çi pişk û para navendan dikare hebe?

- Nêrîna erênî, amadetiya ji bo pejirandin û danûstandina derbarê meyl û daxwazên cinsî û fêrkirina ' cinsî li navendê bi dêûbav û qeyîmê qanûnî.
- Rêzik û qanûnên çawaniya rûbirûbûna bi hevûdu ra û daxwazên cinsî yên zarokan ("Lîstina Dixtor", Lîstikên leşî û her wekî din) ku li gorî temen di koman da hene.
- Rûbirûbûna bi rêzdarî û hevrê digel fikir derbarê ast û sînorên zarokan (ast û sînorên leşî, sînorên taybet (xusûsî), sînorên pêşeyî,...), mînak: Rêziknameya tevgerê!



- Bicîhkirina mijarên daxwaza cinsî û parastina li hemberî. Tundûtûjiya cinsî di têgehên fêrkariyê û di heyama fêrbûna kar û perwerdehiya bilind da.
- Îcadkirina têgeheke parastina li hemberî tundûtûjiyê ji bo navendê.

Rê bide navendên pisporî yên derveyî ji bo parastina zarok û xortan û pêşgirtinê da ku hevrêtiya te di îcadkirina têgehên parastina li hemberî tundûtûjiyê bikin!

Çi tişteke "asayî" ye?

Pêşketina zarok a cinsî di temenê 0-6 saletiyê da

Keşkirina leş û hestan, sehkirin û naskirina hevûdu

Zarok...

- xwe û hawîrdora xwe bi hemû hestan keşf dikin.
- leşê xwe seh dikin û pê dilîzin, ew gelekî cinsiyeta xwe meraq dikin
- tê digihêjin ku leşên cûr bi cûr hene.
- xwestek û sêwirandinên xwe berfireh dikin û dixwazin ku wan bi cî bînin (qonaxa serxwebûnê).
- dixwazin biryarên xwe yê herî pêşîn bidin.
- hestên bihêz tecrube dikin: Evîn, şahî, şerm, hêrs, zikreşî û her wekî din.
- Leşê zarokên din meraq dikin: "Lîstina Dixtor", Lîstikên leşî, "Lîstikên Dêûabv-zarok" tên temrînkirin û lîstin.
- qanûn û rêzikên daxwazên cinsî yê zarokan nas dikin ("Çi tişteke baş e, çi ne baş e).
- rol û cîgehên cûr bi cûr diceribînin.
- bi lezet digel leşê xwe tev digerin û wî nîşan didin.
- hesta şerm û ast û sînorên taybetî û xusûsî di wan da pêk tê.
- derbarê leşê xwe, xwe û pêvajoyên leşî zanyariyan bi dest dixin.



Ez çawa dikarin ji pêşketina zarokê xwe yê 0-6 salî piştgirî bikim?

- Hin lîstikan ji bo hemû hestan raber bike, wek mînak lîstina bi av an hiriyê, lîstika bin hêlekanê, reqisîn, bazdan, pelandin (nazandin) û her wekî din.
- Hêskirin û hevrêti di lîstikên ku rol tê da tê lîstin, "Lîstikên Dêbav-zarok", lîstikên lixwekirina kincan, nîşandana rol û îdealên xwe yê cinsiyetî.
- Bilêvkirina navê hemû beşên leşî, ji wan organên zayendî, wek mînak. Di dema guhertina pêçekê, çûyîna nav hemamê û lixwekirina kincan. Her wiha di şêwazên têkiliyên yê tamamker û dewsgir, sembol û peyvên têkildarî hemû beşên leşî bide ber dest!
- Pelandina leşî û pelandina organê xwe yê cinsî (zayendî) qedexe neke. Tevî vêya, qanûn û atmosfereke ewleh ji bo wê yekê pêk bîne (wek mînak di odeya xwe ya kesane da).
- Dabînkirina derfeta têgihîştina leşî ya tam û giştalî. Demekê ji bo zarokan terxan bike da ku ew bikarin di ewlehiyê da "Rûtbûnê" tecrube bikin. Wek mînak, demên "Bê-pêçek" dabîn bike, dema ku zarok ji bo bê-haybûnê tî dermankirin.
- Haydarkirin bi bikaranîna pirtûkên bi wêne û kelûpelan. Di şêwazên têkiliyên yê tamamker û dewsgir da, sembol û peyvên têkildarî daxwazên cinsî yê li gorî temenê radest bike.
- Pirsan cidî bibîne û bersiva wan bide ("Kêşeyek tune eger tiştekî ji min bipirsî. Eger ez tiştekî nezanim, ez ê agahiyan wergirim"!)
- Şêwaza şûştin û miqatebûna ji leşî şirove bike. Di dema miqatebûnê da pelandinê ragihîne û tiştê ku pêk tê, bi lêv bike.

- Rêzê li xwestek û ast û sînorên zarok bigire, heta eger nekarî hemû çaverêtiyên zarokan dabîn bikî.
- Tevger û reftara zarok a cinsî qedexe neke, tecrubeyên guncan li gorî temen ji bo pêşketina kesayetê girîng in. Hin kêliyan pêk bîne ku zarok bikarin li nav koma xwe bin! Hin qanûn û sînoran (qanûn û rêzîkn ji bo "Lîstina Dixtor") tayîn bike.
- Bi aramî û bi vebirî bertek nîşanî handan û gotinên dijûn û sixêfan bide. Derbarê hestê ku ew pêk tînin, biaxive. Ji zarokan ra bibêje ku çaverêtî ji hemûyan heye ku rêz bigirin.
- Hestan cidî bibîne, li hemberî serhildanên hestbarî bila sebir û hedara te hebe, vegotina (zimanî ya) hestan, her wiha di şêwazên têkilîdanîne yê tamamker û dewsgir vebijêre.
- Bikaranîna li gorî temen û bi sînardariya demî ya medyayên dijîtal – Bikaranîna medyayan di şêwazên têkilîdanîne yê tamamker û dewsgir, li gorî pêşketin, cihêrengî û ewleh darêje! **Medyayên dijîtal (televîzyon, komputer, telefona destan û her wekî din) ji bo zarokên bin 3 salî zianbar in!**

Danûstandinên fîzîkî beşeke mezinbûna zarokan a xwezayî ye.

Hema wisa ku zarok ciyawaz in, tevgerên wan ên cinsî jî ciyawaz in.

- Bereyeke berfireh a tevgerên cinsî yê serdema zarokatiyê hene ku wateyeke ciyawaz ji daxwaz û meylên cinsî yê mezinan hene.
- Piraniya zarokan di tevahiya komên temenî da, di gel zarokên hevtemen danûstandina "Fîzîkî/cinsî" ("Lîstikên Dixtor, leşî, keşfîkirin") pêk tînin, ku di hemû komên temenî bi taybet di temenê 3 saletî. - Û 4 saletiyê da tê dîtin.
- Ji temenê pêş-dibistaniyê va (pêşketina hesta şermê, haydarî ji qanûnên civakî) dibe sebeba veguhezîna meraqkirin/çalakiyan leşî bo atmosfera taybet/odeyê.

Meyl û daxwazên cinsî yên zarokan di esas da ciyawaz in digel daxwazên cinsî yên mezinan – Têkiliya cinsî beşeke daxwazên cinsî yên zarokan nîne!
Pêkanîna daxwazên cinsî yên mezinan ji serdema gihîştina cinsî (Bilûx) va têkildar e û ji 14 saletiyê va bi awayê qanûnî rêpêdayî ye ("Temenê cinsî yê qanûnî").



Qanûneke zelal û ron ji bo "Lîstina Dixtor" heye!

"Lîstina Dixtor" beşeke pêşketina derûnî-cinsî ye û ji serdema biçûkatiya zarok va dest pê dike.

Weke lîstikên din, hin rêzik hene:

- Tu kes nabe ku were neçarkirin.
- Nabe ku ziyar li kesekî keve. Tu alavek nabe ku di kunên leşî (kunê qûnê, vajîna, poz, guh, dev) da were têkirin.

- Lîstikên "Lîstina Dixtor" "taybet û xusûsî" ne û "Gelemerî" nînin. Divê ast û sînorê şermê yê hemû kesên beşdar (ji wan bîner û kesên din!) were berçavgirtin û rêz lê were girtin.
- Zarok divê hema bêje hevtemen bin (heta derdora 2 sal navbira temen).
- Pêkanîna meyl û daxwazên cinsî yên mezinan ayîdî "Lîstina Dixtor" a zarokan nîne!
- Berçavgirtina Paqijiyê: Şûştina destan ji bîr neke!
- Eger qanûn û rêzîkên "Lîstina Dixtor" neyên berçavgirtin, kesên mezin divê destwerdanê pêk bînin.

Zarok divê bizanin ku mafê wan heye alîkariyê wergirin.

Kengî divê yên mezin destwerdanê pêk bînin?

Eger...

- Zarok di "Lîstina Dixtor" da bi zarokên bihêztir an lawaztir dikevin pevçûnê.
- Zarok hewil didin ku kesên din qanih an neçar bikin ku "Lîstina Dixtor" pêk bînin.
- Zarok zîyan û zerarê digihînin xwe an kesên din.
- Zarok zext û guvaşeke nihênî pêk tînin.
- Zarok kesên din han didin ku beşarî meyl û daxwazên cinsî yên mezinan bibin.

Em tundûtûjîyê tehemil nakin! Derbarê wê biaxive!

Divê aşkira be ku tundûtûjî (wek mînak tundûtûjîya fîzîkî, tundûtûjîya cinsî, tundûtûjîya rûhî (derûnî) weke belavkirina gotegotan, bêrêziya li kesekî, tecrîdkirina kesên din û her wekî din) dê neyê tehemilkirin. Bilez tundûtûjîyê li nav zarokan rawestîne û helwêst nîşan bide!

Derbaskirina ast û sînoran (wek mînak mêzekirina li bin dawînê, destlêdan, henekên cinsî an bêrêzî) mijûlatî an lîstikeke bêziyan nîne!

Zarok divê hîn bibin ku tevgereke şidetbar
baş nîne – Pisportiyên têkiliyê û
çareserkirina kêşeyê temrîn bike!

Peyam ev e:

„Destdirêjî û tundûtûjî li vir qedexe ye!“





Der Neinrich
Edith Schreiber-Wicke
© 2002 Thienemann



Sina und Tim
Ursula Enders, Ilka Villier
© 2019 Zartbitter

Erbsenklein Melonengroß
Cornelia Lindner,
Verena Tschernjak
© 2021 Achse



**Wir können was,
was ihr nicht könnt**
Ursula Enders,
Dorothee Wolters
© 2020 Mebes&Noack



Pêşketina cinsî ya zarok di temenê 6-10 saletiyê da

Hest û leş di halê guherînê

- Ast û sînorên şermê çê dibin, hewcetî bi herêma kesane (qada xusûsî) zêdetir dibe.
- Rolên cinsiyetî tên ceribandin, mînak tên ceribandin.
- Hêz û şiyarî tê hîskirin.
- Pêwendiyên dostane û civakî bi taybet li nav komên hevzayend pêk tînin û girîngiya wan her ku diçe zêdetir dibe.
- Yekem nîşaneyên Bilûxa berwext tînin xuyakirin.
- Dilbijîn û evîndarbûna pêşîn pêk tînin.



Ez çawa dikarin ji pêşketina zarokê xwe yê 6-10 salî ra bibim alîkar?

- Xurtkirina pisportiyên civakî weke baldarî û berdilçûn (hevdilbûn).
- Destûra serxwebûnê bide.
- Derbirrîna hest, hewcetyan teşwîq bike.
- Serhildanên hestbariyê yê "Berîya Bilûxê" dadwerî neke. Li ser hemdê xwe be, ast û sînoran tayîn bike û pesna tevgerên erênî bide.
- Agahkirina guncan ji bo zarok li derveyî dibistanê jî rewac bide.
- Rolên cinsiyetê bi awayê rexnebar bide ber pirsê. Ji kesayeta zarok ra bibe alîkar.
- Derbarê pêşketin û guherînên pêkhatî di leşî da pê ra biaxive. Zarok jî bo Bilûxê amade bike.
- Nakokiya gengaz a navbera pêşketina leşî û zihnî – zarok carinan ji ber meyl û meraqa xwe vedibijêrin ku bi zarokên biçûktir ra bilîzin. Bi taybet tevgera lîstika cinsî bi başî hevrêtî bike. Tevgerên destdirêjkirinê rawestîne, ast û sînor û qanûnên taybet tayîn bike.

Her zarokek taybet e û bi leza xwe ya taybet bi pêş dikeve. Ji ber vê yekê ye ku pêşketina cinsî ji bo her zarokê yeksan nîne! Ev pêşketin pêvajoyek ji de ma jidayîkbûnê heta mezintiyê ye.



Von wegen Bienchen und Blümchen!

Carsten Müller, Sarah Siegl

© 2021 Edition Michael Fischer/EMF Verlag

Klär mich auf

Katharina der Gathen

© 2021 Klett Kinderbuch



Mädchen, Junge, Kind

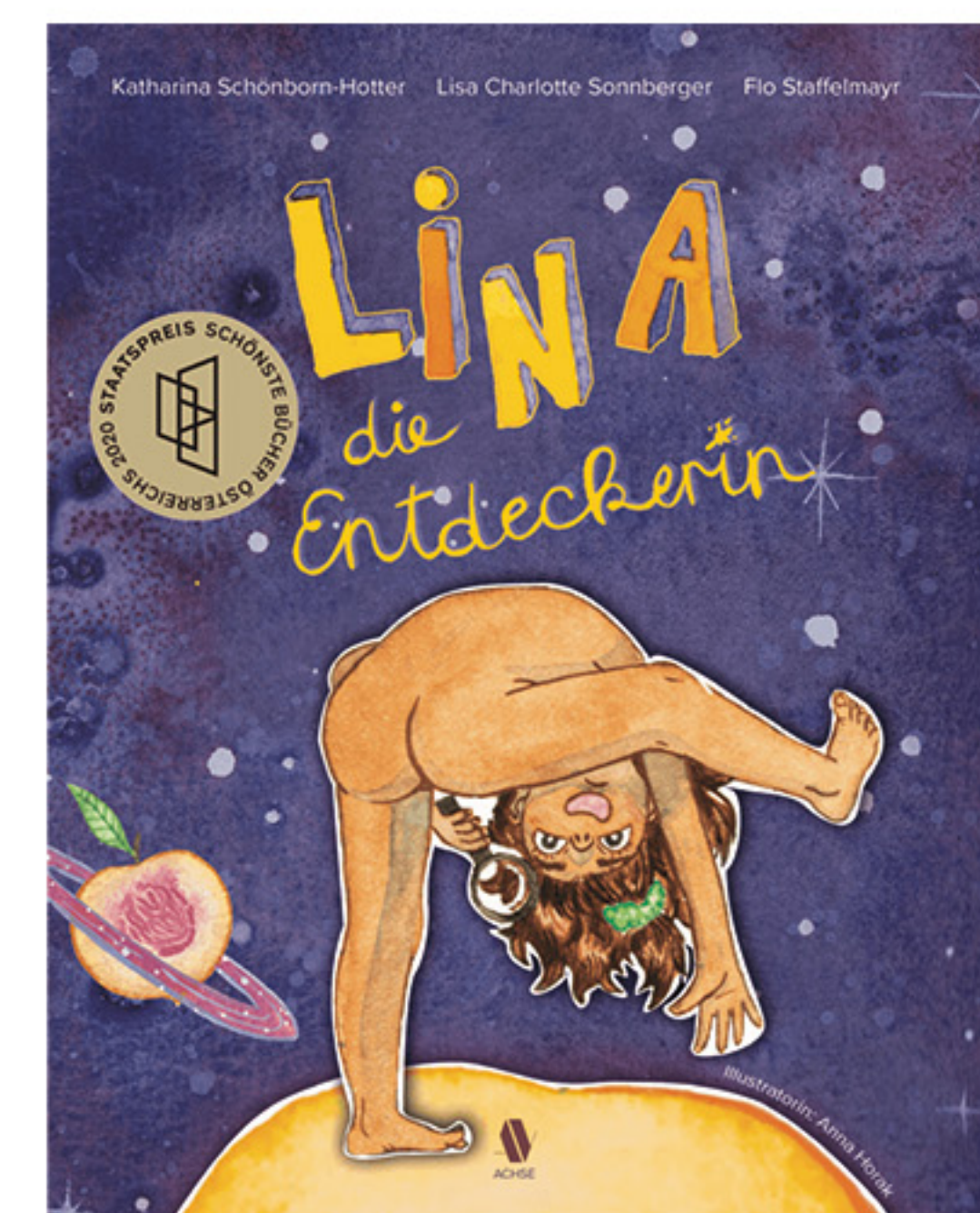
Daniela Thörner

© 2021 Familiar Faces

Lina, die Entdeckerin

Schönborn-Hotter, Sonnberger & Staffelmayr

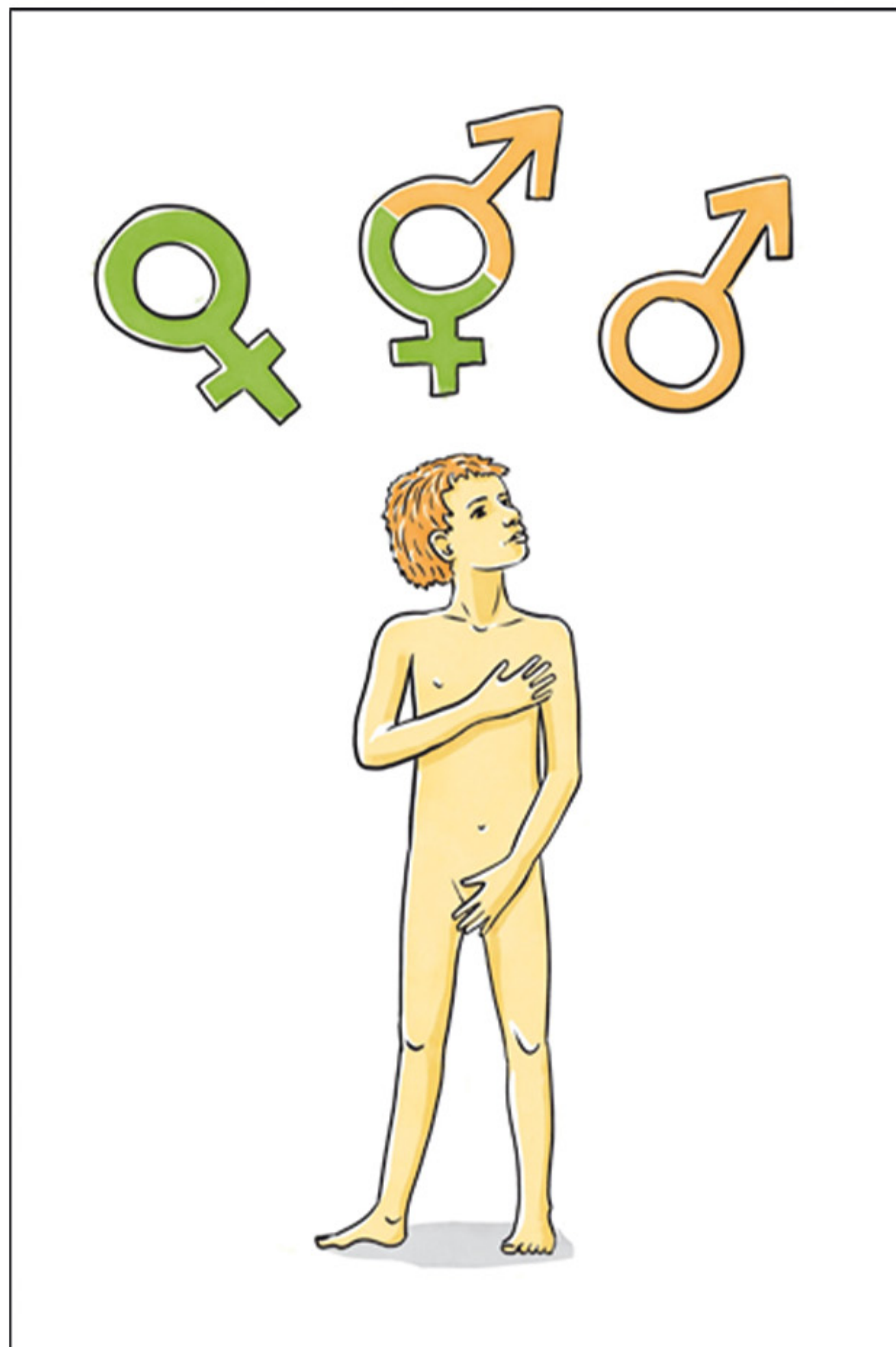
© 2020 Achse Verlag



Pêşketina cinsî di xortên 10-14 salî da

Destpêbûna bilûxa pêşwext

- Guherînên leşî, nasbarî û hestbarî yê berbiçav.
- Pêwendiyên civakî û xelesa hevalan zêdetir girîng dibe.
- Parastina qada kesane (heta li malbatê) zêdetir girîng dibe.



- Rolên civakî, alîgiryên cinsî û pênaseyên cinsiyetî tî ceribandî û dikevin ber pirsê.
- Zêdebûna eleqeya li daxwazên cinsî yê mezînan derbarê mijarên weke pêşgirtin li ducanîbûnê, xebatên leşî, tenduristî, têkilî, ducanîbûn, daxwazên cinsî, evîn û her wekî din.
- Dibe ku keç peryoda xwe ya herî pêşîn bibînin. Xelek hema bêje hîn ne rêkûpêk in.
- Yekem hatina avika kuran di şevê da.
- Zêdebûna eleqeya li xwexweşkirinê/masturbasiyon.

Balkêşbûna mijara Pornê!

Porn ji bo xortên bin 18 salî qedexe ye!

Ez çawa dikarim ji pêşketina zarokê xwe yê 10-14 salî ra bibim alîkar?

- Bidestxistina zanyariyên durist (pirtûk û babetên alîkar) dabîn bike.
- Hin pêşniyazan ji bo gotûbêjê eyar bike, wek mînak derbarê
 - têkiliyên durist: Hevtêgihîştin di têkiliyan da, têkiliya bêyî tundûtûjîyê û çareserkirina nakokiyê û her wekî din.
 - Rolên cinsiyetî û cihêrengî: Nimûne û alîgiriyan xwe derbarê cihêrengiya cinsiyetî bixe ber pirsê.
 - Guherîn di serdema Bilûxê da: Leş, têkilî û meyl û eleqe çawa diguherin?
- Derbarê pêşketina leşî, nasbarî û hestbariya zarokê xwe hestyar be – Xwe ji biçûkkirin, qerf û tinaz û berçavnegirtina qada kesane (herêma xusûsî) dûr bike.
- Eger pêşketina şiyane leşî û nasbariyê gelekî ciyawaz bin:
 - Pêvajoyên leşî bi awayekî şirove bike ku guncan li gorî asta pêşketinê be. Dubarekirin girîng e!
 - Hewcetiyan pêşketina hestbarî bi pêşniyazên guncan li gorî pêşketinê hevrê bike.
 - Rê bide bila bi rêya lîstina rolê, rolên civakî bînin ceribandin. Rewşê ji bo beşdariya di biryardanê da amade bike.
 - Di çavdêriyê da bala xwe bide ser herêma xusûsî (qada kesane) û ast û sînorên şermê!

Amadekirin ji bo daxwazên cinsî yê mezinan bi parastina berpirsyarî û serxwebûnê:

Her çiqasî zarok haydar û agah bin, "Yekemîn Carê" derengtir tecdrube dikin, loma ihtimaleke mezintir heye ku şewazên pêşgirtinê bi kar binin û xwe li hemberî nexweşiyên têkiliya cinsî biparêzin.

Derbarê pêşniyazên fêkirina cinsî, wek mînak di kanala fêkirina cinsî da Steiermark (www.netzwerk-sexuelle-bildung-steiermark.at) agahiyan bi dest bixe.

Temenê qanûnî yê Bilûxa cinsî li Otrîşê

Ji temenê 14 saletiyê va, xort gihîştine "Bilûxa Cinsî". Ev tê vê wateyê ku ew dikarin bi xwe biryar bidin ku gelo û bi çi kesî ra çalakiya cinsî pêk binin an na. Helbet tenê di rewşekê da ku gişt gihîştibin temenê pêwîst û bipejirînin! Eger yek ji du kesan tenê 13 sal temenê wê/wî be, kesên din nabe ku zêdetir ji 3 salan jê mezintir be (yanî herî pirr 16 sal).

Temenê berpirsyariya cezayî

Xort ji temenê 14 saletiyê va xwedan "Temenê berpirsyariya cezayî" an jî "Qabiliyeta pêkanîna sûcê" ne. Ev tê vê wateyê ku ew dikarin ji bo kiryarên sûcdariyê ji hêla mafên cezayê va werin şopandin. Çi bînpêkirina îdarî û rêveberî (wek mînak berçavnegirtina qanûna parastina xortan) û çi bînpêkirina qanûnê cezayî (wek mînak neçarkirina cinsî, ziyana leşî û her wekî din) – Xort ji temenê 14 saletiyê va berpirsê kiryarên xwe ne!

Bikaranîna haydarane ya telefona destan, komputera kesane û her wekî din!

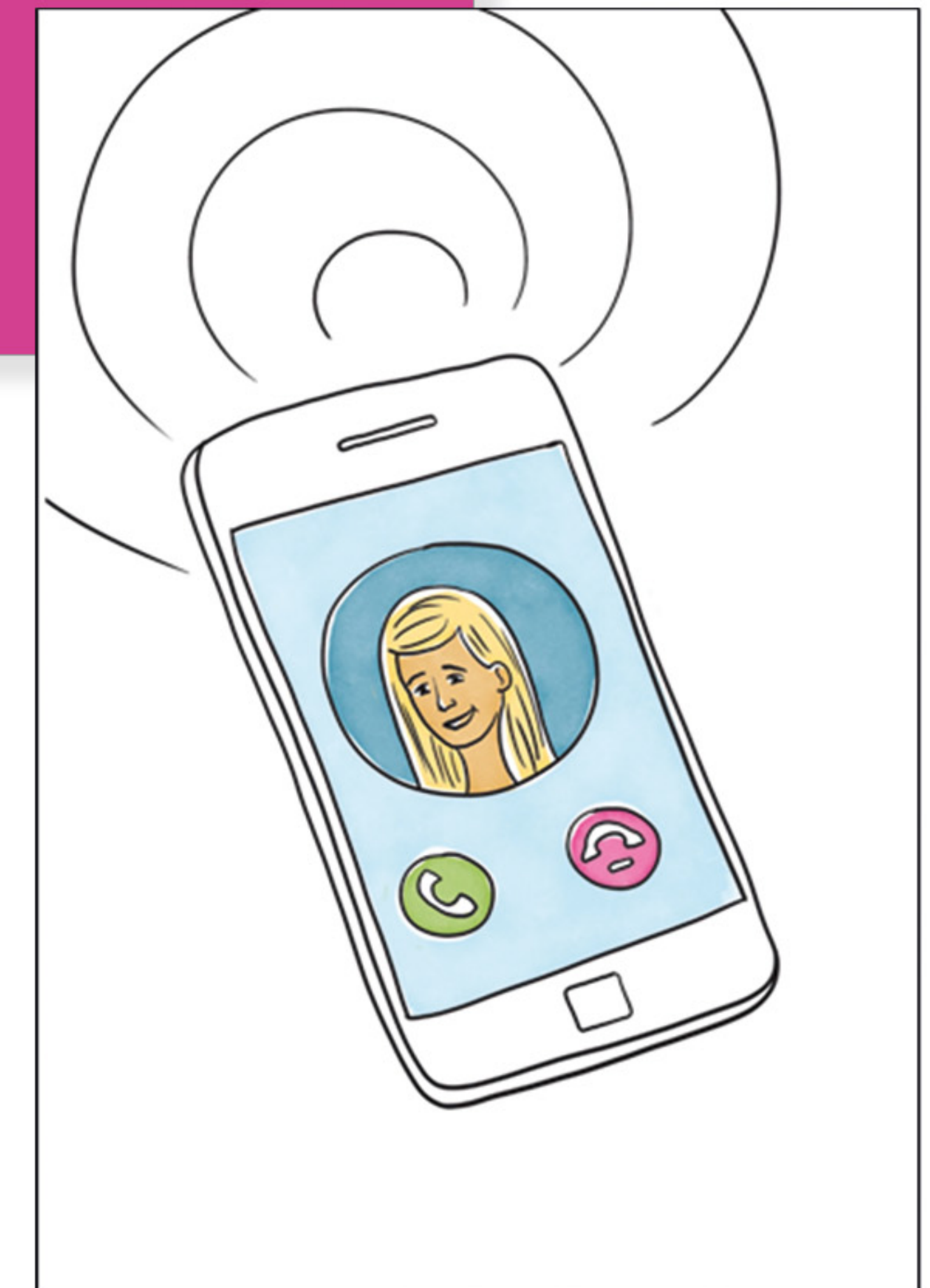
Zarok û xort medyayên cûr bi cûr ên dijîtal bi kar tînin. Înternet bi awayekî taybet gelek derfetan raber dike, lê gelek xeterên wê jî hene. **Lê divê mirov hîn bibe ku çawa wê bi kar bîne!**

Yên mezin berpîrsê parastina zarokên xwe li hemberî hin naverokan in ku ji bo temenê wan baş nînin. Pornografî (nîşandana kiryarên cinsî) û nîşandana tundûtûjiyê dikare zîyan û zerarê li pêşketina derûnî-cinsî ya zarokan xîne. Ew sêwirînên derbarê daxwazên cinsî diguherînin û dikarin tundûtûjiya cinsî berbelav bikin.

Kesên bin temenê qanûnî (bin 18 salî) nikarin babetên porn bibînin, daxînin an bişînin!

Bala xwe bide ser tiştên ku zarokên te dibînin û dibihîzin. Pisportiyên medyayî bi dest bixe û raberî wan bike! Bi zarokan ra derbarê naverokên ku ew mijûlî wan in biaxive.

Li malpera www.saferinternet.at tu yê têbînî û piştevanîyê ji bo zarok, xort û dêûbavan derbarê çawaniya bikaranîna ewleh a medyayên dijîtal bibînî.



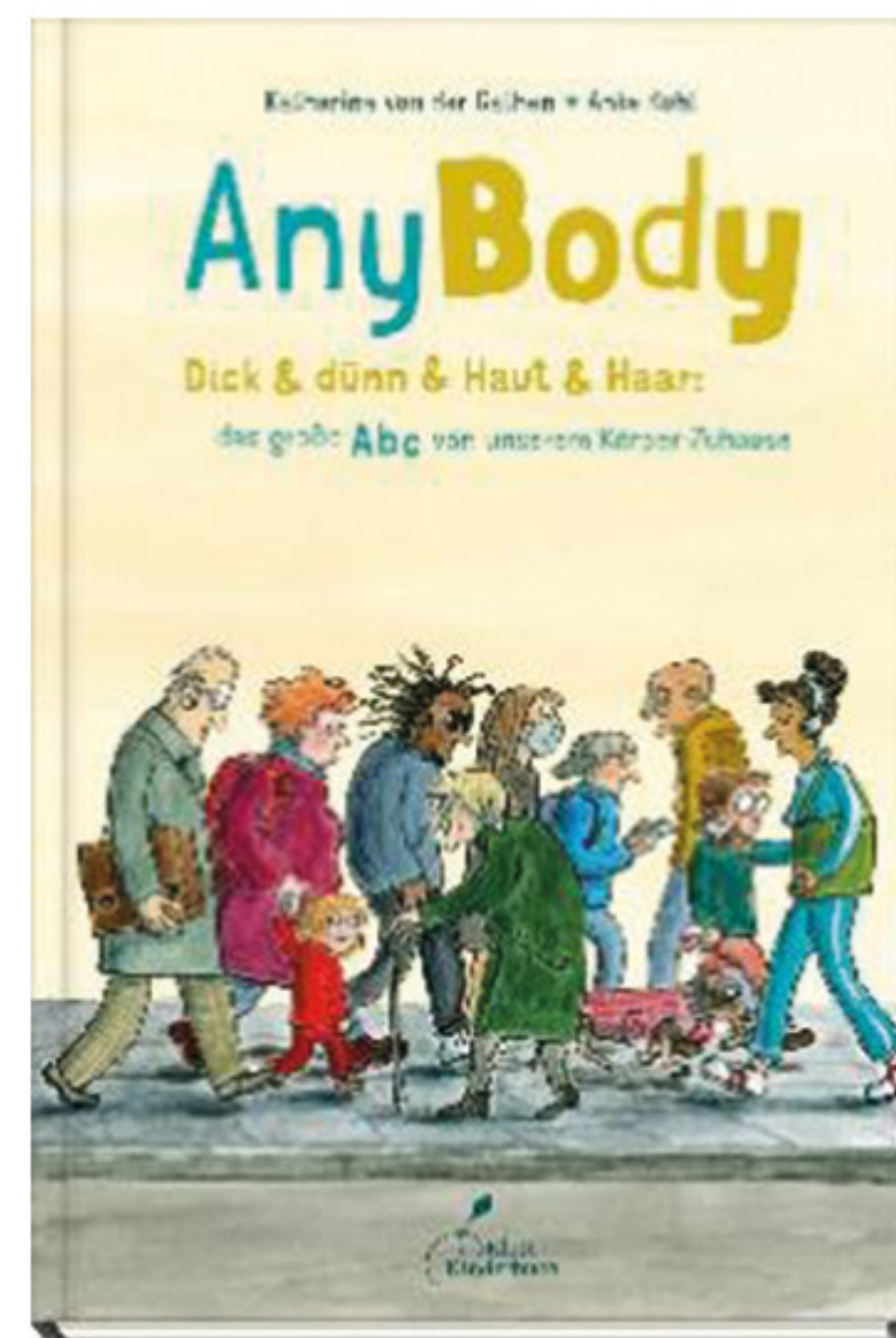


Sei ein ganzer Kerl
Jessica Sanders
© 2020 Zuckersüß Verlag



Schamlos schön
Nina Brochmann,
Ellen Støkken Dahl
© 2020 Dressler

AnyBody
Katharina von der Gathen,
Anke Kuhl
© 2021 Klett Kinderbuch



Wie ist das mit der Liebe?
Sanderijn van der Doef
© 2012 Loewe



Pêşketina cinsî di xortên 14-18 salî da

Xort di nîveka Bilûxê da ne. Leş diguhere û dibe leşê kesekî mezin. Bilûxa keçan pirrî caran hinekî zûtir dest pê dike.

- Bilûxa cinsî di asta xwe ya herî bilind da ye.
- Deng ducûre dibe, pirranî di kuran da.
- Zêdebûna şînbna por û pirç di leşî da, wek mînak li bin çengan. Pirranî di kuran da û her wiha li ser rû.
- Xelek rêkûpêktir dibin.
- Zêdebûna meyla li têkiliyên cinsî (evîna xortaniyê).
- Pirrî caran derketina pirzikan li ser rû û piştê ji ber guherînên hormonî.
- Xort pirraniya zanyariyan ji Înternetê an ji komên hevtemenê xwe werdigirin.
- Dêûbav wek çavkaniyan zanyariyan dikevin paş-zemîneyê. Ji bo parastina xortan li hemberî naverokên ku dikarin ziyan û zerarê li wan xînin, meyla xwe bo atmosfera jiyana xortan biparêze! Hevrê di gel xortan derbarê medyayên ku tên bikaranîn, lêkolîn bike û wan kontrolê bike.
Pisportiyên medyayî raber bike!

- Pêngava berfirehkirina Beşdariyê: Yekemîn têkiliya xortaniyê.

Hertim bi xortan ra biaxive!

Pêşniyazan ji bo gotûbêja derbarê têkilî, sêwirîn û îdealan raber bike, hevrê di gel xortan derbarê mînak û tecrubeyên erênî û nerênî yên têkiliyekê bifikire.

Di bîra te da hebe ku di têkiliyên destpêkê yên nûciwaniyê, pirrî caran destdirêjî û tundûtûjî pêk tê.

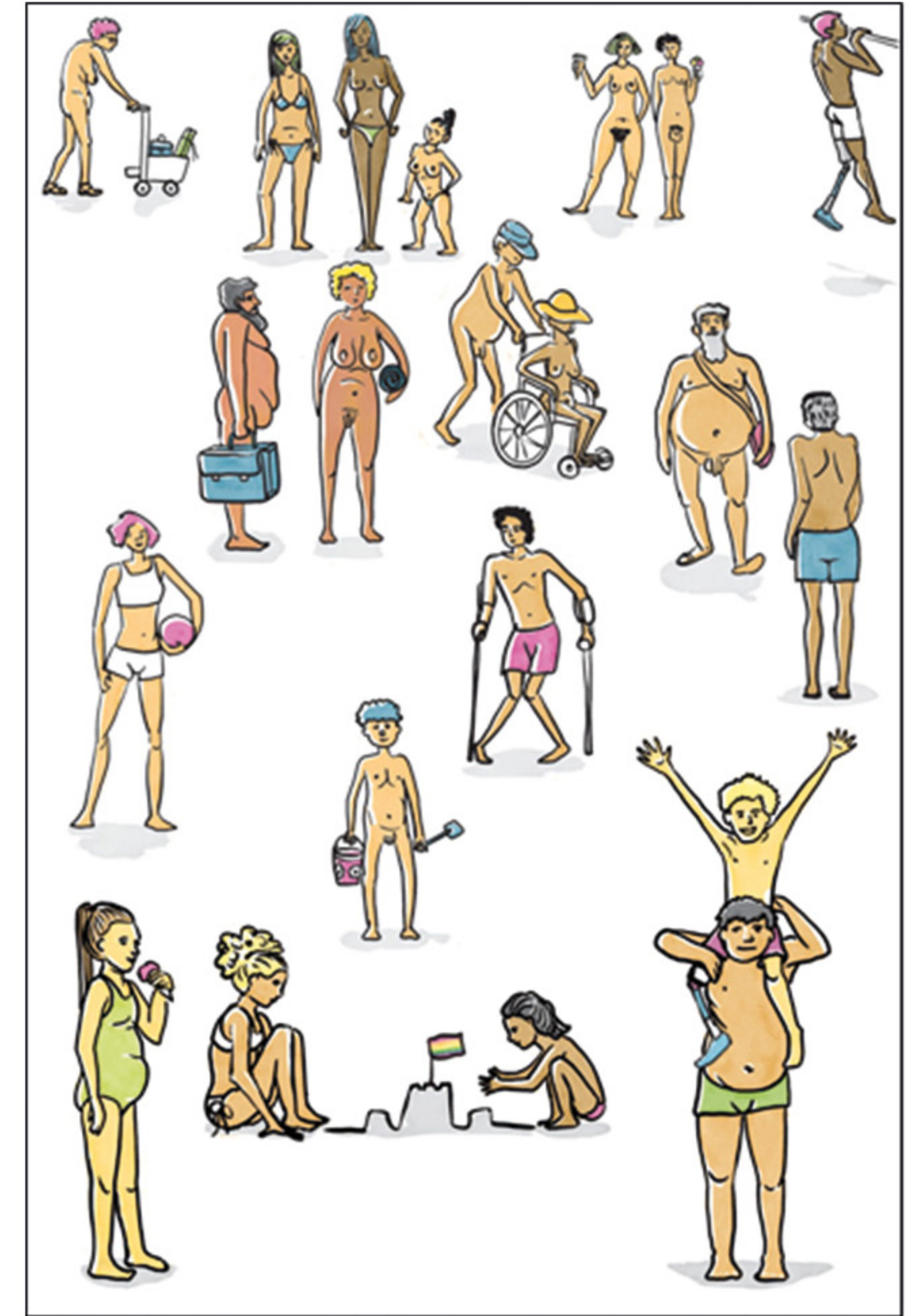
Mijarên gotûbêjê dikarin derbarê beranberî, hevtêgihîştin, têzgirtin, îdeal, ast û sînor û her wekî din bin. Her wiha şêwaza rûbirûbûna di gelê bêhêvîti an zikreşiyê jî divê were temrînkirin. Pêkanîna hevsengiyê di navbera hewcetiyan xwe û hevparê têkiliyê jî pirsgirêkeke mezin e.

- Vekolandina pîvanên bedewiyê û sînordarkirina rolên cinsiyetî di têkiliyê da.



Dîtina naverokên pornografiyê dikare bibe sebeba azirandina xortan. Loma girîng e ku bi xortan ra derbarê naverokên ku dilniyayiyê ji wan distîne biaxivî. Lê heta eger ev naverok azirîner û acizker nebin, dikarin bi awayekî nebaş bandorê li ser sêwirîn û tevgerên xortan derheq meyl û daxwazên cinsî bikin.

Kiryarên cinsî yên akrobatîk, jinên fermanber û mêrên bi tevgerên tund, fetîş, t êkiliya cinsî bi kesên biyanî ra: Her titşê ku di fîlmê da dibînî, baş an rasteqîn an ji bo hemûyan yeksan û wekhev nîne! Porn weke fîlmeke ekşin û tirsnaq e. Dîmenên di fîlmên ekşin da jî ne li gorî rastiyê ne û xort divê bikarin bi aşkiratî vê ciyawaziyê tê derxin.



Kesên mezin jî dikarin û divê zanyarî û alîkariyê wergirin,
wek mînak ji kûrsên fêrkirina dêbavan.
Ev baştirîn bandora nimûne û mînak e!



**Make Love
Ein Aufklärungsbuch**

Ann-Marlene Henning, Tina Bremer-Olszewski
© 2017 Goldmann



FAQ YOU - Ein Aufklärungsbuch
© 2019 Jugend gegen Aids



Das Jungfernhäutchen gibt es nicht

Oliwia Hälterlein & Aisha Franz
© 2020 Maro

Erster Sex und große Liebe.
© 2017 Österreichische Jugendinfos



Pêşketina cinsî ya mezinên xort di temenên 18 heta 25 saletiyê da

Di temenên meziniya cewan da, pêşketina leşî dikemile. Di pêşketina derûnî-leşî da, xort bûne xwedan pênaseya cinsiyetî û yekemîn tecrubeyên xwe yê têkiliyê bi dest xistine. Aniha dema pêşxistina zêdetir û temrînkirina pisportiyên têkiliyê ye, hevsengiya navbera hewcetî û xwestekên xwe (evîna li xwe) û hewcetî û xwestekên partner divê were peydakirin.



- Mezinbûn hevrê di gel hin berpirsariyên nû ye, xort ji temenê 18 saletiyê va li hemberî qanûnê wek kesekî ku gihîştîye temenê qanûnî, tê zanîn.
- Serbixwetî û şiyana parastina jiyana xwe pêngav bi pêngav bişopîne, şebekeya pêwîst a piştgiriye ava bike, serxwebûna aborî mumkin bike.
- Derfeta xwesazî û beşariyê di hemû qadên jiyane da dabîn bike.
- Haydarkirin derbarê mafên mirov û mafên mirov ên cinsî.
- Pirsên têkildarî hebûna zarok cidî bibîne – derbarê erk, derfet û berpirsariyan di vî warî da biaxive.

- Berfirehkirina derfetan ji bo pêkanîna têkiliyê.
- Plandarêştinên pêşerojê hevrê di gel mezinên xort eyar bike.
- Di jiyana di gel destyarekî an li navendekê: Qanûnê ron û zelal ji bo têkiliya di gel çavdêr û destyaran, serxwebûna kesane (cinsî), têgehên parastina li hemberî tundûtûjîyê...



Make More Love
Ein Aufklärungsbuch für Erwachsene

Ann-Marlene Henning, Anika Keiser
 © 2018 Goldmann

Sex verändert alles
Aufklärung für Fortgeschrittene

Ann-Marlene Henning
 © 2019 Rowohlt Taschenbuch



Meyl û daxwazên cinsî di kesên astengdar da

Têkiliya cinsî di kesên astengdar da, nexweşên derûnî an bi sînordariyên din pirranî bi pêş-dadweriyên civakî û tabûyan e. Ev pirsgerêkeke taybet ji bo kesên ziyandîtî pêk tîne. Her wiha ji bo kesên ku hevrêtiya wan dikin.

Dêbav û çavdêrên din divê fêrkariyên pêwîst raberî zarokên xwe yê mezin bikin da ku ew bikarin bi awayekî berpirsyarane û serbixwe bi meyl û daxwazên xwe yê cinsî bijîn.

Têkiliya cinsî ji bo tevahiya kesan xwedan cîgeha yeksan û beranber nîne.

Bandorên cûr bi cûr dikarin tecrubeya cinsî dijwar bikin.

Hejmareke van bandorên kêşesaz ev in:

- Meyl û daxwazên cinsî wek mijareke tabû.
- Nebûna fêrkirina cinsî bi taybet li nav kesên astengdar, nexweşên derûnî û kesên din ên sînordar.
- Nebûna derfeta wergirtina tecrubeyên li gorî temen û pêşketinê (ji "Lîstina Dixtor" heta têkiliyên nûciwanan).

- Sînardarî di warê xebat û pêkhatayên leşî (Spastîsîtî, felecbûn).
- Nebûna hevsengiya hêz û pêgirêdayîbûnê ji ber çavdêriya hetahetayî, lênêrînên bijîşkî yên berdewam, derman ji heyama biçûkatiyê,...
- Çavdêriya saziyê (nebûna atmosfera xusûsî û qada kesane li navendan, nebûna derfetê ji bo beşdariya di biryardanê da, nebûna derfetê ji bo jiyana di têkiliyekê da...).
- Cihêrengiya esebî û guherînên têkildarî têgihîştina hestbarî û proseskirina handêran (Beereya Otîsm, ADHS,....).
- Cihêrenmgiya cinsiyetî û labelpêdan bi kesane (Miyan-zayendî, Tra-Zayendî,....).
- Dermanên ku bandor li metabolîsm û hin kiryar û xebatên leşî dikin.
- Berbend û astengên zimanî (şêwazên têkiliyên yên temamker, zimanên derveyî).
- Nirxên malbatî û civakî:
 - Dema ku kesên astengdar divê "Hertim zarok" bin.
 - "Tundûtûjî di çavdêriyê da" – Parastina hevsengiya navbera parastin û serxwebûnê.
 - Dema ku mezinên cewan bijartina serbest û azad a partner tunene.



Ofîsên madên zarok û xortan li Otrîşê

Home: www.kija.at

Navendên parastina zarokan li Otrîşê

Tel: 0664 / 887 36 462

Mail: info@oe-kinderschutzzentren.at

Home: www.oe-kinderschutzzentren.at

Navendên parastina li hemberî tundûtûjîyê li Otrîşê

Tel: 0800 700217

Home: www.gewaltschutzzentrum.at

Navendên şêwwirîna jinan û keçan

Tel: 01/595 37 60

www.netzwerk-frauenberatung.at

Navendên Şêwirîna mêran

Tel: 0800 400 777

www.maennerinfo.at



Ofîsên hiqûqî yê kesên astengdar li Otrîşê

Tel: 0800 / 80 80 16

Mail: office@behindertenanwalt.gv.at

Home: www.behindertenanwalt.gv.at

Ofîsa Lêgerîna Gişt

Tel: 0800 / 223 223

Mail: post@volksanwaltschaft.gv.at

Home: www.volksanwaltschaft.gv.at

Dadênerê kesên astengdar li Otrîşê

Tel: 0650 / 408 58 12

Mail: ressl@vereinbehindertenombudsmann.at

Home: www.vereinbehindertenombudsmann.at



NAVENDÊN SERLÊDANÊ LI OTRÎŞÊ

Ofîsên din ên dadêner û ofîsên hiqûqî dikarî li malpera xwarê bibîn:

www.oesterreich.gv.at/themen/leben_in_oesterreich/ombudsstellen_und_anwaltschaften.html

Şêwirînaa telefonî ji bo zarok û xortan

Bêpere û belaş li seranserî Otrîşê, 24 saetên şev û rojê: Telefon: 147
Mail: 147@rataufdraht.at Malper: www.rataufdraht.at

Hejmara telefona Şêwirînê ya Ö3-

Ji seranserî Ewropayê ji saet 16 – 24: Telefon: 116 123

Helpchat | www.haltdergewalt.at

Telefona alîkariya bo jinan li hemberî tundûtûjiyê

Telefon: 0800 222 555

Mail: frauenhelpline@aof.at Malper: www.frauenhelpline.at

Hejmara têkiliya awarte ya polîs | Telefon: 133

Hejmara telefona awarte ya kesên nebîser

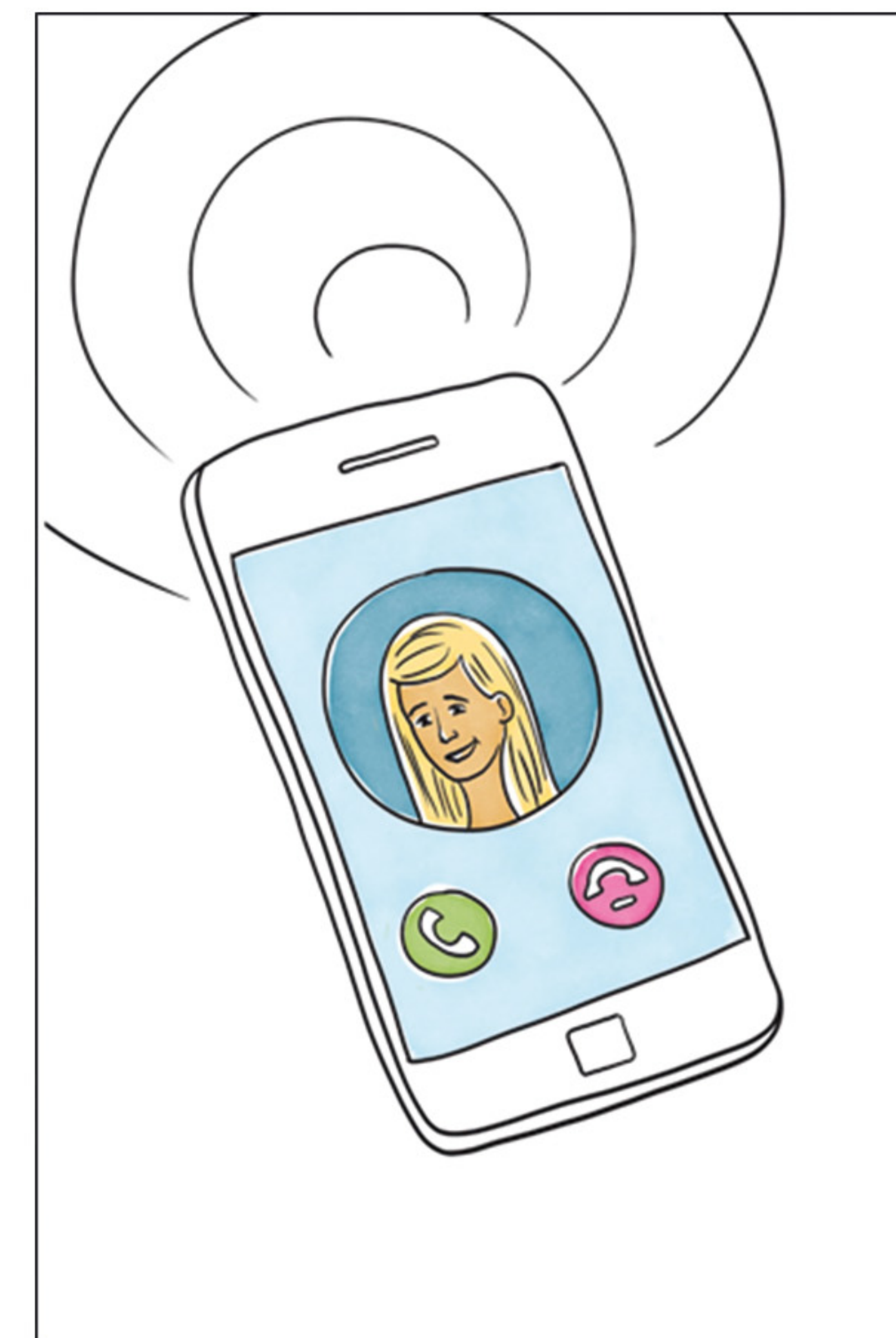
Telefon: 0800 133 133 bi rêya Kurtepeyamê (SMS)

Hejmara têkiliya awarte ya Ewropayê | Telefon: 112

Hejmara têkiliya awarte ya zarokan li Ewropayê | Telefon: 116 111

Hejmara têkiliya awarte ya jinan a 24 saetî | Telefon: 01 71719

Hejmara têkiliya awarte ya mêran a 24 saetî | Telefon: 0800 246 247



Verein Hazissa, Karmeliterplatz 2/2, 8010 Graz.

Mail: office@hazissa.at Malper: www.hazissa.at/praevention-barrierefrei

Berpirsê naverokê: **Mag.^a Dr.ⁱⁿ Yvonne Seidler**

Hazissa navendeke pisporî ji bo pêşîgirtin li tundûtûjiya cinsî ye û van babetan raber dike

- Broşûr û babetên zanyariyan,
- Rûdanên şevên ragihandin û fêrkirina dêbavan,
- Fêkirinên temamkirî û bilind, axaftin û kargehên fêkirinê,
- Şêwirîna tîmî û çavdêrî,
- Hevrêtî di pêkanîna têgehên parastinê li navendan.

**Dabînkirina aborî ji aliyê Ofîsa serokwezîrê federal,
Dabînkirina aborî ya projeya Jinan**

 **Bundeskanzleramt**



