

Sexualpädagogik - Mit Kindern und Jugendlichen über Sex reden

Eine wichtige Aufgabe der Sexual- und Schwangerschaftsberatung am eff-zett umfasst den Bereich der Sexualpädagogik. Die Besuche der verschiedenen Schulstufen im ganzen Kanton Zug sind eine Bereicherung und Herausforderung zugleich, insbesondere in einem Jahr wie dem letzten wo Schulschliessungen und Maskenpflicht den Unterricht erschweren.

Kinder sind früh mit dem Thema Nacktheit und Sexualität konfrontiert. In Sprache, in der Werbung, in den Medien generell und auch in Musikvideos grosser Stars sind viel Haut und eindeutig zweideutige Posen an der Tagesordnung. Das wirft Fragen auf und diese Fragen lösen bei der Person, die sie gestellt bekommt, Emotionen aus. Es sind Fragen wie „Was bedeutet LGBTIAQ*?“ oder „Wann hat man das erste Mal Sex?“ oder „Wie macht man Selbstbefriedigung?“. Kinder sind neugierig und wollen Antworten. Aber darf und kann man mit Kindern über diese Themen sprechen? Ja, man kann, wir finden sogar, dass man muss. Je früher und je entspannter man Kindern in altersangepasster Sprache ihre Fragen beantwortet, desto einfacher wird es später. Wenn Kinder merken, dass sie auch auf vermeintlich schwierige Fragen Antworten bekommen entsteht das Gefühl, dass sie mit ihren Bezugspersonen über alles reden können. Und wer denkt, er*sie warte bis zur Pubertät wird merken, dass die Jugendlichen dann nicht mehr mit ihren Eltern darüber sprechen wollen und eh alles voll peinlich finden.

Wenn wir in den Unterricht zu den Schüler*innen gehen, merken wir schnell, ob und wie sich die Kinder gewohnt sind über diese Themen zu sprechen. Und je nach Stufe werden unterschiedliche Themen in den Fokus gerückt. Während wir in der 6. Klasse vor allem über die körperlichen Veränderungen sprechen und die erste Menstruation oder die erste Ejakulation viele Fragen und Unsicherheiten auslösen, stehen bei den Jugendlichen der 1. Oberstufe das Interesse am bevorzugten Geschlecht im Vordergrund. Wir sprechen mit ihnen darüber, wie man jemanden kennenlernt und wie man auf Körpersprache reagiert und wie es zum ersten Kuss kommen kann. In der 3. Oberstufe wird das erste Mal Sex besprochen. Zwischen Neugier, Lust es auszuprobieren, Angst dabei etwas falsch zu machen und genereller Unsicherheit, sind fast alle Gefühle vertreten. Auf allen Stufen wird das Thema Verhütung angesprochen und die Kinder und Jugendlichen dazu ermuntert ihren Körper als etwas Schönes und Grossartiges anzunehmen.

Ein Teil des Unterrichtes findet geschlechtergemischt statt. Das ist uns wichtig, weil in heterosexuellen Beziehungen (und diese machen statistisch gesehen den Grossteil aller Beziehungen aus) ist es sinnvoll, dass Personen mit ihrem jeweiligen Gegenüber des anderen Geschlechtes über Sexualität sprechen lernen. Im zweiten Teil der Sequenz werden die Kinder und Jugendlichen nach Geschlecht aufgeteilt. Hier bekommen sie die Möglichkeit Unsicherheiten zu klären und Fragen zu stellen. Die Schülerinnen und Schüler müssen sich nicht am Unterricht beteiligen, es darf jede*r selbst bestimmen, ob sie*er sich einbringen möchte. Diese Form der Selbstbestimmung ist wichtig, denn auch in der Sexualität geht es darum, auf sich zu hören und selbstbestimmte Entscheidungen treffen zu können.

Es sind spannende, lustige und manchmal lebhaftige Halbtage, die wir in den Klassen verbringen und die Rückmeldungen der Teilnehmenden und auch der Lehrpersonen, die in den Einheiten jeweils nicht im Klassenzimmer anwesend sind, sind positiv. Die Schüler*innen schätzen den Austausch mit Fachperson, die im Anschluss alle Fragen und Wortmeldungen mit sich „mitnehmen“.

Und hier noch die Antworten auf die oben gestellten Fragen:

Was bedeutet LGBTIAQ*? Die Abkürzung ist Englisch und steht für alle Arten der sexuellen und geschlechtlichen Orientierung (ausser Heterosexuell und Cis-Gender). **Lesbian** und **Gay** (Lesbisch und Schwul) **Bisexuell** (Personen die sich zu männlichen und weiblichen Personen hingezogen fühlen) **Transgender** (Personen die sich nicht mit ihrem biologischen Geschlecht identifizieren). **Intersexuell** (Personen die mit männlichen und weiblichen Geschlechtsmerkmalen zur Welt kommen. Früher nannte man diese Personen Zwitter), **Asexuell** (Menschen die sich zu niemandem auf sexuelle Weise hingezogen fühlen und keine Sexualität praktizieren) und zum Schluss das **Q*** steht für queere Menschen die sich keiner der genannten Kategorien zuordnen.

Wann hat man das erste Mal Sex? Den ersten Sex soll man dann haben, wenn man sich dazu bereit fühlt. Das kann für die einen mit 13 Jahren sein, für andere erst mit 20 Jahren. Es gibt kein gesetzliches Mindestalter für Sex. Das Durchschnittsalter für den ersten Geschlechtsverkehr liegt bei knapp 17 Jahren. Das sagt die aktuelle Studie zur Jugendsexualität aus dem Jahre 2018. Die Studie wurde durchgeführt vom Institut für Sozial- und Präventivmedizin des Universitätsspitals Lausanne in Zusammenarbeit mit dem Universitätsspital Zürich. Dieser Wert ist in den letzten Jahrzehnten (seit der Einführung der Verhütungspille) mit wenigen Monaten Abweichung stabil geblieben.

Wie macht man Selbstbefriedigung? Selbstbefriedigung ist eine gute Methode um sich und seinen Körper besser kennenzulernen. Selbstbefriedigung ist auch eine Art der Selbstliebe und des sich selber etwas Gutes tun. Der Körper jedes Menschen ist sein ganz persönliches Eigentum und eine Person darf sich selbst überall am Körper anfassen. An manchen Stellen mag man es besonders gerne wenn man sich selbst streichelt oder berührt. Dieses Streicheln ruft im Körper und in den Geschlechtsteilen eine Reaktion hervor. Manche bekommen davon ein Kribbeln, andere „tshudderets“ und wieder andere bekommen ein Wohlgefühl im ganzen Körper. Alle Reaktionen die die Person selbst als positiv wahrnimmt sind gut und erwünscht.

Simone Haug

Für den Jahresbericht der Frauenzentrale Zug 2020