

Annelies Steiner berät Erwachsene, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten, bezüglich ganzheitlicher Sexualaufklärung.

«SEXUALITÄT IST ETWAS POSITIVES»

Aufklärung gehört zur Erziehung. Über Themen wie «das erste Mal» oder Pornografie zu sprechen, ist jedoch für viele Eltern schwierig. Die Expertin Annelies Steiner weiss, wie man darüber reden kann.

— Interview Markus Schmid Fotos Thomas Egli

Frau Steiner, wie wurden Sie aufgeklärt?

Meine Eltern haben Fragen immer offen beantwortet. Dagegen war die Aufklärung in der Schule mangelhaft, da es dort vor allem um Biologie, um Geschlechtsorgane und Verhütung ging. Es fehlten die Themen, über die man nicht gern redete und wo deshalb falsche Vorstellungen herrschten. Ich denke dabei etwa an die Selbstbefriedigung. Es kursierte die Angst, dass man süchtig danach werden könnte.

Hat sich die Aufklärung seither verändert?

Heute wird viel mehr über Themen geredet, die früher tabu waren. Heute geht es

um die wichtigen Fragen zur sexuellen Orientierung und der geschlechtlichen Identität, aber auch um Aspekte wie beispielsweise, dass Sexualität etwas Positives ist und viel mit Lust zu tun hat.

Die junge Generation geht also unbefangener mit solchen Themen um?

Ich erlebe die Schülerinnen und Schüler im Allgemeinen als sehr wissensdurstig. Aber auch heute fällt es nicht allen leicht, Fragen über Beziehung und Sexualität zu stellen. Manche tun das lieber anonym. Zum Beispiel, indem sie Fragen auf Zettel schreiben, die in einer Box gesammelt und zu einem späteren Zeitpunkt im Unterricht beantwortet werden. Sie müssen erst erfahren, dass man auch über Tabuthemen reden kann. Ein geschützter Rahmen und eine offene Haltung der Lehrperson helfen dabei sehr.

Gibt es denn immer noch Themen, über die man nicht gern spricht?

Wir leben zwar in einer Welt, die vermeintlich sehr offen mit der Sexualität umgeht. In Wirklichkeit gibt es allerdings immer noch Tabuthemen, durch die sich leider auch Mythen hartnäckig halten. Zum Beispiel, dass ein Jungfernhäutchen den

Scheideneingang verschliesse oder dass die Menstruation etwas Schmutziges sei.

Was kann man dagegen tun?

Zu Hause frühzeitig beginnen, mit den Kindern über Themen wie Liebe, Beziehung und Sexualität zu sprechen. Auch die Schule hat die Aufgabe, Kinder und Jugendliche aufzuklären. Sie ergänzt damit die Sexualaufklärung durch die Eltern. Die Schule kann schulexterne Sexualpäda-

goginnen und Sexualpädagogen beiziehen. Diese Fachpersonen sind geübt, über alle Themen rund um Sexualität mit Kindern und Jugendlichen zu sprechen. Das ist gerade bei tabuisierten Themen hilfreich. Denn vielen Schülerinnen und Schülern fällt es leichter, vermeintlich peinliche Fragen jemandem zu stellen, der ein einziges Mal in die Schule kommt, als einer Lehrperson oder gar den Eltern.

Welche Rolle spielen die Pornoseiten im Internet?

Man merkt, dass Jugendliche im Unterricht Fragen stellen, weil sie im Internet gewollt oder unabsichtlich auf Pornografie gestossen sind. Studien zeigen, dass die meisten Jugendlichen mit Pornografie umgehen können. Entgegen den Befürchtungen der Erwachsenen verrohen sie nicht. Im Gegenteil. Die grosse Mehrheit geht

recht kritisch und überlegt mit Pornografie oder sexualisierten Darstellungen im Internet um. Sie kennen den Unterschied zwischen realem Sex und Pornofilmen.

Wieso können sie damit umgehen?

Von der Mainstream-Pornografie geht eine schmutzige Faszination aus, die gesellschaftlich eher negativ bewertet wird. Das bewirkt, dass Jugendliche sich sehr wohl überlegen, ob es gut ist, wenn sie Pornos →



schauen, oder wie viel Porno schauen okay ist. Ganz anders übrigens als bei den Schulzentralfilmen, welche gesellschaftlich anerkannt sind, aber traditionelle Rollenbilder zementieren, wie «Der Mann muss den ersten Schritt machen und um ein Date bitten». Wichtig ist, dass man mit Jugendlichen über Pornografie spricht und dass sie die rechtliche Lage kennen.

Und was ist mit der frühen Sexualisierung der Kinder, wie immer gewarnt wird?

Hinter dem Begriff «frühe Sexualisierung» steckt die Angst, Kinder könnten zu früh sexuell aktiv werden und dass der Konsum von Pornografie dies fördern könnte. Kinder und Jugendliche, die früh aufgeklärt wurden und über Sexualität sprechen können, begegnen Pornos kritischer und holen sich eher Hilfe, wenn die Bilder sie verstören. Das sind im Übrigen auch Kinder, die selbstbestimmter Entscheidungen treffen und im Durchschnitt später sexuell aktiv werden.

Trotzdem stört viele Eltern, dass ihre Kinder sexualisierte Ausdrücke aus dem Internet übernehmen. Wie sollen sie darauf reagieren?

AUF DER BÜHNE

Reden über Sexualität im Schauspielhaus Zürich. Frei nach Frank Wedekinds «Frühlings Erwachen» bringt das Schauspielhaus Zürich den Konflikt zwischen den sexuellen Nöten Jugendlicher und der Sprachlosigkeit der Erwachsenen auf die Bühne. Autor Lucien Haug und Regisseurin Suna Gürlér aktualisieren das Skandalstück von 1891 mit den Erfahrungen, Fragen und Ängsten der jungen Generation und der Scham und Ahnungslosigkeit der Erwachsenenwelt in unserer vermeintlich sexuell befreiten Gegenwart. Premiere: 27. März. Weitere Aufführungen: 30. März, 6., 15., 26. April und 5. Mai. Am 6. April findet nach der Vorstellung ein Publikumsgespräch mit Jugendlichen, Eltern, Lehrpersonen und Behörden über das Thema Sex, Schule und Theater statt. www.schauspielhaus.ch

Kinder können diese Wörter oftmals gar nicht einordnen. Die Eltern sollten ihr Kind daher erst einmal fragen, ob es wisse, was beispielsweise «Schlampe» bedeute. In einem nächsten Schritt gilt es klar Stellung zu beziehen, dass dies ein verletzender und diskriminierender Ausdruck ist, der in der Familie nicht verwendet wird. **Kann das Internet auch positiv zur Aufklärung beitragen, etwa durch seriöse Blogs oder Websites?**

«Auch wenn Jugendliche lieber mit Gleichaltrigen über das Verliebtsein und Beziehungen reden, bleiben Eltern wichtige Ansprechpersonen.»

Ja klar. Hier ist die Herausforderung für die Jugendlichen, dass sie in dem riesigen Angebot herausfinden müssen, welche Infos zuverlässig sind, welche eher der Unterhaltung dienen und welche sogar fragwürdige Botschaften verbreiten. Man weiss aber auch, dass das Internet für Kinder und Jugendliche mit einer nicht heterosexuellen Orientierung oder einer transgeschlechtlichen Identität eine ganz wichtige Aufklärungsquelle ist. Daher ist es bedeutend, Jugendlichen gute Websites anzugeben, die weiterführende Informationen zu allen Themen rund um Sexualität enthalten. Schülerinnen und Schüler können sich so weiter informieren oder Hilfe holen, ohne sich outen zu müssen.

Welche Rolle spielen die Eltern bei der Aufklärung?

Eltern und erwachsene Bezugspersonen haben die Aufgabe, sich auf Gespräche über Liebe, Beziehung und Sexualität mit ihren Kindern einzulassen. Das bedeutet, Offenheit für unterschiedliche Themen zu zeigen, Fragen zu beantworten, Fragen zu stellen, Regeln auszuhandeln und Grenzen zu respektieren. Eltern müssen nicht perfekte Antworten liefern oder alles wissen. Sie können sich auch bei Fachpersonen Hilfe suchen oder Bücher beziehen. **Sind Bücher hilfreich?**

Sie sind tatsächlich hilfreich, unter anderem wenn die Erwachsenen nicht wissen, wie sie bestimmte Themen ansprechen sollen. Zu empfehlen sind Bücher, die ein breites Spektrum von Beziehung und Sexualität thematisieren und nicht nur die Fortpflanzung oder Verhütung erklären.

Wann beginnt die Aufklärung?

Ab Geburt! Da geht es nicht um Sexualität im engeren Sinne, sondern um den wertschätzenden Umgang mit dem Körper.

Dies ist eine wichtige Voraussetzung für die psychosexuelle Entwicklung. Kleinkinder spielen beispielsweise gern mit den eigenen Genitalien. Wenn Eltern dies positiv kommentieren und zulassen, geben sie dem Kind zu spüren, dass dies etwas Schönes ist. Werden die Kinder älter, sollen sie lernen, dass «sich selber berühren» im eigenen Zimmer gemacht wird und nicht in die Öffentlichkeit gehört. Dies ist Sexuaufklärung.

Vielen Familien ist es peinlich, über sexuelle Themen zu sprechen.

Vielen Eltern fällt dies in der Tat schwer. Daher ist es hilfreich, früh zu beginnen, mit den Kindern darüber zu sprechen. Kleine Kinder sind neugierig und wollen einfache Antworten. Eltern können mit ihnen üben, über Beziehung und Sexualität zu sprechen. So entwickelt sich langsam eine Gesprächskultur betreffend Themen der Sexualität innerhalb der Familie. Auch wenn Jugendliche lieber mit Gleichaltrigen über das Verliebtsein und Beziehungen reden, bleiben Eltern wichtige Ansprechpersonen. Aufhänger für Aufklärungsgespräche können aktuelle Nachrichten sein wie beispielsweise ein Coming-out einer berühmten Persönlichkeit oder ein Bericht über die tiefe Rate von Teenagerschwangerschaften in der Schweiz.



Über Sexualität zu sprechen, ist für Eltern wie auch Lehrpersonen nicht immer einfach. Mit Bildern, die bestimmte Themen aufgreifen, geht dies oft einfacher.



Welches Erziehungsziel sollte die Aufklärung haben?

Kinder und Jugendliche sollen selbstbestimmt und verantwortungsbewusst Entscheidungen in Bezug auf die eigene Sexualität treffen können. Sie sollen zudem ihre Rechte kennen, wissen, wo sie bei Bedarf Hilfe bekommen, und die Gefühle und Grenzen anderer respektieren lernen. Dazu braucht es eine ganzheitliche Sexuaufklärung, die alle Themen rund um

Beziehung und Sexualität thematisiert, auf den Menschenrechten beruht und altersgerecht gestaltet ist. Sexuaufklärung trägt damit auch zur Prävention von sexualisierter Gewalt, Teenagerschwangerschaften und Ansteckungen mit sexuell übertragbaren Infektionen bei.

Verbessert dies auch die Beziehungen zwischen den Geschlechtern?

Wichtige Aspekte der Sexuaufklärung sind es, zu lernen, was eine respektvolle

Beziehung ausmacht, und das gegenseitige Einverständnis beim Sex: Woran erkenne ich, dass ich bereit bin für Sex? Woran erkenne ich, dass das Gegenüber Sex mit mir haben will? Muss das Einverständnis laut und deutlich sein, oder kann ich es auch spüren? Die Auseinandersetzung mit diesen Fragen trägt zu einem besseren Verständnis von unterschiedlichen Sichtweisen bei.

Wäre es da nicht sinnvoll, zu vermitteln, wie unterschiedlich ein Mann oder eine Frau Sex empfindet?

Ich finde, die zentrale Botschaft sollte sein, dass Sexualität unabhängig vom Geschlecht auf ganz verschiedene Arten erlebt und gelebt werden kann. Natürlich müssen dabei die Grenzen des Gegenübers respektiert werden. Statt einem Kind zu erklären, was männliche oder weibliche Sexualität ist, sollte es durch einen offenen Umgang den eigenen Körper, sein Lustempfinden und seine Grenzen kennenlernen. Dies fördert eine gesunde und selbstbestimmte Entwicklung. ■

WEITERFÜHRENDE INFORMATIONEN

Informations- und Beratungsplattform für Jugendliche und junge Erwachsene zu Themen wie Sexualität, Verhütung und Beziehung. www.lilli.ch

Informations- und Beratungsplattform für Themen rund um den Alltag von Jugendlichen und jungen Erwachsenen. www.tschau.ch

Informationen und Dienstleistungen über viele gesundheits- und gesellschaftsrelevante Themen in Form von Texten, Spielen und Tests für Jugendliche. Kostenlose Unterrichtsmaterialien für Lehrpersonen. www.feel-ok.ch

Peer-Beratung und Informationsvermittlung für junge LGBT-Menschen oder junge Menschen, die sich ihrer sexuellen Orientierung und/oder Geschlechtsidentität nicht sicher sind. www.du-bist-du.ch

Informationen zu sexuellen Übergriffen und Risiken im Internet der Schweizerischen Kriminalprävention. www.skppsc.ch

Beratung und Informationsvermittlung von und für Transmenschen. www.tgns.ch

Aktuelle und fachlich abgestützte Informationen zu Themen der sexuellen Gesundheit in vielen Sprachen. www.sex-i.ch

NEU in Apotheken und Drogerien

axapharm

WIR HABEN COMPLEXE.

HOCH-
DOSIERT
1 Tablette
pro Tag



ComplexX- Vitamine & Mineralstoffe*

«Macht meine Ernährung komplett – in jeder Lebenslage.»

www.complexX.swiss

*Sind Nahrungsergänzungsmittel und kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise.