

Let's talk about sex!

Text: Francesca Comini,
Annina van der Linde / ps
Fotos: pixabay, Lustlogisch



Die Schülerinnen und Schüler...

- » können Aspekte der Anatomie und Physiologie des Körpers erklären.
- » verfügen über ein altersgemässes Grundwissen über die menschliche Fortpflanzung, sexuell übertragbare Krankheiten und Möglichkeiten zur Verhütung.



Für die allermeisten Menschen spielt die Sexualität eine mehr oder weniger grosse Rolle in ihrem Leben. Angestrebt wird dabei, dass sie lustvoll, selbstbestimmt und verantwortungsvoll erlebt wird. Je besser die eigene Körperwahrnehmung und je umfangreicher das Wissen über Sexualität, desto einfacher wird es, diese positiv und selbstbestimmt zu leben.

Der sexualpädagogische Unterricht kann jedoch für Lehrpersonen auf allen Stufen herausfordernd sein. Die Verunsicherung ist erfahrungsgemäss gross, welche Themen zu welchem Zeitpunkt Sinn machen und wie man sich als Lehrperson zur Sexualität äussern soll. Es ist hilfreich, sich vor Augen zu führen, was der sexualpädagogische Unterricht bewirken möchte. Dieser hat sich in den letzten Jahren stark

verändert. In den 80er-Jahren lag der Fokus stark auf der Prävention von AIDS, sexuell übertragbaren Infektionen und ungewollten Schwangerschaften. Heute möchte man den Lernenden einen positiven Zugang zur Sexualität vermitteln. Konsens, Selbstbestimmtheit, Selbstwahrnehmung und ein toleranter Umgang mit der bestehenden Diversität prägen die heutige Sexualaufklärung. Die Prävention ist nur noch ein Teil der umfangreichen Wissensvermittlung.



swch.ch

Sommercampus Solothurn, 11.–12. Juli 2024

Let's talk about Sex! (ab 5. Klasse)

Kursnummer 512



Sexualpädagogik vom Kleinkindalter an

Der moderne sexualkundliche Unterricht könnte auch als lebenskundlicher Unterricht verstanden werden, da die benötigten Kompetenzen für eine positiv erlebte Sexualität auch in anderen alltäglichen Situationen von Bedeutung sind. Im Sexualkundeunterricht geht es nämlich weit mehr als um den Geschlechtsakt an sich. So gehören dazu: die Begrifflichkeiten rund um Sexualität, das Kennenlernen des eigenen Körpers, die körperliche und sexuelle Entwicklung der Kinder und Jugendlichen, die Benennung der Geschlechtsorgane, der Umgang mit Gefühlen und verschiedenen Beziehungsformen, die geschlechtliche, sexuelle und soziale Vielfalt, Veränderungen in der Pubertät, Selbstbefriedigung, der Umgang mit sozialen Medien und Pornografie.

Diese Inhalte müssen dem Entwicklungsstand der Kinder und Jugendlichen angepasst werden. Die Annahme, der sexualkundliche Unterricht sollte erst ab der 5. oder 6. Klasse durchgeführt werden, ist noch immer stark verbreitet. Dazu kommt, dass manchmal die Hemmungen zu gross sind, dem Thema genügend Raum zu geben. Ist man sich der Inhalte des Unterrichts jedoch bewusst, wird klar, dass es Sinn macht, bereits in der Kindergartenstufe damit zu starten. Eine sich vom Kleinkindalter an aufbauende Sexualaufklärung fördert Kinder und Jugendliche in ihrer persönlichen und sexuellen Entwicklung. Das Erkennen der eigenen Bedürfnisse und Grenzen ist eine Grundvoraussetzung, um Selbstbestimmtheit zu erlangen. Zudem fällt es früh aufgeklärten Kindern meist leichter, Grenzen zu setzen, ihre Körperteile zu benennen, grenzüberschreitende Vorfälle zu erkennen und darüber zu sprechen.

Vielen ist nicht bewusst, dass Menschen von Geburt an sexuelle Wesen sind. Der Erregungsreflex ist bereits bei Babys vorhanden. Die ersten Erfahrungen mit ihrer Sexualität machen Babys und Kleinkinder, indem sie ihre Körper über taktile Reize wie Berührung und Druck erkunden. Der verständnisvolle Umgang mit dieser intuitiven Entdeckungsreise kann Kinder in ihrer sexuellen Entwicklung positiv beeinflussen. Grundsätzlich liegt die Verantwortung für die Sexualaufklärung bei den Erziehungsberechtigten. Studien zeigen jedoch, dass auch dort oft Hemmungen und Unsicherheiten in der Vermittlung vorliegen und momentan die Schule noch die grösste Arbeit leistet.

Eine Angelegenheit fürs ganze Team

Durch die aktuell grosse Präsenz von Themen rund um Sexualität (LGBTQIA+, me too, soziale Medien, Pornografie) werden Schulen gefordert, sich mit dieser Thematik auseinanderzusetzen, auf dem neuesten Stand zu bleiben und die Inhalte im Schulalltag zu integrieren. Idealerweise erarbeiten Schulteams gemeinsam ein sexualpädagogisches Konzept, damit sich alle Beteiligten an den gleichen Leitfäden orientieren können. Für diese Arbeit kann es hilfreich sein, eine Fachperson Sexualpädagogik zu engagieren.

Die Volksschule ist ein Ort grosser Diversität. Dort treffen unterschiedlichste Wertvorstellungen aufeinander, denen man mit Offenheit begegnen sollte. Dasselbe gilt für die persönliche Haltung rund um das Thema Sexualität. Es ist von Vorteil, sich den eigenen Wertvorstellungen bewusst zu sein, ohne diese jedoch als die allgemeingültige Wahrheit zu vermitteln. Der Fokus sollte immer auf einer offenen und sexualfreundlichen Basis liegen, die sich an den sexuellen Rechten der Menschen orientiert.

Wichtig dabei ist, dass beim Unterrichten auf eine geschlechtergerechte Sprache geachtet wird und klassische Rollenbilder und Klischees nicht bedient werden. Dies kann herausfordernd sein. Zudem können die Fragen von Kindern und Jugendlichen die Lehrpersonen verunsichern. Zentral ist jedoch, Fragen wertschätzend zu behandeln, ohne den Anspruch zu haben, auf alles eine Antwort zu wissen. Auch hinter provokativen Äusserungen stecken oft verschlüsselte Fragen. Die Herausforderung in solchen Situationen ist es, diese zu entschlüsseln, den wahren Kern hinter der Aussage zu erforschen und eine passende Antwort zu finden. Die sexualfreundliche und tolerante Haltung der Lehrperson ist dabei massgebend. Zudem sollten diskriminierende Äusserungen immer aufgegriffen werden. Sowohl im sexualkundlichen Unterricht als auch im allgemeinen Schulalltag wird das Ziel eines respektvollen Miteinanders und einer angenehmen Lernatmosphäre verfolgt.

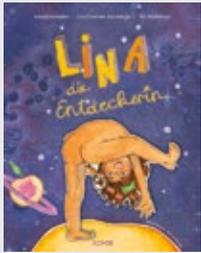
Methoden des sexualpädagogischen Unterrichts

Es gibt eine Vielzahl von Unterrichtsmethoden, welche die Sexualkunde interessant, bewegt und aktivierend gestalten. Auf Seite 17 wird der Sexteppich beschrieben, eine für den 2. und 3. Zyklus geeignete Methode, die als Einstieg ins Thema dienen könnte. Angestrebt wird dabei, eine unterrichtstaugliche Sprache zu finden, Vorwissen abzuholen, Hemmungen

Büchertipps

Die Erfahrung zeigt, dass auch ältere Kinder und Jugendliche gerne in den Büchern für das jüngere Zielpublikum blättern.

Für den Zyklus 1



Lina, die Entdeckerin

Katharina Hotter
Lisa Sonnberger
Flo Staffelmayr
2020



Bruno will hoch hinaus

Sabine Ziegelwanger
Flo Staffelmayr
Anna Horak
2022



Von wegen Bienchen und Blümchen

Carsten Müller
Sarah Siegl
2021



Lou entdeckt die Nachbarschaft

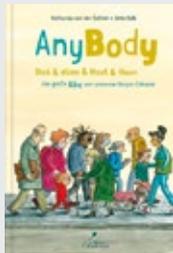
Christina Baeriswyl
Tania Kyburz
Fabienne Schellenberger
Patricia Schär
2020

Für den Zyklus 2



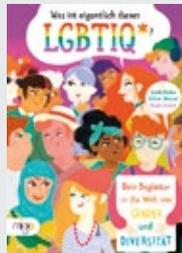
Klär mich auf!

Katharina van der Gathen
Anke Kuhl
2023



AnyBody

Katharina van der Gathen
Anke Kuhl
2021



Was ist eigentlich dieses LGBTQIQ*?

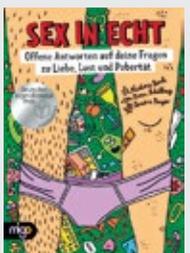
Linda Becker
Julian Wenzel
2021



Ganz schön aufgeklärt!

Jörg Müller
Dagmar Geisler
2017

Für den Zyklus 3



Sex in echt

Nadine Beck
Rosa Schilling
2022



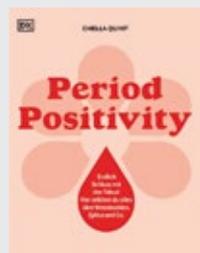
Queer gestreift

Kathrin Köller
Irmela Schautz
2022



Meine Vulva, das Einhorn

Jessica Weber
2023



Period Positivity

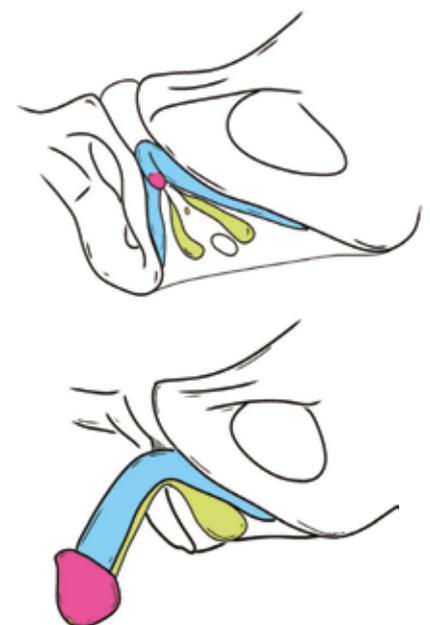
Chella Quint
2022

abzubauen und die darauf folgenden Unterrichtseinheiten zu planen.

Nachstehend zwei Beispiele, wie Begriffe offen und sachlich erklärt werden können.

Das weibliche Geschlechtsorgan

Das weibliche Geschlechtsorgan sorgt noch immer für Missverständnisse. Es ist zu unterscheiden zwischen Vagina und Vulva. Zudem ist die Klitoris nicht erbsengross, wie lange angenommen wurde. Die Vulva ist das äussere, sichtbare Organ des weiblichen Geschlechts, die Vagina oder auch Scheide genannt das innere. Heute spricht man von inneren und äusseren Vulvalippen. Die Klitoris ist weit mehr als das kleine, am oberen Bereich der Vulva befestigte Kügelchen. Sie ist ein 7–12 cm grosses Organ mit vier Schenkeln. Penis und Klitoris haben Gemeinsamkeiten. Das liegt daran, dass sie während der Schwangerschaft denselben Ursprung haben.





LGBTQIA+

Die Abkürzung LGBTQIA+ ist weltweit in einem ständigen Wandel, denn das Verstehen und Sichtbarmachen unterschiedlicher Identitäten ist ein laufender Prozess. Die Buchstaben stehen für lesbisch, schwul (gay), bisexuell, trans, queer/questioning, intergeschlechtlich, asexuell & aromantisch/ally (verbündete Person). Es gibt verschiedene Versionen dieser Abkürzung.

Queer ist ein Über- und Sammelbegriff für Menschen, die von den sexuellen und geschlechtlichen Normen abweichen. Genauere Erläuterungen zu den Begriffen liefert die Milchjugend, die sich so definiert: «die grösste Jugendorganisation für lesbische, schwule, bi, trans, inter und asexuelle Jugendliche und für alle dazwischen und ausserhalb». milchjugend.ch

Weitere Informationen

Sexuelle Rechte sind Menschenrechte: Alle Menschen haben das Recht, ihre Sexualität lustvoll und frei von Zwang, Diskriminierung und Gewalt zu leben.



Fachstellen in fast jedem Kanton, die auf Sexuaufklärung spezialisiert sind. Auf deren Websites werden stetig aktualisierte Informationen und Unterrichtsmaterialien zur Verfügung gestellt. Auf der Internetseite der sexuellen Gesundheit Schweiz werden alle Fachstellen aufgelistet: sexuelle-gesundheit.ch

Allgemeine Beratungsangebote

lilli.ch: bietet jungen Menschen und Fachpersonen Infos und Tipps rund ums Thema Sexualität sowie Online-Beratung an.

tschau.ch: enthält viele interessante und nützliche Informationen rund um die Lebenswelt von Jugendlichen und bietet ebenfalls Online-Beratung an.

feel-ok.ch: Informationen und Tipps zum Thema Liebe und Sexualität für Jugendliche

147.ch: Die Webseite der Telefonhilfe Pro Juventute für Kinder und Jugendliche.

Die Autorinnen

Francesca Comini und Annina van der Linde sind Primarlehrerinnen und haben die Weiterbildung zur Sexualpädagogin am ISP in Zürich absolviert. Annina van der Linde ist zudem diplomierte Theaterpädagogin und hat einen CAS in psychosozialer Beratung zu Sexualität und sexueller Gesundheit. Beide sind als Sexualpädagoginnen an zwei Fachstellen tätig.

Der Sexteppich

Die Methode eignet sich für den 2. und 3. Zyklus.

1 In Einzelarbeit schreiben die Jugendlichen auf Papierstreifen (ein Wort pro Streifen) alle Begriffe auf, die ihnen zum Thema Sexualität in den Sinn kommen: Pubertät, Beziehungen, Geschlechtsverkehr, Gefühle... Hierbei muss nicht auf die Sprache geachtet werden, auch vulgäre Ausdrücke sind zulässig.

2 Die Streifen werden eingesammelt und in der Klasse neu verteilt. Nun liest jede und jeder die neuen Streifen still für sich durch.

3 Die Klasse versammelt sich im Kreis, auf ein Signal legen alle miteinander ihre Streifen auf den Boden und sprechen die Wörter dabei laut und deutlich aus. Dies geschieht gleichzeitig und darf auch etwas laut und lustig werden. Wenn genügend Platz vorhanden ist, sollte der Teppich möglichst breit ausgelegt werden.

4 Nun betreten die Schülerinnen und Schüler gleichzeitig sorgfältig den Teppich und sprechen alle Wörter, die ihnen ins Auge stechen, laut aus. Auf ein Signal der Lehrperson stellen sie sich wieder im Kreis auf.

5 Im nächsten Schritt begehen alle erneut den Teppich, bleiben jedoch bei jeder Begegnung mit einer anderen Person stehen und lesen das Wort unter ihren Füßen ihrem Gegenüber vor, indem sie sich in die Augen schauen. Anschliessend steht die Klasse wieder im Kreis. Gemeinsam wird besprochen, wie sich die Übungen 4 und 5 angefühlt haben.

6 Nun sortiert die Lehrperson zusammen mit der Klasse die Wörter nach Themen. Es müssen noch nicht alle Wörter erklärt werden.

7 Anhand der Zettel und allfälligen Ergänzungen der Lehrperson werden die Begriffe, die im Unterricht benutzt werden, herausgearbeitet und eventuell aufgeschrieben. Diese Wörter können in ein Heft übertragen werden.

8 Als letzter Schritt dürfen alle je zwei, drei Streifen auswählen, die von Interesse sind und der Lehrperson auf den Tisch legen.

Diese Schritte können erweitert oder verkürzt und der Klasse angepasst werden.