

Prinzipien Sexualpädagogik



Über die Prinzipien

Das Verlangen, zu lieben und geliebt zu werden, gehört zur Natur des Menschen. Ein gelingendes Leben, eine gelingende Ehe und Familie gehören zu den vordringlichsten Wünschen junger Männer und Frauen.

Wie schwierig aber der Umgang mit Sexualität, mit Leiblichkeit, mit Bindung oder Bindungsängsten und der eigenen Identität ist, zeigt der tägliche Blick in unterschiedlichste Medien. „Haben wir denn den richtigen Begriff von der Liebe? Er ist bei uns oft sentimental, weichlich geworden. (...) Die Moderne muß die Liebe als etwas viel Weiträumigeres, Furchtbareres und Gewaltigeres denken, als sie es tut“, so Romano Guardini. Die Liebe „überfällt“ uns nicht nur, wir können auch aus Erfahrungen anderer lernen. Um unter den vielen Möglichkeiten zur eigenen Wirklichkeit zu finden, sind hier sachkundige Überlegungen und Anregungen zusammengestellt.

Sie richten sich an alle, die in Familien, in der Erziehung (theoretisch und praktisch), in Schulen und Bildungseinrichtungen tätig sind. Ebenso richten sie sich an junge Menschen, die in ihrer Reifungsphase verlässlichen Rat suchen. Die Tulpen sind ein schönes Symbol: Zuerst sind sie kraftvoll geschlossen, aber im Inneren regt sich eine Entfaltung. Nur kann man sie nicht mit Absicht aufbrechen: Damit blühen sie nicht früher. Sondern sie kommen „von selbst“ zur Blüte, wenn ihre Zeit da ist. Dieses Reifenlassen und Warten auf die richtige Zeit ist in der entfalteten Tulpe aufs schönste sichtbar belohnt.

1. Grundsätzliches

Das Streben nach Glück ist das Grundbedürfnis eines jeden Menschen. Gerade die Sexualität kann Quelle großen Glücks - nicht selten aber auch großen Unglücks - sein. Daher ist die Erziehung zu einem selbstbestimmten, reifen und verantwortlichen Umgang mit eigener und fremder Sexualität unerlässlich. Für die große Mehrheit junger Menschen gehören eine dauerhafte Beziehung zwischen Mann und Frau sowie eigene Kinder wesentlich zu ihrer Vorstellung glücklichen Lebens. In dieser Sehnsucht sollen sie bestärkt werden – auch wenn ihre jetzige familiäre Lebensrealität gegebenenfalls anders aussieht (Patchworkfamilie, Scheidungssituation, Alleinerziehende etc.). Sie sollen fähig werden, zu einem sinnerfüllten Leben als Mann oder als Frau zu finden und eigene Entscheidungen für ihre Zukunft zu treffen. Dabei gilt es zu berücksichtigen, dass der Mensch mit seiner Sexualität in bestimmte Ordnungen des Daseins eingebunden ist. Es gibt Lebensgesetze und Erfahrungen, die allen Menschen gemein sind und sich vernünftig erkennen und mitteilen lassen. Sie sind offensichtlich nicht einfach willkürlich abzuändern, sondern kultur- und religionsübergreifend objektivierbar. Sexualität betrifft den ganzen Menschen. Sie hat eine physische, emotionale, kognitive, soziale, kulturelle und spirituelle Dimension. Sexuelle Entwicklung ist Teil der Identitätsentwicklung der einzelnen Person und wesentlich für die Herausbildung von Beziehungsfähigkeit. Im Gegensatz zum Tier lässt sich menschliche Sexualität nicht auf eine Folge von Triebregung und -befriedigung reduzieren. Als vitale persönlichkeitsprägende Lebenskraft des Menschen ist sie zugleich Gabe und Aufgabe, insofern der Umgang mit ihr und die Folgen sexuellen Handelns auch verantwortet sein wollen. In seiner Sexualität drückt sich der ganze Mensch aus. Als (nonverbale) Kommunikation ist sie gleichzeitig auch störanfällig und kann missverstanden werden. Um zu einem glücklichen Leben beizutragen, muss Sexualität als Körpersprache der Liebe erlernt, müssen ihre Gesetzmäßigkeiten berücksichtigt werden.

Es ist wichtig, Kindern und Jugendlichen zuerst eine positive und ganzheitliche Sicht von Sexualität zu vermitteln, damit sie eine möglichst natürliche und angstfreie Haltung zur Sexualität entwickeln können. Sie soll als elementare Lebenskraft verstanden werden, die zu kultivieren ist. Ebenso müssen Kindern und Jugendlichen aber auch Gefahren im Bereich der Sexualität aufgezeigt werden.

Eine wesentliche Entwicklungsaufgabe der Heranwachsenden besteht in der Integration der Sexualität in ihre Gesamtpersönlichkeit, in Auseinandersetzung mit dem sozialen und kulturellen Umfeld. Ist dies gelungen, bildet das eine wichtige Grundlage für den achtsamen Umgang mit sich selbst und anderen. Daher brauchen Kinder und Jugendliche eine Erziehung und Förderung, die sie in ihrer persönlichen Gesamtentwicklung berücksichtigt. Eine Reduzierung auf eine rein technische bzw. biologische Aufklärung greift zu kurz.

Da die sexuelle Entwicklung der (positiven) Formung bedarf, ist Sexualerziehung das primäre Recht und die Pflicht der Eltern. Familie ist der wichtigste Lernort für eine gesunde sexuelle Entwicklung. Die Schule hat die Aufgabe, die Eltern in ihrer Erziehungsverantwortung zu unterstützen.

2. Ziele der Sexualpädagogik

Eine ganzheitliche Sexualpädagogik strebt folgende Ziele an:

- » Sie begleitet junge Menschen bei der Aufgabe, die eigene sexuelle Entwicklung in die gesamte Persönlichkeitsentwicklung zu integrieren und sich selbst anzunehmen.
- » Sie hilft jungen Menschen, zur eigenen persönlichen Identität als Mann oder als Frau zu finden und sich der eigenen Würde bewusst zu werden. Dazu gehört, eine positive Einstellung zum anderen Geschlecht zu finden und dessen ergänzende Aspekte kennen und schätzen zu lernen.
- » Sie vermittelt Wissen über die sexuelle Entwicklung und das Gestalten von Beziehungen, damit junge Menschen zu verantworteten Entscheidungen im sexuellen Bereich kommen können. Dadurch hilft sie auch, das Zerbrechen von Beziehungen und Scheidungen zu vermeiden.
- » Sie befähigt, sich über Geschlechtlichkeit, Gefühle und Beziehungen zu verständigen und entwickelt eine dafür notwendige, ebenso sachgemäße wie achtsame Sprache.
- » Sie gibt jungen Menschen eine ganzheitliche Orientierung für Freundschaft, Liebe, Fruchtbarkeit und hilft ihnen, die Gesetzmäßigkeiten von Liebe und Sexualität zu erkennen (Polarität der Geschlechter, Unbedingtheit der Liebe, treue und dauerhafte Beziehung als Schutzraum für gegenseitige Hingabe, Wunsch nach Kindern).
- » Sie hilft, eine natürliche, lebensfrohe und verantwortungsbewusste Einstellung zu Sexualität zu entwickeln; dazu gehört auch die Fähigkeit, Lust zu empfinden und durch Selbstbeherrschung Lust zu sublimieren.
- » Sie hilft, Teenagerschwangerschaften und Abtreibungen zu vermeiden und führt zur Wertschätzung jedes Menschen von der Zeugung bis zum natürlichen Tod.
- » Sie hilft, Geschlechtskrankheiten zu vermeiden.
- » Sie sensibilisiert für Grenzverletzungen und wirkt sexualisierter Gewalt und Pornografie entgegen.
- » Sie fördert die Auseinandersetzung mit verschiedenen Wertorientierungen in einer Zeit, in der gerade junge Menschen zunehmend unter einen Orientierungs- und Verhaltensdruck im Bereich der Sexualität gebracht werden. So befähigt sie auch zur Toleranz Menschen gegenüber, die eine andere sexuelle Orientierung haben.
- » In der Verwirklichung dieser Ziele hilft sie den jungen Menschen, Sexualität in ihren vielerlei Kontexten zu verstehen. Das ermöglicht ihnen, in diesem Bereich so zu handeln, dass es für ihre Gesamtpersönlichkeit förderlich ist.

Eine solche ganzheitliche Sexualpädagogik ist von hohem gesellschaftlichem Interesse. Denn neben der positiven Persönlichkeitsförderung der Einzelnen hilft sie nicht nur bei der Heranbildung einer jungen Generation, die den Generationenvertrag einlösen kann, sondern fördert allgemein ein gesundheitliches Verhalten und die Familien- und Kinderfreundlichkeit der Gesellschaft.

3. Qualitätsstandards der Sexualpädagogik

Pädagogische Standards

- » Sexualerziehung soll dem Alter, der Reife und dem persönlichen Entwicklungsstand der jungen Menschen entsprechen. Daher ist Sexualunterricht für jeden jungen Menschen an der individuellen entwicklungspsychologischen Phase zu orientieren. Der jeweilige Erfahrungshorizont dieser Phase darf nicht überschritten werden.
- » Sexualerziehung nimmt Kinder und Jugendliche als einzigartige Persönlichkeiten ernst und gibt ihnen Raum, um Fragen, Ängste und Erwartungen anzusprechen. Emotionen müssen ausgedrückt, Werte aktiv erarbeitet und hinterfragt werden dürfen.
- » Gute Sexualerziehung arbeitet ganzheitlich. Sie thematisiert neben den körperlichen und psychischen Veränderungen auch die Gefühle, die Aufgabe des Verstandes und die Bedeutung von Entscheidungen, die Gestaltung von Freundschaften und den Einfluss des soziokulturellen Umfelds. Insbesondere geht es um die Befähigung, Verantwortung für sich und andere zu übernehmen.
- » Das natürliche Empfinden von Scham soll respektiert und bei der Auswahl der Unterrichtsinhalte und -materialien berücksichtigt werden. Sexuelle Selbsterfahrung hat thematisch keinen Platz im Sexualkundeunterricht.
- » Während der Pubertät soll die Möglichkeit geboten werden, Mädchen und Jungen in ihrer geschlechtlichen Identität und in ihrem Selbstwert zu festigen. Deshalb ist bei geschlechtsspezifischen Themen eine reflexive Koedukation, eine Trennung von Jungen und Mädchen, sinnvoll. Erst danach ist koedukativer Unterricht zielführend, weil durch das Verstehen des eigenen Geschlechts eine neue Sichtweise für das andere Geschlecht möglich wird.
- » Bei geschlechtsspezifischen Themen sollten – jedenfalls überwiegend - Jungen von Männern und Mädchen von Frauen unterrichtet bzw. begleitet werden.
- » Jugendliche brauchen ausreichend Zeit, d. h. ein ihrem Alter entsprechendes kontinuierliches Angebot, um sich entwicklungsgemäß mit den vielfältigen Themen rund um Sexualität auseinanderzusetzen und sich eine begründete Meinung zu bilden.
- » Die Inhalte sollen interaktiv erarbeitet werden. Selbst erworbene Ansichten und durchdachte Entscheidungen haben großen Einfluss auf die individuelle Weiterentwicklung und das persönliche Wachstum.

Ausbildungsstandards

- » Sexualpädagogen brauchen eine interdisziplinäre Ausbildung, die biologische, psychologische, ethische, pädagogisch-didaktische und spirituelle Inhalte vermittelt.
- » Die Ausbildung beinhaltet auch biografische Arbeit über die eigene sexuelle Entwicklung. Sexualpädagogen müssen reife Persönlichkeiten sein, die die Erfordernisse von Nähe und Distanz richtig einschätzen und beachten sowie einen wertschätzenden und meinungsbildenden Umgang mit den Lernenden pflegen.
- » Mentoring, Supervision und regelmäßige Weiterbildung sichern die Qualität der Arbeit.
- » Sexualpädagogische Konzepte sollen in Zusammenarbeit von Frauen und Männern erarbeitet werden und auf dem aktuellen wissenschaftlichen Stand sein. Dazu muss im Bereich Sexualentwicklung und -pädagogik auch Forschung betrieben werden.
- » Sexualpädagogische Ausbildungen und Konzepte müssen regelmäßig evaluiert werden.

4. Inhalte der Sexualpädagogik

Im Vordergrund der Sexualerziehung steht die Stärkung der eigenen Identität, der Erwerb von Kompetenzen in Sprache und Kommunikation, Sachlichkeit, soziale und ethische Normen, Medien, interkulturelle und interreligiöse Kenntnisse sowie das Lernen durch Beziehung. Dabei wird Sexualität als etwas grundsätzlich Lebensdienliches und Aufbauendes dargestellt: als Identität stiftende Grundlage der Person, als Ausdruck von Liebe und Zeichen der Bindung, als Quelle des Lebens und des Glücks.

Inhaltliche Schwerpunkte der Sexualpädagogik sind:

- » Sexualerziehung hilft den sich entwickelnden Kindern und Jugendlichen zu verstehen, was in ihrem Körper geschieht. Dies betrifft nicht nur die Entwicklung der Sexualorgane und die Veränderungen im Hormonhaushalt, sondern auch den Auf- und Umbau des Gehirns sowie die veränderte Wahrnehmung der Umwelt. Begleitendes Persönlichkeitstraining kann gegen Verunsicherung und Ängste stärken und hilft, Sexualität als eine Ressource für Entwicklung und Entfaltung zu entdecken.
- » Über den natürlichen Ablauf des weiblichen Zyklus wird informiert. Die Mädchen lernen dabei ihre Weiblichkeit und ihre Fruchtbarkeit schätzen. Liebe und Fortpflanzung werden in ihren natürlichen und kulturellen Zusammenhängen erarbeitet und die Verantwortung von Mann und Frau für die Entstehung und die Entwicklung einer neuen Familie betont. Auch die Jungen lernen ihre erwachende Fruchtbarkeit und ihre Männlichkeit schätzen. Unterschiedliche sexuelle Reaktionen beider Geschlechter werden vermittelt. Mädchen und Jungen machen sich Gedanken über einen verantwortlichen Umgang damit.
- » Das Bewusstsein der eigenen Fruchtbarkeit hat eine Schlüsselfunktion: Durch das Verstehen, Vater oder Mutter werden zu können, wird die Tragweite sexueller Aktivität erkannt und in die Verantwortung einbezogen.
- » Die Wahrnehmung eigener Gefühle, ihre Artikulation und ein achtsamer Umgang damit werden eingeübt. Dies betrifft grundsätzlich alle Gefühle, insbesondere aber sexuelle, die im Jugendalter entdeckt werden.
- » Lebensvisionen zu erarbeiten und zu besprechen trägt zu einem zielgerichteten Verhalten bei. Die Bedeutung von Liebe und Hingabe wird grundlegend erarbeitet.
- » Sexualität betrifft immer die Beziehung zu sich selbst und zu anderen. Daher ist ein wesentlicher Teil guter Sexualpädagogik die Förderung der Beziehungs- und der Sprachfähigkeit. Zunächst wird die Gestaltung von Freundschaften in angemessener Weise thematisiert. Um Verletzungen durch das Zerschneiden von Beziehungen vorzubeugen, wird auch der Wert einer verlässlichen, treuen und liebevollen Partnerschaft erarbeitet. Die Ehe zwischen Mann und Frau als der beste Schutzraum für gelebte Sexualität und für das Aufwachsen von Kindern kommt dabei zur Sprache.
- » Der junge Mensch lernt verstehen, dass Sexualität lebensphasenspezifischen psychischen Motivationen unterliegt und sich im Lauf des Lebens verändert.
- » Sexualpädagogik erläutert das biologische und kulturelle Mann-Frau-Verhältnis und vermittelt ein lebenswertes Bild beider Geschlechter. Vaterschaft und Mutterschaft werden als sinnvolle und gleichermaßen verantwortungsvolle Aufgaben vorgestellt. Die Kernfamilie (Vater, Mutter, Kind/er) wird dabei als Regel betrachtet, weil sie sowohl der Herkunft als auch der Sehnsucht der Heranwachsenden entspricht.
- » Sexualpädagogik stellt verschiedene sexuelle Orientierungen altersgemäß vor, entsprechend ihrer realen Verteilung in der Bevölkerung. Minderheiten werden weder diskriminiert noch idealisiert, Mehrheiten weder unterschlagen noch abgewertet. Vermittelt wird die Achtung vor der jeweiligen Person.
- » Mit dem Leid von Kindern und Jugendlichen, die aufgrund familiärer Brüche unter seelischen Verletzungen leiden, wird behutsam umgegangen. Es wird in geeigneter Weise angesprochen und nicht relativistisch bagatellisiert.

- » Zu Themen wie Teenagerschwangerschaften und sexuell übertragbare Infektionen wird informiert, ohne sie zum Schwerpunkt des Unterrichts zu machen.
- » Sowohl die körperlichen und seelischen Risiken verfrühter sexueller Aktivität und promiskuen Verhaltens als auch die Bedeutung von Warten bzw. Verzichten (Trieb-sublimation) werden thematisiert.
- » Die Entwicklung des ungeborenen Kindes ab der Zeugung wird in Wort und Bild dargestellt. Dabei werden auch die körperlichen und seelischen Folgen einer Abtreibung altersgemäß aufgezeigt.
- » Eine sachliche Darstellung aller Familienplanungsmethoden und ihrer Auswirkungen auf Frau und Mann und die Partnerschaft erfolgt entwicklungsgemäß. Wirkungen und Nebenwirkungen von Verhütungsmitteln werden altersgerecht beschrieben.
- » Rechtliche und persönliche Grenzen werden thematisiert, um Orientierung zu geben und sexualisierter Gewalt vorzubeugen. Die eigenen Grenzen zu benennen und Nein zu sagen wird eingeübt (Selbstbehauptungstraining).
- » Sexualerziehung behandelt sowohl die Hygiene des Körpers als auch die der Seele, z. B. die Meidung von Pornografie, Telefonsex, Sex als Ware etc.
- » Sexualpädagogik stärkt die Medienkompetenz. Realität und Fiktion werden gegenübergestellt. Jugendliche erhalten Hilfe, um ihr Mediennutzungsverhalten im Hinblick auf ihre eigene Persönlichkeitsentwicklung und ihre Lebensziele kritisch zu hinterfragen, insbesondere vor dem Hintergrund der beziehungsfeindlichen Wirkungen von Pornografiekonsum. Auf Suchtprävention wird geachtet.

5. Rahmenbedingungen

Sexualerziehung ist primär Recht der Eltern oder der Erziehungsberechtigten. Insofern sind Eltern und Erziehungsberechtigte von Seiten der Bildungsträger immer zu informieren und einzubeziehen, wenn Sexualerziehung angeboten wird.

Manche Eltern sind allerdings zeitlich und inhaltlich, auch aufgrund ihrer Biografie, überfordert, ihre Kinder im Bereich der Sexualität zu begleiten. Sie brauchen oft selbst Unterstützung und Schulung.

Gleichzeitig ist der im Jugendalter entwicklungsbedingt nötige Ablösungsprozess von den Eltern zu beachten. Daher sind außerfamiliäre Angebote eine wichtige Unterstützung für die elterliche Erziehungsaufgabe. Insofern hat schulische wie außer-schulische Sexualerziehung eine unterstützende und ergänzende Funktion. Dabei muss das Recht, freiwillig am Sexualkundeunterricht teilzunehmen bzw. seine Kinder oder als Jugendlicher sich selbst davon abzumelden, gewährleistet sein.