



# EINFLÜSSE & SEXUALITÄT

## EINFÜHRUNG

Jugendliche stellen sich viele Fragen zum Thema Sexualität (neue Beziehungen, Erfahrungen, Wünsche usw.). Sie werden mit ihrer Vorstellungswelt sowie mit Ängsten konfrontiert, die durch die Unkenntnis dieses noch relativ tabuisierten Themas hervorgerufen werden. „Was muss ich beim ersten Mal tun?“, „Muss man verliebt sein?“, „Ist das, was ich fühle, normal?“, „Wird es mir weh tun?“. Die von den Jugendlichen konstruierten Antworten werden von unterschiedlichen Einflüssen geprägt: hier zeigt sich in erster Linie der gesellschaftliche, kulturelle und religiöse Einfluss; der Einfluss der Eltern; der Einfluss der Medien (einschließlich der Pornografie) und der Einfluss der Gleichaltrigen. Wenn junge Menschen sich über zuverlässige Quellen informieren, die verschiedenen Einflüsse gegeneinander abwägen und sich von den vermittelten Botschaften distanzieren, können sie ihre Sexualität besser selbst bestimmen.

## ZIELE DER ANIMATION

- Den Jugendlichen dazu bringen, Stereotypen, die von der Gesellschaft, aber auch von Pornografie, dem Internet, Filmen usw. verbreitet werden, mit kritischem Blick zu sehen.
- Den Jugendlichen bewusst machen, dass ihre Entscheidungen und Verhaltensweisen zum Teil der Erziehung, die er oder sie genossen haben, geleitet werden.
- Den Jugendlichen dazu bringen, über den Einfluss von Gleichaltrigen und sozialen Gruppen auf sein Sexualverhalten nachzudenken.
- Bei dem Jugendlichen den Begriff der Freiheit in Bezug auf seine sexuellen Entscheidungen und Orientierungen zu stärken.



# VORSTELLUNGEN DES ANIMATORS

Bevor Sie mit der Animation beginnen, sollten Sie unbedingt Ihre eigenen Vorstellungen über das Thema hinterfragen. Denn während der Debatte werden die Jugendlichen Ideen (Meinungen, Ansichten, Argumente) austauschen, denen Sie zustimmen oder die Sie ablehnen. Und das ist völlig normal. Die einzigartigen Erfahrungen jedes Einzelnen prägen die Art und Weise, wie bestimmte Themen interpretiert werden. Respekt, Urteilsvermögen und Vorstellungen sind daher eng miteinander verbunden.

Als Jugendleiter sollten Sie daher auf die eigenen Vorstellungen achten und diese nicht äußern, um nicht in die Debatte zwischen den Jugendlichen einzugreifen. Möglicherweise fühlen sie sich dadurch verurteilt, was die Spontanität der Debatte beeinträchtigen könnte.

Denken Sie daran, es ist wichtig, dass sich die Jugendlichen ohne Tabus oder Angst vor Verurteilung äußern können. Die Haltung des Animators sollte offen und respektvoll sein.

Wenn das Thema für Sie persönlich heikel sein sollte, ist es beispielsweise möglich, die Debatte mit einer Person zusammen zu moderieren, die sich damit besser auskennt.

## THEORIE

### SEXUELLES ERWACHEN

„Was muss ich beim ersten Mal tun?“, „Muss man verliebt sein?“, „Ist das, was ich fühle, normal?“, „Wird es mir weh tun?“, „Wie lange muss ich durchhalten?“, „Welche Verhütungsmittel muss ich benutzen?“, „Was ist das, ein Vorspiel?“ usw. Jugendliche stellen sich eine Menge Fragen zu ihren neuen Beziehungen, Erfahrungen und Wünschen. Sie werden mit ihrer Vorstellungswelt sowie mit Ängsten konfrontiert, die durch die Unkenntnis dieses noch relativ tabuisierten Themas hervorgerufen werden. Junge Menschen befinden sich inmitten einer Identitätsfindung, auch in Bezug auf ihre Sexualität. Sie sind auf der Suche nach Orientierungspunkten und Vorbildern. Während einige dieser Orientierungspunkte schon in der Kindheit verankert worden sind, werden andere erst mit Beginn der Adoleszenz gebildet. Die Antworten, die sich Jugendliche mental zurechtlegen, werden von zahlreichen Einflüssen geprägt, von denen einige stärker sind als andere:

1. **gesellschaftlicher, kultureller und religiöser** Einfluss
2. der Einfluss von **Eltern** und **Familie**,
3. der Einfluss von **Gleichaltrigen**,
4. der Einfluss der **Medien**,



Idealerweise sollte es zahlreiche Quellen von Einflüssen geben, um die Möglichkeit von Diversifizierung und Konfrontation zu gewährleisten. Dieser Mechanismus ermöglicht es dem Jugendlichen, einen kritischen Blick im Bereich Sexualität zu entwickeln, seine Neugierde auf diesem Gebiet zu wecken und ihm insbesondere die Möglichkeit zu bieten, eigene Entscheidungen zu treffen.

## ➤ 1. Gesellschaft, Kultur und Religion

Ein erster Einfluss stammt aus dem Umfeld, in das der Jugendliche seit seiner Jugend „eingetaucht“ ist. Er oder sie sind sich dessen nicht immer bewusst, denn man wurde schließlich dort hineingeboren: die Kultur, in der man aufwächst, bildet den Einfluss der „Norm“ für all diejenigen, die ihr angehören. Der Einfluss der Zeit, der Gesellschaft, der Kultur und der Religion, denen der Jugendliche angehört, ist sehr groß. Es sind Handlungs- und Denkweisen, Verbote, Freiheiten oder Verpflichtungen, die auf diese Weise transportiert werden. Häufig werden die Jugendlichen erst durch die Konfrontation mit anderen Verhaltensweisen auf die Sitten und Gebräuche der eigenen Kultur aufmerksam (z. B. das Verhältnis zum Körper, Verhütung, Verhalten in der Öffentlichkeit, die Art und Weise, wie man seine Religionszugehörigkeit zeigt, die Rollen von Mann und Frau usw.). Diese Gegenüberstellungen ermöglichen es, sich anderen Lebens- und Denkweisen zu öffnen, auch in Bezug auf Liebesbeziehungen und Sexualität.

## ➤ 2. Eltern und Familie

Eine zweite wichtige Einflussquelle findet ihren Ursprung im unmittelbaren Umfeld des Jugendlichen: direkt bei ihm zu Hause, in der Familie. Je nach Familie wird über das Thema Sexualität mehr oder weniger offen gesprochen. Ob man nun ein wenig, viel oder überhaupt nicht darüber redet, die verschiedenen Gespräche, die sich im Laufe der Jahre summieren (oder deren Fehlen), leisten einen Beitrag zur Sexualerziehung des Jugendlichen. Neben den Worten vermittelt auch das Verhalten der Eltern dem Jugendlichen Werte und Anhaltspunkte zu allen Aspekten, die mit emotionalen Beziehungen und Sexualität zusammenhängen. Bis zum Teenageralter sind die Eltern häufig die einzigen Bezugspersonen für das Kind. Wird das Thema dann locker und offen angesprochen, kann der Jugendliche Werte und Orientierungshilfen besser identifizieren: Welche Praktiken sind respektvoll, welches Verhütungsmittel wird er wählen, an wen kann er sicher mit seinen Fragen wenden usw.

Wenn Sexualität zuhause jedoch ein Tabu darstellt, bleibt dem Jugendlichen dieser Einfluss der ersten Ordnung verwehrt. Das ist häufig dann ein Problem (unerwünschte Schwangerschaft, sexueller Missbrauch usw.), wenn eine (zudem häufig komplizierte) Kommunikation in Gang gesetzt wird. Neben den Eltern, und vor allem, wenn die Kommunikation mit diesen fehlt, kann sich der Jugendliche an andere Bezugspersonen in Sachen Sexualität wenden: z. B. an ältere Geschwister, die seine Erfahrungen teilen, oder einen Paten oder eine Tante, denen er sich anvertraut.



### ➤ 3. Peers

Das Umfeld übt einen großen Einfluss auf Jugendliche aus, insbesondere derjenige des Freundeskreises, und zwar auch im Hinblick auf die Sexualität. Wenn ein Jugendlicher einen Freundeskreis auswählt, dessen Werte mit den eigenen übereinstimmen, und wenn er die Möglichkeit hat, seine Meinung unter Wahrung seiner Werte zu äußern, trägt dies zur Aufwertung seiner Person bei. Ein solches „durchsetzungsfähiges“ Verhalten löst einen Schneeballeffekt aus, denn es stärkt das Selbstvertrauen des Einzelnen und macht ihn selbstbewusster. In Bezug auf das Liebes- und Sexualleben spielt Selbstvertrauen nämlich eine wichtige Rolle. In der Pubertät wird Sexualität besonders unter Gleichaltrigen diskutiert, weshalb es wichtig ist, einer Gruppe anzugehören, die die gleichen Werte vertritt. Um dazuzugehören, werfen Teenager leider manchmal ihre Werte über Bord, z. B. indem sie Verhaltensweisen an den Tag legen, die sie nicht gutheißen, Risiken eingehen oder sich nicht trauen, „nein“ zu sagen. Sie überschreiten dann ihre Grenzen, indem sie Dinge tun, die sie alleine nicht tun würden. Der starke Einfluss der Gruppe spielt hier eine große Rolle, im positiven als auch im negativen Sinne. Jeder Teenager sollte sich fragen, ob seine Freundesgruppe zu ihm passt, ob er sich dort frei entfalten kann und ob die Werte der Gruppe auch den eigenen Werten entsprechen.

### ➤ 4. Medien

Neben Kultur, Familie und Gleichaltrigen nehmen die Medien erheblichen Einfluss auf die Sexualität junger Menschen. Es ist unmöglich, sich diesem Einfluss zu entziehen: öffentlicher Raum, Fernsehen, Zeitschriften, Internet usw. Sie dringen auch dann in unser Leben ein, wenn wir sie nicht darum bitten. Das Diktat der Mode, die über Fernsehsendungen und Webserien angebotenen Stereotypen, der Zugang zu allen möglichen Inhalten über das Internet, die Präsenz von Pornos, die Vervielfachung von Bildschirmen unter den Jüngsten usw. sind nur einige Beispiele. Da sich Jugendliche dem nicht entziehen können, besteht die Herausforderung für sie darin, alle Botschaften, die er erhält, mit kritischem Auge zu betrachten. Mit anderen Worten: er oder sie müssen erkennen, dass die Medien versuchen, sie in ihren Entscheidungen, Handlungen und Werten zu beeinflussen, und sie müssen in der Lage sein, diese Botschaften zu entschlüsseln: Serien vermitteln eine beschönigende Vorstellung von Liebe, die in der Werbung dargestellten „Körper“ sind künstlich gestylt, die Rollen extrem genderisiert, und es wird wenig Raum für Unterschiede gelassen, um nur einige Beispiele zu nennen.

#### **Der Fall der Pornografie:**

Viele Minderjährige kommen mit Pornografie in Berührung. Getrieben von Neugier, sexuellen Impulsen und Fantasien sowie der Suche nach Vergnügen kann ein junger Mensch dazu neigen, nach solchen Inhalten zu forschen. Allerdings erzeugen pornographische Darstellungen bei Teenagern falsche Vorstellungen, da Pornos ein kommerzielles Produkt sind, das Konsumenten anlocken soll. Sie zielen auf Erregung und nicht auf Bildung ab. Um der Ästhetik oder Attraktivität eines Szenarios Genüge zu tun, sind die darin vermittelten Botschaften irreführend oder gar falsch. Pornografie wird zum Problem, wenn es die einzige Möglichkeit ist, Sexualität zu erlernen. Das Betrachten pornografischer Abbildungen kann auch schnell zur Ursache von Ängsten, Fragen und Komplexen werden.



### Die „sexuellen Medien“ tendieren dazu:

- Komplexe zu erzeugen, da nichts mit der Realität übereinstimmt. Körperliche Eigenschaften werden besonders vorteilhaft dargestellt: riesige Brüste, überdurchschnittliche Penislänge, übertriebene Dauer des Geschlechtsaktes usw.
- Geschlechterstereotypen zwischen Jungen und Mädchen zu verstärken. Mächtige, starke und potente Männer und unterwürfige, sehr sexy und hyperfeminine Frauen usw.
- Normen in Bezug auf Geschlechtsidentitäten aufzustellen. Um ein Mann zu sein, muss man begehrenswert sein, und um eine Frau zu sein, muss man begehrt werden. Männer entscheiden alles, während die Frauen alles akzeptieren, ohne ihre Meinung zu äußern usw.
- Eine gewisse verbale, psychologische, physische oder gar sexuelle Gewalt zu banalisieren. Es gibt kaum ein Drehbuch, das nicht mindestens eine Gewaltszene enthält, die von einem Klaps auf den Hintern bis hin zu simulierter Pseudo-Vergewaltigung reicht. Es ist jedoch bekannt, dass Gewaltszenen aufgrund ihres aggressiven Charakters mehr Aufmerksamkeit auf sich ziehen.

Pornografie beeinflusst eindeutig das Sexualverhalten von Jugendlichen (neue Praktiken, Wortschatz usw.). Daher ist es wichtig, das Thema mit den Jugendlichen anzusprechen oder zumindest für ihre Fragen offen zu sein. Die Stärkung des kritischen Geistes von jungen Menschen ist von entscheidender Bedeutung.

### ➤ 5. Eine persönliche Meinung entstehen zu lassen

Schon in der Kindheit entwickelt das Individuum einen „inneren Film“. Dabei handelt es sich um alle geträumten Erwartungen eines kleinen Mädchens oder eines kleinen Jungen, die durch Geschichten über Märchenprinzen oder Liebes-Cartoons aufgebaut wurden, gemischt mit dem, was das Kind von der Erwachsenenwelt wahrnimmt. Die verschiedenen Einflüsse werden in ihrer Wirkung nicht nachlassen, und unter ihrer kombinierten Wirkung wird der Jugendliche eine mehr oder weniger genaue Vorstellung davon entwickeln, was Liebe und Sexualität bedeuten. Daraus erwachsen eine sexuelle Orientierung, Erwartungen, Werte und mehr oder weniger klar definierte Leitlinien, die sich mit zunehmender Zeit und Erfahrung weiterentwickeln. Sie werden unweigerlich mit einer Realität konfrontiert, die sich vielleicht völlig von derjenigen unterscheidet, die der junge Mensch sich vorgestellt hat. Um eine zu große Diskrepanz zwischen Traum und Wirklichkeit zu vermeiden, und damit sich der Jugendliche weniger hilflos fühlt, ist es wichtig, ihn zu ermutigen, sich über Sexualität und Verhütung zu informieren. Dazu muss man ihm sichere und qualitativ hochwertige Quellen anbieten und ihn insbesondere dazu auffordern, sich mit seinen Fragen an Fachleute zu wenden: Hausarzt, Schulkrankenschwester, Planungszentrum, Infor Jeunes, Apotheker... Dabei sollte man immer darauf achten, ihm oder die Schuldgefühle zu nehmen, nur weil er/sie sich für das Thema interessiert.

Je besser junge Menschen informiert sind, umso verantwortungsbewusster gehen sie mit Sexualität und im weitesten Sinn auch mit ihren Liebesbeziehungen um.



# WEITERFÜHRENDE QUELLEN

- KALEIDO: Zentrum für gesunde Entwicklung  
<https://www.kaleido-ostbelgien.be/jugendliche/gesundheit/sexualitaet>
- O'Yes, Organization for youth education & sexuality: O'YES ASBL | Safe SEX & Fun  
<https://www.o-yes.be>



# FRASBEE-ANIMATION

## 1. Beim ersten Mal ist es besser, verliebt zu sein.

Ganz gleich, ob es sich um eine erste Erfahrung oder eine Etappe in der Liebesbeziehung handelt, ideal ist es, wenn sich der oder die Jugendliche bereit fühlt, frei ist, um zur Tat zu schreiten und seinen/ihren Partner zu wählen. Er sollte auch in der Lage sein, seine Ängste und Wünsche mit seinem/ihrer Partner zu teilen. Der Aufbau eines gegenseitigen Vertrauensverhältnisses ist demnach von entscheidender Bedeutung.

## 2. Jungfräulichkeit ist ein kultureller/religiöser Aspekt.

Es können verschiedene Definition oder Vorstellungen von Jungfräulichkeit vorherrschen: Ist damit die körperliche Jungfräulichkeit (das Vorhandensein des Jungfernhäutchens bei der Frau) gemeint oder das Fehlen jeglicher Art von Geschlechtsverkehr? Und was versteht man in diesem Fall unter „Geschlechtsverkehr“? Jeder Jugendliche muss sich gemäß seinen Vorstellungen positionieren, indem er das Thema mit seinem Umfeld, seinen Eltern, Freunden usw. bespricht.

## 3. Jungfrau sein, ist eine Schande!

Die erste Erfahrung unterliegt keiner Norm, auch wenn die sexuelle Mündigkeit bei 16 Jahren liegt. Dennoch kann das Alter, in dem der junge Mensch zum ersten Mal Geschlechtsverkehr hat, einen Einfluss auf sein Netzwerk aus Freunden und die Integration in die Gruppe haben. Wichtig wird sein, dass der Jugendliche sich frei fühlt, mit seinem Körper und seinem Kopf bereit ist, Vertrauen zu seinem Partner hat und in seinen Entscheidungen respektiert wird.

## 4. Wenn du sicher sein willst, bilde dich im Internet weiter.

Der Zugang zum Internet und zu sozialen Netzwerken ermöglicht es Teenagern, sich über Sexualität zu informieren, ihre Neugierde zu stillen und intime und sensible Themen anzusprechen und dabei anonym zu bleiben. Einfach, schnell und unkompliziert ist es für viele Jugendliche das bevorzugte Medium. Das sehr vielfältige Angebot und der (häufig verdeckte) kommerzielle Charakter mancher Websites stellen jedoch keine Garantie für die Qualität der Informationen usw. dar. Schließlich spiegeln die von den Medien vermittelten Leistungs- und Konsumstereotypen (Sex um des Sexes willen) nicht die Realität wider. Daher ist es wichtig, die Suche nach Websites über Gesundheit anzuregen, die zuverlässige und differenzierte Informationen liefern, die unerlässlich sind, um sich eine eigene Meinung bilden und die richtigen Entscheidungen treffen zu können.



## 5. Man kann sich seine sexuelle Orientierung nicht aussuchen.

Die sexuelle Orientierung bricht sich zu einem bestimmten Zeitpunkt im Leben eines jungen Menschen Bahn. Zunächst noch recht unklar, tritt sie aber im Laufe der Entdeckung des Verlangens und der durchlebten Erfahrungen immer deutlicher hervor. In der Pubertät kommt es nicht selten vor, dass Jugendliche Phasen der Homosexualität oder Bisexualität durchlaufen, die von vorübergehender Dauer sein oder eine endgültige Ausrichtung bezeichnen können. Auch wenn man sich seine sexuelle Orientierung nicht aussuchen kann, so kann man doch entscheiden, wie man sie auslebt.

## 6. Pornos sind ideal für tollen Sex.

Im Internet leicht zugänglich, ist es für Jugendliche verlockend, sich auf Pornos zu beziehen. Pornografie vermittelt jedoch zahlreiche Stereotypen (Leistungskult, Unterwerfung, Lust, Frauen als Objekte, Gewalt usw.). Diese „Anhaltspunkte“ können die Beziehung, die der Jugendliche zu seiner Sexualität und seinem sozio-emotionalen Leben hat, verfälschen. Anstatt das Thema zu einem gefährlichen Tabuthema zu erklären, gleichzusetzen mit Abweichung, ist es jedoch besser, Pornografie als eine von mehreren Dimensionen des Gefühls- und Sexuallebens junger Menschen einzuordnen. Eine offene Diskussion zu diesem Thema wird es jungen Menschen ermöglichen, einen kritischen Blick zu entwickeln und Pornografie als Werkzeug unter vielen zu nutzen, Erregung zu erzeugen oder Wünsche und Fantasien zu nähren.