



BEZIEHUNGS-, GEFÜHLS- UND SEXUALLEBEN (VRAS)

PRÄAMBEL

Adoleszenz und soziale Beziehungen sind zwei untrennbare Themen. In diesem Alter distanziert sich der Jugendliche von seinen Eltern, um einerseits seine eigene Blase - seine Intimsphäre - zu schaffen und sich andererseits in eine Gruppe von Gleichaltrigen einzugliedern, die für ihn immer wichtiger wird. Teenager nehmen auch einen neuen Platz auf dem sozialen Schachbrett ein. Beziehungen - seien es Beziehungen unter Jugendlichen, Liebesbeziehungen, sexuelle Beziehungen oder einfach nur formellere Kontakte (in der Schule oder am Arbeitsplatz) - bringen eine Reihe von Regeln und Verhaltensweisen mit sich, die man akzeptieren muss, damit die Beziehung ausgewogen ist und alles gut läuft. Insbesondere Liebesbeziehungen stellen bei Teenagern eine große Herausforderung dar, da sie bisher unerforschte emotionale Wellen aufwerfen. Sie führen nach und nach zu den ersten intimen und später sexuellen Beziehungen, einem wichtigen Schritt im Leben.

WORAUF IST ZU ACHTEN?

Die sexuelle Gesundheit ist ein wichtiger Aspekt der allgemeinen Gesundheit und des Wohlbefindens, insbesondere bei Teenagern, die in diesem Bereich ihre große Premiere haben. Das Thema Beziehungs-, Gefühls- und Sexualleben geht uns also alle an. Es handelt sich um ein Thema, das sowohl die Intimsphäre berührt als auch im Alltag nicht leicht zu besprechen ist, noch dazu mit Jugendlichen. Aus diesem Grund sollte sich der Animator völlig frei fühlen, ob er die Diskussion in Gang bringen will oder nicht, wobei er seine ideologischen, philosophischen und technischen Grenzen beachten muss.



Da sich die „Normen“ und Praktiken im Bereich der Sexualität schnell verändern (Medieneinflüsse, neue Sexualmodelle, Emanzipation usw.), ist es für den Jugendbetreuer manchmal kompliziert, die Ansichten und Verhaltensweisen der Jugendlichen neutral aufzunehmen, ohne sie mit seinen eigenen Anhaltspunkten und Erfahrungen zu vergleichen. Daher ist es einmal mehr wichtig, daran zu erinnern, dass die Jugend eine Zeit der Entdeckung, der Neugier und des Experimentierens ist, die jede(r) im Laufe seines/ihrer Lebens durchläuft.

UNSER ANSATZ: EIN THEMA UND FÜNF MÖGLICHKEITEN, DARÜBER ZU SPRECHEN...

Das Beziehungs- und Liebesleben ist ein sehr sensibles Thema für Teenager. Die Auseinandersetzung damit erfordert ein Mindestmaß an Wissen. Die Grundlagen dieses Themas im Tool „*Und du, was denkst du?*“ wurden in Zusammenarbeit mit Sexologen und Betreuern von Familienplanungszentren¹ erarbeitet. Aufgrund ihrer Empfehlungen wurde das Tool weiterentwickelt, wobei die fünf komplementären Achsen zum Thema VRAS beibehalten wurden:

- Beziehungsleben
- Die Liebesbeziehungen
- Körper und Sexualität
- Gedanken und Sexualität
- Einflüsse und Sexualität

Das Ziel dieser Aufteilung ist einerseits, jedes Thema aus einem sehr spezifischen Blickwinkel betrachten zu können, ohne alles zu vermischen. Andererseits lässt dies dem Animator die Möglichkeit, zu entscheiden, worüber er die Debatte besonders anstoßen möchte.

WAS DIE THEMENBEREICHE NICHT BEHANDELN

Die fünf Themenbereiche sollen die Sexualität allgemein behandeln, mit dem, was im Kopf und im Körper des Teenagers vor sich geht, und auch das Sexual- und Liebesverhalten in dieser Lebensphase ansprechen.

¹ Dank an Frau Sylvie Loumaye, unabhängige Psychologin und Sexualpsychologin, und die Mitarbeiterinnen der Familienplanungszentren „Estelle Mazy“, „Le 37“ in der Region Lüttich; sowie „Infor Couple“ in Verviers für ihre aktive Teilnahme und ihr wertvolles Fachwissen in diesen Bereichen.



Bewusst wird in diesen Themenbereichen inhaltlich nicht auf Maßnahmen und Empfehlungen zum Sexualleben eingegangen. Sie werden keine detaillierten Informationen über Empfängnisverhütung, STI (sexuell übertragbare Infektionen), HIV (AIDS), Frühschwangerschaft, Schwangerschaftsabbruch oder riskantes Sexualverhalten etc. finden. Diese sensiblen Themen erfordern eine gründliche Beherrschung der Materie und werden am besten (in der Gruppe oder einzeln) mit einer Gesundheitsfachkraft wie einer Krankenschwester oder einem Schularzt oder einem Spezialisten des Familienplanungszentrums besprochen.

BEGLEITUNG WÄHREND DER ANIMATION

Bei der Diskussion über diese Themen ist es sinnvoll, zwischen der Rolle des Animators und der Rolle des Vertrauten zu unterscheiden. Wenn die Jugendlichen viel reden und sich anvertrauen oder wenn der Animator besondere Fragen erhält, kann es notwendig sein, die Jugendlichen an Fachleute zu verweisen (Familienplanung, PMS, PSE). Die Möglichkeit, gemeinsam mit einem dieser Spezialisten zu moderieren, kann dabei helfen, sich mit dem Thema wohler zu fühlen.

DEN JUGENDLICHEN ERMÖGLICHEN, IHR LERNEN IN VRAS AKTIV ZU GESTALTEN.

Trotz der sexuellen Emanzipation und der Fülle an Informationen, die den Jugendlichen direkt zur Verfügung stehen, bleibt das Thema für viele Menschen trotzdem „tabu“. Eine der Herausforderungen wird darin bestehen, die Jugendlichen zu einem aktiven Vorgehen bei der Suche nach qualitativ hochwertigen Informationen über verschiedene Kanäle (Medien, Eltern, Gleichaltrige, Anbieter, Fachleute usw.) zu ermutigen. Es ist ihr Recht, ihre Freiheit, aber auch ihre Verantwortung, ihre eigene Sexualität zu gestalten.



UNTERSCHIEDE ZWISCHEN JUNGEN UND MÄDCHEN

Jungen und Mädchen werden sicherlich unterschiedliche Sichtweisen auf die VRAS-Themen haben: die Beziehung zum Körper, Emotionen, Gefühle und Erwartungen ausdrücken etc. Der Animator kann dies zu Beginn der Moderation von vornherein ankündigen. Er wird darauf achten, diese Unterschiede während des Austauschs zu würdigen.

DIE THEMEN KREUZEN

Die fünf VRAS-Themen können unabhängig voneinander bearbeitet werden. Sie sind jedoch eng miteinander verknüpft. Die theoretischen Teile greifen daher manchmal die gleichen Elemente auf, die auf etwas andere Weise behandelt werden. Die Themen „Emotionen“ und „soziale Netzwerke“ können ebenfalls leicht mit den VRAS-Themen vermischt werden.