

Sexualaufklärung

Jugendliche, Sexualität und Neue Medien

Sexualität stellt bei Teenagern manchmal alles auf den Kopf. Das ist heute nicht anders als früher. Doch Internet, Smartphone und Co. geben der Thematik eine zusätzliche Dimension und machen diese noch komplexer. Eine moderne Sexualaufklärung muss deshalb die virtuelle Welt mit einschliessen. Das ist für Eltern mitunter eine grosse Herausforderung.

Sexualaufklärung – auch in Bezug auf das Internet

Das Leben von Jugendlichen spielt sich heute fast rund um die Uhr auch online ab. Durch die grosse Verbreitung von Internet und Smartphone werden junge Menschen so früher und oft unbeabsichtigt mit unterschiedlichen Formen von Sexualität konfrontiert. Denn im Internet sind Jugendliche stets nur einen Klick entfernt von ungeeigneten sexuellen Darstellungen und Angeboten. Beim Surfen können sie auf Sexseiten landen, auf Pop-ups stossen, die auf Seiten mit harter Pornografie führen, oder erhalten ungewollt sexuelle Angebote zugeschickt. Wichtig ist, dass Jugendliche aufgeklärt sind und nicht ausschliesslich auf diese Weise mit Sexualität konfrontiert werden. Junge Menschen dürfen mit solchen Inhalten nicht allein gelassen werden und sollen über Cyberrisiken aufgeklärt sein. Das bedeutet, dass auch Eltern bei der Sexualaufklärung vermehrt gefordert sind. Zu Themen wie Verhütung, Schwangerschaft, Geschlechtskrankheiten gehört neu auch die Aufklärung über Cyberrisiken.

Weniger Tabus, mehr Offenheit

Neue Kommunikationskanäle eröffnen neue Formen der Annäherung und andere Möglichkeiten, sich über heikle Themen auszutauschen. Jugendliche können sich heute über vieles informieren, das sie mit ihren Eltern nicht direkt ansprechen möchten. Im Internet können junge Menschen ihrer Neugier nach Sexualität nachgehen. Doch es gibt auch eine Kehrseite der Medaille: Durch ihre Unerfahrenheit und Neugierde sind Jugendliche Risiken ausgesetzt, vor denen man sie in der Offline-Welt warnen oder bewahren würde. Ob online oder offline, Jugendliche müssen ein Bewusstsein entwickeln, um mögliche Risiken rechtzeitig zu erkennen.



Auf dem Weg zum Erwachsenwerden brauchen Jugendliche Begleitung und zugleich viele Gelegenheiten, um unter sich zu sein. Kontraproduktiv ist, wenn der Eindruck entsteht, dass sich die Erwachsenen stetig einmischen. Wirkungsvoller ist aufzuzeigen, dass es für allfällige Fragen Ansprechpersonen oder eine Anlaufstelle gibt.

Gespräche über Sexualität sind für Eltern wie für Kinder vielfach schwierig. Insbesondere, wenn das Thema in der Familie bis anhin ausgeklammert wurde. Eltern sollten jedoch nicht vergessen, dass der Sohn oder die Tochter nicht bloss an technischen Details interessiert ist, sondern hören möchte, wie man sich früher kennenlernte oder wie die Mutter oder der Vater mit Liebeskummer umgegangen ist.

Möglich ist auch, dass Sexualaufklärung nicht angegangen wird, weil Eltern davon ausgehen, dass ihre Kinder sowieso schon alles wissen. Das ist aber oftmals nicht der Fall. Studien zeigen: Gerade in Zeiten Neuer Medien besteht bei Jugendlichen ein grosser Bedarf an Aufklärung.



Wie kann ich mein Kind begleiten und sensibilisieren?

Ungewollte Begegnungen mit Sexualität verunsichern und irritieren. Wichtig ist, dass Jugendliche begleitet und nicht alleingelassen werden.

- Interessieren Sie sich für die neuen Kommunikationskanäle im Internet und fragen Sie Ihr Kind auch nach seinen Erfahrungen. Erzählen Sie von Ihrer eigenen Jugend und überlegen Sie gemeinsam, welche Unterschiede im Vergleich zu früher bestehen. Auf dem Weg zur eigenen Identität sind Vorbilder wichtig.
- Achten Sie auf die Gewohnheiten Ihres Kindes, fragen Sie nach, auf welchen Internetseiten sich Ihr Teenager bewegt, welche Onlinegames gespielt und welche Kommunikationskanäle genutzt werden.
- Auch bei Ihrem Sohn, Ihrer Tochter besteht die Möglichkeit, dass er, sie mit sexuellen Darstellungen konfrontiert wird. Schaffen Sie eine Vertrauensbasis damit Ihr Kind mit Ihnen über solche Erfahrungen spricht.
- Machen Sie sich mit den Risiken des Internets und mit Sicherheitseinstellungen vertraut. Das hilft Ihnen, sich besser mit Ihrem Kind auszutauschen und zu begründen, was beachtet werden sollte.
- Schliessen Sie die Dimension der digitalen Welt in der Sexuaufklärung mit ein, damit Ihr Kind bei der Konfrontation mit sexuellen Inhalten weniger verunsichert ist, Cyberrisiken kennt und sich davor schützen kann
- Nehmen Sie bei Bedarf professionelle Hilfe in Anspruch und lassen Sie sich von Fachleuten beraten

Was hilft bei der Sexualerziehung 2.0?

Heute geschieht Sexuaufklärung an verschiedenen Orten: im Elternhaus, in der Schule und durch Freunde und Freundinnen. Nicht allen Eltern liegt es, den Sohn, die Tochter aufzuklären.

- Fragen Sie in der Schule nach, in welcher Form das Thema Sexuaufklärung behandelt wird.
- Überlegen Sie sich wie Sie Ihr Kind aufklären möchten. Scheuen Sie sich nicht, eine Person aus Ihrem eigenen Umfeld oder eine neutrale Anlaufstelle wie die Elternberatung von Pro Juventute beizuziehen.
- Suchen Sie Alternativlösungen, damit Ihr Kind weiss, an wen es sich wenden kann, falls es sich in einer Angelegenheit lieber mit jemand anderem bespricht.

Wie gelingen Gespräche über Sexualität?

Heute sind Eltern gegenüber ihren Kindern offener als früher. Das wirft neue Fragen auf: Wie viel darf oder muss ich sagen? Welche Rolle nehme ich durch meine Offenheit ein?

- Reflektieren Sie Ihren eigenen Umgang mit dem Thema Sexualität.
- Erkundigen Sie sich, wie Sexuaufklärung in anderen Familien gehandhabt wird.

- Informieren Sie sich darüber, was Sexualität im Internet bedeuten kann.
- Sprechen Sie das Thema Sexualität in einer ruhigen Minute an.
- Vermitteln Sie Ihrem Kind das Gefühl, dass es sich mit Fragen jederzeit an Sie oder eine neutrale Anlaufstelle wenden kann.
- Eine Vertrauensbasis zu den Eltern macht es Jugendlichen leichter, auch heikle oder peinliche Themen anzusprechen.
- Nutzen Sie alltägliche Situationen, wie einen Zeitungsbericht oder einen Film, den sie gemeinsam angeschaut haben, um mit Ihrem Sohn, Ihrer Tochter ins Gespräch zu kommen. Sprechen Sie auch positive Themen an, wie etwa schöne Bilder im Internet oder die Bedeutung der ersten Liebe.
- Erkundigen Sie sich auch unabhängig vom Thema Sexualität nach dem Medienverhalten Ihres Teenagers. Fragen Sie Ihr Kind wie es reagiert, wenn es etwas sieht, das es eigentlich nicht sehen will, ihm aber spannend erscheint.
- Lassen Sie sich von Ihrem Kind nicht einfach «abspeisen», wenn es abblockt. Versuchen Sie herauszufinden, wie gross das Wissen über Sexualität wirklich ist.
- Eine offene Kommunikation vereinfacht es Ihnen auf Gefahren, wie leichtsinnige Treffen mit Fremden, hinzuweisen oder mit Ihrem Kind über Pornografie zu reden.



Das Wichtigste in Kürze

Eltern sind bei der Sexualerziehung ihrer Kinder neu gefordert. Aufklärung über Verhütung, Schwangerschaft und Geschlechtskrankheiten reichen nicht länger aus. Da erste Kontakte mit Sexualität heute oft im Web stattfinden, hat auch die Gefahr der Konfrontation mit ungeeigneten Inhalten oder gar von Missbrauch zugenommen. Das bedeutet, dass Sexuaufklärung auf die Dimension «Internet» ausgedehnt werden muss. Kinder und Jugendliche müssen auf Cyberrisiken hingewiesen und für diese Gefahren sensibilisiert werden. Obwohl gewisse Themen neu sind, das Wissen und die Erfahrung der Eltern zählen nach wie vor.



Weiterlesen | Links zum Thema:

- www.projuventute.ch/aufklaerung
- www.projuventute.ch/publikationen/merkblaetter
- www.projuventute.ch/medienprofis
> Medienkompetenz
- www.jugendundmedien.ch

Fragen zum Thema Medienkompetenz:

Fachbereich Medienkompetenz
medienkompetenz@projuventute.ch
www.projuventute.ch/medienprofis

Fragen zum Thema Sexuaufklärung:

Pro Juventute Elternberatung
elternberatung@projuventute.ch
www.projuventute-elternberatung.ch



