

Vorwort

Als Ärztin der geschlossenen Jugendlichenakutstation einer Kinder- und Jugendpsychiatrie habe ich seit einiger Zeit beobachtet, dass es bei unseren Patientinnen ein großes Defizit an Wissen über Sexualerziehung und gesundheitliche Aufklärung gibt. Auch stellen frühe Schwangerschaften ein wichtiges Thema dar. Immer wieder behandle ich junge Patientinnen, die schwanger sind, bereits ein Kind haben oder schon im jungen Alter einen ausgeprägten Kinderwunsch äußern. Viele Jugendliche sind aufgrund ihrer Lebensumstände oder ihrer psychischen Erkrankung gefährdet, früh schwanger zu werden. Ein Mangel an Wissen über Sexualität zeigt sich bei den Jugendlichen im stationären Alltag immer wieder. Die Defizite sind allumfassend und beinhalten mangelhaftes Wissen über Körperhygiene ebenso wie mangelnde Information über die weibliche Anatomie/den Zyklus, Beziehung und Geschlechtsverkehr, Übertragungswege von Geschlechtskrankheiten, Verhütung und vieles mehr. Aus diesem Grund entschloss ich mich, eine Gruppentherapie für unsere Patientinnen ins Leben zu rufen, die Bildungslücken schließen und ihnen einen offenen, toleranten und respektvollen Umgang mit ihrem eigenen Rollenbild, Beziehungsverhalten und ihrer Sexualität vermitteln soll. Aus dem Konzept der Gruppentherapie ist dieses Manual entstanden.

Dieses Manual ist gedacht als allgemeine Aufklärungshilfe, als Psychoedukation für Jugendliche (auch psychisch kranke Jugendliche) mit auffälligem Sexualverhalten und als Präventionsprogramm. Es beinhaltet ein ausgereiftes Konzept für Einzel- und Gruppensitzungen. In 11 ausgearbeiteten Sitzungen werden die einzelnen Themengebiete klar strukturiert und anschaulich dargestellt. Weiterhin sind zu jeder Sitzung der zeitliche Rahmen sowie »Ice-Breaker«- oder Kennenlernspiele, Experimente, Hinweise für thematisch passende Filme usw. angegeben. Der Leser erhält ausführliche Informationen zur Möglichkeit der Vermittlung der Thematik und wichtige Hinweise aus dem Praxisalltag. Ferner sind die Lernziele im Einzelnen definiert. Um die einzelnen Sitzungen anschaulich, einprägsam und für die Jugendlichen lustig und locker gestalten zu können, sind jeder Sitzung Materialien beigelegt. Diese bestehen aus Aufgaben, Arbeitsblättern, Spielen usw.

Das Konzept dieses Manuals wurde in der Praxis erprobt und hebt sich von anderer Literatur zur Aufklärung von Kindern und Jugendlichen dadurch deutlich ab, dass

1. die Thematik in einzelne Sitzungen unterteilt wurde, die sich aus dem Praxisalltag als sinnvoll ergeben haben,
2. viele Hinweise, Beispiele und Anmerkungen zur Vermeidung didaktischer Fehler aus dem klinischen Alltag gegeben werden,
3. jede Sitzung klar und leicht verständlich strukturiert ist; der Rahmen, der Inhalt, die Durchführung, die Lernziele und die Materialien sind klar dargestellt,
4. dieses Manual durch seine klare Struktur für jeden Anleiter nutzbar ist,
5. es sowohl für Einzel- als auch für Gruppensitzungen nutzbar ist und
6. es viele Verweise auf Besonderheiten in der Aufklärung von psychisch kranken Kindern und Jugendlichen gibt.

Sexualität stellt in jedem Lebensalter eine wichtige Rolle dar, wobei diese in der Pubertät noch deutlich größer wird¹. Aus diesem Grund ist der offene und respektvolle Umgang mit

1 Gruber S, Blanck S (2014) BASICS Gynäkologie und Geburtshilfe, 5. Aufl. Urban & Fischer/Elsevier, München

Aufklärung und Sexualität essentiell bei der Erziehung und pädagogischen/therapeutischen Arbeit mit Mädchen. Mädchen sollen einen offenen, toleranten und respektvollen Umgang mit ihrem eigenen Rollenbild, Beziehungsverhalten und ihrer Sexualität erlernen, weshalb ihnen von ihren Bezugspersonen eben dies vorgelebt und vermittelt werden soll.

■ Warum widmet sich dieses Manual der Sexualerziehung und der gesundheitlichen Aufklärung?

1. Durch das Informieren über die weibliche Anatomie und den weiblichen Zyklus wird Mädchen und heranwachsenden Frauen die Angst und Unsicherheit vor dem Neuen und Ungewissen genommen, die die körperlichen und psychischen Veränderungen in der Pubertät mit sich bringen können.
2. Wissen und Bildung können die Autonomie der Mädchen stärken und ein selbstbewussteres und eigenverantwortlicheres Handeln ermöglichen.
3. Die Jugendlichen werden über soziale und sexuelle Beziehungen und Partnerschaften informiert. Außerdem wird über die unterschiedlichen Arten des Geschlechtsverkehrs aufgeklärt.
4. Den jungen Frauen wird das Wissen darüber vermittelt, dass und wie sie die Möglichkeit haben, sich bei Sexualkontakten vor ansteckenden Krankheiten zu schützen.
5. Die Frauen werden auch über die Wege aufgeklärt, ungewollte Schwangerschaften zu verhüten. Ferner ermöglicht ihnen das Wissen, mit ungewollten Schwangerschaften umzugehen und alle ihnen zur Verfügung stehenden Optionen in Betracht zu ziehen.
6. Gesundheitliche Aufklärung liefert einen wertvollen Beitrag für das Hygieneverhalten von präpubertären und pubertären Mädchen insbesondere im Umgang mit der Monatsblutung.
7. Dieses Manual soll das Verständnis und den Respekt vor der eigenen sexuellen Orientierung und derjenigen der Mitmenschen fördern. Außerdem soll intolerantes und abwertendes Verhalten gegenüber anderen und sich selbst verhindert werden.

■ An wen richtet sich dieses Manual?

Dieses Manual richtet sich an alle Menschen, die mit präpubertären und pubertären Mädchen und jungen Frauen auf einer edukativen, pädagogischen und/oder psychotherapeutischen Ebene zusammenarbeiten. Es kann eine Hilfe bei der grundsätzlichen gesundheitlichen Aufklärung und Sexualerziehung von Mädchen sein. Insbesondere sind Therapeuten (Ärzte, Psychologen, Pädagogen etc.) in Kliniken, ambulanten Settings und Beratungsstellen (Sozialarbeiter etc.) angesprochen. Gleichfalls richtet sich dieses Manual an alle Menschen, die in der Jugendhilfe arbeiten. Vor allem in Jugendhilfeeinrichtungen (Wohngruppen, betreutes Wohnen etc.) leben viele Jugendliche zusammen, die häufig durch das Personal aufgeklärt werden müssen/sollten. Insbesondere Jugendliche, die auf engem Raum miteinander leben, sollten aufgeklärt sein. Personal des Pflege- und Erziehungsdienstes (Erzieher, Krankenschwestern etc.), welches eng mit Jugendlichen arbeitet, soll dieses Manual Nutzen bringen.

Viele Mädchen aus Familien mit niedrigem sozioökonomischen Status bzw. aus Familien mit niedrigem Bildungsstand erfahren durch ihre erwachsenen Bezugspersonen keine ausreichende Sexualerziehung. Das Manual soll auch für die Aufklärung von Mädchen dienen, deren Bezugspersonen sie bislang nicht ausreichend aufgeklärt haben.

Das Manual sollte auch von Therapeuten und anderen Bezugspersonen von Patientinnen mit Bindungsstörungen oder Störungen des Sozialverhaltens zur komplementären Therapie

genutzt werden. Häufig gehen diese Krankheitsbilder, genau wie Persönlichkeitsstörungen (insbesondere emotional instabile Persönlichkeitsstörungen) oder unterschiedliche Krankheiten im Zusammenhang mit Substanzmissbrauch, mit auffälligem Sexualverhalten einher. Häufig ist das Sexualverhalten, das die Mädchen zeigen, unbedacht, impulsiv und gefährlich, auch weil sich die jungen Frauen der Konsequenzen ihres Handelns oft nicht bewusst sind. Das Manual soll das erforderliche Hintergrundwissen zur Sexualität vermitteln und die Möglichkeit schaffen, zukünftig bedachter mit dem Thema Gesundheit und Sexualität umzugehen.

Das deutsche Bildungssystem sieht die Sexualerziehung im Lehrplan vor. Viele psychische Erkrankungen führen jedoch zu Schulabsentismus. Einerseits können internalisierende Störungen wie Depressionen und Angsterkrankungen (z. B. Trennungängste, Schulängste, generalisierte Angststörungen, etc.) zu Schulabsentismus führen, andererseits können auch externalisierende Störungen (Störung des Sozialverhaltens etc.) mit Schulabsentismus einhergehen. Das Risiko, dem Sexualkundeunterricht in der Schule nicht beiwohnen zu können, wenn der Schulbesuch nur unregelmäßig oder zeitweise gar nicht stattfindet, ist deutlich erhöht. Auch an diese Jugendlichen, deren Schulabsentismus die Teilnahme am Sexualkundeunterricht verhindert hat, richtet sich dieses Manual.

Im vorliegenden Manual werden die aktuell geltenden Fakten erörtert. Dabei habe ich mich nach den in Deutschland gültigen Gesetzen und der westlichen Anschauung gerichtet. Unterschiedliche religiöse Ansichten wurden nicht berücksichtigt.

Aufgrund der besseren Lesbarkeit wird in diesem Manual das generische Maskulinum verwendet. Die männliche Form schließt die weibliche Form immer mit ein.

Sollten im Verlauf der Lektüre noch Fragen aufkommen, ist es jederzeit möglich, mich zu kontaktieren.

Für die Arbeit mit dem Manual und die Durchführung der Sitzungen wünsche ich viel Erfolg und Spaß!

Dr. med. Tabea Siekmann

Gießen, im Winter 2015

Sexualerziehung und gesundheitliche Aufklärung für
Mädchen und junge Frauen

Siekmann, T.

2016, XIII, 147 S. 42 Abb. in Farbe. Mit Online-Extras.,
Softcover

ISBN: 978-3-662-48600-9