

Psychologie: Warum Aufklärung wichtig ist

Sex & More

Mag. Nicole Kienzl, MSc

ist als Sexual- und Paartherapeutin in Mödling tätig

www.sexual-therapie.at

Auf der Straße regelt die Ampel den Verkehr – das versteht jedes Kind. Auch im zwischenmenschlichen Verkehr hilft das Ampel-Prinzip. Außerdem leiten wir über auf die Gefahren das Paradoxon, dass Autowerbungen entsexualisiert sein müssen, andere tägliche Konsumgüter aber nicht.

Sexualität begleitet den Menschen von der Geburt bis ins hohe Alter. Trotzdem hält sich hartnäckig die Vorstellung, Sexualität beginne erst mit der Pubertät. Aus entwicklungspsychologischer Sicht stimmt das nicht. Körperwahrnehmung, Nähe und Neugier gehören von Anfang an zur menschlichen Entwicklung. Zeitgemäße Sexu-
a-
ufklärung setzt deshalb früh an – nicht überfordernd, sondern altersgerecht und Schritt für Schritt. Kinder stellen irgendwann die einfache, aber große Frage: „Was ist Sex?“ Eine hilfreiche Antwort besteht darin, Sexualität nicht nur auf Geschlechtsverkehr zu reduzieren. Sexualität umfasst Gefühle, Nähe, Körperwahrnehmung, Lust und Beziehung. Ein anschauliches Modell ist das sogenannte Ampelprinzip. Rot bedeutet Stopp. Gelb steht für Unsicherheit. Grün bedeutet: Es passt. Sexualität ist dann stimmig, wenn drei Ebenen gleichzeitig auf Grün stehen:

Kopf: Ich möchte das und finde es gut.

Gefühl: Ich fühle mich sicher und wohl.

Körper: Es fühlt sich angenehm an.

Wenn diese drei Ebenen bei einer Person stimmig sind, kann sie ihren Körper selbst entdecken. Wenn sie bei zwei Menschen gleichzeitig passen, kann Sexualität miteinander stattfinden. Gleichzeitig gilt eine klare gesellschaftliche Grenze. Sex haben Erwach-

sene miteinander oder ältere Jugendliche untereinander – niemals Erwachsene mit Kindern. Kinder entdecken ihren Körper, auch ihre Genitalien. Wichtig ist, dass sie lernen, ihren Körper zu verstehen und korrekt zu benennen. Begriffe wie Penis, Vulva oder Vagina sind keine Tabuwörter. Sprache stärkt Kinder. Sie hilft ihnen, über ihren Körper zu sprechen und sich im Zweifel Hilfe zu holen. Offene Gespräche über Sexualität gehören deshalb zu den wirksamsten Formen der Prävention gegen sexuelle Gewalt. Studien zeigen, dass gut aufgeklärte Kinder im Durchschnitt später sexuell aktiv werden, sich besser schützen und schneller Unterstützung suchen, wenn Grenzen verletzt werden.

Interessant wird es, wenn man einen Blick auf die gesellschaftliche Entwicklung wirft – auch aus der Perspektive der Werbung. Über Jahrzehnte galt: Sex sells. Besonders deutlich war das in der Autowerbung. In vielen Kampagnen der 1970er bis 90er-Jahre wurden sexualisierte Bilder gezielt eingesetzt, um Fahrzeuge emotional aufzuladen. Modelle posierten neben Sportwagen, Körper wurden zum Blickfang. Heute wäre ein großer Teil dieser Werbung in dieser Form kaum noch möglich. Die Regeln für Werbung im öffentlichen Raum sind deutlich strenger geworden. Jugendschutz, Gleichstellung und ethische Standards spielen eine wesentlich größere Rolle. Plakatwerbung, TV-Spots oder

große Kampagnen werden sorgfältiger geprüft. Man könnte sagen: Der öffentliche Raum ist heute deutlich stärker reguliert als früher. Paradoxe-
weise gilt das jedoch nicht im gleichen Maß für den digitalen Raum. Pornografische Inhalte sind im Internet oft mit wenigen Klicks erreichbar. Kinder und Jugendliche stoßen teilweise unbeabsichtigt darauf – etwa über soziale Medien, Gruppenchats oder scheinbar harmlose Suchanfragen. Hier zeigt sich ein gesellschaftlicher Widerspruch: Die klassische Werbung – etwa für Autos – wird streng reguliert. Gleichzeitig existieren im Internet Inhalte, die wesentlich expliziter sind und deutlich leichter zugänglich sein können.

Die Realität ist deshalb: Kinder lassen sich nicht vollständig vor solchen Inhalten abschirmen. Der entscheidende Schutz besteht nicht im Schweigen, sondern in Aufklärung und Begleitung. Viele Kinder kommen irgendwann mit pornografischen Inhalten in Kontakt. Manche reagieren neugierig, andere irritiert oder überfordert. Wichtig ist, dass sie wissen: Sie dürfen jederzeit mit Erwachsenen darüber sprechen. Eine häufige Angst von Kindern ist, dass ihnen sofort das Handy oder der Computer weggenommen wird. Diese Sorge führt oft dazu, dass sie ihre Erfahrungen verschweigen. Stattdessen hilft ein Gespräch. Man kann erklären, dass Pornografie inszeniert ist – ähnlich wie ein Actionfilm.

Dort springen Menschen aus dem dritten Stock und laufen anschließend unverletzt weiter. In Pornofilmen handelt es sich ebenfalls um Schauspielerinnen und Schauspieler, Drehbücher und Inszenierung. Das Gezeigte entspricht nicht der Realität von Beziehungen, Respekt und gegenseitigem Einver-



ständnis. Gerade für Jugendliche ist eine wichtige Botschaft: Neugier ist normal. Gründe können Erregung, Langeweile, Informationssuche oder Gruppendruck sein. Entscheidend ist, dass junge Menschen lernen, zwischen Inszenierung und Realität zu unterscheiden. Wenn Kinder oder Jugendliche mit ihren Fragen zu Erwachsenen kommen, ist das ein Zeichen von Vertrauen. Dann entsteht die Möglichkeit, Werte zu vermitteln: Respekt, Konsens, Selbstbestimmung und Verantwortung. Sexu-
a-
ufklärung bedeutet deshalb nicht, etwas zu beschleunigen. Sie ist vielmehr eine Art Fahrschule fürs Leben – und hilft jungen Menschen, sich in einer komplexen Medienwelt sicher zu orientieren.

