

**SEXUALPÄDAGOGISCHE Bildermappe**  
**Verein SENIA in Kooperation mit dem Österreichischen Institut für Sexualpädagogik und Sexualtherapien**

Mit der Bildermappe wurde bewusst ein Material geschaffen, das über ansprechende Bilder unterschiedliche Themen der Sexualpädagogik aufgreift.

Körpersensibilisierung, Kennenlernen, unterschiedliche Beziehungen, Körperpflege werden durch zum Teil lustige, aber auch zum Diskutieren anregende Bilder aufgenommen.

Das Ziel des Materials ist, Menschen in ihren Sichtweisen und Emotionen zu erreichen. Durch das Ansehen der Bilder kommt es zu Fragen, zu Erklärungen, zu Bewertungen und Bemerkungen. Lachen, sich ärgern, wundern und freuen - all dies können die Bilder auslösen und in eine sehr persönliche Auseinandersetzung führen.

Für Menschen, die ohne Sprache kommunizieren, stellt das Bildmaterial eine gute Möglichkeit dar sich auszudrücken und neues zu erfahren.

Die Mappe enthält 54 Bilder in DIN A 4 auf Karton vom Karikaturisten Arnulf Kossak und 2 Daumenkinos mit je zwei Varianten der Selbstbefriedigung von Frau und Mann.

Die Bildermappe ist erhältlich beim Verein SENIA

Bestellungen bitte an:

Anna Wolfesberger

a.wolfesberger@senia.at

Gesamtpreis: 88€ plus Versandkosten

Die Versandkosten innerhalb der EU betragen ca. 12€

## 1. Was ist Sexualpädagogik?

Sexualpädagogik wird in der Literatur und auch von unterschiedlichen Institutionen verschiedentlich definiert. Senia lehnt sich an die Definition des Österreichischen Instituts für Sexualpädagogik und Sexualtherapien - ISP - an:

**Sexualpädagogik** drückt eine spezielle Haltung in der Begleitung von Menschen aus. Sexualpädagogik hat den Anspruch alle Menschen, unabhängig von ihrem Alter, dem Geschlecht, möglichen Beeinträchtigungen, als sexuelle Wesen zu respektieren. In diesem Sinne hat Sexualpädagogik den Anspruch, die Entwicklung der sexuellen Basiskompetenzen in positiver Weise zu unterstützen.

Sexualpädagogik ist lebensweltorientiert.

Sexualpädagogik im Sinne des ISP orientiert sich an konstruktivistischen Erkenntnissen. Sexualpädagogik ist ressourcenorientiert und fordert den absoluten Respekt durch das Vorleben einer respektvollen Haltung.

Sexualpädagogik im Sinne des ISP lehnt jegliche missionarischen Bestrebungen, wie moralisierende Haltungen ab. Im Vordergrund steht die Person mit ihren individuellen Möglichkeiten und Grenzen.

Ziel der Sexualpädagogik ist es, Menschen darin zu unterstützen Wissen über den Themenbereich Sexualität mit der eigenen Lebenswelt und damit der eigenen Emotion in Verbindung zu bringen.

Sexualpädagogik möchte damit die Verbindung vom Wissen zum Handeln unterstützen. Sexualpädagogik hat den Anspruch, Menschen in der Erweiterung ihrer persönlichen Handlungsmöglichkeiten zu begleiten.

Um dies zu erreichen bezieht Sexualpädagogik die Ebenen der Emotion, der Kognition, des Körpers und der individuellen Wahrnehmung mit ein.

Sexualpädagogik möchte daher unter anderem:

- Emotional berühren
- die Lebenswelt von Menschen erreichen
- Handlungsmöglichkeiten erweitern
- Mythen auf- und erklären
- den Bezug zum eigenen Körper positivieren
- das sexuelle Selbstverständnis für sich selbst erweitern
- den Respekt vor dem eigenen sexuellen Körper fördern

Sexualpädagogik in diesem Sinne geht davon aus, dass die Wertschätzung sich selbst gegenüber Voraussetzung für die Bereitschaft sich selbst zu schützen ist. *Nur was ich schätze kann ich schützen* ist ein wesentlicher Bestandteil der Prävention.

Ebenso geht Sexualpädagogik, die alle Ebenen mit einbezieht davon aus, dass ein kompetenter Umgang mit sich selbst Voraussetzung für einen kompetenten Umgang mit anderen ist.

## **2. Sexualpädagogik in der Tasche - zur Anwendbarkeit sexualpädagogischer Materialien**

*Sexualpädagogik* ist Teil einer ganzheitlichen Sichtweise in der Begleitung von Menschen unterschiedlichsten Alters.

Sexualpädagogische Materialien sind daher immer nur Hilfsleiter für die sexualpädagogische Arbeit. Materialien ersetzen keineswegs die sexualpädagogische Auseinandersetzung.

Am Markt befinden sich unterschiedliche sexualpädagogische Materialien, die sich in erster Linie auf die didaktische Vermittlung körperlicher Vorgänge, wie zum Beispiel das Aussehen der männlichen und weiblichen Geschlechtsorgane, beziehen. Die meisten dieser Materialien enthalten kognitive Informationen, die didaktisch aufgearbeitet sind.

Die Sexualpädagogische Tasche von SENIA soll mit ihren Inhalten insbesondere die Ebenen der Wahrnehmung - der Emotion - und der Auseinandersetzung mit sich selbst und den eigenen Vorstellungen fördern.

Die Materialien der Tasche können von allen Menschen, die sich in die Auseinandersetzung mit dem Thema Sexualität, Körperlichkeit und Wahrnehmung begeben wollen, genutzt werden. Zu jedem Material gibt es eine kurze schriftliche Einführung zur Anwendung.

Geht es um die Beschäftigung mit sehr spezifischen Randbereichen der Sexualpädagogik wie zum Beispiel Verhütungsberatung, Beratung bei sexuellen Fragestellungen, Beratung bei Kinderwunsch, so ist es sinnvoll sich Unterstützung von ausgebildeten Sexualpädagog\*innen in entsprechenden Institutionen zu holen.

Ansprechpartner\*innen sind dafür der Verein SENIA, wie auch das Österreichische Institut für Sexualpädagogik und Sexualtherapien ISP.

## **3. Möglichkeiten und Grenzen - Wahrung der Intimität**

Die Materialien dieser Tasche sollen berühren, aufregen, zum Diskutieren und Schmunzeln anregen. In jedem Fall soll bei der Arbeit mit der Tasche Intimität gewahrt werden. Die Materialien stellen daher einen Input für Gespräche dar, sind aber keine Aufforderung persönliche Fragen zu stellen, die den intimen Lebensbereich betreffen und mögliche Grenzen überschreiten.

*Darüber reden* - Über Gefühle, Sex, Körperlichkeit reden muss keinem Ziel und Zweck folgen. Es geht nicht darum Wissen im herkömmlichen Sinne zu erweitern, sondern eine Normalisierung der Sprache und auch der Haltung gegenüber dem eigenen sexuellen Körper zu schaffen.

Mit diesen Materialien soll daher auch gezeigt werden, dass Sexualpädagogik weit mehr als die Aufklärung über Zyklus, Samenerguss und das sexuelle Geschehen rund um die Entstehung von Babys ist.

Sexualpädagogik ist, wenn darüber gelacht werden kann, wie die Darstellungen auf der Toilette gezeichnet sind, wenn Verwirrung entsteht, weil das Berühren des gesamten eigenen Körpers zum alltäglichen Thema wird.

Im Sinne des Normalisierungsprinzips bedeutet Sexualpädagogik - lachen, schmunzeln, reden - den Körper in seiner Sexualität wichtig nehmen ohne dabei sofort auf Geschlechtsverkehr, Fertilität oder biologisches Wissen zu fokussieren.

#### 4. Die Taschenformate

Die Materialien der Tasche sollen in die Auseinandersetzung führen indem sie berühren, aufregen, zum Reden und Schmunzeln anregen.

Taschenformat Kennenlernen

Taschenformat Beziehungsweisen

Taschenformat Körperwahrnehmung und Sensibilisierung

Daumenkinobeispiel Selbstbefriedigung Frau

Daumenkinobeispiel Selbstbefriedigung Mann

Bei allen Materialien geht es darum, sie wertfrei herzuzeigen, aufzulegen und Reaktionen abzuwarten.

Es muss keine bestimmte Reihenfolge eingehalten werden.

Um die einzelnen Taschenformate den spezifischen Themengebieten wieder zuordnen zu können, sind Symbole der Zugehörigkeit auf den einzelnen Bildern abgebildet.

Die Materialien können in Gruppen und in der Einzelbetreuung verwendet werden.

Sie stellen einen Einstieg in das Gespräch dar. Dabei stehen die Meinung und die Gefühle der Klient\*innen bzw. Kund\*innen im Vordergrund.

Aufgabe der begleitenden Person ist es, v.a. bei Gruppen, auf eine respektvolle Sprache unter den Teilnehmer\*innen zu achten indem selbst unter Anwendung gewaltfreier Kommunikation sehr respektvoll gesprochen wird. Individuelle Meinungen sollen Platz haben dürfen, auch wenn sie nicht der Meinung des/der Begleiter\*in entsprechen. Gleichzeitig soll eine Stimmung des Respekts vor der Vielfalt an möglichen Zugängen im Sinne der Diversität entstehen können.

## Taschenformat: Beziehungsweisen

Viele Menschen haben Sehnsucht nach einer Beziehung. Für viele bedeutet eine Liebes-Beziehung der Weg aus der Einsamkeit, aber vor allem kann eine (sexuelle) Liebesbeziehung etwas Wunderschönes sein, wo die Persönlichkeit im Vordergrund steht und nicht die Leistungsfähigkeit.

Und natürlich liegt in der Sehnsucht nach einer (sexuellen) Liebesbeziehung für manche Menschen auch die Sehnsucht, sich durch die Augen eines anderen Menschen sehen zu können, in gewisser Weise gedoppelt oder sogar aufgewertet zu werden. Es ist daher naheliegend, dass sich manche Menschen eine Person an ihrer Beziehungsseite wünschen, auf die sie stolz sein können, die zum "Herzeigen" ist.

Und dann ist es auch naheliegend, dass viele in ihrer Beziehungssehnsucht gerne mit einer Person zusammen wären, die aus gesellschaftlichen Augen heraus "attraktiver" oder "angesehener" ist als man selbst, vielleicht auch um vieles jünger oder in irgendeiner Weise "exotischer". Die Person an der Beziehungsseite wird manchmal auch als "Visitenkarte" der eigenen Persönlichkeit angesehen - nicht verwunderlich also, wenn es Perfektionsansprüche an diese Person gibt.

In der Realität verlieren sich die meisten Perfektionsansprüche, sobald Gefühle im Spiel sind. Die Perfektion entsteht im Idealfall durch die gegenseitige Anziehung.

Im Taschenformat Beziehungsweisen sollen unterschiedliche Paare dargestellt werden.  
Paare, die Anziehung, Freude und Lust aneinander ausstrahlen.  
Paare, die nicht als perfekt im Leistungssinne betrachtet werden können.  
Paare, die menschlich sind.  
Paare, die zum Gernhaben einladen.

Das Taschenformat Beziehungen soll durch die Darstellungen unterschiedlicher Paare die mögliche Lust von Beziehungen abseits des Gesellschaftsklischees aufzeigen. Die Bilder sollen zum Diskutieren anregen, sie sollen aber auch ermutigen und vor allem emotional berühren.

### Die Botschaft der Bilder ist:

*Eine Beziehung zu haben kann etwas sehr Lustvolles und Schönes sein.*

*Die Perfektion eines Paares liegt in der gegenseitigen Anziehung.*

*Äußere, gesellschaftliche Attraktivitätsattribute haben Wichtigkeit in der kognitiven Auseinandersetzung mit Schönheit. Individuell gesehen liegt in der gegenseitigen Anziehung viel mehr als die objektivierbare Schönheit.*

*Unterschiedliche Paare müssen sich möglicherweise viel mehr als andere Paare mit Bewertungen von außen auseinandersetzen.*

*Ein sichtbar tolles Paar sind Menschen, die nach außen zeigen können, dass sie gerne eine Beziehung miteinander haben.*

## Taschenformat: Kennenlernen

Jemanden kennenlernen, eine sexuelle Beziehung haben, für jemanden einzigartig sein. Exklusivität, da gibt es jemanden, der/die immer für mich da ist, mich versteht...

Eine sehr menschliche Sehnsucht.

Eine Sehnsucht, die Thema unzähliger Filme ist - am besten mit Happy End.

Eine Sehnsucht, mit der verdient werden kann - durch Vermittlungsagenturen im Internet und anderswo.

Kennenlernen ist ein Thema, das viele (junge) Erwachsene betrifft. In der Begleitung von Menschen liegt es daher nahe, dass genau diese Sehnsucht immer wieder angesprochen wird. Der Ärger, der Frust, die Sehnsucht - all das kann zum Ausdruck gebracht werden. Menschen, die andere begleiten, spüren möglicherweise ihre Hilflosigkeit. Kennenlernen ist schließlich ein Thema, wo es kein allgemein gültiges Konzept gibt.

Da sein, Ernst nehmen und Zuhören sind mit Sicherheit die wichtigsten tools, wenn es um das Thema Beziehungssehnsucht geht.

Es kann darüber hinaus auch sehr hilfreich sein zu überlegen, welche Möglichkeiten des Kennenlernens es individuell gesehen gibt - und welche Varianten mit ziemlicher Sicherheit nicht funktionieren.

Das Taschenformat Kennenlernen soll Anregung geben, darüber nachzudenken - wo und wie kann ICH jemanden kennenlernen?

Wozu bin ich bereit?

Was erhoffe ich mir?

Was könnte funktionieren und was geht mit Sicherheit nicht?

Die Bilder sollen unterschiedliche Varianten des Kennenlernens aufzeigen, um sie besprechbar und fühlbar werden zu lassen. Sie sollen anregen und aufregen und damit in eine Auseinandersetzung mit sich selbst und der eigenen Sichtweise führen.

### Die Botschaft der Bilder ist:

*Wenn du Menschen kennen lernen willst - dann musst du etwas tun.*

*Deine Eltern sind nicht die richtige Begleitung, um andere, interessante Leute zu treffen.*

*Kennenlernen bedeutet in erster Linie jemanden sympathisch finden, Gemeinsamkeiten entdecken und sich vielleicht nochmals treffen.*

*Eine Liebesbeziehung ergibt sich nicht so leicht - schon gar nicht so wie im Film. Aber eines ist klar - je mehr Menschen man kennt, desto höher wird die Wahrscheinlichkeit auch mal eine Person zu treffen, wo eine gegenseitige Anziehung besteht und sich eine Beziehung entwickeln könnte.*

*Klar ist - fürs Kennenlernen ist man selbst zuständig.*

*Und einfache Lösung gibts dafür auch nicht.*

## Taschenformat: Körpersensibilisierung

Die häufigsten Fragen im Bereich der Sexualpädagogik beziehen sich auf Themen der Prävention.

Wie kann eine Person für sich spüren lernen, welche Berührungen angenehm sind und welche nicht?

Wie ist es in weiterer Folge erlernbar, ein JA oder ein NEIN spüren und auch ausdrücken zu können?

Wie können Menschen darin unterstützt werden, andere Menschen mit ihren sexuellen Bedürfnissen und Grenzen wahr zu nehmen?

Nahezu ebenso häufig wie diese Fragen gestellt werden, werden Antworten auf einer sozialen, kognitiven Ebene gegeben, die für die Betroffenen wenig hilfreich sind.

*Tu nur das, was dir angenehm ist!*

Diese Aufforderung ist ausschließlich für Menschen umsetzbar, die die Fähigkeit besitzen Angenehmes und Unangenehmes zu spüren. Wahrnehmungen dieser Art brauchen ein ausgeprägtes Körperschema - ein positives Körpergefühl, in dem das Genital inkludiert ist.

Das Taschenformat Körpersensibilisierung soll zeigen, dass die Beziehung zum eigenen Körper Wichtigkeit hat. Sie ist Voraussetzung dafür, dass Menschen ihren eigenen Körper mögen können, dass sie sich selbst in ihrer Sexualität wahrnehmen können und fähig sind, andere Menschen in ihrer individuellen Sexualität zu respektieren.

Die Bilder sollen unterschiedliche Möglichkeiten aufzeigen, wie die eigene Körperwahrnehmung verbessert werden kann.

### Die Botschaft der Bilder ist:

*Ich kann selbst etwas tun, um meine körperliche Wahrnehmung zu verbessern.*

*Den eigenen Körper wichtig nehmen hat Normalität.*

*Im Alltag gibt es viele Gelegenheiten um mich selbst in meiner Körperlichkeit wahrzunehmen - ich muss nicht unbedingt komplizierte Übungen machen, um dies zu erreichen.*

*Mein Körper gehört mir und ich darf mich diesem Körper intensiv widmen.*

*Wenn ich meinen Körper ernst nehme, dann können alltägliche Handlungen wie die Körperpflege oder das Nutzen der Toilette Genuss bedeuten.*