

Mit Neugier zur eigenen Sexualität

Professionelles Handeln rund um die kindliche Entdeckungsreise

Kindliche Sexualität und ihr Unterschied zu erwachsener Sexualität

Menschen sind ihr Leben lang sexuelle Wesen. Die kindliche Sexualität unterscheidet sich dabei aber in zentralen Punkten von der Sexualität Erwachsener. Kinder sind mit allen Sinnen auf der Suche nach Lustgewinnung, Erwachsene sind eher genital orientiert. Die kindliche Sexualität kennt keine soziale Regeln und gesellschaftliche Normen. Sie ist geprägt durch Spontaneität, Neugier und Unbefangenheit. Kinder nehmen die Sexualität ganzheitlich auf, sie kennen keine Trennung zwischen Zärtlichkeit, Sinnlichkeit und genitaler Sexualität. Die kindliche Lustsuche ist egozentrisch und nicht beziehungsorientiert – es geht um das Mehrere der eigenen Lust und nicht darum anderen Lust zu verschaffen.

Phasen sexueller Entwicklung in der Kindheit

1. Säugling – Vor der Geburt bis zum 2. Lebensjahr

Die kindliche Entdeckungsreise rund um die eigene Sexualität beginnt bereits im Mutterleib. Der sexuelle Erregungsreflex funktioniert schon vor der Geburt, so ist eine Erektion bei männlichen Föten bereits in Ultraschalluntersuchungen ersichtliche. Dieselbe Reaktion zeigt sich auch nach der Geburt, zum Beispiel beim Saugen an der Brust. Der Säugling nimmt viel über die Haut wahr, der zärtliche Kontakt mit seinen Eltern erlebt das Baby als lustvoll. Über das Spiel mit dem eigenen Körper, dem Aktivieren der Muskeln im Beckenboden integrieren bereits Kleinkinder den sexuellen Erregungsreflex und sie lernen diese positiven Empfindungen zu verstärken. Diese Lernschritte macht das Kind unbewusst, sie sind aber für die weitere Entwicklung bedeutsam.

2. Kleinkind – 2. bis 6. Lebensjahr

Im Alter von zwei Jahren verfügen die meisten Kinder ein Bewusstsein für ihre Geschlechtszugehörigkeit. Darüberhinaus bilden sie das eigene Ich, die sexuelle Identität. Die Buben zeigen stolz ihren Penis, die Mädchen heben ihre Röcke mit Zeigelust. Mit Neugier und wachsendem Interesse werden der eigene Körper und Körperteile anderer Kinder im Spiel betrachtet und erkundet. Solche sexuellen Entdeckungsspiele, wie zum Beispiel das *Dökterlen*, gehören zum normalen Erfahrungsschatz der Kinder und sind Zeichen einer gesunden Entwicklung. Werden Jungen und Mädchen in ihrem positiven Zugang zum eigenen Geschlecht gefördert, lernen Kinder ihr Geschlecht zu schätzen. In diesem Alter bewegen sich die Kinder sehr aktiv: Sie springen, hüpfen, schaukeln mit dem Becken und aktivieren dadurch zunehmend bewusst lustvolle Empfindungen rund um das Geschlecht.

3. Schulkind – 6. bis 10. Lebensjahr

Die enge Bindung zu den Eltern wird schwächer und der Kontakt zu Gleichaltrigen wichtiger. Im ersten Sich-Verlieben in Kinder des gleichen und anderen Geschlechts wollen die Kinder von den Erwachsenen ernst genommen werden. Die kindlichen Entdeckungsspiele rund um den eigenen Körper und das Geschlecht erhalten zunehmend eine neue Bedeutung. Schamgefühle kommen auf und die Kinder verändern ihre gewohnten Verhaltensweisen und grenzen sich ab. Mit leisen Signalen teilen Mädchen und Jungen mit, dass sie diesen körperlichen Austausch nicht mehr im früher gewohnten Rahmen wollen. Erwachsene können die Kinder in ihrem zunehmenden Selbstbewusstsein unterstützen, indem sie deren Wunsch nach Rückzug achten oder ihn selbst Schritt um Schritt fördern. Den meisten Kindern wird bewusst, dass sie ihre sexuelle Erregung gezielt mit der Hand auslösen, steigern und entladen können, und sie installieren dafür eigene Techniken.

Mit dem Entdecken des Körpers als etwas schönes, liebens- und schützenswertes in der Kindheit wird eine wichtige Grundlage für das sexuelle Erleben bis ins Erwachsenenalter gelegt. Die sexuelle Entwicklung geschieht nicht isoliert, sie ist eng mit der körperlichen, sozialen und emotionalen Entwicklung verknüpft. Entsprechend lässt sie sich nicht mit einem Aufklärungsgespräch abtun, sondern sollte integraler Bestandteil der Förderung im Alltag sein.

Förderung sexueller Gesundheit in der Betreuung und Erziehung

- **Eigener Haltung bewusst werden:** Kinder in ihrer sexuellen Entwicklung zu begleiten und zu unterstützen setzt eine reflektierte Auseinandersetzung mit der eigenen Sexualität, den eigenen Werten und Haltungen voraus, um in Abgrenzung dazu einen professionellen Umgang finden und festigen zu können.
- **Bezugspersonen als Vorbilder:** Auch im Umgang mit Körper, Liebe und Sexualität lernen Kinder von ihren erwachsenen Modellen. Bezugspersonen können Kindern die Haltung vermitteln, dass sich selbst liebevoll zu streicheln etwas Schönes und Natürliches ist.
- **Sprache für Sexualität finden:** Auch Erwachsene sollten sich gezielt Informationen holen, um sich für Gespräche über Sexualität gewappnet zu fühlen. Geschlechtsorgane sollten wie alle anderen Körperteile genau benannt werden, um dem Kind damit eine Sprache zu geben, seinen Körper und das damit Erlebte zu beschreiben.
- **Erfahrungen ermöglichen:** Die kindlichen Bedürfnis nach Körperkontakt und Zärtlichkeit, sich bewegen und nackt sein dürfen, setzen einen bewussten Erfahrungsraum voraus. Mit fortschreitender Entwicklung sollen Kinder lernen, die Sexualität als Liebe für und mit sich zu entdecken, welche einer gewissen Privatsphäre bedarf.
- **Informationen anbieten:** Gemeinsam Bilderbücher anzuschauen bietet eine ideale Möglichkeit, an das Thema heranzuführen und Fragen aufkommen zu lassen. Materialien sollten dabei für die Kinder direkt zugänglich sein, um Hürden wie Scham zu verhindern.
- **Fragen zulassen:** Im Alltag unter Kindern und im Umgang mit Erwachsenen entstehen viele Fragen zu Körper und Sexualität. Diese sollten dem Entwicklungsstand des Kindes angemessen beantwortet werden. Unbeantwortete Fragen und unklare Umschreibungen können verunsichern und Ängste auslösen. Jedoch wollen und müssen Kinder auch nicht alles im Detail wissen. Bezugspersonen können Vertrauen in die Kinder haben, dass sie nachfragen, wenn sie mehr Informationen wünschen. Gesprächsbereitschaft zu signalisieren ermutigt Kinder, zu einem späteren Zeitpunkt weitere Fragen zu stellen.
- **Grenzen lehren:** Kindern soll vermittelt werden, dass das Spiel mit den Geschlechtsorganen nicht in die Öffentlichkeit gehört, sondern etwas Privates ist. Dabei können sie eigene körperliche und sexuelle Grenzen und jene der anderen kennen- und respektieren lernen. Regeln wie zum Beispiel *Wir untersuchen einander nur so viel, wie es für beide schön ist, Wir stecken einander nichts in Scheide, Penis, Po, Nase, Ohr* oder *Grössere Kinder, Jugendliche und Erwachsene haben bei Körperspielen nichts zu suchen* können dabei hilfreich sein.

Fazit

Sexualität ist nicht nur Genitalität und ein körperlicher Vorgang, sondern beschreibt eine Art Lebensenergie, die schon bei Säuglingen und Kindern wirksam ist und sich im Körper ein Leben lang entwickelt.

Eine Erziehung, welche die Förderung der sexuellen Entwicklung einschliesst, ist ein wichtiger Beitrag zur Förderung des Wohlbefindens bis ins Erwachsenenalter und zentraler Bestandteil der Prävention sexueller Ausbeutung.

Mädchen und Jungen, welche in ihren Lernschritten rund um die Sexualität gefördert werden, lernen ihren Körper und ihr Geschlecht schätzen. Was Kinder schätzen, können sie besser schützen.

Mit Neugier zur eigenen Sexualität

Literaturempfehlungen

Grundlagen

Schütz Esther Elisabeth, Kimmich Theo (2007)

Körper und Sexualität: Entdecken, verstehen, sinnlich vermitteln

Atlantis/Pro Juventute, Zürich

Für Fachpersonen

Schütz Esther Elisabeth, Kimmich Theo (1998)

Sexualität und Liebe: Praxis der Sexualpädagogik

Wolfau-Druck Rudolf Mühlemann, Weinfelden

Hubrig Silke (2014)

Sexualerziehung in Kitas: Die Entwicklung einer positiven Sexualität begleiten und fördern

Beltz, Weinheim

Schmidt Renate-Berenike, Sielert Uwe (2012)

Sexualpädagogik In beruflichen Handlungsfeldern

Bildungsverlag EINS, Köln

Freund Ulli, Riedel-Breidenstein Dagmar (2006)

Sexuelle Übergriffe unter Kindern: Handbuch zur Prävention und Intervention

mebes & noack, Berlin

Für Eltern

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BZgA (2010)

Liebevoll begleiten... Körperwahrnehmung und körperliche Neugier kleiner Kinder

Ein Ratgeber für Eltern zur kindlichen Entwicklung vom 1. bis zum 6. Lebensjahr

Verfügbar unter <https://www.bzga.de/pdf.php?id=75df323290c7c111605e78ff8aaf71bb> (Stand 10.09.2017)

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln, www.bzga.de

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BZgA (2010)

Über Sexualität reden...

- **Zwischen Einschulung und Pubertät. Ein Ratgeber für Eltern zur kindlichen Sexualentwicklung**

Verfügbar unter <https://www.bzga.de/pdf.php?id=0198741c577641e940c8158d68368775> (Stand 10.09.2017)

- **Die Zeit der Pubertät. Ein Ratgeber für Eltern zur kindlichen Sexualentwicklung**

Verfügbar unter <https://publikationen.sexualaufklaerung.de/cgi-sub/fetch.php?id=438> (Stand 10.09.2017)

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln, www.bzga.de

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BZgA (2001)

Körper, Liebe, Doktorspiele

- **Ein Ratgeber für Eltern zur kindlichen Sexualentwicklung vom 1. bis zum 3. Lebensjahr**

Verfügbar unter <http://www.sexualpaedagogik.ch/gallery/doktorspiele.pdf> (Stand 10.09.2017)

- **Ein Ratgeber für Eltern zur kindlichen Sexualentwicklung vom 4. bis zum 6. Lebensjahr**

Verfügbar unter http://www.sexualpaedagogik.ch/gallery/sexualentwicklung_koerper_liebe_doktorspiele.pdf (Stand 10.09.2017)

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln, www.bzga.de

Stiftung Kinderschutz Schweiz (2009)

Sexualerziehung bei Kleinkindern und Prävention von sexueller Gewalt Eine Broschüre für Eltern und Erziehungsverantwortlichen von Kindern zwischen 0 und 6 Jahren

Verfügbar unter <https://www.kinderschutz.ch/de/fachpublikation-detail/sexualerziehung-bei-kleinkindern-und-praevention-von-sexueller-gewalt.html?download=265> (Stand 10.09.2017)

Für Kinder

Fagerström Grethe, Hansson Gunilla (2008)

Peter, Ida und Minimum Ausgezeichnet mit dem Deutschen Jugendbuchpreis 1980 (6-10 Jahre)
Ravensburger Buchverlag

Harris Robie H., Emberley Michael (2007)

So was Tolles. Über Mädchen und Jungen, vom Kinderkriegen und vom Körper (ab 4 Jahren)
Beltz Verlag, Weinheim

Geisler Dagmar (2010)

War ich auch in Mamas Bauch? Aufklärung für Kinder ab 5 Jahren
Loewe, Bindlach

Geisler Dagmar (2003)

Das bin ich - von Kopf bis Fuss. Selbstvertrauen und Aufklärung für Kinder ab 7 Jahren
Loewe, Bindlach

von der Gathen Katharina (2014)

Klär mich auf: 101 echte Kinderfragen rund um ein aufregendes Thema (ab 8 Jahren)
Klett Kinderbuch, Leipzig

van der Doef Sanderijn (2007)

Wie ist das mit der Liebe? Fragen und Antworten zur Aufklärung für Kinder ab 9 Jahre
Loewe, Bindlach

Müller Jörg (2009)

Ganz schön aufgeklärt! Alles, was man über Aufklärung wissen muss (ab 11 Jahren)
Loewe, Bindlach