

Lust und Konsens als Prävention in der sexuellen Bildungsarbeit

von Joris Kern

In der sexuellen Bildungsarbeit mit Kindern und Jugendlichen geht es oft um Prävention: Gewaltprävention, Missbrauchsprävention, Verhütung von ungewollten Schwangerschaften. Es geht viel darum, wie Negatives verhindert werden kann, denn wir wollen und müssen Kinder und Jugendliche, besonders Mädchen schützen.

Leider wird Sexualität im Setting von Präventionsarbeit leicht im Nebeneffekt zu etwas degradiert, das von Männern ausgeht und potentiell gefährlich ist, gegen das man sich im besten Falle also zur Wehr setzen können muss. Lust und Neugier als treibende Kräfte und Genuss auch für Frauen wird selten erwähnt.

Gleichzeitig wird Kindern im Allgemeinen beigebracht, dass sie sich den Wünschen von Erwachsenen zu beugen haben, sie nicht unhöflich sein sollen und auch sonst ihr Befinden nicht besonders relevant ist, zumindest nicht, wenn das unbequem ist. Mädchen und Frauen werden oft noch einmal besonders darauf getrimmt, ihr Selbstwertgefühl daraus zu beziehen wie sehr sie anderen gefallen. In der Präventionsarbeit sollen sie dann lernen, in diesem einen Bereich Grenzen zu fühlen und durchzusetzen. Wenn das sozusagen im luftleeren Raum steht, also in einem besonderen Bereich des Lebens eine Ausnahme von der Regel ist, ist das natürlich fast unmöglich. Und es entsteht unbeabsichtigt sogar das Gefühl, die Verantwortung dafür, Grenzüberschreitungen zu verhindern, läge bei denen, die davon betroffen sind. Wer Opfer wird, ist uncool, nicht emanzipiert genug oder hat das Nein-Sagen falsch gemacht. Statt Empowerment entsteht Scham.



Grafik: geralt, pixabay.com; Lizenz: CC0

In der Aufklärungsarbeit, die in der Schule stattfindet, geht es meist vorrangig darum, wie die Kinder in den Bauch kommen

In der Aufklärungsarbeit, die z.B. in der Schule stattfindet, geht es außerdem meist vorrangig darum, wie die Kinder in den Bauch kommen. Auch wenn Eltern mit ihren Kindern über Sex sprechen ist das oft der Anlass.

Leider entstehen auch dadurch Bilder von Sex und Sexualität allgemein, in denen Freude, Lust und Neugier kaum vorkommen.

Sex erscheint als etwas, das man macht, um Kinder zu kriegen

Sex erscheint dann als etwas, das man macht, um Kinder zu kriegen. Wichtig zum Kinderkriegen ist in dieser Darstellung der Orgasmus des Mannes und sein „Trieb“, so dass in vielen Schulaufklärungs-Unterrichtseinheiten der weibliche Orgasmus nicht oder kaum vorkommt. Sexualität wird durch diese Darstellung auch als etwas intrinsisch Heterosexuelles dargestellt, wodurch Homophobie Vorschub geleistet wird: Sex zum Kinderkriegen scheint durch diese Art von Darstellung logisch und gerechtfertigt. Wenn Lust keine Rolle spielt, ergibt Homosexualität aber keinen Sinn und scheint pervertiert. Ich glaube für diese Art der Aufklärung gibt es verschiedene gesellschaftliche Gründe: Tradition, Sexismus, Gewohnheit. Noch immer herrscht eine Vorstellung von Evolution vor, in der ausschließlich Fortpflanzung als Arterhaltung zählt, soziale Bindungen, Glückshormone (Immunsystem, Lebenswillen) und Freude als Faktoren jedoch ausgeklammert werden. Aber auch individuell gibt es für Lehrende Gründe das so zu machen: eigene Scham über Lust zu sprechen, Angst vor der Reaktion der Eltern, Bequemlichkeit, Zeitdruck, die persönlichere Ebene, die dadurch mit den Schüler*innen entstehen würde etc.

Für Eltern ist es so auch oft bequemer. Kinder glauben, sie hätten deshalb Sex gemacht, um Kinder zu kriegen. Das finden wir süß, unschuldig und möchten Kinder nicht desillusionieren. Und vielleicht möchten wir auch nicht herausfinden müssen, wie wir kindgerecht über Lust und Begehren sprechen können? Da die wenigsten von uns das bei ihren Eltern erlebt haben (verklemmte Eltern, die pflichtschuldig mit viel zu alten Kindern endlich über das peinliche Thema reden...grusel!), sind wir vielleicht auch froh, wenn wir das Thema einigermaßen elegant über die Bühne bringen. Aber mal ehrlich: die meisten Kinder sind nicht durch den einen geplanten Sex zustande gekommen!

Über die Arbeit mit positiven Gefühlen

Ich glaube, es ist absolut unabdingbar in der Präventionsarbeit mehr und schwerpunktmäßig mit positiven Gefühlen zu arbeiten. Woher weiß ich, was ich will? Wie finde ich heraus, was ich mag? Wie kommuniziere ich, was ich möchte? Wie muss für mich ein sicherer Rahmen zum Experimentieren aussehen? Wie fühlt sich Lust, Genuss und Freude an? Wie entwickeln Kinder und Jugendliche ein positives Leitbild für ihre Sexualität? Wie erklären wir Sexualität als etwas, dessen ganz wesentlicher Zweck es ist, positive Gefühle zu erzeugen? Wie können wir sie darin bestärken, zu sich zu stehen und ihre Sexualität selbstbestimmt zu

gestalten? Nein-Sagen zu unangenehmen Dingen oder Grauzonen ist in allen Bereichen viel einfacher, wenn es eine Vorstellung vom Guten gibt, von dem, was jemand stattdessen will und die Überzeugung und Erfahrung, dass das erreichbar ist, es also keinen Grund gibt, sich mit schlechten Kompromissen zu arrangieren.

Wer daran gewöhnt ist, dass Grenzen respektiert werden, daran gewöhnt, dass Unsicherheiten Neugier, Genuss, Freude respektiert und gefördert werden, wird leichter Nein sagen.

Sie oder er wird bei einem Gegenüber das drängt, verächtlich macht oder anderweitig Grenzen übergeht ein schlechtes Gefühl bekommen, und weniger leicht in der Versuchung sein auszuhalten und mitzumachen. Es wird sich ungewohnt falsch anfühlen.

Nein und Ja bedingen sich gegenseitig: Nur wer Nein sagen kann und darf kann überhaupt freiwillig Ja sagen und Ja fühlen. Wer weiß, wie sich Ja anfühlt, sortiert „Nicht-Ja“ leichter aus, und lässt sich weniger leicht emotional verwirren und unter Druck setzen.

Das Nein-Sagen zu unangenehmen Dingen ist in allen Bereichen viel einfacher, wenn es eine Vorstellung vom Guten gibt

Präventionsarbeit muss Konsens als Grundprinzip vermitteln

Präventionsarbeit darf sich nicht darauf beschränken, Mädchen gegen Jungs und Männer stark zu machen. Ganz insgesamt muss sie auch Konsens als Grundprinzip vermitteln. Das sollte und kann auf eine positive Art geschehen: Atmosphären erzeugen, in denen alle gehört und wertgeschätzt werden, Spiele spielen, bei denen Teilnahme freiwillig ist oder es verschiedene Grade von Teilnahme gibt. Selbstwahrnehmung fördern und wertschätzen, auch wenn es unbequem ist, und auch wenn das in bestimmten Lernumfeldern wie z.B. Schule nur punktuell möglich ist. Es gilt zu vermitteln, warum für alle gut ist, wenn man nicht über die Grenzen der anderen trampelt, warum es selbstverständlich ist, sich Einverständnis einzuholen, bevor man etwas mit jemand anderem macht. Nicht nur, um kein böser Mensch zu sein, nämlich! Sondern, weil wir dadurch ein Miteinander schaffen, in dem wir einander vertrauen können, und in dem eine Art von Kontakt entstehen kann, der uns nährt statt auslaugt, eine Art von Kontakt, in der wir sein dürfen wie


Wir müssen ein Miteinander schaffen, in dem wir einander vertrauen können, und in dem eine Art von Kontakt entstehen kann, der uns nährt statt auslaugt

wir sind und nach der sich die meisten Menschen sehnen; auch ein großer Teil von denjenigen, die Kontakt und Nähe durch Grenzüberschreitungen herzustellen versuchen. Hier wird schon deutlich, dass das natürlich nicht nur auf Sexualität bezogen gilt und nicht erst an-

fängt, wenn es um „Aufklärung“ geht. Das sind Prinzipien, die schon im Kindergarten vermittelt werden sollten. Es wird auch deutlich, dass es hilfreich ist, schon mit Kindern zu üben, wie man wohlwollende Freundschaften und Gruppen aufbaut, in denen sich Selbstbewusstsein und sozialer Rückhalt entwickeln kann.

Das bedeutet auch für Erwachsene neue Denkmuster zu lernen: zum Beispiel danach zu schauen, wo statt Schuldsuche Verantwortungsübernahme stattfinden kann. Konkret heißt das: Wenn sich etwas nicht gut anfühlt - was muss passieren, damit es sich zum Positiven verändert und was können alle Beteiligten dazu beitragen? In Bezug auf Sexualität kann das z.B. heißen: Nein-sagen, Pausen machen, Aufhören zu drängen, sich von jemandem fernhalten, Wünsche verbalisieren, Zutreten, sich entschuldigen, nächstes Mal etwas anders machen. Aber das Prinzip lässt sich schon im Sandkasten beim Streit um die Schaufel anwenden. Auch dort kann man die Kinder statt „wer hat angefangen?“ fragen: „Wie könnt ihr es schaffen, euch wieder zu vertragen? Wer hat eine Idee?“

Der Fokus verschiebt sich vom Vermeiden und Sanktionieren des „Schlechten“ hin zur Suche nach dem Guten für alle. Man lenkt das Denken hin zum Positiven statt weg vom Schlechten, von Angst zu Freude.

Das heißt natürlich auch für uns als Erwachsene allgemein und besonders in der Bildungsarbeit, unsere eigenen Muster von gefallen wollen, Kompromisse machen, Bedürfnisse ignorieren zu hinterfragen und uns weiter zu entwickeln. Vorbild zu sein im Grenzen setzen aber auch im Genießen und Selbstfürsorgen. Um einen Anfang zu machen, müssen wir nicht perfekt sein oder das perfekte Umfeld haben. Auch eine Blase im ansonsten nicht konsensuellen Alltag kann helfen, ein Gefühl dafür zu entwickeln, wie es sein könnte. Diese Blase kann zum Beispiel in der Präventionsarbeit stattfinden und sollte unbedingt Teil davon sein. 

Über den Autor*in

Joris Kern gibt seit 2009 Workshops zu Konsenskultur und Sexualität, arbeitet in einem Museum, erzählt dort von Krieg und bereitet nebenbei Heilpraktiker*innen an einer Heilpraktikerschule auf die Prüfungen vor. Joris' verschiedene Aus- und Fortbildungen in Theaterpädagogik, Contact-Improvisation, lösungsfokussierter Beratung/Therapie, Mediation, Schwangerschafts- und Wochenbettbegleitung sowie alternativen Heilmethoden fließen in die Arbeit ein.

Erfahrungen in verschiedenen selbstorganisierten Projekten und mit verschiedenen gesellschaftlichen Gruppen haben dazu geführt, sich ausführlich mit Konsensverständnis, Erwartungen, Haltungen und Gruppendynamiken zu beschäftigen.

Außerdem gärtnergärt und singt Joris leidenschaftlich gern, ist alleinerziehend und hat die Lizenz zum psychologischen Heilpraktiker. Joris bietet Mediation und Prozessbegleitung an.

Bisherige Veröffentlichungen: in der Sammlung "Wege zum Nein", „Graswurzelrevolution“ und "Arranca", sowie in Auswege (☛ [zu den Texten](#)). Webauftritt: www.kernforschen.de

Kontakt:
kern@puscii.nl

AUSWEGE – Perspektiven für den Erziehungsalltag
Online-Magazin für Bildung, Beratung, Erziehung und Unterricht
www.magazin-auswege.de
antwort.auswege@gmail.com