



Erotik im Alter

Vorurteile,
Probleme & Möglichkeiten
„Use it or lose it“

Sex und Gesundheit im Alter

» Sex macht einer amerikanischen Studie zufolge jung und glücklich, killt Falten, mildert Schmerzen und hilft sogar gegen Erkältung

» Tatsache ist auch, dass eine partnerschaftliche Beziehung im höheren Lebensalter verbessernde und auch lebensverlängernde Faktoren hat

Was verändert sich??

» Natürlich unterscheidet sich Sex im höheren Alter von dem jüngerer Menschen, doch das muss kein Nachteil sein.

Die Bedürfnisse verlagern sich:

- Hautkontakt
- Zärtlichkeit
- das partnerschaftliche Füreinander im Sinne von Geborgenheit

bekommen eine größere Bedeutung & das Wohlbefinden rückt immer mehr in den Vordergrund



Vorteile/ Nachteile

Sexualität im Alter ist gekennzeichnet durch Verluste, aber auch durch Gewinne:

- Auf der Verlustseite seien
- Defizite des Organismus
- ästhetische Verluste
- belastende Erinnerungen und Versagensängste zu verzeichnen
- als Gewinn können
- mehr Einsicht in Komplexitäten
- ein Offensein für Andersartigkeit und eine
- Vertiefung der Lustkompetenz gewertet werden

Häufigkeit

- 60-90% aller Männer zwischen 60 und 70 bezeichnen sich selbst als sexuell aktiv
- bei den über 70-Jährigen sind es zwischen 48-79%
- Bei den Daten der über 60- bis 70-jährigen Frauen gibt es große Unterschiede zwischen den USA und Deutschland:
- 70-90% der amerikanischen Frauen geben an sexuell aktiv zu sein
- hingegen nur 45-55% der deutschen Frauen
- Bei den über 70-jährigen Frauen sind es in den USA an die 50% und in Deutschland weniger als 10%

Soziale Veränderungen

- Soziale Veränderungen im höheren Lebensalter sind Bedingungsfaktoren der Alterssexualität
-
- Ein Kriterium ist Partnerverlust
- Aufgrund der veränderten Relation Frauen/Männer (2/1) besteht die Schwierigkeit im höheren Lebensalter, einen neuen Partner zu finden. Hinzu kommt, dass das gesellschaftliche Umfeld älterer Menschen, der Alterssexualität ablehnend gegenübersteht
- Oft sind es auch psychosoziale Gründe, die Sexualität im Alter erschweren
- So bleibt zum Beispiel in einem Altenheim mit Mehrbettzimmern nicht viel Intimsphäre übrig, wenn nicht sogar die Räumlichkeiten ganz fehlen, um sich ungestört zurückziehen zu können.

- Es fällt auf, dass es bei der Partnersuche (siehe z.B. Kontaktanzeigen) nie eine sexuelle Komponente gibt.
- Stattdessen werden dort Wünsche darüber geäußert, dass man gemeinsam Rilke lesen möchte oder lange Stadtwanderungen machen will. Im Frühjahr in die Alpen reisen und im Sommer an die See, um Hand in Hand den Sonnenuntergang zu sehen.



Aber nicht mal andeutungsweise geht es um Sex.
Das gibt es nicht! Dabei kann man das doch auch
romantisch umschreiben.

(Oswalt Kolle, 76, Autor und Filmemacher, Amsterdam)

Erkrankungen, die die Sexualität beeinflussen

Folgende Erkrankungen sind, da sie eine Minderdurchblutung der Geschlechtsorgane bedingen, hoch relevant für die Alterssexualität:

- *Herz-/Kreislaufkrankungen*
- *Durchblutungsstörungen*
- *Leberinsuffizienz*
- *Prostataerkrankungen und Erkrankungen der Harnröhre*
- *Bestrahlung im kleinen Becken*
- *Multiple Sklerose*
- *Gefäßerkrankungen*
- *Nierenerkrankungen*
- *Alkohol- und Nikotinabusus*
- *schwere Depression*
- *Alzheimer Erkrankung*

Der Einfluss der Biographie...

- Ein nicht zu unterschätzender Faktor der Alterssexualität ist die Biographie
- Die heutigen Älteren bringen häufig eine rigide Sexualmoral („Sexualität ohne Zeugung ist Sünde“) mit
- Wer in jüngeren Jahren Sexualität bloß als eheliche Pflicht ansah und eine wenig befriedigende Sexualität hatte, hat auch im Alter meist eine negative Einstellung zur Sexualität und damit eine geringer ausgeprägte Alterssexualität

Oswalt Kolle, 76, Autor und Filmemacher, Amsterdam

"Im Jahr 2000 ist meine Frau gestorben, mit der ich fast 50 Jahre glücklich verheiratet war.

Eineinhalb Jahre später habe ich bei meinem Italiener José del Ferro kennen gelernt, die auch verwitwet ist. Es war Liebe auf den ersten Blick. Nach einer Woche Flirt habe ich zu ihr gesagt: Ich finde, dass wir zwei nie wieder an getrennten Tischen essen sollten. Sie hat geantwortet: Tolle Idee. Seitdem sind wir ein Paar...

Sex ist ein Jungbrunnen...

- „Wir haben ungeheuer viele Gemeinsamkeiten, auch sexuell ist unsere Beziehung sehr gut. Wir sind schon quer durch Europa gereist und haben in den herrlichsten Hotelzimmern immer wieder schönste Liebeserlebnisse gehabt. Natürlich ist der Sex nicht mehr so wie früher. Aber das nimmt nichts von dem Glücksgefühl, das damit verbunden ist.

Sex ist für mich ein Jungbrunnen und das beste Mittel gegen Altersdepressivität."

Schulbildung...

Das Bildungsniveau über 50-jähriger Frauen steht nach einer Untersuchung in den USA in einem direkten Zusammenhang mit der empfundenen Zufriedenheit beim Sex, der Fähigkeit Lust zu verspüren und Orgasmen zu haben

- Die Versagensängste sind bei diesen Frauen weniger häufig und das Selbstvertrauen ist stärker ausgeprägt als das ihrer weniger gebildeten Geschlechtsgenossinnen

Sex im Alter ist noch immer ein Tabu-Thema...

- »Sexualität und Lust im Alter werden immer noch sehr wenig thematisiert, sie grenzen beinahe an ein Tabu
- » Die meisten Menschen können sich ein erfülltes Sexualleben jenseits der 60 nicht vorstellen



Gewalt gegen ältere Frauen

Gewalt gegen ältere Frauen

- Gewalt in Ehe und Partnerschaft - Beziehungsgewalt
- Gewalt im sozialen Nahraum durch Verwandte (erwachsene Kinder, Geschwister etc.)
- Gewalt im öffentlichen Raum
- Wohnungseinbruch
- Gewalt im Gesundheitswesen
- Gewalt durch Pflegepersonen zu Hause
- Gewalt in Pflegeeinrichtungen durch professionelles Pflegepersonal

Gewalt gegen ältere Frauen

- „Gewalt gegen Ältere wird...in den letzten Jahren zunehmend thematisiert – vor allem im Hinblick auf Probleme und Missstände im Bereich der pflegerischen Versorgung im Alter. Dagegen bleibt die spezifische Problematik, dass ältere Menschen Opfer sexueller Gewalt werden können, bislang weitgehend unberücksichtigt“

„Ich habe gehofft, dass wird besser mit den Jahren“, Sexuelle Gewalterfahrungen älterer Frauen, Kriminologisches Forschungsinstitut Niedersachsen e.V., Hannover (2005)

Häusliche Gewalt gegen ältere Frauen

- Gewaltbeziehungen und somit häusliche Gewalt bleiben häufig bis ins hohe Alter bestehen.
- Oft kommen langjährige Beziehungen erst durch Erkrankungen (z.B. Demenz), durch körperlichen Abbau (und damit zusammenhängendem Frust) oder durch sonstige Einschnitte in den Lebensbedingungen (z.B. Pensionierung) in eine Gewaltspirale.
- Häusliche Gewalt endet nicht mit dem Erreichen eines bestimmten Lebensalters, sondern kann sich bis ins hohe Alter hinein fortsetzen.

Gewalt gegen ältere Frauen - Formen

- **Gewalt durch aktives Tun**
 - Körperliche Gewalt
 - Sexualisierte Gewalt
 - Psychische Gewalt
 - Finanzielle Ausbeutung
 - Einschränkung des freien Willens

- **Gewalt durch Unterlassen von Handlungen (Vernachlässigung)**
 - passive Vernachlässigung
 - aktive Vernachlässigung
 - psychische Vernachlässigung

Quelle: Josef Hörl, „Gewalt gegen alte Menschen“

Auswirkungen von Gewalt

➤ Körperlich

Herz-, Kreislaufbeschwerden, Schlafstörungen, diffuse Schmerzzustände, Psychosomatosen, Erschöpfungszustände

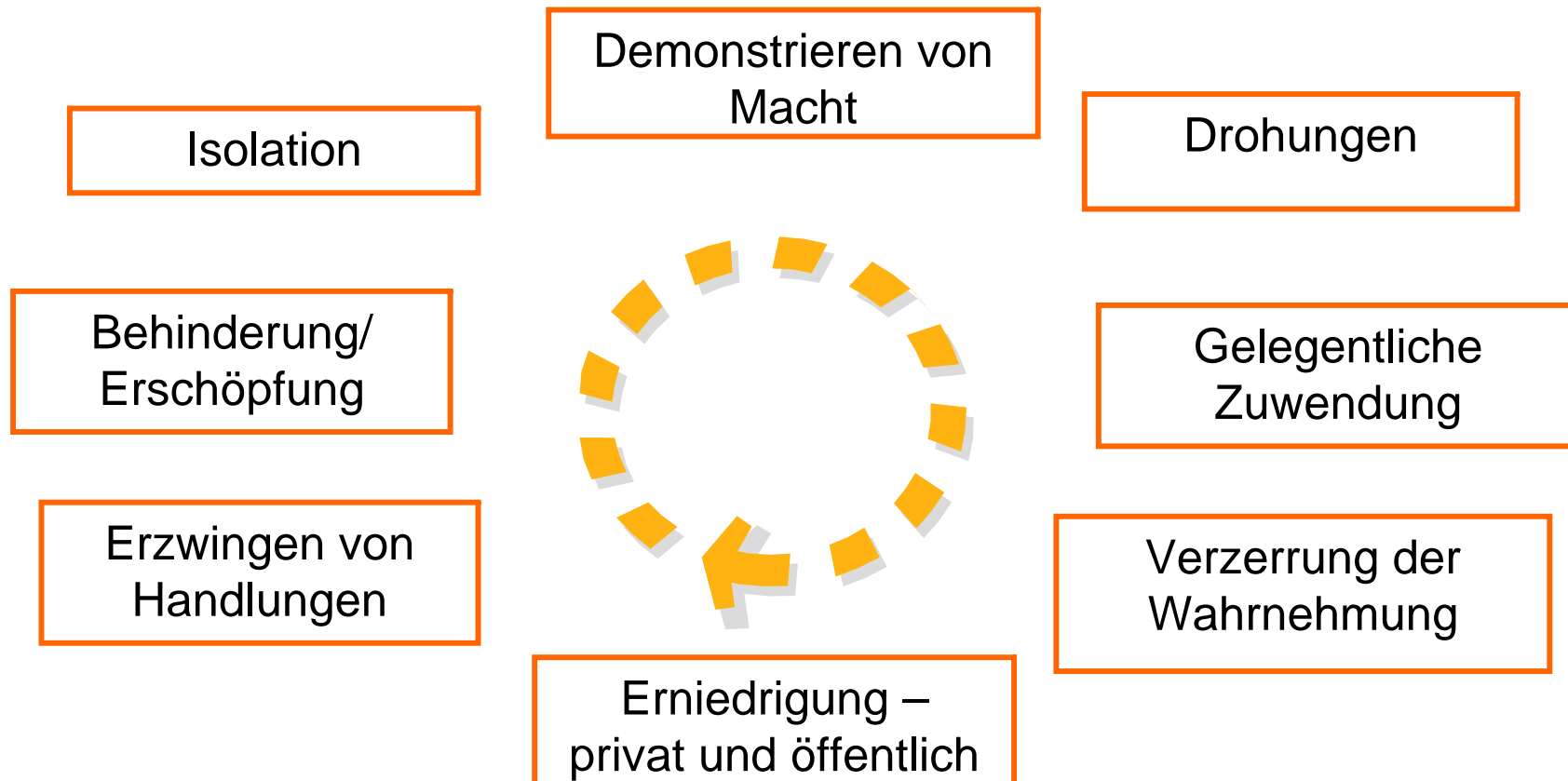
➤ Psychisch

Angst, Hilflosigkeit, Schreckhaftigkeit, Selbstwertverlust, Wut, Depression, Suizidgedanken und –versuche, Schuld- und Schamgefühle

➤ Sozial

Sozialer Rückzug, Isolation, Minderung der Kontaktfähigkeit, Verlust der Selbstständigkeit (ökonomische Abhängigkeit)

Strategien von Gewalttätern¹



Gründe für das Ertragen von Gewalt¹

- Angst vor den Reaktionen des Gewalttäters
- Mangelnde Alternativen
- Mangelnde Ressourcen zur Bewältigung
- Verinnerlichung der Einschränkungen
- Hoffnung auf Veränderung, Illusion der Liebe
- Autoaggression

¹ Fröschl, E., Löw, S. (1995). Über Liebe, Macht und Gewalt. Wien, Jugend und Volk

Besonderheiten in der Beratung älterer Frauen

Tabuthema (sexuelle) Gewalt in der Beziehung

- „Die Vorstellung, dass auch ältere und alte Frauen Opfer sexueller Gewalt werden, widerspricht weit verbreiteten Vorstellungen, denen zufolge Vergewaltigung eine sexuell motivierte und triebgesteuerte Handlung ist und Täter sich ihre Opfer nach deren sexueller Attraktivität auswählen.“

„Ich habe gehofft, dass wird besser mit den Jahren“, Sexuelle Gewalterfahrungen älterer Frauen, Kriminologisches Forschungsinstitut Niedersachsen e.V., Hannover (2005)

Tabuthema (sexuelle) Gewalt in der Beziehung

- (sexuelle) Beziehungsgewalt gegen ältere Frauen: Tabu oder nicht existent?
- hoher gesellschaftlicher Widerstand gegen Scheidung/Trennung im fortgeschrittenen Alter; „zahlt sich das jetzt noch aus?“
- besonders ausgeprägte Scham älterer Frauen, über eigene Gewaltbetroffenheit zu sprechen
- Stichwort eheliche Pflichten: inwiefern ist sexuelle Beziehungsgewalt in der älteren Generation als solche überhaupt benennbar?

Zugang zu Information und Unterstützung

- in der Regel weniger Zugang zu Informationen und öffentlichkeitswirksamen Maßnahmen
- Name von Opferschutzeinrichtungen oft abschreckend („Gewalt“, „Vergewaltigung“, „Opfer“); Angst vor Stigmatisierung
- große Hemmungen, sich - nach so vielen Jahren und mit der eigenen Gewaltbetroffenheit – nach außen zu wenden
- Kontaktaufnahme erfolgt oft über das unterstützende soziale Umfeld, wenn vorhanden
- eingeschränkte Mobilität von älteren Frauen - Zugang zu den Beratungseinrichtungen ist schwieriger

Isolation

- ältere Betroffene leben oft in stärkerer Isolation als jüngere Frauen
- das tragfähige soziale Netz ist meist sehr eingeschränkt bzw. nicht vorhanden – eingeschränkte soziale Ressourcen
- Handlungsspielräume eingeschränkt (finanziell, körperlich, gedanklich)

Rolle der erwachsenen Kinder

- oft sind die erwachsenen Kinder die einzige soziale Ressource
- erwachsene Kinder helfen einerseits den Müttern oft, Unterstützung in Anspruch zu nehmen (z.B. Kontaktaufnahme mit dem Frauennotruf)
- behindern andererseits auch oft eine Veränderung der Lebenssituation

Trennung aus einer Gewaltbeziehung

- Jahrzehntelange Gewaltdynamik: starke Abhängigkeiten (auch finanziell), große Ambivalenz, große Angst vor unkontrollierbarer Gewalttätigkeit, niedriger Selbstwert
- Folgen einer Trennung im fortgeschrittenen Alter besonders schwer (plötzliches Alleinsein, materielle Einbußen, Verlust der vertrauten Wohnumgebung und der vertrauten Strukturen, negative Reaktionen des sozialen Umfeldes, etc)
- Oft geht es vielmehr darum, dass die Gewalt aufhört, als dass ein Trennungswunsch besteht

Trennung aus einer Gewaltbeziehung

- Frühere Trennungsversuche sind womöglich gescheitert, aufgrund der damaligen gesellschaftlichen Stigmatisierung und gesetzlichen Lage, diese Erfahrungen führen zu einer erhöhten Resignation
- Schuldgefühle, den Partner im Stich zu lassen („der kann sich ja nichts alleine machen“)
- Problemfaktor körperliche Gebrechlichkeit:
gegenseitiges Angewiesensein auf
Hilfeleistungen in der (Gewalt)Beziehung

Arbeitsgruppe „Häusliche Gewalt gegen ältere Frauen“

Arbeitsgruppe „Häusliche Gewalt gegen ältere Frauen“

- Initiative und Leitung: MA 57 – 24-Stunden Frauennotruf
- besteht seit: Februar 2008 (bisher haben 4 Sitzungen stattgefunden)
- Frequenz der Sitzungen: ca. 4 Mal jährlich

Teilnehmende Institutionen

- 24-Stunden Frauennotruf der Stadt Wien
- Bundespolizeidirektion Wien
- Fonds Soziales Wien
- Österreichisches Rotes Kreuz
- Psychosoziale Dienste Wien (PSD)
- Verein der Wiener Frauenhäuser
- Weißer Ring – Opferntruf
- Wiener Interventionsstelle gegen Gewalt in der Familie
- Wiener Krankenanstaltenverbund
- Wiener Programm für Frauengesundheit
- Wiener und Österreichisches Rotes Kreuz

Ziele der Arbeitsgruppe „Häusliche Gewalt gegen ältere Frauen“

- Sichtung der bestehenden Angebote und Handlungskonzepte für die Zielgruppe
- Erweiterung und Anpassung der vorhandenen Handlungskonzepte an die besonderen Bedürfnisse der Zielgruppe und an die besonderen Erfordernisse an die Arbeit mit der Zielgruppe
- Entwicklung von speziellen adäquaten Handlungsleitfäden bzw. Betreuungsstandards
- Aufbau von neuen Kooperationen
- Aufzeigen von Betreuungs- und Interventionslücken

Wichtig in der Beratung

- Ältere Frauen sind keine homogene Gruppe!
- Eine differenzierte Unterscheidung hinsichtlich der individuellen Bedürfnisse und Möglichkeiten ist notwendig!
- „Neue“ Kooperationen

Lektion 2 – Materialien für Hausaufgaben

(zur Anwendung für NGOs)

WENN SIE SEXUELLE AUFKLÄRUNG FÜR JUGENDLICHE BETREIBEN WOLLEN, SO KANN DAS MÖGLICHERWEISE JURISTISCHE KONSEQUENZEN HABEN; STIMMEN SIE SICH DAHER BITTE BESONDERS MIT IHREN ÖRTLICHEN JURISTISCHEN UND AUFSICHTSBEHÖRDEN SOWIE MEDIZINISCHEN INSTITUTIONEN AB.

Warum ist eine Empfängnisverhütung so wichtig?

- Sie verhindert eine ungeplante Schwangerschaft und ermöglicht die freie Entscheidung darüber, wann man sich einen Kinderwunsch erfüllt.
- Kondome schützen vor den meisten sexuell übertragbaren Krankheiten (engl.: sexually transmitted infections = STIs)

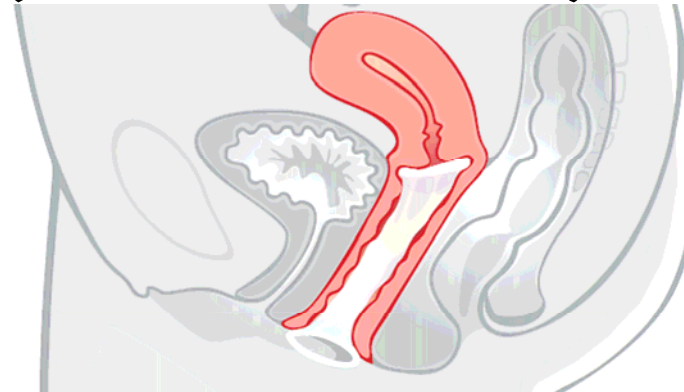
Welche Verhütungsmethoden gibt es?

- Kondome (für den Mann und für die Frau)
- Diaphragma und Portiokappe plus Spermizide
- Kombinationspille
- Reine Gestagenpille (auch Minipille genannt)
- Östrogenfreie Pille
- Hormonimplantat
- Vaginalring
- 3-Monatsspritze
- Verhütungspflaster
- Notfallkontrazeption
- Intrauterinsystem (IUS oder Hormonspirale)
- Intrauterin pessare (IUP oder Spirale)
- Natürliche Familienplanung (NFP)
- Coitus Interruptus (Rückzugs-Methode)
- Sterilisation (des Mannes und der Frau)

Kondome für den Mann und die Frau

Was sind Kondome?

- Kondome sind Hüllen aus Latex oder Polyurethan, die über den Penis gezogen (Kondom für den Mann) oder in die Scheide eingeführt werden (Kondom für die Frau)



Wie funktionieren sie?

- Sie verhindern, dass Spermien (Samenflüssigkeit des Mannes) in die Vagina (Scheide) gelangen
- Bei korrekter Anwendung verhindern sie, dass eine Reihe von Erregern, die eine Geschlechtskrankheit verursachen, von einer Person auf eine andere übertragen wird

Kondome für den Mann und die Frau

Was sind ihre wesentlichen Vorteile?

- Nur beim Geschlechtsverkehr erforderlich
- Können beide Partner vor sexuell übertragbaren Krankheiten – auch vor HIV - schützen
- Haben keine Nebenwirkungen (mit Ausnahme von allergischen Reaktionen auf Latex)
- Sind leicht zu beschaffen und in einer großen Anzahl verschiedener Marken, Strukturen und Größen erhältlich

Was sind ihre wesentlichen Nachteile?

- Stören beim Sex
- Reißen oder Abrutschen möglich
- Erfordern nach der Ejakulation (dem Samenerguss) vorsichtiges Abnehmen
- Mittlere Sicherheit bei der Verhütung einer ungewollten Schwangerschaft

Diaphragma & Portiokappe



Was ist ein Diaphragma bzw. eine Portiokappe?

- Es sind kuppelförmige Ringe aus Gummi oder Silikon, die in die Vagina (Scheide) eingelegt und von einer erfahrenen Ärztin/einem erfahrenen Arzt angepasst werden müssen
- Die Anwendung einer spermiziden (spermienabtötenden) Creme sorgt für einen zusätzlichen Schutz
- Ein Diaphragma oder eine Portiokappe müssen nach dem Verkehr noch mindestens sechs Stunden in der Scheide bleiben (jedoch nicht länger als 24 Stunden)



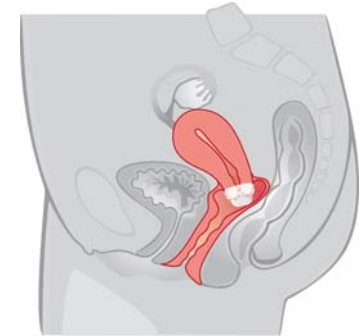
Wie funktionieren sie?

- Sie bilden eine Barriere zwischen den männlichen Spermien und dem Eingang in die Gebärmutter

Diaphragma & Portiokappe

Was sind ihre wesentlichen Vorteile?

- Nur bei Geschlechtsverkehr erforderlich
- Keine ernsten Gesundheitsrisiken
- Sie können bereits einige Stunden vor dem Geschlechtsverkehr eingelegt werden.

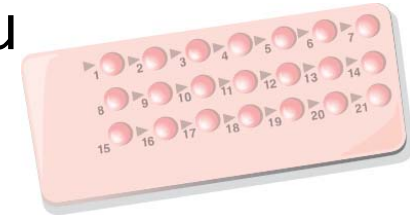


Was sind ihre wesentlichen Nachteile?

- Spermizid kann verschmieren
- Einlegen und Entfernen erfordern einige Übung
- Hautreizungen in der Scheide und gelegentliche Blaseninfektionen sind möglich

Orale Kontrazeptiva – die Kombinationspille

- Es gibt etwa 45 verschiedene orale (durch den Mund verabreichte) kontrazeptive (empfangnisverhütende) Pillen mit unterschiedlicher Hormonzusammensetzung und Hormonstärke.



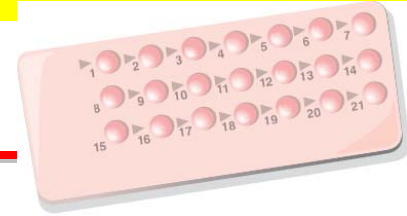
Was ist eine Kombinationspille?

- Eine Kombinationspille enthält zwei Hormone: ein Östrogen und ein Gestagen.

Wie wirkt sie?

- Sie verhindert den monatlichen Eisprung im Körper der Frau.
- Der Schleimpfropf im Gebärmuttermund verdickt sich, sodass er für Spermien undurchdringlich ist.
- Gleichzeitig wird das Wachstum der Gebärmutter Schleimhaut (Endometrium genannt)

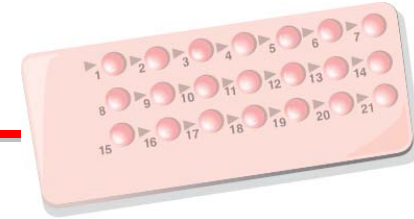
Orale Kontrazeptiva – Kombinationspille



Was sind die wesentlichen Vorteile der Kombinationspille?

- Keine Unterbrechung beim Sex nötig. Paare brauchen ihre sexuellen Gewohnheiten nicht zu ändern
- Wird von den meisten Frauen gut vertragen
- Schützt wahrscheinlich vor Eierstockkrebs, Gebärmutterkrebs und gutartigen Zysten in der Brust
- Reduziert krampfartige Menstruationsschmerzen
- Sorgt für regelmäßige Perioden
- Kann Monatsblutungen schwächer und kürzer machen
- Einfach anzuwenden
- Kann positive Auswirkungen auf die Haut haben, z.B. Akne lindern

Orale Kontrazeptiva – Kombinationspille



Was sind die wesentlichen Nachteile der Kombinationspille?

- Muss täglich eingenommen werden
- Bietet keinen Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten
- Eignet sich nicht für Frauen in der Stillzeit, Frauen mit Übergewicht oder Frauen, die selbst oder in der Familie eine Thrombose (Blutgerinnsel, das ein Blutgefäß verstopfen kann) hatten
- Selten treten venöse Thromboembolien (VTE) auf
- Kann bei einigen Frauen Stimmungsschwankungen auslösen
- Kann zu unerwünschten Begleiterscheinungen führen – wie z.B. Kopfschmerzen, Gefühl von Aufgeschwemmtsein und bei einigen Frauen Zwischenblutungen

Orale Kontrazeptiva – die Gestagenpille

Was ist die reine Gestagenpille (oder Minipille)?

- Die sogenannte Minipille ist eine Pille, die nur das Hormon Gestagen enthält.

Wie wirkt sie?

- Es verdickt sich der Schleimpfropf im Gebärmuttermund, der für Spermien undurchdringlich ist.
- Sie hemmt das Wachstum der Gebärmutterschleimhaut.
- Nur selten verhindert sie den Eisprung.

Reine Gestagenpille (Minipille)

Was sind ihre wesentlichen Vorteile?

- Keine Unterbrechung beim Sex
- Können in der Stillzeit angewendet werden
- Für Frauen geeignet, die keine Östrogene einnehmen können
- Für jedes Alter geeignet

Was sind ihre wesentlichen Nachteile?

- Kann unregelmäßige Monatsblutungen und Zwischenblutungen verursachen
- Kein Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten
- Muss jeden Tag korrekt eingenommen werden
- Kann folgende Nebenwirkungen verursachen: z.B. Pickel und fettige Haut, Brustspannen, Gefühl von Aufgeschwemmtsein und Kopfschmerzen

Orale Kontrazeptiva – die östrogenfreie Pille

Was ist die östrogenfreie Pille?

- Die östrogenfreie Pille enthält auch nur das Hormon Gestagen.

Wie wirkt sie?

- Sie verhindert den monatlichen Eisprung im Körper der Frau.
- Sie verdickt den Schleimpfropf im Gebärmuttermund, der dann für Spermien undurchdringlich ist.
- Sie hemmt das Wachstum der Gebärmutter Schleimhaut.

Orale Kontrazeptiva – die östrogenfreie Pille

Was sind ihre wesentlichen Vorteile?

- Keine Unterbrechung beim Sex
- Kann in der Stillzeit angewendet werden
- Für Frauen geeignet, die keine Östrogene einnehmen können
- Für jedes Alter geeignet

Was sind ihre wesentlichen Nachteile?

- Können unregelmäßige Monatsblutungen und Zwischenblutungen verursachen
- Kein Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten
- Muss jeden Tag eingenommen werden
- Kann folgende Nebenwirkungen verursachen: z.B. Pickel und fettige Haut, Brustspannen, Gefühl von Aufgeschwemmtsein und Kopfschmerzen

Verhütungspflaster



Was ist ein Verhütungspflaster?

- Das Verhütungspflaster ist ein selbstklebendes Pflaster, das wie die Pille Östrogen und Gestagen enthält, die langsam über die Haut aufgenommen werden.
- Es wird an Gesäß, Oberschenkel, Bauch, Schulter oder Oberarm angebracht.
- Es wird wöchentlich gewechselt – nach drei Wochen erfolgt eine siebentägige „pflasterfreie“ Pause.

Wie wirkt es?

- Es verhindert einen Eisprung (eine Ovulation).
- Der Schleimpfropf im Gebärmuttermund verdickt sich und ist für Spermien undurchdringlich.
- Gleichzeitig wird das Wachstum der Gebärmutter Schleimhaut (Endometrium genannt) gehemmt.

Verhütungspflaster



Was sind wesentlichen Vorteile?

- Keine Unterbrechung beim Sex nötig.
- Reduziert krampfartige Menstruationsschmerzen
- Sorgt für regelmäßige Perioden
- Kann Monatsblutungen schwächer und kürzer machen
- Einfach anzuwenden
- Auch bei Erbrechen oder Durchfall wirksam

Verhütungspflaster



Was sind ihre wesentlichen Nachteile?

- Kann gelegentlich zu Hautreizungen führen
- Eignet sich nicht für Frauen in der Stillzeit, Frauen mit Übergewicht oder Frauen, bei denen selbst oder in der Familie eine Thrombose (Blutgerinnsel, das ein Blutgefäß verstopfen kann) aufgetreten ist
- Kein Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten
- Venöse Thromboembolien (VTE) können auftreten
- Kann bei einigen Frauen Stimmungsschwankungen auslösen
- Kann zu unerwünschten Begleiterscheinungen führen – wie z.B. Kopfschmerzen, Gefühl von Aufgeschwemmtsein und bei einigen Frauen Zwischenblutungen

3-Monatsspritze



Was ist die 3-Monatsspritze?

- Es handelt sich um eine Injektionen (Spritze), die ein Gestagen enthält und alle drei Monate von einer Frauenärztin/einem Frauenarzt in den Muskel gespritzt wird.

Wie wirkt sie?

- Sie verhindert wie die Kombinationspille einen Eisprung (eine Ovulation).
- Der Schleimpfropf im Gebärmuttermund verdickt sich und ist für Spermien undurchdringlich.
- Gleichzeitig wird das Wachstum der Gebärmutterschleimhaut (Endometrium genannt) gehemmt.

3-Monatsspritze



Was sind ihre wesentlichen Vorteile?

- Länger wirkende hormonelle Methode, die keine tägliche Einnahme erforderlich macht
- Stört nicht beim Sex
- Positive Wirkung auf zyklusbedingte Migräne

3-Monatsspritze



Was sind ihre wesentlichen Nachteile?

- Monatsblutungen und Fruchtbarkeit nach Beendigung der Injektionen können sich erst nach 1,5 Jahren einstellen.
- Es kann zu Kopfschmerzen, Akne und fettiger Haut, Brustempfindlichkeit, Stimmungsschwankungen, Gewichtszunahme und einem Gefühl von Aufgeschwemmtsein kommen. Da die injizierten Hormone nicht aus dem Körper entfernt werden können, setzen sich die Begleiterscheinungen möglicherweise nach der Injektion noch einige Zeit fort.
- Kein Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten
- Für junge Frauen gibt es ein unbekanntes Risiko für die Abnahme der sogenannten „peak bone mass“ (maximal aufgebaute Knochenmasse), was im Alter zu Osteoporose (brüchigen Knochen) führen kann. Obwohl sich die Knochensubstanz nach dem Absetzen wieder normalisiert, soll die 3-Monatsspritze nur 2 Jahre verwendet werden.

Hormonimplantat



Was ist ein Hormonimplantat?

- Das Hormonimplantat ist ein kleines, flexibles mit einem Gestagen gefülltes Stäbchen, das von einer Frauenärztin/einem Frauenarzt auf der Innenseite des Oberarms unter die Haut eingesetzt wird.
- Ein Implantat hat einen Empfängnisschutz von drei Jahren.

Wie wirkt ein Hormonimplantat?

- Es verhindert wie die Kombinationspille einen Eisprung (eine Ovulation).
- Der Schleimpfropf im Gebärmuttermund verdickt sich und ist für Spermien undurchdringlich.
- Gleichzeitig wird das Wachstum der Gebärmutter Schleimhaut (Endometrium genannt) gehemmt.

Hormonimplantat



Was sind seine wesentlichen Vorteile?

- Lang wirkende hormonelle Methode, die keine tägliche Einnahme erforderlich macht
- Stört nicht beim Sex
- Ist für Frauen geeignet, die keine Östrogene nehmen können
- Kann starke und schmerzhafteste Perioden lindern
- Auch bei Erbrechen oder Durchfall wirksam

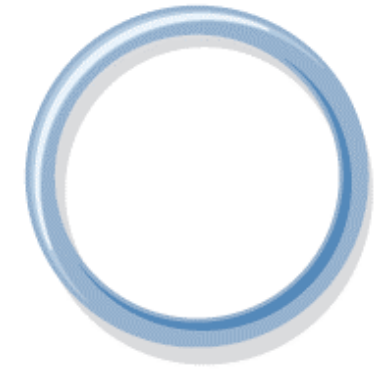
Hormonimplantat



Was sind seine wesentlichen Nachteile?

- In den ersten Anwendungsmonaten sind unregelmäßige Blutungen möglich
- Es können Begleitscheinungen wie z.B. Kopfschmerzen, Spannungsgefühl in der Brust, Stimmungsschwankungen, Akne und Veränderungen des sexuellen Verlangens sowie ein Gefühl von Aufgeschwemmtsein auftreten
- Kein Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten

Vaginalring



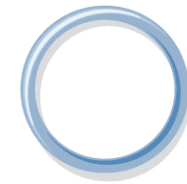
Was ist ein Vaginalring?

- Ein Vaginalring enthält Östrogen und Gestagen und wird in die Vagina (Scheide) eingelegt. Er bleibt für die Dauer von drei Wochen dort liegen und wird dann für eine einwöchige Pause entfernt. Nach der einwöchigen Anwendungspause wird ein neuer Vaginalring eingesetzt.

Wie wirkt der Vaginalring?

- Er verhindert wie die Kombinationspille einen Eisprung (eine Ovulation).
- Der Schleimpfropf im Gebärmuttermund verdickt sich und ist für Spermien undurchdringlich.
- Gleichzeitig wird das Wachstum der Gebärmutter Schleimhaut (Endometrium genannt) gehemmt.

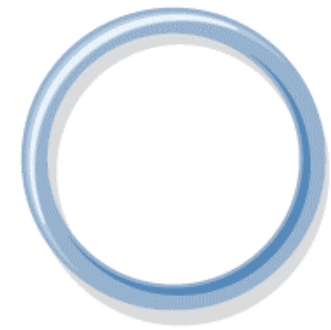
Vaginalring



Was sind seine wesentlichen Vorteile?

- Keine Unterbrechung beim Sex nötig.
- Reduziert krampfartige Menstruationsschmerzen
- Sorgt für regelmäßige Perioden
- Kann Monatsblutungen schwächer und kürzer machen
- Zwischenblutungen treten nur wenig auf
- Auch bei Erbrechen oder Durchfall wirksam

Vaginalring



Was sind seine wesentlichen Nachteile?

- Führt gelegentlich zu Entzündungen und Beschwerden in der Scheide oder zu einem Ausfluss aus der Scheide
- Einige Frauen spüren ein gewisses Fremdkörpergefühl
- Eignet sich nicht für Frauen in der Stillzeit, Frauen mit Übergewicht oder Frauen, bei denen selbst oder in der Familie eine Thrombose (Blutgerinnsel, das ein Blutgefäß verstopfen kann) aufgetreten ist
- Venöse Thromboembolien (VTE) können auftreten
- Kann zu unerwünschten Begleiterscheinungen führen – wie z.B. Kopfschmerzen, Stimmungsschwankungen, Gefühl von Aufgeschwemmtsein und bei einigen Frauen Zwischenblutungen
- Kein Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten

Notfallverhütung

Was ist eine Notfallverhütung?

- Eine Notfallmethode kann nach ungeschütztem Geschlechtsverkehr oder nach dem Versagen einer anderen Verhütungsmethode (zum Beispiel ein gerissenes Kondom) angewendet werden.
- Diese Methode ist nur eine Maßnahme im Notfall. Sie ist nicht zur regelmäßigen Anwendung geeignet!

Wie wirkt diese Methode?

- Generell wirken hormonelle Notfallmethoden im Wesentlichen dadurch, dass sie je nach Zeitpunkt im Zyklus den Eisprung oder die Befruchtung verhindern.
- Die Spiralen-Methode verhindert die Befruchtung oder Einnistung einer Eizelle in die Gebärmutterschleimhaut
- Notfallmethoden wirken nicht, wenn Befruchtung und Einnistung bereits stattgefunden haben

Notfallverhütung

Welche Optionen gibt es?

- **Notfallverhütung mit der „Pille danach“** – sie sollte schnellstmöglich nach ungeschütztem Geschlechtsverkehr eingenommen werden – im idealen Fall innerhalb von 12 Stunden, aber nicht später als 72 Stunden. Je früher man sie einnimmt, desto besser ist ihre Wirkung. Sie enthält ein Gestagen.
- **IUPs (die „Spirale danach“)** – sie kann bis zu 120 Stunden (5 Tage) nach ungeschütztem Geschlechtsverkehr von einer Frauenärztin/einem Frauenarzt eingesetzt werden.

Hormonspirale (Intrauterine System - IUS)



Was ist die Hormonspirale?

- Die Hormonspirale ist ein kleiner, weicher Kunststoffkörper mit einem Gestagenreservoir. Sie wird von einer Frauenärztin/einem Frauenarzt in die Gebärmutterhöhle eingelegt und gibt in der Gebärmutter regelmäßig kleine Mengen Gestagen ab. Sie verhütet fünf Jahre.

Wie wirkt die Hormonspirale?

- Es bildet sich ein Schleimpfropf im Gebärmuttermund, der für Spermien undurchdringlich ist.
- Gleichzeitig wird das Wachstum der Gebärmutter Schleimhaut (Endometrium genannt) gehemmt.

Hormonspirale (Intrauterine System - IUS)



Was sind ihre wesentlichen Vorteile?

- Langzeitverhütung für 5 Jahre
- Keine Unterbrechung beim Sex nötig
- Alternative für Frauen, die keine Östrogene vertragen oder stillen
- Monatsblutungen werden schwächer, kürzer und weniger schmerzhaft
- Wird die Hormonspirale entfernt, normalisieren sich alle Vorgänge innerhalb kurzer Zeit, und es ist möglich, sofort wieder schwanger zu werden.
- Ihre Wirkung wird nicht durch andere Medikamente beeinflusst.
- Auch bei Erbrechen oder Durchfall wirksam

Hormonspirale (Intrauterine System - IUS)



Was sind ihre wesentlichen Nachteile?

- Es kann besonders in den ersten Anwendungsmonaten zu unregelmäßigen Blutungen kommen.
- Kurzfristig sind Nebenwirkungen wie Kopfschmerzen, Brustempfindlichkeit und Wassereinlagerungen möglich.
- Kein Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten
- In seltenen Fällen kann die Hormonspirale aus der Gebärmutter herausfallen oder die Gebärmutterwand durchwandern.

Kupferspiralen (Intrauterinpressare -IUP)



Was sind Kupferspiralen?

- Eine Kupferspirale ist ein kleiner, weicher Kunststoffkörper, dessen Längsschaft mit einem feinen Kupferdraht umwickelt ist. Sie wird von einer Frauenärztin/einem Frauenarzt in die Gebärmutterhöhle eingesetzt.

Wie wirkt die Kupferspirale?

- Die Kupferspirale verhindert, dass Spermien zur Eizelle gelangen, indem die sie auf ihrem Weg zu den Eileitern in ihrer Bewegung gehemmt werden.

IUPs



Was sind ihre wesentlichen Vorteile?

- Die verhütende Wirkung besteht 5 Jahre
- Keine Unterbrechung beim Sex notwendig.
- Nach dem Entfernen normalisieren sich alle Vorgänge innerhalb kurzer Zeit, und man kann sofort wieder schwanger werden

Was sind ihre wesentlichen Nachteile?

- Die Kupferspirale kann Beschwerden (Krämpfe) bei der Monatsblutung hervorrufen es sind die Menstruationsblutungen häufig stärker und länger anhaltend.
- Kein Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten
- In seltenen Fällen kann die Kupferspirale aus der Gebärmutter herausfallen oder die Gebärmutterwand durchwandern.

Natürliche Familienplanung

Wie funktioniert diese Methode?

- Während der fruchtbaren Tage der Frau wird auf Geschlechtsverkehr verzichtet.
- Die Fruchtbarkeit wird mit Hilfe folgender Methoden bestimmt:
 - Durch tägliche Messung der Körpertemperatur mit einem speziellen Fruchtbarkeitsthermometer (Basalthermometer)
 - Durch Beobachtungen von Veränderungen der Schleimkonsistenz am Gebärmutterhals
 - Durch Berechnung des wahrscheinlichsten Zeitpunkts für den Eisprung, indem die Tage seit der letzten Periode gezählt werden (nur möglich bei regelmäßigen Monatsblutungen)

Natürliche Familienplanung

Was sind ihre wesentlichen Vorteile?

- Diese Methoden können sowohl zur Planung als auch zur Verhütung einer Schwangerschaft angewendet werden
- Keine Anwendung chemischer Wirkstoffe oder technischer Systeme
- Keine Nebenwirkungen
- Ermöglicht Frauen, genau über ihre Fruchtbarkeit Bescheid zu wissen

Was sind ihre wesentlichen Nachteile?

- Die fruchtbaren Tage sind erst nach der Beobachtung von drei bis sechs Monatszyklen bestimmbar
- Man muss täglich zur gleichen Zeit z.B. die Körpertemperatur messen
- Bei Krankheit, Stress oder Reisen sind die Anzeichen der fruchtbaren Tage schwerer zu interpretieren
- Während der fruchtbaren Tage darf zur Verhütung einer Schwangerschaft kein Geschlechtsverkehr stattfinden
- Beide Partner müssen von der Methode sehr überzeugt sein
- Kein Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten

Coitus Interruptus

Wie funktioniert die Methode?

- Beim Coitus Interruptus (lateinisch für: unterbrochener Geschlechtsverkehr) wird der Penis unmittelbar vor der Ejakulation (Samenerguss) aus der Scheide herausgezogen

Was sind seine wesentlichen Vorteile?

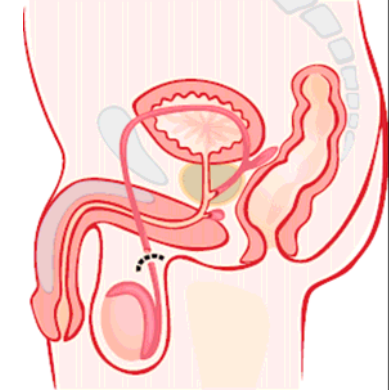
- Keine Anwendung chemischer Wirkstoffe oder technischer Systeme
- Keine Nebenwirkungen

Was sind seine wesentlichen Nachteile?

- Der Coitus Interruptus ist eine sehr unzuverlässige Methode, weil bei Männern schon vor dem Samenerguss geringe Mengen Flüssigkeit mit befruchtungsfähigem Samen („Liebeströpfchen“) aus dem Penis austreten können.
- Erfordert eine starke Selbstkontrolle des Mannes
- Kann die Freude am Sex beeinträchtigen



Sterilisation



Was ist eine Sterilisation?

- Eine Sterilisation ist ein endgültiger Eingriff bei Mann oder Frau, die keinen Kinderwunsch oder ihre Familienplanung abgeschlossen haben

Wie funktioniert die Methode?

Sterilisation des Mannes

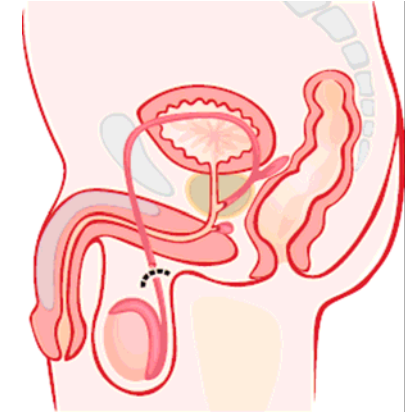
- Es werden die Samenleiter durchtrennt und verschlossen, so dass während einer Ejakulation keine Spermien mehr in der Samenflüssigkeit sind.

Sterilisation der Frau

- Es werden beide Eileiter durchtrennt oder verschlossen, damit keine Eizelle mehr mit dem Sperma in Berührung kommen kann.



Sterilisation



Was sind ihre wesentlichen Vorteile?

- Dauerhafte und nahezu 100 % sichere Methode
- Keine Unterbrechung beim Sex notwendig

Was sind ihre wesentlichen Nachteile?

- Ist nicht rückgängig zu machen (mit Ausnahme eines komplizierten und unter Umständen gefährlichen operativen Eingriffs, der nicht in allen Fällen erfolgreich ist)
- Kein Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten

Auf einen Blick!

Methode	Wirkungsart	Zuverlässigkeit	+	-
Pille	systemisch hormonell	sehr hohe	Keine Vorbereitung vor dem Verkehr.	Man muss jeden Tag daran denken.
Minipille	systemisch hormonell	hohe bis gute	Gestagenpräparat ohne Östrogenanteil. Keine Vorbereitung vor dem Verkehr.	Sehr genaue Einhaltung der Einnahmezeiten erforderlich. Häufige Zwischenblutungen.
Östrogenfreie Pille	systemisch hormonell	sehr hohe	Gestagenpräparat ohne Östrogenanteil. Keine Vorbereitung vor dem Verkehr.	Häufiges Auftreten von Blutungsunregelmäßigkeiten.
Kupferspirale	mechanisch	hohe bis gute	Langzeitverhütung. Keine Vorbereitung vor dem Verkehr.	Anwendung nicht ratsam bei jungen Mädchen und Frauen ohne Kinder wegen einer möglichen Gefahr für Entzündungen.
Hormonspirale	lokal hormonell	sehr hohe	Langzeitverhütung. Keine Vorbereitung vor dem Verkehr. Gesundheitlicher Zusatznutzen.	Anfangs Zwischenblutungen. Selten hormonelle Nebenwirkungen (Akne, Gewichtszunahme).
Hormonimplantat	systemisch hormonell	sehr hohe	Langzeitverhütung. Keine Vorbereitung vor dem Verkehr. Gesundheitlicher Zusatznutzen.	Akne, Gewichtszunahme, unregelmäßige Blutungen, mögliche Komplikationen bei der Entfernung, Narbenbildung.
3-Monatspritze	systemisch hormonell	hohe	Keine Vorbereitung vor dem Verkehr. Besserung starker Monatsblutungen.	Unregelmäßige Blutungen. Vierteljährliche Injektionen. Es dauert lange, bis die Fruchtbarkeit wieder hergestellt ist.
Vaginalring	systemisch hormonell	hohe	Keine Vorbereitung vor dem Verkehr.	Kann beim Verkehr gespürt werden. Vergessen nach der Pause möglich. Begrenzte Haltbarkeit.
Verhütungspflaster	systemisch hormonell	hohe	Keine Vorbereitung vor dem Verkehr.	Hautirritationen an der Klebestelle sind möglich. Das Pflaster ist für jeden „sichtbar“. Gefahr des Ablösens.
Temperaturmethode	natürlich	mittlere	Keine Vorbereitung vor dem Verkehr.	Verlangt Disziplin und an vielen Tagen sexuelle Enthaltsamkeit. Morgendliche Temperaturmessungen.
Sympto-Thermale Methode	natürlich	hohe	Keine Nebenwirkungen. Keine Vorbereitung vor dem Verkehr.	Einschulung erforderlich. Disziplin notwendig. Genaues Beachten der Regeln.
Kondom	mechanisch	mittlere	Keine Nebenwirkungen. Schützt weitgehend vor Geschlechtskrankheiten, auch vor AIDS.	Vorbereitung unmittelbar vor dem Verkehr erforderlich.
Diaphragma	mechanisch	mittlere	Keine Nebenwirkungen. Wird nur genommen, wenn man es braucht.	Viele Manipulationen vor und nach dem Verkehr.
Schaum-Ovulum	chemisch	mittlere	Keine Nebenwirkungen. Wird nur genommen, wenn man es braucht.	Vorbereitung vor dem Verkehr erforderlich. Verkehr ist nach 10 Minuten erlaubt.
Andere chemische Mittel	chemisch	mittlere	Keine Beeinflussung der Körperfunktionen.	Vorbereitung unmittelbar vor dem Verkehr.
Knaus-Ogino-Methode	natürlich	unzuverlässig	Keine Nebenwirkungen.	Sehr unzuverlässig. Schwierige Berechnung.
Billings-Methode	natürlich	unzuverlässig	Keine Nebenwirkungen.	Sehr unzuverlässig.
Coitus interruptus	natürlich	unzuverlässig	Kein Aufwand erforderlich.	Sehr unzuverlässig. Stört das Liebeserlebnis.

Wichtige Dinge, die zu bedenken sind

- Fühle ich mich für den Geschlechtsverkehr reif genug/bereit?
- Welche Verhütungsmethode ist die für mich beste? Warum?
- Wo erhalte ich diese Verhütungspräparate?
- An wen kann ich mich wenden, wenn ich weitere Beratung brauche?
- Was kann ich tun und an wen kann ich mich wenden, wenn etwas schief geht?

Sieben Mythen einer erfüllten Sexualität

Grundlagen der Sexualberatung

Sexuelles Wohlbefinden

Eine „Checkliste“ zum Nachdenken

- Bewerten Sie ihre eigenen sexuellen Neigungen und Bedürfnisse positiv?
- Fühlen Sie sich in ihrer derzeitigen sexuellen Beziehung angenommen und positiv bewertet?
- Können Sie Ihre wichtigsten mit der Sexualität in Zusammenhang stehenden Bedürfnisse regelmässig äussern und befriedigen?
- Erleben Sie Ihre Sexualität als sinnerfüllten und bereichernden Teil Ihres Alltags, der im Einklang mit Ihren Lebenszielen steht?

nach Meyer F, 2002

Sexuelles Wohlbefinden

Eine „Checkliste“ zum Nachdenken (II)

- Ist es Ihnen gelungen, Ihre Sexualität im Laufe der Zeit immer befriedigender zu gestalten und dabei Probleme und Schwierigkeiten zu überwinden?
- Erreichen Sie durch Ihre sexuellen Aktivitäten regelmässig Lust und körperliches Wohlbefinden?
- Gibt Ihnen Ihre sexuelle Beziehung ein Gefühl der inneren und äusseren Sicherheit?
- Führen Ihre sexuellen Aktivitäten immer wieder zu einem Zustand der inneren Ausgeglichenheit?

nach Meyer F, 2002

Sexuelles Wohlbefinden

Eine „Checkliste“ zum Nachdenken (III)

- Erleben Sie Ihre Sexualität als energiespendenden Ausgleich gegenüber Belastungen des Alltags?
- Haben Sie das Gefühl, auch unabhängig von Ihrer Sexualität, so geliebt zu werden, wie Sie sich das wünschen?
- Können Sie auf die sexuellen Bedürfnisse Ihres Partners zur beiderseitigen Zufriedenheit eingehen, auch wenn diese über Ihre momentanen Bedürfnisse hinausgehen?
- Haben Sie ein Gottesbild, das Ihre sexuellen Bedürfnisse und Erlebnisse bejaht?

nach Meyer F, 2002

Sexuelles Wohlbefinden

Eine „Checkliste“ zum Nachdenken (IV)

- Die obigen Fragen wird wohl kaum ein Mensch durchwegs und uneingeschränkt mit „Ja“ beantworten können. Es geht jedoch darum, aufzuzeigen, welche Bereiche des Erlebens mit unserer Sexualität im Zusammenhang stehen und dass Sexualität weit über die Ebene des bloss Körperlichen hinausgeht.

nach Meyer F, 2002

Herabsetzung der Erotik Augustinus (5. Jh.)

- Verknüpfung von Sexualität mit Sünde
 - Christus war deswegen ohne Sünde, weil er nicht sexuell gezeugt wurde
 - Je reiner ein Christ sein will, desto enhaltsamer muss er leben
 - Das ideale geistliche Leben besteht aus sexueller Askese
 - Sexuelle Lust wird als sündhaft bezeichnet
 - Ziel der sexuellen Vereinigung ist – die möglichst lustlose – Zeugung eines Kindes

nach Lehnert VA, Lehnert FA, 2001

Herabsetzung der Erotik Augustinus und seine Folgen

- Das erotische Erleben vieler Generationen ist mit einem chronisch schlechten Gewissen belastet worden.
- Befreiung zur Sexualität wird als Befreiung von der Religion verstanden!

Nach Lehnert VA, Lehnert FA, 2001

Sexualität in der Bibel

- Die Bibel beginnt mit einer erotischen Geschichte:
 - Zwei Menschen im Paradies, die nackt voreinander standen und sich nicht schämten.

Sexualität in der Bibel

Das Hohelied von der Liebe

- Liebendes Verlangen
 - „Nachts auf meinem Bett sehnte ich mich nach meinem Liebsten“ (3.1)
- Liebende Wertschätzung
 - „Wie schön du bist, meine Freundin, wunder schön bist du, deine Augen glänzen wie das Gefieder der Tauben“ (1.15)
- Liebende Fantasie
 - „Dein Schoss gleicht einer runden Schale, die stets mit edlem Wein gefüllt ist.“ (7.3)
- Lebenslust
 - „Wen die Liebe erfasst hat, der kennt ihr Feuer: Sie ist eine Flamme Gottes“ (8.6)

(zitiert nach „Hoffnung für alle“)

Sexualität in der Bibel

- „Alles in allem finden menschliche Sexualität und Erotik in der Bibel eine sehr positive Wertung, und wir sollten uns nicht länger durch negative moralische Traditionen aus anderen Quellen an ihrer Entfaltung hindern lassen“

Lehnert VA, Lehnert FA, 2001, S.117

Sexuelle Mythen

- Sex ist die natürlichste Sache der Welt, darum braucht man sich darüber keine Gedanken zu machen.
- Wenn man einander wirklich liebt, dann hat man automatisch befriedigenden Sex und kommt gleichzeitig zum Orgasmus.
- Sex folgt immer einem festen Ablauf.
- Sexualität ist besonders im jungen Erwachsenenalter wichtig. Im Alter nimmt die Wichtigkeit ab.

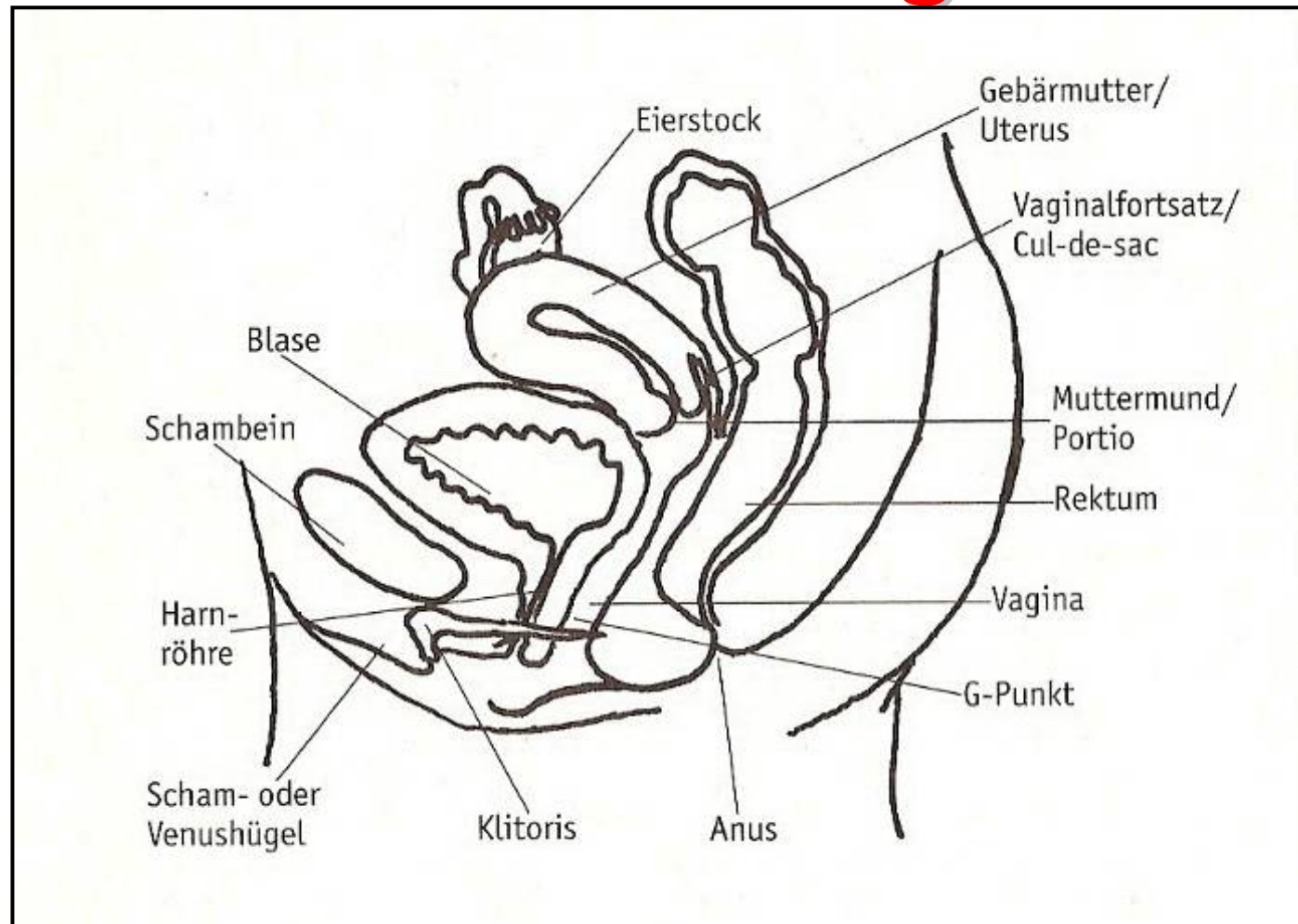
Sexuelle Mythen

- Je mehr Jugendliche über Sexualität wissen, desto früher machen sie sexuelle Erfahrungen.
- Die Sexualität ungebundener und allein lebender Menschen ist erfüllter und weniger langweilig, als die von Paaren in festen Verbindungen.
- Wer sich lange enthalten kann, wird Sexualität in besonders intensiver Weise erleben können.

Sexuelle Mythen

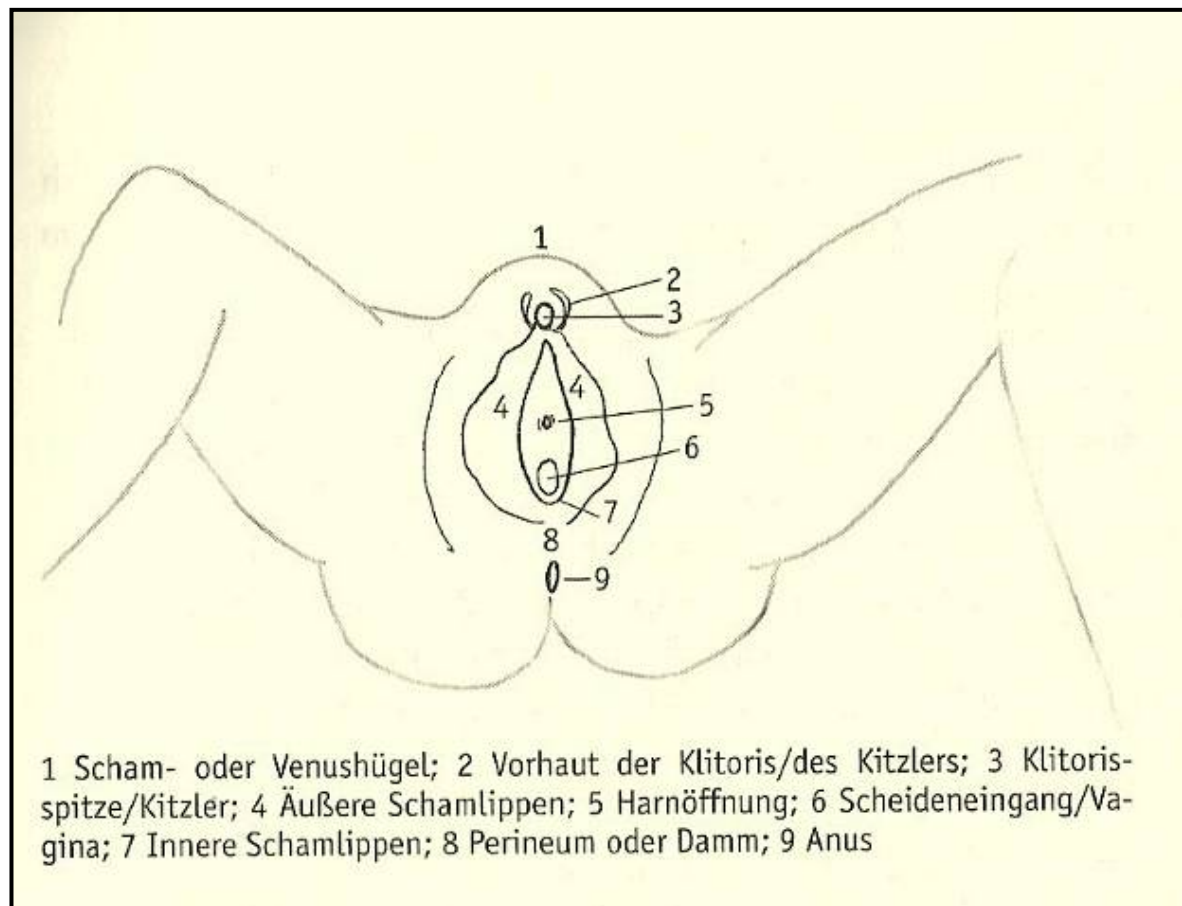
- Sex ist die natürlichste Sache der Welt, darum braucht man sich darüber keine Gedanken zu machen.

Weibliche Geschlechtsorgane



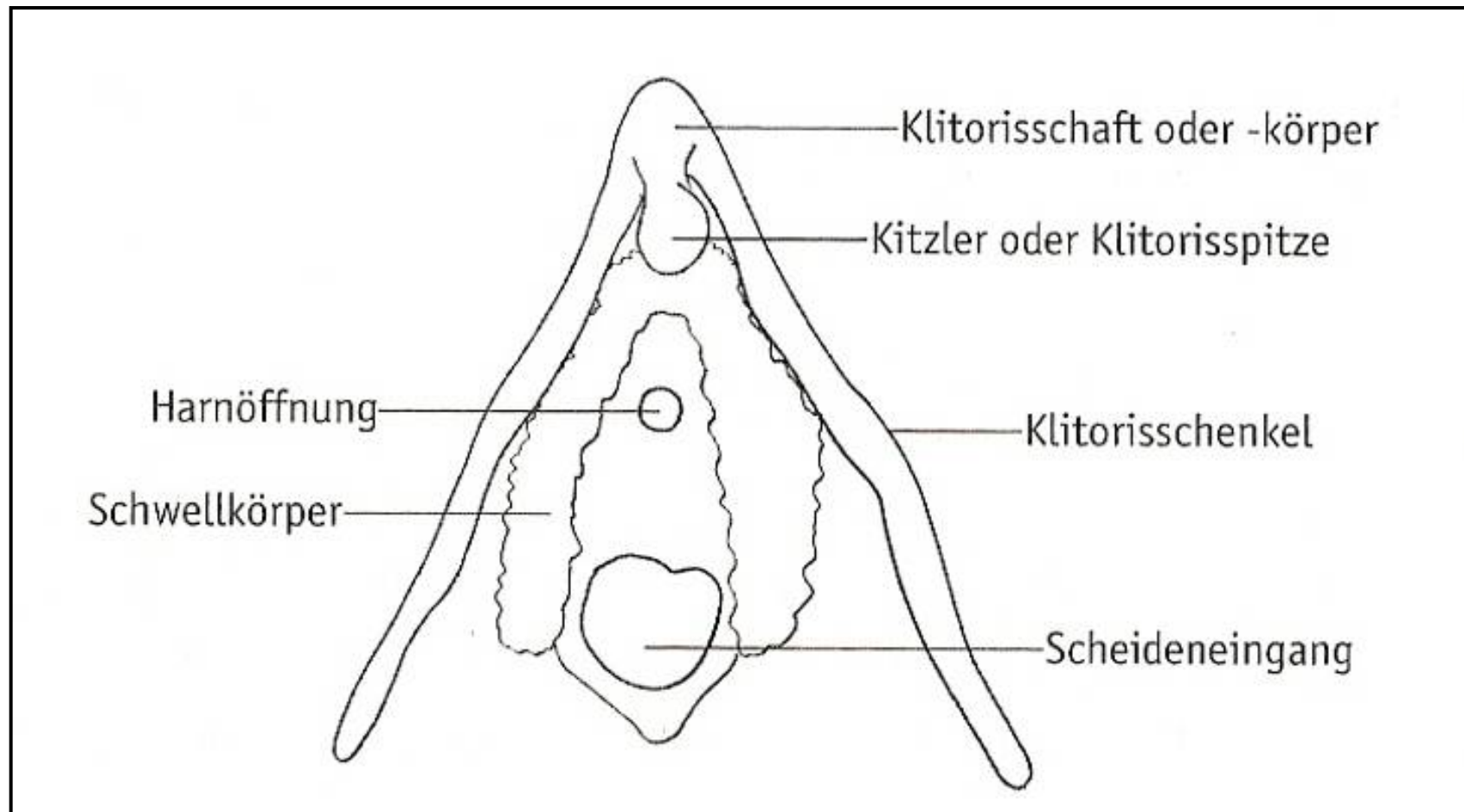
Weibliche Geschlechtsorgane

Introitus

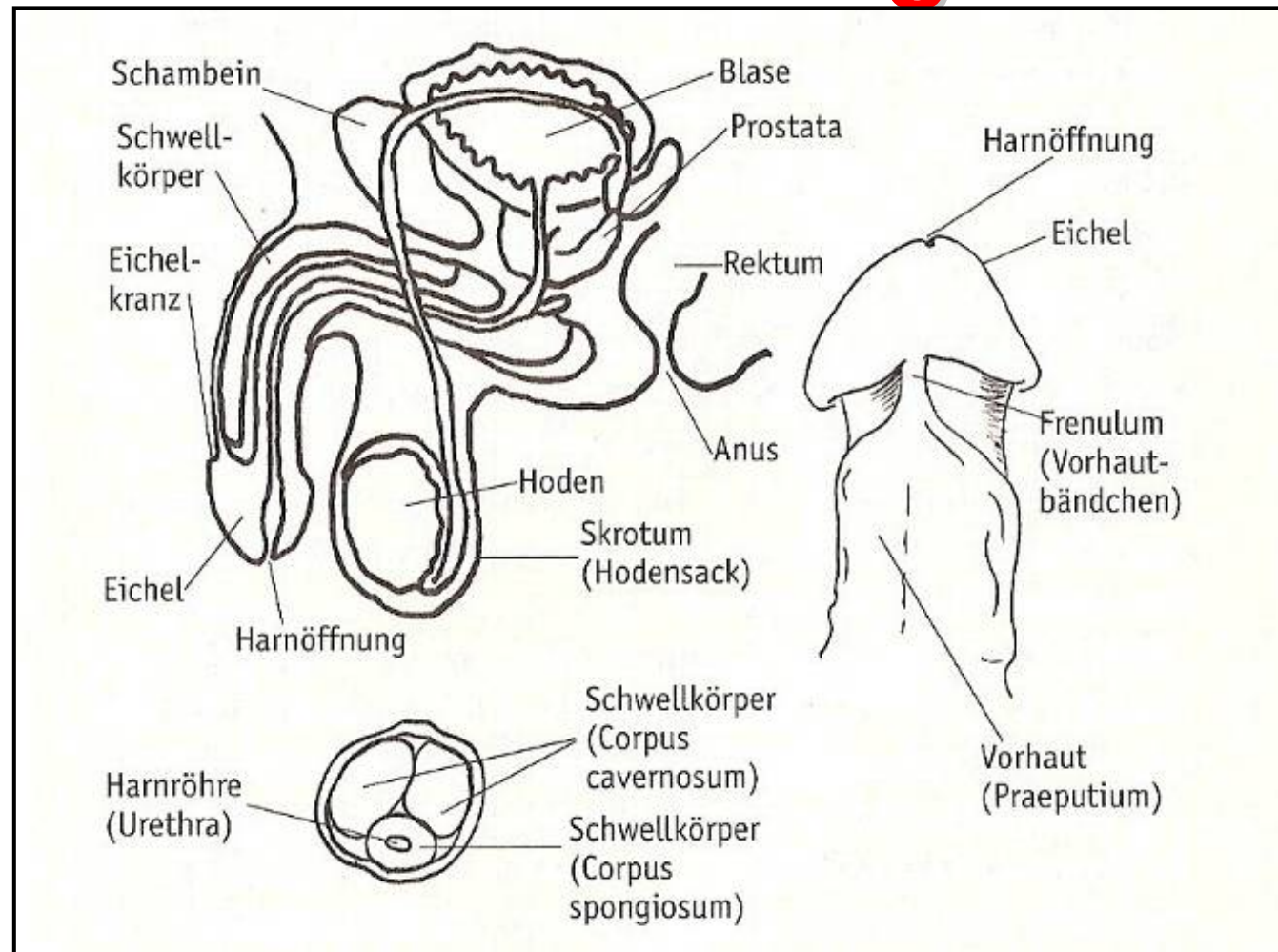


Weibliche Geschlechtsorgane

Klitoris



Männliche Geschlechtsorgane



Männliche Geschlechtsorgane

Penislänge

- „Ich finde, dass mein Penis zu kurz ist. Meine Freunde haben beim Duschen alle längere Penisse! Gibt es da ein Mindestmass und ab welcher Länge kann ich eine Frau damit befriedigen?“

Sex – ein natürlicher biologischer Vorgang?

- „Wenn wir uns die scheinbar lebensbejahende Auffassung zu eigen machen, Sex sei nur ein „natürlicher biologischer Vorgang“, dann können wir uns sexuelle Dysfunktionen oder Lustlosigkeit am Ende nur damit erklären, dass mit uns etwas nicht stimmt.“

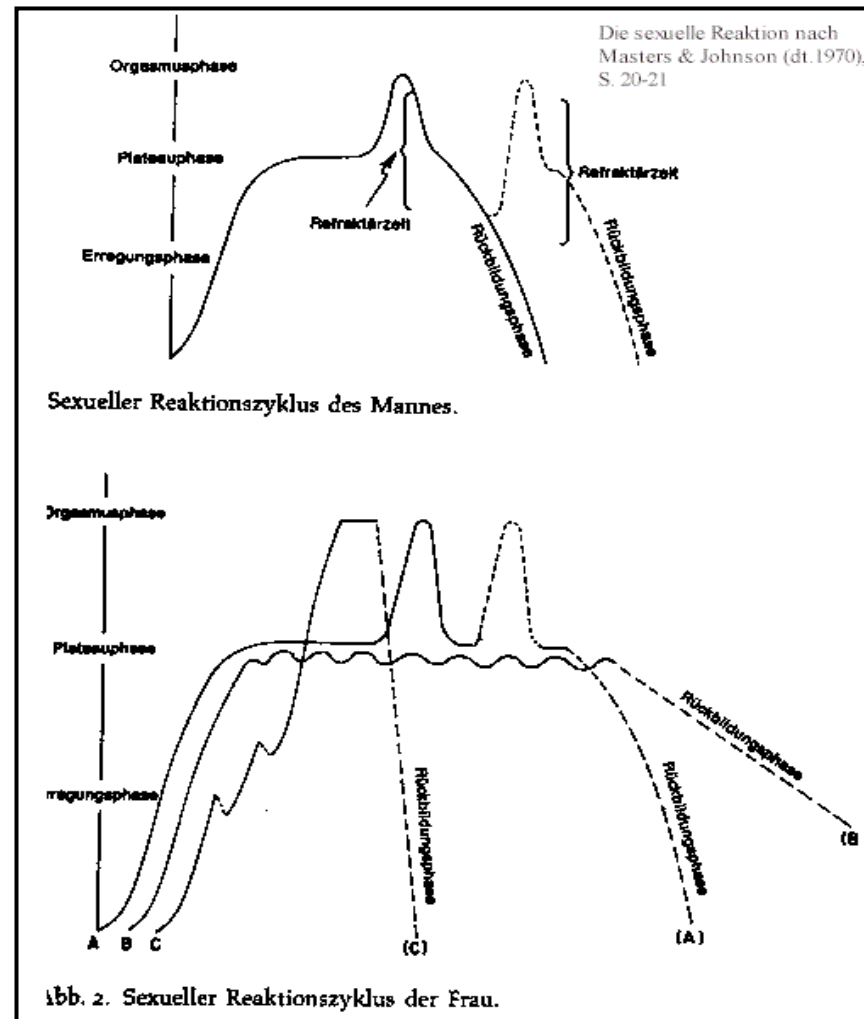
Sexualität als naturgegebenes Potential

- Sexualität ist, zumindest in Verbindung mit Intimität, *kein* naturgegebener Vorgang. Sie stellt vielmehr ein naturgegebenes *Potential* dar, das wir nur dann auszuschöpfen vermögen, wenn wir uns entwickeln.

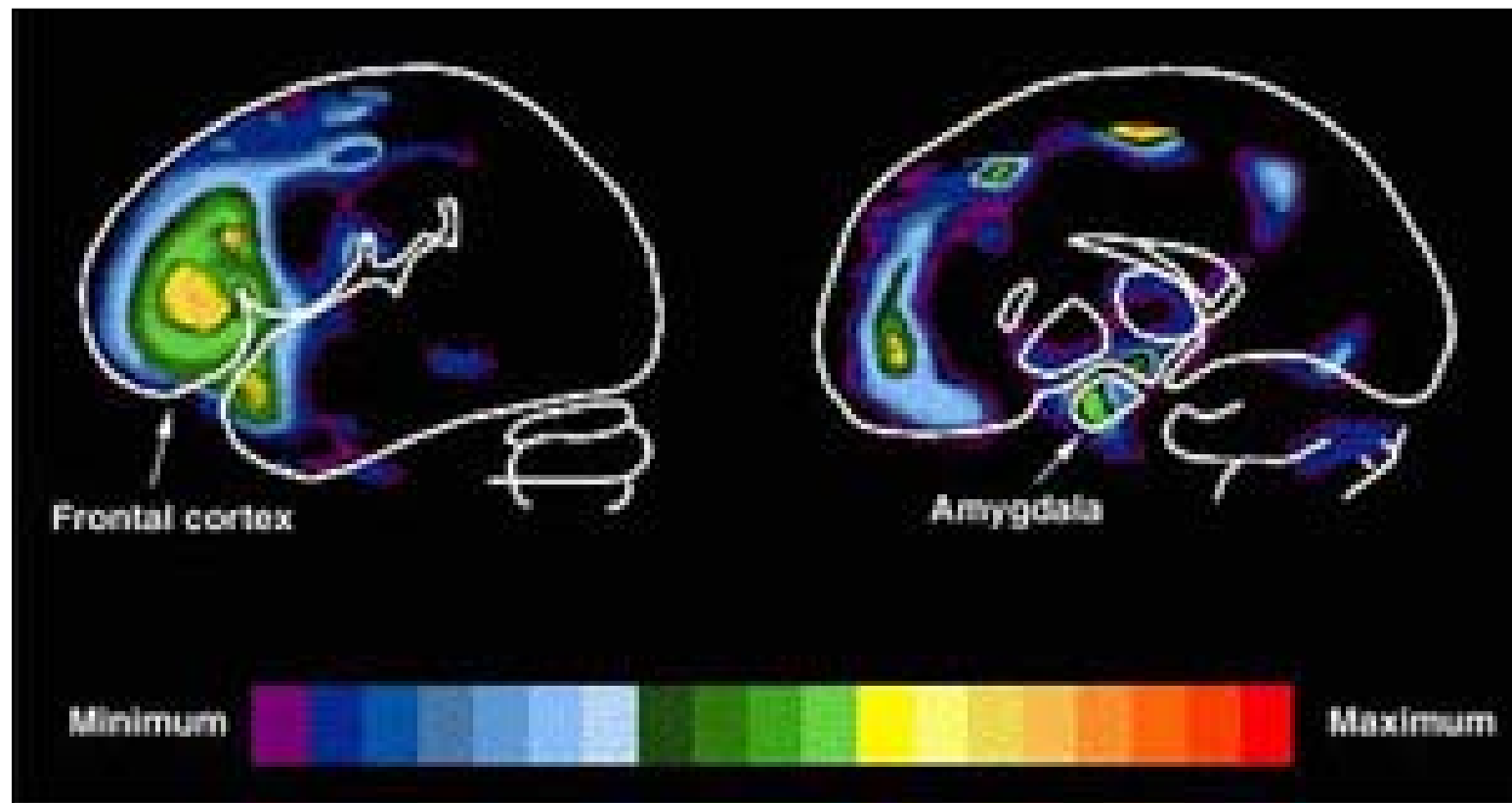
Sexuelle Mythen

- Wenn man einander wirklich liebt, dann hat man automatisch befriedigenden Sex und kommt gleichzeitig zum Orgasmus.

Der weibliche Höhepunkt ist anders – der männliche auch



Der weibliche Höhepunkt ist anders



Holstege G et al., 2003

Weibliche Dysfunktion – „Oh..., wann kommst du?“

- FSD female sexual dysfunction
- FSAD female sexual arousal disorder
- HSDD hypoactive sexual desire disorder
- Laumann (Chicago, 1999)
 - 43% der Frauen leiden Dysfunktion
- Charité-Studie (2004)
 - 90% der Frauen gaben an, mind. 1x Orgasmus vorgetäuscht zu haben
- Cologne Community Survey (2003)
 - 60% der Frauen gaben sexuelle Störung an
 - FSFI (female sexual function Index = Standardfragebogen)

Sinnliches Leben ohne Orgasmus

- Nicht der Orgasmus, sondern das Zusammensein mit dem Partner sollte das Wichtigste am Sex sein.
- Der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt, sexuelle Intimität auch ohne Orgasmus genussvoll zu gestalten.

Wider die Idealisierung des Orgasmus

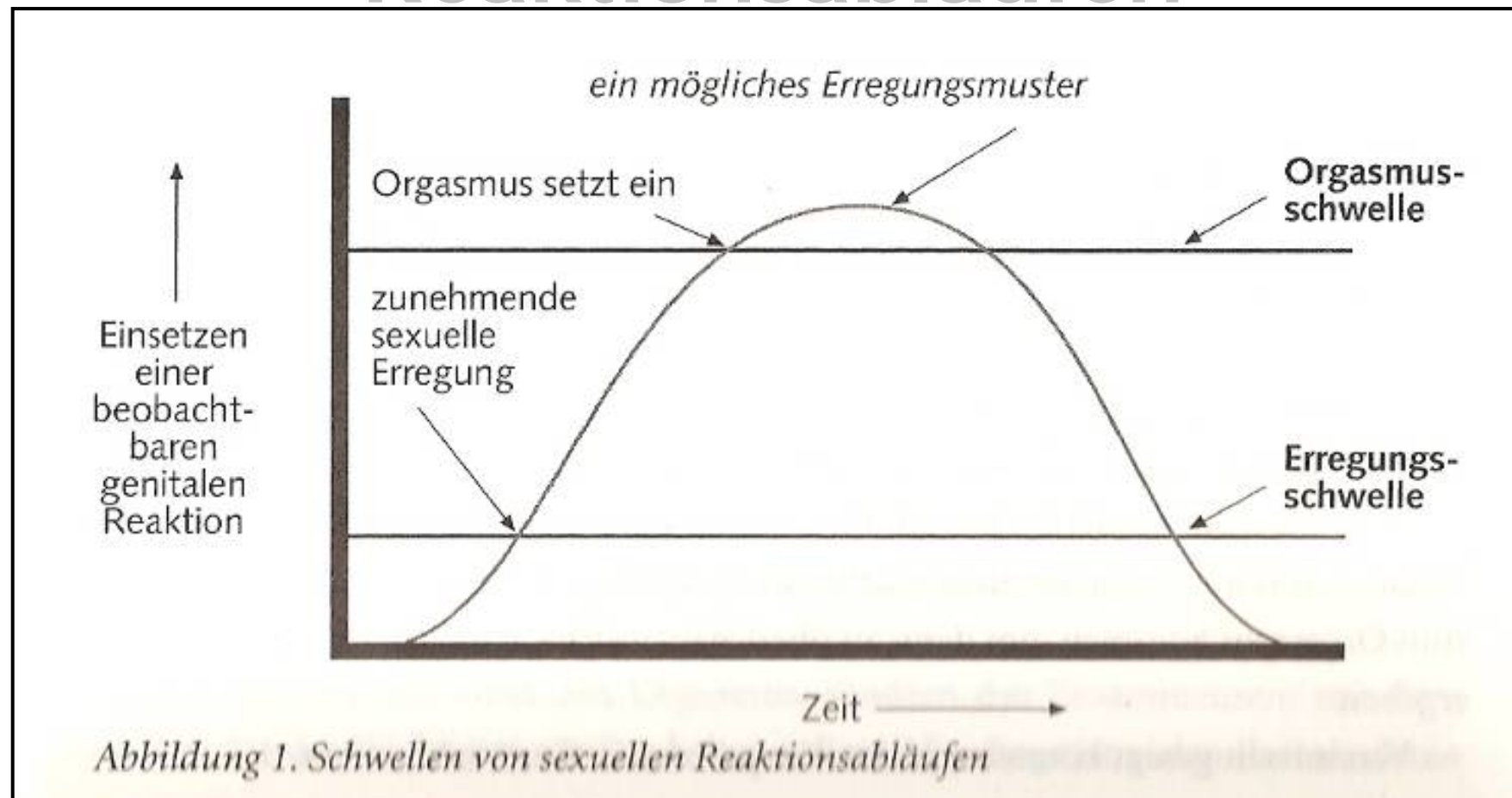
- „Orgasm is only to let you know that sex is over.“

Leonore Tiefer

Sexuelle Mythen

- Sex folgt immer einem festen Ablauf.

Schwellen von sexuellen Reaktionsabläufen

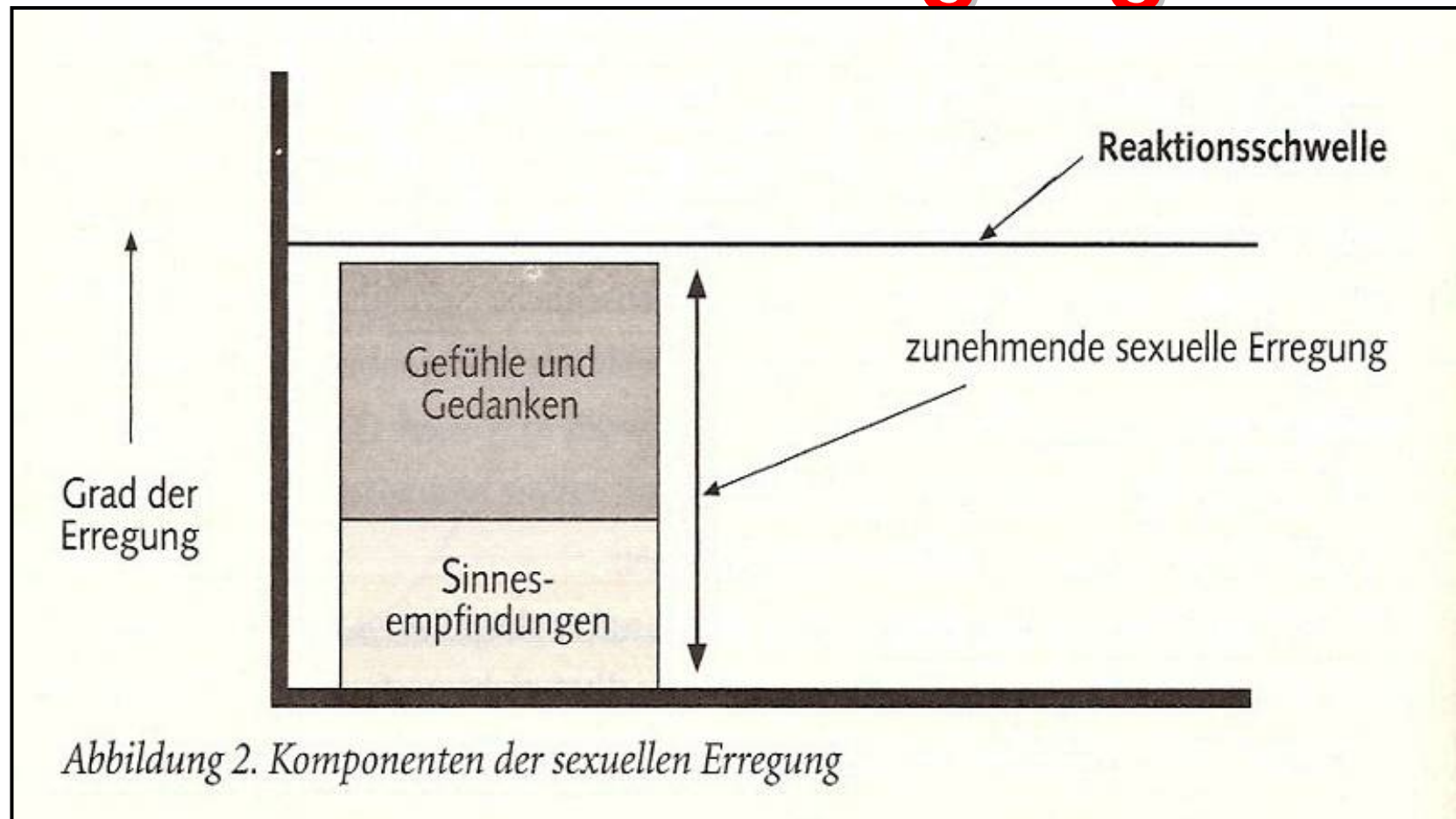


Schnarch D, Die Psychologie sexueller Leidenschaft, S. 98

Sexualität und Neocortex

- Durch den Neocortex sind wir in der Lage uns selbst als Person wahrzunehmen – dies ist Voraussetzung für zwischenmenschliche Intimität.
- Wir können diese Selbstwahrnehmung aber auch einsetzen, ständig zu überprüfen, ob wir beim Sex alles richtig machen

Komponenten der sexuellen Erregung



Schnarch D, Die Psychologie sexueller Leidenschaft, S. 100

Sexuelle Mythen

- Sexualität ist besonders im jungen Erwachsenenalter wichtig. Im Alter nimmt die Wichtigkeit ab.

Sexuelle Reife

- Mit welchem Alter erreicht ein Mann seine sexuelle Reife?
- Mit welchem Alter erreicht eine Frau ihre sexuelle Reife?

Sexualität im Alter

Deutsche Studien ergaben, dass **Frauen**

- zwischen 60 und 70 zu 45-55% sexuell aktiv sind,
- bei den über 70-Jährigen weniger als 10% sexuell aktiv sind.

Andere Umfragen bei Frauen im deutschsprachigen Raum ergaben,

- dass bis zu 32% der älteren Frauen nur wenig Zärtlichkeit erleben,
- bis zu 41% geben an, keinen ausreichenden sexuellen Kontakt zu haben.

In den USA liegen die Werte für Sexualität bei Frauen höher:

- bei den 60-70-Jährigen sind zwischen 79 und 90% sexuell aktiv,
- bei den über 70-Jährigen immerhin noch ca. 50%.

In den USA haben ältere Frauen häufiger Sex als in Deutschland

Sexualität im Alter

Eine 1999 in Deutschland durchgeführte Studie mit knapp 4.500 Männern ergab, dass Männer

- zwischen 60 und 69 Jahren noch zu 84% sexuell aktiv sind,
- mit 70-79 Jahren immerhin noch zu 71%,
- zu männlichen Personen über 80 Jahre werden keine Aussagen gemacht.

Sexualität im Alter

Für Frauen wird es im Alter schwieriger, einen Partner zu finden:

- 75% der über 65-Jährigen Männer sind verheiratet, (oft mit jüngeren Partnerinnen),
- hingegen sind knapp 75% der gleichaltrigen Frauen nicht mehr verheiratet.

Viele ältere, alleinstehende Frauen wünschen sich „kameradschaftliche“ Beziehungen zu Männern, andere aber auch erotisch-sexuelle – dann jedoch ohne ein Zusammenleben.

Sexuelle Reife

- Aussage:
 - Sinnerfüllte Sexualität beruht nicht auf physiologischen Reflexen, sondern setzt eine bestimmte Stufe der persönlichen Entwicklung voraus.

Sexuelle Mythen

- Je mehr Jugendliche über Sexualität wissen, desto früher machen sie sexuelle Erfahrungen.

Jugendliche und Sexualität



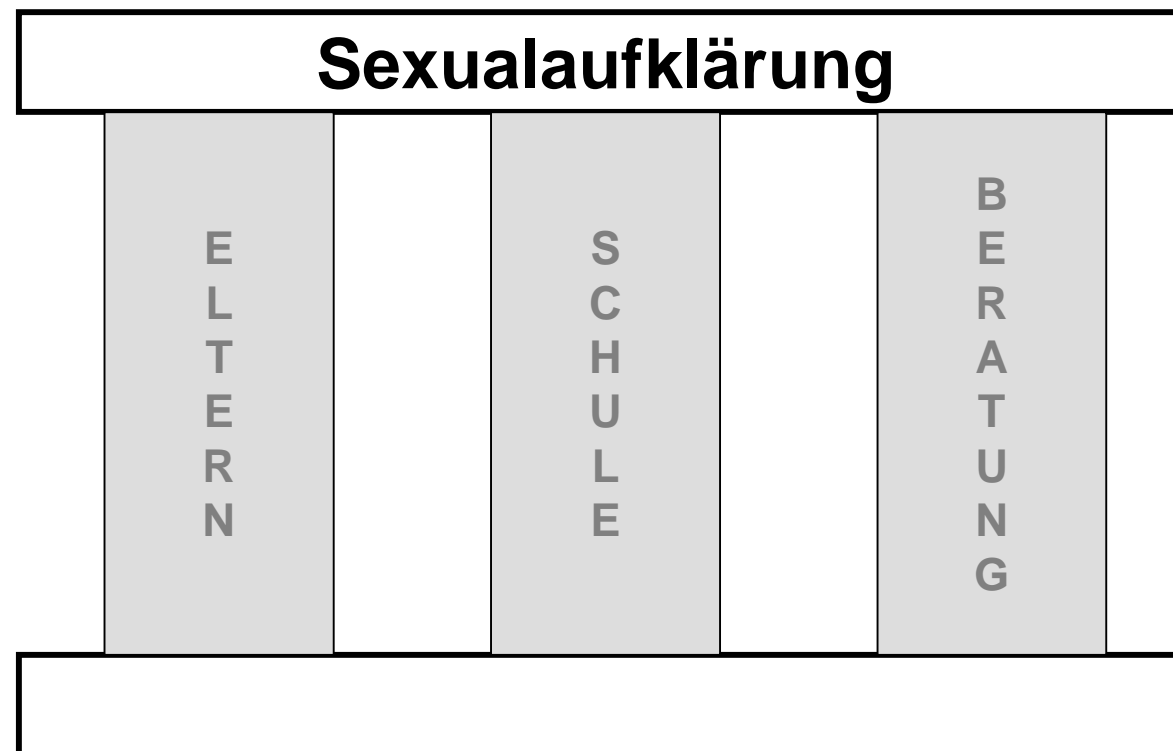
Jugendliche und Sexualität

Mangelndes Wissen?

- 50% aller „ersten Male“ finden ungeschützt statt
- 6 von 10 Mädchen behaupten, während der Periode am fruchtbarsten zu sein
- 1/3 der Jugendlichen glauben, dass man sich gegen AIDS impfen lassen kann
- 4 von 10 Deutschweizer zwischen 12 und 18 Jahren wissen nichts von der „Pille danach“

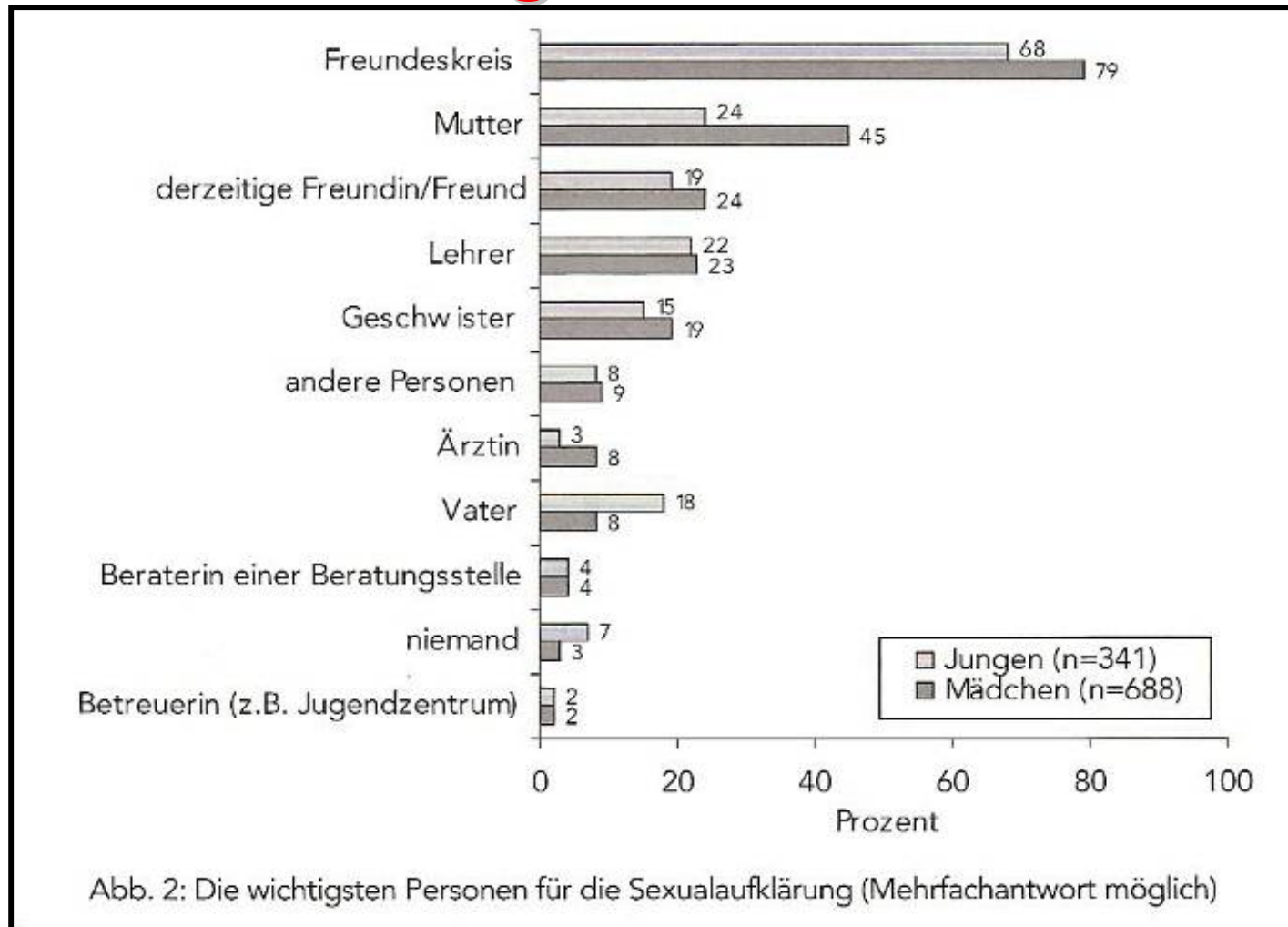
Bundesamt für Gesundheit, 2007

Sexualaufklärung – 3 Säulen

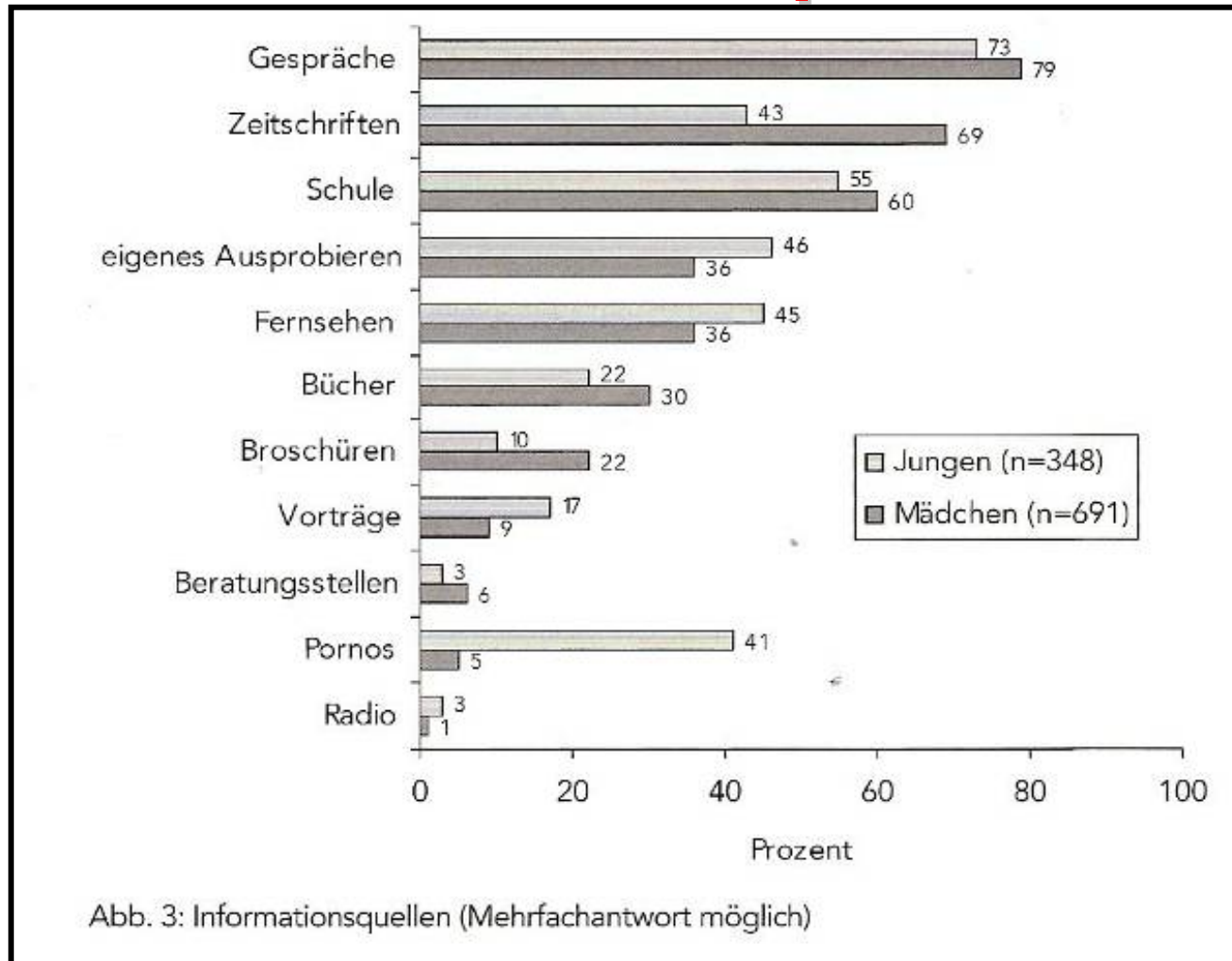


Sexualaufklärung ist nicht ein punktuelles Ereignis,
sondern ein längerer Prozess

Sexualaufklärung – wichtigste Personen



Sexualaufklärung - Informationsquellen



Sexualaufklärung - Informationsquellen

- Jugendliche decken ihren Informationsbedarf gerade bei sehr persönlichen Themen wie ...
 - Orgasmus
 - Selbstbefriedigung
 - Homosexualität
 - Sexuelle Praktiken... mehr aus den Medien.
- Jugendliche schöpfen ihr Wissen also oft aus Quellen, die Stereotype vermitteln und Bilder entstehen lassen, die fern der Realität liegen.

Jugendliche und Sexualität

Einfluss der Medien

- Medien präsentieren eine erwachsene Sexualität, die ohne Gefühle zurecht kommt.
- Es geht mehr um Technik, um Leistung, um die Darstellung von (meist männlichen) Fantasien.
- Dieses Bild von „Normal“ erzeugt Druck und fördern eine Erwartungshaltung an sich selbst und den anderen.
- Anstatt die gezeigten Bilder zu hinterfragen, wird auf immer stärkere Weise versucht, diesem Bild näher zu kommen

Sexuelle Mythen

- Die Sexualität ungebundener und allein lebender Menschen ist erfüllter und weniger langweilig, als die von Paaren in festen Verbindungen.

Sexualität treuer Paare

- Sexuelle Zufriedenheit treuer Paare
 - Hohe Zufriedenheit 64%
 - Mittlere Zufriedenheit 25%
 - Niedrige Zufriedenheit 11%

„Family“, 2000

Sexualität treuer Paare

- Liebe, leibliches und seelisches Verständnis sowie Treue und Vertrauen als Grundlage einer gelingenden Ehe:

– 1977	16%
– 1986	19%
– 1997	54%

„Focus“, 46, 1997

Fremd-bestätigte und selbst-bestätigte Intimität

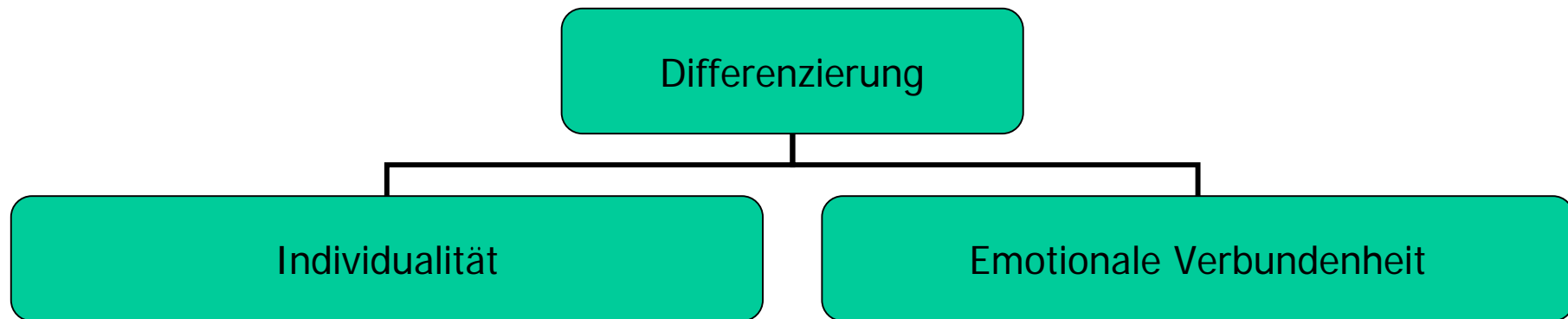
- Partnerbestimmt
 - Ich zeige meine Sexualität so, dass ich eine bestätigende Reaktion meines Partners erwarten kann
- Selbstbestimmt
 - Ich zeige meine Sexualität so, wie es mir sexuell entspricht. Dabei nehme ich eine nicht bestätigende (ängstliche, verärgerte) Reaktion meines Partners in Kauf

Langfristige Beziehung und Intimität

- „Intimität in einer langfristigen Partnerschaft speist sich aus der Bestätigung, die Sie sich selbst geben, und nicht daraus, dass Sie Ihrem Partner die Aufgabe überlassen, Ihnen das Gefühl der Geborgenheit zu vermitteln.“

Schnarch D, Die Psychologie sexueller Leidenschaft, S. 135

Differenzierung



Differenzierung ist die Fähigkeit, im engen emotionalen und/oder körperlichen Kontakt zu anderen ein stabiles Selbstgefühl zu wahren – insbesondere wenn diese anderen uns immer wichtiger werden.

Das Gegenteil der Differenzierung ist die emotionale Verschmelzung.

Starkstrom-Sex

- „Starkstromsex ist nicht Menschen vorbehalten, die über einen jugendlichen Traumkörper verfügen. Wesentlich sind nicht Aussehen, exotische Liebesstellungen, wie oft Sie miteinander schlafen oder wie technisch versiert Sie sind. Entscheidend sind vielmehr Ihre innere Haltung, die Verbundenheit mit Ihrem Partner, das Kultivieren der erotischen Spannung zwischen ihnen und der Zusammenklang von Kopf, Herz und Seele mit Ihren Genitalien.“

Sexuelle Mythen

- Wer sich lange enthalten kann, wird Sexualität in besonders intensiver Weise erleben können.

Masturbation – eine Möglichkeit seinen Körper besser kennen zu lernen

- Die Erfahrungen durch Masturbation, sofern sie angstfrei erlebt werden, führen zur Möglichkeit sexuelle Erregung und körperliche Reaktionsweisen kennen zu lernen.
- Diese Erfahrung ist der Intensität der Sexualität mit PartnerIn eher dienlich.

„Das erste Mal“ – immer früher?

- Medienberichte
 - 12-jährige Mütter
 - 14-jährige, die von einer Beziehung in die nächste schlittern
- Studien kommen zu unterschiedlichen Ergebnissen
 - Methodische Probleme
 - Die meisten Studien errechnen nur das Durchschnittsalter jener Jugendlichen, die bereits ihr erstes Mal hatten
 - Die, die noch nie Geschlechtsverkehr hatten werden ausser acht gelassen
 - Medienpräsenz der Studie höher, je jünger errechnetes Alter des „ersten Mals“
 - Führt zur Verunsicherung von Jugendlichen, aber auch Pädagogen und Eltern

„Das erste Mal“

- Studie aus Österreich
 - Erst mit ca. 17 Jahren haben mehr als die Hälfte ihr erstes Mal hinter sich (kaum Unterschiede zwischen Mädchen und Jungen)
 - Umgekehrt betrachtet:
 - Die Hälfte aller Jugendlichen haben mit 17 Jahren das erste Mal noch vor sich
 - Das heisst:
 - Die meisten Jugendlichen können viele Jahre mit ihrer Sehnsucht nach Nähe leben, bevor sie „das erste Mal“ tatsächlich erleben.
 - Diese Daten sind eine Entlastung für alle Jugendlichen, die glauben, sie seien „abnormal“, wenn sie noch nicht mit jemandem geschlafen haben.

„Das erste Mal“

- Auf der Basis dieser Information ist es möglich über die Gefühle zu sprechen, die Druck machen:
 - Ungeduld zu wissen, wie es ist
 - Unsicherheit, wie man ankommt
 - Angst etwas falsch zu machen
 - Sorge ausgelacht zu werden, wenn man noch keine sexuelle Erfahrungen in die Beziehung mitbringt

Mitverantwortung der Erwachsenen

- Wenn wir Jugendlichen dazu raten wollen, nicht gleich miteinander ins Bett zu steigen, müssen wir dafür eine nachvollziehbare Begründung liefern und ihnen eine Vorstellung davon vermitteln, was Sexualität sein kann:
 - Wer die Pubertät zu unserer sexuellen Blütezeit erklärt, plädiert damit indirekt für Sex zwischen Menschen, die sich kaum kennen.
 - Wie sollen wir als Eltern oder Pädagogen eine glaubwürdige Position zur Sexualität vertreten, wenn das sexuelle Potential der Jugendlichen angeblich grösser ist als unser eigenes?
 - Jugendliche, die abwarten, verpassen nicht die besten Jahre ihres Sexuallebens, denn diese stehen ihnen noch bevor.

Sexualberatung

Vom Wissen zum Handeln

- Oftmals ist es weniger der Informationsmangel, sondern vorrangig die Kluft zwischen Wissens- und Handlungsebene, die zu Problemen in der Sexualität führt.
- Wichtig ist deshalb:
 - Einbezug der emotionalen Ebene
 - Genaue Kenntnisse der Lebenswelten der zu Beratenden

Sexualberatung

Vermeidung von Sackgassen (I)

- Kein reines Bio-Wissen vermitteln, sondern auf die konkrete Handlungsebene der zu Beratenden beziehen, unter Berücksichtigung derer Lebenswelten.
- Kein Bedrohungsszenario zeichnen, sondern auf die tatsächliche Betroffenheitsebene beziehen.
- Nicht eigene moralische Werte in den Vordergrund stellen, sondern Ernstnehmen der moralischen Ansprüche des Gegenübers

nach Weidinger B et al., 2007

Sexualberatung

Vermeidung von Sackgassen (II)

- Nicht über Emotionen reden, sondern Einlassen auf die emotionale Ebene
- Keine „Meta-Sprache“ verwenden, kein Anbiedern an z.B. die jugendliche Sprachwelt, sondern inhaltliche Einbettung
- Respekt vor der Individualität – das Problem nicht durch Verweis auf das Alter oder z. B. die Pubertät indirekt als weniger ernst bewerten.

nach Weidinger B et al., 2007

Sexualberatung

Reflexion der eigenen Werthaltung

- Jeder Mensch hat bestimmte Vorstellungen davon, wie Kennenlernen, Beziehung, Sexualität im Idealfall sein sollten.
- Zu diesem persönlichen Zugang kommt eine moralische Einstellung hinzu, die in jeden Fall auch politisch, religiös und kulturell geprägt ist.
- Es ist nicht möglich sich zur Gänze von eigenen Wertvorstellungen zu lösen.
- Wertneutralität kann also in engerem Sinne von einer Person niemals umgesetzt werden.
- Nur wer eine sehr klare Vorstellung von seiner eigenen Werthaltung hat, kann diese bewusst in der Beratungssituation im Hintergrund halten.

Sexualberatung

- Sexualberatung ist nicht nur die Erklärung der körperlichen Vorgänge beim Geschlechtsverkehr, sondern auch die Auseinandersetzung mit der eigenen Person.
- Sexualberatung in diesem Sinne hört nicht bei einer gewissen Altersgrenze auf, sondern ist immer aktuell, da das Gespräch über Sexualität, über Beziehung, Körper und Liebe immer Aktualität besitzt.
- Es gibt keine Ebene des „fertigen“ Wissenszustandes.

Literatur

- Clement Ulrich: Guter Sex trotz Liebe. Wege aus der verkehrsberuhigten Zone, Berlin: Ullstein Buchverlage GmbH, 2007
- De Béjar Sylvia: Warum noch darauf warten? Sextipps für Frauen. München: dtv, 2007
- Jamin Peter, Vögeli Thomas: Männer wollen immer. Frauen können immer. Alles was Männer über Sexualität wissen sollten. Heidelberg: mvg Verlag, 2005
- Lehnert Volker A., Lehnert Felicitas A.: Ehe wir's verlernen. Erotik in der Ehe – 12 Denkanstöße. Neukirchen-Vluyn: aussaat Verlag, 2005
- Schnarch David: Die Psychologie sexueller Leidenschaft. Stuttgart: Klett-Cotta, 2007
- Weidinger Bettina, Kostenwein Wolfgang, Dörfler Daniela: Sexualität im Beratungsgespräch mit Jugendlichen. Wien, New York: Springer Verlag, 2007
- Willi Jürg: Psychologie der Liebe. Persönliche Entwicklung durch Partnerbeziehungen. Stuttgart: Klett-Cotta, 2002

Ende

- Vielen Dank für Eure Aufmerksamkeit

Erotikchats

Ein Überblick

Erotikchats

Chatarten:

- Reiner Erotikchat - Sparte Allgemeinchat
- Kostenpflichtig – Kostenlos
- Gastzugang – Registrierung
- Spezieller Chat für jeden Geschmack (->sexchats.de)

Getestet: superchat.at, chatti.de, a-e-c.org,
chatcity.de



Erotikchats

Der Nickname:

- Vorlieben (fister, bondage_m, analia) und Wünsche (suche_geile_sie)
- Eigene Vorzüge (flinke_zunge, devoter_diener)
- Eckdaten (jungssklave_20, geiler_versaut_linz)
- Neutral



Erotikchats

Der Test bei superchat.at:

Neutraler Nick (sarah):	2 Flüsterer/2 min
Romantischer Nick (naschkatze):	8 Flüsterer/2 min
Eindeutiger Nick (dreilochstute):	6 Flüsterer/2 min
Registrierter eindeutiger Nick (analia):	30 Flüsterer/2 min
Alle drei männlichen Nickarten (marco_Vb, faserschmeichler, longdonsilver):	Keine Reaktion

Erotikchats

Der Test bei superchat.at:

Registrierte Nicks

Neutraler Nick (mirko69):

kein Anflüstern

Romantischer Nick (lovetender):

kein Anflüstern

Eindeutiger Nick (sexplosiv):

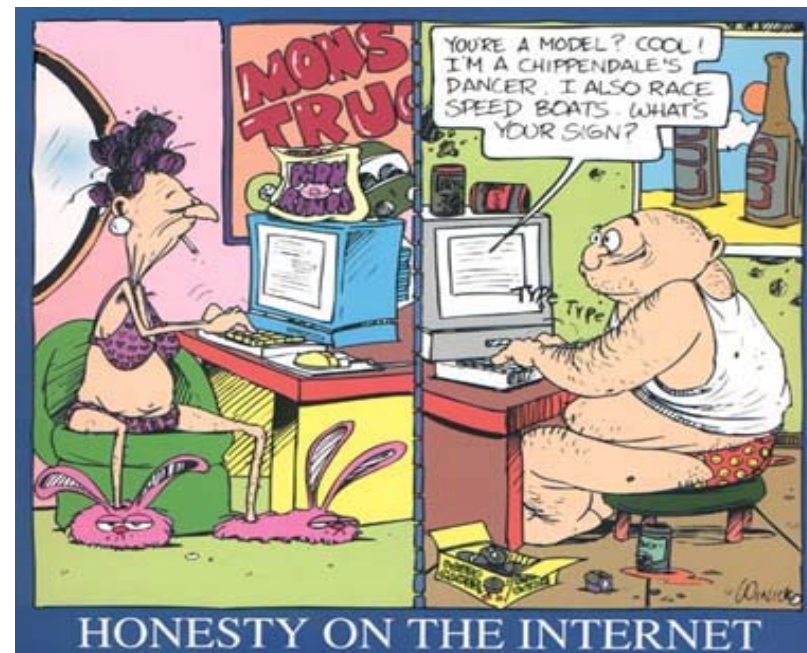
6 Flüsterer/2 min

-> Wobei nur Anfrage ob männlich oder weiblich

Erotikchats

Das Profil:

- Steht nur registrierten Chattern zur Verfügung
- Kann von allen Chattern eingesehen werden
- Teil der Selbstdarstellung



Erotikchats

Das Profil:

1 1



Vorname Nadja (weiblich)



Geburtstag 3. Juni 1973



Status Ich bin bisexuell und bin nicht auf der Suche und lebe in einer WG

Größe 1,70 m

Gewicht 60,0 kg

Beruf Studentin

Pos. Eigenschaften temperamentvoll



Neg. Eigenschaften unbeherrscht, impulsiv



Netz 62.47.201.*

Registriert vor mehr als 22 Tagen



Name	love tender (männlich)
Geburtstag	5. April 1978
Status	Ich bin heterosexuell und bin auf der Suche und lebe allein
Größe	1,80 m
Gewicht	80,0 kg
Beruf	Angestellter
Pos. Eigenschaften	romantisch, liebevoll, offenherzig, treu, vertrauensvoll
Neg. Eigenschaften	gutgläubig
E-Mail	loventeder1978@hotmail.com
Netz	138.232.209.*
Registriert	dieser Monat

Erotikchats

Die Registrierung:

- Einige unterhalten sich nur mit registrierten Chattern
- Schutz des Nick und Aufbau einer Persönlichkeit
- Schutz vor Fakes?
 - > Registrierung unzureichend!

Nur ca. 1/3 der Benutzer registriert!

Erotikchats

Kommunikationsstrukturen in Chaträumen:

- Kommunikation erscheint anfänglich sehr konfus
- Ineinander verschachtelte Kommunikation, räumlich verschobene Antworten auf davor gestellte Fragen
- Den richtigen Adressaten erreicht man entweder durch:
 - > namentliche Nennung am Anfang des Post (z.B. @Devilking)
 - > inhaltliche Bezugnahme (kann zu Konfusion führen)

Erotikchats

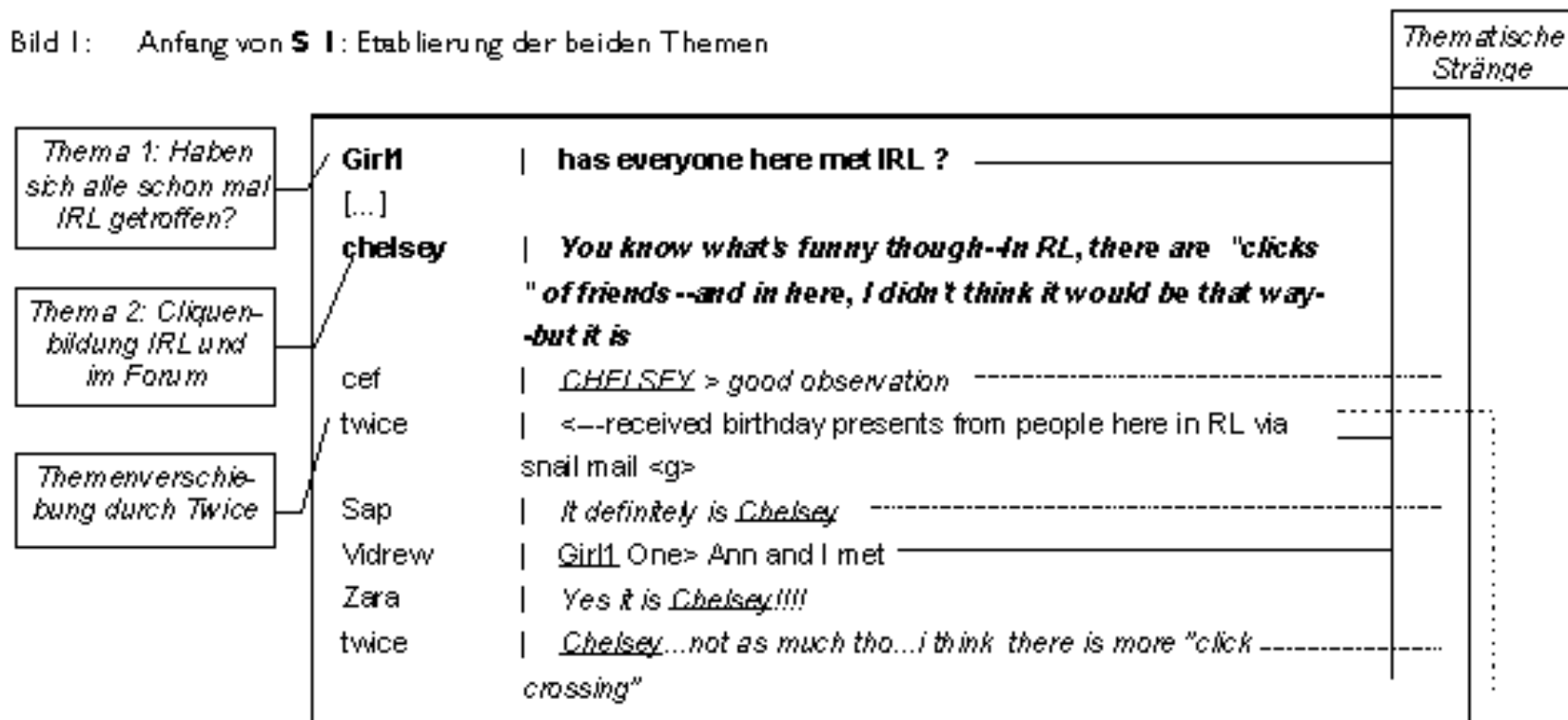
Kommunikationsstrukturen in Chaträumen

- „Analyse einer öffentlichen Gruppenkonversation im Chat-Room“ B. Debatin (1997):
 - > Untersuchung von kommunikativen Prozessen und Strukturen in der elektronisch gestützten Kommunikation der Chat-Rooms.
 - > Untersuchung auf *Regulars* (User die regelmäßig im Chat sind) beschränkt. R. Debatin: „Regulars bestimmen die Koordinaten des sozialen Netzes im Chat-Room, sie erzeugen und tradieren die spezifische konversationelle Atmosphäre, die impliziten Regeln und die vielfältigen Geschichten dieses Chat-Rooms“
 - > Untersuchung und Interpretation einer Diskussion zum Thema „Internet Beziehung“ (elektronisch Mitgeschnitten) n = 14 (w=10 ; m=4)

Erotikchats

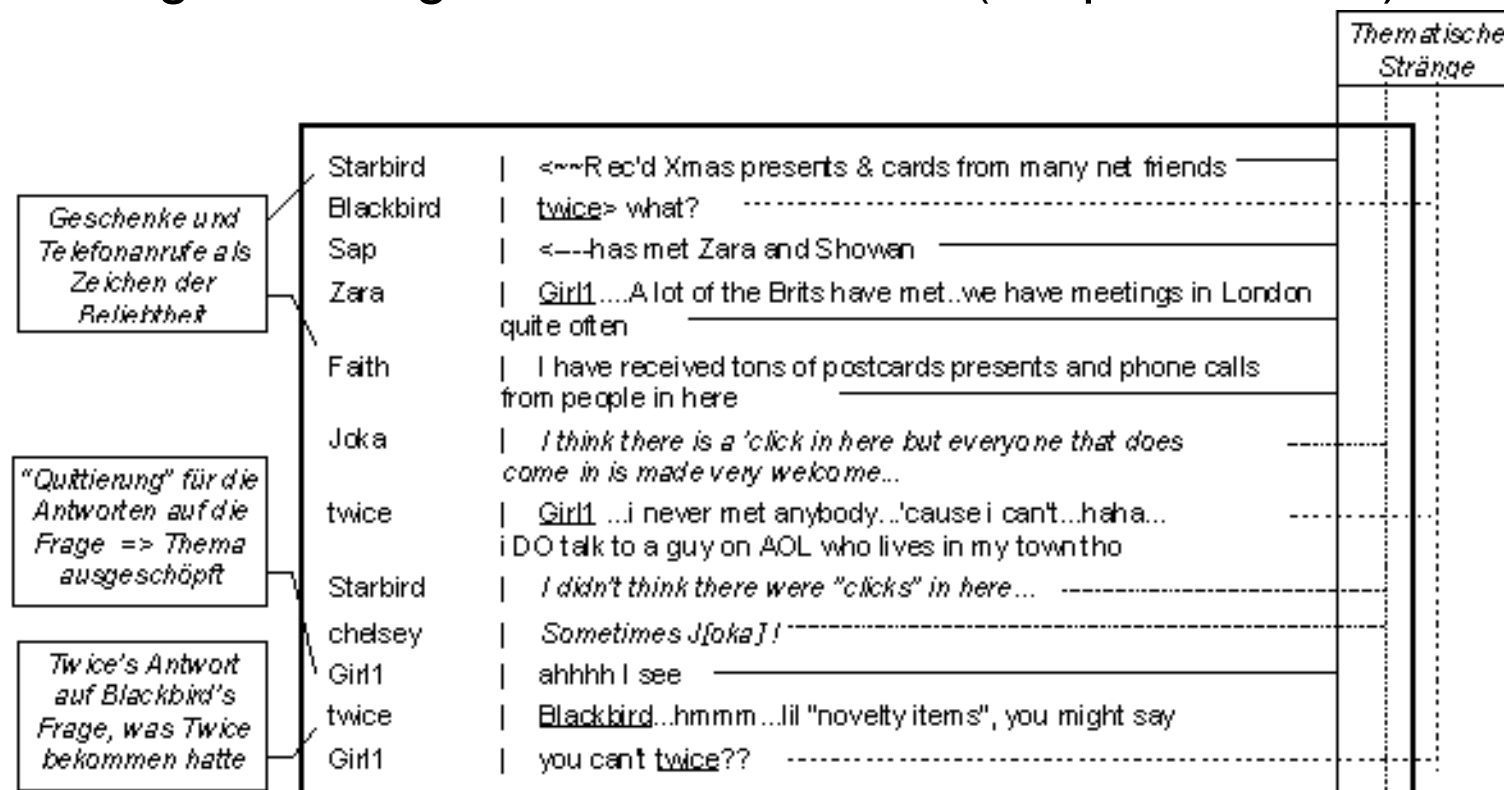
- (1) Mehrfach gekreuzte Bezugnahme bei zwei gleichzeitig laufenden Themen (Sequenz Teil I)

Bild 1: Anfang von **S I**: Etablierung der beiden Themen



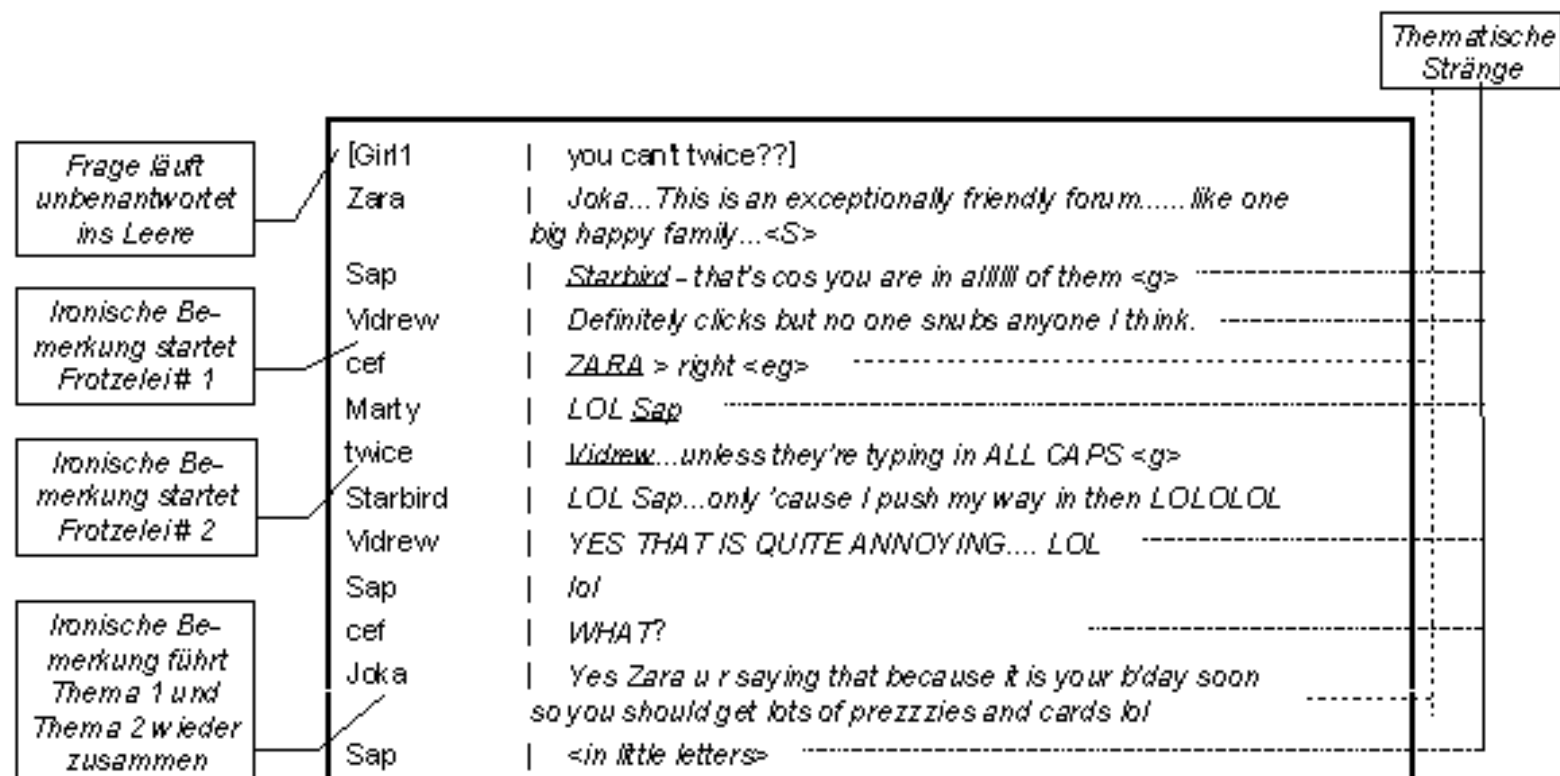
Erotikchats

- (1) Mehrfach gekreuzte Bezugnahme bei zwei gleichzeitig laufenden Themen (Sequenz Teil II)



Erotikchats

- (1) Mehrfach gekreuzte Bezugnahme bei zwei gleichzeitig laufenden Themen (Sequenz Teil III)



Erotikchats

Insgesamt zeigt diese Sequenz laut Debatin (1997):

- Die beiden Themen überkreuzen sich laufend und gleichzeitig verschiebt sich bei beiden Themen der thematische Fokus mehrfach.
- Beide Themen differenzieren sich in mehrere Unterthemen bzw. thematische Stränge aus, die gleichzeitig und durcheinander verfolgt werden, z.T. von den selben Leuten (die dann an mehreren Gesprächssträngen beteiligt sind). Bei Thema 1 geschieht dies im Mittelteil, beim zweiten Thema im Schlussteil.
- Die Bezugnahme auf Beiträge wird vorwiegend über Namensnennung gesichert. Nur in wenigen Fällen wird eine rein inhaltliche Bezugnahme auf das Thema vorgenommen. Es gibt auch mehrere Fälle von referenzieller Ambiguität, die kommunikationspraktisch so geklärt werden, dass sich einfach jemand angesprochen fühlt und durch Selbstselektion eine Antwort gibt.

Erotikchats

(2) Thematisch fokussierte Diskussion über ein dominantes Thema

- Diskussion läuft sehr fokussiert ab.
- Diskussion durch Themenstarterin geführt.
- Durch die intensive Diskussion erfolgt eine Nichtbeachtung der Neuankömmlinge.
- Herauskrystallisieren einer Gesprächsführenden Gruppe.
- Bezüge überwiegend über inhaltliche Themenbezüge.

Erotikchats

(3) Diskussion mit permanenter Verschiebung und Verdichtung des Themas (Sequenz Teil I)

<p><i>Unterthema 1: physical distractions und Kontaktaufnahme</i></p>	<p>Zara I find it very hard to make Real Life friends [...] Earstwhile <u>Zara</u>....that's cuz you're just particular, girl :-) Sap Me to Zara - just how do you go about making friends? It's not easy Vidrew I think this is just about the same as making friends IRL but you dont have the physical distractions....you may talk to someone in here that you wouldnt give a second thought to IRL and they may turn out to be the most wonderful person.</p>
<p><i>Unterthema 2: Man wird zu sehr in das Leben anderer verwickelt</i></p>	<p>Girl1 IRL most people won't walk up to a stranger and start talking... here it's easier to do that Starbird I find it very easy to make friends here but noticed I get too caught up in their lives</p>
<p><i>Feststellung: Online-Freunde sind wirkliche Freunde</i></p>	<p>Ann I do <u>Girl1</u> Zara Im grateful to Cserve for letting me get to know people and for them to get to know me as real friends....when we meet we already have much to talk about and much in common Starbird Vidrew> I agree totally Vidrew Yeah but <u>Ann</u> you talk to yourself also <g> Girl1 <u>Ann</u>> me too sometimes....but not many people do</p>

Erotikchats

Metakommunikative
Äußerungen
zu Thema
und Ablauf
der
Diskussion

Ann	I feel we can also be very hurt by people in here
Earstwhile	Geez..... <i>what started this thread,people.....</i>
chelsey	Starbird-I can also agree with you on that one
Starbird	Ann> So true...
Vidrew	But you can be hurt just as badly in real life.
Zara	Starbird..i know what you mean, but if it were a real life friend wouldnt you get just as caught up in them?
chelsey	Ann-- I've been hurt , and even though you never met the person, your right, it does hurt .
Starbird	Zara> Yes, and I do....
Showan	hummm...
Earstwhile	Notice we've run off all the men.....LOL
Sap	A friend is a friend whether you talk to them face to face in a pub or via a computer screen
Earstwhile	<i>except for you, Showan...</i>
cef	but the difference , Zara, is that inRL you are close
Sap	the feelings of friendship are still there
Zara	Explorer thinks that on-line relationships can be more intense than real life ones
Earstwhile	and Cef.....
Vidrew	<i>Talk about honesty and they go flying....</i>
Ann	Sap, not what I've been told
twice	Ann...tell me about it...you have to have it CLEAR between you what you mean and when you're joking around or not...otherwise things taken the wrong way can hurt *really*
Marty	<i>only the real ones EARSTWHILE</i>
cef	thanks EARSTWHILE

(3)
Diskussion mit
permanenter
Verschiebung
und
Verdichtung
des
Themas
(Sequenz Teil
II)

Erotikchats

(3) Diskussion mit permanenter Verschiebung und Verdichtung des Themas (Sequenz Teil III)

Metakommunikative Äußerungen zu Thema und Ablauf der Diskussion

Faith	Zara, I think that relationships in here burn out faster than real life ones
Vidrew	<u>Zara</u> ...you have a relationship that went from online to RL ...what can you say about it?
Starbird	<u>Sap</u> > I agree.....I care as much about my friends here (and even more with some) as I do with RL friends
Cef	lol, <u>Vidrew</u>
twice	Zara...re:Explorer...i think it's possible, but rare
Showan	<i>LOL EARSTWHILE!!!! i find it more interesting to study these comments so <just lurking>..</i>
Zara	<u>Starbird</u> ...Yes they do....people seem to "move on"
Blackbird	<---- moved on
Earstwhile	<i>what started all this? I just got here</i>
Sap	When I first came on over a year ago I got involved with someone and was totally obsessed by them, hardly give them a second thought now
Zara	<i>EARSTWHILE...its the regular wednesday night discussion hun</i>
twice	<i>Earstwhile...uhh...the topic of the discussion...haha...Cef's idea</i>

Erotikchats

Für diese Sequenz kann man festhalten:

- Man sieht anhand dieser Sequenz sehr gut, dass man in einem Chat von einem anfänglichen Thema (Schwierigkeiten im RL Freunde zu gewinnen) sehr schnell, durch die Verschiebung der Thematik und gleichzeitige Verdichtung, zu ähnlichen Themen kommt.
- Hoher Anteil an Metakommunikativen Äußerungen.

Erotikchats

Einige Schlüsse die Debatin (1997) aus der Analyse der Sequenzen gewinnt:

- „Referenz auf andere Personen und Beiträge kann in der computergestützten Gruppenkommunikation durch *expliziten Verweis* oder durch *anaphorische bzw. thematische Referenz* erzeugt werden. Letzteres funktioniert jedoch meist nur innerhalb eines kurzen Zeit- und Referenzraums.“
- „Beiträge zur Gruppendiskussion müssen sich deshalb an relativ enge *Zeitlimits* halten, *Antworten* müssen innerhalb eines kurzen *Zeitraumes* gegeben werden, da sie sonst ihren Anschluss verlieren.“
- „In den Diskussionen wurde deutlich, dass die meisten Teilnehmer gegenüber ihren Online-Freunden ein starkes *Verpflichtungs-* und *Verantwortungsbewusstsein* haben und dieses ihrerseits auch von ihren Online-Freunden erwarte“.

Erotikchats



Der Allgemeinchat:

- Superchat.at:
- mehrere Räume (Bizarr, Cybersex, sie sucht ihn, er sucht ihn)
 - öffentliche Gespräche unter Smalltalkniveau
 - Aufrufe zu Realsex, Telephonsex, Cybersex
- A-e-c.org:
- reges Kommen und Gehen
 - kaum Kommunikation
- Chatti.de:
- Möglichkeit selbst Räume zu eröffnen
 - Konversation wie in superchat.at

Erotikchats

Von der Online Beziehung zur RL Beziehung

Ein paar Fakten:

- Thema weckt nicht nur mehr und mehr das öffentliche Interesse, sondern besitzt auch faktische Relevanz: 500.000.000 Internetnutzer im Jahr 2001. Davon sind ca. 20% regelmäßig einmal die Woche in Chats, Foren oder Online Spielen aktiv (van Eimeren, Gerhard & Frees, 2001, S.387).
- Diese 20% sind wiederum prädestiniert dafür, netzbasierte neue Bekanntschaften zu machen (Döring 2003)
- 14% von n=601 BürgerInnen der USA berichteten schon 1995 in einer telefonischen Repräsentativ-Umfrage, sie hätten im Netz Leute kennen gelernt, die sie als Freunde bezeichnen.

Erotikchats

Von der Online Beziehung zur RL Beziehung

Verschiedene Möglichkeiten sich im Internet kennen zu lernen (nach Döring 2003):

- Gezielte Partnersuche: (1) Asynchrone Online - Kontaktbörse
(2) Synchrone Kontakt - Foren
- Beiläufiges Kennenlernen: (1) Themenzentrierte Online - Foren
(2) Gesellige Online - Foren
(3) Mehrpersonen – Online – Spiele

Erotikchats

Von der Online Beziehung zur RL Beziehung

Cybersex: „Beim Cybersex handelt es sich um eine computervermittelte soziale Interaktion zwischen zwei oder mehreren Menschen, die (nahezu) in Echtzeit digitale Botschaften sexuellen Inhalts austauschen“ (*Cybersex und Online Beziehungen*, Dipl.-Soz. Arne Dekker, Vortrag im Rahmen der Ringvorlesung „Sexualität im Wandel“ der Uni und ETH Zürich 26. Juni 2003).

Dabei leben die einbezogenen Personen ihre sexuellen Phantasien, Wünsche und Vorstellung meist durch textbasierte Kommunikation aus, sie konstruieren und beschreiben dabei die Handlungen, Räumlichkeiten, die empfundenen Emotionen und das Aussehen. Die körperliche Stimulation erfolgt wenn durch Eigenberührung (wobei Teledildonics -> Elektrischer Impuls wird vom Partner gesetzt) und nicht durch die effektive physische Berührung eines Partners.

Erotikchats

Von der Online Beziehung zur RL Beziehung

Durch die Anonymität und das Wegfallen der sozialen Konventionen und körperlichen Risiken ist es möglich im Cybersex jegliche Phantasien auszuleben, bzw. schon vorhandene Bedürfnisse zu befriedigen und mit der eigenen Sexualität zu experimentieren.

„Insgesamt ist Cybersex ein sehr heterogenes Phänomen, das zwischen der Polarität Defizitausgleich versus Erweiterung und der Polarität (außermediale) Realitätsferne versus –nähe angesiedelt ist.“
(*Psychologie & Internet* Gloria Dabiri & Dörte Helten, Berlin 1998).

Erotikchats

Von der Online Beziehung zur RL Beziehung

Nicola Döring (2000) führt folgende Schritte der Beziehungsentwicklung an:

- Intensivierung der in öffentlichen Chatforen begonnen Kommunikation durch private Netzkontakte (E-Mail, Privater Chat, ICQ usw.)
- Erster Medienwechsel von Internet Kommunikation zum Telefonieren (Preisgabe der Tel.Nr. stellt ein Vertrauensbeweis dar)
- Austausch von Fotos (über E-Mail oder Brief) -> kritische Phase
- Planung eines reellen Treffens und Durchführung eines reellen Treffens
 - > Treffen erfolgreich: Kommunikation wird wieder intensiviert (Chat, Telefon, E-Mail)
 - > Treffen nicht erfolgreich: - offizielles Beenden der Beziehung
 - stillschweigender Rückzug

Erotikchats

Der Privatchat – Aller Anfang ist schwer!

Als Frau hat man die Qual der Wahl! ... aber wem soll man antworten?

- Nick oder Profil als Sympathieträger
- Zufall?
- Erstes Kommentar?
 - Gruß
 - dreckiger Spruch
 - Komplimente
 - Frechheit siegt



Modern Beauty and the Beast

Erotikchats

Der Privatchat – Aller Anfang ist schwer!

Als Mann hat man die Qual ... wie finde ich Beachtung ?

- Origineller Nick, interessantes Profil?
- Erstes Auffallen im allgemein Bereich, durch prägnante interessante Postings
- Anflüstern mit anfänglicher Begrüßung, originelle bzw. witzige Anspielungen zum Nickname der Angesprochenen, interessante Gesprächsbasis/-themen finden und einbringen (Humor ist wichtig)

Erotikchats



Der Privatchat:

- Klärung der Eckdaten (Alter, Wohnort, Vorname)
- Grund für Chatbesuch (Realsex, Msn)
- Aussehen und sexuelle Vorlieben als Hauptthemen

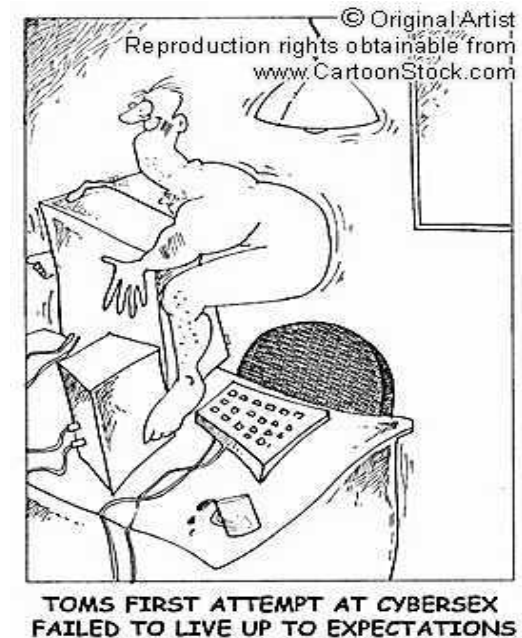
Thema Sex zieht sich wie ein roter Faden durch gesamte Kommunikation!

Erotikchats

Der Privatchat – der Weg zum Sex!

Auch beim Cybersex herrscht Damenwahl!

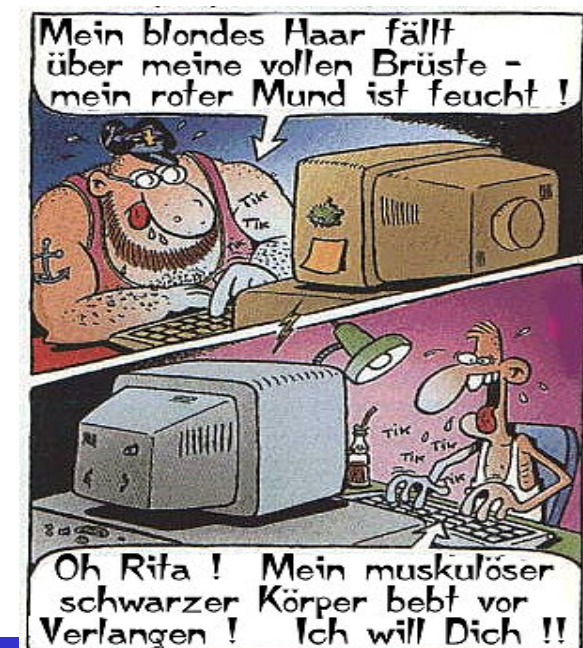
- Einfach mitspielen
- Selbst Initiative ergreifen
- Gewöhnlich aber Entwicklung aus längeren Gesprächen



Erotikchats

Der Privatchat – textbasierter Cybersex!

- Viele Möglichkeiten bezüglich Ort/Umgebung, Rollen etc.
- Anforderungen an Phantasie und deren Beschreibung
- Anschauliche Beschreibung einer stimulierenden Situation



Erotikchats

Der Privatchat – und jetzt?

- One-Night-Stand
- Treffen zu Realsex
- „Beziehungen“ mit häufigen Treffen
 - Gespräche von Sex zu Gefühlen
 - Verpflichtung entsteht



"The first one's my cybersex partner, the other's my bit on the side."

Literaturliste

- Dabiri G. und Dörte Helten (1998). Psychologie und Internet. Diplomarbeit. Berlin: Freie Universität Berlin
 [Online – Dokument: <http://userpage.fuberlin.de/~chlor>]
- Debatin B. (1997). Analyse einer öffentlichen Gruppenkonversation im Chat-Room. Referenzformen, kommunikationspraktische Regularitäten und soziale Strukturen in einem kontextarmen Medium. Vortrag gehalten auf der Jahrestagung der *Fachgruppe Computervermittelte Kommunikation* der DGPK in München
 [Online – Dokument: <http://www.uni-leipzig.de/~debatin/German/Chat.htm>]
- Dekker, A. (2003). *Cybersex und Online Beziehungen*. Im Rahmen der Ringvorlesung “Sexualität im Wandel”. Zürich: Uni und ETH Zürich
 [Online - Dokument: <http://www.chatten-aber-sicher.de/downl/pub5.pdf>]
- Döring, N. (2003). Internet-Liebe: Zur technischen Mediatisierung intimer Kommunikation. In J. Höflich & J. Gebhardt (Hrsg.), *Vermittlungskulturen im Wandel: Brief - E-Mail - SMS* (S. 233-264). Berlin: Peter Lang Verlag
 [Online – Dokument: <http://www.nicola-doering.de/publications/internet-liebe-doering-2003.pdf>]
- Döring, N. (2000). Romantische Beziehungen im Netz. In C.Thimm (Hrsg.), *Soziales im Netz. Sprache, Beziehungen und Kommunikationskulturen im Netz* (S. 39-70). Opladen:Westdeutscher Verlag
 [Online – Dokument: <http://www.nicola-doering.de/publications/cyberromance-doering-2000.pdf>]

Kindheits- und Jugendphase heute

1. Trends
2. Generationen
3. Entwicklungsaufgaben und Krisen
4. Probleme und Coping
5. Rolle der Schule und Lehrerverhalten

Literatur

- Fend, H. (2003): Entwicklungspsychologie des Jugendalters. Opladen.
- Krüger, H.-H., Grunert, C. (Hrsg.) (2002): Handbuch der Kinder- und Jugendforschung. Opladen.
- Veröffentlichungen des Deutschen Jugendinstituts

11 Thesen zur Situation der Jugend heute

- | | |
|----|--|
| 1 | Schulorientiert (Bildungsexpansion, längere Ausbildung) |
| 2 | berufs- und praxisfern (späterer Start ins Berufsleben, arbeitslos) |
| 3 | separiert (Gleichaltrigengruppe) |
| 4 | individualisiert (Traditionsbruch, Patchwork, Unsicherheit, Stress) |
| 5 | gegenwartsorientiert |
| 6 | partnerbezogen und treu
(Familiarisierung, mehr Selbstbestimmung der Frauen) |
| 7 | konsumintensiv und hedonistisch
(Kaufkraft, Zielgruppe der Werbung) |
| 8 | Polarisiert (ethnozentrisch vs. international / universal) |
| 9 | partei-, aber nicht politikverdrossen |
| 10 | schwer zu definieren (Entstrukturierung, Postadoleszenz) |
| 11 | milieubezogen ("die" Jugend gibt es nicht) |

Kennzeichen des Jugendalters

Kennzeichen des Jugendalters:

- Ablösung von der Herkunftsfamilie
- Hinwendung zur Gruppe der Gleichaltrigen
- Nebeneinander von Unselbstständigkeit und Selbstständigkeit (“Nicht mehr und noch nicht”)

Konzept der Entwicklungsaufgaben (Havighurst)

- Ökonomische Selbstständigkeit, Leistungsbereitschaft, Qualifikationserwerb (Schule und Beruf)
- Beziehungsfähigkeit, Geschlechtsrolle
- Freizeit-, Konsum-, Medienkompetenz
- Stabile Werte und Normen
- Sozial verantwortliches Handeln

Entstrukturierung der Jugendphase

Vorverlagerung der Frühadoleszenz

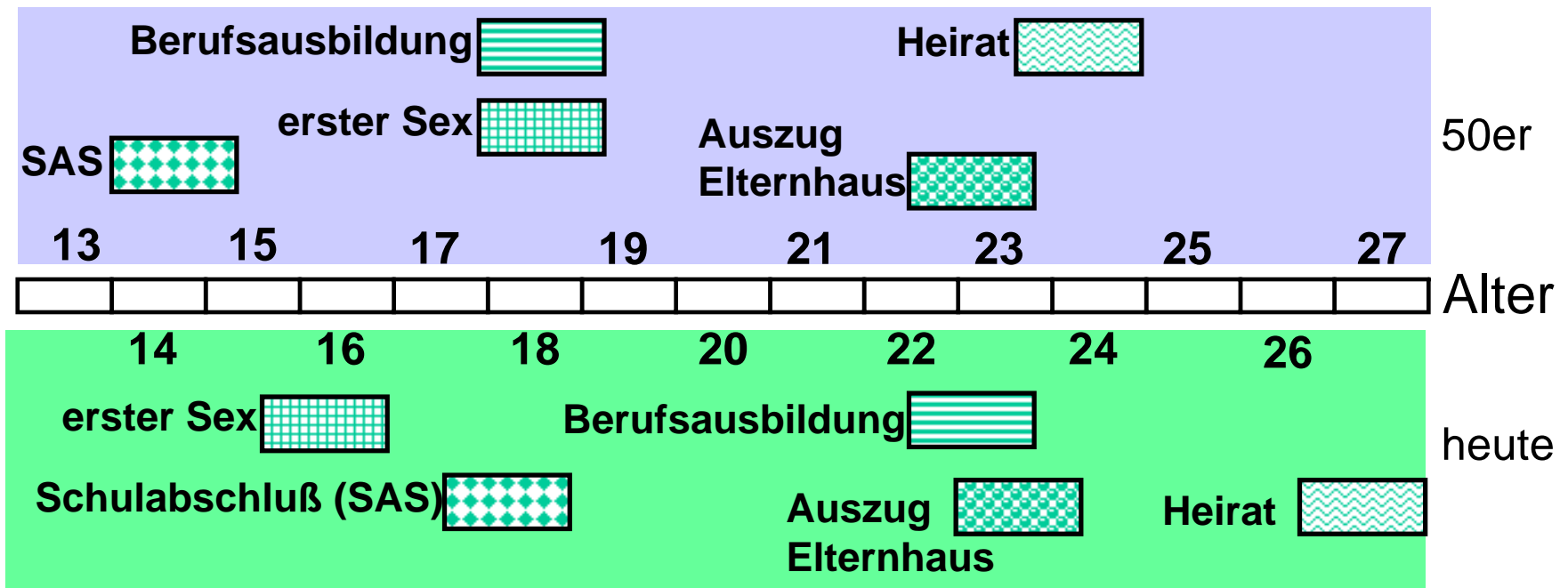
- Konsum (höheres Taschengeld, Werbung)
- Medien (eigene Geräte, multimedialer Alltag)
- Mobilität (Urlaub, Reisen)
- Enttabuisierung der Sexualität

Unklare Abgrenzung zum Erwachsenenalter

- frühere Bestimmungsmerkmale zum Eintritt in das Erwachsenenalter sind heute unzutreffend
- eigene Berufsrolle (z.B. Arbeitslosigkeit)
- Heirat
 - ⇒ Rückgang der Heiratsrate,
 - ⇒ Pluralisierung der Lebensstile,
 - ⇒ späteres Heiratsalter:
Frauen= 27 Jahre (durchschnittlich)
Männer= 29 Jahre (durchschnittlich)

Eintritt von Lebensereignissen in den 1950er Jahren und heute

Lebensalter, in dem etwa 50% der Erwachsenen
die jeweiligen Lebenslaufereignisse erlebt haben



Lebensalter, in dem etwa 50% der Jugendlichen
die jeweiligen Lebenslaufereignisse erlebt haben

(in Anlehnung an Krüger/Grunert, 2000)

Generationslagen im zwanzigsten Jahrhundert

Geburtsjahre	Bildungs- möglichkeiten	Beschäftigungs- chancen	Konsum- chancen
1920 - 1930 Jugendzeit: 1935 - 1950	-	+	-
1950 - 1960 Jugendzeit: 1965 - 1980	+	++	-
1980 - 1990 Jugendzeit: 1995 - heute	++	-	+(+)

Problematik von Generationsbildern

Skeptische Generation

Unbefangene Generation

Politische Generation

Verunsicherte Generation

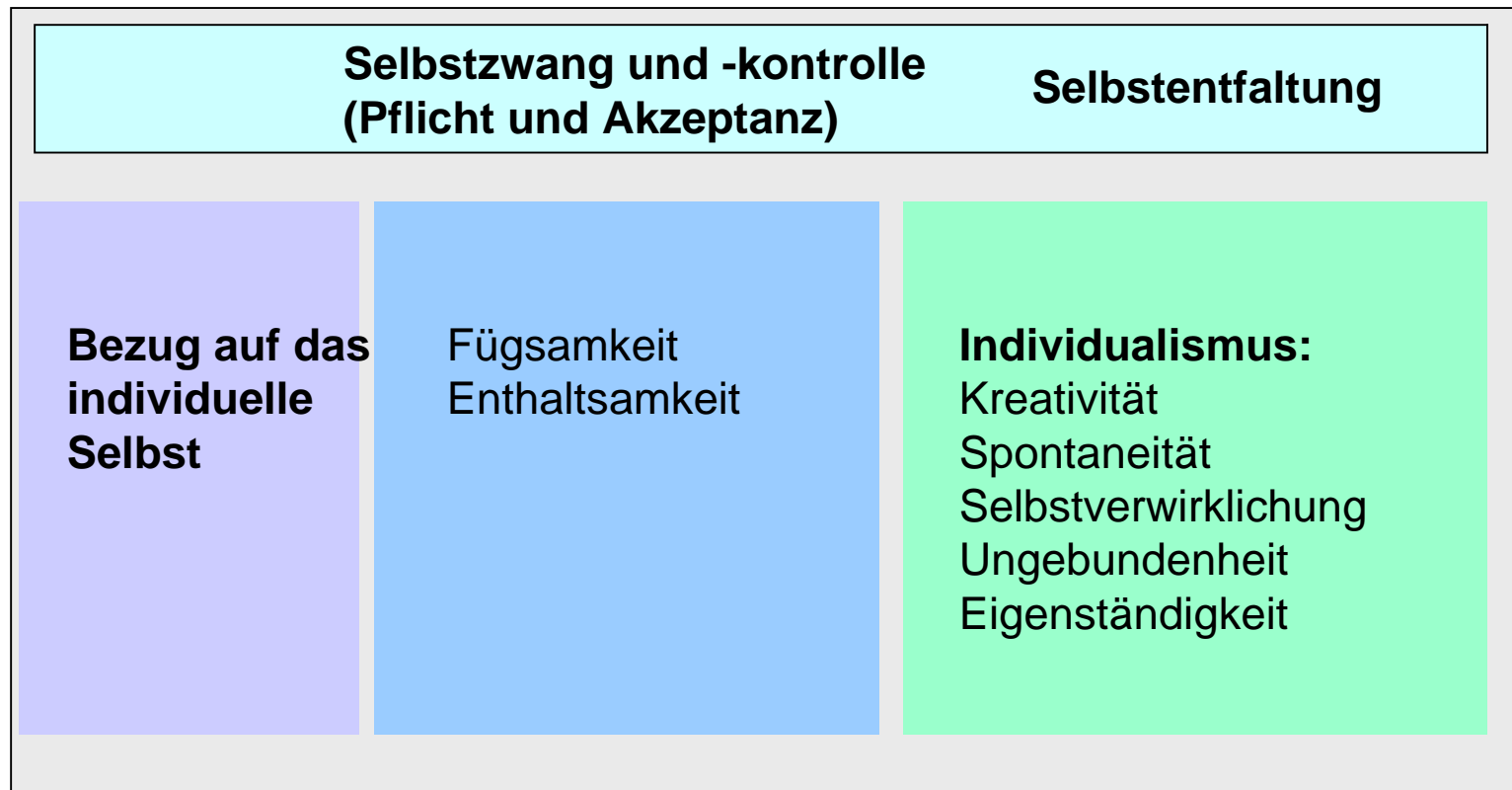
Konsum - Generation

Projekt-Generation

Wertewandel in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts

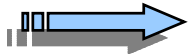







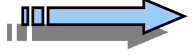
	Selbstzwang und -kontrolle (Pflicht und Akzeptanz)	Selbstentfaltung
Bezug auf die Gesellschaft	<p>Disziplin Gehorsam Leistung Ordnung Pflichterfüllung Treue Unterordnung Fleiß Bescheidenheit</p> <p>Selbstbeherrschung Pünktlichkeit Anpassungs- bereitschaft</p>	<p>(Idealistische Gesellschaftskritik) Emanzipation (von Autoritäten)</p> <p>Gleichbehandlung Gleichheit Demokratie Partizipation Autonomie (des einzelnen)</p> <p>Hedonismus: Genuß Abenteuer Spannung Abwechslung Ausleben emotionaler Bedürfnisse</p>

Wertewandel in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts



14. Shell-Jugendstudie

Hauptergebnisse

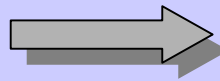
-  **Optimistische und selbstbewusste
Zukunftsicht**
-  **Hoher Stellenwert von Familie und Freunden**
-  **Erfolgsorientierung:
Bildung entscheidet über spätere berufliche Laufbahn**
-  **Wertewandel:
Zunahme an pragmatischen Werten,
Abnahme von Umweltbewusstsein und
Gesellschaftskritik**
-  **Politik: rückläufiges Interesse**
-  **Engagement für gesellschaftlich benachteiligte Zielgruppen**
-  **Toleranz gegenüber Ausländern**
-  **Globalisierung wird pragmatisch
und ideologiefrei betrachtet**
-  **Internationale Orientierung**

14. Shell-Jugendstudie

Methode

Erhebungsart

- standardisierte
- quantitative
- repräsentative



Mündliche Befragung


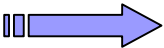
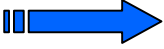

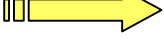



Stichprobe

- Quota-Sample
- 2515 Jugendlichen zw. 12-25 Jahren
- disproportional angelegt (761 in Ost-, 1754 in Westdtl.)
- gewichtet
- auch ausländische Bevölkerung ohne gesonderte Gewichtung
- zusätzlich 20 Portraits

Interviews

- per CAPI-Verfahren durchgeführt
- zusätzlich 20 **Portraits** zur Skizzierung von gesellschaftlichem Engagement Jugendlicher

Entwicklungsaufgaben im Jugendalter (I) (nach Fend 2000/ursprünglich Havighurst)

-  Loslösung von Eltern
-  Beziehungen zu Altersgleichen (Peers)
-  Klärung der Geschlechterrolle
-  körperliche Veränderung akzeptieren
-  eigenes Werte- und Normensystem entwickeln
-  schulische und berufliche Qualifikation
-  Umgang mit Konsum und Freizeit
-  sozial verantwortliches Handeln erlernen

Abschnitte der Jugendphase

Vorpubertät:

Betroffensein von Neuem, Störung des bisherigen Gleichgewichts, Wendung nach innen (ca. 10-12 J.)

Pubertät:

Phase des Experimentierens, das Ausgefallene, extrem, das Abenteuer fasziniert, Grenzen werden getestet (ca. 13-17 J.)

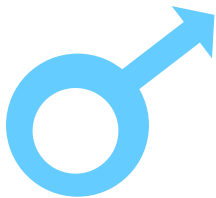
Adoleszenz:

Wiederfinden eines Gleichgewichts, erste Bewährungen, erster Verdienst, erste Partnerschaft (ca. 18-20 J.)

Postadoleszenz:

Durch verlängerte Ausbildungszeiten, Arbeitslosigkeit, Labilisierung des Übergangs ins Beschäftigungssystem (21-?)

Pubertärer Wachstumsschub



Größtes durchschnittliches
Längenwachstum (ca. 12cm)
im Alter von 14 Jahren



Größtes durchschnittliches
Längenwachstum (ca. 8cm)
im Alter von 12 Jahren

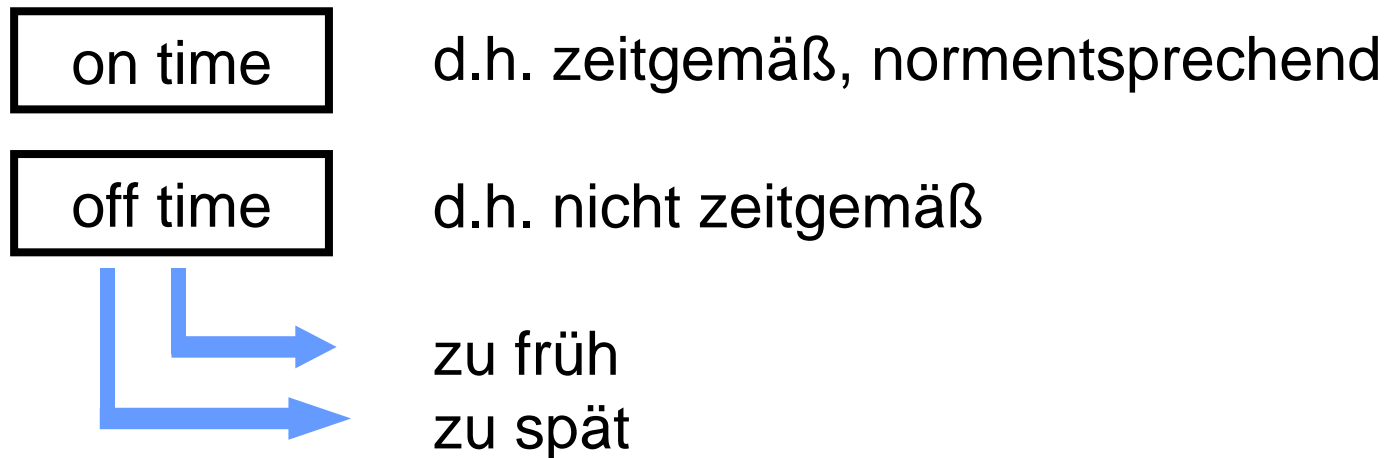
Gewicht und Größe

Veränderung der Körperproportionen
= Gestaltenwandel

Reifetempo (I)

Reifetempo = Verhältnis von Reifestatus und Alter

Übergänge im Lebenslauf können erfolgen:



Frage nach den Folgen des Reifetempos

Reifetempo (II)

Frühreife Mädchen und
spät entwickelte Jungen sind
Risikogruppen für verschiedene Verhaltensprobleme

bei frühreifen
Mädchen z.B.



- sexuelle Kontakte
- schlechtes Körper selbstbild
- problematisches Essverhalten
- depressive Symptome

bei spät entwickelten
Jungen z.B.



- schlechtes Körper selbstbild
- schlechtere Schulnoten
- und zum Teil geringere Intelligenz

(vgl. Gloger-Tippelt, 2003)

Die Systematisierung des Innenlebens

**Typische
Elemente
des
jugendlichen
Erlebens
nach C.Bühler
(1921)**

- die grüblerische Wendung auf sich selber
- die ausschließlich der eigenen Innerlichkeit zugekehrte Haltung
- das Gefühl der Trennung von außen
- das Gefühl der Einsamkeit
- das Gefühl der Sehnsucht
- die Selbstreflexion und die Suche nach Sinn und Zielen
- die ersten Generalisierungen von Lebenserfahrungen
- die Rekonstruktion der eigenen Biographie
- die Antizipation von Zukunft

Jugendliche denken im Vergleich zu Kindern:

! abstrakter und sind weniger auf konkrete Beispiele und Illustrationen angewiesen

! mehrdimensionaler und nicht mehr auf ein einziges Merkmal fixiert

!relativer und weniger in absoluten Kategorien

! selbstreflexiver, wissen also mehr über das eigene Denken und können es aufgrund dieser Fähigkeit besser selber regulieren

Besonderheiten adoleszenten Denkens

Möglichkeitsräume

Hypothetisches
Denken

Abstrakte Begriffe

Dezentrierung

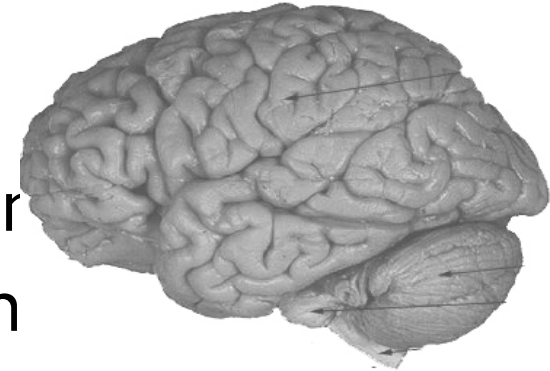
Adoleszenter
Egozentrismus

Selbstreflexion

Chancen für die
Einübung mündigen
Denkens

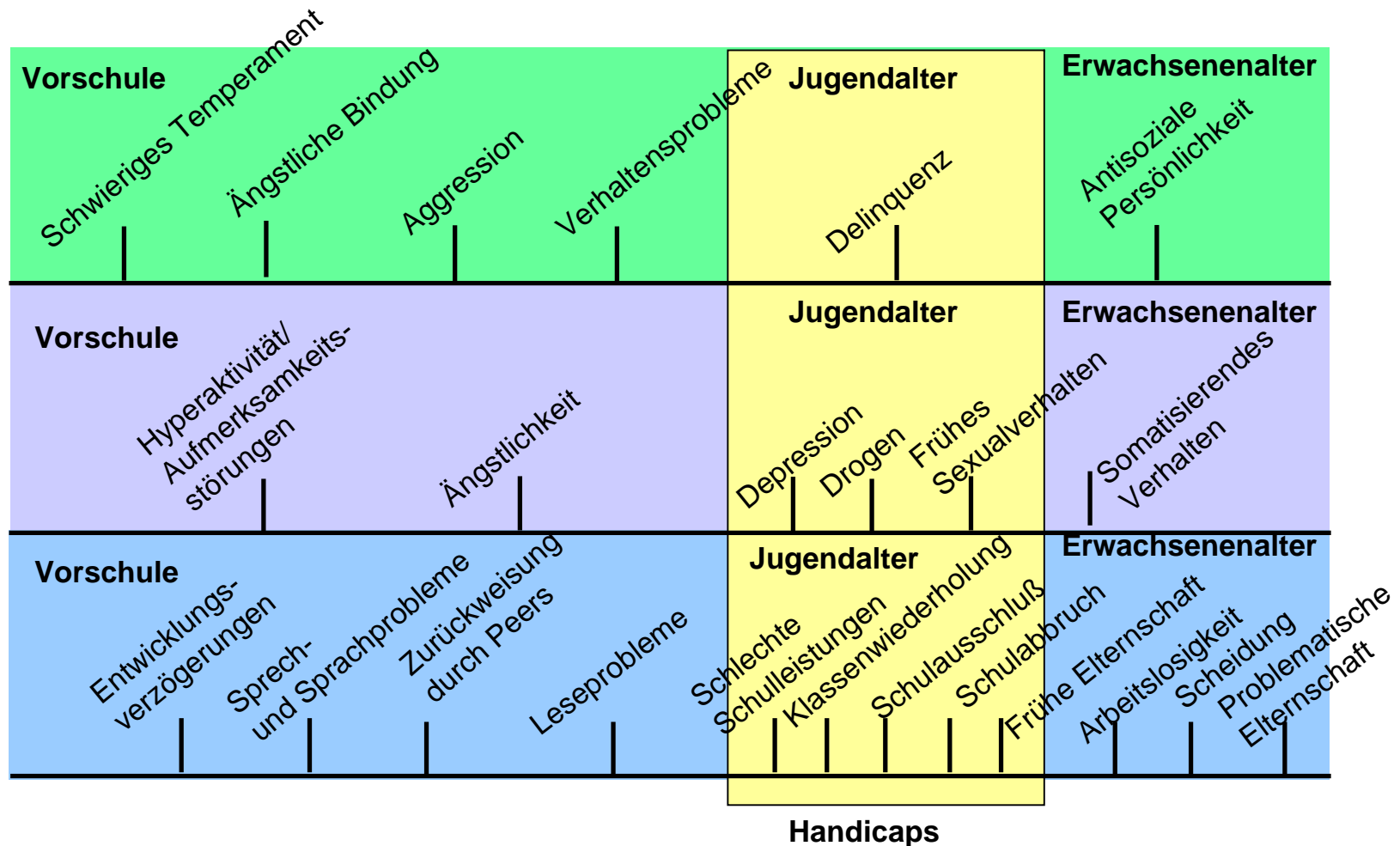
Entwicklung des Gehirns wird durch Erziehung geprägt

- Reifung durch Aktivität und Erfahrung
- Prägung durch frühe kindliche Erfahrung
- Selber machen ist entscheidend
- Abstraktes Denken und motorische Fähigkeiten üben
- Komplexe kognitive Leistungen entstehen relativ spät
- Kinder brauchen Vielfalt
- Kommunikation ist mehr als rationale Sprache
- Jugendliche bündeln Wissen und lernen in Strukturen

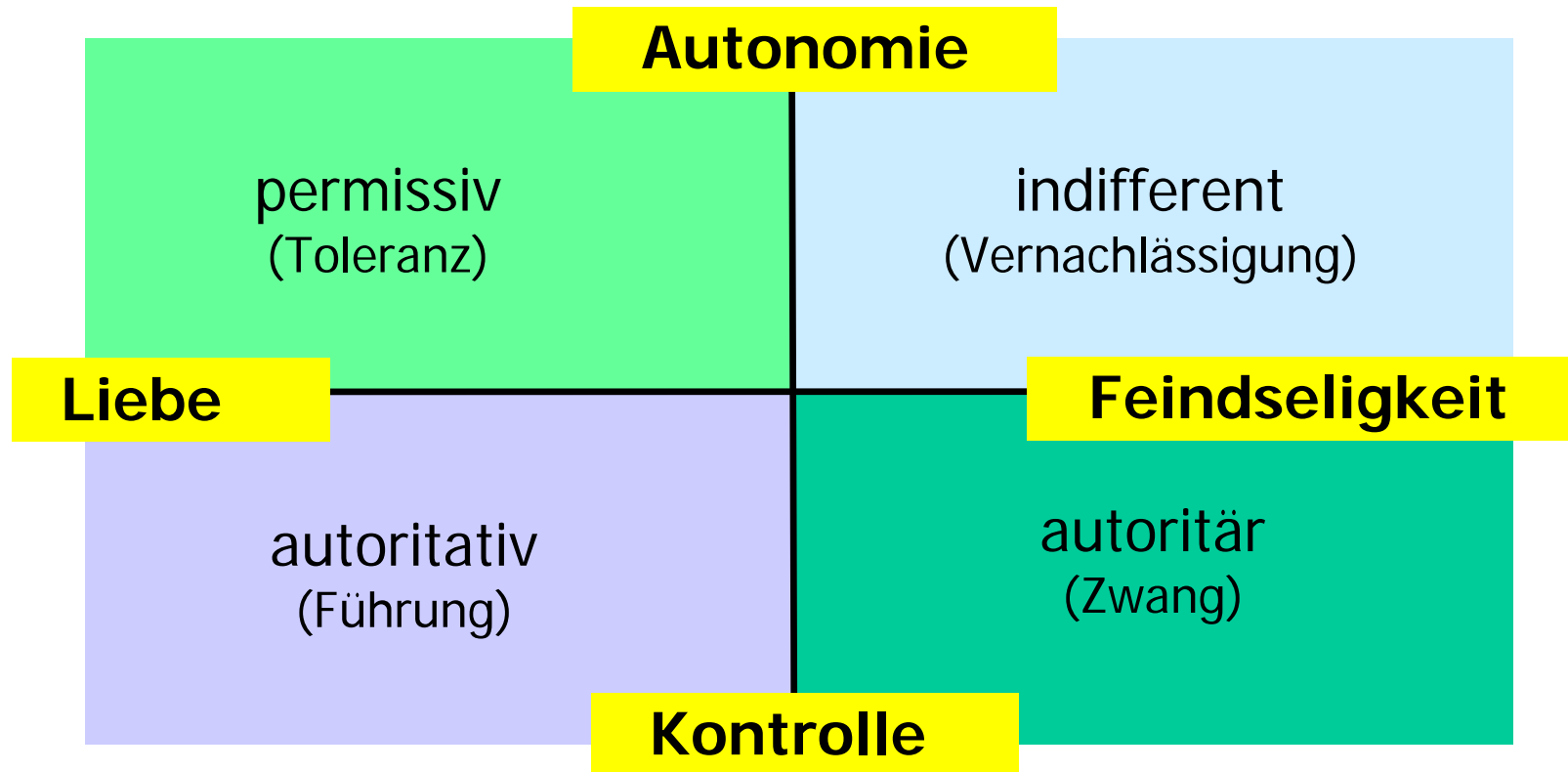


Quelle: Killius/Kluge/Reisch (Hrsg.) (2002): Die Zukunft der Bildung.

Entwicklungswege abweichenden Verhaltens von der Kindheit ins Erwachsenenalter (nach Fend)



Erziehungsstile (Modell nach Baumrind)



Quelle: Hofer et al. (2002)

Peer- groups

- nehmen quantitativ stark zu
- sind meist milieukonform
- integrieren heute Mädchen und Jungen
- gefährden die Tiefenbindung zu den Eltern meist nicht
- helfen bei der Orientierungs- und Identitätssuche und gleichen Sozialisationsschwächen der Familien (klein/ manchmal unsicher), der Schule (stark kognitiv geprägt), der Verbände (spezialisiert), aus
- sind eine Alternative zu institutionellem Verhalten (Probleme organisierter Jugendarbeit, Nachwuchsmangel von Jugendverbänden, zeitlich befristetes Engagement)
- haben Entwicklungsaufgaben:
 - die Abhängigkeit von den Eltern lockern
 - die Aufnahme von Beziehungen zum andern Geschlecht
 - bei Freizeitangeboten orientieren
 - soziale Beziehungen gestalten lernen
 - beim Erlernen einer Ich-Identität helfen
 - bei der Schul- und Berufswahl unterstützen

Struktur von Eltern- Kind- Beziehungen und Peer- Beziehungen

	Eltern- Kind- Beziehung	Peer- Beziehung
Formeller Rollenstatus	“ascribed“ (gegeben)	“achieved“ (erworben)
Beginn	für die Kinder vorgegeben	von Kindern und Jugendlichen selbst initiiert
Ende	unkündbar	auflösbar
Zielrichtung	Erwartungen und Ziele auf der Seite der Eltern	keine Zielvorgaben – sie können sich im Laufe der Beziehung ergeben

Struktur von Eltern- Kind- Beziehungen und Peer- Beziehungen

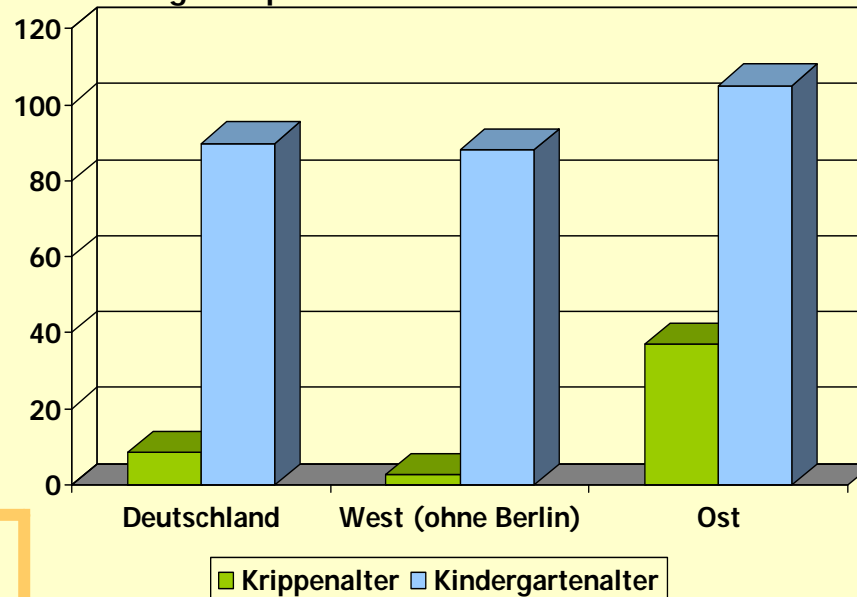
	Eltern- Kind- Beziehung	Peer- Beziehung
Sanktions- möglichkeiten	Verweigerung von Privilegien; Liebesentzug	Drohung, die Beziehung zu beenden; sozialer Ausschluß
Zeitperspektive	Vergangenheitsbezogen, lebenslang	Zukunftsbezogen, Verdichtung der Beziehung ist eine Langzeitperspektive
Körper- beteiligung	biologische Distanz – körperdistanzierend	Steigerung der Attraktivität und Nähe

Frühe Förderung - Ausgangslage

In ersten Lebensjahren wird motivationale Basis für LLL gelegt

Unterversorgung mit Kinderbetreuungsplätzen

Versorgungsquoten mit Krippen- und Kindergartenplätzen in % nach Altersbereichen 2002



Bessere Schulleistungen von Kindern, die KIGA besuchten

KIGA-Besuch abhängig von sozio-ökonomischer Situation der Eltern

Quelle: nach DJI-Bericht 2004, S. 74

Frühe Förderung - Kompetenzförderung

Bedarfsgerechter
und qualitäts-
orientierter Ausbau,
z.B. TransKiGS

Förderung von
Kindern mit Mi-
grationshintergrund,
z.B. FörMig

Förderung von
Kompetenzen
durch ...

Förderung der
Erziehungs-
kompetenz der
Eltern

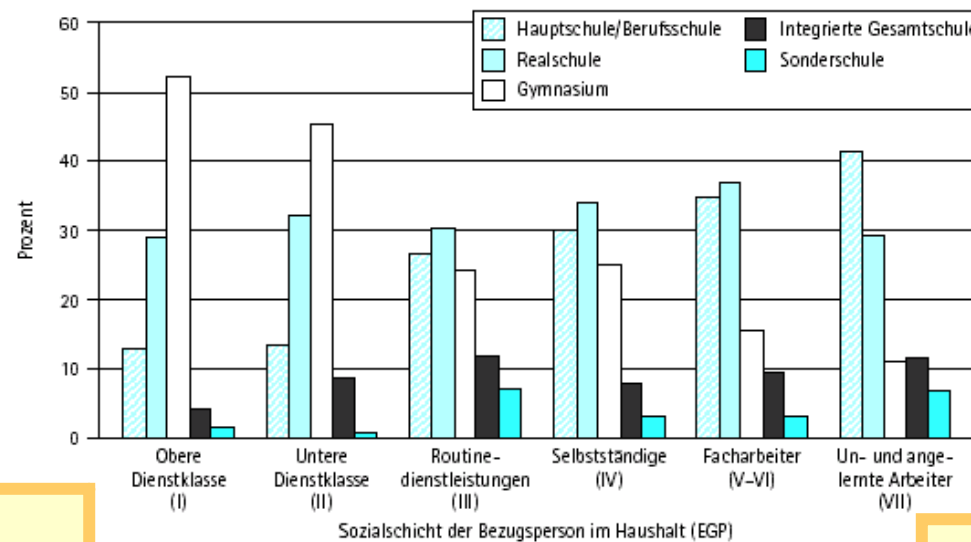
Verbesserung der
Aus- und Weiter-
bildung des pädä-
gogischen Personals

Schule & Unterricht - Ausgangslage

Institutionelle und organisatorische Rahmenbedingungen

Soziokulturelle Herkunft (Migration)

15-Jährige nach Sozialschichtzugehörigkeit und Bildungsgang

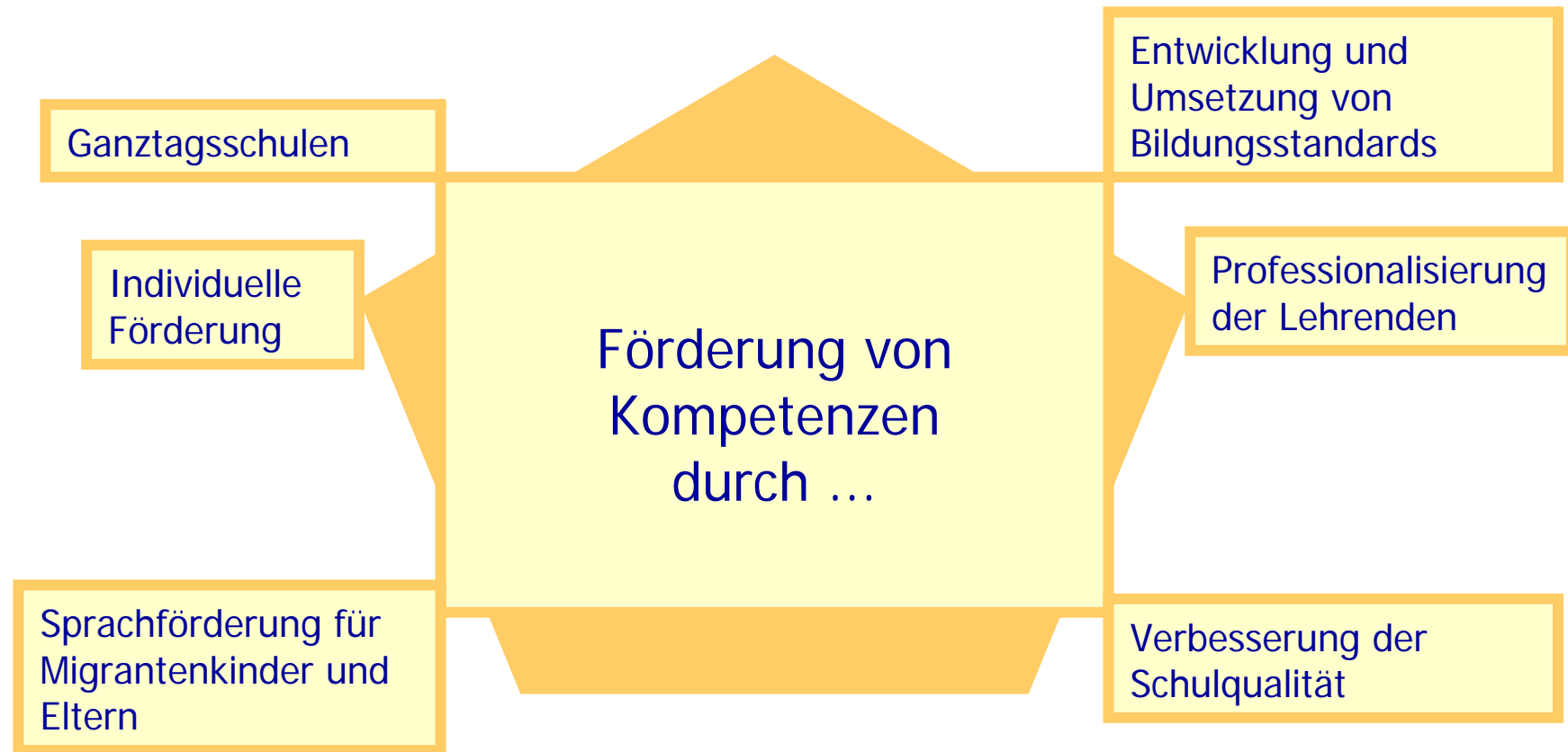


Familiäre Lebensverhältnisse: Soziale Herkunft

Deutsches PISA-Konsortium 2001

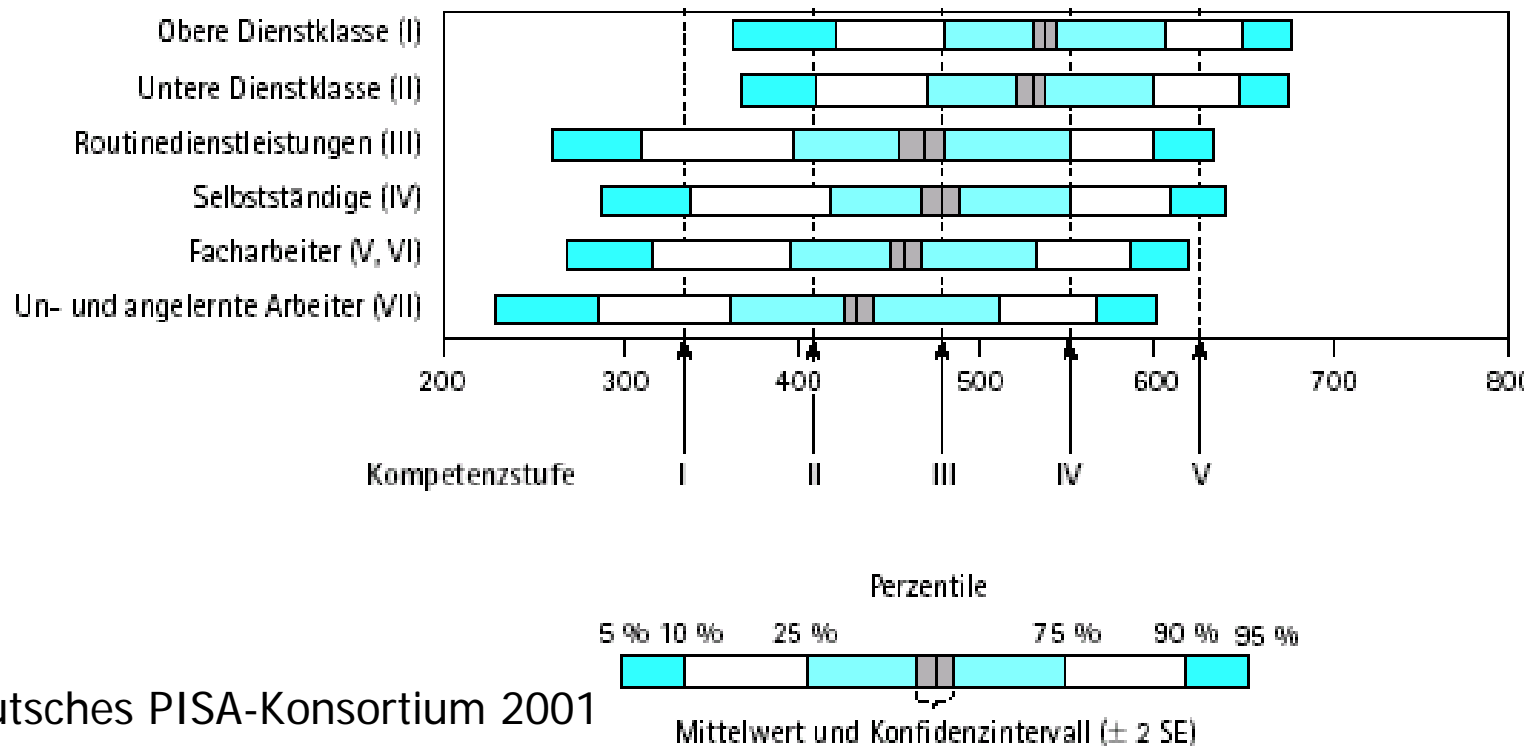
Geschlechtsspezifische Disparitäten

Schule & Unterricht - Kompetenzförderung



Verteilung der Lesekompetenz (15-jährige) nach Sozialschichten

Verteilung der Lesekompetenz innerhalb der Sozialschichten (Perzentilbänder und Kompetenzstufen im internationalen Test)



J. Coleman (1983)

These: Moderne Schule und Aufwertung der Schülerrolle (nach Bildungsexpansion) führt zur Entfremdung der Schüler vom Gemeinwesen!

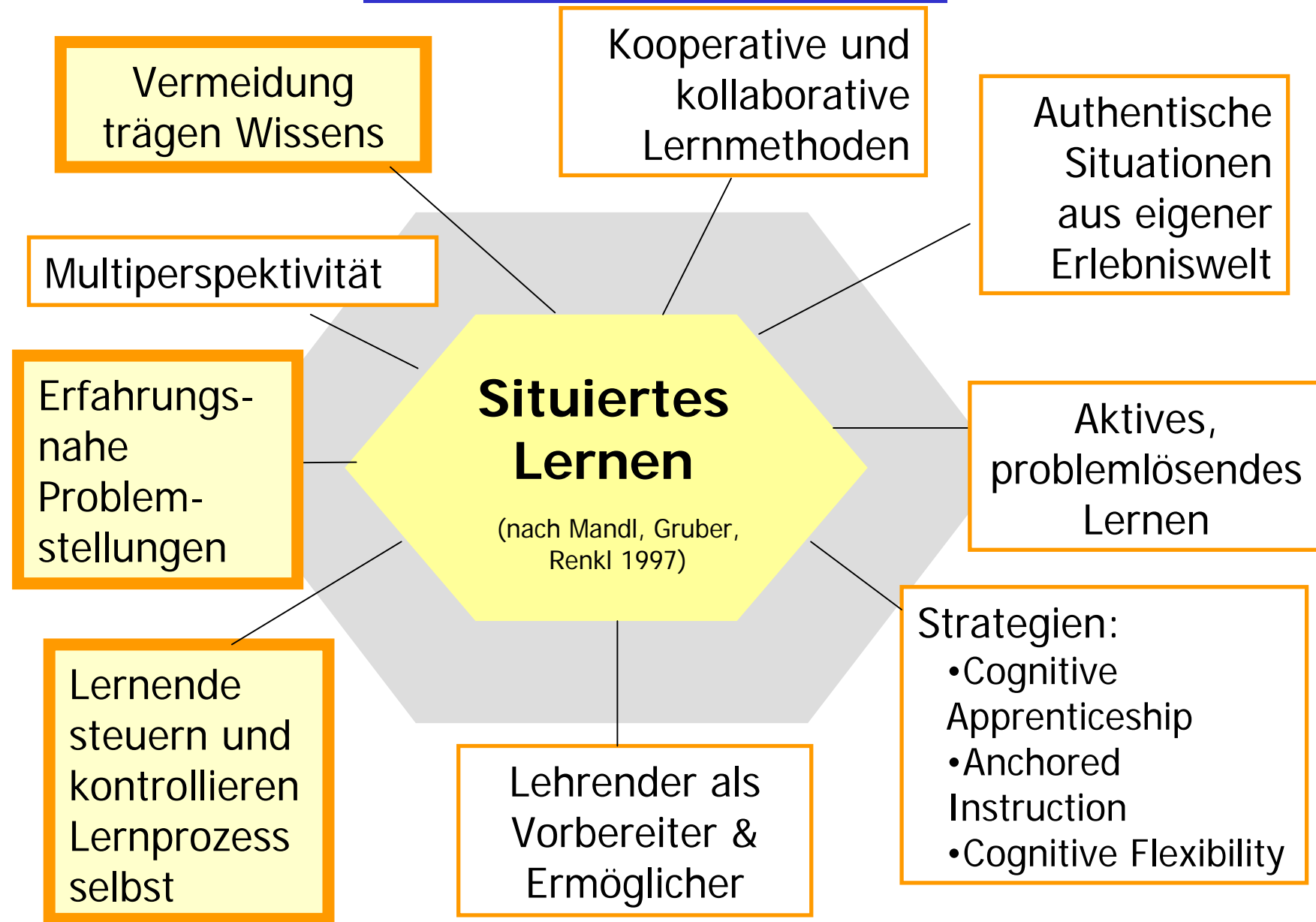
- Isolation der Jugend
- künstliche Welt
- geringe Verankerung persönlicher, emotional getönter Beziehungen mit Erwachsenen

Ziel: "kooperative Akteure"

- kleinere, gemeindenahe Schulen (Elternkontakt)
- Kinder- und Jugendgemeinschaften (Clubs, Vereine) → soziales Lernen
- altersgemischte Organisationen (age - balanced - organizations)

Förderung lebenslangen Lernens im Kindes- und Jugendalter – Faktoren für positive Entwicklung

- Klare Bildungsstandards (curriculum)
- Differenzierende Ausbildungsalternativen
- Vermeidung von Über- und Unterforderung (Selektivität)
- Hohe Durchlässigkeit
- Möglichkeiten Schulkarrieren, Berufs- und Studienkarrieren zu „korrigieren“
- „second chances“ für „drop-outs“
- Individualisierter pädagogischer Bezug (= Vorteil des Dualen Systems)
- Förderunterricht für Lernschwache
- Berufsberatung, Schulpsychologie, Schulsozialarbeit
- Extra-curriculare Aktivitäten (Verbände, Jugendhilfe, Jugendarbeit)
- Kontinuierliche Leistungs- und Lernrückmeldung (nicht nur Noten)
- Intensive, selektive Lehrerausbildung, Ausbildung der Ausbilder



Maximen des Verhaltens von Pädagogen

Taktgefühl

Souveränität

**Entwicklungspsychologischer
Hintergrund**

Humor und Gelassenheit

**Sich nicht sofort angegriffen
fühlen**

„Leitplanken“

**Sich der eigenen
Vorbildfunktion bewußt sein**

**Jugendpädagogisches
Paradoxon**

Zukunft der Jugend

Begründete Hypothesen zur Zukunft von Kindheit und Jugend (2020):

- Familialer Wandel (Pluralisierung und Singularisierung)
- Schulischer Wandel (Expansion, Verdrängung)
- Beruflicher Wandel (Kompetenz, lebenslanges Lernen)
- Medialer Wandel
(selektive Mediennutzung, selbstorganisiertes Lernen)
- Freizeitbezogener Wandel
(peers, Jugend in eigener Regie, Deinstitutionalisierung)
- Wertewandel (sh. Shell-Jugendstudien)

