WAT äntueren?

Wat ass Sex, wat ass Sexualitéit, wat ass Loscht?

11-13 Joer

Ënner dem Afloss vun Emotiounen

D'Wuert „Sex", dat an engem Gespréich wärend dem Iessen oder an engem Film op der Tëlee opdaucht, ka penibel sinn, Laachen oder eng explosiv Reaktioun ausléisen oder dozou féieren, dass einfach kee méi eppes seet. Dës Reaktioune sinn ni harmlos. Heiansdo kënne si esouguer eng Zort Provokatioun vis-à-vis vun Ärer Eltereroll sinn. Keng Panik: Wann Äert Kand d'Thema Sex uschwätzt, da just, well et lech genuch vertraut, dass Dir drop äntwert.

Schonn am Schoulhaff benotze Kanner Wierder, ouni wierklech ze wëssen, wat se heeschen. Dofir kënnen heiansdo graff Wierder an enger Fro virkomme wéi zum Beispill: „Wat heescht fécken?". Bleift an dësem Fall roueg a frot Äert Kand, a wéi engem Kontext et dat Wuert héieren huet a wat et mengt, wat et heescht.

„Theoretesch" Repèren

Mat ca. 10 Joer fänke Kanner un, sech fir Sexualitéit z'interesséieren. Si fantaséieren, héieren a liese Saachen (Radio, Bicher, Tëlee, Internet), déi si virwëtzeg maachen. Wann een allerdéngs probéiert, mat hinnen iwwer Sex ze schwätzen, da reagéiere si oft schimmeg. Den éischte Schratt a Richtung Libesbezéiung kann elo scho gemaach ginn: Jugendlecher fänken u „mateneen ze goen" (Händchen halen, sech op de Bak kussen etc.).

D'sexuell Entwécklung geet wärend der Pubertéit dann esou richteg lass. Tëschent dem 11. an dem 13. Liewensjoer ännere sech d'Interesse vun de „Bal-Teenager" a si wëllen ëmmer méi Detailer iwwert de Kierper an d'Sexualorganer gewuer ginn.

Repèrë fir lech

Sex ass oft eng Méiglechkeet, enger anerer Persoun seng Gefiller matzedeelen.

Et gi vill Manéieren, fir „Léift ze maachen". All Eenzele muss selwer erausfannen, wat fir hien am beschten ass. Dëst kann a Form vu villen Zäertlechkeeten um ganze Kierper, duusse Kussen, Stimulatioun (vum Penis, vun der Vulva, de bannechten a baussechte Vulvalëpsen) a munchmol och duerch Penetratioune sinn. **Dat Wichtegst ass, dass e Loscht drop huet an dass ee sech bereet fillt.**

Sexualitéit ass bei all Mënsch anescht. D'Besoinen an d'Wënsch sinn net fir jiddereen d'selwecht.

Léift a Sexualitéit hänken net onbedéngt zesummen.** Et kann ee Loscht op Sex hunn, ouni verléift ze sinn, et kann een eng aner Persoun just sexuell wëllen oder et kann ee frou mat engem sinn, ouni Sex ze wëllen. Dat Wichtegst beim Sex ass, déi selwecht Wënsch an déi selwecht Besoinen zur selwechter Zäit ze hunn.

D'Meenung vun den Experten/Expertinnen

Zu dësem Zäitpunkt duerchliewe jonk Leit eng Phas, an där si vill nodenken. Si si räif genuch fir eng Introspektioun (= Reflexioun iwwer sech selwer).

Ab 11 Joer kann een dem Jugendleche bäibréngen:

- d'Verännerungen an sengem Liewen an a sengem Wuesstem (Pubertéit etc.) ze verstoen an driwwer ze schwätzen,
- e kritesche Geescht z'entwéckelen.

Oft si Jugendlecher scho mat Pornografie konfrontéiert ginn (fräiwëlleg oder onfräiwëlleg). Et ass net méiglech, hinnen ëmmer alles ze verbidden a si ze schützen. Dir kënnt hinnen awer erklären, dass Pornografie net dat wierklecht Liewen ass an dass et sech ëm Fiktioun fir Erwuessener handelt (cf. Fiche iwwer Pornografie).

Wéi reagéieren?

Wann de Jugendleche provozéiert, dann test hie warscheinlech **Är Grenzen** (Äre Widderstand an Är Fäegkeet, d'elterlech Reegelen ze respektéieren, déi Dir him agetriichtert hutt an no deenen Dir hien erzunn hutt).

Duerch e provokant Verhale kultivéiert de Jugendleche säi Wonsch, sech domat z'identifizéieren – et ass seng Manéier, ausserhalb vun Iech z'existéieren.

Am Allgemenge seet de Jugendlechen eppes anescht wéi dat, wat hien eigentlech ausdrécke wëll. Et ka sinn, dass hien net déi richteg Wierder fënnt oder dass hie seng eege Gefiller net versteet.

Fir e jonke Mënsch ass et munchmol méi einfach, frech, pampeg, vulgär oder onhéiflech ze sinn, ewéi bestëmmte Froen ze stellen. Op dës Manéier kann hien och evitéieren, vu sengen Emotiounen, Tabuen oder senger Verleeënheet iwwerwältegt ze ginn.

Am beschten ass, roueg ze bleiwen an ze weisen, wien den **Erwuessenen** ass. Dir musst him soen, dass net alles erlaabt ass. Bestëmmte Grenze mussen agehalen an dierfen net iwwerschratt ginn: keng Beleidegungen, keng kierperlech Gewalt, keng Vulgaritéiten. Gitt op Äert Kand duer. Bitt him un, elo oder méi spéit driwwer ze schwätzen.

Tipps a méiglech Reaktiounen

- **Denkt drun, d'allgemeng Fiche Nr. 2 ze liesen.**
- Am beschten ass et, éierlech ze sinn. Et kann ee Saache ganz gutt erklären, ouni an den Detail mussen ze goen. Wann Dir Iech net kapabel fillt, direkt ze äntweren, da kënnt Dir dat och méi spéit maachen.
- Bleift roueg. Teenager* tendéieren dozou, d'Ausdrocksweis vun Erwuessenen ze kopéieren, well si mengen, doduerch méi al ze wierken. E bësse Provokatioun ass an dësem Alter normal: Klammt net all Kéier op d'héicht Päerd, wann Äert Kand eppes Deplacéiertes seet, well soss riskéiert Dir, dass et eskaléiert. Allerdéngs muss een e puer Grenze setzen. Dir kënnt z. B. vulgär Wierder verbidden. Et ass awer gutt, mam Jugendlechen iwwert de Gebrauch vun dëse Wierder ze schwätzen.
- Et ass wichteg, mat dem jonke Mënsch iwwer Loscht am Allgemengen ze schwätzen an esou eng positiv Approche zu der Sexualitéit ze vermëttelen.
- Et ass wichteg, Teenager drun z'erënneren, dass Sex a Loscht zesumme gehéieren. Dofir musse si hiren eegene Kierper erfuerschen, déi sensibel Plaze kennen an d'Weeër vun der Loscht (eleng oder zu zwee) kenneléieren. Zäertlechkeet ass wichteg, och mat sech selwer. Dir musst net iwwer Är eegen Erfarungen schwätzen.
- Haalt Ofstand.
- Wann Dir Iech onwuel fillt, da kënnt Dir et dobäi beloossen.
- Schwätzt driwwer, ob Verhiddungsmëttel (Kondomer, verschidden Zorte vu Verhütung) benotzt ginn oder net.
- Falls néideg, verweist Äert Kand op Hëllefspersounen a Fachleit.

planning familial

Eng Bibliothéik mat Material, en nëtzleche Lexikon, eng Bibliographie, wichteg Adressen etc. Dir fannt all eis Hëllefsmëttelen an den „Annexe"-Fichen op dem Site **www.watantweren.lu**