WAT äntueren?

3-5 ans

Firwat ass mäi Krinni ganz haart?

Ënnert dem Afloss vun den Emotiounen...

Eltere fille sech oft hëlleflos, wa si mat de Verhalensweisen a Froe vu klenge Kanner, déi hire Kierper entdecken, konfrontéiert ginn. Wat ass normal, wat ass net normal? A virum allem: wéi reagéieren? Sätz wéi „Du bass nach ze kleng dofir" oder „Du wäerts dat gewuer ginn, wann s du méi grouss bass" sinn net déi beschten Äntwerten. Doduerch gëtt d'Kand vläicht nach méi virwëtzeg (an et wäert probéieren, d'Äntwert erauszekréien) oder säi Fuerscherdrang a puncto Sexualitéit an der Welt ëm hatt ronderëm gëtt gebremst.

„Theoretesch" Repèren

Net all Dräijärege weess, wat eng Erektioun ass, ausser Dir hutt him et erkläert.

Allerdéngs ass et net néideg, e laangen Anatomie-Cours ze halen. Ee bis véier Sätz mat einfache Begrëffer ginn duer, wann Dir en Thema déi éischte Kéier uschwätzt.

Repèrë fir lech

D'Erektioun

De Penis ass en Organ mat engem venösen, muskuléisen a kavernéise System. Hie ka bei Erreegung reflexaarteg méi laang an haart ginn. An der Pubertéit kënnt et oft zu Erektiounen, déi heiansdo spontan passéieren an net kontrolléiert kënne ginn. Oft geschitt dëst am Zesummenhang mat erotesche Gedanken. Erektiounen si jee no Persoun an Zäitpunkt ënnerschiddlech: De Penis ass keng Maschinn an d'Intensitéit vun der Erektioun an d'Richtung vum Penis kënne variéieren. Biologesch gesinn, erméiglecht d'Erektioun vum Penis d'Penetratioun, d'Ejakulatioun an d'Fräisetze vu Spermien.

D'Ejakulatioun

D'Ejakulatioun ass de Reflex, deen zu der Expulsioun vum Sperma aus dem erigéierte Penis féiert. Si gëtt normalerweis (awer net noutgedrongen) vun engem Orgasmus begleet. Déi éischt Ejakulatioune sinn en Zeechen, dass d'Reproduktiounsorganer funktionéieren. Dëst sinn Ejakulatioune wärend der Nuecht – e ganz natierleche Phënomen.

Wann lech dës Wierder stéieren, dann üübt, se virum Spigel oder am Auto ze soen. Dir wäert merken: Wat Dir se méi oft benotzt, wat Dir lech ëmmer méi wuel fillt, wann Äert Kand Froen dozou huet an Dir driwwer schwätze musst.

D'Meenung vun den Experten/Expertinnen

Bei der männlecher Erektioun gëtt de Penis vum Jong* haart resp. steif, well e sech mat Blutt fëllt. Et ass e sexuelle Reflex, dee weist, dass d'Organ richteg funktionéiert. Dat kann an all Alter, och bei Bëbeeën, an zu all Moment passéieren. Ongewollten Erektioune sinn normal a kënne bei engem gesonde Mann* d'ganzt Liewe laang geschéien.

Am Schlof duerchlafe mir verschidde Phasen, an deenen d'geeschteg Aktivitéit ganz intensiv ka sinn, wat zu Erektioune wärend der Nuecht féiere kann. Erotesch Dreem kënnen also och eng Erektioun provozéieren.

Eng Erektioun gëtt och duerch Beréierunge verursaacht: zum Beispill bei der Fleeg vum Bëbee (beim Wiessele vun der Wëndel, beim Bueden etc.) oder dem Kand (beim Acrème vum Hënner oder den Hoden). Et ass e reflexaartege Geste, deen näischt Sexuelles huet. Et gëtt kee Grond, fir sech Suergen ze maachen.

Allerdéngs ass et recommandéiert, bei den Dokter ze goen, wann de Penis Unzeeche vun enger Infektioun oder Irritatioun opweist oder wann d'Kand beim Urinéiere wéi huet (am Alter vu 5 bis 10 Joer kann dëst en Unzeeche vu verschidde Krankheete sinn).

Hiwäis: Och opgepasst, wann d'Erektioune méi wéi eng Stonn unhalen.

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.
- Respektéiert d'Privatsphär vun Ärem Kand.
- Dir kënnt d'Kand z. B. froen: „Wat mengs du dann?" fir erauszefannen, wéi vill et scho weess.
- Fir mat einfache Wierder z'erklären, wat eng Erektioun ass, kënnt Dir soen:
  - → „Wann däi Penis no uewe geet an duerno nees no ënnen, dann nennt een dat eng Erektioun. **Dat ass normal**. Du muss dir dowéinst keng Suerge maachen."
  - → „Wann s du entspaant bass, kann däi Penis haart ginn. Zum Beispill, wann e sech un denge Kleeder reift, mat Waasser a Kontakt kënnt oder wann s du en upeeks. Dat kann zu verschiddenen Zäit am Dag passéieren an ass **ganz normal**."
- D'Erektioun ass also e reflexaartege Phenomen a geschitt net op Kommando.
- Erënnert d'Kand u Plazen, wou hatt seng Privatsphär huet: seng Kummer.

Repèrë fir Iech

(virausgesat, d'Entwécklung virun der Gebuert verleeft ouni Ännerung).

D'weiblech Erektioun

Grad wéi de Penis ass och d'Klitoris en erektile Kierper (si huet méi Nervenenner wéi de Penis). **Wa sech d'Klitoris mat Blutt vollsuckelt, erigéiert si:** Hire Kapp gëtt méi grouss, méi laang a méi empfindlech.

D'Ejakulatioun

Bei der weiblecher Ejakulatioun gëtt bei munche Fraen eng Flëssegkeet kuerz virum oder beim Orgasmus fräigesat. An der Reegel ass et net vill Flëssegkeet. Bei der Majoritéit vun de Fraen kënnt guer keng eraus, bei munchen awer dofir emsou méi.

D'weiblech Ejakulatioun besteet aus engem Sekret, dat aus de Paraurethraldrüsen duerch zwou kleng Ëffnunge lénks a riets vum Harnréierche austrëtt.

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**