

Das Große Ganze - Worum geht es bei sexueller Aufklärung wirklich?

von Emma Eder, Gründungsmitglied von WirHabenLust e.V.¹

„Sexbuisness“, „Bumsverein“, ... Sex Sex Sex sex...uelle Aufklärungsarbeit heißt das. Und ja, es geht bei dem *Verein WirHabenLust e.V für sexuelle Aufklärungsarbeit*, den ich mitgegründet habe, um Sex. Aber nicht gleich ausflippen. Wider manch eurer Erwartungen beschäftigt sich der Verein weniger mit Sexstellungen, schmutzigen Details und Lieblings-Toys - manche atmen jetzt auf (wäre sonst ja auch peinlich geworden) und manche hatten sich erhofft, endlich den Freischein zu erhalten, mich über mein Sexleben auszufragen. Da muss ich euch enttäuschen. Stattdessen reden wir **über das große Ganze** und klären ein für alle Mal: Worum geht's bei sexueller Aufklärung eigentlich wirklich?

1. Geschlechterrollen

Erstens: Wer über Sex redet, muss auch über **Geschlechter (-rollen)** reden und darüber, welcher enorme und doch so subtile Druck durch gesellschaftliche Erwartungen und Normen auf Menschen ausgeübt wird, sich „typisch Frau“ oder „typisch Mann“² zu verhalten und bestimmte Eigenschaften und Fähigkeiten zugeschrieben zu bekommen.

Provokant gefragt³: Vielleicht wollen Frauen sich nicht um Geschenke, Deko und Kinder kümmern? Vielleicht würden Männer gerne öfter in der Öffentlichkeit weinen? Vielleicht geht es aber ja auch nicht um Tränen und Geschenke? Sie sind nur die Spitze des Eisbergs.

¹ Der Inhalt dieses Aufsatzes ist die persönliche Meinung der Autorin und nicht zwingend die des Vereins.

² Im Folgenden werden teilweise die Begriffe „Frau“ und „Mann“ verwendet. An dieser Stelle sei daher explizit erwähnt: Nicht jeder Mensch mit Vulva ist eine Frau und nicht jeder Mensch mit Penis ein Mann. Gender ist gesellschaftlich konstruiert und kann nicht in binäre Strukturen gedrückt werden.

³ Im Folgenden soll auf niemanden persönlich oder auf bestimmte Gruppen bzw. Geschlechter mit dem Finger gezeigt werden oder in eine Schublade gesteckt werden, das würde der Wirklichkeit nicht gerecht werden. Viel eher ist es der Versuch ein gesamtgesellschaftliches Phänomen zu skizzieren, bei dem Geschlechterrollen immer wieder reproduziert werden. Das Instrument der durchaus provokanten und zugespitzten Generalisierung soll helfen, strukturelle Schief lagen in diesem Aufsatz sichtbar zu machen. Damit beziehe ich mich auf den Grundgedanken der Kritiker*innen der #notallmen-Bewegung. Hierzu: <https://www.instagram.com/p/CMUbmKnqek/>

Ein Erklärungsversuch: Wenn jungen weiblich sozialisierten Menschen durch herrschende Stereotypen und Gender-Marketing (Was das sein soll? Guck dir mal die Kampagne „Gendermarketing wirkt länger als man denkt“ von pinkstinks an⁴) gelehrt wird, ständig anderen zu ge- und nicht aufzufallen und sich um andere Bedürfnisse zu kümmern, statt um die eigenen, dann prägt das die Gesellschaft von morgen. Für sie scheint es unmöglich Raum einzunehmen und das einzufordern, was sie wollen. Selbst die „Me-Quality-Time“ für die „typische Frau“ besteht aus einem Beauty-Abend mit einer Kur für weiches Haar und einer Maske gegen die Pickel. Sich mal *selbst* was Gutes tun - paradox, oder? Das findet ihr alles oberflächlich? Ich denke, die Narbe sitzt tief. Ein Blick auf die Besetzung meiner Uni-Professor*innen (die gerade noch so gegendert werden können), die Gender-Pay-Gap⁵ oder oder oder verrät uns wie tief!

Und Männer? Ja, die weinen nicht, sind eisern, unverletzbar, kennen keinen Schmerz. Nach schrecklichen Terroranschlägen findet jedes mal ein breiter Diskurs darüber statt, welche gemeinsamen Hintergründe die Attentäter aufweisen: Herkunft, Religion, Kindheit... Jedes Mal frage ich mich fassungslos: Fällt nur mir die einzig wirkliche, offensichtliche Gemeinsamkeit auf? Es. Sind. Männer.⁶ Dieses Muster bestätigt sich auch innerhalb der vier Wände: Laut einer polizeilichen Kriminalstatistik des Bundeskriminalamts ist im Jahr 2019 in Deutschland fast jeden dritten Tag eine Frau durch ihren Partner oder Ex-Partner getötet worden.⁷ Aber nicht nur Andere werden zu Opfern dieses fatalen Verständnisses vom „Mann sein“, nein, auch männlich sozialisierte Menschen selber ziehen den Kürzeren: Nach einer Studie vom Bundesgesundheitsblatt steht die Gleichstellung der Geschlechter in positivem Zusammenhang mit der Lebenserwartung von Cis Männern.⁸ Erklärt wird dies durch die „verringerte Bedeutung männlicher Geschlechterstereotype und mit ihnen

⁴ <https://pinkstinks.de/gender-marketing-wirkt-laenger-als-man-denkt/>

⁵ mehr zur Gender Pay Gap findet ihr hier: <https://www.destatis.de/DE/Themen/Arbeit/Arbeitsmarkt/Qualitaet-Arbeit/Dimension-1/gender-pay-gap.html> und <https://pinkstinks.de/schule-gegen-sexismus/2019/08/26/gender-pay-gap/>

⁶ Was natürlich nicht heißt, dass nicht auch Frauen Terroranschläge verüben. Hierzu: <https://www.researchgate.net/blog/post/female-terrorists-a-surprisingly-timeless-phenomenon>

⁷ https://www.bka.de/SharedDocs/Downloads/DE/Publikationen/JahresberichteUndLagebilder/Partnerschaftsgewalt/Partnerschaftsgewalt_2019.pdf?__blob=publicationFile&v=2

⁸ <https://doi.org/10.1007/s00103-019-02974-2>

assoziierter Risikoverhaltensweisen“⁹. Cis Männer leider öfter unter Alkoholismus, sie gehen seltener zu Ärzt*innen und nehmen sich, obwohl unter Cis Frauen Depressionen häufiger sind, mit einer drei mal höheren Wahrscheinlichkeit das Leben.¹⁰

Weint oder weint nicht, mir egal, aber das Männlichkeitsbild, das männlich sozialisierte Menschen dazu zwingt, keine Schwäche zu zeigen, führt zu unterdrückten Emotionen, Aggressionen, Gewalt und zu einer kürzeren Lebenserwartung. Feminismus ist also für alle. Hierzu:

„Wenn wir das mit dem Feminismus wirklich durchziehen würden, dann stünde am Ende eine Gesellschaft, in der Männer nicht aufgrund ihres Geschlechts keine Schmerzen kennen dürften und keine Opfer sein könnten. Sie könnten davon berichten, dass ihre Partnerin ihnen Gewalt antut, und man würde ihnen glauben, anstatt sie auszulachen und ihnen ihre Männlichkeit abzusprechen. Sie würden in puncto Sorgerecht von Anfang an genauso in die Verantwortung genommen wie Frauen und in einem etwaigen Gerichtsverfahren auch so behandelt. Sie würden nicht qua Geschlecht als gewalttätiger, kriegslüsternder, triebgesteuerter und emotionsloser gelten. Sie würden nicht dafür angefeindet werden, Männer zu lieben und zu begehren.“¹¹

Und das sind nur zwei Geschlechtsidentitäten von vielen: Menschen, die sich nicht in dem binären Geschlechtersystem¹² wiederfinden, werden - sowohl im zivilgesellschaftlichen als auch wissenschaftlichen Diskurs - fast ganz außen vorgelassen und nicht mitgedacht.

Wenn also Menschen eine Rolle zugesprochen wird, der sie nicht entsprechen, dann kann das **gerechte Entwicklungschancen behindern und Gewalt und Leid fördern**. In der sexuellen Aufklärungsarbeit kann

⁹ Kolip, P., Lange, C. & Finne, E. Gleichstellung der Geschlechter und Geschlechterunterschiede in der Lebenserwartung in Deutschland. *Bundesgesundheitsblatt* 62, 943–951 (2019). <https://doi.org/10.1007/s00103-019-02974-2>

¹⁰ vgl. Urwin, Jack, *Boys don't cry: Identität, Gefühl und Männlichkeit*. Edition Nautilus GmbH, Hamburg (2016)

¹¹ Nils Pickert von Pinkstinks <https://pinkstinks.de/schadet-feminismus-maennern/>

¹² Def. „binär“ = „in zwei Teile unterteilbar“, gemeint ist die Einteilung der Geschlechtsidentitäten in „Mann“ und „Frau“

und sollte über diese Geschlechterrollen gesprochen werden, man kann sie dekonstruieren. Ist das nicht politisch?

2. Körperbilder und -gesundheit

Zweitens ist sexuelle Aufklärung der perfekte Anlass, über **körperliche und psychische Gesundheit** zu sprechen.

Wer Sexualität entdeckt, entdeckt den eigenen Körper und welche Funktionen und Bedürfnisse dieser hat: Hunger und Durst, Schlaf und Bewegungsdrang, Lust und Nicht-Lust. Sich mit dem Körper - so (nackt) wie er eben ist - auseinanderzusetzen, ist bei sexueller Aufklärung nicht wegzudenken. Das ist gerade so wichtig, weil leider viel zu viele versuchen, ihn wegzudenken, ihn wegzuhungern. Ergebnisse des RKIs zeigen, dass sich viele Kinder und Jugendliche mit auffälligem Essverhalten bei normalem Körpergewicht zu dick finden.¹³ Verzerrte Körperwahrnehmungen im Spiegel der ach-so-perfekten, sexuell aufgeladenen Social-Media-Welt können in der Aufklärungsarbeit zurecht gerückt werden, indem Körperbilder in all ihren Formen und Größen vertreten werden. Würde man zum Beispiel darüber aufklären, dass es völlig normal ist, dass die sogenannten „kleinen Vulvalippen“ bei manchen Menschen gar nicht klein, sondern groß, ja sogar größer als die äußeren Vulvalippen sind, bliebe viel Scham erspart.¹⁴

Scham ist dabei auch so eine Sache: Schamlippen, Schambehaarung, Schambein. Ich höre nur Scham Scham Scham und frage mich, wie ein Mensch überhaupt eine gesunde, wertschätzende Beziehung zum eigenen Körper herstellen kann, wenn wir uns eigentlich laut Sprache für alles „da unten“ schämen müssen. Dabei ist Scham doch ein so mächtiges Gefühl, dass viel Unheil in einem Menschen anrichten kann. Denn: Man redet nicht über Dinge, die schambehaftet sind, und Dinge, über die man nicht redet, kann man weder verarbeiten oder ausleben, noch erforschen oder behandeln.

Auch beim Thema sexuell übertragbare Krankheiten ist viel Scham im Spiel. So fällt es vielen schwer, offen über STI (Sexually Transmitted

¹³ https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Studien/Kiggs/Basiserhebung/GPA_Daten/Essverhalten.pdf?__blob=publicationFile

¹⁴ Brochmann, Dahl, Viva la Vagina - Alles über das weibliche Geschlecht. Fischers Verlag, Frankfurt (2018), S. 20.

Infections) zu sprechen - leider auch beim Ärzt*innenbesuch. Dabei ist die Behandlung von sexuell übertragbarer Krankheiten nach Angaben von Liebesleben (BZgA) oft super „wirkungsvoll und gut verträglich“¹⁵ und die Folgen einer unbehandelten STI wiederum oft schwer gesundheitsschädigend.

3. Identitäten und Antidiskriminierung

Womit wir beim dritten Punkt in der Auflistung angekommen wären, worum es bei sexueller Aufklärungsarbeit wirklich geht: Identität und Antidiskriminierung.

Zu Beginn ein paar Selbsttest-Fragen: Wurdest du über gleichgeschlechtlichen Sex aufgeklärt? Über verschiedene sexuelle Orientierung? Über den Unterschied von Geschlecht und Gender? Über Geschlechtsidentitäten? Über Sexismus? Über geschlechtergerechte Sprache? In der sexuellen Aufklärungsarbeit, so bin ich überzeugt, sollten diese Themen behandelt werden. Denn über welche Themen aufgeklärt wird, beeinflusst die zivilgesellschaftliche Repräsentation, Akzeptanz und Sichtbarkeit von diversen sexuellen Identitäten und Orientierungen. Vor allem trans* Menschen sind von Gewalt und Diskriminierung in besonders hohem Maße betroffen¹⁶. Darüber muss gesprochen werden. Die Worte von Olivia Hälterlein treffen es meiner Ansicht nach besser als keine anderen:

„Schweigen begünstigt Verleugnung, nur Hinterfragen und Austausch kann Veränderung bewirken.“¹⁷

Das Schweigen brechen sollten wir ebenfalls bei so allerlei Mythen, die so bizarr und doch so verdammt gefährlich in unseren Köpfen verankert sind. Sollte nicht mal spätestens im Jahr 2021 Schluss mit der Märchenstunde sein?

¹⁵ <https://www.liebesleben.de/fuer-alle/sexuell-uebertragbare-infektionen/sti-verbretung/>

¹⁶ https://fra.europa.eu/sites/default/files/fra_uploads/fra-2015-being-trans-eu-comparative-summary_de.pdf

¹⁷ Hälterlein, Franz, Das Jungfernhütchen gibt es nicht. MaroVerlag, Augsburg (2020), S. 45.

Wusstet ihr zum Beispiel, dass HIV unter Therapie durch Medikamente beim Sex nicht übertragbar ist? Die Deutsche Aidshilfe verbreitet diese Message unter dem Hashtag #wissenverdoppeln, sodass die unberechtigten Berührungsängste gegenüber mit Menschen HIV abgebaut werden.¹⁸ Auch für dich als Leser*in - und eben in der sexuellen Aufklärungsarbeit - gilt hiermit: Weitersagen, damit Menschen mit HIV nicht mehr gemieden oder mit falschen Vorurteilen konfrontiert werden.

Und dann wäre da noch das sogenannte „Jungfernhäutchen“. Viele Menschen glauben noch heute, dass ein Häutchen den Vaginaleingang verschließe. Das stimmt so nicht. Viel eher haben viele (aber auch nicht alle) Menschen mit Vulva eine „kranzförmige Ansammlung von Schleimhautfalten 1-2 cm nach dem Vaginaleingang“.¹⁹ Der Mythos, dass die Vagina von einer Haut wie eine Frischhaltefolie umschlossen wird und diese beim ersten Mal penetrativen Sex durchstoßen wird, ist schlichtweg falsch und hat unter anderen den gesellschaftlichen Druck der sexuelle Enthaltbarkeit und die ritualisierte Unterdrückung der Lust als Folge.

Man kann also festhalten: Sexuelle Aufklärungsarbeit birgt die Chance einen Teil zu einer Gesellschaft beizutragen, in der sich alle wohl, verstanden und gleichberechtigt fühlen. Denn: Aufklärung verhindert Diskriminierung.

4. Ausblick

Ich könnte noch abertausende Seiten darüber schreiben, worum es bei sexueller Aufklärungsarbeit wirklich geht. Müsste ich mich kurzfassen, ich würde antworten: **Bildungsarbeit**. Wissen ist Macht, zumindest ist Unwissen Unmündigkeit, denke ich. Wenn wir über (1) Geschlechterrollen, (2) Körperbilder und -gesundheit, (3) Identitäten und diskriminierende Unwissenheit forschen und aufklären, sorgen wir für ein gerechteres und glücklicheres, großes Ganzes. „Hättest du dir kein anderes Thema aussuchen können?“, wurde ich gefragt. Nein, denn die **Lösungen für so manches** (politisch relevante) **Übel dieser Welt liegen in der sexuellen Aufklärungsarbeit** (Achtung Achtung, das ist die Take-Home-Message von diesem Beitrag !!!). Daher lasst uns die Probleme beim Schopf packen, beim Ursprung der Welt, beim Sex.

¹⁸ <https://www.instagram.com/p/B5haUMIIXkE/>

¹⁹ Hälterlein, Franz, Das Jungfernhäutchen gibt es nicht. MaroVerlag, Augsburg (2020), S. 5.