Sehr geehrte LehrerIn/SchulleiterIn/SexualkundelehrerIn,

vielleicht ist Ihnen auch schon aufgefallen, dass es als Lehrkraft gar nicht so einfach ist, an korrekte und zeitgemäße Unterlagen zum Sexualkundeunterricht zu kommen. An vielen Schulen in Deutschland werden tatsächlich noch Inhalte gelehrt und Materialien verwendet, die falsch und völlig veraltet sind – meistens werten diese den weiblichen Körper und die weibliche Sexualität ab. Schlimmstenfalls können solche Fehlinformationen Mädchen und Frauen nicht nur ein negatives Körperbild einreden und wichtige Körperfunktionen ver­klären oder negieren sondern sie auch gefährden oder sogar als Begründung für ihre Er­mordung herangezogen werden – auch in Deutschland.

Ich möchte Sie heute auf einige dieser Punkte – die bestenfalls in Ihrem Kollegium schon bekannt sind – hinweisen und gleichzeitig sinnvolle, korrekte und moderne Informa­tions­quellen vorstellen.

Zunächst beschreibe ich einige Punkte, die oft noch falsch im Sexualkundeunterricht und auch innerhalb der Familien an Kinder herangetragen werden:

1. Mythos „Jungfernhäutchen“

Manchmal wird in Unterrichtsmaterialien zum Beispiel auch in einer Broschüre der BZgA (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung) das sogenannte "Jungfernhäutchen" beschrieben und dass dieses den „Scheideneingang“ (fast) völlig verschließt. Das ist falsch. Das „Jungfernhäutchen“ ist eine Erfindung zur Unterdrückung von Frauen. Es gibt tatsäch­lich überhaupt kein „Jungfernhäutchen“ in dem Sinne.

Stattdessen gibt es einen Vaginalkranz am „Scheideneingang“, welcher dehnbar ist und die „Scheide“ nicht verschließt (auch nicht fast). Dieser Punkt ist sehr wichtig bei der Sexual­aufklärung, da die Vorstellung, es gäbe eine verschließende Haut, die nur "Jungfrauen" ha­ben, zu Folgeproblemen für Mädchen führen kann. Manche entwickeln dadurch die Vorstel­lung, dass sie durch den Gebrauch von Tampons "entjungfert" werden könnten.

Zudem wird die "Jungfräulichkeit" von Mädchen oder auch ihren Familien als besonderer Wert der "Unversehrtheit" angesehen - während dies bei Männern nicht der Fall ist. Außer­dem kann die Vorstellung, es gäbe eine Haut vor dem „Scheideneingang“, die einreißen und bluten kann, zu Angst vor Geschlechtsverkehr führen. Manche Mädchen könnten auch die Sorge entwickeln, dass ihre Eltern ärztlich überprüfen lassen könnten, ob sie schon Ge­schlechts­verkehr hatten.

Tatsächlich hat sich sogar ein ganzer Industriezweig entwickelt, der verspricht, das ver­meint­lich existierende „Jungfernhäutchen“ wieder herzustellen. Schmerzhafte, sinnlose und frauenverachtende Operationen werden auch hierzulande häufig durchgeführt.

Gut wäre daher, nicht nur darauf hinzuweisen, dass eine Beschreibung wie "die Scheidenöff­nung ist fast völlig durch das Jungfernhäutchen verschlossen" falsch ist. Sondern auch den korrekten und wertfreien Begriff zu verwenden wie z.B. Hymen oder Vaginalkranz/krön­chen (Corona). Mit einem Haargummi kann man das Kindern auch anschaulich zeigen.

Bei diesem Thema ist es sehr wichtig, darauf hinzuweisen, dass Frauen nicht – wie oft behauptet – beim ersten Geschlechtsverkehr grundsätzlich bluten. In Wirklichkeit bluten viele Frauen nicht und das ist völlig normal. Im Gegenteil: wenn ein Mädchen oder eine Frau beim (ersten) Geschlechtsverkehr blutet, so liegt dies in den allermeisten Fällen daran, dass sie nicht bereit bzw. erregt genug war. Es ist also ein deutliches Indiz für Übergriffigkeit und Gewalt! Kindern beizubringen, dass eine Blutung beim Mädchen beim ersten Mal normal wä­re, bedeutet also vor allem eins: Mädchen beizubringen, es wäre normal, Schmerzen zu ertragen und dass ihre Grenzen missachtet werden. Und Jungen lehrt es, dass es völlig in Ordnung ist, wenn sie Grenzen überschreiten oder sich beim Sex gewaltsam verhalten.

2. Begriff der „Scheide“

Zum einen wird die „Scheide“ häufig in veralteten Texten beschrieben als „glatter Tunnel“ oder „Röhre“. Das ist falsch. Die gesamte „Scheide“ ist von der Beschaffenheit her eher wie ein Akkordeon faltig und dehnbar (genauso wie der Vaginalkranz). Darüber hinaus ist die Bezeichnung „Röhre“ oder „Tunnel“ abwertend. Das wird einem auch sehr gut klar, wenn man sich vorstellt, der männliche Penis würde als „Schlauch“ oder „Wurst“ bezeichnet. Darüber hinaus ist es empfehlenswert, die „Scheide“ als Vagina zu bezeichnen. Der Begriff „Scheide“ ist ebenfalls abwertend und wird schnell in Verbindung mit einem Schwert gebracht, das in eine Scheide gesteckt wird. Bei dieser Assoziation, die der Begriff nahe legt, wird die Vagina reduziert auf eine Art „Gegenstück“ oder „Gefäß“ für den männlichen Penis. Außerdem wird der Geschlechtsverkehr automatisch mit Gewalt (Schwert->Kämpfen->Krieg) verknüpft. Streng genommen ist dies bei der Bedeutung des Begriffs Vagina zwar auch der Fall, aber es entstehen nicht dieselben Assoziationen wie beim deutschen Pendant.

3. Klitoris – nicht klein und oho!

Die Klitoris wird immer noch viel zu oft als winziger Punkt dargestellt oder als „Stelle“ oder als „kleine Perle“ beschrieben. In vielen Schaubildern oder Zeichnungen ist sie sogar gar nicht zu sehen. Die Klitoris ist in Wirklichkeit größer als das durchschnittliche Glied. Sie ist ca. 10-11cm groß und verfügt über Schwellkörper, die bei Stimulation noch anschwellen. Die Klitoris kleiner (oder gar nicht) darzustellen, stellt eine Benachteiligung der weiblichen Sexualität dar. Mädchen und Frauen (und natürlich auch Jungen/Männer) sollen sich in ihrem Körper nicht nur gut fühlen sondern auch über dessen korrekte Anatomie aufgeklärt werden. Beides hängt miteinander zusammen.

4. Schämt Euch – nicht!

Begriffe wie Scham... und Scheide sind nicht mehr zeitgemäß, da sie Mädchen ein negatives Körperbild vermitteln. Besser ist es z.B. nicht nur von Vagina sondern auch von Vulva und Vulvalippen etc. zu sprechen. Denn mit "Schämen" oder einer "Scheide" für ein Schwert haben die weiblichen Geschlechtsorgane ja nichts zu tun - oder sollten es zumindest nicht. Es gibt sogar Berichte über Lehrkräfte, die Kindern auf die Frage „Warum heißt das Scham­lippen?“ geantwortet haben, „Weil man sich dafür schämen muss.“ So etwas sollte im heu­tigen Sexualkundeunterricht nun wirklich nicht mehr vorkommen.

5. „Schamlippen“ – klein oder groß, was ist da los?

Die häufig verwendeten Bezeichnungen kleine und große „Schamlippen“ sind nicht korrekt,

da bei vielen Frauen die äußeren (vermeintlich großen) Vulvalippen kleiner sind als die inneren Vulvalippen. Oder eine der inneren Vulvalippen größer ist als eine der äuße­ren Vulvalippen. Um vorzubeugen, dass Mädchen glauben, sie wären anatomisch falsch oder nicht normal, wäre es besser von äußeren und inneren Vulvalippen zu sprechen. Jede Form, ob groß, klein oder asymmetrisch ist völlig normal und gesund. Umgekehrt wäre das sonst so als würde man Jungen erklären, dass der Penis stets gerade und der Hodensack immer symmetrisch hängen würde. Wozu sollte es gut sein, Kindern so etwas Falsches einzureden? Und auch hier hat die Industrie bereits das Geschäft mit den Vulvalippen-Verkleinerungen gewittert und viele Frauen lassen sich aus nicht medizinischen Gründen operieren, um in das verkehrte Bild zu passen.

Bei manchen Darstellungen fehlen die inneren Vulvalippen bei der Zeichnung sogar kom­plett - während innere Organe, die nicht von außen sichtbar sind, abgebildet sind. Oder es wird beschrieben, dass sich die inneren Vulvalippen hinter den äußeren „verstecken“. Mädchen müssen sich nicht verstecken und ihre Geschlechtsteile sind keine „peinlichen Teile“, die sich selbst verstecken vor lauter Scham.

Wir alle, Eltern, Lehrkräfte, PadagogInnen etc. wollen, dass sich Mädchen frei entwickeln können und kein negatives und falsches Körperbild oder schlechtes Gefühl für ihre eigene Sexualität entwickeln. Mit einem positiven und aufgeklärten Sexualkundeunterricht ist auch ein Grundstein für (sexuelle) Gewalt-Prävention bei Mädchen und Jungen gelegt.

Für Lehrkräfte kann es manchmal schwierig sein, an gute Unterlagen zu gelangen – insbe­sondere wenn es früher anders gelehrt wurde. Zu den oben genannten Punkten habe ich daher hier einige Links mit weiterführenden Informationen für Sie. Terre des Femmes ver­sendet auch Flyer und Broschüren dazu.

TERRE DES FEMMES - Menschenrechte für die Frau e.V. - Mythos Jungfräulichkeit (frauenrechte.de)

[https://www.frauenrechte.de/.../mythos-jungfraeulichkeit](https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fwww.frauenrechte.de%2Funsere-arbeit%2Fthemen%2Fgewalt-im-namen-der-ehre%2Fmythos-jungfraeulichkeit%3Ffbclid%3DIwAR2_IVotsJ7Ilw6B9V8WqjKy9UCAjvtfdYNDdxS7CDnVy4FP6j1APgToDUQ&h=AT0evENOCe3LtVHhgfslW82cy2UAKrqTh6t35FfFofuIYCkyj4IZYrVAb-A7yBYiCBpYaAWwULx5z2pJFE--Qvc_XUA9BWrWKBaqfFuCa_b93VZEt7DlIe9ywUObyVQqGOQu&__tn__=-UK-R&c%5b0%5d=AT1Qg8cSIURrnmTAmsqU5o5lBLQNr_Vzxx8O2QjSN7h0__Cc8u6IVTV5Xau4bu8BIegiknwSd_pkyhjJoIcN9jUSDHT2Uh5REnz4eEtFwRlrT50_2Eb3w-NI1xwRmf4ISNIHk8m56IkBXyzIqD8J7l1sXlPqALMvaWFa-Pk1414VvIo2xWagwPzvvrjWMQ)

Eine Stunde Liebe • Dlf Nova (deutschlandfunknova.de)

[https://www.deutschlandfunknova.de/.../eine-stunde-liebe](https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fwww.deutschlandfunknova.de%2Fpodcasts%2Fdownload%2Feine-stunde-liebe%3Ffbclid%3DIwAR3smEOIoyS7F211GSra17L77QyeV18fGfoJ5YYeUcrAa3FAmd7oJ7g7R0w&h=AT3bR7vQk_R_79W86P9TIVy50fpLEo-bBbWMzX3b8X6M7HlXOgMh_uEGp_EqcgIdkZ3cSWOSZ7xC2vdqQeDyrOkIXCHUXA4UUwlOzud96PXFZoTfqPuUOcg5JULttUljNUGP&__tn__=-UK-R&c%5b0%5d=AT1Qg8cSIURrnmTAmsqU5o5lBLQNr_Vzxx8O2QjSN7h0__Cc8u6IVTV5Xau4bu8BIegiknwSd_pkyhjJoIcN9jUSDHT2Uh5REnz4eEtFwRlrT50_2Eb3w-NI1xwRmf4ISNIHk8m56IkBXyzIqD8J7l1sXlPqALMvaWFa-Pk1414VvIo2xWagwPzvvrjWMQ)

Das ist eine Klitoris! | EMMA

[https://www.emma.de/artikel/endlich-die-klitoris-3d-333899](https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fwww.emma.de%2Fartikel%2Fendlich-die-klitoris-3d-333899%3Ffbclid%3DIwAR2-07o3WQKGTvoGx9n17T-bEmWTlSv-oFDIGcnokoEINviLwP1gUaJ3cV0&h=AT3m9xakN3f84DXtLb5LS3cKe_0sVdz15deaWhOW_m2aiWzKBkQZaoFElCVPR6LvmaDnNTWEHdECxgp0d_dJP0kfbcwWY9XJnU-3OTanIR5LtBBRbR509OTiAOHiNs2rNCnT&__tn__=-UK-R&c%5b0%5d=AT1Qg8cSIURrnmTAmsqU5o5lBLQNr_Vzxx8O2QjSN7h0__Cc8u6IVTV5Xau4bu8BIegiknwSd_pkyhjJoIcN9jUSDHT2Uh5REnz4eEtFwRlrT50_2Eb3w-NI1xwRmf4ISNIHk8m56IkBXyzIqD8J7l1sXlPqALMvaWFa-Pk1414VvIo2xWagwPzvvrjWMQ)

Das “Jungfernhäutchen” – viel Lärm um nichts! - einhorn

[https://einhorn.my/das-jungfernhaeutchen-viel-laerm-um.../](https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Feinhorn.my%2Fdas-jungfernhaeutchen-viel-laerm-um-nichts%2F%3Ffbclid%3DIwAR2-MhNaEjvACZwa20GYlFvIZ4FYRkpmbu9Er8OBf0ZhCLnqVOWxQVgZXk0&h=AT0AO2DmL3h28Bl7KpPKRn4dEpoJIJBFdKju6u0dJ03p9kysJyxoKeu0DRb14JdXRSQx3nLJms2FVNlv-xENx-PnAfqWgYa4Q3E63HDNYkQtl758yBkpkdQ47rqL6ywxFuMe&__tn__=-UK-R&c%5b0%5d=AT1Qg8cSIURrnmTAmsqU5o5lBLQNr_Vzxx8O2QjSN7h0__Cc8u6IVTV5Xau4bu8BIegiknwSd_pkyhjJoIcN9jUSDHT2Uh5REnz4eEtFwRlrT50_2Eb3w-NI1xwRmf4ISNIHk8m56IkBXyzIqD8J7l1sXlPqALMvaWFa-Pk1414VvIo2xWagwPzvvrjWMQ)

Jetzt mal ehrlich: Kennen Sie die Vulva? | MDR.DE

[https://www.mdr.de/wissen/vulva-frauen-100.html](https://l.facebook.com/l.php?u=https%3A%2F%2Fwww.mdr.de%2Fwissen%2Fvulva-frauen-100.html%3Ffbclid%3DIwAR2_IVotsJ7Ilw6B9V8WqjKy9UCAjvtfdYNDdxS7CDnVy4FP6j1APgToDUQ&h=AT3KZpcR2VmaQwtuxBqK6GOyQ8xKqSrurmsL9sqxOfObOleTAnA5ZbshzQlxLgtYSbQGRXpM13JYl4wcx4wM_esg6HolcjPJK--Z_3vm2npCGIehxZnEgHGm9Q8gK_opINHy&__tn__=-UK-R&c%5b0%5d=AT1Qg8cSIURrnmTAmsqU5o5lBLQNr_Vzxx8O2QjSN7h0__Cc8u6IVTV5Xau4bu8BIegiknwSd_pkyhjJoIcN9jUSDHT2Uh5REnz4eEtFwRlrT50_2Eb3w-NI1xwRmf4ISNIHk8m56IkBXyzIqD8J7l1sXlPqALMvaWFa-Pk1414VvIo2xWagwPzvvrjWMQ)

Sehr wahrscheinlich ist das Arbeiten mit veralteten/falschen Materialien noch recht weit verbreitet, daher freue ich mich, wenn Sie das Thema auch im KollegInnenkreis aufgreifen.

Darüber hinaus können Sie auch aktuelle Informationen oder Tipps für schulinterne Fortbildungen oder Workshops für Kinder zum Thema Sexualaufklärung auf der Facebook-Seite „Like No Virgin“ vom Verein SHESPECT e.V. erhalten.

Mit freundlichen Grüßen,

XXX"