



# I. Einstellungen zur Pubertät

# 1 Warum eine positive Einstellung zur Pubertät wichtig ist

Die Pubertät ist eine spannende und notwendige Übergangsphase ins Jugend- und Erwachsenenalter und wird häufig unter negativen Vorzeichen betrachtet. Eltern und Lehrer:innen fürchten vor allem lernunwillige, renitente und schlecht gelaunte Jugendliche, deren erhöhte Risikobereitschaft zu Problemen führen kann. Viele Pubertierende setzen sich in diesem Lebensabschnitt möglichen Risiken wie beispielsweise einem erhöhten Alkoholkonsum oder anderen Drogen aus. Dies bereitet etlichen Erziehenden große Sorgen. Als präventive Maßnahme können Lehrer:innen ihre Schüler:innen im Unterricht zum Beispiel über Substanzmissbrauch aufklären.

Die Pubertät ist ein natürlicher Entwicklungsschritt im Leben ei-

nes jeden jungen Menschen und sollte nicht mit einer unvermeidlichen Krankheit gleichgesetzt werden. Eine negative Haltung könnte bei den Heranwachsenden zusätzliche Ängste und Unsicherheiten schüren. Deshalb ist es wichtig, dem Entwicklungsschritt mit Gelassenheit zu begegnen. In der Pubertät hat der junge Mensch eine Vielzahl an Entwicklungsaufgaben zu bewältigen. Daher braucht er besonders in der Zeit bei allem Drang zur Selbstständigkeit Rückhalt, Verständnis, Wertschätzung und Unterstützung durch die Eltern und Lehrer:innen. Ausdrücke wie „das Pubertier“ können unter Umständen dazu führen, dass sich junge Menschen missverstanden oder nicht wertschätzt fühlen und sich distanzieren.

**Eine respektvolle Einstellung sowie eine gute Begleitung durch diese zweifelsohne vulnerable Lebensphase führt den Jugendlichen ihre geistigen, seelischen und körperlichen Potenziale positiv vor Augen. Die einzelnen Entwicklungsschritte sollten von ihnen als vorhersehbar und erklärbar erlebt und dementsprechend auch von den Eltern und Lehrer:innen vermittelt werden. Denn nur wer sich selbst kennt, versteht und wertschätzt, wird sich auch vor Risiken schützen können und wollen.**



**Das Verständnis von Gesundheit und Krankheit nach Aaron Antonovsky**

# 2 Die Zusammenarbeit zwischen Schulen und Eltern

Die Sexualität ist Teil der Persönlichkeit eines Menschen, die, abhängig von persönlichen Erfahrungen und Wünschen, individuell gelebt wird. Da gerade in der Pubertät manche Jugendliche durch ihren sich ändernden Körper verunsichert werden, ist es bei der Sexualerziehung für die Schüler:innen durchaus förderlich, wenn Leh-

rer:innen ihnen Gesprächsbereitschaft signalisieren. Wer den jungen Menschen eine vertrauensvolle Sexualaufklärung bietet und ein positives Körperbewusstsein vermittelt, trägt zur Entwicklung eines besseren Selbstverständnisses bei.

Während viele Eltern froh sind, diesen „unangenehmeren“ Teil der

Erziehung in schulische Hände legen zu können, sehen andere darin einen unerwünschten **Eingriff in ihre Erziehungshoheit**. Dahinter steckt oft die Sorge, dass den eigenen Werten und Moralvorstellungen entgegengehandelt und Sexualität „falsch“, „unmoralisch“ oder „zu früh“ vermittelt wird. Daher ist es wichtig, das Vertrauen der Eltern zu gewinnen und Verständnis für die Sexualerziehung zu wecken.

Je nach Landesrecht besteht gegenüber den Eltern eine Informationspflicht. Rechtzeitig vor Beginn der Sexualekunde müssen Eltern über den Inhalt und die didaktischen Methoden der schulischen Sexualerziehung informiert werden. Informationsveranstaltungen und Elternabende eignen sich gut dazu, Vertrauen zu schaffen und Fehleinschätzungen rechtzeitig, behutsam und verständnisvoll zu korrigieren. Toleranz spielt in der Zusammenarbeit zwischen Eltern und Lehrer:innen eine elementare Rolle. Vorrang hat jedoch immer die Unterstützung der Schüler:innen beim Entdecken ihrer Lebenswege sowie die Bewahrung ihrer Gesundheit.

Die vermittelte Offenheit und Toleranz des schulischen Umfeldes kann und soll zum Beispiel beim Coming-out einer „unerwarteten“ **sexuellen Orientierung** dem ohnehin verunsicherten Jugendlichen Halt und Sicherheit bieten. Bei allem Verständnis für Eltern, die nach anderen Werten und Glaubenssätzen leben und gegebenenfalls erstmalig mit dem Thema Homosexualität konfrontiert werden, muss in jedem Fall das Verständnis und die Unterstützung für den jungen Menschen im Vordergrund stehen.

Auch **vorehelicher Geschlechtsverkehr** unterliegt mitunter strengerer moralischen Bewertungen. Hier wird jedoch das „intakte“ Hymen (alte Bezeichnung lautet „Jungfernhäutchen“) oft fälschlicherweise als Beweis von „Jungfräulichkeit“ angeführt. Beim **Hymen** handelt es sich um einen Kranz aus Hautfalten, der den Eingang zur Scheide umgibt. Durch den Einfluss der weiblichen Hormone ab der Pubertät wird das Hymen weicher und weiter, variiert aber auch stark von Frau zu Frau. Ob Geschlechtsverkehr (oder auch Missbrauch) stattgefunden

hat, kann daher durch eine Untersuchung des Hymens meist nicht attestiert oder ausgeschlossen werden. Außerdem hat die Verwendung von innerlich angewandten **Menstruationshygieneartikeln** wie zum Beispiel Tampons **keinen** Einfluss auf das Hymen. Einer Nutzung steht aus diesem Blickwinkel also nichts im Wege.

Unberücksichtigt in der Wahrnehmung bleibt oft, dass in Deutschland ca. 70.000 Frauen mit **weiblicher Genitalbeschneidung** leben und weitere rund 20.000 Mädchen davon bedroht sind. Viele betroffene Frauen empfinden ihren Zustand als „normal“. Durch Bezeichnungen wie zum Beispiel „Genitalverstümmelung“ oder weitere entsprechende verbale Darstellungen fühlen sie sich oftmals stigmatisiert und gedemütigt. Dies kann Frauen unter Umständen auch davon abhalten, sich bei auftretenden Problemen für ihre Töchter oder sich selbst Hilfe zu suchen.

**Die Inhalte und Werte im Rahmen der Sexualerziehung müssen den Eltern transparent vermittelt werden! Sie sollen sich mit ihren Wertvorstellungen ernst genommen fühlen, damit eine möglichst vertrauensvolle Zusammenarbeit im Sinne des Jugendlichen entstehen kann. Sachliche Fehleinschätzungen sollten allerdings behutsam korrigiert werden. Darüber hinaus genießt das Wohl des jungen Menschen immer oberste Priorität.**



**[Sabine Schindler-Marlow zum Thema weibliche Genitalbeschneidung in Deutschland](#)**  
**[Informationen des Vereins Terre de Femmes zur weiblichen Genitalbeschneidung](#)**

### 3 Gesprächsregeln



- **Respekt und Toleranz** sind die Grundlage jeder gelingenden Kommunikation, sei es mit den Eltern oder mit den Schüler:innen.
- Insbesondere im Gespräch mit den Jugendlichen ist auf eine **fachlich korrekte Ausdrucksweise** zu achten.
- Fragen und persönliche Beiträge seitens der Schüler:innen sind erwünscht, sollten aber **nie eingefordert** werden. Das in der Stunde Erzählte muss **vertraulich** bleiben.
- **Allzu Persönliches aus dem Privatleben der Lehrer:innen sollte vermieden werden**, denn Schüler:innen ist zu große Nähe zu den Erziehenden oft unangenehm. Auch wenn sie ihre Lehrer:innen nach persönlichen Informationen fragen, möchten sie meist gar keine intimen Details erfahren. Sowohl Antworten auf Fragen wie „Wann hatten Sie denn Ihr erstes Mal?“ als auch dramatische Schilderungen von eigenen Geburten helfen den jungen Menschen in der Regel nicht weiter.
- Eine **geschlechterspezifische Aufteilung der Schüler:innen** kann bei manchen Themen hilfreich sein. Sie können dazu auch externe Expert:innen, wie zum Beispiel die Ärztliche Gesellschaft zur Gesundheitsförderung (ÄGGF), einladen.
- Reflektieren Sie Ihre eigenen **Einstellungen** und wahren Sie Ihre **Grenzen**. Kinder und Jugendliche spüren meist, ob die Person vor ihnen authentisch ist oder sich verstellt.
- Jugendlichen sollten **Ansprechmöglichkeiten** bei Problemen angeboten werden. Der offene Umgang mit Fragen rund um die Sexualität, aber auch das Thematisieren von möglichen Problemen wie beispielsweise bei Identitätsfragen, Missbrauch oder Beschneidung signalisieren einem jungen Menschen Gesprächsbereitschaft; wichtig sind auch Hinweise auf mögliche Anlaufstellen für Hilfesuchende.