

Biografische Grundlagen

unserer Sexualität

Verständnis von Sexualität

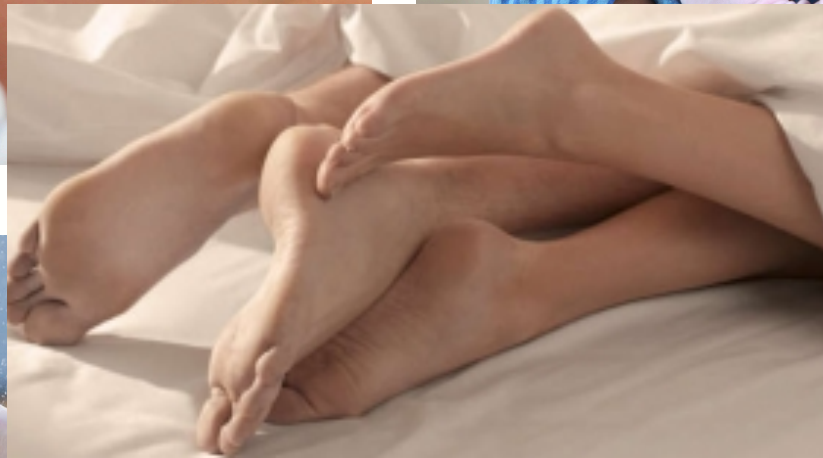
Sexualität

- ist lustvolle Lebensenergie
- begleitet Menschen ihr Leben lang
wird gelernt
- beinhaltet die Sinnaspekte

Lust, Identität, Beziehung, Fruchtbarkeit

- bedeutet vielfältige Begehrensformen
- bezieht sich auf flexible Geschlechter
- begründet sich auf kulturelle Werte

Verständnis von Sexualität



Psychosexuelle Entwicklung

| Alter | Themen | Ausdrucksformen |
|-------------|--|---|
| 0 – 3 Jahre | Ganzkörperliches Erleben Lustgewinn und Frustration Autonomie und Bindung Geschlechterwahrnehmung | Orale Phase - die Welt mit dem Mund begreifen Feuchtwerden der Vagina Erektion des Penis Ja und Nein sagen Anale Phase - das Interesse an Körperausscheidungen Interesse an eigenen und anderen Genitalien |
| 4 – 6 Jahre | Wissbegier Regeln erlernen Beziehungskompetenz Geschlechtsidentität | Genitale Phase: Selbstbefriedigung, Doktorspiele, sexualisierte Sprache, Warum Fragen Innige Freundschaften, ich bin ein Mädchen_/ Junge |

Psychosexuelle Entwicklung

| Alter | Themen | Ausdrucksformen |
|---------------|--|--|
| 7 – 9 Jahre | Verstärkung des Schamgefühls Mädchen- Junge sein Verliebt sein | Doktorspiele mit mehr Heimlichkeit Sexualität als intime Sache Geschlechterrollen Erste Liebesbeziehungen |
| 10 – 12 Jahre | Einsetzen der Pubertät Identitätsentwicklung Veränderung von Beziehungen | Körperveränderungen Menstruation, Samenerguss Stärkeres sexuelle Empfinden Abgrenzung erwachsene Bezugspersonen |

Kindliche vs. erwachsene Sexualität

| Kennzeichen Kindliche Sexualität | Kennzeichen erwachsene Sexualität |
|--|---|
| Unbefangenheit | Befangenheit, Blick auch auf problematische Seite von Sexualität, eigene Biographie |
| Unbewusstes Erleben | Bewusstes Erleben und Reflektieren |
| Spontan, neugierig, spielerisch | Bedenkt Normen, Regeln und Folgen |
| Entdecken und Erforschen des eigenen und anderen Körpers | Häufig Beziehungsorientiert |
| Auf sich selbst bezogener Lustgewinn | Häufig auf genitale Sexualität bezogen |
| Lustvolles körperliches Erleben mit allen Sinnen | „Sex passiert im Kopf“ |