Masterarbeit

Studiengang Sexologie ||| ISP Uster 2019-2022

zur Erlangung des akademischen Grades

Master of Arts Sexologie

Fachbereich Soziale Arbeit.Medien.Kultur der Hochschule Merseburg

und

des Instituts für Sexualpädagogik und Sexualtherapie ISP Uster

Sexualität und Selbstsicherheit

Eine Bedürfnisanalyse von 16/17- jährigen Mädchen im sexualpädagogischen Kontext basierend auf dem Modell Sexocorporel

vorgelegt von

Studentin

Anne-Sophia Döbeli

[redacted]

Erstgutachter

Prof. Dr. Heinz-Jürgen Voss

Hochschule Merseburg, Merseburg, Deutschland

Zweitgutachterin

Prof. Dr. Maika Böhm

Hochschule Merseburg, Merseburg, Deutschland

Abgabedatum Horw, 08. Juli 2022

Zusammenfassung

Das Thema dieser vorliegenden Masterarbeit ist die Sexualität und sexuelle Selbstsicherheit von 16/17-jährigen jugendlichen Mädchen. Studien und diverse Literatur weisen darauf hin, dass sexuelle Selbstsicherheit von sexuellen Lernschritten und weiteren Gegebenheiten der Lernumgebung beeinflusst wird. Durch vier halbstrukturierte persönliche Interviews nach Döring und Bortz (2016) werden die Bedürfnisse jugendlicher Mädchen bezüglich sexualpädagogischer Arbeit und ihrer sexuellen Selbstsicherheit erforscht. Mit der strukturierten qualitativen Inhaltsanalyse anhand festgelegter Kategorien nach Mayring (2015) wird untersucht, in welchen Komponenten nach dem Modell Sexocorporel Bedarf an sexueller Bildung besteht. Genauer soll analysiert werden, welchen Austausch sich die Mädchen wünschen, um eigenes Körperverhalten verstehen zu können, damit sie auf ihrem sexuellen Weg gestärkt werden. Die Ergebnisse dieser Masterarbeit belegen, wie zwingend die Förderung einer bedürfnisorientierten ganzheitlichen Sexualaufklärung für jugendliche Mädchen ist.

Abstract

The topic of this paper is the female sexuality and sexual self-confidence of 16/17 year old adolescent girls. Numerous studies and several other written sources indicate that sexual self-confidence is influenced by sexual experiences and other circumstances in the learning environment. Four semi-structured personal interviews based on Döring and Bortz (2016) are used to research the needs of adolescent girls with regard to sex education and their sexual self-confidence. With Employing the structured qualitative content analysis based on defined categories as devised by Mayring (2015), it is examined in which components there is a need for sexual education according to the Sexocorporel model. More precisely, the research covers what kind of information girls need in order to understand their own physical reactions so that they are empowered on their sexual journey. The findings of this master's thesis demonstrate how crucial it is to promote needs-based holistic sex education for adolescent girls.

Inhaltsverzeichnis

Persönliches Vorwort 1

1. Einleitung 2

1.1. Ausgangslage, Ziel und Aufbau der Arbeit 2

1.2. Begründung der Themenwahl, Forschungsfrage und Thesen 3

1.2.1. Forschungsfrage 3

1.2.2. Thesen 4

1.3. Definitionen zentraler Arbeitsbegriffe 4

1.3.1. Sexualität 4

1.3.2. Geschlechtsverkehr GV 4

1.3.3. Selbstbefriedigung SB 5

1.3.4. Selbstsicherheit und sexuelle Selbstsicherheit 5

1.3.5. Sexuelle Gesundheit 6

1.3.6. Sexualpädagogische Arbeit 7

1.3.7. Sexuelle Orientierung 7

2. Theoretische Grundlagen 8

2.1. Erlebte Sexualität und Bedürfnisse jugendlicher Mädchen 8

2.1.1. Theorien zu Selbstbefriedigung 9

2.2. Bedürfnisse an die Sexualität im Diskurs der Gesellschaft 10

2.3. Körpergefühl und Selbstsicherheit jugendlicher Mädchen 12

2.4. Sexuelle Selbstbestimmung und digitale Welt Jugendlicher 14

2.5. Bedürfnisse an die sexualpädagogische Arbeit aus der Theorie 14

3. Aktueller Forschungsstand Sexualität jugendlicher Mädchen 16

3.1. Studien zu Körpergefühl und Selbstsicherheit 16

3.2. Studien zur Sexualität 17

3.3. Studien zur Selbstbefriedigung 18

3.4. Studien zu Gesellschaft und Sexualität 19

3.5. Studien zu sexualpädagogischer Arbeit 19

4. Modell Sexocorporel 21
4.1. Vier Kategorien der Komponenten 22
4.1.1. Physiologische Komponenten 22
4.1.2. Sexodynamische Komponenten 22
4.1.3. Kognitive Komponenten 23
4.1.4. Beziehungskomponenten 23
4.2. Arbeitsrelevante Begriffe vom Modell Sexocorporel 23
4.2.1. Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit GdG 23
4.2.2. Sexueller Archetyp 23
4.2.3. Sexueller Stereotyp 24
4.3. Anwendung Modell Sexocorporel in der sexualpädagogischen Arbeit 24
5. Methode des Forschungsprojektes 25
5.1. Forschungsmethode 25
5.2. Literaturrecherche 26
5.3. Datenerhebung 26
5.3.1. Stichprobe 26
5.3.2. Interviewleitfaden und Untersuchungsablauf 27
5.4. Transkription 29
5.5. Datenanalyse 29
5.6. Datenschutz und Forschungsethik 33
6. Ergebnisse 34
6.1. Kernaussagen befriedigter Bedürfnisse sexualpädagogischer Arbeit 34
6.2. Kernaussagen unbefriedigter Bedürfnisse sexualpädagogischer Arbeit 35
6.3. Kernaussagen über Kognitionen zu Sexualität und Körpergefühl 37
6.4. Kernaussagen über sexuelle Selbstsicherheit 38
6.5. Kernaussagen über die Fähigkeit von Exhibitionismus 39
6.6. Kernaussagen über die Fähigkeit von Narzissmus 40
6.7. Kernaussagen über das Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit GdG 41
6.8. Kernaussagen über die sexuelle Orientierung 41

6.9. Kernaussagen über sexuelle Aktivitäten (SB, Petting, GV) 42
6.10. Kernaussagen über die Selbstsicherheit 45
6.11. Kernaussagen über das soziale Umfeld 45
7. Diskussion 46
7.1. Stellungnahme zu den Thesen 46
7.2. Beantwortung der Forschungsfrage 50
7.3. Ausblick für die sexualpädagogische Arbeit 55
7.4. Limitationen 55
7.5. Implikationen für die Forschung 57
7.6. Fazit 58
7.7. Persönliches Schlusswort 60
Literaturverzeichnis 61
Anhangsverzeichnis 68

Persönliches Vorwort

Das Thema dieser Masterarbeit ist für mich von grosser Bedeutung, da ich als Pädagogin und Sexologin im sexualpädagogischen Bereich mit Jugendlichen arbeite. Durch eigens entwickelte Workshops konnte ich bei jugendlichen Mädchen oft Unsicherheiten bezüglich ihres sexuellen Wissens und ihres Verhaltens feststellen. Sie zeigten grosse Neugier, Wissensdurst und Austauschbedürfnis im Kontext der Sexualität. In kurzer Zeit entstand ein vertrauensvoller Rahmen, wobei mir als Sexologin intimste Fragen und Erzählungen anvertraut wurden. Umso stärker wurde mein Interesse, mehr über die Bedürfnisse, Erlebnisse und Gefühle der Mädchen sowie ihrer Lebenswelten zu erfahren. Die Ergebnisse dieser Untersuchung sollen in meine zukünftige berufliche Arbeit miteinfliessen.

Zur einfacheren Lesbarkeit wird in dieser Arbeit bewusst auf die geschlechtergerechte Schreibweise verzichtet.

1. Einleitung

1.1. Ausgangslage, Ziel und Aufbau der Arbeit

Eine Vergleichsstudie «Sexualpädagogische Mädchenarbeit» im Auftrag der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BZgA (Bültmann, 2007) kam zum Ergebnis, dass das Kennenlernen des eigenen Körpers, das Wahrnehmen der Bedürfnisse sowie auch derer Erfüllung für die sexuelle Entwicklung zentral sei. Selbstbestimmung und Autonomie können durch die Möglichkeit der Mitgestaltung eines sexualpädagogischen Programmes erlernt werden.

Beilfuss (2018) beschreibt die Jugend als einen Zeitabschnitt, in welchem man aufbricht, aber noch nicht weiss wohin. Jedoch nimmt man klar wahr, dass man nicht bleiben kann, wo man ist und überall dabei sein will, wo etwas geschieht. Auf fremden Wegen versucht man sich selbst neu kennenzulernen.

Diese Masterarbeit definiert «jugendliche Mädchen» als junge Frauen mit einem biologisch weiblichen Geschlecht. Hauptsächlich fokussiert wird die Jugendzeit der 16/17-Jährigen.

Das Ziel der vorliegenden Masterarbeit ist das Erforschen der Bedürfnisse von 16/17-jährigen Mädchen an die sexualpädagogische Begleitung bezogen auf ihre sexuelle Selbstsicherheit. Dabei wird das Modell Sexocorporel von Jean-Yves Desjardins beigezogen, welches den Menschen in seiner Ganzheit betrachtet. Gemäss Desjardins ist die sexuelle Gesundheit abhängig von allen Komponenten, welche bei der Sexualentwicklung zusammenspielen (vgl. Gehrig, 2013).

Auf die Einleitung mit Begründung der Themenwahl, Ziel, Thesen und Forschungsfrage, werden zentrale Arbeitsbegriffe für die Masterarbeit definiert. Anschliessend folgen theoretische Grundlagen, aktueller Forschungsstand und die Darlegung des Modells Sexocorporel. Im mittleren Teil der Masterarbeit wird die Forschungsmethode beschrieben. Es folgen die Ergebnisse der Interviews, anhand festgelegter Kategorien, gestützt durch theoretische Grundlagen und Aussagen diverser Studien. Im nächsten Kapitel ist die Diskussion aufgeführt, wobei die Stellungnahme der Thesen und die Beantwortung der Forschungsfrage die Hauptteile darstellen. Es folgen Limitationen, Implikationen für die Forschung sowie die Arbeit mit der Mädchensexualität und ein Fazit.

1.2. Begründung der Themenwahl, Forschungsfrage und Thesen

Durch Recherche für eine wissenschaftliche Arbeit (Döbeli, 2021) wurde festgestellt, dass Untersuchungen der Jugendsexualität nur begrenzt auf sexuelle Bedürfnisse und Befindlichkeiten bei sexuellen Aktivitäten ausgerichtet sind. Auch wurden keine Studien zur sexuellen Selbstsicherheit von jugendlichen Mädchen gefunden. Der Fokus der dokumentierten Forschung liegt hauptsächlich auf den unterschiedlichen sexuellen Aktivitäten sowie deren Zeitpunkte in der Entwicklung der Jugendlichen.

Nach Sielert (2015) müssen die Inhalte der «Sexualaufklärung» stets neu überprüft und den gesellschaftlichen Entwicklungen angeglichen werden. Wie soll jedoch ein Angleichen an die Lebenswelt und an die Bedürfnisse der Jugendlichen in der sexualpädagogischen Arbeit erreicht werden, wenn diese unbekannt bleiben? Sielert (ebd.) schreibt zudem, dass sich Eltern begrenzt mit ihren Jugendlichen über «körperliche und sexuelle Entwicklungen» austauschen. Auch im Freundeskreis würden oft nicht wahrheitsgetreue Informationen übermittelt. Sielert spricht von einer «sexuellen Verwahrlosung» aufgrund von «Bildungsarmut» und «sozialer Deprivation».

Für diese Masterarbeit wurde die Altersgruppe bewusst festgelegt. Gemäss der Studie Jugendsexualität von der BZgA (2016) haben die Mehrheit der Mädchen im Alter von 16/17 Jahren bereits sexuelle Erfahrungen erlebt. In dieser Studie zeigt sich, dass Mädchen Schwierigkeiten haben, ihre Körperformen anzunehmen und diese Tendenz steigt an mit zunehmendem Alter.

Laut Schütz (2020) stärkt ein gutes Wohlgefühl im Körper die Fähigkeit, diesen zu «schätzen und zu schützen». Jeder Mensch soll sich auf sich selbst verlassen können und den eigenen Körper als Gefühl von Zuhause, einer «Heimat» erleben dürfen.

Somit bedeutet Wissen, ob kognitiv oder Erfahrungswissen, Orientierung und Sicherheit, denn es stärkt die eigene Entscheidungsfähigkeit und Handlungskompetenz bezüglich sexueller Aktivitäten.

1.2.1. Forschungsfrage

Durch breite Literaturrecherche im Forschungsfeld der Jugendsexualität innerhalb des Masterstudiengangs Sexologie sowie deren Reflexion wurde folgende Forschungsfrage formuliert:

Welche Bedürfnisse haben 16/17-jährige jugendliche Mädchen an die sexualpädagogische Arbeit basierend auf dem Modell Sexocorporel und ihrer sexuellen Selbstsicherheit?

1.2.2. Thesen

Die Forschungsfrage führte zu drei Thesen, welche dieser Masterarbeit im Arbeitsprozess eine klare Struktur vorgegeben haben.

- Die Analyse der Bedürfnisse jugendlicher Mädchen bezüglich sexualpädagogischer Begleitung ist eine grundlegende Voraussetzung, um möglichst nah an ihrem Entwicklungsstand ansetzen zu können.
- Sich im eigenen Körper nicht wohlzufühlen, verhindert den Zugang zur sexuellen Selbstsicherheit und beeinflusst das Erleben der eigenen Sexualität.
- Eine vertrauensvolle Begleitung durch sexualpädagogische Arbeit kann Mädchen darin unterstützen, den eigenen sexuellen Weg zu finden.

1.3. Definitionen zentraler Arbeitsbegriffe

1.3.1. Sexualität

Sielert (2015) erläutert, dass «Sexualität» viele Bereiche umfasst, welche teils widersprüchlich sind und es deshalb herausfordernd ist, dieses Wort zu definieren. Konkret versteht er unter «Sexualität» den Umgang mit den «Sexualorganen» und deren «Lusterleben». Weiter nennt er die Lust eine sinnvolle «Lebensenergie», welche dank des Körpers durch diverse Quellen angeregt und vielseitig präsentiert werden kann.

Gemäss Strauss (2000) kann «Sexualität» aus der Sicht der Psychologie unterschiedliche Bedeutungen haben. Sie ist unter anderem zuständig für die Reproduktion, die Entstehung und Erhaltung von menschlichen Bindungen sowie der Bestätigung des eigenen Selbst.

Nach Bancroft und Myerscough (1986) ergibt sich die Sexualität aus biologischen und psychologischen Abläufen, welche sich gegenseitig beeinflussen. Dadurch entsteht ein «psychosomatisches System». «Taktile Reize» wirken über «Spinale Zentren» auf das «Limbische System» und umgekehrt, was sich weiter auf die Erregung und den Orgasmus auswirkt. Gleichzeitig beeinflussen Einstellungen, Ängste oder Erwartungen unsere Gedanken, welche wiederum indirekt auf den Orgasmus und direkt auf das «Limbische System» wirken (ebd.).

1.3.2. Geschlechtsverkehr GV

Geschlechtsverkehr GV meint nach Duden online (o.J.a) eine sexuelle Aktivität mit mindestens einem Gegenüber, wobei ein «genitaler Kontakt» entsteht.

Lilli (o.J.) versteht unter GV den Vaginalverkehr, wobei ein Penis in die Vagina eindringt und gleichzeitig die Vagina den Penis aufnimmt. Dieser Begriff wird in der Masterarbeit sinngemäss verwendet.

1.3.3. Selbstbefriedigung SB

Selbstbefriedigung dient nach Lautmann (2002) der eigenen sexuellen Lust-Befriedigung. Es ist das einzige sexuelle Verhalten, wobei keine Interaktion mit einem Gegenüber entsteht. Der Mensch ist mit seinen Gefühlen und seinen Erwartungen ganz allein. Somit könnte die Selbstbefriedigung als «authentischste Sexualform» gelten, wenn nicht ein gesellschaftliches Tabu bestehen würde.

Sigusch (2005a) schreibt, dass die Selbstbefriedigung die einzige sexuelle Aktivität ist, welche sich im 20. Jahrhundert von einer moralisch verwerflichen, zu einer gängigen Form der Sexualität entwickelt hat. Dies bestätigt ebenfalls Rose (2017), denn nach ihr wird Selbstbefriedigung nun, nach jahrzehntelanger Diskurse, als «gesunder» Teil der Sexualität betrachtet. Lange Zeit war es ein Tabu schon nur darüber zu sprechen und galt als Sünde. Sie wurde pathologisiert und als Ursprung vieler Schwierigkeiten bezeichnet.

1.3.4. Selbstsicherheit und sexuelle Selbstsicherheit

Unter dem Wort Selbstsicherheit versteht man laut Duden online (o.J.b), sich allgemein selbstsicher zu fühlen und zu verhalten, sowie Selbstvertrauen zu haben. Das ist beispielsweise ein auf Selbstbewusstsein begründetes sicheres Auftreten.

Selbstsicherheit und Sexualität

Die Entwicklung eines «Selbstsystems» während der Kindheit ist nach Strauss (2007) für die Sexualität zentral. Das Mass an positiven Gefühlen durch die Erfahrungen mit dem eigenen Selbst stärken den Narzissmus. Dies wiederum wirkt sich auf die «Selbstrepräsentanzen» und spätere «sexuelle Befriedigung» aus.

Sexuelle Selbstsicherheit nach Sexocorporel

Sexuelle Selbstsicherheit im Sexocorporel stellt nach Schütz (2019a) zwei **Fähigkeiten** in den Vordergrund. Erstere, der **Narzissmus**, ist die Kompetenz, eigene Stärken zu erkennen und stolz auf die eigene Weiblichkeit zu sein. Dies zeigt sich darin, dass man sich selbst liebens- und begehrenswert fühlt. Das Mass an positiven Gefühlen durch die eigenen Erfahrungen mit dem Selbst stärkt den Narzissmus. Die zweite Fähigkeit ist der **Exhibitionismus**, welcher meint, dass man sich anderen gegenüber selbstbewusst präsentieren kann. Dafür benötigt es ein gewisses Stolzsein auf die eigene Weiblichkeit,

damit man sich selbst liebenswert, sexuell erregt und begehrenswert einer anderen Person zeigen kann. Auch Gehrig (2010) bestätigt diese Aussagen.

Ein eigenes positives Selbstbild wird gestärkt durch die Autozentrierung, das Erkennen individueller Stärken, Erfahren genitaler Lernschritte, Kreieren von erotischen Fantasien sowie durch das Verbinden von emotionaler Intensität und genital gelebter Sexualität. Wenn der eigene sexuelle Archetyp erotisiert wurde und eine Frau sich dem gesellschaftlichen Stereotyp anpassen konnte, wird die sexuelle Selbstsicherheit genährt.

Die sexuelle Selbstsicherheit hängt laut Sztenc (2020) mit dem Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit GdG zusammen, welche aus den folgenden drei Elementen besteht: Das Gefühl der Verbindung zum biologischen Geschlecht, das Gefühl von Zugehörigkeit zum sozialen Geschlecht und die sexuelle Selbstsicherheit.

Sztenc (ebd.) definiert sie als eine persönlich erfahrene «Gewissheit», dass man selbst sexuell begehrt und Freude an der eigenen Sexualität erlebt. Dies bedingt einen positiven Zugang, eine Beziehung zum eigenen Genitale sowie dem Körper. Man verfügt über die Fähigkeit, sich in der persönlichen sexuellen Lust einem Gegenüber zu präsentieren.

1.3.5. Sexuelle Gesundheit

Definition nach WHO

> Sexuelle Gesundheit ist untrennbar mit Gesundheit insgesamt, mit Wohlbefinden und Lebensqualität verbunden. Sie ist ein Zustand des körperlichen, emotionalen, mentalen und sozialen Wohlbefindens in Bezug auf die Sexualität und nicht nur das Fehlen von Krankheit, Funktionsstörungen oder Gebrechen. Sexuelle Gesundheit setzt eine positive und respektvolle Haltung zu Sexualität und sexuellen Beziehungen voraus sowie die Möglichkeit, angenehme und sichere sexuelle Erfahrungen zu machen, und zwar frei von Zwang, Diskriminierung und Gewalt. Sexuelle Gesundheit lässt sich nur erlangen und erhalten, wenn die sexuellen Rechte aller Menschen geachtet, geschützt und erfüllt werden. (WHO, 2022, o. S.)

Definition nach «sexuelle Gesundheit Schweiz»

Die Dachorganisation der Fachstellen für sexuelle Gesundheit Schweiz übernimmt im Artikel «*Vision und Mission von SEXUELLE GESUNDHEIT SCHWEIZ»* (2022) die Definition der WHO und erstellt eine Eingliederung in Themenfelder. Das erste und für die vorliegende Masterarbeit relevante Themenfeld ist die «Bildung zur sexuellen Gesundheit». Dazu gehört die Förderung einer «ganzheitlichen Sexualaufklärung» im sozialen Umfeld sowie in der Schule und in der Familie. Für alle Menschen bieten sie die Möglichkeiten von

Informationsvermittlung und Bildung. Dabei wird betont, wie zentral die sexuelle Bildung für eine Sexualität ohne Gewalt ist.

Definition nach ISP Institut für Sexualpädagogik und Sexualtherapie

Das ISP Zürich (2022) verweist auf diverse unterschiedliche Definitionen und beginnt mit jener der WHO. Es wird darauf hingewiesen, dass sich die Gesellschaft in einem andauernden Entwicklungsprozess befindet und es relevant sei, eine entsprechende Definition von sexueller Gesundheit dem Wandel der Zeit stets anzupassen. Ganz zentral wird darauf aufmerksam gemacht, dass jede Definition ein Versuch sei, an der Norm festzuhalten, wobei eine Gefahr darin bestehe, Menschen in Gruppen einzuteilen.

1.3.6. Sexualpädagogische Arbeit

Nach Sielert (2015) integriert sexualpädagogische Arbeit Sexualaufklärung, Sexualerziehung und sexuelle Bildung. Letztere stellt einen grossen Teil dar. Sexuelle Bildung hilft den Menschen, indem das Recht aufgezeigt wird, dass sie ihre Sexualität in allen Bereichen frei gestalten dürfen. Keine andere Person darf über den eigenen Körper fremdbestimmen. Die Sexualpädagogik soll Selbstbestimmung vermitteln und sich an den Lernenden orientieren. Die Sexualität soll als «Lebensenergie» kennengelernt und angeregt werden. Sielert (ebd.) beschreibt, dass sich Sexualität ähnlich wie «Musikalität» entfalten könne, wenn Menschen sexuelle Lernschritte erführen. Die Wahrnehmungsfähigkeiten werden gefördert und erweitert. Sexuelle Bildung soll überdies weitreichend sein und diverse Mittel bereitstellen, welche zudem folgende Entwicklungen anregen können: Informationen und Austausch über Grenzen sexueller Erfahrungen, deren Wahrnehmung und persönliche Beurteilung. Durch die Aufklärung über Sachverhalte rund um die Sexualität sollen Menschen in ihrer Ganzheit angesprochen und dadurch gestärkt werden.

1.3.7. Sexuelle Orientierung

Mit sexueller Orientierung ist nach der Dachorganisation sexuelle Gesundheit Schweiz unter dem Artikel «*Anziehung und Sexualität*» (2022) die körperliche Anziehung gemeint, welche man für eine Person oder für ein oder mehrere Geschlechter empfindet. Die Anziehung kann sich im Verlauf des Lebens verändern. Gewissen Menschen ist es wichtig, ihre sexuelle Orientierung in Form eines «Coming-out» der sozialen Umwelt mitzuteilen.

2. Theoretische Grundlagen

2.1. Erlebte Sexualität und Bedürfnisse jugendlicher Mädchen

Gemäss Döring (2019) drehen sich Erleben und Verhalten der Jugendsexualität nicht um einen reinen sexuellen Trieb, wie ihn Freud (2001) ursprünglich nannte. Heute spricht man von einem bio-psycho-sozialen Modell (Döring, 2019). Dies bedeutet, dass persönliche Eigenschaften, wie beispielsweise Aggressivität und durch die Kultur bestimmte Geschlechterrollen einen bedeutenden Einfluss auf die Ausformung der Jugendsexualität haben. Döring (ebd.) nennt sieben sexuelle Entwicklungsaufgaben, welche Jugendliche heute zu bewältigen haben: Sexuelle Attraktivität und Körperbild, sexuelles Begehren, Mediensexualität, Solosexualität, Partnersexualität, Liebesbeziehungen, sexuelle Identität und Geschlechtsidentität. Gemäss Bodmer (2013) bedingt es eine erfolgreiche Bewältigung von altersgemässen Entwicklungsaufgaben, um zukünftige angehen zu können.

Sielert (2015) meint, dass die sexualpädagogische Arbeit die Entwicklung der Diversität sexueller Bedürfnisse von Jugendlichen unterstützen soll. Dies kann erreicht werden durch das Lernen von der Wahrnehmung sowie des Austauschs von Gefühlen, der Wissensvermittlung, durch das Erweitern des sexuellen Sprachgebrauchs, das Erfahren von Sinnesempfindungen des Körpers und das Stärken von Freundschaften durch gegenseitiges Berichten von Erlebnissen. Weitere Möglichkeiten sieht Sielert (ebd.) in Lernsituationen, welche das Kennenlernen der persönlichen sexuellen Identität ermöglichen. Wenn Jugendliche Körperlichkeit als «kraftspendend» erleben, wird ihr Selbstbewusstsein gestärkt. Dies wiederum schützt sie vor sexueller Gewalt, weil in einem positiven Körpergefühl Grenzen deutlicher wahrgenommen und ausgesprochen werden können. Sielert (ebd.) setzt zudem voraus, dass die Erfahrungen lustvoll und anregend gestaltet sowie an der Lebenswelt der Jugendlichen angeknüpft werden. Das Wissen über die Sexualität übersteige oft schon bei Kindern die Norm und sei nicht dem Alter entsprechend. Jedoch enthalte dieses Wissen viele Lücken, wofür die Kinder offene und vertraute Erwachsene benötigen, um Fragen und somit Wissenslücken erschliessen zu können.

Auch Schnarch (2011) behauptet, dass die Sexualität erst schön wird, wenn wir die Schönheit, welche in uns selbst angelegt ist, in unsere Sexualität integrieren. Relevant sind somit die eigenen Entwicklungsschritte sowie die Frage, wer man selbst ist, woraus sich ein sexuelles Potential entwickelt. Je mehr der Mensch sich selbst kennt, desto grösser ist die Wahrscheinlichkeit, dass man sich seinem Gegenüber auch so zeigen kann, was wiederum intensivere sexuelle Erfahrungen ermöglicht. Gemäss Schnarch (ebd.) machen

sich 16-jährige Mädchen aber hauptsächlich darüber Gedanken, was die sexuellen Bedürfnisse ihres Gegenübers sind und wie sie auf andere Personen wirken. Eine sexuell reife Frau hingegen weiss um ihre erotischen Wünsche und kann auch sexuelle Initiative übernehmen, weil sie viele Entwicklungsschritte durchlaufen hat. Schnarch (ebd.) betont, wie wichtig es ist, Jugendlichen aufzuzeigen, dass die Dynamik von Begehren und Erotik zentral ist. Sexualität ist kein natürlicher Vorgang, sondern ein Potential, welches durch Entwicklung entfaltet wird und schlussendlich zur sexuellen Reife führen kann.

Eck (2018) erwähnt in «der erotische Raum» wie wichtig es für Frauen ist, eine gute Beziehung zu sich selbst zu leben. Dies beginnt bereits beim Erlernen der Wahrnehmung der eigenen Bedürfnisse sowie der persönlichen Wünsche und bedingt, dass man diese achtet und sie auch formulieren kann. Für das weibliche sexuelle Erleben stellt diese Fähigkeit bereits früh eine zentrale Voraussetzung dar. Gemäss Eck (ebd.) ist es wichtig, dass Frauen lernen, selbstbestimmt über eine innere Verbindung Zugang zu dem eigenen Begehren zu finden.

2.1.1. Theorien zu Selbstbefriedigung

Gemäss Dodson (1989) können Frauen durch Masturbation ihr Selbstbewusstsein stärken und ihre Kommunikation mit dem Gegenüber verbessern. Weiter führt dies gemäss der Vergleichsstudie der BZgA «Sexualpädagogische Mädchenarbeit» (Bültmann, 2007) zu einem befriedigenden Erleben der eigenen sowie auch partnerschaftlichen Sexualität. Die Begleitung und Hinführung zur Selbstbefriedigung stellen sich als wichtig heraus. Jugendliche ohne Interesse an der Selbstbefriedigung dürfen dabei nicht als Menschen mit Defiziten betrachtet werden. Die Mädchen messen Körperlichkeit und Erotik häufig einen hohen Stellenwert ein. Sie sind bereits früh mit sexuellen Begriffen vertraut, jedoch fehlt oft Körperwissen über die weiblichen Geschlechtsorgane oder die sexuelle Erregungsfunktion. Es ist wesentlich, den Informationsaustausch in einem vertrauensvollen Umfeld zu ermöglichen. Dadurch kann druckfreies, individuelles Lernen und das Stellen von persönlichen Fragen erreicht werden.

Ebenfalls in Anlehnung an Schütz (2020) ermöglicht eine breite Gestaltung der sexuellen sowie emotionalen Erregung in der Selbstbefriedigung die Fähigkeit, dies auch in der Sexualität mit einem Gegenüber einbringen zu können. Des Weiteren ist es eine Kompetenz, wenn die Selbstbefriedigung mit sexuellem Genuss verbunden werden kann. Durch diese Lernschritte wird die eigene sexuelle Autonomie gestärkt. Das Modell Sexocorporel holt die Selbstbefriedigung aus ihrem Schatten und stellt sie ins Zentrum.

Laut Philipps (2000) zeigt sexualpädagogische sowie sexualtherapeutische Arbeit auf, dass Mädchen oft den gedanklichen und körperlichen Bezug zu der eigenen Lust nicht finden und deshalb nicht masturbieren.

Dahingegen gibt es aber auch Mädchen, die mit Selbstbefriedigung bewusst oder unbewusst bereits vertraut sind. Gewisse Mädchen können, entsprechend Lange und Thöne (2002), die Selbstbefriedigung zufällig durch den Reiz eines Duschstrahls oder ein Vibrieren während einer Busfahrt entdecken. Wenn sie masturbieren, streicheln oder reiben sie meist mit einem einzelnen oder mehreren Fingern die Klitorisperle. Einige nutzen zur Befriedigung einen Vibrator, während sich andere mit den Fingern innerhalb der Vagina berühren. Da es viele unterschiedliche Varianten gibt, ist alles, was sich gut anfühlt und nicht zu Verletzungen führen kann, möglich.

2.2. Bedürfnisse an die Sexualität im Diskurs der Gesellschaft

Sanyal (2009) berichtet in «Vulva - die Enthüllung des unsichtbaren Geschlechts» wie in der Kunst im Abendland die Vulva bedeckt mit der Hand dargestellt wurde. Die Vulva sah man als eine Körperregion, die man besser bedeckt halten sollte. Diese Geste wurde «Pudica-Geste» genannt. Dies stammt vom lateinischen Wort «pudere» und bedeutet «sich schämen».

Auch Jahre später hatten Frauen laut Sanyal (ebd.) in der Politik keine Stimmberechtigung. Die Selbstartikulation galt als unweiblich. Entweder hatte eine Frau keine Vulva oder sie sollte diese nicht benutzen. Es gab den Vergleich der Frau mit einem Kind, denn sie sollte wie ein Kind gesehen, aber nicht gehört werden.

Um die Jahrhundertwende 1905 schrieb Freud (2001), dass sich Hemmungen in der Sexualität wie beispielsweise Scham bei Mädchen früher als bei Jungen entwickeln. Mädchen hätten ferner den Hang dazu, die eigene Sexualität zu verdrängen und würden in der phallischen Phase einen Penisneid verspüren. Durch das Vergleichen mit dem anderen Geschlecht würden sie annehmen, selbst kastriert zu sein. Mit der späteren Verdrängung der Pubertät sollen Mädchen die passive Art favorisieren. Freud (ebd.) schrieb, dass die Sexualität, genauer die Autoerotik von Mädchen einen «männlichen Charakter» hätte. Der Trieb sei immer aktiv und die Libido demzufolge von «männlicher Natur». Weiter vergleicht er die erogenen Zonen Klitoris und Eichel und nennt sie «homolog».

Sanyal (2009) berichtet von der Autorin Gypsy Rose Lee, welche mit der Veröffentlichung des Kriminalromans «G-String Murders» um 1941 einen Bestseller für Frauen schrieb. Die Hauptfiguren des Buches waren keine «leichten Mädchen», sondern gut befreundete,

glamouröse, clevere und humorvolle, reale Frauen. Da zu dieser Zeit eine schreibende Stripperin nicht denkbar war, kam ein Gerücht auf, dass Gypsy Rose Lee nicht die eigentliche Autorin sei. Sie selbst liess sich jedoch nicht von ihrem Weg abbringen und setzte das weibliche Geschlecht weiterhin in Szene.

Stefan (2015) schreibt über Frauenbewegungen während der 70er Jahre in einer von Männern abhängigen Welt. Sie beschreibt heterosexuelle Verhältnisse der Gesellschaft anhand eigener Erfahrungen, in welchen Frauen den Interessen der Männer dienen – auch in der Sexualität. Das sexuelle Verhalten zwischen Männern und Frauen nennt sie zerstörerisch. Frauen seien da, damit sich Männer gegenseitig nicht zerstören. Nur Frauen- und Männerlieben würden hier zu einer Veränderung führen.

Aufgrund eines kulturellen Tabus der Homosexualität entwickelte sich in Anlehnung an Schwarz (2000) eine strenge gesellschaftliche Kontrolle des Körperkontaktes von Personen mit gleichem Geschlecht. Sexuelle Gefühle zum gleichen biologischen Geschlecht seien in einer heterosexuellen Beziehung nicht denkbar. Laut Schwarz (ebd.) sollen davon auch Mädchen tangiert sein, die somit einem möglichen sexuellen Körperkontakt innerhalb gleichgeschlechtlicher Freundschaften aus dem Weg gingen. Dies führe des Weiteren dazu, dass sie die persönliche Auseinandersetzung mit dem eigenen sexuellen Begehren vermeiden würden.

Stefan (2015) erzählt von ihrer verzweifelten Liebe zu einem Mann, wobei sie sich gewünscht hätte, dass er sie gut fände. Sobald er sein wirkliches Gefallen an ihr zum Ausdruck brachte, glaubte sie es ihm nicht. Ihre Eigenliebe schien vom männlichen Gegenüber abhängig zu sein. Sie hatte sich entschieden, selbst zu lernen ein «Nein» zu äussern und keinen Mann mehr unterzubringen, ihn durch Gefühle und Sexualität auszugleichen. Um dieses Vorhaben zu realisieren, fühlte sie sich gezwungen, sich von der «alten Haut» zu lösen und in eine neue zu schlüpfen. Diese «Häutung» vergleicht Stefan (ebd.) mit einem langen herausfordernden Entzug, einer Gehirnwäsche von alten Prägungen. Sie schreibt von grossen Reserven an Fähigkeiten wie Anteilnahme, Geborgenheit oder Erotik. Dadurch können Frauen sich selbst stärken. Ohne die Abhängigkeit von einem Mann, fliessen diese Fähigkeiten nicht von ihr weg, sondern zu ihr zurück und stärken sie selbst. Gemäss Stefan (ebd.) haben Frauen gelernt, nicht den eigenen Körper zu lieben, sondern die Begierde, welcher er in einem Mann auslöst. Somit ist die Eigenliebe abhängig vom Begehrt-werden eines Mannes.

Lange Zeit war Sexualität ein Tabu und man durfte in der Gesellschaft nicht offen darüber reden. Heute ist es bekannt, dass Kinder aufgeklärt werden und dabei ebenfalls lernen müssen auszudrücken, was ihnen gefällt und was nicht. Aber dafür braucht es eine Sprache

über Sexualität. Je mehr die Kommunikation geübt wird, desto einfacher wird es, eine «richtige» Sprache zu finden (Lange & Thöne, 2002).

Gemäss Sanyal (2009) fehle es, besonders für Mädchen, an Wörtern für das weibliche Geschlecht. Dies würde eine gemeinsame Sprache und den möglichen Austausch untereinander verhindern. Die einstige Bedeutung bleibt erhalten, dass die Vulva etwas ist, worüber besser nicht gesprochen werden soll. Zufolge Schwarz (2000) könne nicht mitgeteilt werden, was man sexuell wolle, wenn Ausdrucksformen fehlen. Voss (2019) erwähnt, dass Sprache eine Wirkung habe und man kreativ neue Begriffe für den weiblichen Körper bilden soll. Er macht darauf aufmerksam, dass positive Begriffe für den sexuellen Körper, das Selbstbewusstsein prägen können.

Laut Schwarz (ebd.) gibt es bezüglich der sexuellen Identität neue vielfache Mischformen und keine fixen sexuellen Identitätsformen mehr, was dazu führt, dass diese ständig neu kreiert und umgesetzt werden müssen. Dies löst Ängste und Unsicherheiten aus, weil sich jugendliche Mädchen nicht an fixen Formen orientieren können. Die eigene Sexualität entsteht aus sexueller Sozialisation und dem eigenen aktiven sexuellen Gestalten und Erleben mit sich selbst. Sexuelle Bedürfnisse verändern sich und somit gibt es nicht die eine Wahrheit über Sexualität.

2.3. Körpergefühl und Selbstsicherheit jugendlicher Mädchen

Das Modell Sexocorporel (Gehrig, 2013) ermöglicht einen sexologischen Blick auf alle Komponenten, welche sich in der sexuellen Entwicklung gegenseitig beeinflussen und setzt die sexuelle Selbstsicherheit als wichtige Fähigkeit ins Zentrum.

Gille (2015) betont in «Konsultationsanlass Prävention/Aufklärung», dass bei Jugendlichen gleichzeitig grosse Wünsche nach sexuellen Kontakten auf tiefes Selbstwertgefühl treffen. Bodmer (2013) macht darauf aufmerksam, dass im Jugendalter die Anpassung des Selbstwerts erfolgen sollte. Durchschnittlich sei die körperliche Entwicklung der primären und sekundären Geschlechtsmerkmale mit 16 Jahren abgeschlossen. Eine eher spätere Reife führe bei Mädchen vermehrt zu einem positiven Körperbild.

Sparmann (2018) schildert, wie Körperideale sowohl die Körperwahrnehmung einer Frau, ihre sexuelle Selbstsicherheit als auch das Erleben ihrer Sexualität stark beeinflussen würden. So zeigt ebenfalls Gille (2015) auf, dass das Körperbild nicht nur die Wahrnehmung und Vorstellung vom weiblichen Körper, sondern auch dessen persönliche Bewertung miteinschliesst. Wenn das eigene Körperbild nicht dem Wunschbild entspricht, führt dies zu einer Distanzierung vom eigenen Körper und weiter zu starker Verunsicherung

diesbezüglich. Die Selbstsicherheit leidet. Mädchen benötigen einerseits Körperwissen, um ihren Körper und dessen Veränderungen annehmen und schätzen zu lernen. Die Aufklärung über biologisches Wissen zeigt allerdings grosse Defizite auf. Andererseits kann Weiblichkeit nur durch den direkten Kontakt mit dem Körper entstehen und nicht ohne diesen. Auf diesen Kontakt geht Emcke (2013) ein. Sie beschreibt die Veränderungen ihres Körpers und ihrer Emotionen, welchen sie ausgesetzt war, als unkontrollierbar. Der eigene Körper fühlte sich auf einmal fremd an und veränderte sich im Aussehen und im Erleben. Dadurch wurde der Körper jedoch auf einmal sicht- sowie wahrnehmbar. Dank Beobachtungen von neuen Körperflüssigkeiten bei der Monatsblutung oder durch Vaginalsekrete, kam auch ein Gefühl der Erleichterung bei ihr auf, da die Sexualität greifbar wurde. Diese Veränderungen lösten eine Suche nach sich selbst aus. Doch auch ihr fehlen die passenden Worte, um das Geschehene benennen zu können.

In Anlehnung an Flaake (2019) wird das «Selbstgefühl» sogar bedeutend beschädigt, wenn der eigene Körper oder Körperteile abgewiesen werden. Viele jugendliche Frauen würden ihren eigenen Körper als fremd erleben und dies löse Scham in ihnen aus.

Stefan (2015) erwähnt, dass junge Frauen gelernt hätten, den Penis zu begehren und zu küssen. Vor den eigenen Vulva-Lippen haben sie jedoch Angst. Sie schildert einen langen Weg, während dessen sie gelernt habe, ihren Körper mit Neugier und Humor zu betrachten, zu ertasten und zu benennen. Ihr Ziel sei es dabei gewesen, sich mit ihrem ganzen Körper identifizieren zu können. Durch eben dieses Betrachten und Erspüren habe sie entspannte Freude an ihrer Monatsblutung entdeckt und habe sie bewusst meine Tage benannt. Tage, welche - trotz Unwohlsein aufgrund körperlicher Beschwerden - nur ihr gehören und ihr ermöglichen, bei sich zu sein.

So richtet sich die Sexualität bei Frauen ebenfalls nach Becker (2005) nicht auf ein spezifisches Organ, sondern auf den ganzen Körper und wird im Ganzen als Geschlechtsorgan bezeichnet. Für diesen Körper braucht es ein Gefühl von weiblichem Selbstwert sonst wird er unumgänglich als mangelhaft wahrgenommen und muss durch Schönheitsoperationen verändert werden.

Lange und Thöne (2002) diskutieren die Frage, wann eine Frau weiblich ist. Sie kommen zum Schluss, dass das Wichtigste das Gefühl zum eigenen Körper sei und dass die Frau sich weiblich fühlen würde, wenn sie ihren Körper gerne habe. Schütz (2020) schreibt, dass ein positives Selbstbild und ein Verständnis von sich als Mädchen oder Frau der Grundstein für ein sicheres Selbstbewusstsein sei.

2.4. Sexuelle Selbstbestimmung und digitale Welt Jugendlicher

Böhm und Budde (2020) weisen darauf hin, dass durch die heutigen Medienangebote auch Gefahren für die sexuelle Selbstbestimmung entstehen. Denn nicht immer sind die zugänglichen Medienangebote auch dem Alter der Jugendlichen entsprechend. Böhm und Budde (ebd.) erwähnen, dass das Risiko von sexuellen Grenzüberschreitungen gegenüber Jugendlichen sowohl in der digitalen wie auch analogen Welt bestehen würde. Weiter zeigen die beiden (ebd.) auf, dass die Bedürfnisse von Jugendlichen an Inhalten über Sexualität in YouTube-Videos untersucht werden sollten. Im deutschen Sprachraum wurde wenig über sexuelle Kommunikationen und erlebte Erfahrungen bezüglich Grenzverletzungen aus sexueller Sicht von Jugendlichen geforscht. Eine solche Forschung könnte aufzeigen, wie Jugendliche ihre eigene Selbstbestimmung erleben. Da diesbezüglich ein Defizit besteht, soll in eine fachgerechte Gegenwärtigkeit von sexueller Bildung in der digitalen Welt investiert werden. Auch fehle es an Fachpersonen mit Fähigkeiten in Medienbildung und Sexualpädagogik. Digitale Medien weisen Chancen, aber auch Risiken auf und deshalb sei eine sexualpädagogische mediale Begleitung der Jugendlichen unabdingbar.

2.5. Bedürfnisse an die sexualpädagogische Arbeit aus der Theorie

Sanyal (2009) erzählt von ihrem Wunsch inspiriert durch eine Künstlerin, selber Vulvas zu nähen und an Freundinnen zu verschenken. Obwohl sie nicht wirklich wusste, wie man näht, war ihre grössere Herausforderung herauszufinden, wie eine Vulva überhaupt aussieht. Dabei beginnt sie mit Beobachtungen an ihrem eigenen Körper und stellt fest, dass ihr Wissen und Worte fehlen, um das Gesehene zu verarbeiten. Sie vergleicht sich mit einem Ausserirdischen, weil ihr eigener Körper ihr so fremd erscheint. Sanyal (ebd.) entscheidet sich in Büchern zu recherchieren und stösst wieder an eine Grenze. Zuerst fehlen ihr die Schlagwörter, um im Suchkatalog der Bibliothek nach dem weiblichen Geschlecht zu suchen und anschliessend findet sie ausschliesslich Inhalte über die Vulva im Zusammenhang mit Schwangerschaft, Misshandlung und Erkrankungen. Laut Voss (2019) seien die Informationen über weibliche Geschlechtsteile in Schulbüchern mangelhaft und die Schilderungen über sexuelle Aktivitäten bezeichnet er als schlecht. Oft würde bei der weiblichen Sexualität nur auf die Funktion bezogen auf den Mann mit seinem Penis eingegangen.

Sielert (2007) meint die Sexualerziehung bewege sich im Feld zwischen Gefahrenabwehr und psychischer Gesundheit. Zur Sexualität gehöre mehr als Schwangerschaft und Körperfunktionen. Die Sexualität umfasst Lebensbereiche wie beispielsweise Lust-,

Beziehungserfahrungen und Identität, die ebenfalls zentrale Themen sind. Durch körperbejahende Umgangsformen untereinander, das Gewichten der sexuellen Neugier, die Aufklärung über Körperwissen und das Besprechen von Schwierigkeiten der sexuellen Kommunikation kann körperliche Sicherheit und ein gutes Körpergefühl aufgebaut werden. Ergänzend ist laut Sielert (2015) in einer sexuell positiven Sexualpädagogik die theoretische sowie praktische Arbeit an der Entfaltung einer sinnlichen Körperlichkeit zentral. Dazu gehört das Stärken des Selbstwertgefühls durch Reflektieren über Selbst- und Fremdwahrnehmung, Idealvorstellungen, Eigendarstellung und eigene Ausstrahlung. Ein Thema könnte laut Lange und Thöne (2002) sein, was es bedeutet normal zu sein. Ist man «normal», wenn man so ist, wie die meisten Mädchen sind oder, wenn man so ist, wie es das Umfeld von einem erwartet? Menschen wollen normal, aber auch individuell sein. Die beiden (2002, S. 73) äussern pointiert: «Es ist ganz normal, nicht ganz normal zu sein.»

Flaake (2019) nennt die Bestätigung von aussen, der Norm zu entsprechen, ein grundlegendes Bedürfnis im Jugendalter. Dabei weist sie darauf hin, dass trotz eigentlichen kognitiven Wissens viele Ängste und Unsicherheiten, hauptsächlich bei jungen Frauen, vorhanden seien. Daraus resultiere ein grosses Bedürfnis für einen Austausch mit der Peergruppe und Fachpersonen. Auch sie sieht den Körper als Mittelpunkt auf der Suche nach einem «neuen Selbstbewusstsein». Zudem zeigt Flaake (2001) auf, dass die körperlichen Veränderungen außerdem Freude und Stolz auslösen würden.

Laut Schütz (2020) lernen Mädchen oft nicht, ihr Geschlecht zu berühren, weil sie es ohne Handspiegel kaum sehen können. Es wäre jedoch ein zentraler Lernschritt, da ein Begreifen gemäss hirnpsychologischer Sichtweise erst durch direkten Kontakt erfolgen kann. Unsicherheiten und Probleme in der Sexualität könnten durch entsprechende Lernangebote mit Körperübungen während der Kindheit und Jugend verhindert oder gelöst werden. Wie andere Bereiche der menschlichen Entwicklung sollte auch die Sexualität behutsam gefördert werden. Beispielsweise ist es für ein jugendliches Mädchen wichtig zu wissen, dass das weibliche Geschlecht mit all seinen Teilen sexuell erregt werden kann und dadurch körperlich reagiert. Wenn Erfahrungen ausgetauscht und Wissen vermittelt wird, kann das Mädchen lernen, sich selbst anzunehmen.

Laut Sparmann (2018) sind gleichgeschlechtliche Räume für Frauen und ihre weiblichen Körper starke Ressourcen. Durch den Austausch untereinander sowie das gemeinsame körperliche Erleben können Ähnlichkeiten verbindend wirken und Unterschiede die Vielfältigkeit aufzeigen. Dies kann zusätzlich zur Selbstsicherheit auch die Integrität der Mädchen stärken.

3. Aktueller Forschungsstand Sexualität jugendlicher Mädchen

3.1. Studien zu Körpergefühl und Selbstsicherheit

Die Studie Jugendsexualität von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BZgA (2016) zeigt, dass die Mehrheit der Mädchen im Alter von 16/17- Jahren Schwierigkeiten haben, ihre Körperformen annehmen zu können. Ein Viertel dieser Mädchen fühlt sich als «zu dick». Aufgrund der Unzufriedenheiten sind Mädchen grundsätzlich gegenüber Schönheitsoperationen aufgeschlossener als die Jungen. Auch stellte die Studie (ebd.) fest, dass ein Elternhaus, welches bei der Sexualität eine offene Kommunikation pflegt, zu einem besseren Körpergefühl führen kann.

Die Studie Jugendsexualität 9. Welle (Scharmanski & Hessling, 2021b) hat 14- 25-Jährige zum eigenen Körperbild befragt. Ein erstes zentrales Ergebnis ist, dass Mädchen noch immer eine weniger positive Haltung zum eigenen Körper haben als Jungen. Nur etwas mehr als die Hälfte der Mädchen fühlen sich wohl in ihrem Körper. Im Vergleich zur Studie im Jahr 2014 sei das Selbstbild nun aber um 9 Prozentpunkte höher. Grundsätzlich stellt die Studie (Scharmanski & Hessling, 2021b) fest, dass für die Mädchen das Aussehen des Körpers wichtiger ist und dass sie sich vermehrt an aktuellen Schönheitsidealen orientieren. Die Studie (ebd.) legt zudem dar, dass sich das Bewusstsein im Körper mit zunehmendem Alter verschlechtern kann und Selbstzweifel oft bleiben. Ein gutes individuelles Körpergefühl wird, wie auch in der oben aufgeführten Studie der BZgA, durch ein offenes, vertrauensvolles Verhältnis zu Peers oder den Eltern gestärkt. Wenn Jugendliche keine Bezugspersonen für Fragen zur Sexualität haben, sind sie bedeutend weniger selbstsicher. Die Studie (ebd.) stellt die Tatsache erneut dar, dass jugendliche Mädchen gegenüber Schönheitsoperationen noch immer offener sind als Jungen, was keine überraschende Erkenntnis ist. Genauer sind es 44% der Mädchen mit unsicherem Körpergefühl, welche sich für eine Operation entscheiden würden. Im Vergleich zu früheren Studien von 2005, hat die Operations-Bereitschaft zugenommen.

Eine Repräsentativbefragung von Kindern und Jugendlichen (Götz & Eckhard Rodriguez, 2017) kam zu dem Ergebnis, dass mehr als die Hälfte der 16- und 17-jährigen Mädchen eine Frau als besonders toll empfinden, wenn sie «schön/hübsch» sei. Bei den gleichaltrigen Jungen waren es sogar um die 70% der Befragten. Dies weist auf eine bedeutende Rolle des Aussehens und gleichzeitig auf die Abhängigkeit dieser Bewertung durch andere hin. Wie wichtig Eigenschaften wie «schön/hübsch» oder «dünn/schlank» sind, sei zudem anhängig vom Bildungsniveau. Denn je höher dieses ist, desto wichtiger wird die Eigenschaft «intelligent».

3.2. Studien zur Sexualität

Die vierte Studie Jugendsexualität von der BZgA (2010) zeigt den Einfluss der Geschlechtsreife auf die Sexualität der Jugendlichen. Eine frühere sexuelle Reife führt zu früheren sexuellen Aktivitäten. Gemäss den erhobenen Zahlen setzt die Geschlechtsreife immer früher ein, so dass die meisten Mädchen mit 11 bis 13 und die Jungen mit 12 bis 13 Jahren geschlechtsreif werden.

Nach Wendt (2019) ist der Zeitpunkt der Geschlechtsreife für erste sexuelle Aktivitäten bedeutender, als das biologische Alter sowie die persönliche Wahrnehmung des Pubertätsstatus. Zudem sollen oft romantische Beziehungen Auslöser für erste sexuelle Aktivitäten sein. Laut BZgA (2010) empfinden zwei Drittel der Mädchen, die ihren ersten Geschlechtsverkehr mit einem festen Partner erleben, diesen als schön. Falls der Partner jedoch unbekannt ist, verspüren ihn 25% als unangenehm und doppelt so viele haben negative Gefühle während oder nach dem Geschlechtsverkehr. Unabhängig von der Bekanntschaft des Partners sei das schlechte Gewissen danach, was viele Mädchen erleben.

Die fünfte Studie Jugendsexualität von der BZgA (2016) nennt eine meist stufenartige Abfolge von sexuellen Aktivitäten. Diese beginnt mit dem Küssen, gefolgt von Brust- sowie Intimpetting und nach einer gewissen Zeit erleben sie den ersten Geschlechtsverkehr. Nach Wendt (2009) erleben Jugendliche meist vorgängig Autoerotik und steigen vor dem Küssen mit Zärtlichkeiten und Händchenhalten in die sexuelle Beziehung zu einem Gegenüber ein. Wendt (ebd.) ergänzt den Oralverkehr nach dem ersten Geschlechtsverkehr.

Weiter weist die BZgA (2016) auf, dass sich die Anzahl der 14-jährigen Mädchen mit Erfahrungen im Geschlechtsverkehr innerhalb von 17 Jahren halbiert hat und bei den 17-Jährigen blieb sie beinahe gleich. Etwa 90% der 17- Jährigen haben Erfahrungen mit Küssen und 60% mit weiblichem Genitalpetting. Die Studie (ebd.) kam zum Ergebnis, dass das weibliche Genitalpetting im Vergleich zu 1980 viel verbreiteter ist.

Nach Scharmanski und Hessling (2021a) festigt sich die Neigung zu einem späteren Einstieg ins Sexualleben. Gleichgeschlechtliche sexuelle Erfahrungen seien bei Mädchen häufiger als bei Jungen. Die Studie (ebd.) zeigt auf, dass Mädchen, welche beim ersten Geschlechtsverkehr 15 Jahre oder älter waren, es zu 62% als «etwas Schönes» erlebt haben. Weiterhin sei dafür die Beziehung zum Partner relevant, wie schon in der 4. Studie festgestellt wurde.

Laut Götsch (2014) sind folgende heterosexuelle Aktivitäten von Jugendlichen bekannt: Petting, Oralsex, Analsex, Gruppensex, Sex mit und ohne Sexspielzeugen sowie

Berührungen von zärtlich bis sadomasochistisch. Diese Aktivitäten sind nach Aussagen Jugendlicher Aushandlungssache gemäss den sexuellen Vorlieben jedes einzelnen. Zentral sei den Jugendlichen, dass Sex Spass mache und Grenzen respektvoll angenommen werden würden. Das erste Mal ist nach Götsch (ebd.) meist ein wichtiges Ereignis und hinge mit Verunsicherungen sowie mit Ängsten zusammen. Bei Mädchen handelt es sich oft um Ängste vor Schmerzen und sie fühlen sich diesbezüglich abhängig vom Jungen, ob dieser ihnen mit Rücksicht und Zärtlichkeit begegnet. Mädchen denken oft, dass sie nichts selbst für ihr Wohlsein und ihre sexuelle Befriedigung tun können. Dies nennt Götsch (ebd.) eine «hierarchische Bipolarität» unter den Jugendlichen.

3.3. Studien zur Selbstbefriedigung

Nach Aude und Matthiesen (2012) in «Mädchen und Selbstbefriedigung» haben durchschnittlich 43% der 13- bis 16-jährigen Mädchen und 97% der gleichaltrigen Jungen zum Befragungszeitpunkt schon masturbiert. Mädchen beginnen später und masturbieren durchschnittlich viel seltener als die Jungen. Ein weiterer Unterschied ist, dass Mädchen zu einem Viertel ihre ersten sexuellen Erfahrungen durch Masturbation erleben. Bei den Jungen sind es gar 93%. Die Hemmschwelle darüber zu reden ist bei Jugendlichen gross. Mädchen besprechen Masturbationserfahrungen am ehesten mit einer Freundin. Diejenigen Mädchen, welche bereits masturbiert haben, bezeichneten ihre Erlebnisse mit «interessant» und «aufregend». Masturbation ist jedoch für einige Mädchen noch fremd. Sie berichten, dass sie kein Interesse haben, die Vorstellung unangenehm oder eklig ist, sie Ablehnung aufgrund religiöser Überzeugungen haben oder, dass der Partner verantwortlich sei für ihre sexuelle Befriedigung. Es zeigt sich deutlich, dass masturbationserfahrene Mädchen eine viel positivere Sicht auf die Masturbation haben.

Weiter legt die BZgA (2016) dar, dass Mädchen mit höherer Bildung durchschnittlich masturbationserfahrener sind als jene mit niedrigerem Bildungsniveau.

Schmidt (2014) zeigt auf, dass die Masturbationserfahrungen von Mädchen enorm zugenommen haben. Gründe dafür sieht er in einem grösseren sexuellen Interesse, Selbstvertrauen und Autonomie sowie in einer stärkeren Bewusstheit über den eigenen Körper. Dies führte dazu, dass der Anteil an Mädchen mit sexuellen Erregungs- und Orgasmus-Erfahrungen vor dem ersten Geschlechtsverkehr zugenommen hat. Heute ist es somit oft nicht mehr der Mann, welcher die Frau ins Erleben der Sexualität führt. Weiter erwähnt Schmidt- (ebd.), dass sowohl bei Jungen als auch bei Mädchen kaum mehr Gefühle von Schuld im Zusammenhang mit Selbstbefriedigung erlebt werden.

3.4. Studien zu Gesellschaft und Sexualität

Sigusch (2005b) zeigt auf, dass sich die Jugendsexualität im Vergleich zu den 1970er-Jahre im Verhalten nur gering verändert hat. Aber der Wert der Sexualität habe an Gewicht verloren, da er «selbstverständlicher» wurde. Die Einstellungen und das Verhalten bezüglich der Sexualität sind nach Strauss (2007) vom soziokulturellen Hintergrund abhängig. Sexuelle Werte, Einstellungen oder ausgeübte sexuelle Praktiken hängen also von der umgebenen Kultur ab.

Gemäss Schmidt (2014) zeigen sich die Auswirkungen von Veränderungen in der Gesellschaft bezüglich der Sexualität bei Jugendlichen bedeutend schnell. Dies zeigt sich an der «sexuellen Revolution» und dem anschliessenden Sexualverhalten von Jugendlichen der 60-70er Jahre. Die Sexualität löste sich durch die «sexuelle Revolution» von der Ehe und wurde somit den Jugendlichen nicht mehr verboten. Das Durchschnittsalter für den ersten Geschlechtsverkehr sank bedeutend. Dies jedoch hauptsächlich bei den jugendlichen Mädchen, was eine deutliche gesellschaftliche Veränderung bedeutete. Auf einmal hatten Mädchen vor den Jungen ihren ersten Geschlechtsverkehr. Eine weitere relevante Auswirkung stellt die sexuelle Selbstbestimmung von Frauen dar, welche auf diversen Angleichungen der Geschlechter beruht.

3.5. Studien zu sexualpädagogischer Arbeit

Nach Scharmanski und Hessling (2021c) stammt das Wissen über Sexualität von 69% der Jugendlichen aus dem Schulunterricht. Im Vergleich zu der 4. Studie vor 10 Jahren, hat die Schule jedoch an Bedeutung verloren, denn damals waren es über 80%. Weiter zeigt die Studie (Scharmanski & Hessling, 2021c) auf, dass Jugendliche mit einem niedrigeren Bildungsniveau, weniger Zugang zu sexualpädagogischem Unterricht haben. Bei den Mädchen waren es sogar 26%, die keinen Zugang hatten. Wie der Unterricht hinsichtlich Körpergefühl und Selbstsicherheit von den jugendlichen Mädchen erlebt wurde, hat die Studie nicht untersucht.

Nuij-Brandt (2000) berichtet, dass durch ein Modellprojekt «*peer education*», wobei innerhalb einer gleichen Altersgruppe Jugendlicher Informationen bezüglich der Sexualität ausgetauscht wurde, ein gestärktes Selbstwertgefühl sowie auch Selbstvertrauen im sexuellen Kontext festgestellt werden konnte. Zudem verbesserte sich dank des Modellprojekts auch die Kommunikationskompetenz.

Gegenfurtner und Gebhardt (2018) zeigen einen Überblick empirischer Befunde in der Sexualpädagogik. Sie legen dar, dass sexualpädagogische Arbeit den Einstieg Jugendlicher in sexuelle Aktivitäten nicht beschleunigt. Oft löse es eher das Gegenteil aus und sie liessen sich länger Zeit dafür. Ausserdem führe die Offenheit gegenüber sexueller Vielfalten und geschlechtlicher Identitäten dazu, dass Jugendliche vor homo-, als auch transphoben Verhaltensweisen besser geschützt seien.

Die häufigsten Inhalte der sexualpädagogischen Arbeit sind laut Scharmanski und Hessling (2021c) sexuelle Entwicklung, Anatomie, Menstruationszyklus, Verhütung und Geschlechtskrankheiten.

4. Modell Sexocorporel

Das Institut Sexocorporel international, iSi, schreibt über den Begründer des Modells Sexocorporel Jean-Yves Desjardins (2022), dass er als Theologe, Psychologe und klinischer Sexologe über 40 Lebensjahre der Forschung rund um die menschliche Sexualität widmete. Basierend auf Desjardins Erfahrungen gründete er zusammen mit Claude Crépault das Departement für Sexualwissenschaft in Montreal. Dank seinen Forschungen entwickelte er ein Modell der «sexuellen Funktionalität», den Sexocorporel. Mithilfe Desjardins Mitarbeitenden wurde dieses anschliessend stets erweitert.

Nach Sztenc (2020) wurde das Modell auf der Basis der Definition von sexueller Gesundheit der WHO aufgebaut (siehe Kapitel 1.3.5.).

Schütz (2019b, S. 14), Sexologin, Sexualtherapeutin und Studienleiterin am ISP in Uster beschreibt in den Modulunterlagen folgende zwei Grundannahmen, welche im Modell Sexocorporel zentral sind:

- Das Modell Sexocorporel ermöglicht eine Evaluation aller Komponenten, welche sich in der Entwicklung der Sexualität gegenseitig beeinflussen.
- Der Körper und der Geist beeinflussen sich gegenseitig und sind als eine «untrennbar funktionale Einheit» verbunden. Dies meint, dass sich beispielsweise Fantasien und Sinnesempfindungen des Körpers gegenseitig beeinflussen.

Die Gestaltung der körperlichen Erregung steuert die Sinneswahrnehmungen sowie die Bilder und sexuellen Fantasien, welche sich im Kopf bilden (Schütz, 2019b).

Das Institut für Sexualpädagogik und Sexualtherapie, ISP, in Zürich weist im Artikel «*Was ist Sexocorporel?»* (2022) auf den Unterschied zwischen dem Sexocorporel und dem Modell der sexuellen Gesundheit hin. Speziell ist am Modell Sexocorporel, dass es sich auf Ressourcen und Fähigkeiten fokussiert und nicht einen pathologischen, störungsorientierten Blick aufzeigt. Das Model Sexocorporel orientiert sich an genitalen sexuellen Funktionen, sowie körperlichen, sinnlichen und emotionalen Komponenten eines jeden Individuums und evaluiert anhand vier Kategorien. Dies ermöglicht einen umfassenden Blick auf den einzelnen Menschen und seine gelebte Sexualität.

Laut Schütz (2020) ist Jean-Yves Desjardins der erste Sexualwissenschaftler, welcher aufzeigt, wie auf die sexuelle Erregung eingewirkt und das Erlebte sexuell genossen werden kann.

4.1. Vier Kategorien der Komponenten

Schütz (2020) beschreibt die Korrelationen der Komponenten mit der Vorstellung eines Mobile. Sobald sich eine Komponente im Mobile verändert, hat dies Auswirkungen auf alle anderen Teile. Insgesamt sind nach Schütz (2019b) alle miteinander in Verbindung. Auch ist zu erwähnen, dass jeder Mensch durch die Gesellschaft und die ihn umgebende Kultur in einem grossen Umfeld integriert ist und dadurch beeinflusst wird.

In den folgenden Unterkapiteln werden die Elemente beschrieben, welche Jean-Yves Desjardins den vier Komponenten zugeordnet hat.

4.1.1. Physiologische Komponenten

Dazu gehört die Erregungsfunktion, welche auf dem sexuellen Erregungsreflex basiert. Dies ist ein vegetativ reflektorisches Ereignis und meint das Einströmen von Blut in die Geschlechtsorgane. Weiter nennt man die Art und Weise, wie sich jemand körperlich erregt, den Erregungsmodus. Dieser kann archaisch, mechanisch, archaisch-mechanisch, ondulierend oder wellenförmig sein. Zur Physiologie werden auch die Sinnesempfindungen, sowie biologische Fakten, wie die Gene, Hormone, Blutgefässe usw. gezählt (Schütz, 2019b).

Nach ISP Zürich (2022) folgt durch gelungene Steigerung der Erregung und «Kanalisation» ein weiteres «reflektorisches Geschehen», der Orgasmus. Durch sexologisch angeleitete Lernschritte mit Fokus aus Rhythmus, Tonus und Bewegung des Körpers kann die sexuelle Erregungssteigerung geübt und intensiviert werden.

4.1.2. Sexodynamische Komponenten

Eine zentrale Komponente ist das Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit (siehe Kapitel 4.2.1). Weiter folgt die sexuelle Selbstsicherheit (siehe Kapitel 1.3.4), worauf der Fokus dieser Arbeit gerichtet ist. Das sexuelle Begehren, die sexuellen sowie emotionalen Anziehungscodes, sexuelle Fantasien und die emotionale Intensität werden ebenfalls zur Sexodynamik gezählt (Schütz, 2019b).

Gemäss ISP Zürich (2022) dreht sich die Sexodynamik um die Frage, was uns sexuell erregt und wie das Begehren ausgedrückt werden kann. All diese Komponenten entfalten sich durch die oben angesprochenen sexuellen Lernschritte und ermöglichen den Menschen, ihre Sexualität zu geniessen und die eigene sexuelle Selbstsicherheit zu stärken.

4.1.3. Kognitive Komponenten

Zu den Kognitionen gehören Kenntnisse, Werte, Normen, Ideologien, Idealisierungen, Mystifizierungen und Denkweisen rund ums Thema Sexualität (Schütz, 2019b).

Die kognitiven Komponenten zeigen laut ISP Zürich (2022) den persönlichen Lernprozess sowie die Dimensionen der umgebenden Gesellschaft.

4.1.4. Beziehungskomponenten

Zu den Beziehungskomponenten zählen folgende Fähigkeiten, welche innerhalb einer Beziehung zu einem Gegenüber relevant sind: Liebes-, Verführungs- und Bindungsfähigkeit, erotische Kompetenzen (Schütz, 2019b) und Kommunikation über eigene Wünsche oder Grenzen zu Vorlieben (ISP Zürich, 2022).

4.2. Arbeitsrelevante Begriffe vom Modell Sexocorporel

4.2.1. Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit GdG

Schütz (2019a) schreibt, dass sich das GdG auf die Übereinstimmung vom Körpergefühl mit dem biologischen Geschlecht beziehen würde. Dieses Gefühl kann variieren von «sicher» zu «verunsichert» (nicht genügend weiblich), oder «ambivalent» (grundlegende Zweifel bzgl. der Weiblichkeit), bis hin zum Wunsch nach Inversion (Wunsch dem anderen Geschlecht zu entsprechen). Das GdG definiert die Selbstwahrnehmung von Frauen bezüglich ihrer Weiblichkeit, welche ein Leben lang entwickelbar ist und das sexuelle Erleben beeinflusst. Das GdG liegt im Zentrum aller anderen Komponenten des Models Sexocorporel. Es basiert auf der sexuellen Selbstsicherheit und dem sexuellen Archetyp. Das GdG ist abhängig von der Intensität der Erotisierung des eigenen weiblichen Geschlechts.

Nach Sztenc (2020) weist das GdG auf das Erleben eines Menschen bezüglich dessen sozialen und biologischen Geschlechts hin. Oft würden sich Menschen diesbezüglich unzulänglich fühlen.

4.2.2. Sexueller Archetyp

Schütz (2019a) schreibt, dass sich der Archetyp auf die Rezeptivität, das aktive Aufnehmen durch das Geschlecht der Frau beziehen würde. Die Frau könne ihr Geschlecht erotisieren und stolz darauf sein. Sie könne den Innenraum wahrnehmen und das «Ausgefüllt sein» begehren. In der sexuellen Fantasie sei das aktive Aufnehmen entwickelt. Die symbolische

Erotisierung vom eigenen sexuellen Archetyp ermögliche der Frau die Qualität der sexuellen Erregung und damit die verknüpfte sexuelle Lust zu intensivieren.

4.2.3. Sexueller Stereotyp

Sexueller Stereotyp meint im Modell Sexocorporel nach Schütz (2019a) die gesellschaftliche Definition, welche kulturell beeinflusst, was als weiblich gilt. Dies inkludiert die Wahrnehmung von Verhalten, Gestik, Haltung, Gang, Morphologie und Interessen als Frau.

4.3. Anwendung Modell Sexocorporel in der sexualpädagogischen Arbeit

Laut Sparmann (2018) ermöglichen Körperübungen nach Sexocorporel den Zugang zum weiblichen Körper und ganz besonders zum grössten Sinnesorgan der Haut sowie zu Brüsten und Genitale. Korrelationen zwischen Muskelspannungen, diversen Rhythmus- und Bewegungsformen sowie der Atmung werden erlebbar gemacht. Zudem kann die Bedeutung dieser Korrelationen für die sexuelle Erregung und deren Wahrnehmung bewusst erfahren werden. Wenn das Körpergefühl an Spielräumen gewinnt, können eigene körperliche Ressourcen in Bezug der sexuellen Selbstsicherheit erfahren werden.

Weiter kann dank Wissensvermittlung eine Brücke zu erlebten Körperübungen und deren Empfindungen aufgebaut werden. Je stärker und bewusster diese Verbindungen werden, desto grösser und vielseitiger wird die Handlungskompetenz im sexuellen Erleben. Wissensvermittlung führt zudem zu einer wachsenden sexuellen Sprache (Sparmann, 2018).

Wie in dieser Arbeit dargelegt wird, bestehen Unsicherheiten beim sexuellen Wortschatz und dadurch auch in der sexuellen Kommunikation (siehe Kapitel 2.2.). Der Aufbau dieses Wortschatzes ermöglicht es, eigene Erlebnisse zu formulieren, als auch Fragen stellen zu können.

Grundsätzlich gilt nach Sparmann (2018), je wacher wir in unserem Körper leben, desto grösser ist unsere Offenheit der Wahrnehmung gegenüber. Dadurch können sexuelle Impulse, wie beispielsweise die Lust, wahrnehmbar und somit steuerbar erlebt werden.

5. Methode des Forschungsprojektes

In diesem Kapitel wird auf die Wahl der Methode eingegangen und der Forschungsablauf beschrieben.

5.1. Forschungsmethode

Für die vorliegende Masterarbeit wurde die Forschungsmethode qualitatives Interview gewählt. Dieses beinhaltet einen Leitfaden, welcher nach Döring (2016) auf der Basis der zentralen Themen der Masterarbeit und der Forschungsfrage erstellt wurde. Nach Bock (1992) wird ein qualitatives Interview durch die Struktur von offenen Fragen hauptsächlich von den Interviewten gelenkt. Genauer handelt es sich um ein halbstrukturiertes Interview, wobei die Fragen nicht wortwörtlich vorbestimmt sind. Folgend auf deren Erzählungen kann der Interviewer Fragen aus dem Leitfaden stellen oder spontan neue kreieren. Dadurch wird eine genaue und vertiefte Befragung ermöglicht.

Eine gute qualitative Forschung muss gemäss Lincoln und Guba (1985) das höchste Kriterium der Glaubwürdigkeit einhalten. Der Leser muss überzeugt sein, dass die Untersuchungsinhalte und Ergebnisse entsprechender Forschung mit der Realität übereinstimmen. Dafür nennen die beiden (ebd.) folgende vier Kriterien der Glaubwürdigkeit: «Vertrauenswürdigkeit, Übertragbarkeit, Zuverlässigkeit und Bestätigbarkeit». Vertrauenswürdigkeit bedeutet, dass der Zweck der Arbeit, die Methode und Begründung der Themenwahl beschrieben wird und die Methode als geeignet erscheint. Ferner ist deklariert, wie Daten erfasst werden und wie der Forschungsprozess abläuft. Die Übertragbarkeit bedeutet, dass Quellen ersichtlich und deren Relevanz im Kontext beschrieben wurden. Zum Begriff der Zuverlässigkeit gehört die Logik von Daten und Themen, das Beschreiben der Analyse sowie die Glaubwürdigkeit der Ergebnisse und schliesslich die Verbindung zwischen Ergebnissen der Forschung zum Fazit. Die Bestätigbarkeit bedeutet, dass klar ist, wer die Forschung durchgeführt hat, in welcher Form und woher die Theorien stammen.

Im Forschungsprozess der vorliegenden Masterarbeit erschienen die oben aufgeführten Kriterien der Glaubwürdigkeit als Orientierungspunkte wertvoll und wurden angewendet, um eine gute und glaubwürdige Studie erarbeiten zu können. Nach Döring und Bortz (2016) sind diese Kriterien als Richtlinien sinnvoll. Jedoch ist zu beachten, dass je nach Kontext der Forschung und der persönlichen Grenzen der Interviewerin, oder der Teilnehmenden die Einhaltung der Kriterien anspruchsvoll und teilweise nicht möglich ist.

5.2. Literaturrecherche

Nach Döring und Bortz (2016) ist für eine wissenschaftliche Arbeit eine zielgerichtete Suche nach Literatur grundlegend. Zu Beginn dieser Masterarbeit wurden erst zentrale Suchbegriffe für das Thema festgelegt. Anschliessend wurde in verschiedenen Datenbanken, wie beispielsweise Google Scholar, «swisscovery Network» und «VPN» Zugang der Hochschule Merseburg nach geeigneter Literatur recherchiert. Viele Bücher konnten aus diversen Bibliotheken der Zentralschweiz bezogen und Artikel oder Buchteile online gefunden werden. Grossteils wurde Literatur gewählt, welche in den letzten 10 bis 20 Jahren veröffentlicht wurde. Es handelt sich hauptsächlich um deutsche Literatur, da der Forschungsbereich aufgrund kultureller Unterschiede bezüglich «Sexualität und Selbstsicherheit» auf den deutschsprachigen Raum eingegrenzt wurde.

5.3. Datenerhebung

5.3.1. Stichprobe

Für diese Masterarbeit wurden jugendliche Mädchen gesucht, welche bereit waren, offen über ihre erlebte Sexualität und Selbstsicherheit zu sprechen. Nachdem das biologische Geschlecht bereits festgelegt war, wurde das Alter der Interviewteilnehmerinnen auf 16-17 Jahre eingeschränkt. Bei der Literaturrecherche wurde deutlich, wie die Hauptthemen dieser Masterarbeit (Sexualität, sexuelle Selbstsicherheit, Körpergefühl, sexualpädagogische Arbeit, jugendliche Mädchen) in gerade dieser Altersspanne sind. Nachdem die inhaltliche Vorbereitung erfolgt war, wurde im privaten, sowie beruflichen Umfeld anhand eines Informationsschreibens [siehe Anhang I] aufgesetzt von der Interviewerin nach jugendlichen Mädchen gesucht. Bereits nach wenigen Tagen hatten sich schon mehrere Mädchen gemeldet. Bei der Rekrutierung der Interviewteilnehmerinnen wurde versucht, unterschiedliche Bildungswege sowie auch soziale Schichten zu beachten und es gab keine Eingrenzung nach Herkunft oder Nationalität. Anhand oben aufgeführter Kriterien wurden vier Mädchen ausgewählt, welche alle grosse Neugier und Interesse an den Themen des Interviews zeigten. Zwei waren 16 Jahre und zwei gut 17 Jahre alt. Die Kontaktaufnahmen verliefen einfach und es folgten Terminvereinbarungen.

- Die erste Interviewteilnehmerin T1 war 17 Jahre alt und das jüngste von drei Kindern. Die Eltern lebten seit acht Jahren getrennt und T1 wohnte gleichermassen im alternierenden Wochenrhythmus bei beiden Eltern. Aufgrund Schul-schwierigkeiten wechselte sie von der Volks- in die Montessorischule und danach in die Sekundarschule.

- Die zweite Interviewteilnehmerin T2 war 16 Jahre alt und hatte drei deutlich ältere Geschwister. Eine Schwester lebte noch mit T2 und beiden Eltern im Elternhaus. Nach der Primarschule besuchte sie die Kantonsschule.
- Die dritte Interviewteilnehmerin T3 war 17 Jahre alt und wohnte mit ihrer älteren Schwester und beiden Eltern in einem Einfamilienhaus. Sie besuchte nach dem Sekundarschulabschluss ein Praktikum, welches sie jedoch abgebrochen hat. Danach arbeitete sie als Reinigungskraft und hatte für das nächste Jahr eine Lehrstelle als Gärtnerin in Aussicht. Sie lebte zum Zeitpunkt des Interviews in einer offenen Beziehung mit einem Jungen.
- Die vierte Interviewteilnehmerin T4 war 16 Jahre alt und das mittlere von drei Kindern. Gemeinsam mit beiden Eltern wohnten sie in einer kleinen Familienwohnung. Der Bruder war 18 und die Schwester acht Jahre alt. Sie besuchte die Primarschule und anschliessend die Kantonsschule. Sie war zum Zeitpunkt des Interviews in einer monogamen Beziehung mit einem Jungen.

5.3.2. Interviewleitfaden und Untersuchungsablauf

Durch die «SPSS-Methode» (Sammeln, Prüfen, Sortieren, Subsummieren) nach Helfferich (2011) wurden zuallererst alle möglichen Fragen zum Thema «Sexualität und Selbstsicherheit» zusammengetragen. In einem weiteren Schritt wurden die Fragen für die Relevanz der Forschungsfrage überprüft, aussortiert und ein Leitfaden erstellt.

In Form der vier halbstrukturierten persönlichen Interviews nach Döring (2016) konnte eine Analyse der Bedürfnisse jugendlicher Mädchen bezüglich sexualpädagogischer Aufklärung durchgeführt werden. Ein qualitatives Interview verläuft gemäss Döring (ebd.) nach einem klaren Ablauf. Auf Terminvereinbarungen und Bereitstellen aller Materialien folgt der Gesprächstermin. Dabei wird durch Smalltalk erstmals eine angenehme Atmosphäre geschaffen und anschliessend das Anliegen der Untersuchung aufgezeigt.

Im Voraus entschied sich sie Interviewerin für einen Testdurchlauf und kontaktierte ein ihr bekanntes 17-jähriges Mädchen. Diese Entscheidung war hilfreich, da dadurch geklärt werden konnte, welche Informationsvermittlung vor dem Start des Interviews relevant war. Auch zeigte der Testdurchlauf, dass die Zeitberechnung für die erstellten Leitfragen passend war. Für die Interviewerin klärte sich zudem eine zentrale Frage, welche sie sich mehrmals im Voraus gestellt hatte. Dank dem Austausch mit der Test-Teilnehmerin hat die Interviewerin entschieden, zu Beginn der Treffen, jeder Teilnehmerin das Du anzubieten. Dadurch entstand schnell ein vertrauter Rahmen, was für ein intimes Interview wie dieses von grosser Wichtigkeit war. Zudem hat sie sich vorgenommen, wichtige Inhaltliche

Aussagen der Teilnehmerinnen wie beispielsweise «Schmerzen beim Sex» zu notieren und im Anschluss an das Interview einen kurzen sexologischen Austausch diesbezüglich anzubieten.

Die Teilnehmerinnen wurden zuerst mündlich sowie in Form eines Informationsschreibens [siehe Anhang I] über den Zweck der Forschung, die Dauer und den Ablauf des Interviews informiert. Auch konnte nach Döring (2016) darauf hingewiesen werden, dass die Interviews jederzeit abgebrochen werden könnten. Auf potenzielle Risiken wie beispielsweise Unwohlsein wurde ebenfalls aufmerksam gemacht sowie die Möglichkeit von akuten Beratungssettings während des Interviews aufgezeigt. Aus Schutz der Privatsphäre konnten persönliche Daten anonymisiert sowie die Handhabung und Archivierung der Tonaufnahmen für die weiterführende Transkription und Auswertung vorgängig mitgeteilt werden. Anschliessend konnte eine schriftliche Einverständniserklärung unterzeichnet werden, welche die Freiwilligkeit der Teilnehmerinnen bestätigte.

Alle Interviews wurden termingerecht und ungestört durchgeführt. Auf einem mittelgrossen Holztisch lagen die notwendigen Unterlagen und ein Wasserkrug mit zwei Gläser standen bereit. Es gab drei Stühle, so dass die Teilnehmerinnen ihren Sitzplatz jeweils wählen konnten. Mit der Begrüssung wurde das Du angeboten, was ausnahmslos gerne angenommen wurde. Weiter wurden offene Fragen zum Informationsschreiben geklärt und die Einwilligungserklärung [siehe Anhang I] unterzeichnet werden. Nach einer kurzen Einführung ins Thema Sexualität folgten Einstiegsfragen anhand des Leitfadens [siehe Anhang II]. Dabei handelte es sich um das GdG (siehe Kapitel 4.2.1.) und das Wohlgefühl im Körper der Teilnehmerinnen. Im mittleren Teil wurden zentrale Fragen zu den verschiedenen Unterthemen sowie relevante Schlüsselfragen gestellt. Dank der offenen Strukturierung des Interviews konnten wichtige Zusatzinformationen erfasst werden. Nach abschliessenden Folgefragen wurde das Interview beendet. Die Interviews dauerten alle zwischen 75-90 Minuten. Die Interviewerin bedankte sich für das Interesse und Engagement der Teilnehmerinnen und überreichte ein kleines Geschenk mit persönlicher Karte. Dies war ein Rosen-Körperöl, welches der Interviewerin zu den Themen sexuelle Selbstsicherheit und Körpergefühl als passend erschien. Auch wurde den Teilnehmerinnen die Frage gestellt, ob sie im Interview etwas erzählt hatten, was sie nun bereuen würden. Diese haben jedoch alle vier verneint. Im Nachhinein hatten die Teilnehmerinnen die Möglichkeit, persönlich oder per E-Mail, Rückfragen zum Interview zu stellen. Dieses Angebot haben sie gerne angenommen und die Gespräche waren offen und vertrauensvoll. Die Interviewerin konnte sexologische Fragen erklären oder visuell anatomisches Wissen vermitteln. Teilnehmerin T4 hat sich sehr für Literatur interessiert und einige Büchervorschläge der Interviewerin notiert.

5.4. Transkription

Die Interviews konnten durch Audioaufzeichnungen festgehalten und die Daten im Anschluss anonymisiert werden. Die Teilnehmerinnen wurden als T1-T4 und die Interviewerin als I gekennzeichnet. Da die Interviews in Schweizerdeutsch durchgeführt wurden, mussten sie in einem ersten Schritt sinngemäss in die Schriftsprache übersetzt werden. Anschliessend konnten die Audioaufnahmen der vier Interviews wortwörtlich transkribiert werden. Zur klaren Gliederung wurden die Zeilen der Interviews pro Abschnitt nummeriert. Wortwiederholungen oder Füllwörter wie «ehm» wurden weggelassen und somit die inhaltlichen Aussagen ins Zentrum gesetzt. Folgende Regeln wurden beim Transkribieren angewendet:

- In Klammern wurden mit unterschiedlichen Punkte-Anzahlen die Sprechpausen festgehalten. Ein Punkt steht für eine Sekunde Sprechpause.
  (….): Bedeutet somit 4 Sekunden Sprechpause
- Spezifische verbale Äusserungen wie zum Beispiel «lachen» oder «nonverbale Handlungen» wurden in Klammern gesetzt.
  (lacht leise) (trinkt): Bedeutet die Teilnehmerin lacht leise und trinkt danach Wasser.
- Bei jedem Sprecherwechsel wurde ein Zeilenabstand eingesetzt.
- Die Zeilen wurden abschnittweise nummeriert.

Die vollständigen Transkripte sind auf beigelegtem Stick. Im Anhang dieser Arbeit [siehe Anhang III] werden Ausschnitte der vier Interviews gezeigt.

5.5. Datenanalyse

Für die Datenanalyse wurde die strukturierte qualitative Inhaltsanalyse anhand festgelegter Kategorien nach Mayring (2015) gewählt. Dieses Analyseverfahren ermöglicht es, wesentliche Themen und Begriffe aus dem Interviewmaterial zu erarbeiten und zusammenzutragen. Es gibt einen klaren Ablauf vor und hilft, das Material zu strukturieren.

Für diesen Arbeitsprozess wurde zusätzlich die Software MAXQDA, entwickelt von Udo Kuckartz (Mayring, 2015), verwendet. Wegen technischer Probleme mit der Soundkarte konnte die Interviewerin leider nicht direkt mit der Software transkribieren. Alle vier Transkripte wurden in Word erstellt und anschliessend in einen Projektordner in MAXQDA importiert. Dank zahlreichen Videos auf YouTube und der gegenseitigen Unterstützungshilfe einer Mitstudentin konnte die Handhabung des Programmes erlernt werden. Mit Hilfe der umfassenden Literatur- und Methodenrecherche nach Mayring (2015) und dem erstellten Interviewleitfaden wurden deduktive Kategorien und Unterkategorien für

die Strukturierung der Transkripte festgelegt. In diesem Prozess wurden Kategorien erstellt, die bei ersten Anwendungsversuchen am Material teilweise wieder verworfen werden mussten. Das Ziel dabei war es, das Wesentliche, die Forschungsfrage, im Blick zu behalten und ausschliesslich Kategorien zu bestimmen, welche für die Beantwortung relevant waren. Bei der weiteren Durchsicht der Transkripte ergaben sich zusätzlich induktive Kategorien sowie Unterkategorien. In der folgenden Tabelle wurden alle deduktiven und induktiven Kategorien aufgelistet.

Tabelle 1. deduktive und induktive Kategorien

deduktiv oder induktiv	**Kategorie**	**Unterkategorie**
deduktiv	Sexualpädagogische Arbeit ***befriedigte*** Bedürfnisse	
deduktiv	Sexualpädagogische Arbeit ***unbefriedigte*** Bedürfnisse	
deduktiv	Kognitionen	
induktiv	Sexuelle Orientierung	
deduktiv	Sexuelle Lust	
deduktiv	Sexuelle Erregung	
induktiv		gleichgültig
deduktiv		angenehm
deduktiv		unangenehm
deduktiv	Sexuelle Aktivitäten	Petting
deduktiv		Selbstbefriedigung
deduktiv		Geschlechtsverkehr
deduktiv	Selbstsicherheit	
deduktiv	Sexuelle Selbstsicherheit	
deduktiv		Exhibitionismus
deduktiv		Narzissmus
deduktiv	Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit (GdG)	
deduktiv	Soziales Umfeld	Freunde
deduktiv		Familie

Gewisse Kategorien wurden trotz der erstellten Unterkategorien zusätzlich losgelöst von diesen aufgelistet. Dies aus dem Grund, weil beispielsweise Aussagen anhand der Kodierregel zu «sexuelle Erregung» passte, ohne dass eine Bewertung wie «angenehm» oder «unangenehm» geäussert wurde. Dadurch ergaben sich elf Kategorien und zehn Unterkategorien.

Anschliessend wurden alle Kategorien in einem Kodierleitfaden aufgelistet und mit einer klaren Definition, einem Ankerbeispiel und einer Kodierregel ergänzt (siehe Tabelle 2. Ausschnitt Kodierleitfaden). Der vollständige Kodierleitfaden ist auf dem der Masterarbeit beigelegten Stick gespeichert. Durch diesen Arbeitsschritt konnte die Analyse der Transkripte sorgfältig gestartet, erstellte Kodierregeln überprüft und wenn notwendig ergänzt werden. Dies war ein zirkulärer Prozess, der sich mehrfach wiederholte.

Tabelle 2. Ausschnitt Kodierleitfaden

deduktiv oder induktiv	**Kategorie**	**Unterkategorie**	**Definition** **In der Masterarbeit wird auf die Bedeutung für die Frau, das biologisch weibliche Geschlecht, eingegangen.**	**Ankerbeispiel**	**Kodierregel**
deduktiv	Sexuelle Selbstsicherheit		Hängt mit GdG zusammen. Stolz als Frau auf die eigene Weiblichkeit zu sein. Sich selbst zu zeigen oder zu präsentieren. (Block 7&11 S.11) Sexuelle Selbstsicherheit bedingt das Erlernen folgender Fähigkeiten: Individuelle Stärken erkennen und ein eigenes positives Selbstbild entwickeln können.	Ich glaube, wenn ich das erste Mal jemanden geküsst habe (…) und dann habe ich wie (…) und das gab mir wie Selbstsicherheit, im Sinne von ich weiss wie es geht (schmunzelt), es ist nicht schlimm (lacht laut) also nein, schlimm ist es eh nicht (lacht). Aber es ist nicht so eine Riesensache (…) und deshalb wird auch der Rest nicht so eine Riesensache sein. (…) und ich glaube die Erfahrung hat mir Sicherheit gegeben (..) (T1, Pos. 122)	Erzählungen vom persönlichen Gefühl und Verhalten im eigenen sexuellen Körper während Situationen oder Aktivitäten im sexuellen Kontext. und wie es sich anfühlt, den eigenen Körper zu zeigen.

deduktiv	Exhibitionismus	Die Fähigkeit sich anderen gegenüber selbstbewusst zu präsentieren. Stolz auf die eigene Weiblichkeit zu sein. Fähig sein, sich liebenswert, und sexuell erregt, begehrenswert zu präsentieren	Ich hatte erst mit jemandem so Erfahrungen gemacht (…) also ich würde sagen mit mir fühle ich mich schon sicher, aber eben mit jemand anderem. Also diese Person ist älter als ich und mehr erfahren (…) (T2, Pos. 120)	Der Fokus liegt auf dem körperlichen Wohlgefühl bezüglich des Zeigens der eigenen Weiblichkeit und dem Präsentieren des eigenen Körpers innerhalb der Situation.
deduktiv	Narzissmus	Dies ist eine Fähigkeit, um ein positives Selbstbild aufbauen zu können. Eigene Stärken erkennen und stolz auf die eigene Weiblichkeit zu sein. Sich selbst liebens- und begehrenswert zu fühlen. Das Mass an positiven Gefühlen durch die eigenen Erfahrungen mit dem Selbst stärken den Narzissmus.	dann hat jemand gesagt «Da warst du ja mega dick!» und das weiss ich noch, da habe ich mich so fest geschämt und ja (…) da bin ich ausgewachsen. Habe mich immer etwas unwohl gefühlt. (T1, Pos. 37)	Empfindungen und Wahrnehmungen rund um das eigene Körpergefühl in Bezug auf dessen Weiblichkeit. Aussagen zum eigenen Selbstbild sowie dem Gefühl sich selbst «liebens- und begehrenswert» zu fühlen.

Alle Textausschnitte einer zugewiesenen Kategorie wurden in einem weiteren Analyseschritt in einer interaktiven Segmentmatrix im MAXQDA zusammengetragen [siehe Anhang IV, Ausschnitt interaktive Segmentmatrix MAXQDA]. Das vollständige Arbeitsdokument der interaktiven Segmentmatrix ist ebenfalls auf dem Stick aufgeführt. Die Aussagen der Interviewteilnehmerinnen konnten dadurch der Kategorie entsprechend miteinander verglichen werden. In diesem Arbeitsschritt wurden Gemeinsamkeiten, Zusammenhänge und weitere Auffälligkeiten erkannt und in einer zusätzlichen Spalte stichwortartig notiert. Auch konnten erste Interpretationsideen festgehalten werden. Besonders bedeutende Textstellen wurden für die Auswertung markiert. Die Hauptaussagen der Interviewteilnehmerinnen konnten anschliessend für den Ergebnisteil innerhalb der jeweiligen Kategorien beschreibend zusammengetragen und durch Theorien gestützt werden.

5.6. Datenschutz und Forschungsethik

Mit dem Informationsschreiben [siehe Anhang I] wurde über den Datenschutz und relevante ethische Punkte bezogen auf die Forschung informiert. Die persönlichen Daten der Teilnehmerinnen wurden anonymisiert und die Audioaufnahmen nach Abschluss der Masterarbeit gelöscht. Durch ein gemeinsames Besprechen der Einverständniserklärung [siehe Anhang I] mit der Interviewerin, konnten Fragen geklärt und erneut auf die Freiwilligkeit der Teilnahme hingewiesen werden.

Die Interviewerin brachte eigene berufliche und private Erfahrungen mit, die sie als Pädagogin, Sexologin, Mutter oder als Frau erlebt hat. Aus diesem Grund war es zentral, dass sie ihr Verhalten sowie Denken stets reflektierte, um nicht eigenes Gedankengut in die Interviews zu interpretieren. Sie hat oft genau nachgefragt, wenn sie bei Aussagen der Teilnehmerinnen unsicher war.

6. Ergebnisse

Bei einem ersten Blick auf die Kategorien und Unterkategorien im MAXQDA wird ersichtlich, dass unbefriedigte sexualpädagogische Bedürfnisse, Kognitionen, Narzissmus und sexuelle Selbstsicherheit am häufigsten kodiert werden. Qualitative Inhaltsanalysen legen keinen Fokus auf die Häufigkeit von Aussagen. Jedoch zeigt dies auf, dass der Leitfaden aus sinnvollen Fragen aufgebaut ist, um das Thema Sexualität und Selbstsicherheit zu untersuchen. Weiter könnte man dies ebenfalls damit begründen, dass die Interviewerin die Interviews suggestiv auf diese Antworten geleitet hat. Die Fragen sind jedoch offen formuliert und die Interviewerin äussert keine eigenen Wertungen. Zusätzlich ist es eine Herausforderung an sie, das halbstrukturierte Interview so zu leiten, dass die Teilnehmerinnen durch den narrativen Anteil nicht vom eigentlichen Thema abschweifen.

Ein weiteres Ergebnis, stellt die Gegebenheit dar, dass die Kategorien Narzissmus und Kognition oft nah beieinander oder überschneidend codiert werden. Dies könnte darauf hinweisen, dass das eigene Wohlgefühl und Stolzsein auf den Körper eng mit der Gedankenwelt der jugendlichen Mädchen verbunden ist (vgl. Gille, 2015 und Flaake, 2019).

Obwohl die Interviewfragen rund um Themen wie Sexualität, Körper und Selbstbefriedigung handeln, erwähnen die Teilnehmerinnen ihre Geschlechtsorgane kaum. Auf die Frage nach begehrenswerten Körperteilen, werden Brüste, Bauch oder Po, nicht aber das biologische Geschlecht aufgezählt. Auf die Frage, wie sie sich mit ihrem weiblichen Geschlecht fühlen würden, wissen sie keine Antworten. Dies lässt vermuten, dass es bei den jugendlichen Mädchen bezogen auf die weiblichen Geschlechtsorgane an Sinneserfahrungen und entsprechendem Vokabular fehlt oder dass sie durch ein Schamgefühl gehindert sind, sich darüber zu unterhalten.

In diesem Kapitel werden nun die Zusammenhänge und Kernaussagen der Interview-teilnehmerinnen in Verbindung mit der Theorie und dem Modell Sexocorporel (siehe Kapitel 4.) entsprechend den einzelnen Kategorien aufgezeigt. Einzelne Begriffe, welche die Mädchen verwendet haben, werden in Anführungs- und Schlusszeichen gesetzt. Ein wortwörtliches Zitat wird mit dem Kürzel T1-T4 und der entsprechenden Zeilenzahl der Aussage im Transkript hier aufgeführt.

6.1. Kernaussagen befriedigter Bedürfnisse sexualpädagogischer Arbeit

Ein Unterrichtsbesuch einer Fachfrau von Sexuelle Gesundheit Schweiz und ein belegter „Mein Tage Kurs“ werden von den berichtenden Mädchen positiv erlebt. Das Wissen über die Benennung der Körperteile, Menstruation, Verhütung sowie Geschlechtskrankheiten

vermittle Freude und nehme Unsicherheiten sowie Angst. Die Inhalte seien auch dann spannend, wenn sie in der aktuellen Lebenswelt der Jugendlichen noch keine zentralen Alltagsthemen seien. T2 erlebt eine lockere Beziehung zu einer Sexualpädagogin, einer «Bro» sowie den starken Zusammenhalt innerhalb ihrer Klasse als besonders positiv. Damit wird die Aussage von Sielert (2015) bestätigt, dass Jugendliche für sexuelle Wissenslücken offene und vertrauensvolle Erwachsene benötigen (siehe Kapitel 2.1).

Die Mädchen schätzen es, wenn sie innerhalb einer Gruppe nicht gezwungen werden, persönliche Erlebnisse mitzuteilen. Ein selbstgesteuertes Lernen am Material empfinden sie als interessant.

6.2. Kernaussagen unbefriedigter Bedürfnisse sexualpädagogischer Arbeit

In jedem der vier Interviews zeigt sich, dass erlebte sexualpädagogische Unterrichtseinheiten den Fokus auf die biologischen Fakten des Körpers und der Sexualität legen. Dazu zählen beispielsweise der Menstruationszyklus, Verhütung und Geschlechtskrankheiten (vgl. Scharmanski & Hessling, 2021c). Die Einheit über Geschlechtskrankheiten wird von T1 als «schlimm und traumatisierend» bezeichnet, weil es ihr «Angst» mache und sie sich dadurch richtig «unwohl» fühlen würde. Die jugendlichen Mädchen erwähnen vermehrt, dass der Unterricht zu theoretisch sei und ihnen der persönliche und reflektierende Austausch fehle. T1 sagt: «Uns auch etwas im Leben bringen und nicht nur einfach Hormone, sondern dass wir etwas davon mitnehmen können, wo uns für Persönlichkeitsbildung oder allgemein (…) eben im Selbst- oder Körpergefühl guttun würde. Ja voll!» (T1 164). Im theoretischen Teil dieser Arbeit wird auf Sielert (2015) eingegangen, welcher betont, wie wichtig ein aktiv gestalteter, lustvoller Austausch in sexualpädagogischen Unterrichtseinheiten sei.

Falls die sexualpädagogische Aufklärung erst nach dem Eintreten der Geschlechtsreife erfolgt, kann dies zu emotional sehr belastenden Situationen führen. Dies zeigt die Reaktion von T3, welche beschreibt, dass sie die überraschende Blutung als «schockierend» erlebt habe. Sie sagt: «Ich fiel mega ins Loch (lacht). Ich rannte heulend zu meiner Schwester» (T3 25). Ihr fehlt in dem Moment das Körperwissen, um den Grund der Blutung verstehen zu können. Auch weiss sie nicht, wie sie damit umgehen soll. Im theoretischen Teil wird auf Wissenslücken und Zeitpunkt der Geschlechtsreife eingegangen (siehe Kapitel 2.1. und 2.3.).

Beide Mädchen, T3 und T4, welche Erfahrungen mit Geschlechtsverkehr haben, berichten von Schmerzen und Unwohlsein. T4 sagt: «Also mir hat es mega fest wehgetan (lacht) das erste Mal und auch jetzt zum Teil noch (…). Aber ich weiss einfach noch, dass ich mega

fest Schmerzen hatte. Aber es hat nicht irgendwie geblutet oder so, es hat einfach irgendwie (..) recht fest wehgetan und dann war es eigentlich nicht etwas Schönes für mich.» (T4 80). Diese Aussage zeigt auf, dass sie ihre Schmerzen nicht erklären kann, sich fragt, warum es nicht geblutet hat. T4 hat viele Fragen und äussert Unsicherheiten über den Geschlechtsverkehr. Obwohl sie es als «nichts Schönes» bezeichnet, lässt sie sich wieder darauf ein. Ausser mit ihren Partnern, hätten sie sich beide mit niemandem über die Schmerzen ausgetauscht. Götsch (2014) schreibt, dass sich Mädchen in Bezug auf ihre Schmerzen oft vom Gegenüber abhängig fühlten und sie auf dessen Rücksichtnahme angewiesen seien (siehe Kapitel 3.2.). Auch im Zusammenhang mit der Menstruation nennt T3 starke Schmerzen. Eine Frauenärztin verschreibt ihr deshalb die Pille. Mit der Pilleneinnahme geht es T3 jedoch psychisch nicht mehr gut. Sie sagt sie sei «komplett nicht mehr sie selbst, nicht anwesend und fit» gewesen (T3 39). Darauf setzt sie die Pille eigenständig ab und die monatlichen Menstruationsschmerzen sind wieder viel stärker.

Als zentraler Einfluss auf das Erleben des Körpergefühls erzählen die jugendlichen Mädchen von Schönheitsidealen, welche durch die Gesellschaft vermittelt werden. Sie nennen Unsicherheiten über Körperdiversitäten und schildern eine Suche nach der Norm gesunder weiblicher Körper. Dies belegen ebenfalls die Untersuchungen von Sparmann (2018; siehe Kapitel 2.4.) und Gille (2015; siehe Kapitel 2.3.). Durch eine sexualpädagogische Fachfrau wird in einem Kurs mitgeteilt, dass neben den körperlichen Veränderungen in der Jugendzeit auch psychische Stimmungsschwankungen auftreten können. Der mögliche Umfang und persönliche Umgang mit diesen Veränderungen wird im Kurs gemäss den Interviewaussagen nicht thematisiert. Emcke (2013) zeigt auf, wie unkontrollierbar diese Veränderungen für sie selbst waren (siehe Kapitel 2.3.).

Vermehrt nennen die Interviewteilnehmerinnen den Umgang mit dem eigenen Körpergefühl in Verbindung mit sportlichen Tätigkeiten wie Yoga oder Kraftübungen. Diese körperlichen Erlebnisse lösen bei den Interviewteilnehmerinnen ein Wohlgefühl im Körper aus. Bei T1 führt eine bestimmte Körperübung zu sexueller Erregung. Diese Empfindung kann sie jedoch zu Beginn nicht einordnen. Das Gefühl von Weiblichkeit baut sich nur durch den direkten Kontakt mit dem Körper auf (vgl. Gille, 2015 und Emcke, 2013; siehe Kapitel 2.3.). Keines der Mädchen berichtet von erlebten Körperübungen während sexualpädagogischer Arbeit. Sie wünschen sich, dass sie ihre Körper spüren und schön finden könnten, wissen jedoch nicht, wie sie dies erreichen können. T1 fragt sich diesbezüglich: «Von wo holt man sich selbst diese Sicherheit? (…..)» (T1 156).

Die Mädchen vermissen im Unterricht Themen wie: Selbstbefriedigung, allgemein sexuelle Befriedigung, Bisexualität, Homosexualität sowie Analsex, Oralsex und umfassende Verhütungsmethoden, wie beispielsweise das Lecktuch.

Falls in sexualpädagogischen Unterrichtseinheiten die Geschlechter nicht getrennt sind, erleben die Mädchen dies als spannend, weil es gut sei, wenn alle «alles wissen». T3 ärgert sich über unterschiedliche Geschenke, welche den Jungen und Mädchen in der Primarschule ausgeteilt werden: «Wir haben kein Kondom bekommen. Das war wie die Jungs (..) war mega hohl! Jungs bekamen ein Blaues und Mädchen ein Pinkes» (T3 88).

Situationen, in welchen sie sich selbstständig anhand Videos informieren können, erleben sie eher als langweilig und «allein gelassen», sofern diese nicht anschliessend innerhalb der Klasse ausgetauscht werden. Dies weist auf die bedeutende mediale Begleitung von Jugendlichen hin, worauf Böhm und Budde (2020) aufmerksam machen (siehe Kapitel 2.4.). Auch erwähnen die Interviewteilnehmerinnen mehrmals, dass reines Vermitteln von Körperwissen, Ängste und Unsicherheiten oftmals nicht lösen oder sogar erst auslösen würden (siehe Kapitel 2.5.).

6.3. Kernaussagen über Kognitionen zu Sexualität und Körpergefühl

Die Denkweisen über erste Erlebnisse mit Selbstbefriedigung, wie «das darf man nicht», «ist verboten» oder «nicht richtig» sind bei den Interviewteilnehmerinnen deckend und die Erfahrungen diesbezüglich behalten sie hauptsächlich für sich selbst.

Bezüglich der homosexuellen Orientierung berichten die jugendlichen Mädchen gegenüber anderen Personen von einer offenen Haltung. Wenn es jedoch das Mädchen selbst betreffe, würde sie von Gedanken wie «möchte (..) zu der Norm gehören» (T3 140) oder meine Freundinnen finden dann «ich bin ein anderer Mensch» (T3 184) geplagt. Diese Gedanken werden als widersprüchlich wahrgenommen und als persönlich «belastend» beschrieben.

Im Zusammenhang mit dem eigenen Spiegelbild berichtet ein Mädchen von der «Macht der Gedanken». Auf der einen Seite möchte man sich nicht «verformen», wünscht sich einen gesunden Körper, jedoch seien die Gedanken trotzdem auf der Suche nach Fehlern. Das Wissen über Themen wie Körperbau und Schönheitsideale helfe nicht, dieses auf das Denken und Fühlen im eigenen Körper anzuwenden. Diese Beobachtung zeigt gemäss Sexocorporel, dass Körper und Geist eine Einheit bilden und sich gegenseitig beeinflussen (Schütz, 2019b; siehe Kapitel 4.). Die Gedanken über den eigenen Körper der Interviewteilnehmerinnen bleiben meist ablehnend oder werden durch die Wissens-

vermittlung erst kritisch. Dies zeigt sich in einem «unwohlen und unsicheren» Körpergefühl. Durch Kleider oder Schminke gelinge es, sich eine kurze Zeit schön zu finden, aber der Kopf glaube es nicht wirklich und somit sei es kein andauerndes positives Empfinden. Den jugendlichen Mädchen ist bewusst, dass solche Denkweisen «ungesund» sind, äussern jedoch, dass sie es nicht ändern könnten.

Erste Erfahrungen mit Pornografie bereut T4 im Nachhinein aufgrund folgender Gedankengänge: «nicht richtig», «nicht gut», «nur für den Mann», «unmoralisch» oder «ich darf das nicht schön finden». Die Frage, ob sie unterscheiden könne, zwischen fiktiven und realen Anteilen der Pornos, wird verneint.

6.4. Kernaussagen über sexuelle Selbstsicherheit

Unter sexueller Selbstsicherheit verstehen die Mädchen, dass man selbst dazu stehe, von welchem Geschlecht man sich angezogen fühle oder annehmen könne, dass man dies noch nicht wisse. Damit beschreiben sie die sexuelle Orientierung (siehe Kapitel 1.3.7.).

Ein sexuell selbstsicheres Mädchen wisse wer sie sei, womit sie das Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit ansprechen (siehe Kapitel 4.2.1.). Sie würde sich zeigen können, indem sie sich bauchfrei kleide und selbstbewusst auftrete. T3 meint, dass ein Kurzhaarschnitt ein Zeichen für sexuelle Selbstsicherheit sei, weil man sich nicht mehr hinter langen Haaren verstecken könne. Ein sexuell unsicheres Mädchen würde sich eher verstecken. Unerfahrenheit beim Küssen oder anderen sexuellen Aktivitäten löse Druck und sexuelle Unsicherheit aus. Die Teilnehmerinnen sind sich einig, dass ein Mädchen mit Kusserfahrung wisse «wie es geht», dass es «nichts schlimmes» ist und sie dadurch in ihrer sexuellen Selbstsicherheit gestärkt sei. Sexuelles Erfahrungswissen führe zu mehr Selbstvertrauen und Körperwissen zu besserem Verständnis sowie auch vermehrter Sicherheit im eigenen Körper. Diese Meinungen decken sich mit jener von Dodson (1989; siehe Kapitel 2.1.1.).

Aussagen anderer Jugendlichen würden sich auf die eigene sexuelle Selbstsicherheit auswirken. Wenn also eine andere jugendliche Person einen negativen Kommentar über ihren eigenen Körper laut aussprechen würde, könnte dies das Gefühl des eigenen Selbst beeinflussen. T2 äussert: «Dann ist es wie so, ich habe genau das gleiche. Also sprichst du auch mit mir schlecht. Oder so ich bin so dick und dann ich so du bist dünner als ich (…). Also so Sachen, wo man merkt, dass noch nicht alle ihren Körper akzeptieren können und auch andere Körper nicht akzeptieren können, so wie sie sind. (…..) (T2 107). Hingegen positive Kommentare im Sinne von Komplimenten würden das eigene Selbst stärken. Dazu sagt T2: «Das bringt es mega fest. Finde ich und es ist jeweils mega schön (…) (T2 107).

Zusammenfassend führe laut den Mädchen das Bewusstsein über eigene sexuelle Orientierung und Geschlechtszugehörigkeit, Tragen von körperbetonter Kleidung, Erfahrungen mit sexuellen Aktivitäten sowie Entsprechen eines Stereotyps zur sexuellen Selbstsicherheit. Die Komponente sexuelle Selbstsicherheit nach dem Modell Sexocorporel ergänzt die Autozentrierung und die eigenen sexuellen Lernschritte, welche die Erotisierung des eigenen sexuellen Archetyps ermöglichen (siehe Kapitel 1.3.4.).

6.5. Kernaussagen über die Fähigkeit von Exhibitionismus

Diese Kategorie ist nur mit wenigen Interviewausschnitten kodiert. Die Mädchen sind sich einig, dass es ihnen mit einem positiven Wohlgefühl im Körper und erlebten sexuellen Erfahrungen mit sich selbst besser gelinge, auf andere zugehen zu können. T1 sagt: «Wenn man mehr mit seinem Körper (..) zufrieden ist, dass man dann viel mehr kann (…) auf andere zugehen (..). Weil ich habe das Gefühl, seit ich mich unsicherer fühle in meinem Körper und unwohler, gehe ich auch weniger auf andere Menschen zu oder trenne mich auch mehr ab. Eben weil ich mich nicht so wohl mit mir selbst fühle» (T1 130).

Das erste sexuelle Erleben mit einem Gegenüber beschreiben die Interview-teilnehmerinnen als «ungewohnt». T4 weiss nicht, was sie erwarten wird und wie sich die Sexualität mit jemand anderem anfühlen würde. T2 meint dazu, dass sie sich mit sich selbst sicher fühle, aber mit einem Gegenüber sei sie unsicher, weil sie noch nie mit jemandem Sex gehabt habe. Die Mädchen haben jedoch Ideen, wie sie sich älteren oder sexuell erfahreneren Personen gegenüber sicherer fühlen könnten. Dabei erwähnen sie das Tragen von körperbetonender Kleidung oder Unterwäsche, das Anwenden einer bewussten Körpersprache, wie beim Flirten oder auch Witze machen. Auf diese Arten würden sie sich einer anderen Person gegenüber begehrenswert präsentieren können.

Welche Mädchen sich bereits die Fähigkeit von Exhibitionismus angeeignet haben, lässt sich anhand der Ergebnisse nicht feststellen. Sie wirken alle noch eher unsicher darin, sich sexuell liebens- und begehrenswert zu zeigen. Die Fragen der Interviewerin scheinen sie zu überfordern. T4 entgegnet auf die folgende Frage der Interviewerin: «Wie zeigst du dich einer anderen Person gegenüber als begehrenswert?» (I 145) mit der Antwort: «Möchte ich das (lacht)? (..) Also ich würde sagen so, eher enge Kleider (…) oder Unterwäsche (…) ja figurbetonte so (…….)» (T4 146). Gemäss Schütz (2019a) bedingt der Exhibitionismus ein gewisses Stolzsein auf die eigene Weiblichkeit, damit man sich selbst liebenswert, sexuell erregt und begehrenswert einer anderen Person zeigen kann (siehe Kapitel 1.3.4.).

6.6. Kernaussagen über die Fähigkeit von Narzissmus

Eine Frau zu sein, sei laut den Aussagen der Interviewteilnehmerinnen aufgrund Menstruationsschmerzen oder dem Zufriedensein mit dem eigenen Körper manchmal «streng». Das Gefühl dabei im eigenen Körper drücken sie als «unwohl» aus. Mit der Jugendzeit würden sich die Körper auf einmal sehr divers verändern. Pummelige Körper, dicke Finger, zu dünne Beine, zu wenige oder zu viele Kurven würden «Unwohlsein» auslösen. Diese Veränderungen der Körperformen und Emotionen beschreiben auch Emcke (2013) und Beilfuss (2018; siehe Kapitel 2.3. und 1.1.). Flaake (2001) weist darauf hin, dass Körperveränderungen aber auch Gefühle wie Freude und Stolz auslösen können (siehe Kapitel 2.5.).

Die Interviewteilnehmerinnen stellen den Bezug zu gesellschaftlich vermittelten Schönheitsidealen her und betonen den Unterschied im Urteilen über Körperformen. Denn der eigene Körper werde anders bewertet als derjenige einer Freundin. T2 äussert: «Bei sich selbst ist man doch immer ein bisschen strenger oder so, ich wäre gerne so oder so» (T2 21). Obwohl T1 wisse, dass ein Ideal nicht zu «ihr gehöre», versuche sie sich in etwas «hineinzuzwängen». T4 meint: «Sehe halt überall so perfekte Körper, sozusagen (..). Also ich weiss ja eigentlich selbst (lacht), dass es nicht perfekte Körper gibt und so und dass alles schön ist, aber an mir selbst, kann ich es dann eben doch nicht (..) so sehen» (T4 20).

Bewegungen im oder mit dem Körper führten nach T1 dazu, dass man ihn wieder besser spüren kann. Dadurch fühle man sich auch «wohler» darin. Es werden Erfahrungen mit einfachen Körperübungen, Sport, Yoga oder gesunder Ernährung genannt, welche ihren Meinungen nach, zu einem «wohleren» Körpergefühl führen könnten. T2 sagte: «Weil ich mich wie um meinen eigenen Körper kümmere. Ich fühle mich automatisch auch schöner und finde auch ich sehe besser aus. Und ich glaube es ist auch so mit dem Gefühl des Wertschätzens. Der Körper ist genug Wert, dass man ihn gesund behandelt.» (T2 103). T1 berichtet nach einer intensiven sportlichen Phase, dass sie glücklich wurde, weil sie ihre Kraft spüren konnte. Das blosse Anschauen des Körpers und dessen Veränderungen hätten nicht dazu geführt. Folgende liebenswert und begehrenswert empfundene Körperregionen sind aus den vier Interviews zusammengetragen: Gesicht, Lippen, Rücken, Taille, Popo, Bauch und Brüste mit dem Tragen eines Büstenhalters. Keines der jugendlichen Mädchen nennt dabei ihr Genitale.

T3 meint „bevor dich jemand lieben kann, sollte man sich vielleicht schon mal selbst lieben. (…) Geht auch wenn nicht, das habe ich nämlich auch schon geschafft. (..) Aber es ist deutlich einfacher, wenn (..) du dich wohl fühlst in deinem Körper (..)“ (T3 190). Laut Stefan

(2015) können Frauen durch das Liebenlernen des eigenen Körpers, sich selbst stärken (siehe Kapitel 2.2.).

6.7. Kernaussagen über das Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit GdG

Weil T1 kurze Haare trägt und T3 früher Jungenkleider mochte, überlegen sie sich bewusst, ob sie eine «Frau oder ein Typ» seien. Beide kommen zum Ergebnis, dass sie sich klar als Frau fühlen würden. T2 und T4 meinen, sie seien gerne eine Frau und fühlten sich wohl als Mädchen und als Frau. T4 mochte früher die Farbe Pink sehr und hat immer schon gerne Kleider angezogen. T2 sagt: «Also ich hatte nie das Gefühl, dass ich nicht diesen Körper und meine Brüste und so (lacht) also schon klar so Unsicherheiten, wie alle (….) aber nie so ich möchte einen ganz anderen oder einen männlichen Körper. Hatte ich nie das Gefühl (…) Ich bin auch irgendwie froh, dass ich eine Frau bin (lacht) ich bin gerne eine Frau (lacht)!“ (T2 13). Für die vier Interviewteilnehmerinnen ist klar, dass sie sich körperlich als Frau fühlen. Das Körpergefühl aller Mädchen stimmt mit ihrem biologischen Geschlecht überein. Bezüglich ihres Gefühls der Geschlechtszugehörigkeit scheinen sie jedoch alle vier Unsicherheiten mit ihrer eigenen Weiblichkeit zu haben. Sie fühlen sich entweder nicht genügend weiblich, weil sie zu dünn seien, zu kleine Brüste, zu wenig flachen Bauch oder zu viele Kurven hätten. Laut Schütz (2019a) ist das GdG lebenslang entwickelbar und zudem abhängig von der Intensität der individuellen Beziehung zum eigenen Geschlecht. Je intensiver diese Beziehung wird und desto sexuell selbstsicherer sich Frauen fühlen, desto sicherer wird das GdG (siehe Kapitel 4.2.1.).

6.8. Kernaussagen über die sexuelle Orientierung

T1 und T3 erläutern beide ihre erlebten Herausforderungen im Zusammenhang mit der sexuellen Orientierung. Da es als wichtiges Thema für die Mädchen im Zusammenhang mit der Selbstsicherheit erkannt wird, kann die induktive Kategorie «sexuelle Orientierung» gebildet werden. Für T2 und T4 sind dies keine belastenden Erfahrungen und sie äussern sich dazu nicht.

T1 und T3 fühlen sich bezüglich ihrer sexuellen Orientierung unsicher. T3 verspürt Anziehung zu beiden Geschlechtern und T1 eher gegenüber Frauen. Diese Gefühle lösen diverse Unsicherheiten in ihrem Fühlen, Denken und Verhalten aus. T3 fragt sich beispielsweise: «Ich weiss nicht ob ich einfach blockiert bin oder ob ich einfach das gar nicht (..) also mich gar nicht sexuell hingezogen fühle zu einer Frau» (T3 138). Beide sprechen von einer offenen Haltung betreffend der sexuellen Orientierung innerhalb der Familie. Sie selbst haben jedoch Hemmungen, offen mit ihren Familien über ihre eigenen

sexuellen Anziehungen zu sprechen und getrauen sich nicht, das Thema zu artikulieren. Die Gesellschaft definiere, was normal sei und sie wollten der Norm entsprechen, obwohl sie sich dabei unsicher fühlten. Döring (2019) zeigt auf, wie bedeutend die Kultur die Ausformung der Jugendsexualität beeinflusse. Sie nennt die sexuelle Identität eine wichtige Entwicklungsaufgabe während der Jugendzeit (siehe Kapitel 2.1.). Schwarz (2000) sprach bereits vor gut 20 Jahren von einem kulturellen Homosexualitätstabu (siehe Kapitel 2.2.). Dies scheint heute noch nicht ganz aufgehoben zu sein, denn die Mädchen schildern diese «Orientierungsphase» als «holprig» und die damit verbundenen Hemmungen als «belastend».

T3 will die Verliebtheitsgefühle zu einer Frau nicht wahrhaben. Sie kann nicht damit umgehen und verdrängt ihre Gefühle über eine längere Zeit: «Ich wollte es nicht kommunizieren, ich wollte, dass es weggeht (lacht), dass es nicht ist (…..)» (T3 176). Obwohl jugendliche Mädchen wissen, dass Homosexualität heute in der Gesellschaft viel akzeptierter ist, nehmen sie schmerzlich wahr, dass sie nicht der Norm entsprechen, wenn sie sich sexuell von Frauen angezogen fühlen.

Bei der Datenanalyse wird festgestellt, dass sich T2 und T4 zur sexuellen Orientierung gar nicht äussern und ihnen in der sexualpädagogischen Begleitung diesbezüglich nichts fehlt. Beide berichten ausschliesslich von sexuellen Aktivitäten mit männlichen Personen.

6.9. Kernaussagen über sexuelle Aktivitäten (SB, Petting, GV)

Im folgenden Kapitel werden die Ergebnisse der Unterkategorien **Selbstbefriedigung, Petting und Geschlechtsverkehr** sowie die Kategorie **sexuelle Lust und sexuelle Erregung** zusammengetragen.

Bei allen Interviewteilnehmerinnen sind sexuelle Aktivitäten ein zentrales Thema in ihren aktuellen Lebenswelten. Sexuelle Lust beschreiben sie als positive Wahrnehmung, weil es ein «angenehmes und gutes» Körpergefühl sei und nennen es einen «Drang oder ein Verlangen».

Die zwei Teilnehmerinnen T1 und T2 erzählen vom Küssen, «Rummachen» oder Petting. Diese beiden haben noch keine Erfahrungen mit Geschlechtsverkehr und diesbezüglich auch keine Eile. T1 meint Küssen sei «keine grosse Sache» aber «war schon gut». Sie denkt, dass sie sexuell wohl eher auf Frauen stehe. Ihre ersten Pettingerfahrungen seien nicht so gut und ungewohnt gewesen. Sie hat Selbstbefriedigung einmal zufällig durch eine Sportübung ausprobiert. Vorher habe sie nicht daran gedacht, dies auszuprobieren. Sie habe immer bei der gleichen Sportübung etwas wahrgenommen und dies aber ignoriert.

Doch einmal hatte sie die Idee, dass sie diesem Gefühl «auf den Grund gehen» (T1 61) möchte und sich danach am Geschlecht berührt. Das eine Mal erlebte sie es als «nicht schlecht», vor allem sei danach der unangenehme Druck im Körper weggewesen. Sie sei auch heute noch unsicher, ob sie dabei einen Orgasmus hatte, weil ihr dies damals noch so unbekannt gewesen sei und sie nicht wusste, wie sich ein Orgasmus anfühlen könnte. Für sie sei Selbstbefriedigung nicht wichtig und nichts, was sie aktuell bräuchte.

Bei der Kodierung führt diese Aussage der Interviewteilnehmerin T1 dazu, dass neben den Unterkategorien «angenehm» und «unangenehm» bei sexueller Erregung, «gleichgültig» als induktive Kategorie hinzugefügt und überprüft wird. T1 sagt ausserdem aus, dass sie Geschlechtsverkehr mit einem Jungen erleben will, damit sie wisse, wie es sei. Davon erwarte sie «nichts grosses». Sie geniesse es, mit Freundinnen im Ausgang zu tanzen und sich im Küssen auszuprobieren.

Die anderen drei Interviewteilnehmerinnen haben mehrfach Erfahrungen mit Selbstbefriedigung und teilen ähnliche Gefühle. Anfänglich, während der Selbstbefriedigung, sei das Körpergefühl «angenehm» gewesen, jedoch danach «komisch und unangenehm». Sie würden es bereuen und würden sich entweder «zu jung» dafür fühlen oder würden denken, das sei «nicht normal», «verboten» und hätten Angst, dabei erwischt zu werden. Zwei Mädchen sammelten ihre ersten Erfahrungen in der Badewanne und versteckten sich jeweils dabei. Diese Erzählungen wiedersprechen der Aussage von Schmidt (2014), dass Jugendliche heutzutage in Verbindung mit Selbstbefriedigung kaum Schuldgefühle verspüren würden (siehe Kapitel 3.3.). In ihrem sozialen Umfeld und auch in der Gesellschaft allgemein sei Selbstbefriedigung ein Tabu und man spreche nicht darüber. Aude und Matthiesen (2012) schreiben von der Hemmschwelle über Selbstbefriedigung zu reden (siehe Kapitel 3.3.). Auf die Frage hin, warum sich die Interviewteilnehmerinnen nach dem Gefühl von «bereuen» weitere Male selbstbefriedigt hätten, antworten sie, weil der Druck im Körper danach verschwunden gewesen sei, es zur Entspannung geführt habe oder auch die Selbstbefriedigung zur Einschlafhilfe geworden sei. Die drei jugendlichen Mädchen erleben Selbstbefriedigung phasenweise unterschiedlich oft.

Dank ihren Erfahrungen würden sich die Interviewteilnehmerinnen selbst besser kennen lernen und wüssten, was ihnen gefiele. Laut Schütz (2020) ist Selbstbefriedigung eine Grundfähigkeit und das Kennenlernen des eigenen Körpers stärkt die Fähigkeit ihn «schätzen und schützen» zu können. In der Theorie wird anhand einer Studie der BZgA (Bültmann, 2007) aufgezeigt, wie wichtig eine Begleitung und Hinführung zur Selbstbefriedigung für das befriedigende sexuelle Erleben der Mädchen sei.

T2 erzählt von einer undefinierten Erfahrung mit einem älteren Freund aus der Pfadfindergemeinschaft. Bei ihm fühle sie sich wohl, weil er spüre, dass sie sich noch nicht zum Geschlechtsverkehr mit ihm bereit fühle. Er gebe ihr dadurch ein sichereres Gefühl. Sie wisse nicht, ob es mit jemand anderem in einer solchen Situation nicht doch zu Sex gekommen wäre, also ob sie ihre Grenze wirklich hätte aussprechen können. Diese Aussage weist auf Schnarch (2011) hin, welcher betont, dass sich 16-jährige Mädchen oft an sexuellen Bedürfnissen eines Gegenübers orientieren, weil sie ihre eigenen noch nicht gut oder nicht kennen würden.

Die Interviewteilnehmerinnen T3 und T4 haben beide Erfahrungen mit Geschlechtsverkehr. Für T4 ist es wichtig, sexuelle Erfahrungen in Verbindung mit romantischen Gefühlen zu ihrem Gegenüber zu erleben. Sie hatte mit 15 Jahren ihren ersten Freund. Nach einer Zeit mit Pettingerfahrungen, erlebte sie ihren ersten Geschlechtsverkehr zusammen mit ihm. Das andere Mädchen hatte ihren ersten Geschlechtsverkehr ebenfalls in einer romantischen Beziehung und führt zum Zeitpunkt des Interviews eine offene Beziehung mit einem Jungen. Beide Interviewteilnehmerinnen verspürten beim ersten Eindringen des Penis in die Vagina «mega starke Schmerzen». Das erste Mal sei für beide «nicht etwas Schönes oder Angenehmes» gewesen. Sie begründen die Schmerzen damit, dass sie ängstlich und nervös gewesen seien und es deshalb weh getan hätte. Es sei aber auch schön gewesen, weil der damalige Partner ein besonderer Mensch in dem Moment für sie gewesen sei. Geschlechtsverkehr sei aber dennoch für beide in einer Beziehung wichtig. Bis zum Zeitpunkt des Interviews seien ihnen jedoch Nähe, Geborgenheit oder Kuscheln wichtiger als Sex. Beide könnten sexuelle Aktivitäten ausserhalb des penetrativen Vaginalverkehrs mehr geniessen und es entspräche eher ihren Bedürfnissen. Eines der Mädchen erklärt, dass sie in einer neuen romantischen monogamen Beziehung leben würde und sie dennoch beim penetrativen Geschlechtsverkehr weiterhin Schmerzen verspüre. Bei der Selbstbefriedigung erlebe sie jedoch keine Schmerzen, was sicher etwas Gutes sei.

Als Auslöser für ihre sexuelle Erregung nennen die Interviewteilnehmerinnen eigene oder fremde Berührungen, Filmszenen oder Pornografie sowie Sportübungen. Sie können die sexuelle Erregung als Kribbeln im Geschlecht oder Bauch abwärts, Pochen oder ein «Feuchtwerden» wahrnehmen. T3 sagt: «Ich merke auch, dass meine Vagina mehr durchblutet ist, irgendwie (….) ich weiss nicht, oder?» (T3 126). Das Körpergefühl in der sexuellen Erregung beschreiben die drei Mädchen als einfach schön, lustig, angenehm, wohl oder gut. Sich nicht zu befriedigen, wenn eine Erregung spürbar sei, würde sich im Körper unangenehm anfühlen. T1 meint, das Gefühl der sexuellen Erregung sei schon okay, aber sie brauche es momentan nicht.

6.10. Kernaussagen über die Selbstsicherheit

Die Interviewteilnehmerinnen sind der Meinung, dass die allgemeine Selbstsicherheit bedeute, dass jemand mache, was er möchte, viel und offen über Alltägliches reden könne und schnell neue Menschen kennenlernen würde. T2 meint, dass sie mit 12-13 Jahren am unsichersten und «mega schüchtern» gewesen sei. T4 fühlte sich früher nicht selbstsicher, weil sie sich in einen Jungen verliebte und danach von Kindern gehänselt wurde. Einige Jahre später, löste die Pilleneinnahme eine Unsicherheit in ihr aus, weil sie sich nicht mehr wie sich selbst fühlte. Dies führte bei ihr zu wenig Selbstvertrauen.

Bei den weiteren zwei Mädchen, T1 und T3, sei die Selbstsicherheit unterschiedlich und abhängig von ihren Lebensphasen stärker oder weniger stark ausgeprägt.

6.11. Kernaussagen über das soziale Umfeld

Die Interviewteilnehmerinnen teilen innerhalb der Familie kaum Fragen zum Thema Sexualität, wenn überhaupt, dann mit der Mutter oder einer älteren Schwester. Dies bestätigt die Aussage von Sielert (2015) dass sich Eltern nur begrenzt mit ihren Jugendlichen über «körperliche und sexuelle Entwicklungen» austauschen würden (siehe Kapitel 1.2.). Die familiären Beziehungen beschreiben die jugendlichen Mädchen als vertraut und offen, jedoch in Bezug auf andere Lebensthemen als die eigene Sexualität. Darauf wird jedoch in den Interviews nicht genauer eingegangen.

Der Austausch unter Freundinnen finde grundsätzlich statt, aber nicht über ganz persönliche Erlebnisse, wie beispielsweise das Thema Selbstbefriedigung. Sielert (2015) verwendet in diesem Zusammenhang die Begriffe der «sexuellen Verwahrlosung und sozialer Deprivation». Eine Interviewteilnehmerin erzählt, dass sie eine «Hemmschwelle» habe, darüber zu reden. Die jugendlichen Mädchen würden sich über Geschlechtsverkehr, Beziehungsthemen, Verhütung sowie Sorgen aufgrund einer befürchteten Schwangerschaft unterhalten. T1 schätzt diesen Austausch mit ihren Freundinnen besonders. Über Details oder sexuelle Handlungen, wüssten Freundinnen aber nicht Bescheid. T4 lebt in einer festen Beziehung und erzählt, dass sie mit ihrem Freund über ihren Körper reden könne. Dies helfe ihr, sich wohler darin zu fühlen, weil er sie schön fände und dies ihr auch mitteile. In diesem Zusammenhang nennt Stefan (2015) die Eigenliebe, welche von einem männlichen Gegenüber abhängig sei (siehe Kapitel 2.2.).

7. Diskussion

7.1. Stellungnahme zu den Thesen

- Die Analyse der Bedürfnisse jugendlicher Mädchen bezüglich sexualpädagogischer Begleitung ist eine grundlegende Voraussetzung, um möglichst nah an ihrem Entwicklungsstand ansetzen zu können.

Die Interviews zeigen auf, dass drei der jugendlichen Mädchen nicht wirklich mit der sexualpädagogischen Begleitung, welche sie erfahren haben, zufrieden sind. Die Interviewteilnehmerin T1 schildert beispielsweise, dass sie Unterrichtseinheiten über Geschlechtskrankheiten und Verhütung «traumatisiert» hätten und sie sich danach körperlich nicht gut gefühlt habe. Sie habe sich bei gewissen Inhalten vorgestellt, was dadurch in ihrem Körper ausgelöst werden würde. T3 schildert, dass sie von der Menstruationsblutung überrascht worden sei und ihr das Wissen darüber gefehlt habe. Sie sagt, dass sie «schockiert» war. In diesem Fall fehlt T3 eine rechtzeitige sexualpädagogische Aufklärung über den weiblichen Zyklus. Diese Erzählungen weisen darauf hin, dass die Hinführung zu den sexuellen Themen nicht entsprechend dem Lern- und Entwicklungsstand der Jugendlichen erfolgt. Ob der Lernstand und die Bedürfnisse im Voraus erfragt worden waren, ist nicht bekannt, denn darüber wurde im Interview nicht eingegangen.

Weiter wird erwähnt, dass Inhalte, wie beispielsweise die Benennung der Körperteile während der Schuljahre mehrmals wiederholt vermittelt wurden. Die Interviews zeigen des Weiteren auf, dass hingegen viele zentrale Lebensthemen der Jugendlichen im Unterricht nicht besprochen wurden. Dazu zählen beispielsweise: Sexuelle Orientierung, Austausch über gesellschaftliche Rollenbilder sowie persönliche sexuelle Erfahrungen. In diesen Bereichen fühlen sich die Jugendlichen zum Teil allein gelassen. T2 und T4 entsprechen im Hinblick auf die sexuelle Orientierung der heteronormativen Gesellschaft und erfahren keine physisch oder psychisch einschneidende Erlebnisse, die sie von der breiten Masse Gleichaltriger abheben würden. Dadurch wird deutlich, wie unterschiedlich die Bedürfnisse der Jugendlichen sein können und wie bedeutsam somit die Analyse ist.

Kultur und Gesellschaft unterliegen einem fortlaufenden Wandel und beeinflussen die Jugendsexualität stark. Laut den Ergebnissen der Interviews und den Aussagen von Sielert (2015) müssen die Inhalte der «Sexualaufklärung» stets der gesellschaftlichen Entwicklung angepasst werden.

Die erste These kann durch die Erlebnisse der Interviewteilnehmerinnen und der Theorie bestätigt werden.

- Sich im eigenen Körper nicht wohlzufühlen, verhindert den Zugang zur sexuellen Selbstsicherheit und beeinflusst das Erleben der eigenen Sexualität.

Die persönlichen Erfahrungen mit Selbstbefriedigung sind zu Beginn für alle Mädchen verunsichernd. Auf die ersten Versuche folgen zweifelnde Gedanken, dass es nicht richtig, sogar verboten sei und sie schämen sich für ihr Verhalten und ihr Erleben. Das Körpergefühl danach wird als unangenehm beschrieben. Keines der Mädchen habe sich darüber mit Bezugspersonen oder im sexualpädagogischen Unterricht austauschen können. Das unangenehme Gefühl schwächt die Mädchen in ihrer sexuellen Selbstsicherheit eher und besetzt das Erleben der Sexualität teilweise mit Schuld und Scham. Laut Sztenc (2020) braucht es einen positiven Zugang zum Genitale und dem Körper, als auch die Freude am Erleben der eigenen Sexualität, um die sexuelle Selbstsicherheit zu stärken. Desgleichen legt Schütz (2019a) dar, dass positive Gefühle durch Erfahrungen mit dem eigenen sexuellen Körper den Narzissmus festigen, worauf sich die sexuelle Selbstsicherheit aufbaut.

Die Interviewergebnisse zeigen auf, dass ein Bewusstsein dafür, dass viele Menschen kritisch über ihre Körperformen denken und sich deshalb unwohl fühlen, den jugendlichen Mädchen im Umgang mit ihrem eigenen Körpergefühl helfen. Mit sich selbst und dem eigenen Körper sind die Interviewteilnehmerinnen ebenfalls sehr kritisch und beurteilend. T3 geht es besser, wenn sie sich nicht im Spiegel betrachtet, weil ihr Blick auf den nackten Körper fehlersuchend sei. T4 sagt, dass sie überall perfekte Körper sehe, obwohl ihr bewusst sei, dass es diese gar nicht gäbe. Sie werde dadurch sehr unsicher. Gegen diese strenge Bewertung wissen die Mädchen nichts zu machen, ausser diese zu «akzeptieren», was dazu führt, dass alle vier Mädchen mit ihren weiblichen Körpern nicht wirklich zufrieden sind und sich sexuell nicht selbstsicher fühlen.

Das Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit bezieht sich nach Schütz (2019a) auf die Übereinstimmung vom Körpergefühl mit dem biologischen Geschlecht. Die Aussagen der Interviewteilnehmerinnen stützen die Theorie von Sztenc (2020), dass sich viele Menschen in ihrem Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit unzulänglich fühlen. Obwohl das Körpergefühl der Mädchen mit ihrem biologischen Geschlecht übereinstimmt, sind alle über ihren weiblichen Körper verunsichert. Es ist anzunehmen, dass sich diese Unsicherheit direkt auf das sexuelle Erleben der Mädchen auswirkt. T3 sagt, dass «sich selbst zu lieben»

und sich im Körper wohlzufühlen den sexuellen Kontakt zu einer anderen Person vereinfachen würde (T3 190).

Kognitives Wissen und sexuelle Erfahrungen geben Sicherheit im eigenen Körper und stärken laut den Ergebnissen der Interviews sowie auch der Theorie von Dodson (1989) das Wohlgefühl. Ein gutes Wohlgefühl im Körper, stolz sein auf die eigene Weiblichkeit und diese auch präsentieren zu können, stärkt laut Schütz (2019a) die Fähigkeit des Exhibitionismus und somit die eigene sexuelle Selbstsicherheit.

Die zweite These kann in den Einzelfällen der Interviews bestätigt werden. Allgemein gültige Aussagen für jugendliche Mädchen können jedoch aufgrund des begrenzten Umfangs der Untersuchung nicht gemacht werden.

- Eine vertrauensvolle Begleitung durch sexualpädagogische Arbeit kann Mädchen darin unterstützen, den eigenen sexuellen Weg zu finden.

Die Interviewteilnehmerinnen erzählen, dass sie Inhalte sexualpädagogischer Einheiten als spannend erleben, auch wenn diese zu dem Zeitpunkt noch nicht Teil ihres aktuellen Lebens seien. Das Wissen über Menstruation oder Verhütung vermittle ihnen Sicherheit und sie würden sich gut vorbereitet fühlen. Damit wird aufgezeigt, dass eine frühzeitige sexualpädagogische Aufklärungsarbeit Jugendliche befähigt, eigenes Körpergeschehen verstehen zu können. Sie fühlen sich dadurch sicherer und haben auch ein besseres Körpergefühl. Gegenfurtner und Gebhardt (2018) ergänzen hierbei, dass der Einstieg Jugendlicher in sexuelle Aktivitäten durch sexualpädagogische Aufklärung nicht beschleunigt wird und sie zusätzlich schützen kann vor homophobem Verhalten.

Die erlebte sexualpädagogische Begleitung besteht hauptsächlich aus theoretischer Wissensvermittlung. Sexualpädagogisches Lernen sollte nach Sielert (2015) lustbetont und aktiv handelnd sein, was aus hirnpsychologischer Sichtweise relevant ist, um etwas wirklich begreifen zu können. Reine kognitive Wissensvermittlung bezüglich der Sexualität kann die jugendlichen Mädchen, laut den Ergebnissen der Interviews, überfordern und sogar negativ beeinflussen. Zufolge Sielert (2015) sollten Jugendliche die Sexualität als sinnvolle Lebensenergie kennenlernen können und für eigene sexuelle Lernschritte angeregt werden. Ziel einer sexualpädagogischen Begleitung sollte es sein, dass die Teilnehmerinnen durch Wissensvermittlung eine Sprache und das Verständnis für Themen der Sexualität erlangen können. Dies benötigen sie, um eigene Schwierigkeiten, Unsicherheiten oder Fragen zu formulieren. Zudem sollten sich ihre sexuellen Handlungs-

und Entscheidungsfähigkeiten entwickeln, indem sie sich über die eigenen sexuellen Bedürfnisse bewusstwerden.

In den theoretischen Grundlagen wird geschildert, wie grundlegend die Beziehung zwischen Jugendlichen und sexualpädagogischen Fachpersonen ist wie auch das Antreffen einer vertrauensvollen Atmosphäre. Grundsätzlich zeigen die Interviews auf, dass ein Raum, welcher Sicherheit vermittelt und eine nahe Beziehung zur Fachperson relevant sind, damit sich jugendliche Mädchen wohlfühlen und sich getrauen, Fragen zu stellen. Das Interview mit T2 legt dar, dass bei ihr, durch ein offenes Vertrauensverhältnis während sexualpädagogischer Unterrichtseinheiten, viele Bedürfnisse an die sexualpädagogische Begleitung befriedigt wurden. Ein selbstständiges Erarbeiten und Zusammentragen von sexuellem Wissen erlebt T3 hingegen als «allein gelassen» und «langweilig». Es ist anzunehmen, dass T3 sich dadurch auf ihrem sexuellen Weg nicht genügend unterstützt gefühlt hat.

Jugendliche Mädchen müssen negative Auswirkungen sexualpädagogischer Unterrichtseinheiten, wie dies T1 erlebte, ansprechen können, um eigene sexuelle Lernschritte erfahren zu können. Es könnte sein, dass T1 Hemmungen hatte und sich deshalb nicht getraute, ihre Verunsicherung offen darzulegen. Eine nachfolgende Begleitung diesbezüglich, wobei die Befindlichkeit der Jugendlichen hätte erfragt werden können, hat womöglich nicht stattgefunden oder das grundlegende Vertrauensverhältnis zur Fachperson fehlte. Wenn die Möglichkeit nicht besteht, Unsicherheiten oder Fragen mit der Sexualpädagogin klären zu können oder ein Vertrauensverhältnis fehlt, werden jugendliche Mädchen auf ihrem Weg nicht genügend unterstützt. Bei T1 führt es überdies zu Unwohlsein im Körper. Gewisse Inhalte des übermittelten Sexualwissens hätte sie sogar als «schlimm» empfunden. Diese Schilderungen führen zu der Vermutung, dass T1 auf ihrem sexuellen Weg durch die sexualpädagogische Begleitung eher gehindert wurde.

Gewissheit über die eigenen Grenzen und Bedürfnisse des Körpers helfen gemäss den Interviewteilnehmerinnen bei sexuellen Kontakten mit einem Gegenüber, weil man sich sicherer fühlt. Laut Sielert (2015) soll dieser Lernprozess Teil sexualpädagogischer Arbeit sein.

Im Hinblick zum Thema der Masterarbeit, wird aufgezeigt, wie bedeutend die vertrauensvolle Begleitung und Hinführung zu Themen wie beispielsweise Selbstbefriedigung (Bültmann, 2007) oder sexuelle Grenzen (Sielert, 2015), als auch der Austausch über die individuellen Erfahrungen für das Wohlgefühl im Körper, das befriedigende sexuelle Erleben und das individuelle Lernen der Mädchen ist.

7.2. Beantwortung der Forschungsfrage

Um die Forschungsfrage beantworten zu können, werden aus den Interviews alle Bedürfnisse an die sexualpädagogische Arbeit zusammengetragen.

- Welche Bedürfnisse haben 16/17-jährige jugendliche Mädchen an die sexualpädagogische Arbeit basierend auf dem Modell Sexocorporel und ihrer sexuellen Selbstsicherheit?

Die jugendlichen Mädchen verfügen allgemein über ein grosses Interesse und viel Neugier zu diversen sexuellen und körperlichen Themen. Sie wollen erfahren, was alles zur Sexualität gehört. Vieles wissen sie bereits, haben jedoch Schwierigkeiten zwischen Realität und Fiktion zu unterscheiden. Die Gewissheit zu haben, dass man in der Sexualität unendlich viel ausprobieren kann und kreativ sein darf, gibt ihnen ein sicheres Gefühl.

Ein weiteres Bedürfnis stellt die Herausforderung mit negativen beurteilenden Gedanken über den eigenen Körper dar. Trotz viel vorhandenem Wissen über gesunde Körperformen oder Ernährung, können die Mädchen den Einfluss ihrer belastenden Gedanken auf das Körpergefühl nicht steuern. Sie fühlen sich nicht handlungsfähig und wünschen sich sexualpädagogische Unterstützung im Umgang mit ihren Gedanken. Im Modell Sexocorporel wird damit die kognitive Komponente angesprochen, welche Kenntnisse, Denkweisen sowie auch Normen und Idealisierungen beinhaltet. Diese wirken auf die weiteren Komponenten des Modells und daher auf die Gesamtheit sexueller Lernschritte jedes Individuums.

Die Mädchen wollen sich selbst entdecken, kennenlernen und erfahren, dass Selbstbefriedigung „etwas Schönes“ ist. Dadurch können sie selbstsicherer werden, weil sie herausfinden, was ihnen gefällt und was nicht. Sie streben an, es erst allein zu erleben, damit sie ihre Bedürfnisse im sexuellen Kontakt mit einer anderen Person mitteilen können, also im Sinne von «*learning by doing*». Die jugendlichen Mädchen wünschen sich, dass sie die Berührungen von anderen Personen als schön empfinden können. Das Kennenlernen der Erregungsfunktion, Ausprobieren der Erregungsmodi und Wahrnehmen der Sinnesempfindungen im Köper stellt die Physiologische Komponente vom Modell Sexocorporel dar.

Ein weiteres Bedürfnis erwähnen die Mädchen mit dem Besprechen von Grenzerfahrungen in sexuellen Situationen. Sie wünschen sich, dass sie dabei nur so weit gehen, wie es beiden Beteiligten in den jeweiligen Situationen angenehm ist. Sie fühlen sich jedoch bezüglich ihres Verhaltens und ihrer Kommunikationsfähigkeit unsicher und ihnen fehlt eine

unterstützende Begleitung. Hier wird deutlich, wie wichtig die Fähigkeit der Kommunikation in der Beziehungskomponente im Modell Sexocorporel ist.

Die jugendlichen Mädchen schätzen eine vertrauensvolle, lockere Beziehung und den offenen Umgang mit der sexualpädagogischen Fachperson. Dadurch können komische oder peinliche Situationen verhindert werden und sie getrauen sich Fragen zu stellen. Eine weitere Fähigkeit der Bindung, ebenfalls aus der Beziehungskomponente im Modell Sexocorporel, wird damit zum Bedürfnis der Jugendlichen. Ein starker Klassenzusammenhalt würde gemäss den Mädchen eine ruhige, sichere Atmosphäre schaffen und einen natürlichen Austausch untereinander ermöglichen. Neben der Lockerheit und dem Vertrauen, sind für die Mädchen auch Freude und Humor wichtige Bestandteile der sexualpädagogischen Arbeit.

Sie beabsichtigen hauptsächlich mit Freunden oder in vertrauten Gruppen im sexualpädagogischen Unterricht über sexuelle Themen zu reden. Beim Austausch über persönliche Erfahrungen ist es relevant, dass sie die Themen und Situationen selbst wählen können. Zu realisieren, dass andere Personen ähnliche Erfahrungen oder Gefühle, wie beispielsweise Unsicherheit oder Zweifel bezüglich der eigenen Körperformen erleben, hilft ihnen im eigenen Umgang dabei. Diese Erfahrung erzeugt eine Verbundenheit und kann überdies das Schamgefühl vermindern. Die jugendlichen Mädchen wünschen sich im sexualpädagogischen Unterricht sowohl gemischte als auch getrennte Geschlechter-gruppen. Sie versuchen ihre Sinneswahrnehmungen im Körper zu verstehen und zuordnen zu lernen, weil sie durch die Gespräche inzwischen davon überzeugt sind, dass sie dadurch ein sichereres Körpergefühl ausbilden können. Ein weiteres Bedürfnis zeigt sich im Umgang mit dem eigenen Körpergefühl in Verbindung mit sportlichen Tätigkeiten wie Yoga oder Kraftübungen. Durch ein sportliches Auspowern oder meditatives Yoga erfahren sie ein Wohlgefühl im Körper. Sie beschreiben, dass sie während der sportlichen Aktivitäten nicht nachdenken können und sich anschliessend gut und glücklich in ihren Körpern fühlen. Durch das wohlere Körpergefühl empfinden sie sich auch automatisch schöner in ihren Körpern. Dies weist auf die Einheit von Körper und Geist nach dem Modell Sexocorporel hin und unterstreicht die Wirkung von Körperübungen. Der Körper und der Geist sind als eine «untrennbar funktionale Einheit» verbunden und somit beeinflussen sich Fantasien und Sinnesempfindungen des Körpers gegenseitig (Schütz, 2019b).

Die genannten Bedürfnisse sind für das Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit, die sexuelle Selbstsicherheit, der sexuelle Stereotyp und sexuelle Archetyp zentral. Diese Fähigkeiten zählen zur Sexodynamischen Komponente im Modell Sexocorporel und stellen die Bedeutung der körperlichen Wahrnehmung ins Zentrum.

Die jugendlichen Mädchen informieren sich gerne zusätzlich anhand digitaler Medien, besuchen Ausstellungen zu sexuellen Themen oder führen ein Selbststudium mit Hilfe von Büchern. Zur anschliessenden Auswertung und Vertiefung wünschen sie sich vertrauensvolle Bezugspersonen, wie einen Partner, eine Freundin oder eine sexualpädagogische Fachperson, um Fragen besprechen zu können. Wenn dies nicht möglich ist, fühlten und fühlen sie sich oft überfordert und mit sexuellen Themen allein gelassen.

Damit es keine Wiederholungen der Themen gibt, wären Absprachen unter den Lehr- und Fachpersonen von Bedeutung. Skulpturen und Modelle des weiblichen Körpers und des weiblichen Geschlechtes empfinden sie als spannend, weil sie damit das Innere und Äussere der Körper begreifend erlernen können. Die Vermutung wird geäussert, dass das Erlernte so besser im Gedächtnis bliebe

Die Bedürfnisse der jugendlichen Mädchen sind divers, entsprechend ihren Persönlichkeiten, ihrem sozialen Umfeld, ihrem Bildungsniveau, ihrer Geschlechtsreife und ihren sexuellen Erfahrungen. Der Zeitpunkt der sexualpädagogischen Begleitung, die Themenauswahl und die Gestaltung vom Einstieg ins Thema Sexualität, stellen sich als bedeutend heraus. Zudem schätzen die Mädchen eine Anlaufstelle bei der Fachperson oder einer Hilfetelefon-Nummer, wenn nachträglich Fragen oder Unsicherheiten aufkommen. Sie freuen sich teilweise über kostenfreie Kondome, Hygieneartikel oder einen Brief mit einem «Rezept für gute Tage». Doch erlebt T3 ein erhaltenes Geschenke-Set als Geschlechter-Klischee und empfindet es als «mega hohl», dass nur Jungs Kondome bekommen.

Die Mädchen streben eine umfassende sexualpädagogische Begleitung an, wobei nicht nur Wissen vermittelt werden sollte, sondern auch Praktisches und Persönliches besprochen werden könnte. Ein zentrales Thema ist der Umgang mit Schmerzen beim Sex oder bei der Menstruation. Diese Bedürfnisse entsprechen der sexologischen Herangehensweise nach dem Modell Sexocorporel, in welchem alle Komponenten, welche sich in der Entwicklung der Sexualität gegenseitig beeinflussen, evaluiert und miteinbezogen werden (Schütz, 2019b). Das Modell orientiert sich laut dem Institut für Sexualpädagogik und Sexualtherapie in Zürich (2022) am Individuum und seinen «Ressourcen und Fähigkeiten», wodurch ein umfassender Blick auf die gelebte Sexualität ermöglicht wird.

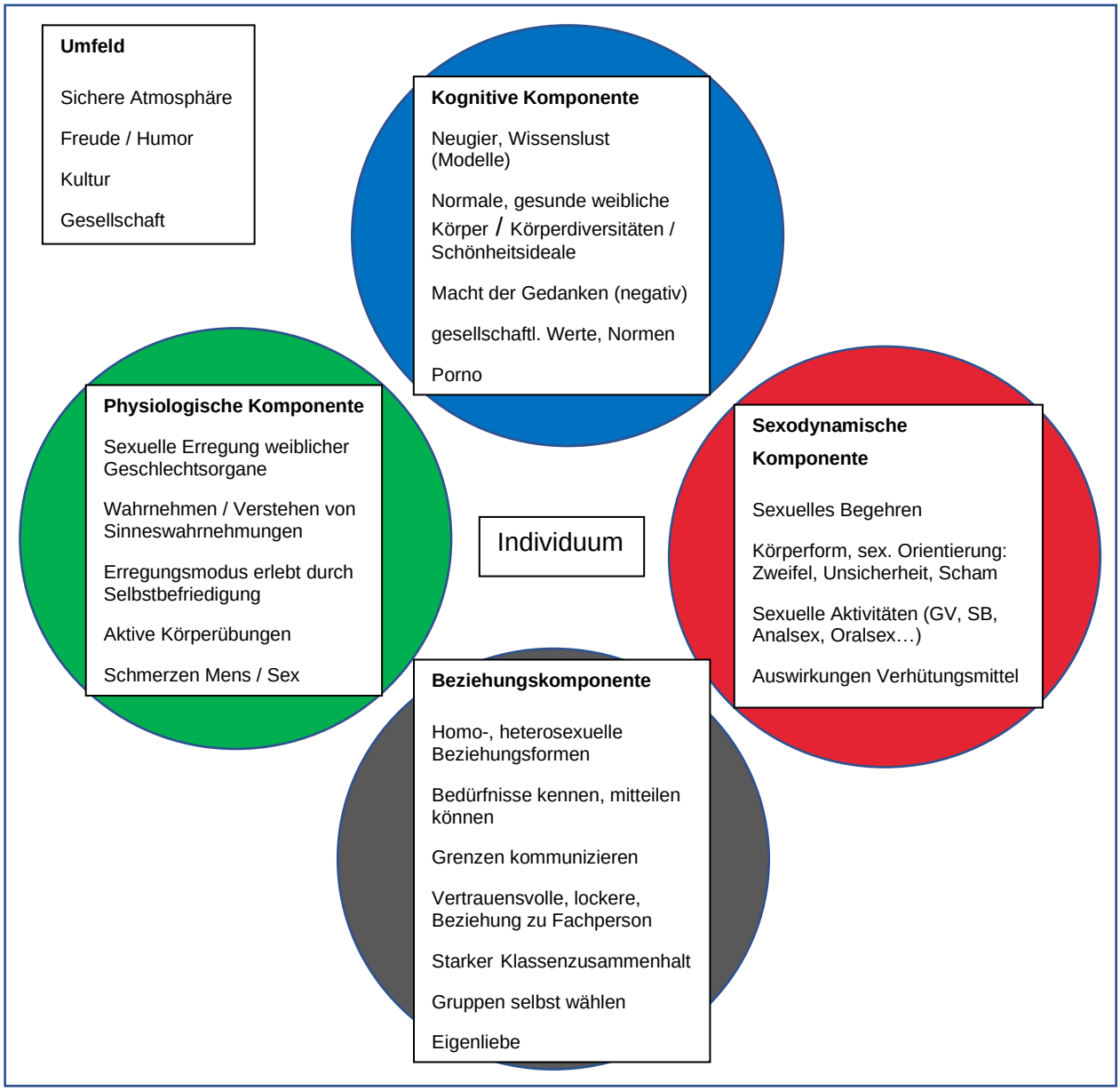
Die jugendlichen Mädchen wünschen sich einen gemeinsamen Austausch über Körperdiversität, Schönheitsideale und gesunde, weibliche Körperformen. Sie haben das Bedürfnis, sich nicht nur über körperliche Veränderungen im Jugendalter zu unterhalten, sondern auch über deren psychische, emotionale sowie seelische Auswirkungen. Bei den

weiblichen Geschlechtsorganen streben die Mädchen nicht nur die Benennung an, vielmehr interessiert sie deren Reaktionen bei sexueller Erregung. Sie suchen nach einer Norm, woran sie sich orientieren können, und fühlen sich hilflos, wenn sie sich allein im Internet informieren müssen. Es kommt aber auch vor, dass sie die entsprechenden Informationen nicht finden können.

Abschliessend folgt eine Aufzählung, welche die Themen auflistet, die von den jugendlichen Mädchen als Bedürfnisse an eine sexualpädagogische Begleitung, im Hinblick ihrer sexuellen Selbstsicherheit, genannt werden. Alle diese Themenbereiche waren bei den erlebten sexualpädagogischen Unterrichtseinheiten der Interviewteilnehmerinnen keine inhaltlichen Bestandteile.

- Selbstbefriedigung
- Sexuelle Befriedigung
- Sexuelle Orientierung, Bisexualität und Homosexualität
- Analsex und Oralsex
- Alle Verhütungsmethoden wie beispielsweise das Lecktuch
- Mögliche psychische Auswirkungen durch die Pilleneinnahme
- Macht der Gedanken
- Körperübungen
- Pornografie versus Realität und die Rechte bei Konsumation rund um Pornografie
- Homo- und heterosexuelle Beziehungen
- Eigenliebe

Abbildung 1. Bedürfnisse der Interviewteilnehmerinnen an die sexualpädagogische Arbeit basierend auf dem Modell Sexocorporel



7.3. Ausblick für die sexualpädagogische Arbeit

Dank der Untersuchung dieser Masterarbeit wird aufgezeigt, dass die Forschungsfrage den Blick auf wesentliche Bereiche und Lebensthemen jugendlicher Mädchen gelenkt hat. Mithilfe der Darstellung der Bedürfnisse jugendlicher Mädchen anhand der Komponenten des Modells Sexocorporel (siehe Abbildung 1. Bedürfnisse der Interviewteilnehmerinnen an die sexualpädagogische Arbeit basierend auf dem Modell Sexocorporel) wird bewusst eine Grundlage für die zukünftige sexualpädagogische Arbeit erstellt. Ziel ist es, die Vorkenntnisse bezüglich Sexualität und Bedürfnisse der Jugendlichen an die sexualpädagogische Begleitung vorgängig zu ermitteln. Mit dem Modell Sexocorporel wird ein umfassender, verbindender, flexibler und aktiver sexualpädagogischer Unterricht möglich, wobei alle Bereiche der Sexualentwicklung miteinbezogen werden können. Die Gestaltung soll gemeinsam mit den Jugendlichen stattfinden, damit an ihrem Erfahrungswissen angeknüpft und dadurch sexuelles Lernen optimal und individuell ermöglicht werden kann.

Durch ein sportliches Auspowern oder meditatives Yoga kann sich bei den jugendlichen Mädchen ein Wohlgefühl im Körper einstellen. Sie beschreiben, dass sie dabei nicht nachdenken müssen und somit nicht ins Grübeln kommen, sondern sich anschliessend gut, glücklich und sogar schöner in ihren Körpern fühlen. Das Körpergefühl in Verbindung mit Bewegung ist ein zentraler Ansatz des Modells Sexocorporel und ermöglicht den Mädchen zu lernen, wie sie ihre Sinneswahrnehmungen bewusst spüren und erkennen können. Sparmann (2018) zeigt in «Lustvoll körperwärts» Körperübungen, welche Anteil in der sexuellen Bildung von jugendlichen Mädchen sein könnten.

7.4. Limitationen

Wie in den vorangehenden Kapiteln (siehe 7.1. und 7.2.) erwähnt wird, können die Thesen im Rahmen der Masterarbeit ausschliesslich auf die Lebenswelten der vier jugendlichen Mädchen beantwortet werden. Durch die qualitative Untersuchung ist es nicht möglich, allgemein gültige Aussagen für 16- und 17-jährige Mädchen zu treffen. Für die zukünftige Forschung und sexualpädagogische Arbeit werden jedoch zentrale Lebensthemen und viele Bedürfnisse der Mädchen an die Gestaltung der sexualpädagogischen Arbeit aufgezeigt.

Aufgrund des zeitlichen Aufwandes und der Begrenzung des Umfangs dieser Masterarbeit, wird bewusst auf eine detaillierte Beschreibung nonverbaler Beobachtungen der jugendlichen Mädchen verzichtet.

Die in der Forschungsmethode gewählten Kriterien der Glaubwürdigkeit (Lincoln & Guba, 1985; siehe Kapitel 5.1.) wurden nach persönlichen und zeitlichen Grenzen der Untersuchungsperson angewendet. Es hätten zudem weitere Bereiche, wie beispielsweise unterschiedliche Pettingformen bei der Sexualität von jugendlichen Mädchen, erfragt werden können. Es ist anzunehmen, dass sich auch diese sexuellen Aktivitäten auf die sexuelle Selbstsicherheit auswirken könnten.

Anfangs wurde die Rolle als Interviewerin herausfordernd erlebt, weil ein einseitiges Gespräch stattgefunden hat. Die Antworten sollten nicht gelenkt oder mit eigenen Wertungen versehen werden. Wenn die Teilnehmerinnen zurückhaltend mit Antworten waren, war die Interviewerin gefordert, sie ins Erzählen zurückführen zu können. Bei Sprechpausen wurde zugewartet und nicht auf Antworten hingedrängt. Wenn Unsicherheiten oder Hemmungen auftauchten, versuchte die Interviewerin die Frage anders zu formulieren. Eine zusätzliche Herausforderung war es, dass die Interviewerin bei spontanen Nachfragen keine geschlossenen Fragen formulieren wollte. Bei Interviews mit grossen narrativen Anteilen, bestand das Risiko, dass die Teilnehmerinnen vom Thema abweichen könnten. Es gelang der Interviewerin immer wieder, den Gesprächsverlauf zum Thema zurückzulenken und so nah an der grundlegenden Fragestellung bleiben zu können. Mit der Zeit wurde die Interviewerin in der Interviewführung und Formulierung der Fragen immer sicherer.

Bei der Inhaltsanalyse der Interviews wurde erkannt, dass die Selbstbefriedigung detaillierter hätte evaluiert werden können. So könnte man hinsichtlich der Mädchen und ihren Beziehungen zum eigenen Geschlecht genauere Aussagen treffen. Nach dem Modell Sexocorporel wäre dies die Erotisierung des eigenen Geschlechts, was sich unteranderem im sexuellen Archetyp zeigt (Schütz, 2019a). Sexueller Archetyp und Sexueller Stereotyp wurden vorgängig als deduktive Kategorien gewählt. Sie stellten sich jedoch nicht als Schlüsselkategorien heraus, weshalb der Kodierleitfaden angepasst wurde. Beide konnten in der Kategorie Gefühl der Geschlechtszugehörigkeit GdG integriert werden. Das wichtigste Ziel während der Interviews war, dass sich die Mädchen vollkommen wohlfühlen konnten. Die erzeugte vertrauensvolle Atmosphäre hätte durch ein drängendes Ausfragen über intime Themen zerstört werden können. Da die Interviewfragen rund um die Themen der eigenen Sexualität grundsätzlich neu für die Mädchen waren, wollte die Interviewerin bewusst feinfühlig vorgehen. Es wurden viele Detailfragen und ergänzende Verständnisfragen gestellt, jedoch stets mit dem Ziel, dass die Teilnehmerinnen freiwillig entschieden, was sie mitteilen wollten.

Das Herkunftsland der Interviewteilnehmerinnen war bei allen die Schweiz. Dies ergab sich zufällig, weil sich niemand mit anderer Nationalität gemeldet hat. Ob dies nun nur ein Zufall war oder ob es dafür entscheidende Gründe gibt, wurde in dieser Arbeit nicht untersucht.

Alle jugendlichen Mädchen besuchten die Sekundar- oder Kantonsschule. Das Bildungsniveau war demnach bei allen Beteiligten im höheren Bereich. Spannend wäre der Vergleich mit Mädchen, welche ein bedeutend tieferes Bildungsniveau haben. Gemäss der BZgA (2016) seien Mädchen mit einem höheren Bildungsgrad masturbationserfahrener. Laut Scharmanski und Hessling (2021c) hätten sie zudem auch mehr Zugang zu sexualpädagogischem Unterricht. Vielleicht haben jedoch genau diese Gründe dazu geführt, dass sich vor allem bildungsnahe und sexuell erfahrenere Mädchen für das Interview interessiert und gemeldet haben.

Während des Untersuchungs- und Schreibprozesses dieser Masterarbeit gab es einige technische Probleme und Herausforderungen, wobei die Untersuchungsperson kreative Lösungen finden musste.

7.5. Implikationen für die Forschung

Die Ergebnisse dieser Untersuchung belegen den Stand der Forschung, dass sich jugendliche Mädchen grundsätzlich mit ihren Körperformen unsicher fühlen. In Bezug auf die sexuelle Selbstsicherheit wurde wenig geforscht. Die Interviewaussagen zeigen jedoch auf, dass sich kognitives Wissen und sexuelle Erfahrungen auf das Wohlgefühl im Körper und somit auch das Gefühl der sexuellen Selbstsicherheit auswirken kann (siehe Kapitel 2. und 3.). Jedoch stellen dabei die Rahmenbedingungen wesentliche Voraussetzungen dar: Beziehung zur Fachperson, Zusammenhalt unter den Jugendlichen und freie, aktive Gestaltung sowie Mitbestimmungsrecht der Jugendlichen. Es wäre wertvoll, wenn zukünftige Studien mit zahlenmässig bedeutend umfangreicheren Stichproben untersuchen könnten, wie sich die aktuell erlebte sexualpädagogische Arbeit auf die sexuelle Selbstsicherheit der jugendlichen Mädchen und auch die der Jungen auswirkt und welche Bedürfnisse unbefriedigt bleiben. Mit jenen Ergebnissen und den von Sielert, Schütz, Sanyal sowie weiteren Autoren, welche in dieser Arbeit erwähnt werden, könnte man sich den Bedürfnissen und Lebenswelten der Jugendlichen annähern.

Für eine weitere Untersuchung wären Videoaufnahmen der jugendlichen Mädchen spannend, da so die nonverbale Kommunikation, wie Gestik oder Mimik, in die Untersuchung integriert werden könnten. Im Zusammenhang mit der sexuellen Selbstsicherheit und dem Erleben des Körper-Wohlgefühls der Mädchen, könnten dadurch zusätzlich relevante Informationen für die sexualpädagogische Arbeit gewonnen werden.

Gemäss Bodmer (2013) und Döring (2019) gibt es wesentliche Entwicklungsaufgaben, welche die Jugendlichen zu bewältigen haben. Bodmer (ebd.) erwähnt, dass neue Entwicklungsaufgaben erst angegangen werden könnten, wenn vorangehende erfolgreich bewältigt wurden. In diesem Sinne wäre es interessant zu erforschen, wie es sich auf zukünftige Entwicklungsaufgaben von Jugendlichen auswirkt, wenn beispielsweise die sexuelle Identität in der Jugendzeit nicht gefestigt oder die Selbstbefriedigung nicht entdeckt wurde.

7.6. Fazit

Die Untersuchung zeigt, dass die jugendlichen Mädchen wenig Bedürfnisse nach reiner kognitiver Wissensvermittlung von Sexualität haben. Sie verfügen allgemein über viel Wissen, auch medial vermitteltes, sind jedoch überfordert, wenn sie diese Informationen nicht begleitend verarbeiten können. Um am Lernstand der Mädchen anknüpfen zu können, ist eine vorangehende Analyse dessen unabdingbar. Zudem brauchen die Jugendlichen eine aktive, persönliche, auch körperliche Auseinandersetzung mit sexuellen Themen, um das eigene Wissen erweitern zu können. Wie die Ergebnisse der Untersuchung zeigen, wird dadurch auch ihr Gefühl im eigenen Körper und die sexuelle Selbstsicherheit gestärkt. Die Förderung einer «ganzheitlichen Sexualaufklärung» im sexualpädagogischen Unterricht ist demzufolge unerlässlich (siehe Kapitel 1.3.5.). Die Mädchen wünschen sich Mitsprache bei der Gestaltung, freiwilliges, offenes Teilen von Erfahrungswissen und biologisches Lernen an Modellen des weiblichen Geschlechts.

An dieser Stelle ist zu betonen, wie zentral eine Modernisierung der sexuellen Aufklärung in der sexualpädagogischen Arbeit ist. Nicht nur Fachpersonen der Sexualpädagogik, sondern auch Lehrpersonen und Eltern oder Erziehungsberechtigte sollten sich mit den Themen der Sexualität und sexuellen Selbstsicherheit auseinandersetzten. Um wertefrei und von Normen distanziert sexualpädagogischen Unterricht durchzuführen, sollten sich die Lehrpersonen optimal darauf vorbereiten und beste Kenntnisse des Körpers aus biologischer und sexueller Sicht haben. Zudem bedingt es für alle Beteiligten eine vorangehende persönliche Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper und der individuellen Sexualität.

Auf jeden Fall sind Rückschritte in der Entwicklung der sexualpädagogischen Arbeit zu vermeiden, damit Kinder und Jugendliche bestmöglich in ihrer sexuellen Entwicklung unterstützt werden können. Weiter sollten Begriffe, welche schambehaftet sind aus dem Alltagswortschatz durch zeitgemässe Ausdrücke ersetzt werden. Beispielsweise sollte sich generell ein Bemühen dahingehend entwickeln, das Wort «Scham» für die Bezeichnung

der Körperteile zu vermeiden und Begriffe wie Schambereich, Schambehaarung, Schambein, Schamlippen neu zu benennen. Das Wort «Scham» führt immer wieder zurück auf das Tabuisieren der Sexualität, was absolut vermieden werden sollte.

Die Interviewteilnehmerin T1 äussert folgenden Wunsch: «(…) soll man auch etwas menschlich herangehen, was etwas bringt (…). Ich finde die Schule sollte uns auch etwas im Leben bringen und nicht nur einfach Hormone, sondern dass wir etwas davon mitnehmen können, wo uns für Persönlichkeitsbildung oder allgemein (…) eben im Selbst- oder Körpergefühl guttun würde. Ja voll (….)» (T1 164).

Die Neugier und das grosse Interesse der jugendlichen Mädchen an der Untersuchung und den Themen der Sexualität und Selbstsicherheit lassen vermuten, dass allgemein mehr Unterrichtszeit für sexualpädagogische Arbeit eingesetzt werden sollte. Es ist jedoch anzunehmen, dass es eine zeitgemässe und fachgerechte Weiterbildung für Eltern, Erziehungsberechtigte sowie Lehrpersonen und Fachpersonen sexualpädagogischer Arbeit benötigt, um dies im Alltag umsetzen zu können.

Bedeutsam scheint, zufolge der Ergebnisse dieser Masterarbeit und der Meinung von Flaake (2019), das Bedürfnis jugendlicher Mädchen der gesellschaftlichen Norm entsprechen zu können. Je genauer jedoch eine Norm definiert wird, desto enger werden die Richtlinien und umso strenger wird die eigene Bewertung, inwiefern man der Norm entspricht. Wie die Interviewaussagen aufzeigen, wirkt sich dies wiederum auf das Gefühl der sexuellen Selbstsicherheit aus. Aus den Interviews lässt sich folgendes ableiten: Eine offene und inklusive Herangehensweise an Themen der Sexualität, wie beispielsweise die weiblichen Körperformen, kann jugendliche Mädchen bestmöglich auf ihrem sexuellen Weg unterstützen. Die gleichzeitige Entfernung von Definitionen eines Normwertes und Orientierung an den Bedürfnissen der Mädchen kann sie in ihrer sexuellen Selbstsicherheit stärken. Das Ansprechen von Tabuthemen, wie die Selbstbefriedigung oder Schmerzen beim Geschlechtsverkehr, soll eine lebensnahe sexualpädagogische Begleitung der Jugendlichen begünstigen.

Weiter bestätigt diese Masterarbeit, dass durch Körpererfahrungen wie beispielsweise erste sexuelle Aktivitäten oder Sportübungen das Wohlgefühl im eigenen Körper verbessert werden kann. Durch das Kennenlernen des weiblichen Körpers, kann die Fähigkeit des Narzissmus aufgebaut und somit die sexuelle Selbstsicherheit gestärkt werden. Laut Schütz ist das Schätzenkönnen des eigenen Körpers und das Stolzsein auf das Genitale für den Schutz dessen grundlegend.

Abschliessend ist darauf hinzuweisen, wie durch diese Masterarbeit aufgezeigt wird, dass eine sexualpädagogische Begleitung mehrere wirkungsvolle Möglichkeiten bietet, 16- und

17-jährige jugendliche Mädchen auf ihrem sexuellen Weg und in ihrer sexuellen Selbstsicherheit unterstützen zu können. Es gilt den sexualpädagogischen Unterricht mit seinen Inhalten und in Bezug auf die Zeiteinheiten auszubauen – immer in Bezug auf die entsprechenden Bedürfnisse der jugendlichen Mädchen.

7.7. Persönliches Schlusswort

An dieser Stelle will ich mich als Untersuchungsperson bei den Interviewteilnehmerinnen für ihre Begeisterung und Offenheit an der Untersuchung bedanken. Der intime Einblick, welchen sie mir vertrauensvoll ermöglicht haben, ist für mich wertvoll. Ein weiterer Dank gilt Professor Dr. Heinz Jürgen Voss für seine flexible und stets motivierende Begleitung im Arbeitsprozess. Professorin Dr. Maika Böhm danke ich für ihr Engagement und ihr Interesse daran, meine Masterarbeit zu studieren und ihre Anregungen mit mir zu teilen.

Ich, bin überaus motiviert, die Ergebnisse dieser Masterarbeit in meine zukünftige sexualpädagogische Arbeit miteinfliessen zu lassen. Die Auseinandersetzung mit vielfältiger Literatur sowie die persönlichen und intimen Interviews mit den jugendlichen Mädchen haben mich gelehrt, wie unterschiedlich ihre Bedürfnisse sein können. Es bestehen viele Unsicherheiten und Fragen, aber auch grosse Hemmungen, diese anzusprechen. Ausserdem fehlt es oft an Bezugspersonen, um persönliche Anliegen austauschen zu können. Hier erkenne ich den bedeutenden Bedarf an einer Erweiterung sexualpädagogischer Unterrichtseinheiten durch sexologische Fachpersonen. Ich verspüre eine persönliche Motivation im Rahmen meiner Möglichkeiten mit den Workshops diesen Bedarf zu decken.

Als Mutter zweier Kinder, wünsche ich mir auch, sie beide weiterhin bedürfnisnah in ihrer zukünftigen Jugendzeit begleiten und sie in ihrer sexuellen Selbstsicherheit bestärken zu können. Die Lebenswelten der Sexualität von Jugendlichen unterliegen einem stetigen Wandel und ich erkenne es als meine Pflicht als Mutter, für diese Veränderungen offen zu bleiben und mich bewusst damit auseinanderzusetzen.

Meine persönliche Weiterentwicklung in sexuellen sowie auch körperlichen Lebensbereichen, welchen ich weiterhin mit grosser Neugier und Freude nachgehen will, sind für mich von grosser Bedeutung.

«Nirgendwo auf der Welt gibt es jemanden wie mich, obwohl es Menschen gibt, die Teile haben, die wie ich aussehen. Deshalb ist alles, was aus mir herauskommt, wirklich meins, denn ich habe es ausgewählt.» (Satir, o. J., o. S.)

Literaturverzeichnis

Anziehung und Sexualität. (2022). Sexuelle Gesundheit Schweiz. Abgerufen am 28.04.2022 von https://www.sexuelle-gesundheit.ch/themen/sexualitaet-und-sexuelle-orientierung

Aude, André, & Matthiesen, Silja. (2012). Mädchen und Selbstbefriedigung. Geschlechterunterschiede in Verbreitung, Frequenz und Einstellungen zur Masturbation. *Forum Sexualaufklärung und Familienplanung*, *3*, 19–22.

Bancroft, John, & Myerscough, Philip. (1986). *Grundlagen und Probleme menschlicher Sexualität*. Stuttgart: Enke.

Becker, Sophinette. (2005). Das weibliche Körperselbst und die Perversion: Warum Frauen sexualisierte Aggression anders externalisieren als Männer. *Forum der Psychoanalyse*, *21(3)*, 242–254. https://doi.org/10.1007/s00451-005-0248-3

Beilfuß, Carmen. (2018). *Ein Himmel voller Fragen: Systemische Interviews, die glücklich machen* (2. Aufl.). Heidelberg: Carl-Auer Systeme Verlag.

Bock, Marlene. (1992). „Das halbstrukturierte-leitfadenorientierte Tiefeninterview“ Theorie und Praxis der Methode am Beispiel von Paarinterviews. In Jürgen H. P. Hoffmeyer-Zlotnik (Hrsg.), *Analyse verbaler Daten: Über den Umgang mit qualitativen Daten* (S. 90–109). Opladen: Westdeutscher Verlag.

Bodmer, Nancy M. (2013). *Psychologie der Jugendsexualität: Theorie, Fakten, Interventionen*. Bern: Hans Huber.

Böhm, Maika, & Budde, Jürgen. (2020). In Heinz-Jürgen Voß (Hrsg.), *Die deutschsprachige Sexualwissenschaft: Bestandsaufnahme und Ausblick* (S. 153–174). Giessen: Psychosozial-Verlag.

Bültmann, Gabriele. (2007). *Sexualpädagogische Mädchenarbeit: Eine Vergleichsstudie im Auftrag der BZgA* (4. Aufl.). Köln: BZgA.

Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung. (2010). *Jugendsexualität 2010: Repräsentative Wiederholungsbefragung von 14- bis 17-Jährigen und ihren Eltern - aktueller Schwerpunkt Migration; Ergebnisse der aktuellen Repräsentativbefragung*. Köln: Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung (BZgA).

Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung. (2016). *Jugendsexualität 2015: Die Perspektive der 14- bis 25-Jährigen: Ergebnisse einer aktuellen repräsentativen Wiederholungsbefragung*. Köln: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).

Definition. (2022). Weltgesundheitsorganisation. Abgerufen am 12.04.2022 von https://www.euro.who.int/de/health-topics/Life-stages/sexual-and-reproductive-health/news/news/2011/06/sexual-health-throughout-life/definition#

Der Begründer des Sexocorporel (1931-2011). (2022). Institut Sexocorporel International Jean-Yves Desjardins. Abgerufen am 25.04.2022 von https://sexocorporel.com/de/was-ist-sexocorporel/jean-yves-desjardins/

Döbeli, Anne-Sophia. (2021). *Romantische Beziehungen, Sex und Jugend*. Merseburg: Wissenschaftliche Arbeit im Studium.

Dodson, Betty. (1989). *Sex for one: Die Lust am eigenen Körper* (6. Aufl.). München: Goldmann.

Döring, Nicola. (2019). Jugendsexualität heute Zwischen Offline- und Online-Welten. In Heinz-Jürgen Voss & Michaela Katzer (Hrsg.), *Geschlechtliche und sexuelle Selbstbestimmung durch Kunst und Medien: Neue Zugänge zur sexuellen Bildung* (S. 221-244). Giessen: Psychosozial-Verlag.

Döring, Nicola, & Bortz, Jürgen. (2016). *Forschungsmethoden und Evaluation in den Sozial- und Humanwissenschaften* (5. vollständig überarbeitete, aktualisierte und erweiterte Aufl.). Berlin Heidelberg: Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-642-41089-5

Dudenredaktion. (o.J.a). „Geschlechtsverkehr“. *auf Duden online*. Abgerufen am 25.04.2022 von https://www.duden.de/rechtschreibung/Geschlechtsverkehr

Dudenredaktion. (o.J.b). „Selbstsicherheit“. *auf Duden online*. Abgerufen am 25.04.2022 von https://www.duden.de/rechtschreibung/Selbstsicherheit

Eck, Angelika. (2018). *Der erotische Raum: Fragen der weiblichen Sexualität in der Therapie* (2., überarbeitete Aufl.). Heidelberg: Carl-Auer Systeme Verlag.

Emcke, Carolin. (2013). *Wie wir begehren* (8. Aufl.). Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch Verlag.

Flaake, Karin. (2001). *Körper, Sexualität und Geschlecht: Studien zur Adoleszenz junger Frauen*. Giessen: Psychosozial-Verlag.

Flaake, Karin. (2019). *Die Jugendlichen und ihr Verhältnis zum Körper* (1. Aufl.). Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer.

Freud, Sigmund. (2001). *Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie* (2. Aufl., [einmalige Sonderausg.]). Frankfurt am Main: S. Fischer.

Gegenfurtner, Andreas, & Gebhardt, Markus. (2018). Sexualpädagogik der Vielfalt. Ein Überblick über empirische Befunde. *Zeitschrift für Pädagogik*, *64(3)*, 379–393. https://doi.org/10.25656/01:21826

Gehrig, Peter. (2010). *Ausbildung in Sexocorporel Heft 2*. *Unterrichtsskript*. Uster: ISP Uster, Studiengang Sexologie.

Gehrig, Peter. (2013). *Das Konzept des Sexocorporel nach Jean-Yves Desjardins & Dominique Chatton.* Abgerufen am 29.04.2022 von https://www.ziss.ch/site/assets/files/1045/sexocorporel-grundlagen.pdf

Geschlechtsverkehr: Was ist das? (o.J.). Verein Lilli. Abgerufen am 27.04.2022 von https://www.lilli.ch/geschlechtsverkehr

Gille, Gisela. (2015). Konsultationsanlass Prävention/Aufklärung. *Der Gynäkologe*, *48(4)*, 291–298. https://doi.org/10.1007/s00129-014-3454-5

Götsch, Monika. (2014). *Sozialisation heteronormativen Wissens: Wie Jugendliche Sexualität und Geschlecht erzählen*. Opladen: Budrich.

Götz, Maya, & Eckhard Rodriguez, Ana. (2017). Was macht eine tolle Frau oder einen tollen Mann aus? Eine Repräsentativbefragung von Kindern und Jugendlichen. *TelevIZIon (2/2017) 30*, 29–31.

Helfferich, Cornelia. (2011). *Die Qualität qualitativer Daten: Manual für die Durchführung qualitativer Interviews* (4. Aufl.). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Lange, Christine, & Thöne, Irene. (2002). *Weil wir Mädchen sind: Körper, Sexualität und Lust; aus der Beratungsarbeit der Pro Familia Berlin* (Vollst. überarb. Neuausgabe). Reinbek bei Hamburg: Rowohlt

Lautmann, Rüdiger. (2002). *Soziologie der Sexualität: Erotischer Körper, intimes Handeln und Sexualkultur*. Weinheim: Juventa.

Lincoln, Yvonna S., & Guba, Egon G. (1985). *Naturalistic inquiry*. Beverly Hills: Sage Publications.

Mayring, Philipp. (2015). *Qualitative Inhaltsanalyse: Grundlagen und Techniken* (12., überarb. Aufl.). Weinheim Basel: Beltz.

Nuij-Brandt, Ineke. (2000). „Mädchen ernst nehmen“ Peer education. Ein Ansatz in der Sexualpädagogik. In BZgA, Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (Hrsg.), *Dokumentation: Fachtagung zur Sexualpädagogischen Mädchenarbeit 19.-21. Juni 2000* (S. 280–284). Köln: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).

Philipps, Ina-Maria. (2000). *Lust auf Leben-Weibliche Sexualität zwischen Wissen und Tabu*. Abgerufen am 06.05.2022 von https://www.isp-sexualpaedagogik.org/downloadfiles/Lust_auf_Leben.pdf

Rose, Hanna Sophia. (2017). *What’s fappening? Eine Untersuchung zur Selbstbefriedigung im 21. Jahrhundert*. Giessen: Psychosozial-Verlag.

Sanyal, Mithu M. (2009). *Vulva: Die Enthüllung des unsichtbaren Geschlechts* (2. Aufl.). Berlin: Wagenbach.

Satir, Virginia. (o. J.). *Authentizität als Grundpfeiler*. Abgerufen am 21.06.2022 von https://gedankenwelt.de/die-9-besten-saetze-von-virginia-satir-zum-nachdenken/

Scharmanski, Sara, & Hessling, Angelika. (2021a). *Im Fokus: Einstieg in das Sexualleben. Jugendsexualität 9. Welle. BZgA-Faktenblatt.* Köln: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). https://doi.org/10.17623/ BZgA_SRH:fb_JUS9_Sexualleben

Scharmanski, Sara, & Hessling, Angelika. (2021b). *Im Fokus: Körperbild Jugendsexualität 9. Welle BZgA-Faktenblatt.* Köln: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). https://doi.org/10.17623/ BZgA_SRH:fb_JUS9_Koerperbild

Scharmanski, Sara, & Hessling, Angelika. (2021c). *Sexualaufklärung in der Schule. Jugendsexualität 9. Welle. BZgA-Faktenblatt*. Köln: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). https://doi.org/10.17623/BZgA_SRH:fb_JUS9_Schule

Schmidt, Gunter. (2014). *Das neue Der Die Das: Über die Modernisierung des Sexuellen* (4., komplett überarb. und aktualisierte Neuaufl.). Giessen: Psychosozial-Verlag.

Schnarch, David. (2011). *Die Psychologie sexueller Leidenschaft* (C. Trunk & M. Ueberle-Pfaff, Übers.; 11. Aufl.). München: Piper.

Schütz, Esther E. (2019a). *Modul 1+2 Grundlagen der interdisziplinären Sexualwissenschaft, Teil 1*. *Unterrichtsskript.* Uster: ISP Uster, Studiengang Sexologie.

Schütz, Esther E. (2019b). *Modul 1 Grundlagen der interdisziplinären Sexualwissenschaft, Teil 1. Unterrichtsskript*. Uster: ISP Uster, Studiengang Sexologie.

Schütz, Esther E. (2020). Körperlichkeit ist Basis jeder Sexualität, Ein Plädoyer für sexualwissenschaftliche Studien zu Körper und Sexualität. In Heinz-Jürgen Voß (Hrsg.), *Die deutschsprachige Sexualwissenschaft: Bestandsaufnahme und Ausblick* (S. 407-422). Giessen: Psychosozial-Verlag.

Schwarz, Anne. (2000). Mädchen auf ihrem Weg zu einer selbstbestimmten Sexualität. In BZgA, Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (Hrsg.), *Dokumentation: Fachtagung zur Sexualpädagogischen Mädchenarbeit 19.-21. Juni 2000* (S. 28–38). Köln: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).

Sielert, Uwe. (2007). Sexualerziehung und Sexualpädagogik in Deutschland. *Bundesgesundheitsblatt - Gesundheitsforschung - Gesundheitsschutz*, *50(1)*, 68–77. https://doi.org/10.1007/s00103-007-0107-z

Sielert, Uwe. (2015). *Einführung in die Sexualpädagogik* (2., erw. aktualisierte Aufl.). Weinheim Basel: Beltz.

Sigusch, Volkmar. (2005a). *Neosexualitäten: Über den kulturellen Wandel von Liebe und Perversion*. Frankfurt/Main: Campus.

Sigusch, Volkmar. (2005b). *Praktische Sexualmedizin: Eine Einführung mit 17 Tabellen*. Köln: Deutscher Ärzte-Verlag.

Sparmann, Julia. (2018). *Lustvoll körperwärts: Körperorientierte Methoden für die sexuelle Bildung von Frauen*. Giessen: Psychosozial-Verlag.

Stefan, Verena. (2015). *Häutungen* (Unveränderter Reprint einer älteren Ausgabe). Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch.

Strauss, Bernd. (2000). *Sexualität*. Abgerufen am 05.05.2022 von https://www.spektrum.de/lexikon/psychologie/sexualitaet/14152

Strauß, Bernd. (2007). Sexuelle Entwicklung im Kontext soziokulturellen Wandels. *Bundesgesundheitsblatt - Gesundheitsforschung - Gesundheitsschutz*, *50(1)*, 3–10. https://doi.org/10.1007/s00103-007-0105-1

Sztenc, Michael. (2020). *Embodimentorientierte Sexualtherapie: Grundlagen und Anwendung des Sexocorporel*. Stuttgart: Schattauer.

Vision und Mission von SEXUELLE GESUNDHEIT SCHWEIZ. (2022). Sexuelle Gesundheit Schweiz. Abgerufen am 26.04.2022 von https://www.sexuelle-gesundheit.ch/ueber-uns/ziele

Voss, Heinz-Jürgen. (2019). *Männerdominanz hat unser Sprechen über Sex geprägt*. Abgerufen am 11.06.2022 von https://www.zeit.de/campus/2019-09/heinz-juergen-voss-begehren-sex-sprache-queer-studies?utm_referrer=https%3A%2F%2Fwww.google.com%2F

Was ist Sexocorporel?. (2022). Institut für Sexualpädagogik und Sexualtherapie. Abgerufen am 26.04.2022 von https://isp-zuerich.ch/was-ist-sexocorporel/

Was ist sexuelle Gesundheit?. (2022). Institut für Sexualpädagogik und Sexualtherapie. Abgerufen am 03.05.2022 von https://isp-zuerich.ch/sexuelle-gesundheit/

Wendt, Eva-Verena. (2009). *Sexualität und Bindung: Qualität und Motivation sexueller Paarbeziehungen im Jugend- und jungen Erwachsenenalter*. Weinheim München: Juventa-Verlag.

Wendt, Eva-Verena. (2019). *Die Jugendlichen und ihr Umgang mit Sexualität, Liebe und Partnerschaft*. Stuttgart: Kohlhammer.

Anhangsverzeichnis

- Anhang I: Informationsschreiben und Einverständniserklärung
- Anhang II: Leitfaden für Interviews mit jugendlichen Mädchen
- Anhang III: Interviewausschnitte
- Anhang IV: Ausschnitt interaktive Segmentmatrix MAXQDA
- Anhang V: Selbstständigkeitserklärung
- Anhang VI: Stick mit vollständigen Transkripten T1-T4 der Interviews, Arbeitsdokument interaktive Segmentmatrix, Kodierleitfaden und digitale Version der Masterarbeit

Anhang I

Informationsschreiben

Für die Teilnahme an einem Interview im Rahmen der Masterarbeit

Sexualität und Selbstsicherheit

Eine Bedürfnisanalyse von 16/17- jährigen Mädchen im sexualpädagogischen Kontext basierend auf dem Modell Sexocorporel

Sie sind eingeladen, an einer Untersuchung zum Thema «Sexualität und Selbstsicherheit» teilzunehmen. In den folgenden Abschnitten werden sie über Ziele und Inhalte der Untersuchung informiert. Falls sie Fragen haben oder Unsicherheiten auftauchen, können sie sich jederzeit per Mail oder Telefon an die **Interviewerin** wenden. Die **Kontaktangaben** dazu entnehmen sie bitte am Ende dieses Dokumentes. Vielen Dank, dass sie sich bereit erklären und Zeit aufwenden, dieses Informations-schreiben zu studieren.

Warum wurde dieses Thema für die Untersuchung gewählt?

Durch Erfahrungen in der sexualpädagogischen Praxis mit Jugendlichen Mädchen und der Recherche einer wissenschaftlichen Arbeit wurde ersichtlich, dass sexualpädagogische Arbeit einen grossen Einfluss auf die sexuelle Entwicklung von jugendlichen Mädchen haben kann. Eine Vergleichsstudie «Sexualpädagogische Mädchenarbeit» im Auftrag der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung BZgA (Bültmann, 2007) kam zum Ergebnis, dass das Kennenlernen des eigenen Körpers, das Wahrnehmen der Bedürfnisse sowie auch deren Erfüllung für die sexuelle Entwicklung zentral sei. Selbstbestimmung und Autonomie können durch die Möglichkeit der Mitgestaltung eines sexualpädagogischen Programmes erlernt werden. Das Ziel dieser Untersuchung ist es, anhand einzelner Interviews mit 16/17-jährigen Mädchen ihre Bedürfnisse an eine sexualpädagogische Begleitung zu erfragen. Weiterführend stellt die Untersuchung die Frage, inwiefern erlebte Sexualität sowie erfahrene sexual-pädagogische Begleitung mit der sexuellen Selbstsicherheit verbunden sind.

Was ist der Ablauf und wie sind die Rahmenbedingungen des Interviews?

Im Voraus erhalten sie als Teilnehmerin das Informationsschreiben, sowie die Einverständnis-erklärung zur sorgfältigen Durchsicht. Anschliessend gibt es die Möglichkeit Fragen oder Unsicherheiten per Telefon oder Mail mit der Interviewerin zu besprechen. Raum und Zeitpunkt der Durchführung des Interviews werden individuell mit ihnen

vereinbart. Zeitlich wird mit einem Aufwand von 60-90 Minuten für das Interview gerechnet. Die Interviewerin wird während des Interviews Notizen machen und bei Gelegenheit genau nachfragen, um ihre Aussagen exakt erfassen zu können. Das gesamte Gespräch wird mit einem Audiogerät für die anschliessende Transkription und Auswertung aufgenommen.

Warum ist es wertvoll, dass gerade sie an dieser Untersuchung teilnehmen?

Sie sind 16 oder 17 Jahre alt, interessieren sich für die Themen «Sexualität und Selbstsicherheit» und verfügen vielleicht über Erfahrungen mit sexualpädagogischer Arbeit. Vielleicht sind sie aber auch einfach neugierig, oder haben Fragen zu diesen Themen. Für die Untersuchung ist es wertvoll, wenn sie sich freiwillig melden, um in einem Gespräch offen darüber zu erzählen.

Was bedeutet ihre Teilnahme und ihr Einverständnis zum Interview für sie persönlich?

Mit ihrer Teilnahme sowie dem Einverständnis unterstützen sie aktiv die Untersuchung im Rahmen der Masterarbeit. Die Teilnahme ist freiwillig und kann zu jedem Zeitpunkt und ohne Begründung abgebrochen werden. Ihr persönliches Wohlergehen vor, während und nach dem Interview ist von zentraler Bedeutung. Falls während oder im Anschluss des Interviews Unsicherheiten aufkommen sollten, gibt es die Möglichkeit von beraterischen Interventionen. Diese können akut während des Interviews oder im Nachhinein mit der Interviewerin durchgeführt werden.

Wie ist der Umgang mit ihren persönlichen Daten bezüglich Datenschutzes?

Die Audioaufnahmen und Transkriptionsunterlagen werden anonymisiert und geschützt aufbewahrt, so dass auf die Teilnehmerin keine Rückschlüsse gezogen werden kann. Nach Fertigstellen der Masterarbeit, werden die persönlichen Daten fachgerecht gelöscht. Während der gesamten Zeit der Untersuchung unterliegen die erhobenen Daten der Schweigepflicht.

Wie können sie die Interviewerin erreichen?

Anne-Sophia Döbeli / 079 811 53 68 / [redacted]

Einverständniserklärung

Für die Teilnahme an einem Interview im Rahmen der Masterarbeit

Sexualität und Selbstsicherheit

Eine Bedürfnisanalyse von 16/17- jährigen Mädchen im sexualpädagogischen Kontext basierend auf dem Modell Sexocorporel

Bitte lesen sie folgende Punkte aufmerksam durch. Mit ihrer Unterschrift bestätigen sie ihr Einverständnis zu diesen Aussagen.

- Ich wurde von der untenstehenden Interviewerin in mündlicher und schriftlicher Form anhand eines Informationsschreibens über folgende Punkte aufgeklärt: Ziele, Rahmenbedingungen, Ablauf der Untersuchung, denkbare persönliche Auswirkungen sowie die Möglichkeit einer beraterischen Intervention im Nachhinein.
- Offene Fragen in Bezug auf die Teilnahme an der Untersuchung wurden mir zufriedenstellend beantwortet.
- Ich bin damit einverstanden, an der Studie «Sexualität und Selbstsicherheit» teilzunehmen. Die Teilnahme beruht auf freiwilliger Basis und ich weiss, dass ich mein Einverständnis zu jeder Zeit ohne Begründung zurückziehen kann. In diesem Fall würde dies für mich keine negativen Konsequenzen haben.
- Ich bin mir bewusst, dass meine persönlichen Aussagen in Form von Audioaufnahmen und Transkription anonymisiert verwendet werden. Für die Dauer der Auswertung und das Schreiben der Masterarbeit werden diese Daten geschützt abgespeichert. Alle erhobenen Daten unterliegen der Schweigepflicht und werden nach Fertigstellen der Masterarbeit fachgerecht gelöscht.
- Ich bin damit einverstanden, dass meine anonymisierten Daten im Rahmen der Masterarbeit im wissenschaftlichen Kontext veröffentlicht werden.

Ort, Datum _____

Vor- und Nachname der Teilnehmerin

_____

Unterschrift _____

Vor- und Nachname der Interviewerin

_____

Unterschrift _____

Anhang II

Leitfaden für Interviews
mit jugendlichen Mädchen

Masterarbeit Thema

Sexualität und Selbstsicherheit

Eine Bedürfnisanalyse von 16/17- jährigen Mädchen im sexualpädagogischen Kontext basierend auf dem Modell Sexocorporel

Ablauf

Auf die Begrüssung und das Vorstellen der Interviewerin (Name, Alter, Funktion), folgt das Bedanken für die Teilnahme und der Hinweis auf das Ziel der Untersuchung. Anschliessend werden offene Fragen zum Informationsschreiben geklärt sowie der Aufbau des Interviews für die Masterarbeit, der Datenschutz und die Aufnahme durch ein Audiogerät. Es folgt das Unterzeichnen der Einverständniserklärung und der Start der Audioaufnahme. Schliesslich eröffnet die Interviewerin das Interview anhand persönlicher Worte zum Thema Sexualität und führt über zum Leitfragenkatalog.

Forschungsfrage (Nur für die Interviewerin!)

Welche Bedürfnisse haben 16/17-jährige jugendliche Mädchen an die sexualpädagogische Arbeit basierend auf dem Modell Sexocorporel und ihrer sexuellen Selbstsicherheit?

Ideen zum Einstieg ins Thema

Sexualität begleitet alle Menschen von Geburt an bis ins hohe Alter. Das Wissen über Sexualität hat keine Grenzen und sexuelle Lernschritte können wir ein Leben lang erfahren. Jeder Mensch hat seine persönlichen Erfahrungen mit dem Umgang und dem Wohlgefühl im eigenen Körper. Um Erfahrungen, Fragen oder Wissen bezüglich der Sexualität austauschen zu können, benötigen Menschen eine vertrauensvolle Atmosphäre, eine geeignete Sprache und Offenheit. Heute sprechen wir über ihre Erlebnisse, Ansichten und Bedürfnisse ihrer eigenen Sexualität. Herzlich lieben Dank, dass sie sich freiwillig gemeldet haben, um offen über ihre Sexualität zu reden.

Leitfragenkatalog

1. Fühlen Sie sich körperlich einem Geschlecht zugehörig und inwiefern nehmen Sie dies wahr?

2. Wie ist Ihr «Wohlgefühl» in Ihrem Körper/ in Ihrem Geschlecht?
   (Welche Sinnesempfindungen nehmen Sie in ihrem Geschlecht wahr?)

3. Was bedeutet Ihnen Ihre Sexualität?
   (Mit wem und in welcher Umgebung sprechen Sie darüber?)

4. Bestimmt haben Sie einiges an Wissen zum Thema Sexualität. Woher haben Sie dieses? Bitte erzählen Sie mir etwas darüber!
   Wie hat sich dieses Wissen auf Ihr «Wohlgefühl im Körper» ausgewirkt?

5. Welche Erfahrungen haben Sie mit sexuellen Aktivitäten?
   (In welchem Alter haben Sie welche sexuellen Aktivitäten erlebt?)

   Was haben Sie im eigenen Körper dabei wahrgenommen?

   Wie haben Sie sich dabei gefühlt?

6. Was verstehen Sie unter sexueller Erregung?
   (Nehmen Sie sexuelle Erregung im eigenen Körper wahr und wenn ja, wie?)

Mögliche Folgefragen

1. Wie alt sind Sie?
2. Wer gehört zu Ihrem Freundeskreis / zu Ihrer Familie?
3. Welchen schulischen Bildungsweg haben Sie erlebt?
4. Welche Beziehungserfahrungen haben Sie?
5. Haben Sie sexualpädagogische Unterrichtseinheiten erlebt? Falls ja, welches waren die Hauptthemen?
6. In welchen Bereichen der Sexualität wünschen Sie sich mehr Wissensvermittlung oder Austausch? Haben Sie dazu Ideen bezüglich der Umsetzung?
7. «Sexuelle Selbstsicherheit» - was bedeutet das für Sie?
   In welcher Situation haben Sie sich als «sexuell selbstsicher» erlebt? Wie konnten Sie das feststellen oder wahrnehmen?
   (Wie würden Sie ein «sexuell selbstsicheres» jugendliches Mädchen erkennen? Welche Merkmale hätte Sie?)
8. Hat sich Ihre sexuelle Selbstsicherheit in den letzten Jahren oder Monaten verändert oder war sie konstant? (Was hat diese Veränderung ausgelöst?)
9. Was empfinden Sie an Ihrem sexuellen Körper und Ihrer Persönlichkeit als liebenswert?
10. Was empfinden Sie an Ihrem sexuellen Körper und Ihrer Persönlichkeit als begehrenswert?
11. Wie stellen Sie sich gegenüber einer anderen Person als liebenswert dar?
    (Wie könnten Sie sich als liebenswert zeigen?)
12. Wie zeigen Sie sich gegenüber einer anderen Person als begehrenswert?
    (Wie könnten Sie sich begehrenswert zeigen?)
13. Inwiefern könnte Sie die sexualpädagogische Arbeit in Ihrer «sexuellen Selbstsicherheit» unterstützen?
    Wie haben Sie dies persönlich erlebt?

    Die Aufnahme wird gestoppt, die Interviewerin bedankt sich für das Gespräch, persönliche Fragen werden geklärt und zum Abschluss wird der Teilnehmerin ein Geschenk übergeben.

Anhang III

Interviewausschnitte

I: Interviewerin T1: Teilnehmerin eins

T1 (76-85)

76	I: Du hast ein Wissen rund um die Sexualität. Woher hast du das?
77	T1: Ich habe das Gefühl, sicher halt Schule, aber da eher so (…) schlechte Sachen und übertragbare Krankheiten, Verhütungsmethoden und so (..)
78	I: Kannst du noch genau sagen, was du da gelernt hast?
79	T1: Ich habe da zum Beispiel alle Verhütungsmethoden, sicher 20 angeschaut. Chemische, hormonelle, chirurgische und so weiter und die natürlichen (..) finde ich alles Schreckliches Zeug. (lacht laut) Hat mich richtig traumatisiert – (speziell hohe Stimme) also ich hatte es schon gewusst, aber weil wir es halt genauer angeschaut haben (lacht) (..)
80	I: Und womit seid ihr ins Thema Sexualität eingestiegen? Weisst du das noch?
81	T1: Es kam eine Frau (…) welche so (..) keine Ahnung, irgend so ein Telefon, wo man anrufen kann, wenn man Angst hat wegen sexuell übertragbaren Krankheiten (..) Die kam zwei Mal vorbei, es war spannend, sie hat uns Krankheiten gezeigt (…)
82	I: Was kam vom Thema im Voraus, vor den Krankheiten?
83	T1: Es hat damit angefangen. Diese Frau kam halt dann (..) erst später sind wir zu Benennung von den Geschlechtsteilen und hormonellen Sachen und vor allem halt so Eisprung, Menstruation und Geburt und so. Aber ich glaube es hat mit übertragbaren Krankheiten angefangen.
84	I: Wie würdest du sagen hat sich dieses Wissen auf dein Wohlgefühl im Körper ausgewirkt?
85	T1: (..) Mir viel gerade noch auf, dass mega viel Wissen von meiner Kollegin kam, weil mit ihr reden wir darüber, halt wo sie ihr erstes Mal hatte. Und vorher hat sie überlegt welche Verhütung und als sie Angst hatte, dass sie schwanger ist. Einfach diese Sorgen und so (lacht) haben wir mega besprochen. Und von da habe ich vieles zum ersten Mal gehört; oder gelernt, weil ich es noch nachgeschaut habe (lacht) (….) und ja wegen Wohlbefinden, ich weiss noch, als ich diese Verhütungsmethoden gehört habe und so (lacht), hat es mir so ein Unwohlsein gegeben. (..) Ich habe mir vorgestellt, wie mein Eileiter durchgeschnitten wird oder meine Hormone (…) einfach verändert und beeinflusst (…) ich habe es als richtig richtig schlimm empfunden, habe mich mega unwohl gefühlt im Körper, wenn ich daran gedacht habe, wenn ich jemals so etwas würde machen wollen. Ja aber sonst im Nachhinein keine grosse Veränderung oder so (..)

I: Interviewerin T2: Teilnehmerin zwei

T2 (8-26)

8	I: (…) Wie fühlst du dich körperlich in deinem Geschlecht? Fühlst du dich einem Geschlecht zugeordnet?
9	T2: Also als Frau, also ich hatte immer das Gefühl, dass ich körperlich und auch das andere Geschlecht, würde ich mich immer als Mädchen oder als Frau definieren.
10	I: Und wie kannst du das wahrnehmen?
11	T2: Ich habe mir das noch nie überlegt, aber ist es nicht durch die Gesellschaft eingetrichtert? Mädchen sind so – Jungs so – es gibt nur diese zwei Sachen und also (..) wahrscheinlich dadurch, kann ich mir vorstellen. (….)
12	I: Wenn du dir überlegst, du hast vorhin gesagt, auch so körperlich fühlst du dich als Frau. Was macht es aus, wenn du an dein Körpergefühl denkst?
13	T2: Also ich hatte nie das Gefühl, dass ich nicht diesen Körper und meine Brüste und so (lacht) also schon klar so Unsicherheiten, wie alle (..) das vielleicht schon, aber nie so ich möchte einen ganz anderen oder einen männlichen Körper. Hatte ich nie das Gefühl (…) Ich bin auch irgendwie froh, dass ich eine Frau bin (lacht) ich bin gerne eine Frau (lacht)
14	I: Warum? (lacht) Kannst du das beschreiben von deinem Körpergefühl her?
15	T2: Ach ich weiss gar nicht (..) sind Fragen, die ich mir nie so überlegt habe, aber ich finde sie cool (……) Sorry, kannst du die Frage nochmals wiederholen (lacht)?
16	I: Ja (..) also genau du hast gesagt «ich fühle mich wohl und als Frau». Wie kannst du das sagen im Körper, wo spürst du das? Wo findest du, das macht mich weiblich?
17	T2: (……) also ich kann nicht beschreiben wo (…) weiss gar nicht, es ist irgendwie einfach so (lacht) also (…)
18	I: Also du hast das einfach auch nie in Frage gestellt?
19	T2: Also nein, für mich war es immer klar, dass ich ein Mädchen bin, oder eine Frau. (..) und ich fände es auch voll easy, wenn es nicht so wäre, ich hatte einfach nie das Gefühl, sondern ich hatte nie die Frage, dass ich mich in einem anderen Geschlecht fühlen würde (..) oder so (…)
20	I: Wie würdest du sagen ist dein Wohlgefühl im Körper? Du hast vorhin bereits Unsicherheiten angesprochen (…)
21	T2: (Hustet) Also ich würde sagen ich als eher kurvy Person (lacht) ich bin eher nicht so eine mega dünne Frau und das ist in der Gesellschaft ein Schönheitsideal und deshalb habe ich schon manchmal etwas Probleme damit, aber ich sehe es selbst, also in der Generation in der ich aufwachse ist es viel mehr akzeptiert und das finde ich mega wichtig und mega schön, weil ich finde etwas vom Wichtigsten ist – alle Körper sind schön und ich merke selbst, bei andern bin ich immer so, finde andere Körper schön, aber bei mir selbst ist es dann trotzdem wieder etwas anderes und ich habe das Gefühl, bei sich selbst ist man doch immer bisschen strenger oder so «ich wäre gerne so oder so» (…). Aber ich bin schon eher eine selbstbewusste Person, also blöd gesagt, wenn es um mein Gesicht geht (..) also ich erzähle nun einfach alles (lacht) (..)
22	I: Ja genau, alles erzählen, was dir in den Sinn kommt (lacht) (…)
23	T2: (lacht) Weil ich halt von vielen Personen höre «ah du bist mega schön», aber es ist mehr so (..) also mein Gesicht (..). Also ich habe mehr Unsicherheiten über meinen Körper, weil er nicht so dem Schönheitsideal entspricht, aber auch nicht mega fest. Nicht dass es mich krass belasten würde, also ich fühle mich grundsätzlich noch wohl in meinem Körper. (..) Und ich finde es ist eine Einstellungssache, also wie man über seinen Körper denkt (lacht) (..)

24	I: Würdest du sagen, das war immer so oder würdest du sagen einmal ging es mir besser und dann kam eine andere Phase? Hat sich dein Wohlgefühl verändert?
25	T2: Ich würde sagen, das habe ich gerade letztens überlegt, das ist echt krass. Ich hatte früh das Gefühl also (…) wow ich (…..) hätte vielleicht gerne bisschen einen anderen Körper.
26	I: Was heisst für dich früh?

I: Interviewerin T3: Teilnehmerin drei

T3 (107-145)

107	I: Und das hat sich immer gut angefühlt für dich, von Anfang an?
108	T3: Nein (..) zuerst habe ich gedacht das ist nicht normal, wenn man das macht. (….) Ich habe es am Anfang im Badezimmer gemacht (lacht), weil ich dachte, das darf man nicht! Das ist jetzt verboten (lacht), wenn ich das mache (..). Und dann hatte ich immer Angst, dass jemand hereinkommt oder durchs Fenster schaut. Obwohl wir im obersten Stock wohnen und es ist nicht machbar. Aber ich hatte immer ein bisschen Angst, damals! Ja (…)
109	I: Also du hattest das Gefühl, dass du etwas machst, das eigentlich verboten ist?
110	T3: Genau, ja! (lacht)
111	I: Und du hast es trotzdem gemacht (lacht)
112	T3: (lacht) ja (lacht) und ich war schon immer rebellisch (…)
113	I: Du hast es gemacht, weil (..)?
114	T3: Ich hatte das Gefühl, doch (..) es hat sich immer gut angefühlt, aber irgendwie hatte ich das Gefühl, dass es nicht richtig ist! (..) Und ja ich weiss nicht, ob man in diesem Alter sagen kann – ein Verlangen, aber doch, ein wenig schon ein Verlangen danach gehabt und dann ja (…..) (lacht) ja (..)
115	I: Und das hat sich so bis heute weitergezogen, oder hat es sich verändert?
116	T3: Ich habe jetzt ein Vibrator, das ist der Unterschied zum Beispiel oder ja (…) ich weiss mehr, was mir gefällt (lacht)
117	I: Warum weisst du mehr, was dir gefällt?
118	T3: Weil ich es öfter (lacht), ja weil ich mehr ausprobiert habe (…) ja auch «learning by doing» (lacht) ja also (..) durchs vielen, öfters machen. Da habe ich gemerkt das fühlt sich gut an. (….) Das ist es glaub so (……)
119	I: Du hast jetzt erzähl, welche sexuellen Aktivitäten du mit dir selbst erlebt hast. Also mit deiner Selbstbefriedigung. (…) Was nimmst du währenddessen in deinem Körper wahr? Welche Körpergefühle?
120	T3: Lust sicher (…)
121	I: Wie nimmst du das wahr? (..) Nimm dir Zeit zum überlegen (…) (T3 lacht) (..) wie merkst du, dass du Lust hast?
122	T3: Also manchmal mache ich es aus Langeweile, weil ich nicht gut einschlafen kann. Manchmal hilft es, auch zum Entspannen (..) (lacht) danach bin ich sehr entspannt. (…) Und manchmal schaue ich einen Film, also nicht einen Porno, also ich schaue nie – doch selten (..) Pornos. Aber manchmal schaue ich einen Film und (..) nachher fühle ich mich erregt und dann ja (lacht) (..)
123	I: Wie fühlt sich das an, wenn du erregt bist, wo spürst du das?
124	T3: Es kribbelt (lacht)
125	I: ja genau, ist es das? (..) Und wo?
126	T3: (…) so Bauch abwärts (..) (atmet tief) Ich merke auch, dass meine Vagina mehr durchblutet ist, irgendwie (….) ich weiss nicht, oder?

127	I: Ja genau (…..) Und wie fühlst du dich dann dabei?
128	T3: Gut (lacht), sonst würde ich es nicht machen (…)
129	I fühlst du dich dann wohl in deinem Körper?
130	T3: Ja wohl (……)
131	I: Du hast gelesen, der Titel vom Interview ist auch sexuelle Selbstsicherheit. Was verstehst du unter dem?
132	T3: (…..) Vielleicht auch, dass man zu dem steht, was man ist und zu welchem Geschlecht man sich angezogen fühlt (…). Also vor allem Selbstsicherheit, also ja (…) dort einordnen (…)
133	I: In welcher Situation hast du dich sexuell selbstsicher erlebt?
134	T3: (……..) schwierig (..)
135	I: Es kann eine Situation sein, die du mit dir selbst oder mit einem Gegenüber erlebt hast (…)
136	T3: Ich glaube, das bin ich nicht so ganz (…). Also ich bin (lacht) noch in der Orientierungsphase da (lacht) (..) bisschen am herausfinden. Ist ein holpriger Weg (lacht).
137	I: Warum?
138	T3: Weil ich ein Mädchen kennengelernt habe (….) und am Anfang fand ich «wow mega cool» und jetzt, ich weiss nicht (..) es ist (..) ich habe einfach das Gefühl, dass ich mich sexuell nicht so, also ja, dass ich mich (..) Ich weiss nicht, ich hatte das schon einmal mit jemand anderem. Und ich habe wie (….) ich komme nicht weiter. Ich weiss nicht ob ich einfach blockiert bin oder ob ich einfach das gar nicht (..) also mich gar nicht sexuell hingezogen fühle zu einer Frau. Oder ob mich irgendwas blockiert (..)
139	I: Was könnte dich blockieren?
140	T3: Die Angst, dass ich nicht möchte (..) zu der Norm gehören (..)
141	I: Also du möchtest zu der Norm gehören?
142	T3: Ja, (…) also ich weiss, es ist normal heutzutage, aber eben trotzdem (…) ich glaube es wird trotzdem, wie meins (..) eben, ich bin ja noch nicht alt und ich bin (…) fest damit aufgewachsen, von wegen wir sind offen und alles, aber es wird doch noch in unseren Kopf eingetrichtert, dass es eben nicht zu der Norm gehört, wenn du (..) jetzt ja (…) dich in ein anders (…) ja (…..)
143	I: Habe ich richtig verstanden, du weisst wie nicht, ob du sexuell wie gehemmt bist (T3 JA), weil du es dir nicht zugestehen willst, oder ist es einfach, dass es dich nicht so anzieht (..) wie vielleicht ein männliches Gegenüber? (T3 ja) Also da bist du unsicher im Moment und deshalb sagst du, ich fühle mich sexuell eher unsicher?
144	T3: Mega (lacht), weil (…) ich weiss einfach selbst nicht so ganz, wo ich sexuell stehe (..) nicht also (…..) bisschen weit (..)
145	I: Hast du da auch andere Momente erlebt?

I: Interviewerin T4: Teilnehmerin vier

T4 (119-142)

119	I: Was verstehst du unter sexueller Erregung und wie nimmst du das wahr?
120	T4: Also bei der Frau? (I nickt) (..) Also ich würde sagen, wenn man feucht wird, (..) als Frau (…) (lacht) also das spürt man halt in der Unterhose, wenn es so na ja (lacht) (..)
121	I: Ja, gibt es noch ein anderes Gefühl, dass du wahrnehmen kannst?
122	T4: (……) ich weiss gerade gar nicht (…..) vielleicht (..) nein, ich weiss eigentlich nicht (…)
123	I: Weisst du warum es feucht wird?
124	T4: Nein, (…) also doch, ich bin mir jetzt nicht sicher, aber ja, es braucht ja irgendeine gewisse Feuchtigkeit, dass GV funktionieren kann, weil das würde ja sonst auch mega wehtun (..) also ich denke es schon (….)
125	I: (…..) Du hast gesagt, dass die erlebten Unterrichtseinheiten Aufklärung waren. Ihr habt Körperteile angeschaut (..) und du hast gesagt, ihr habt Verhütung angeschaut und (..) Geschlechtskrankheiten (…..) was würdest du sagen, was hat dieses Wissen auf dich und deinen Körper, dein Körpergefühl als Frau ausgelöst?
126	T4: (….) Hmmm hatte glaube ich für mich nicht so einen Einfluss, weil es war alles so theoretisch und nicht so über unseren Körper. Sondern über den weiblichen oder den männlichen Körper. (….)
127	I: Und (……..) gab es da etwas, das in deinen Augen weggelassen wurde?
128	T4: Also dass man sich vielleicht sicher fühlen kann, wenn man Sex hat (..) oder wenn man sich selber berührt (..) vielleicht so das (…)
129	I: Hast du dich in Situationen schon selbstsicher erlebt und wenn ja (..) magst du davon erzählen?
130	T4: (….) Ja also eigentlich ja immer wenn ich irgendwie, also ich fühle mich nie (..) unsicher, zum Beispiel, wenn ich jetzt Sex habe oder so. Dann sage ich das auch und dann will ich es auch nicht. Also ja (…)
131	I: Also du kennst das Gefühl, dass du dich sexuell selbstsicher fühlst? (T4 bestätigt, lacht) (..) Wie konntest du dieses wahrnehmen?
132	T4: (…..) Also (lacht) (..) ist irgendwie (….) wenn ich (..) also ich denken, wenn ich mich nicht sicher fühlen würde, dann könnte ich es nicht geniessen oder so (…) (lacht) es ist etwas schönes für mich und es ist nicht so, dass ich so finde (..) ich will das gar nicht. Also ich will es auch, vielleicht so das (…) doch ich glaube (…) (lacht)
133	I: Wie würdest du ein sexuell selbstsicheres Mädchen erkennen?
134	T4: Erkennt man das von aussen? (..) (lacht) schwierig (…..) also vielleicht hat des auch einen Zusammenhang, wie man sich getraut anzuziehen. Also wen man jetzt so bauchfrei, oder kurze Hosen, getraut anzuziehen, dann könnte ich mir vorstellen, dass es einen Einfluss darauf hat. (..) Weil man sich dann vielleicht auch wohlfühlt und weiss, dass man (..) ja auch sonst selbstsicher ist (…). Und wenn sich jemand so mehr versteckt oder auch in der Badi nicht getraut so (…) oder nicht richtig selbstbewusst ist, kann ich mir vorstellen, dass man auch so sexuell unsicher sein könnte (……) (lacht)
135	I: (..) du hast jetzt vom Äusseren erzählt, kommt dir vielleicht noch etwas vom Verhalten in den Sinn?
136	T4: (……..) (trinkt) (…….) Also ich denke, sie wäre nicht so schüchtern (…), jetzt in meiner Vorstellung. Dass sie auch etwas getraut, wie reden oder so und dass sie vielleicht auch so (….) ja ich kann mir einfach nicht vorstellen, dass man so mega zurückgezogen wirkt, oder so. Aber ich habe auch das Gefühl, dass es auch mega fest darauf an kommt um was für Menschen man ist. (….) (lacht) (……..).

137	I: War deine sexuelle Selbstsicherheit in den letzten Jahren konstant oder hat sie sich verändert?
138	T4: Also ich würde sagen mit der Erfahrung ist sie sicher besser geworden und also auch sicherer, würde ich sagen (…). Weil am Anfang wusste ich ja noch nicht, wie dass es funktioniert (lacht) oder was es alles gibt oder weiss auch nicht, was mir gefällt. Und ja seit ich das weiss, ist es sicher gestiegen (…..)
139	I: Hast du eine Idee, wie sexualpädagogische Arbeit dich in deiner sexuellen Selbstsicherheit unterstützen könnte?
140	T4: Ist irgendwie noch schwierig (….) Ich finde es auch etwas Schönes, dass man den Weg gehen kann (…….) ja vielleicht wären Sachen wichtig, wie (…) also dass man weiss, dass man etwas ausprobieren kann, also wenn man sexuell unsicher ist (..) sich selbst nicht befriedigt (…) also ausprobieren, irgendwie so ein Hörspiel (lacht) hören, also es gibt ja so die Pornos, die man hören kann (..) oder lesen kann oder ja so ein bisschen (…) sich selbst entdecken, kennenlernen vielleicht (…)
141	I: Was findest du an deinem sexuellen Körper liebenswert?
142	T4: (……) Also ist irgendwie so schwierig (lacht) (……..) Also mein Bauch (lacht) (…) also weiss nicht (lacht) (…) finde ihn schön und ja (…) mein Rücken (lacht) (……). Also ich finde nicht alles andere nicht schön, aber jetzt (..) jedes von meinen Körperteilen ist auf seine Art schön, aber der Bauch, den finde ich so am meisten (…) (lacht)

Anhang VI

Ausschnitt interaktive Segmentmatrix MAXQDA

Interaktive Segmentmatrix

	T1	T2	T4	T3	Zusammenhänge/ Thesen/ Vermutungen
Sexual-pädagogische Arbeit **unbefriedigte Bedürfnisse**	Schule, aber da eher so (…) schlechte Sachen und übertragbare Krankheiten, Verhütungsmethoden und so (..) T1: 77 - 77 (0) Verhütungsmethoden, sicher 20 angeschaut. Chemische, hormonelle, chirurgische und so weiter und die natürlichen (..) finde ich alles schreckliches Zeug. (lacht laut) Hat mich richtig traumatisiert T1: 79 - 79 (0) also ich hatte es schon gewusst, aber weil wir es halt genauer angeschaut haben (lacht) (..) T1: 79 - 79 (0)	So kleine Bemerkungen oder Kommentare. Oder was ich auch finde, wenn andere über ihren eigenen Körper schlecht reden. Dann ist es wie so, ich habe genau das gleiche. Also sprichst du auch mit mir schlecht. Oder so «ich bin so dick» und dann ich so «du bist dünner als ich» (…). Also so Sachen, wo man merkt dass noch nicht alle ihren Körper akzeptieren können und auch andere Körper nicht akzeptieren können, so wie sie sind. (…..) Und ich finde positive Kommentare, das bringt es mega fest. Finde ich und es ist jeweils mega schön (…) T2: 107 - 107 (0) Schönheitsideal, also eben nicht mitgibt. Sondern, dass alle (..) Körper schön sind, so wie sie sind. Ich finde auch jeder Körper macht, was er kann. Und was unsere	Ja vielleicht, wenn man würde so wie darüber reden (..) oder so, dass jemand sagen würde, dass es normal ist (….) so das (…) T4: 48 - 48 (0) Vielleicht hat es auch damit zu tun, dass die ersten Male auch so ungewohnt waren (..). T4: 48 - 48 (0) Nein, das habe ich niemandem erzählt (..) (lacht) Vielleicht hätte das auch geholfen (..) T4: 50 - 50 (0) also ich weiss noch, das erste Mal als ich einen Porno schaute, hatte ich auch so dieses Gefühl, dass in mir aufkam, weil ich auch so war. Irgendwie kenne ich so von meiner Mutter, dass Pornos	Also ich habe meine Tage sehr früh bekommen. Also in meinen Augen ist das sehr früh (lacht) (I bestätigt) und ich fiel mega ins Loch (lacht). Ich rannte heulend zu meiner Schwester. Weil ich irgendwie noch nicht so genau wusste, was es ist (..) und alles (…) und dann wollten wir in ein Hallenbad und dann gingen wir nicht wegen mir (..). Und ja (..) es ging nicht. Ja! Ich fand es gar nicht lustig. T3: 25 - 25 (0) Ich habe es glaube wirklich gar nicht gewusst. (….) ich hätte nie gedacht, dass ich das so früh bekomme und dann war ich einfach erstmal schockiert und dann (…) hat mir auch meine Schwester gesagt (lacht schwer) «ah gratuliere, hast deine Tage bekommen» und ich dachte so «ja nice» T3: 27 - 27 (0)	- Fokus auf Biologische Entwicklung des Körpers: Eisprung, Mens, Schwangerschaft - Zeitpunkt: Tage sehr früh, Unwissen „schockiert, fiel mega ins Loch, heulend “ und Reihenfolge der Themen! ➔ Zentral, wie steige ich ins Thema Sexualität ein, was transportiere ich, wenn ich mit STI beginne?! - Theoretisch & nicht persönlich nicht reflektiv, nicht austauschend - Risiko bei Sex & deren Auswirkungen: Schwangerschaft / übertragbare Krankheiten STI – traumatisiert, schlimm, unwohl, schrecklich, Angst, -

Anhang V

Vorname / Name: Anne-Sophia Döbeli

[redacted]

Selbstständigkeitserklärung

Ich versichere hiermit ehrenwörtlich, dass ich die vorliegende Masterarbeit

Sexualität und Selbstsicherheit

Eine Bedürfnisanalyse von 16/17- jährigen Mädchen im sexualpädagogischen Kontext basierend auf dem Modell Sexocorporel

selbstständig verfasst und keine anderen als die angegebenen Hilfsmittel benutzt habe. Sämtliche Stellen der Arbeit, alle Formulierungen, Ideen, Untersuchungen, Gedankengänge, Analysen und sonstige schöpferische Leistungen, Grafiken, Tabellen und Abbildungen, die benutzten Werke oder Quellen aus dem Internet eins zu eins oder dem Sinn nach entnommen, habe ich durch Quellenangaben korrekt kenntlich gemacht.

Die Arbeit wurde bisher in gleicher oder ähnlicher Form keiner anderen inländischen oder ausländischen Prüfungsbehörde vorgelegt und noch nicht veröffentlicht. Die vorliegende schriftliche Fassung entspricht der eingereichten elektronischen Version.

Ort, Datum

_____

Vor- und Nachname

_____

Unterschrift

_____