



Sexualpädagogik bei kognitiver Beeinträchtigung

Grundsätze, Sprache, Setting

ISP-Praxisblatt Sexualpädagogik

Verfasst von Ben Kneubühler, Institutsleiter ISP Zürich

Gegengelesen von Simone Duddle, Sexualpädagogin & Sexualtherapeutin, Studiengangsleiterin Diplomlehrgang Sexualpädagogik

Stand September 2026 · V 0.1

Sechs Grundsätze

1. Die Frage lautet nicht, ob, sondern wie

«Dürfen die das?» ist keine fachliche Frage. Sexuelle Rechte gelten unabhängig von einer Beeinträchtigung. Die fachliche Frage lautet, wie eine Person darin begleitet wird.

2. Begleiten heisst nicht ermöglichen und nicht verhindern

Die Aufgabe liegt zwischen den beiden Polen: informieren, Zugang schaffen, Risiken benennen, Entscheidungen der Person respektieren. Wer nur ermöglicht, übergeht den Schutzauftrag. Wer nur verhindert, übergeht ein Recht.

3. Aufklärung ist ein Lernprozess, keine Veranstaltung

Was einmal gesagt wurde, ist nicht gelernt. Wiederholung über Monate, in kleinen Einheiten, mit gleichbleibendem Vokabular wirkt besser als ein Kurs.

4. Ohne Körperbezug bleibt es abstrakt

Wo Sprache begrenzt ist, trägt der Körper mehr. Wahrnehmungsübungen zu Anspannung, Atmung und Nähe sind hier keine Ergänzung, sondern das Hauptmittel. Die Übungen aus «Körper wahrnehmen statt Körper beurteilen» lassen sich übernehmen, mit längerer Zeit und weniger Text.

5. Die eigene Sprache ist die halbe Arbeit

Wer ausweicht, unterrichtet Ausweichen. Wer beschönigt, erzeugt Missverständnisse, die im Ernstfall gefährlich sind. Gleichbleibende, klare Wörter sind wichtiger als sanfte.

6. Prävention gehört zum Auftrag

Menschen mit kognitiver Beeinträchtigung sind überdurchschnittlich häufig von sexueller Gewalt betroffen. Wer Sexualpädagogik anbietet, arbeitet damit zugleich an Schutz — vorausgesetzt, Nein-Sagen und Hilfe-Holen kommen vor.

Sprache: was funktioniert

Statt	Besser	Warum
Geschlechtsverkehr	Sex	Kürzer, bekannt, eindeutig
Intimbereich	Scheide, Penis, Po	«Intimbereich» ist eine Umschreibung, die im Ernstfall nichts benennt
Selbstbefriedigung	sich selbst anfassen	Beschreibt die Handlung
unangemessenes Verhalten	Das darfst du nicht tun	Sagt, was gemeint ist
Einvernehmlichkeit	Beide wollen es	Ein Satz statt eines Begriffs
Verhütung	damit kein Baby kommt	Zweck vor Fachwort
Grenzverletzung	Jemand tut etwas, das du nicht willst	Beschreibung statt Kategorie

Fünf Regeln dazu: kurze Sätze, ein Gedanke pro Satz, immer dieselben Wörter, keine Verneinungen in Fragen, und nach jedem Abschnitt prüfen, was angekommen ist — nicht mit «Habt ihr das verstanden?», sondern mit «Sag mir, was du machst, wenn ...».

Setting

- Kleine Gruppen, vier bis sechs Personen, oder Einzelsetting.
- Kurze Einheiten von 30 bis 45 Minuten, dafür regelmässig.
- Gleicher Raum, gleiche Zeit, gleicher Ablauf. Wiedererkennung entlastet.
- Anschauungsmaterial statt Text: Modelle, Bildkarten, echte Verhütungsmittel zum Anfassen.
- Getrennte Gruppen prüfen, aber nicht automatisch trennen. Die Entscheidung richtet sich nach der Gruppe, nicht nach dem Thema.
- Bezugspersonen vorher informieren, damit das Thema danach weitergetragen wird statt abubrechen.

Was regelmässig schiefgeht

- Die Einheit findet statt, weil etwas vorgefallen ist. Dann ist sie eine Massnahme und wird als Strafe erlebt.
- Es wird über Schutz gesprochen, aber nicht über Lust. Wer nur die Gefahren vermittelt, vermittelt, dass Sexualität eine Gefahr ist.
- Das Team ist sich uneinig und die Uneinigkeit landet bei den Bewohnenden.
- Nach der Einheit gibt es keinen Ort für Fragen.

Zum Weiterarbeiten

Die zwölf Fälle aus «Sexuelle Rechte in der Institution» eignen sich als Anschluss für die Teamarbeit. Für Material zur Ausleihe führen mehrere Schweizer Fachstellen eigene Medienlisten zu Sexualpädagogik bei Beeinträchtigung; sie sind aktueller, als eine eigene Liste es je wäre.

Dieses Blatt dient der Information. Das ISP Zürich übernimmt keine Gewähr für Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität der Angaben und keine Haftung für Handlungen, die sich darauf stützen. Für Rechtsfragen und für den Einzelfall ist die zuständige Fach- oder Beratungsstelle zuständig.

Weitergabe und Vervielfältigung für die eigene pädagogische Arbeit sind erwünscht, vollständig und mit dieser Fussleiste. Eigene Anlaufstellen dürfen ergänzt werden. Kein Verkauf; die Verwendung in bezahlten Kursen ist erlaubt.

Verfasst von Ben Kneubühler, Institutsleiter ISP Zürich. Gegengelesen von Simone Dudle, Sexualpädagogin & Sexualtherapeutin, Studiengangsleiterin Diplomlehrgang Sexualpädagogik.

ISP-Praxisblatt Sexualpädagogik · V 0.1 · Stand September 2026 · ISP Zürich, Grossmünsterplatz 6, 8001 Zürich · isp-zuerich.ch

Das ISP Zürich

Institut für Sexualpädagogik und Sexualtherapie, gegründet 1998

Wir bilden Fachpersonen aus, die mit Menschen über Sexualität arbeiten: in Schulen, in Institutionen, in Beratung und Therapie. Vier Fachbereiche unter einem Dach, und in allen arbeiten wir körperbezogen nach dem Modell Sexocorporel.

Weiterbildungen

	Für wen	Adresse
Diplomlehrgang Sexualpädagogik	Für Menschen, die sexuelle Bildung als Beruf machen wollen. 18 Monate, 48 Unterrichtstage mittwochs, berufsbegleitend. Abschluss: Dipl. Sexualpädagog*in ISP.	isp-zuerich.ch/sxp
Diplomlehrgang Sexualtherapie	Für Fachpersonen aus Beratung, Therapie und Medizin, die sexuelle Themen nicht länger weiterweisen wollen.	isp-zuerich.ch/st
Master of Arts in Sexologie	Der erste Master in Sexologie der Schweiz, mit der Hochschule Merseburg. Akademischer Abschluss mit Zugang zur Promotion.	isp-zuerich.ch/ma
Seminarreihe Sexualität und Behinderung	Sechs Tage für Teams und Fachpersonen aus Institutionen. Das Feld, in dem wir seit 1998 arbeiten.	isp-zuerich.ch/sub
Kurstage und Fachtagungen	Einzelne Tage zu einzelnen Themen, offen für alle, ab CHF 50. Der unverbindlichste Weg, uns kennenzulernen.	isp-zuerich.ch/agenda

Einsatz an Ihrer Schule oder in Ihrer Institution

Wer die Sexualkundewoche lieber nicht selbst hält: Das ISP vermittelt sexualpädagogische Einsätze, durchgeführt von Absolvent:innen des Instituts und Fachpersonen aus unserem Netzwerk, abgestimmt auf Alter, Entwicklungsstand und Anlass. Die Anfrage ist unverbindlich, die Einsätze sind kostenpflichtig; nach der Anfrage erhalten Sie eine Offerte.

isp-zuerich.ch/sexualpaedagogik-unterricht

Infoabend

Zweieinhalb Stunden, online, kostenlos. Wir erklären die Lehrgänge, beantworten Fragen und sagen auch, für wen ein Lehrgang nicht das Richtige ist.

isp-zuerich.ch/lp-infoabend

ISP Zürich · Grossmünsterplatz 6 · 8001 Zürich · +41 44 586 44 86 · info@isp-zuerich.ch · isp-zuerich.ch