



Bund der Freien  
Waldorfschulen

# beziehungskunst

Menschlichkeit, Identität und Sexualpädagogik in der Waldorfschule

**Eine Übersicht**  
Für Eltern und Lehrpersonen





*Für nützliche  
Links, Literatur-  
empfehlungen  
und Informationen  
zu Fortbildungen  
<https://paefo.de/bk>*

## *Impressum*

### **Konzeption, Text und Illustrationen:**

Laura Frey und Sophia Klipstein

### **Redaktion:** Sven Saar

### **Herausgeber:**

Bund der Freien Waldorfschulen  
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit  
Potsdamer Str. 86, 10785 Berlin

waldorfschule.de  
instagram.com/waldorfschule  
facebook.com/waldorfschule

In Zusammenarbeit mit der  
Pädagogischen Forschungsstelle  
beim Bund der Freien Waldorfschulen  
Wagenburgstr. 6  
70184 Stuttgart  
[www.forschung-waldorf.de](http://www.forschung-waldorf.de)

Stand: 1. Auflage, Januar 2024\_2.000

# Inhalt

<i>Vorwort</i> .....	4
<i>Beziehungskunst: Eine Übersicht</i> .....	6
<i>Sexualerziehung und Elternarbeit</i> .....	10
<i>Beziehungskunst im Schulalltag</i> .....	15
<i>Künstlerisch-pädagogische Ansätze</i> .....	33
<i>Beziehung, Sexualität und Digitale Medien</i> ...	38
<i>Vertrauen, Vorsicht und Verantwortung</i> .....	45
<i>Vielfaltsoffene Schule</i> .....	50



# Vorwort: Menschlichkeit, Identität und Sexualpädagogik

Sven Saar

Die Broschüre in Ihren Händen ist Teil eines Forschungsprojekts. Wir hoffen, dass mit ihrer Hilfe Türen geöffnet und neue Wege beschritten werden können. Gesellschaftliche Entwicklungen, in welchen Freiheit und Glück zunehmend mit den Themen Selbstfindung, Gleichstellung und Menschlichkeit verbunden sind, müssen sich in Schulen und Erziehung widerspiegeln. Daher geht es hier um viele Arten von Liebe, um Geschlecht, Gender und Gerechtigkeit. Wir wollen zeigen, wie junge Menschen von Beginn ihrer biografischen Reise an einfühlsam und altersgerecht beraten und begleitet werden können. „Sexualkunde“ lässt sich zu leicht auf ein Fach, eine Entwicklungsstufe reduzieren. Uns geht es um die behutsame, lebensbejahende Entwicklung aller Schülerinnen, und zu dieser gehört die Fähigkeit, mit sich selbst und anderen erkennend und liebevoll umgehen zu können: die **Beziehungskunst**.

Warum gibt es diese Broschüre? Obwohl sich Waldorfschulen seit über 100 Jahren durch die ausgesprochene Betonung menschlicher Werte auszeichnen, sind unter Umständen bestimmte Bereiche in Theorie und Praxis zu kurz gekommen, darunter sexuelle Bildung, soziale Gerechtigkeit, moderne Identitätsbildung und politisches Bewusstsein.

Einzelne Schulen und Lehrer:innen haben Aspekte pionierhaft einfließen lassen, oft gegen starken Widerstand aus einem „bürgerlichen“ Lager in Kollegien und Elternschaft. Einige – nicht alle – Publikationen der letzten 30 Jahre im waldorfpädagogischen Kontext scheinen heute anachronistisch oder spirituell verbrämt. Auch in Rudolf Steiners Schriften und Vorträgen finden sich ambivalente und gegensätzliche Aussagen, auf die sich sowohl progressive als auch konservative Stimmen beziehen können. Dadurch hat es ein modernes Diversitätsbewusstsein bisher schwerer als nötig gehabt, sich durchzusetzen. Zu Recht wird dieses jetzt mehr und mehr eingefordert, und dieses Heft, wie auch das gleichnamige Buch<sup>1</sup>, möchten einen Beitrag leisten. Alle der oben genannten Bereiche haben auch eine spirituelle Dimension, und hier spricht die Waldorfpädagogik mit einer gewissen Kompetenz.

Unsere Publikation ist für Eltern, Lehrpersonen und Institutionen gedacht. Vieles auf den folgenden Seiten kann als nützliche Handreichung verstanden werden: zur Information, zur Anregung in Elternhaus und Schule, zur Reflexion im Kollegium, zur Umsetzung im Unterricht. Die Autorinnen haben das Buch „Beziehungskunst“<sup>1</sup> als Grundlage genommen und seine Gedanken teils neu formuliert und weiterentwickelt. Die Anregungen der 12 Beitragenden<sup>2</sup> fließen hier auf neue Weise ein, daher ver-

<sup>1</sup> „**beziehungskunst**“, edition waldorf, Stuttgart 2022

<sup>2</sup> Christian Breme, Lea Deffner, Irene Eickhoff, Laura Frey, Petra Hamprecht-Krause, Alexander Hassenstein, Sibylle Raupach, Martyn Rawson, Martine Runge-Rustenbeck, Elke Rüpke, Sven Saar, Michael M.Zech

zichten wir auf direkte Referenzen: wir sind diesen Menschen und ihren Ideen ausdrücklich zu Dank verpflichtet, und entwickeln letztere nun weiter, ganz im Sinne eines anhaltenden Forschungsprojektes. Wir freuen uns, wenn diese Broschüre zum vertiefenden Lesen anregt.

Unsere Publikation soll auch Bewusstsein für ein neues Denken schaffen: Für Menschen der jüngeren Generation ist es ganz natürlich, Verständnis für Vielfaltigkeit vorzusetzen. In vielen Lebensbereichen wird ein sensibilisiertes Umgehen mit den Realitäten anderer Menschen inzwischen eingefordert. Der diese Empfindsamkeit beschreibende englische Ausdruck *woke*, oft von reaktionären Kräften als Schimpfwort eingesetzt, bedeutet etwas durchaus Positives: Als *woke* ist man den Anforderungen seiner Umwelt gegenüber *wach* und reagiert auf sie angemessen und achtsam. Aktive Akzeptanz ist mehr als „Toleranz“: *Tolerieren* muss ich Dinge und Verhaltensweisen, die ich eigentlich irritierend finde, zum Beispiel das Parfüm meines Zugnachbarn. Andere Menschen ohne das Anwenden innerer Maßstäbe *so anzunehmen, wie sie sind*, geht einen entscheidenden Schritt weiter. Normatives Denken („eine normale Familie“, „ein normaler Deutscher“...) folgt einem Machtanspruch, und es erzeugt ihn auch: In der meist halb-bewussten traditionellen Auslegung ist das, was von der Norm abweicht, ihr implizit unterlegen. Von der äußeren Verschiebung und inneren Entwicklung unserer Werte und Überzeugungen, einem allmählichen Abschied von normativem Denken, profitieren nicht nur jene Menschen, die direkt betroffen sind: Ihnen verdanken wir alle eine Erweiterung des inneren Horizontes, und damit unsere intensivierte Menschwerdung.

„Beziehungskunst“ feiert die Vielfalt. Hier finden Leser:innen Vorschläge und Anregungen zur inklusiven Pflege des menschlichen Miteinanders. Gelegentlich besteht durch die Darstellung alter Denkmuster die Gefahr, dass Menschen, die unter den Auswirkungen derselben leiden müssen, „getriggert“ werden, das heißt, dass historische Traumatisierungen wieder unmittelbar empfunden werden können. Wir möchten hiermit davor warnen und gleichzeitig um Verständnis bitten.

Sophia Klipstein und Laura Frey schreiben aus gründlicher Recherche, pädagogischer Erfahrung und ihrer persönlichen Sichtweise. Diese Broschüre hat eine Botschaft, drückt aber keine „Meinung der Waldorfpädagogik“ aus: Eine solche gibt es nicht. Vieles ist noch unzureichend und in Veränderung begriffen. Wir begrüßen diesen Umstand und sind bemüht, weiter an uns und der Thematik zu arbeiten. Dafür gibt es Neuauflagen unseres Buches, Kollegiumsfortbildungen und öffentliche Workshops und Vorträge<sup>3</sup>.

Wir wünschen Ihnen eine spannende Lektüre und freuen uns auf Begegnungen und Austausch.



<sup>3</sup>Siehe QR Code in den Umschlagseiten oder unter: <https://paefo.de/bk>

# Beziehungskunst: *Eine Übersicht*

Kernanliegen der Waldorfpädagogik ist die harmonische Entfaltung individuell veranlagter Fähigkeiten und damit die gesunde Persönlichkeitsentwicklung aller Schüler:innen. Diese umfassende pädagogische Aufgabe schließt die Unterstützung und Beratung junger Menschen im Hinblick auf ihre erwachende Sexualität und die damit einhergehenden Veränderungen ein. Doch wie kann die Schule diese vielfältigen, komplexen Prozesse den Bedürfnissen und dem Alter der Kinder entsprechend fachlich kompetent und durchweg einfühlsam begleiten?

## **Ein erweitertes Verständnis der Aufklärungsfrage**

Die Entwicklung eines verantwortungsvollen und selbstbestimmten Umgangs mit Sexualität zählt zu den wichtigsten Aufgaben des Jugendalters. In der Vergangenheit beschränkte sich der „traditionelle Sexuaufklärungsunterricht“ auf eine einmalige Veranstaltung und konzentrierte sich auf körperliche, präventive Aspekte wie den Schutz vor ungewollten Schwangerschaften oder sexuell übertragbaren Krankheiten.

Mit einer zeitgemäßen Annäherung an die Themen der Sexualität und Geschlechtlichkeit betreten wir jedoch ein Lebensgebiet mit vielfältigeren Dimensionen. Individuelle Erfahrungen, soziale Beziehungen und kulturelle Kontexte formen die Art und Weise, wie Menschen ihre Sexualität verstehen und ausdrücken. Nicht nur körperliche Prozesse, sondern auch seelisch-biografische Vorgänge und soziale Einflüsse sind eng miteinander verwoben.

## ***Ebenen der Sexualität und Geschlechtlichkeit***

### **Der Körper als Instrument und Identifikationsgrundlage**

Gesundheit, Hygiene, Wahrnehmungsfähigkeit und Geschlechtsidentifikation

### **Seelische und soziale Interaktionen**

Hören – auf sich selbst und auf die Partner:innen –, Empathie, Sorge, Liebe und Lust, Zärtlichkeit, Kommunikation, Höflichkeit und Achtung

### **Biographische und gesellschaftliche Fragen**

Wer bin ich? Wer bist Du? Welche Vorstellungen und Normen prägen uns? Was fordert die Begegnung? Was ist mein Schicksal? Was liegt in meiner Verantwortung?

Die wichtigsten Grundlagen für eine sozialverträgliche und erfüllende Sexualität, sowie die Fähigkeit, diese in einer respektvollen Beziehung zu leben, werden bereits im Kindesalter angelegt. In den ersten Lebensjahren lernen Kinder ihren Körper, ihre Gefühle und ihre Bedürfnisse kennen und finden Worte dafür. Die vielfältigen Fähigkeiten, ohne die Beziehungen nicht möglich sind, wachsen von Geburt an langsam und reifen durch Wiederholung.

Sexuelle und geschlechtliche Entwicklung ist ein lebenslanger Prozess. Eine ganzheitliche pädagogische Begleitung erstreckt sich über alle Lebensphasen und pflegt eine positive und erweiterte Sicht auf die verschiedenen Dimensionen der Sexualität.

Daher sprechen heute Organisationen und Fachleute der Sexualpädagogik vermehrt von „Sexueller Bildung“. Dieser fächerübergreifende Bildungsansatz ist entwicklungsbegleitend. Er beinhaltet, Kindern und Jugendlichen altersgerecht Wissen über alle Facetten der Sexualität zu vermitteln und gleichzeitig Kompetenzen zu fördern, um dieses Wissen angemessen zu nutzen. Dabei steht der Mensch als sexuelles Wesen im Zentrum.

### Von „Sexueller Bildung“ zu „Beziehungskunst“

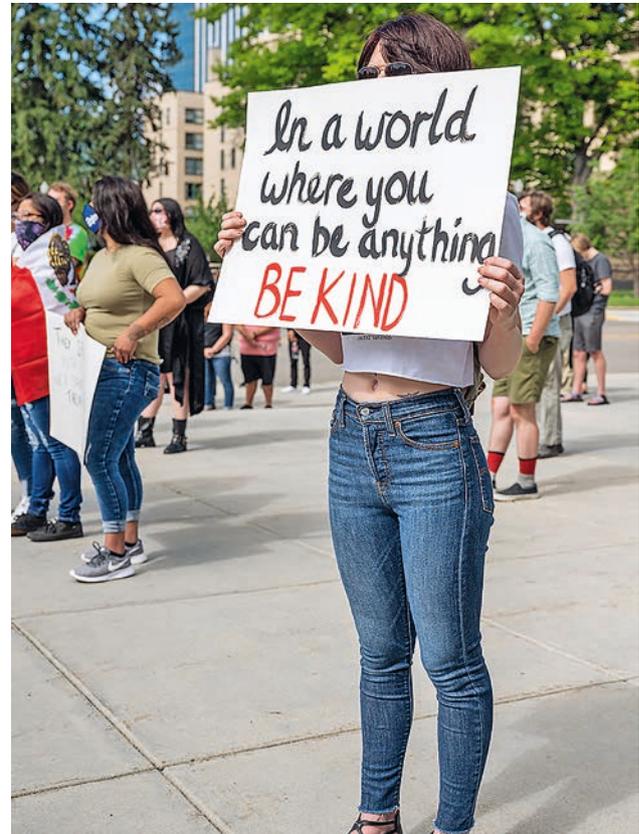
Waldorfinstitutionen bemühen sich, Themen der „Sexuellen Bildung“ auf zeitgemässe und altersgerechte Weise zu integrieren und dabei seelisch-geistige Aspekte zu berücksichtigen. Diese Erweiterung des Ansatzes stellt die Beziehung als zentralen Bestandteil der menschlichen Identität in den Vordergrund. Der Mensch wird nicht primär als sexuelles, sondern als soziales Wesen geboren, welches in der Gemeinschaft nach Selbstfindung strebt. Teil dieses fortlaufenden Suchprozesses ist die Entwicklung der geschlechtlichen Identität und das Entdecken der eigenen Sexualität. Die Grundlagen dafür werden jedoch durch primäre Bindungs- und Beziehungserfahrungen geformt, die vorerst nicht direkt im Zusammenhang mit sexuellen Erfahrungen stehen.

### Der „biografisch-künstlerische“ Ansatz

Zwischenmenschliche Beziehungen und Sexualität sind kreative und gestalterische Elemente des menschlichen Lebens. Für einen künstlerischen Umgang braucht es eine Einführung in die (physische und geistige) Materie, das Erlernen des Handwerks und das Üben am Gegenstand bis

zur Meisterschaft. Während der Mensch lernt und übt, entwickelt sich seine Empfindung für die Materie: Die Handgriffe, Bewegungen und Techniken gehen ihm leichter von der Hand, bis er schließlich kreativ, frei und künstlerisch schaffend wird. Wie Künstler:innen vor der Staffelei haben auch wir die Möglichkeit, unserem Leben authentisch schaffend Richtung zu geben, sofern unser Umfeld, unsere Erziehung und Bildung das ermöglichen.

Analog dazu ist die Beziehungs- oder Sexualkunde eine Epoche, in der die Schüler:innen eine Einführung in die Materie bekommen. Sie lernen biologische Vorgänge, gesell-



schaftliche Normen und Begriffe kennen. Denn das Sich-kundig-machen in Form von expliziten Unterrichtseinheiten ist unabdingbar. Dem beständigen Üben der Beziehungsfähigkeit wird jedoch implizit schon vorher und auch danach viel Raum gegeben, durch unzählige Ich-Du-Begegnungen in schulischen und außerschulischen Situationen.

Zudem werden die Lerninhalte der Beziehungs- und Sexualkunde auch künstlerisch erarbeitet und geübt. Dadurch entsteht eine körperliche und seelische Beziehung zu den Themen. Nicht nur der Kopf, sondern der ganze Mensch ist angesprochen. Gemeinsames künstlerisches Handeln verbindet und inkludiert Kinder mit verschiedensten Lernansätzen: kognitiv, handwerklich, künstlerisch und sozial.

### *Der ganzheitliche Ansatz der „Beziehungskunst“ versucht...*

- Die Entwicklung zu einem gesunden Körperbewusstsein zu unterstützen
- Die Beziehungsfähigkeit zu stärken
- Die Schönheit und Vielschichtigkeit der Sexualität zu betonen
- Die diversen Prozesse der Geschlechtsidentifikation zu berücksichtigen
- Gleichzeitig Präventionsmaßnahmen zu integrieren
- Die Inhalte künstlerisch zu vermitteln

### **Beziehungskunst: entwicklungsbegleitend und fächerübergreifend**

Sexualerziehung beginnt im Säuglingsalter und erstreckt sich über den gesamten Entwicklungsverlauf eines Kindes. Ab dem Kindergarten ist sie Teil des pädagogischen Auf-

trags und begleitet Schüler:innen bis in die höheren Jahrgangsstufen, wobei sich Inhalte und Methodik im Laufe der Zeit verändern. Die Themen werden idealerweise nicht isoliert vermittelt, sondern in den Fluss diverser Unterrichte integriert. Ein fächerübergreifender Ansatz belebt den Unterricht und fördert das Verständnis. Entwicklungen und Kompetenzen sind stark vom Umfeld abhängig (Verhalten und gelebte Werte der Erwachsenenwelt, Medien, Jugendkultur) und pädagogische Anforderungen verändern sich ständig. Jederzeit müssen Lehrer:innen bereit sein, Fragen der Heranwachsenden altersangemessen aufzugreifen und situativ darauf einzugehen. Das Vorgehen kann sich in jeder Klasse sowohl inhaltlich als auch zeitlich differenzieren. Bei aller notwendigen Flexibilität gelten jedoch als generative Prinzipien: Rechtzeitigkeit, Angemessenheit und fachübergreifende Verantwortlichkeit.

Ohne spezifisch sexualkundliche Inhalte zu vermitteln, setzt die pädagogische Arbeit bereits im Kindergarten bei physischen, sozialen und emotionalen Aspekten an. Durch körperliche Tätigkeiten und Spiele werden Fähigkeiten wie Geschicklichkeit, Koordination und die Pflege der Sinne gefördert, wodurch Gemeinschaftsgefühl und Beziehungsfähigkeit gestärkt und vielfältige soziale sowie Eigenkompetenzen entwickelt werden. Auf diese Weise leistet Beziehungskunst indirekt einen Beitrag zur Entwicklung eines gesunden Körperbewusstseins und zur harmonischen Entfaltung der Persönlichkeit. Dies wiederum bildet das Fundament für die respektvolle und verantwortungsbewusste Gestaltung von Beziehungen, auch in sexueller Hinsicht<sup>1</sup>.

In der Vorpubertät werden dann fachliche Aspekte zu den Veränderungen in der Pubertät pädagogisch aufgegriffen. Ab der Mittelstufe ist es wichtig, bewusst Zeit einzuräumen, um explizit über körperliche und seelische Veränderungen,

<sup>1</sup>Siehe Elke Rüpke, „Zur Bedeutung von Sexualität und Geschlechtlichkeit im ersten Jahrsieb“, in „beziehungskunst“, edition waldorf, Stuttgart 2022

## Von Fuß bis Kopf

Ein ganzheitlicher Ansatz



Befruchtung und Verhütung zu sprechen. Dabei werden auch in sorgfältig angelegten Prozessen biografische Fragen, romantische Liebe sowie gesellschaftliche Werte und Normen erkundet.

Jede:r Schüler:in hat das Recht auf Sexualaufklärung. Sicher gibt es Lehrpersonen, denen es unangenehm ist, mit der Klasse die konkrete Thematik zu erarbeiten. Umso wichtiger ist es, dass es an einer Schule verantwortliche Personen gibt, die sich unterstützend anbieten und gegebenenfalls einen Teil dieser Aufgabe übernehmen. Beispielsweise kann der Besuch von Fachleuten wie Ärzte:Ärztinnen/Biologen:Biologinnen im entsprechenden Alter einen besonderen Akzent setzen. Ihre Professionalität und Anonymität bieten einen sachbezogenen Blick auf die Thematik. Mit mindestens einer dreiwöchigen Epoche bekommt das Thema den nötigen Raum, die Zeit und die Gleichwertigkeit gegenüber anderen Fächern. Schüler:innen sollten sich später erinnern: „Ja wir hatten Sexualkundeunterricht!“

Darüber hinaus wird das Thema in Konfliktsituationen zwischen Kindern oder auch bei sexualisierter Sprache direkt behandelt. Die Wachheit der Lehrperson und deren Mut, sich mit diesen Themen auseinanderzusetzen, sind dabei entscheidend. Es ist wichtig, Signale und Äußerungen der Kinder frühzeitig wahrzunehmen und kompetent sowie respektvoll über das vielseitige Gebiet zu sprechen. Fragen verdienen eine Antwort und Äußerungen eine Reaktion. Kinder und Jugendliche sollten möglichst nicht auf sprachlose Erwachsene treffen, sondern in ihnen diskrete, mutige und sensible Ansprechpartner:innen finden.

# Sexualerziehung und Elternarbeit

---

## Sexualerziehung als Aufgabe der Eltern

Die frühen Lebensjahre spielen eine entscheidende Rolle in der sinnlichen Entwicklung von Babys und Kleinkindern. Bereits im Mutterleib erkunden Babys ihren Körper, zum Beispiel durch Daumenlutschen, und erleben Geräusche und Bewegungen der Umgebung mit ihren Sinnen. Später entwickeln sie ein Bewusstsein für Berührungen auf ihrer Haut und lernen nach und nach, dass verschiedene Körperteile zu ihnen gehören und einen Namen haben. Angenehme Berührungen, regelmäßiger Körperkontakt und Körperwärme tragen dazu bei, ein sicheres Körpergefühl zu entwickeln. Diese Phase der frühkindlichen sexuellen Entwicklung hat wenig mit den erwachsenen Vorstellungen von Sexualität zu tun, dennoch bildet sie die Grundlage dafür, dass Menschen im Jugend- und Erwachsenenalter ihre Sexualität lustvoll und verantwortungsbewusst erleben können.

Zum anderen sollen Kinder zuhause lernen, ihre eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen, unterschiedliche Gefühle zu erkennen und sie zu benennen. Nähe, Zuwendung und das offene Gespräch über den Körper, Emotionen, Berührungen und Grenzen spielen eine zentrale Rolle. Eine vertrauensvolle und verlässliche Bindung zu den Bezugspersonen legt dabei den Grundstein für weitere positive Entwicklungen.

## Sexualerziehung als pädagogische Aufgabe

Sexualerziehung findet in erster Linie zuhause statt, manchmal gezielt und oft auch beiläufig. Eltern können individuell auf Entwicklung und Fragen des Kindes ein-

gehen. Doch mit zunehmendem Alter werden Kinder stärker von ihrem sozialen Umfeld beeinflusst, zum Beispiel durch Freund:innen, Lehrpersonen oder Trainer:innen. Wenn sich Kinder von ihrem familiären Umfeld abwenden und Wissen über Beziehung und Sexualität bei Gleichaltrigen und in den Medien suchen, haben Pädagog:innen die Möglichkeit, eine große Mehrheit von Kindern zu erreichen. Sie können das Themenfeld inklusiver und breiter behandeln, als es manchen Eltern möglich ist.

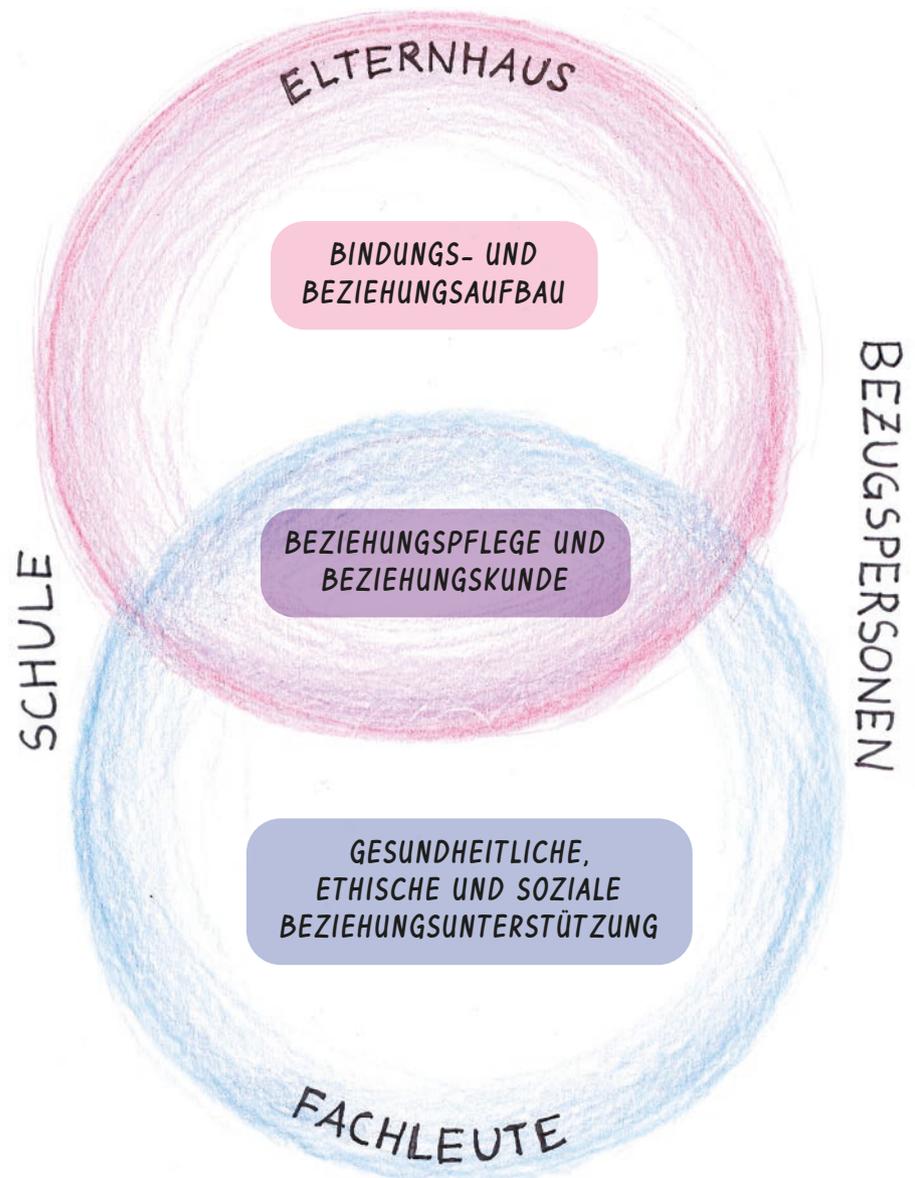
Auch im Bereich der Sexualerziehung ist eine enge Zusammenarbeit zwischen Eltern und Schule wichtig und ein offener, kontinuierlicher Austausch wertvoll, selbst wenn das Thema noch nicht explizit im Lehrplan veran-



kert ist. Dies ermöglicht es, den richtigen Zeitpunkt für die Behandlung des Themas – sei es in Form von Epochen oder einzelnen Unterrichtseinheiten – zu finden. So wird verhindert, dass sich die Thematik in der Klasse und Elternschaft staut, Unzufriedenheiten entstehen und Kinder mit den aufkommenden Fragen und Erlebnissen allein gelassen werden. Die Tatsache, dass Sexualerziehung immer in einem kulturell und religiös geprägten Umfeld geschieht, erfordert zusätzliche Sensibilität, Flexibilität und einen respektvollen Umgang.

**Ab dem Kindergarten** ist Sexualerziehung Teil des pädagogischen Auftrags. Hierbei liegt der Fokus nicht auf der expliziten Vermittlung von sexualkundlichen Inhalten, sondern auf der Förderung eines gesunden Körperbewusstseins und der Entwicklung grundlegender sozialer Fähigkeiten innerhalb der Gemeinschaft. Dazu gehören Erfahrungen im sozialen Miteinander, wie das Pflegen von Beziehungen, Bewältigen von Konflikten, das Erleben von Zugehörigkeit und Ausschluss, sowie die Förderung von Geduld und Rücksichtnahme. Ein wichtiger Aspekt ist dabei auch das behutsame Erleben und Abstecken von persönlichen Grenzen.

Kinder entwickeln in der frühen Kindheit zunehmend Unabhängigkeit von ihren Bezugspersonen und interessieren sich füreinander, sozial und auch körperlich. Das offene Gespräch über diese sogenannten Doktorspiele



oder die Wichtigkeit von stabilen Bindungserfahrungen kann als „Aufwärm-Übung“ verstanden werden, um mit dem Thema der frühkindlichen sexuellen Entwicklung vertraut zu werden. Pädagog:innen spielen dabei eine entscheidende Rolle. Sie können durch vielfältige sowie sensible Beratung wertvolle Erziehungshilfe leisten. Dies gilt auch im Zusammenhang mit der Mediennutzung, da die Lebenswirklichkeit der Kinder oft eine frühe Auseinandersetzung mit sexuellen Themen einschließt, sei es durch Gespräche der Erwachsenen oder älterer Geschwister, oder durch direkten und indirekten Medienkonsum. Erwachsene sind Vorbilder und sollten im Beisein von Kindern auf unangemessen sexualisierte Sprache und eventuell verstörende Medieninhalte verzichten.

**In der Unterstufe** bietet es sich an, auf Elternabenden den Schulalltag einmal durch die Brille der Beziehungsgestaltung zu betrachten. Jeder Unterrichtsstoff kann didaktisch so gestaltet werden, dass er der Beziehungs- und Sinnespflege dient. Viele außerunterrichtliche Tätigkeiten wie Pausenspiele, Ausflüge, künstlerische Veranstaltungen und therapeutische Zusatzangebote dienen der Körperwahrnehmung und Empathieschulung und verbinden Schüler:innen miteinander. Elternabende können genutzt werden, um miteinander in Austausch zu kommen, Erfahrungen weiterzugeben und – ähnlich wie bei der Mediennutzung – bei Bedarf zu Vereinbarungen zu kommen, wenn Kinder sich zu Hause treffen.

**In der Mittelstufe** sollte ein Elternabend zum Thema Sexualität stattfinden. Dafür können Lehrer:innen fachlich versierte Menschen wie Schulärzt:innen oder externe Spezialist:innen einladen. Selbst wenn eine entsprechen-

de Epoche<sup>1</sup> noch nicht geplant ist, ist es sinnvoll, Eltern frühzeitig auf das Thema vorzubereiten. Dies ermöglicht ihnen, selbst mit ihrem Kind ins Gespräch zu gehen. Zudem kann es vorkommen, dass die Lehrperson aus konkretem Anlass spontan eine Unterrichtseinheit zu Geschlechtsreife und Sexualität geben möchte. Durch einen frühzeitigen Elternabend können Bedenken und Wünsche der Eltern aufgegriffen und gegebenenfalls in das didaktische Konzept miteinbezogen werden. Steht die Epoche dann auf dem Lehrplan (die Bezeichnungen dafür sind vielfältig: Sexualkunde, Beziehungskunde, Lebenskunde, Menschenkunde), sollte sie auf einem Elternabend vorgestellt werden. Idealerweise begleiten Eltern oder andere Bezugspersonen die Themen zu Hause mit Gesprächen und passender Literatur.

**In der Oberstufe** schwindet der Einfluss der Erwachsenen, sie können nur noch begleiten und Offenheit für Gespräche signalisieren. Nun ist es sinnvoll, an Elternabenden und in individuellen Gesprächen Aufklärungsarbeit bezüglich psychischer und physischer Gesundheit und Suchtprävention zu leisten. Hierbei können Wahrnehmungen ausgetauscht und Hilfsangebote gemacht werden. Da der Lehrplan nur noch wenig Freiraum für zusätzliche Themen bietet, kann die Schule in Zusammenarbeit mit Elternrat und Schüler:innenvertretung Veranstaltungen außerhalb des Unterrichts initiieren. Dazu gehören beispielsweise Vorträge, Besuche bei Beratungsstellen oder eine regelmäßige Sprechstunde bei dem:der Schulärzt:in oder Schulsozialarbeiter:in.

---

<sup>1</sup>Siehe zum Beispiel Sven Saar: „Leben und Liebe. Eine Epoche zur Lebens- und Sexualerziehung“ in „beziehungskunst“

## ***Anregungen für Eltern***

### **Vorbild sein**

Als Elternteil sind Sie Vorbild für Ihr Kind. Ob Sie Ihren eigenen Körper mögen oder ihn achtsam pflegen, die Art, wie Sie Ihre Werte vorleben und wie Sie in Streit- und Konfliktsituationen kommunizieren, wirkt erziehend. Ihr Kind nimmt wahr, ob Sie eine respektvolle Haltung gegenüber anderen Menschen einnehmen, ob Sie die eigenen Grenzen und diejenigen der anderen respektieren. Es erfährt, dass sich Innigkeit in zärtlichen Gesten ausdrückt und dass Eltern auch Räume ohne Kinder brauchen. Gewähren sie auch ihrem Kind Freiräume und Intimsphäre, um seine Fähigkeiten und seinen Körper selbst zu entdecken. Durch Ihr Vorbild wird die Einstellung Ihres Kindes zum eigenen Körper, zur eigenen Sexualität in künftigen Beziehungen entscheidend mitgeprägt.

### **Fragen beantworten**

Nicht jede Frage muss anatomisch detailliert beantwortet werden. Versuchen Sie, in einer möglichst altersgerechten Sprache auf die Neugier des Kindes einzugehen. Respektieren Sie jedoch seine Grenzen. Sie können zurückfragen: „Wie stellst du dir das denn vor?“. Oft ergeben sich daraus interessante Einblicke in die Welt Ihres Kindes. Wenn Ihr Kind die Erfahrung macht, dass seine Fragen von Ihnen beantwortet und nicht zurückgewiesen werden, wird es mit größerer Wahrscheinlichkeit bei Ihnen Hilfe suchen, wenn es diese einmal dringend benötigt – beispielsweise beim Erleben eines sexuellen Übergriffs.

### **Gesprächsangebote schaffen**

Vielleicht kommt Ihr Kind mit sexuell gefärbtem Vokabular nach Hause. Nutzen Sie diese Gelegenheit, um ein offenes Gespräch zum Thema Gefühle, Beziehung, Sexualität und Lust zu führen. Dabei können Sie von Ihren eigenen Erfahrungen ausgehen und beispielsweise davon erzählen, wie es war, als Sie das erste Mal verliebt waren oder wie Sie sich gefühlt haben, als Ihr Körper anfang, sich zu verändern. Kinder sind oft interessiert, mehr über die Lebensgeschichte der Eltern und der Familie zu erfahren.

Sie können auch bestimmte Alltagssituationen nutzen, wie zum Beispiel die Begegnung mit einer schwangeren oder stillenden Frau, das Beobachten der Paarung von Tieren oder das Wahrnehmen von Zuneigung gleichgeschlechtlicher Paare, um mit ihrem Kind ins Gespräch zu kommen. Auch das gemeinsame Anschauen von Filmen und Serien mit anschließendem Gespräch kann Türen öffnen.

### **Respekt und Offenheit pflegen**

Schaffen Sie eine offene und respektvolle Atmosphäre, in der sich Kinder sicher fühlen, wenn sie zu Sexualität, Orientierung und Identität Fragen stellen oder ihre Gedanken teilen möchten. Verurteilen Sie nicht und zeigen Sie

Verständnis sowie Interesse für die Perspektive ihres Kindes. Es ist wichtig, positiv und wertschätzend über Sexualität sowie die Vielfalt von Beziehungsformen und Geschlechtsidentitäten zu sprechen. Versuchen Sie, vielfaltsoffene Sprache zu üben und hinterfragen Sie stereotype Geschlechterrollen. Erklären Sie, dass weder Kleidung noch bestimmte Aktivitäten oder Berufe geschlechtsgebunden sind. Das eigene Erleben ungewohnter Sprach- und Denkmuster kann hier richtungweisenden Modellcharakter bekommen: „Meine Eltern bemühen sich, ihnen bisher unbekannte Werte anzunehmen, also ist der Mensch ein lebenslang lernfähiges Wesen.“

### **Eigenes Sexual- und Beziehungsleben reflektieren**

Wie gehen Sie selbst mit den Themen Sexualität, Geschlechtsidentität und Beziehungen um? Wie war es damals bei Ihnen zu Hause? War der gegenseitige Umgang von Zärtlichkeit und Wärme geprägt? Hatten die Geschlechtsteile Namen? Vielleicht erinnern Sie gemeinsam mit Ihrer:m Partner:in an lustige, schöne, aber auch traurige und unangenehme Erfahrungen. Versuchen Sie, damit zuerst nicht wertend umzugehen, sondern nehmen Sie an, wer Sie sind und wie Sie dazu wurden. Diese Erkenntnis befähigt Sie unter anderem, „alte“ Muster nicht unbewusst an Ihre Kinder weiterzugeben.

### **Auf dem neusten Stand bleiben...**

Informieren Sie sich frühzeitig, zum Beispiel durch das Schauen moderner Filme und Serien und durch Zeitungsartikel oder Podcasts zu den Themen Sex und Gender.

Recherchieren Sie alles, was ihr Kind zum Thema wissen wollen könnte.

Beschäftigen Sie sich bewusst mit dem Thema Pornografie und den rechtlichen Rahmenbedingungen bezüglich Internetzugang, sozialer Medien, Missbrauch und Kinderschutz, um rechtzeitig eine informierte Grundlage für Gespräche zu schaffen.

Erkundigen Sie sich nach altersgerechten und ansprechenden Büchern, Podcasts und anderen Materialien zu den Themen und stellen Sie diese ggf. ihrem Kind zur Verfügung.

# Beziehungskunst im Schulalltag

Dieses Kapitel soll Einblicke in die kindliche Entwicklung in Bezug auf die Beziehungsfähigkeit und Sexualität bieten und enthält Anregungen zur pädagogischen Arbeit. Dabei handelt sich nicht um eine abgeschlossene, vollständige und chronologische Abfolge von Unterrichtsthemen, sondern um eine Ideensammlung von pädagogisch tätigen Menschen an Waldorfschulen. Die Dreiteilung in Unter-, Mittel- und Oberstufe ermöglicht, die Themen über mehrere Klassenstufen zu verteilen.

Ein Kollegium sollte sich auf unverzichtbare „Essentials“ einigen, die nicht ausgelassen, aber ggf. an Fachpersonal delegiert werden können. Es empfiehlt sich, das Thema Beziehungskunst in einem Arbeitskreis weiterzuentwickeln, ggf. mit Schulärzt:in, Schulsozialarbeiter:in, Hortner:in, Vertrauenslehrkräften oder Kinderschutzbeauftragten. Dieser Arbeitskreis wird zum Themenhalter, aktualisiert Inhalte, regt Fortbildungen an, stellt Materialien zur Verfügung und knüpft Kontakte zu externen Stellen.

Für ausgewählte Themen wie z. B. Sucht oder auch Geschlechtervielfalt bietet es sich an, Fachleute von Beratungsstellen oder auch Betroffene einzuladen. Die Auswahl der Themen sollte in Zusammenarbeit mit der Schüler:innenvertretung stattfinden.

## *Sexualität und Beziehung*

### **Wie kann ich als Erwachsener mit diesen Themen zunehmend gelassen und taktvoll umgehen?**

- Eigenes Beziehungs- und Sexualleben reflektieren und im Privatleben darüber sprechen
- Offenheit, Interesse und Humor gegenüber dem Themenfeld, keine Vermeidungsstrategien
- Respekt vor der individuellen persönlichen Distanzzone des Anderen
- liebevolle Zuwendung und professionelle Distanz in der pädagogischen Arbeit
- gesellschaftlichen Diskurs verfolgen, Begriffe und Namen aufgreifen, verstehen und nutzen
- gendersensible Sprache üben und Rollen-zuschreibungen in der Kommunikation vermeiden
- eigenes (möglicherweise von anderen als übergriffig oder sexualisiert empfundenen) Verhalten reflektieren
- Achtsamkeit gegenüber sexualisiertem und übergriffigen Verhalten von anderen
- Fachliteratur zu sexueller Bildung lesen

## Beziehungsaufbau in der frühen Kindheit

### Vom Klein- zum Schulkind

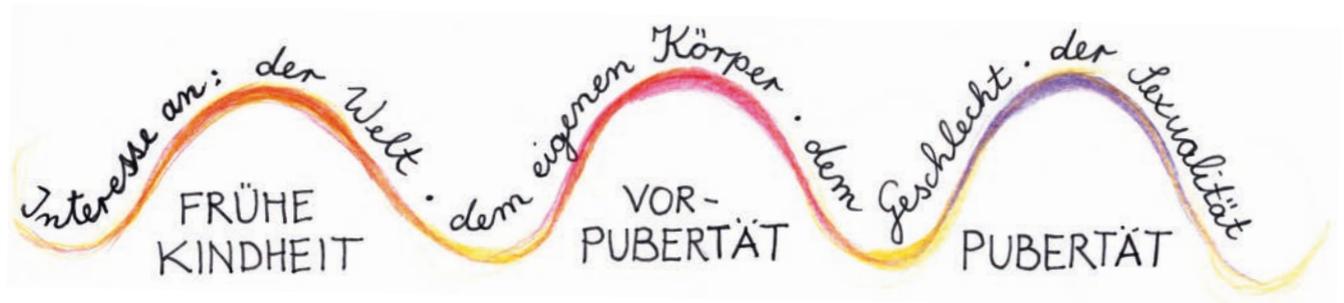
Nach der Geburt ist die Entwicklung der Lebenskräfte des Kindes noch sehr von den Bezugspersonen abhängig. Die entstehende Bindung erfordert Sicherheit und Fürsorge in allen Bereichen. So lernt das Kind Rhythmen auszubilden, Nahrung jenseits der Muttermilch zu verdauen, sich selbst zu regulieren, erwirbt aber auch soziale Kompetenz an positiven Vorbildern.

Die Qualität der frühen Bindungserfahrungen des Kindes mit seinen primären Bezugspersonen ist eine fundamentale Stütze für die Entwicklung der eigenen späteren Bindungs- und Beziehungsfähigkeit. Ein Kind, das von klein auf in seinen Bedürfnissen wahrgenommen und achtsam behandelt wurde, kann daran ein Grundgefühl von Selbstvertrauen und Eigenwirksamkeit entwickeln. Dies befähigt, sich offen und vertrauensvoll der Umwelt zuzuwenden und mit ihr in Beziehung zu treten. Die Entwicklung der Beziehungsfähigkeit bildet die Grundlage für die spätere Ausprägung der Sexualität. Primär obliegt die Verantwortung für diese Prozesse den Eltern. Dennoch ist das Thema „Geschlechtlichkeit und Sexualität des Kindes“ auch außerhalb des familiären

Umfelds in der pädagogischen Betreuung im Kindergarten von Relevanz.

In der frühen Kindheit entwickeln Kinder eine Beziehung zum eigenen Körper, zu anderen Menschen und zur Welt. Dies geschieht durch die Sinne: sie schmecken, tasten, fühlen, hören, riechen ihre eigenen Körper und die von anderen. Elementar für die Entwicklung zur Sexualität ist, wie das Kind seinen Körper ergreifen kann, damit er mehr und mehr zu einem Instrument und Ausdrucksmittel der sich entfaltenden Persönlichkeit wird. Hier spielen die systematische Förderung der freien und vielfältigen Bewegungsentwicklung und die Pflege der Entwicklung aller Sinne eine besondere Rolle.

Mit dem Eintritt in den Kindergarten entwickeln Kinder mehr Unabhängigkeit von ihren primären Bezugspersonen und erweitern ihre sozialen Kreise. Sie zeigen Interesse füreinander und erkunden gegenseitig ihre Körper. Bei den sogenannten „Doktorspielen“ geht es Kindern jedoch nicht um sexuelle Lust. Selbstverständlich gibt es ein natürliches Bedürfnis nach Zuwendung, Liebe und Zärtlichkeit, sie sind aber nicht auf der Suche nach einer:m Sexualpartner:in. Interesse an Genitalien und an körperlichen Geschlechtsunterschieden basiert auf ihrer unbefangenen Neugier, die Welt kennenzulernen.



Mit dem Bereich der Sexualität können für Kinder auch Gefahren des Gewalterlebens und der Übergriffigkeit verbunden sein. Auch damit müssen sich pädagogische Fachkräfte beschäftigen, um die Kindertageseinrichtung als sicheren Ort zu gewährleisten.

Die Lebenswirklichkeit der Kinder bringt zudem oft eine frühe Wachheit für sexuelle Themen inklusive Übernahme des entsprechenden Jargons mit sich, zum einen durch mitgehörte Gespräche der Erwachsenen oder älterer Geschwister, zum anderen durch direkten oder indirekten Medienkonsum.

## *Beziehungspflege in der Unterstufe*

### **Vom schulreifen Kind zum reifenden Schulkind**

Wenn Kinder in die Schule kommen, richtet sich ihre Hauptaufmerksamkeit auf das soziale, kognitive und handwerklich-künstlerische Lernen. Die kindliche Sexualität des körperpositiven Erforschens weicht einem gesellschaftlich geprägten Schambewusstsein. Spätestens in der schulischen Gemeinschaft lernen die Kinder, was „man nicht tut“ und was man nur zu Hause tun sollte. Der Fokus

### *Anregungen für die frühe Kindheit*

#### **Direkt:**

- Fragen zum Körper und sexuellen Vorgängen ernstnehmen und mit liebevollen, ehrlichen Worten und seelischen Bildern beantworten (siehe Beziehung durch künstlerische Gestaltung)
- Die Geschlechtsteile anatomisch richtig benennen (z.B. Vulva<sup>1</sup>, Vulvalippen und Penis, Hoden)
- Sexualisierten Jargon verbieten und alternative Ausdrucksmöglichkeiten anregen (z.B. „Du nervst“ anstatt „Fick dich“)
- Das Erkunden der Genitalien zulassen, aber deutlich machen, dass es nur in den vertrauten, nicht-öffentlichen Raum gehört, gegebenenfalls einen Rahmen bieten
- Vermitteln, dass alle beteiligten Kinder mit dem jeweiligen Spiel einverstanden sein müssen. Vorsicht: Durch Altersunterschiede können ggf. Machtgefälle entstehen

#### **Indirekt:**

- Förderung der freien und vielfältigen Bewegungsentwicklung und die Pflege der Entwicklung aller Sinne
- Durch sorgfältig und bewusst gewählte Sprache und Verhalten Vorbild sein
- Vorleben, dass jeder Mensch eine persönliche Distanzzone hat, die respektiert und geschützt wird
- Den Kindern den Unterschied zwischen „guten“ und „schlechten“ Geheimnissen verdeutlichen (siehe Prävention<sup>2</sup>)
- Den Kindern vermitteln, dass sie NIE Schuld haben, wenn sie übergriffig behandelt oder belästigt werden.
- Den Kindern beibringen, nein zu sagen, wenn sich etwas fremd/komisch/eklig anfühlt.

<sup>1</sup>Die Vulva bezeichnet die äußeren Geschlechtsorgane der Frau, einschließlich der Vulvalippen, Klitoris und des Scheideneingangs. Die Vagina (Scheide) hingegen ist der Gang, der zur Gebärmutter führt.

<sup>2</sup>Siehe Seite 46

des Kindes liegt nun auf der seelischen Entwicklung. Werte wie Mitgefühl, Respekt, Toleranz, Liebe und emotionale Intelligenz werden erlernt. Erziehungsberechtigte und Pädagog:innen müssen trotzdem bereit sein, auf medial vermittelte sexualisierte Impressionen eingehen zu können. Werbung, Musik, Videoclips und der Zugang zum Internet durch ältere Kinder hinterlassen Eindrücke, die das Kind allein nicht verarbeiten kann.

### Entwicklung einer gesunden Körperempfindung und des Gemeinschaftsgefühls

In den ersten Schuljahren geht es um eine spielerisch-künstlerische Einübung von Sozial- und Selbstkompetenz. Besondere Bedeutung hat nun die Willens- und Sinneschulung. Hier werden physische Voraussetzungen gepflegt (Sinn für Bewegung und Koordination, Tastsinn, Befindlichkeits- bzw. Lebenssinn, Sinn für Distanz und Nähe, Selbst- und Fremdwahrnehmung). Dadurch werden Gesundheitsverhalten, Resilienz und physisch-psychische Identitätsbildung gefördert. Insgesamt soll das Kind

in der Unterstufe viele Möglichkeiten haben, sich gesund in seinen Körper einzuleben.

Im Erzählstoff, in Spielen, in Einzel- und Gruppengesprächen werden Beziehungsfähigkeit, Konfliktlösungsfähigkeit, Akzeptanz von körperlichen und seelischen Grenzen (Missbrauchsprophylaxe) und eine offene Gesprächskultur veranlagt. In Bildern werden Geschlechterrollen, Generationenrollen, Beziehungsbildungen und Beziehungskonflikte, Anfang und Ende des Lebens, Liebe, Treue und Enttäuschung erfahren. Zwecks Förderung der Vielfalt sollte dabei die Auswahl von Geschichten, Liedern und Bildern möglichst multikulturell geschehen. Noch steht das miterlebende Staunen über die Vielfalt menschlichen Verhaltens und anderer Lebensformen im Vordergrund. Auch die Schattenseiten menschlicher Beziehungen werden in Erzählungen, Gesprächen und im szenischen Spiel thematisiert. Positiv konnotierte Handlungen in diesem Alter fördern die Beziehung zu sich selbst und zur Umwelt und helfen, negativen Erfahrungen wie Mobbing, Ausgrenzung oder Entfremdung mit Resilienz zu begegnen.



## *Anregungen für die Unterstufe*

### **Grundsätzliches**

- Präventionsarbeit leisten, ohne den Kindern ihr Grundvertrauen zu nehmen.
- Alle Fachbereiche auf die Bildung von Beziehungsfähigkeit hin überprüfen: In welchen Momenten des Unterrichtes entsteht Beziehung? Durch welche Methodik kann sie gefördert werden?
- Gruppenbildung und Sitzordnung nach Geschlechterzugehörigkeit möglichst vermeiden

### **Identitätsbildung**

- Bei Hänseleien wegen geschlechtsuntypischer Kleidung möglichst zeitnah und undramatisch vermitteln, dass alle frei wählen können, wie sie aussehen
- Geschlechtsspezifische Zuschreibungen vermeiden („Max, Moritz und Paul raufen wieder!“ statt „Die Jungen raufen wieder!“)
- In Gesprächssituationen differenzierte Sprache für Gefühle finden (z.B. „Wie hat es sich angefühlt, als dein Mitschüler dich ungefragt so fest umarmt hat?“)

### **Sozialkompetenz, Selbstschutz**

- Anlassbezogen (z.B. bei körperlichen Übergriffen) richtige Bezeichnungen für die Körperteile benutzen (Vulva statt Mumu)
- Zeit für Konfliktlösungsgespräche nehmen, dabei Fokus auf das Zuhören legen, Suggestivfragen vermeiden
- Vermitteln, dass alle beteiligten Kinder mit einem Spiel einverstanden sein müssen
- Den Kindern vermitteln, dass sie NIE Schuld haben, wenn sie übergriffig behandelt oder belästigt werden
- Den Kindern den Unterschied zwischen „guten“ und „schlechten“ Geheimnissen verdeutlichen, ggf. Schulsozialarbeiter:in einladen
- Den Kindern beibringen, nein zu sagen, wenn sich etwas fremd/komisch/eklig anfühlt.

### **Sexualität, Liebe und Freundschaft**

- Mit ersten Verliebtheiten feinfühlig umgehen, z.B. sich nicht darüber amüsieren oder belustigt kommentieren

### **Naturkunde**

- Seelisch ansprechende Erzählungen aus der Pflanzenwelt (distanziertes, naturwissenschaftliches Erforschen erfolgt erst später auf Basis eines mitfühlenden Verständnisses für die Natur)
- Die Vielfalt von Gemeinschafts- und Lebensformen im Tier- und Pflanzenreich bewundern
- Wildnispädagogische Elemente in den Unterricht einbauen und die Achtung der Natur praktizieren

### **Heimatkunde/Kulturelle und ethische Bildung**

- Über Zugehörigkeit zur eigenen Kultur, zur Familie, zu einem Ort / Land, Aufwachsen in der Fremde sprechen
- Situativ oder gezielt über Familienkonstellationen sprechen, dabei neugierig und wertfrei bleiben
- In der Handwerkerepoche die Gewerke auch mit weiblichen Namen "besetzen"

### **Geschichten und Erzählungen**

- Geschlechterrollen in Märchen hinterfragen und recherchieren. Einzelne Aspekte versuchsweise umschreiben und die Wirkung beobachten. Dies als Diskussionsfeld im Kollegium pflegen.
- Weibliche Heiligenlegenden finden und erzählen
- Rollenzuschreibungen im Alten Testament, der Edda, der Mythologie prüfen, hinterfragen und ggf. umgehen, eventuell durch andere Narrative ersetzen oder ergänzen.
- Im Erzählstoff zwischenmenschliche Beziehungen erlebbar machen und ggf. darüber sprechen

### **Sonstige Fächer**

#### **Spieltur:**

- Gruppenspiele anregen, in denen es um ein gemeinsames Ziel geht und Begegnung im Fokus steht

#### **Eurythmie:**

- Künstlerisch gestaltete Orientierung im Raum, Koordination der Arme und Beine

### **Eltern- und Kollegiumsarbeit**

- Regelmäßiger pädagogischer Austausch über Vielfalt fördernde, genderechte Sprache und Schulkultur
- Regelmäßige Elternabende oder Informationsveranstaltungen zu den Themen Beziehungskunst, Mediennutzung, Schutz und Prävention

## ***Beziehungskunde in der Mittelstufe***

### **Zwischen seelischer Kindheit und körperlicher Reife**

Pubertät und Adoleszenz prägen die Jugendzeit. Pubertät bezeichnet die hormonellen Veränderungen, das Haarwachstum am Körper, das Brust- und Peniswachstum, das teilweise schlaksig wirkende Wachstum der Gliedmaßen und den Stimmbruch. Die ersten Anzeichen der Vorpu-

bertät zeigen sich bereits ab dem 9. Lebensjahr, bei Mädchen etwas früher als bei Jungen. Damit einher geht die seelische Auseinandersetzung mit den körperlichen und psychosozialen Veränderungen, die Adoleszenz.

Ein in diesem Zusammenhang wichtiges Phänomen ist die Akzeleration, die Diskrepanz zwischen der beschleunigten körperlichen Entwicklung und der langsameren psychosozial-

alen und emotionalen Entwicklung. Diese Diskrepanz führt dazu, dass Jugendliche manchmal aufgrund ihres Aussehens wie Erwachsene behandelt werden, unter Missachtung ihrer eigentlichen Bedürfnisse und Erwartungen.

Pädagog:innen stehen nun vor der Aufgabe, Schüler:innen altersgerecht anzusprechen und zugleich auf die ersten pubertären Anzeichen (Menstruation, Stimmungsschwankungen, Bewegungsdrang, Ruppigkeit) einzugehen. Physisch sichtbar werdende Veränderungen können wahrgenommen, positiv und taktvoll begleitet werden, ohne sie auf eine Art zu betonen, dass dabei Geschlechternormen und -rollen stereotypisch ausgebildet werden. Einer möglichen Diskrepanz zwischen biologischem und gefühltem Geschlecht muss gleichermaßen wach und sensibel begegnet werden.

In der Mittelstufenzeit, etwa ab der 4. Klasse, beginnt die Identitätsfindung und Grundlagen für selbstverantwortliches Handeln werden angelegt. Eine nicht zu unterschätzende Herausforderung für Eltern ist es, ihr Kind „loszulassen“, es mit überschaubaren Aufgaben herauszufordern und zugleich die erforderlichen Grenzen zu stecken, damit es sich in seiner Selbstüber- oder -unterschätzung nicht verliert. In dieser Zeit kann die Zusammenarbeit von Schule und Elternhaus auf die Probe gestellt werden, wenn das Austarieren von Fremd- und Selbstführung auf keiner gemeinsamen Basis erfolgt und die Verantwortung für mögliches Fehlverhalten jeweils der anderen Partei zugeschoben wird. Eine Zusammenarbeit auf Augenhöhe – immer zum Wohle des Kindes – ist hier besonders gefordert.

### **Beziehungskunde und Sexualaufklärung**

Basierend auf naturkundlichen Kenntnissen sollen Schüler:innen das Phänomen Fortpflanzung schrittweise auch beim Menschen biologisch erfassen und in der Lage sein,

Veränderungen bei sich selbst und bei ihren Mitschüler:innen zu verstehen. Dazu ist eine Ausweitung und Differenzierung ihres Wortschatzes nötig, beispielsweise werden Geschlechtssteile und -vorgänge schamfrei und anatomisch korrekt benannt.

Die zunehmende sexuelle Reife bringt neue Anforderungen an die Hygiene, aber auch das körperliche Selbstbild gerät durch medial vermittelte Normierungen von Schönheit und Gesundheit in den Fokus. Körperpositivität kann beispielsweise durch das Betrachten von kunstgeschichtlichen Abbildungen vermittelt werden: hier zeigt sich, wie sehr der Begriff der Schönheit dem Wandel der Geschichte unterliegt. Auch das Feiern der ersten Menstruation, die Präsentation von verschiedenen Hygieneprodukten oder das Thematisieren von Selbstbefriedigung als natürlicher Bestandteil der Beziehung zum eigenen Körper signalisieren Heranwachsenden, dass man im besten Sinne „unverschämt“ mit seinem Körper umgehen darf, sich dabei aber die eigene Intimsphäre bewahrt und die der anderen respektiert.

Auch „klassische Sexualaufklärung“ beziehungsweise Präventionsarbeit zum Schutz vor Krankheiten, Schwangerschaft und körperlichen Übergriffen sind Teil der Beziehungskunde und werden im Unterricht thematisiert. Die einmalige Vermittlung von Informationen ist nicht ausreichend. Um die Fähigkeit zu entwickeln, selbstverantwortlich handeln zu können, braucht es Wiederholung und Weiterentwicklung in jedem Schuljahr und die Präsenz im Schulalltag. Hier können Schulärzt:innen oder Sozialpädagog:innen unterstützend tätig sein.

Nur wenn ein möglichst unkompliziertes Verhältnis zum eigenen Körper und der seelisch erlebten Sexualität auf-

gebaut ist, gelingt der achtsame, respektvolle Umgang mit anderen Geschlechtern. Indem die Sexualität im Kontext von Liebe, Austausch und Gespräch behandelt wird, wird sie mit Partnerschaft und Beziehung verknüpft. Höflichkeit und Achtung müssen als soziales Potenzial erkannt und gepflegt werden. Einvernehmlichkeit und Respekt vor der individuellen Distanzzone bei allen Interaktionen können in praktischen Übungen erlebt werden. Die Fähigkeit, auf sich selbst zu hören, keinem Gruppenzwang oder rechtswidrigen Mutproben zu folgen, Widerstand gegen die beste Freundin zu zeigen, seine Identität auch durch Biografieprojekte, im Schauspiel und in den Künsten zu stärken, sind prägende Erlebnisse für die Beziehungsfähigkeit.

Auch gemeinsame Übungen zur Gewaltprävention wie sicheres Auftreten, klare Haltung, direkter Blick und energische Stimme können gut wiederholt in den Unterricht eingebaut werden.

Neben der körperlichen Veränderung erwerben sich junge Menschen die Fähigkeit zu abstraktem Denken, zur Selbstreflexion und der Vertretung von moralischen Wer-

ten. Eigentlich spüren Jugendliche, was ihnen guttut, auch wenn sie dies nicht immer umsetzen können.

Da ab diesem Alter Sexualität auf oder nach Partys häufig unter Einfluss von Alkohol, Drogen und Gruppendruck praktiziert wird, müssen Enthemmung, Kontrollverlust und Konsens sachlich thematisiert werden. Wichtig ist dabei: Autoritäre Verbote und moralischer Zeigefinger können eine gegenteilige Wirkung hervorrufen. Je nüchterner die Folgen von Rausch, Sucht, Kontrollverlust und Selbstmissachtung dargestellt werden, desto selbständiger entwickeln Jugendliche ihre eigene Haltung dazu.

Moralische Kompetenz entsteht, indem man das eigene Handeln bewusst wahrnimmt und vor sich selbst rechtfertigen kann. Zu ihr gehört auch, sich mit Situationen auseinanderzusetzen, in denen Menschen durch sexualisierte Werbung und Sprache, Pornografie und sexuelle Dienstleistung in ihrer Würde verletzt werden. Filmclips, Zeitschriftenlektüre oder Hinweise auf jugendfreie, aufklärende Internetseiten können die objektive Haltung der Lehrkraft unterstützen.

### *Anregungen für die Mittelstufe*

#### **Grundsätzliches**

- Erste-Hilfe-Taschen für die Menstruation verteilen oder im Klassenzimmer vorrätig haben
- Spätestens vor der Klassenfahrt eine Unterrichtseinheit über Hygiene, Gemeinschaftsdusche und Menstruation

#### **Identitätsbildung**

- Biographiearbeit, Beziehung zu mir selbst (Selbstliebe, Körperlichkeit, Hygiene, Schönheitsideale, Operationen)
- Darstellung von Scham, Homosexualität, Schönheitsidealen, Sexualität in der Kunstgeschichte und Werbung
- Geschlechterrollen, Kleidung, Kultur, Heteronormativität, Diversität
- Initiationsriten in verschiedenen Kulturen, Mutproben

### **Sozialkunde, Sozialkompetenz, Selbstschutz**

- Beziehung zu Mitmenschen (meine Schutzzone, Umgang miteinander)
- Beziehung zur Welt (Empathie, Respekt, Schutz, Chancengleichheit, Gleichberechtigung)
- Jährliche Vorstellung der Kinderschutzbeauftragten bzw. Vertrauenslehrkräfte: Aufgaben erläutern, Flyer und Kontaktdaten aushändigen, Hemmschwellen nehmen
- Unterrichtseinheiten zu Gewaltprävention, Zivilcourage und Selbstschutz
- Jugendschutzgesetz, Erreichen von Sexualmündigkeit und Strafmündigkeit

### **Sexualität, Freundschaft und Liebe**

- Anlassbezogene Gespräche über Verliebtheit, Liebe, Freundschaften
- Lektüre über Freundschaft, erste Liebe, Diversität
- Beziehung zu Freund:innen und Partner:innen (Freundschaft, Liebe, Begehren und Lust)
- Biologisches und soziales Geschlecht, Begrifflichkeiten
- Aufklärung über pubertäre Veränderungen, Schwangerschaft, Menstruation, Samenerguss, Hygieneprodukte
- Briefkasten für anonyme Fragen rund um Sexualität und Beziehung
- Besuch bei lokalen Beratungsstellen (Pro Familia und Frauenarzt, Verweise auf Ansprechstellen)

### **Naturkunde / Biologie**

- Vom Pflanzen- und Tierreich zur menschlichen Fortpflanzung (Zeugung und Empfängnis, Nestflüchter und Nesthocker, vom Fischrogen zum Straußenei)
- Beispiele für Homosexualität, Paarbildung, Einzelgängertum und Zwitterwesen im Tierreich
- Intersexualität, Gemeinsamkeiten und Unterschiede der zwei biologischen Geschlechter
- Pflanzliche und tierische Formen zeichnen und plastizieren (Blüten, Nester, Eier)
- Gesundheitslehre und Selbstpflege (Ernährung, Bewegung)
- Anatomie und Bewegungsapparat des Menschen

### **Kulturelle und ethische Bildung**

- Die Rolle von Mann und Frau in den poly- und monotheistischen Religionen
- Die Kleidungs- und Moralunterschiede in verschiedenen Kulturen beim Umgang mit Sexualität

### **Geschichte und Mythologie**

- Rollenzuschreibungen in den nomadischen und sesshaften Kulturen, Geschichten über gleichgeschlechtliche Liebe (Gilgamesh und Enkidu, Achill und Patroklos)

- Die Position der Frau (Ägypten, Griechenland, Mittelalter, Renaissance, Neuzeit), Emanzipation
- Machtkritische Haltung (Eroberung versus Vertreibung)

### Sonstige Fächer

#### Medienpädagogik:

- Selbstdarstellung, Werbung, Verhalten in sozialen Netzwerken, Influencer, Cybermobbing, Geschlechterzuschreibungen in Filmen und Serien, Öffentlichkeit und Privatleben, Datenschutz, Pornografie

#### Eurythmie:

- Bewusstsein für den Zwischenraum entwickeln, Abstände, Grenzen und Umraum wahrnehmen

### Eltern- und Kollegiumsarbeit

- Elternabende zu Nutzung und Rechtslage von digitalen Geräten, Social Media, Sexualität im Internet, Pornografie, Sucht, psychischen Krankheiten, sexualisierter Gewalt

## Beziehungskunst in der Oberstufe

### Vom Teenager zum Herangewachsenen

Die Zeit zwischen dem Abschluss der Pubertätsvorgänge und dem Erwachsenenleben bietet Jugendlichen die Chance, in Experiment und Selbstbesinnung das eigene Potenzial zu entdecken und es anzunehmen. Nicht nur mit Talenten und Erfolgen, auch mit Schwächen, Engpässen und Gebrechen wird der junge Mensch konfrontiert. Das Bedürfnis nach Bindung und individueller Beziehung ist stark, findet man hier doch die Sicherheit, außerhalb der Familie als ganzer Mensch anerkannt und geliebt zu werden. Das „Gruppenkuscheln“ der Mittelstufe weicht nun ausgewählten Freundschaften, die in vielfältiger Weise körperlich und seelisch ausgelebt werden. Dabei spielt hinein, ob sich die Person mit ihrem biologischen Geschlecht im Einklang fühlt (cis), im Gegensatz zu ihm steht (trans), ob das biologische Geschlecht keine Rolle spielt (nonbinär) oder ob

man noch auf der geschlechtlichen Identitätssuche ist. Unabhängig von der sexuellen Identität und ungefähr gleichzeitig entwickelt sich die sexuelle Orientierung.

Ist die physische und psychische Anziehungskraft bei biologisch gleichgeschlechtlichen (homo) oder gegengeschlechtlichen (hetero) Partner:innen größer oder spielt das Geschlecht der Liebes- und/oder Sexualpartner:innen keine Rolle? Monogamie, Polyamorie und vielfältige unterschiedliche Beziehungs- und Sexualitätsformen wie zum Beispiel Asexualität werden in Freundeskreisen moderner junger Menschen niedrigschwellig diskutiert und oft auch schon gelebt.

Viele Herausforderungen bringt die kulturelle Diversität der modernen Gesellschaft: Wie lebt meine muslimische Freundin mit nordafrikanischer Familienkultur ihre Sexualität aus? Welche Vorstellung von Beziehung bringt mein indischer Freund mit? Sind ihre Werte für sie selbst charakteristisch, oder für ihre anerzogene Kultur? Fühlen Sie

sich in ihren Traditionen wohl, oder versuchen sie sich zu emanzipieren? Hier ist viel Geduld und Einfühlungsvermögen gefragt. Wie vereinbare ich die Erwartungen meiner Familie mit meinem individuellen Liebesleben? Kann ich jegliches Anderssein akzeptieren und wertschätzen, auch wenn es nicht meinen Werten entspricht?

Da der Lehrplan in der Oberstufe dichter wird und die Schulabschlüsse in den Vordergrund treten, bietet der meiste Fachunterricht wenig Zeit, um über die Kunst der Beziehung zu sprechen. Umso wichtiger ist es für Klassenbetreuer:innen, diese Themen aufzugreifen, ihnen auch außerhalb des Unterrichtes Raum zu geben und die Bedürfnisse der Schüler:innen ernst zu nehmen, wenn es beispielsweise um einen zusätzlichen Umkleieraum oder das richtige Personalpronomen geht.

### Beziehungskunst und soziale Verantwortung

In Auseinandersetzung mit Embryologie und Zellenlehre werden im 11. und 12. Schuljahr die Kenntnisse über die feineren Bedingungen des Lebens veranlagt. In diesem Zusammenhang treten bei den Heranwachsenden immer auch ethische Fragen (Genmanipulation, pränatale Diagnostik, medizinische und soziale Indikationen für Abtreibungen, Fristenregelung etc.) auf.

In vielen Waldorfschulen werden Sozialpraktika in heilpädagogischen Einrichtungen bzw. Einrichtungen für Menschen mit Assistenzbedarf durchgeführt; dort begegnen die Jugendlichen verschiedenen Formen von Behinderung, die gelegentlich auch das Sexuelle berühren. Manchmal werden in 12. Klassen auch Unterrichtssequenzen zum Aufbau von Elternkompetenz angeboten. Hier werden Kenntnisse über Schwangerschaftspflege, Geburtsvorbereitung, Säuglingspflege und frühkindliche Erziehung erworben, die eine verantwortungsvolle spätere Elternschaft fördern. In diesem Kontext werden auch gleichgeschlecht-

liche Elternschaft, künstliche Befruchtung und wiederum Geschlechterrollen thematisiert.

Wenn Schüler:innen die Schule verlassen, sollten sie in der Lage sein, über ihre Sexualität und Beziehungsfähigkeit zu sprechen. Sie sollten genug Resilienz entwickelt haben, um mit problematischen Beziehungssituationen lösungsorientiert umzugehen. Dennoch ist sexuelle Bildung ein lebens-

### *Sexualität und Rechte*

Sexualität gehört zum Leben aller Menschen, egal wie alt sie sind. In diesem Zusammenhang gibt es Rechte, die für alle gelten:

- Das Recht, die eigene Sexualität selbstbestimmt zu leben, wenn sie einvernehmlich ist und die körperliche und psychische Unversehrtheit des Gegenübers wahrt
- Das Recht, über Verhütungsmittel informiert zu werden und sie zu nutzen
- Das Recht, vertraulich beraten und medizinisch behandelt zu werden
- Das Recht auf selbstbestimmte Entscheidungen im Falle einer Schwangerschaft
- Das Recht, vor Krankheit geschützt zu werden
- Das Recht, zu heiraten oder nicht zu heiraten
- Das Recht, vor sexualisierter Gewalt geschützt zu werden
- Das Recht auf Unterstützung nach einer Straftat (Opferhilfegesetz)
- Das Recht auf Gleichstellung und Schutz vor Diskriminierung

*Quelle: Pro familia*

langer Prozess: Mit jeder gelebten Erfahrung wächst die Erkenntnis über sich selbst und die Mitmenschen. Dass die individuelle Beziehungsfähigkeit, sexuelle Identität und Orientierung sich potentiell beständig entwickelt, verändert und erweitert und es keiner festen Zuschreibungen bedarf, sollte Oberstufenschüler:innen mitgegeben werden, bevor sie außerhalb des vertrauten Umfeldes neue Orte, Menschen und Kulturen kennenlernen.

Zum Ende der Schulzeit stellen junge Menschen zum ersten Mal die Frage nach der Sinnhaftigkeit des Lebens an sich selbst ersetzen durch: Gegen Ende der Schulzeit stellen sich junge Menschen die Frage nach der Sinnhaftigkeit des Lebens. Die Fähigkeit, die „innere Stimme“ zu

hören und sie unabhängig von äußeren Erwartungen ernst zu nehmen, Ideale mit der Realität abzugleichen, den Willen zu Entscheidungen und die Kraft zu Taten zu haben, sollte zumindest angelegt sein und dabei helfen, das Leben verantwortungsvoll und achtsam gegenüber sich und der Welt in die Hand zu nehmen.

Auch ganz konkrete Hinweise auf psychologische Hilfe, Paar-, Sexual- und Familienberatung für zukünftige Lebenssituationen können Hemmschwellen abbauen und zu einem offenen, wertschätzenden Umgang mit Krisen führen. Der schulische Unterricht kann in jedem Fach zu dieser Entwicklung beitragen.

### *Anregungen für die Oberstufe*

#### **Grundsätzliches**

- Diversitätsfreundliche Sprache
- Kritik und Hilfestellungen der Schüler:innen annehmen

#### **Identitätsbildung**

Thementage veranstalten:

- Physische und psychische Sucht: Drogen, Alkohol, Substanzmissbrauch
- Psychische Probleme: Erschöpfung, Depression, Angst, Schlaf, Selbstverletzung, Essstörung
- Pornografie und Jugendstrafrecht

#### **Sozialkunde, Sozialkompetenz, Selbstschutz**

- Feminismus, Identitäten, Machtverhältnisse, Diversität, Gender Gaps, aktuellen Diskurs und historische Entwicklung miteinbeziehen
- Grundrechte, Menschenrechte, Frauen- und Kinderrechte, Strafgesetzbuch
- Achtsames und respektvolles Verhalten im sozialen, freundschaftlichen und romantischen Kontext: Grenzüberschreitungen, Konsens, sicheres Dating, Social Media (z.B. Mobbing und Sexting), Missbrauch, Feminismus, „Manplaining“, „Manspreading“

### **Sexualität, Freundschaft und Liebe**

- Vermeidung von binären Zuschreibungen (zum Beispiel Penetration = aktiv, männlich versus Empfängnis = passiv, weiblich)
- Verhütung, Vermeidung von sexuell übertragenen Krankheiten, künstliche Befruchtung, Abtreibung, Rollenzuschreibungen

### **Naturkunde / Biologie**

- Plastizieren eines Embryos in verschiedenen Stadien (siehe Breme)
- gleichberechtigte Narrative verwenden (Aufnehmen der Spermien durch die Kontraktionen der Vagina als aktive Tätigkeit statt „Wettkampf der Spermien“)
- Gesundheitslehre: Ernährung, Konsum, Süchte, psychische und sexuelle Gesundheit
- Eltern werden: Schwangerschaft, Geburt, Familiengründung, Säuglingspflege, Erziehung

### **Kulturelle und ethische Bildung**

- Sexualität in Kulturen und Religionen
- Diversität in fremden Kulturen und Religionen, aktuellen Diskurs und historische Entwicklung dazu miteinbeziehen

### **Geschichte**

- geschichtliche Ereignisse auch aus weiblicher Sicht, Rollenzuschreibungen in historischen Epochen und Kulturen  
Historie der Sexualität/Emanzipation
- Sesshaftwerdung und Patriarchat
- Historische Matriarchate und moderner Feminismus
- Intersektionale Themen: Rassismus, Ableismus etc.

### **Deutsch**

- Machtverhältnisse in Heldenmythen (Nibelungen, Parzival)
- Bei der Lektüreauswahl auf diversitätsfreundliche, machtkritische Autor:innen achten

### **Eltern- und Kollegiumsarbeit**

- Elternabend zu physischen und psychischen Süchten, psychischen Erkrankungen, Pornografie, Jugendstrafrecht

## ***Besonderheiten für Inklusionskinder und heilpädagogische Einrichtungen***

### **Zwischen Unbefangenheit und Risiko**

Jeder Mensch ist in seinen Entwicklungsmöglichkeiten einzigartig und bringt unterschiedliche Begabungen mit. Kinder mit besonderen Entwicklungswegen und Entwicklungsbarrieren zeigen oft überdeutlich, was auch andere Kinder an Fragen haben, in ihren Regelklassen jedoch nicht offen stellen.

Kinder in einer heilpädagogischen Klasse zeigen unter Umständen in ihrer sexuellen Reife, ihrem Verständnis von Sexualität und ihren Wünschen ein anderes Verhalten, obwohl die physischen Gegebenheiten (Vorpubertät, Pubertät) genauso, wenn auch nicht immer zeitlich kongruent, ablaufen. Grund dafür mag eine Entwicklungsverzögerung sein oder eine seelische Verletzung. Diese Kinder können besonders empfänglich für Zuwendung sein oder sich „mit Händen und Füßen“ wehren, wenn ihnen jemand zu nahe kommt – oder beides zugleich. Es gibt Schüler:innen, die sich in ihrer Gemeinschaft emotional auffällig verhalten und auf „Sexualität“ extrem fixiert sind. Anderen ist das Thema so unangenehm, dass sie sich unter ihrer Kapuze verstecken und kein Wort darüber hören wollen. Diese Diskrepanz zwischen Neugier und Scham ist deutlicher beobachtbar als in Regelklassen. In jeder Gruppe von Kindern und Jugendlichen ist es nötig, auch für diese Schüler:innen den richtigen Ton, die richtige Ansprache und die richtigen Bilder zu finden.

### **Sexuelle Bildung und Selbstverantwortung**

In allen Klassen der Waldorfschule wie auch in heilpädagogischen Schulen zeigen Schüler:innen unterschiedliche Fähigkeiten und Möglichkeiten. Immer gibt es in einer

altershomogenen Klasse eine breite Palette an Entwicklungsstufen und Temperamenten. In Regelklassen wird man bei Schüler:innen in der Mittelstufe eine gewisse Fähigkeit zur Abgrenzung wahrnehmen können. Scham und Schuld bezüglich sexueller Gefühle und sexualisierter Wortwahl werden nicht mit Lehrpersonen besprochen. Nach und nach entwickelt sich eine gewisse Coolness, die es verbietet, Fragen zur Sexualität zu stellen. In Förderklassen, die meist weniger Schüler:innen umfassen, kennen sich diese untereinander gut. Unter Umständen kann man detaillierter auf einzelne Fragen, Schwächen und Fähigkeiten eingehen. Offen und aufgeschlossen, oft grenzenlos bis naiv wird über alles gestaunt und gesprochen. Es gibt jedoch auch Schüler:innen, die äußerst verschämt oder verängstigt sind. Wenn das Thema „Behinderung und Sexualität“ tabuisiert wird, die Jugendlichen mit geringerem Urteilsvermögen zu spät Aufklärung erhalten und trotzdem zum Beispiel Zugriff auf Pornografie haben, besteht die Gefahr, dass sie sich in öffentlichen Räumen sexualisiert verhalten und Opfer von Belästigung und sexuellen Übergriffen werden.

**Physische Aspekte:** Kinder, die mit einer Verletzung des Gehirns oder kognitiven Einschränkungen leben, sind oft mehr körperorientiert als andere. Schamgefühl entwickelt sich oft erst spät oder gar nicht. Daher haben manche vielleicht häufig die Hand in der Hose, masturbieren beiläufig, fassen sich immer wieder an die knospende Brust und prüfen oft oder gar nicht ihre Körpergerüche. Dieses Verhalten kann auf die Umgebung irritierend wirken. Sind Kinder noch jung, kann man diese Handlungen möglicherweise übergehen oder sie mit anderen Tätigkeiten ablenken, weil es ein entwicklungsgemäßes Erforschen der eigenen Körperlichkeit in einer vorübergehenden Phase ist. Zeigen jedoch Jugendliche in öffentlichen

Räumen sexualisiertes Verhalten (was mit mangelnder Hygiene und/oder sexueller Wortwahl einhergehen kann), so müssen ihnen die erwachsenen Bezugspersonen beibringen, dass dieses Verhalten auf ihre Mitmenschen unangenehm, belästigend oder provozierend wirkt. Um in der Gesellschaft anerkannt zu werden, brauchen beeinträchtigte Menschen – genau wie alle anderen – ein gutes Maß an Wohlerzogenheit, ordentlicher Kleidung und Hygiene.

**Soziale und kommunikative Aspekte:** Viele Menschen mit besonderem Förderbedarf zeigen ein vermindertes Selbstwertgefühl. Oft können sie etwas nicht geschickt machen wie ihre Mitschüler:innen, werden für ihr Anderssein ausgelacht oder überbehütet von Konflikten ferngehalten. Sie trauen sich unter Umständen nicht, sich gegen andere zu behaupten. Sie ertragen unangenehme Situationen und können auf diese Weise leicht zu Opfern von Übergriffen und Gewalttaten werden. Der Ausbildung eines gesunden Selbstbewusstseins kommt von Anfang an eine sehr große Bedeutung zu. Irgendetwas kann jeder Mensch auf besondere Weise. Dies in angemessener Form immer wieder zu erwähnen, lässt nach und nach auch verletzte Seelen aufblühen, sodass langfristig mehr Selbstbewusstsein wachsen kann. Dann haben die jungen Menschen auch Mut, Beziehungen zu wagen.

**Ethische und handlungsorientierte Aspekte:** Damit auch Menschen mit Förderbedarf ein sexuell selbstbestimmtes Leben und verantwortungsvolle Beziehungen leben können, müssen sie lernen, darüber angemessen zu kommunizieren. Unabhängig von

kognitivem Niveau und differenziertem Wortschatz kann man sich über Bedürfnisse, Abneigungen und Sorgen äußern. Die eigenen Gefühle zu erkennen und sie zu äußern kann während der ganzen Schulzeit geübt werden. Existenzielle Fragen wie „Woran erkenne ich, dass mich jemand mag?“ werden in einfachen Worten und mit unterstützendem Bildmaterial besprochen. Dem Erkennen von Gefahren und der Schulung von Selbstverteidigung sollte mehr Aufmerksamkeit gewidmet werden als in Regelklassen.

### ***Besondere Risiken bei Kindern mit Förderbedarf***

- Sexualität mit Behinderung wird tabuisiert, dadurch mangelnde Aufklärung
- Geringere Artikulationsmöglichkeiten
- Besonderes Bedürfnis nach Zuneigung wird von Betreuungs- und Lehrpersonen aus professionellen Erwägungen zurückgewiesen
- Je nach Beeinträchtigung wenig körperliche und soziale Selbstbestimmung, fremdbestimmter Alltag, Abhängigkeit von Betreuungspersonen
- Je nach Pflegebedarf geringe Intimsphäre, Grenze zwischen Pflegehandlung und Übergriffigkeit nicht eindeutig
- Unbefriedigte, altersgerechte Neugier an Sexualität bietet unter Umständen günstige Bedingungen für potenzielle Sexualstraftäter:innen

***Hat man Sex immer unter der Bettdecke?***

# Von der Entfaltung zur *Integration*:

Entwicklung von Beziehungsfähigkeit, Identität und Sexualität



## GEBURT

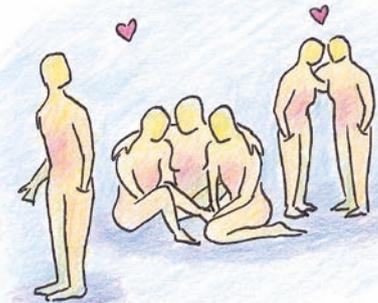
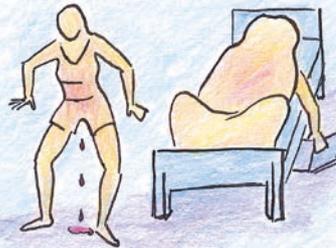
Seelisch geschlechtsfrei  
Urvertrauen, Körperkontakt und  
Geborgenheit

## SÄUGLING

Entdeckung und Hingabe an die Welt  
Erste Autonomieerfahrungen

## KLEINKIND

Gegenseitiges Erforschen, Erkunden  
der Geschlechterrollen  
und Fragen nach der Herkunft

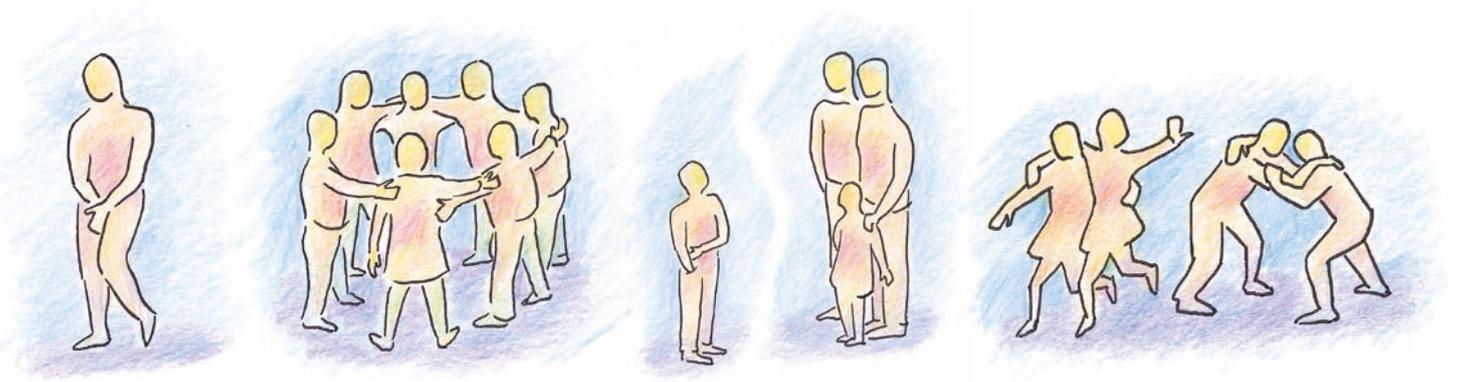


## VORPUBERTÄT

Wachsen und Verändern  
Frech und Schamhaft  
Provozieren und Verheimlichen

## PUBERTÄT

Erste Menstruation, Ejakulation und Masturbation  
Suche nach der eigenen Identität und sexuellen Orientierung  
Orientierung an Gleichaltrigen, Auflehnung gegen Autoritäten



## SCHULREIFE

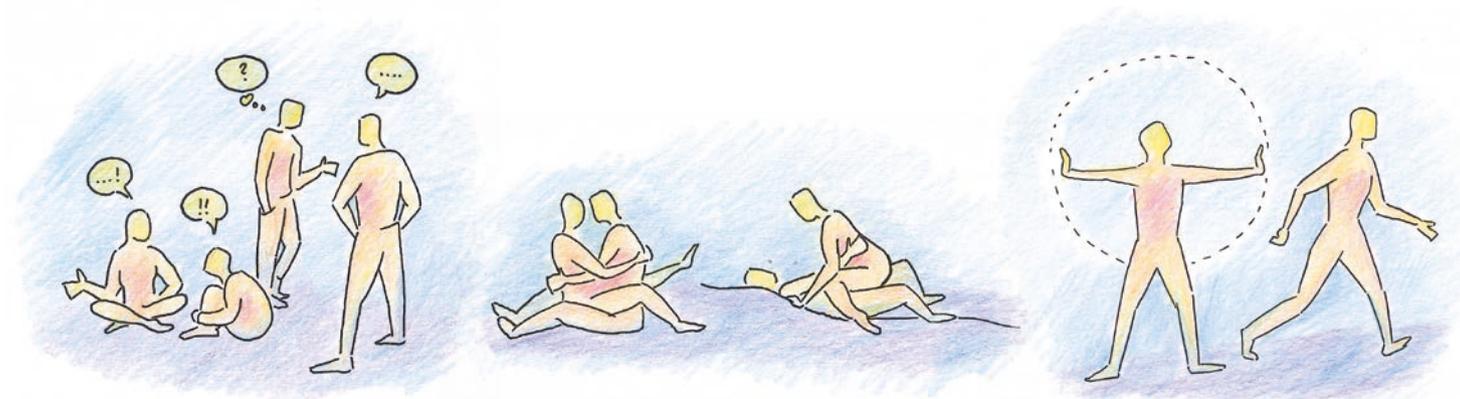
Entwicklung des Schamgefühls

Gemeinschaftsgefühl und  
Erste Freundschaften

## ERSTE SCHULJAHRE

Erlebnis der Trennung von Ich und Welt

Zunehmend geschlechtsspezifisches  
Verhalten und Erstes Verliebtsein



## ADOLESCENZ

Grenzen suchen – Risiken eingehen  
Sprechen über Sexualität, Ethik und Verantwortung  
Werte entwickeln

## ERWACHSEN WERDEN

Beziehungen eingehen – Sexualität ausprobieren  
Grenzen bei sich und anderen respektieren  
Identität und Rolle immer wieder neu entdecken  
Achtsam in die Welt gehen

## *Anregungen für die Pädagogik mit Inklusionskindern und -klassen*

- Sexualität ist kein Tabu und Grundrecht für jeden Menschen!
- Klare Sprache für Körperteile und Gefühle üben
- Kurze, leicht zu merkende Anleitungen für Abgrenzung, Verteidigung, Zuwendungsbedürfnis beibringen
- Einfache, anschauliche und wiederholte Erklärungen mit Sex-Karten, Sex-Ampel, Konsens-Filmclips, Modellen und realen Gegenständen
- Wenig schreiben, viel begreifen lassen
- Körperhygiene: Gerüche, Ausfluss, Schweiß, Waschmittel, Krankheiten, passende Kleidung, Kosmetik, etc.
- Lebenspraxis: Hemmschwellen abbauen durch Besuch einer Drogerie „Wo finde ich Hygieneprodukte?“ und einer Frauenarztpraxis, etc.
- das Recht auf sexuelle Selbstbestimmung auch von Behinderten, Verweis auf Sexual-Begleitung
- einfache und deutliche Aufklärung bezüglich Dating-Plattformen, Pornografie, Echtheit von Bildern im Internet, Selbstschutz, Belästigung, Übergriffigkeit, etc.

**Achtung: Komplexität der Inhalte an die kognitiven und sozial-emotionalen Kompetenzen der Schüler:innen anpassen!**

*Kinder mit besonderen Entwicklungswegen und Entwicklungsbarrieren zeigen oft überdeutlich, was auch andere Kinder an Fragen haben, in ihren Regelklassen jedoch nicht offen stellen.*



# Künstlerisch- pädagogische Ansätze

---

Wie sage ich „es“ meinem Kind? Und mit welchen Methoden lassen sich Themen wie Sexualität, Beziehungsbildung, biografische und biologische Herkunft sinnvoll in der Schule bearbeiten? Wie spreche ich so, dass das Kind gerne zuhört und wie höre ich so zu, dass es gerne spricht?

## **Für Eltern: Das künstlerische Gestalten von Beziehung**

In der Kindergartenzeit und in den ersten Schuljahren stellen Kinder gelegentlich oder auch häufig Fragen, die im Zusammenhang mit Sexualität und Fortpflanzung stehen. Vielleicht kommt Ihr Kind von der Schule nach Hause und freut sich, das neue Wort „geil“ gelernt zu haben. Es fragt, was „ ficken“ heißt, möchte wissen, was Kondome sind oder wie es kommt, dass die Freundin zwei Mütter hat. Es möchte erfahren, wie es ist, verliebt zu sein oder woher Babys kommen.

Vielleicht sind Sie bei der einen oder anderen Frage so überrascht, dass Sie nicht sogleich eine Antwort wissen. Das ist auch nicht nötig. Sie müssen Ihrem Kind nicht alles auf einmal erklären. Versuchen Sie, in einer möglichst einfachen und kindgerechten Sprache auf die Neugier des Kindes einzugehen.

Interessieren Sie sich zuerst für die Frage des Kindes aus dessen Perspektive. Wo steht es mit seinem Wissen über Sexualität? Lassen Sie sich nicht zu stark von Ihren eigenen Bildern beeinflussen. Wenn Kinder fragen, woher die Kinder kommen, denken Erwachsene oft zunächst an Geschlechtsverkehr. Vielleicht ist Ihr Kind aber vorerst mit der Information zufrieden, dass Babys im Bauch der

Mutter wachsen. Das nächste Mal möchte es dann wissen, wie ein Baby in den Bauch der Mutter hineinkommt. Sie können den Geschlechtsakt in vereinfachten Bildern beschreiben und müssen nicht ins Detail gehen. Die Information „der Samen und das Ei kommen zusammen“ reicht kleineren Kindern oft völlig aus. Sich Wissen anzueignen, ist ein Prozess und braucht Zeit. Das Kind gibt mit seinen Fragen das Tempo vor. Fühlen Sie sich dennoch an einem Punkt überfordert oder gehemmt, dürfen Sie Ihr Kind auch vertrösten: Sagen Sie, dass Sie sich die Antwort überlegen wollen und zum Beispiel am Abend mit ihm darüber sprechen werden.

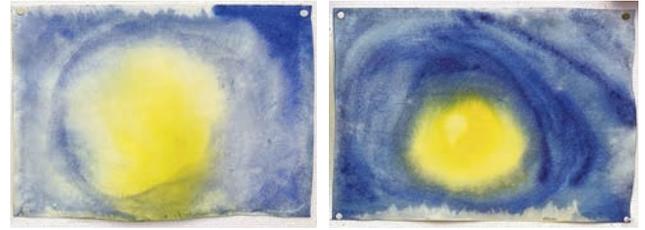
Wenn Sie dann Ihrem Kind die Antwort geben wollen, sehen Sie von allzu komplexen, naturwissenschaftlichen Erklärungen ab. Hören Sie genau hin, was das Kind wirklich fragt und beantworten Sie nur das. „Wo bin ich hergekommen?“ – „Wo war mein Bruder vor der Geburt?“ Vielleicht ist die Frage nicht sexuell körperlich gemeint, sondern eher philosophisch: „Wo war ich vorher?“ Sie müssen keine biologische Antwort geben. Kleine Kinder haben ein Bedürfnis nach sinnhaften Geschichten, die ihnen Sicherheit und Vertrauen schenken: „Du spieltest im Himmel und hast gewartet, bis deine Eltern sich kennenlernen. Dann bist du in den Bauch der Mama gekommen und hast dich an deinen wachsenden Körper und an die Geräusche und Stimmen deiner Familie gewöhnen dürfen. Nach 9 Monaten war die Zeit gekommen: Du wurdest geboren und deine Eltern haben dich warm eingepackt und dir Milch gegeben.“ Ein solches Bild befrie-

digt die innere Ungewissheit des kleinen Kindes über seine Herkunft besser, als es die Naturwissenschaft vermöchte. Der Gedanke, dass Menschen aus dem Nichts entstehen und dorthin auch zurückkehren könnten, ist für Kinder eher unverständlich. Machen Sie philosophische Gedankenspiele und formulieren Sie so, dass Sie aufrichtig sprechen können: „Oh, woher du kommst, ist ein großes Geheimnis...“ Nehmen Sie Kinderbücher zur Hand, die das Thema erzählerisch aufgreifen.

Im Lauf der Jahre können die Geschichten erweitert und konkretisiert werden: „Als Mama und Papa die Aufgabe übernehmen durften, für dich einen Körper entstehen und wachsen zu lassen, da haben wir uns umarmt und geküsst. Papa hat seinen Penis in die Vagina der Mama gleiten lassen. Bei dieser ganz engen Verbindung sind viele kleine Samen in den Bauch der Mama geströmt. Dort wartete bereits das Ei auf die Gäste. Nur einen einzigen Samen hat es aufgenommen und sich damit verbunden, und daraus ist dein Körper entstanden. Da durftest du dann sozusagen einziehen.“

Mit dem Eintritt in die Vorpubertät wird sich Ihr Kind nicht mehr mit den bildhaften Geschichten zufriedengeben. Die neue Distanz zu Erwachsenen und die wachsende Erkenntnis der eigenen Persönlichkeit verändern die Fragen nach der Herkunft. Die körperlich-sexuelle Ebene tritt für kurze Zeit in den Hintergrund, das soziale Geschlecht wird bedeutsamer: „Sind eigentlich alle Jungen immer so?“ – „Bin ich ein typisches Mädchen?“ - „Darf ich mit ihm/ihr befreundet sein?“ Nehmen Sie Konflikte mit Freund:innen und Mitschüler:innen zum Anlass für Gespräche über Freundschaft, Mitgefühl, Ehrlichkeit, Mut etc.

Mit Erreichen der Pubertät ist es wichtig, dass Sie aus einem anderen Bewusstsein heraus kommunizieren: Die Herausforderung besteht darin, abspüren zu können,



wann ein aufklärendes Gespräch angebracht ist, wann Sie interessiert nachfragen und in welchem Moment Sie sich besser schweigend zurückhalten. Zur Offenheit gegenüber dem Thema kommt jetzt der Takt und der Respekt gegenüber der seelischen Intimität der Jugendlichen.

Überdenken Sie Ihre eigene Haltung zur Sexualität, befragen Sie Ihre Beziehungsmuster und erzählen Sie Ihrem Kind von taktvoll ausgewählten eigenen Erlebnissen und Gefühlen aus Ihrer Jugend. Moralisieren Sie nicht, geben Sie nie ungefragt Ratschläge und respektieren Sie den Privatbereich. Wenn Sie gemeinsam Serien oder Filme anschauen, nutzen Sie die Gelegenheit, um über die dargestellten Beziehungen zu sprechen. Geben Sie Ihrem Kind passende Literatur und Beratungsangebote und zeigen Sie auf gemeinsamen Ausflügen verhalten Interesse und Gesprächsbereitschaft. Gemeinsame Autofahrten eignen sich gut für Gespräche über „peinliche“ Inhalte: Man fühlt sich weniger exponiert, wenn man nebenein-sidersitzt und nach vorne schaut. Unterstützen Sie Ihr Kind wohlwollend bei der Identitätsfindung und zeigen Sie ihm weiterhin Ihre Liebe und die dazugehörigen Grenzen und Regeln.

### Für Lehrer:innen: Beziehung durch künstlerisches Gestalten

In der **Unterstufe** werden Lehrer:innen das Lernen durch Sinneserfahrung möglich machen. Methodisch geht es vor allem darum, die Kinder durch künstlerische

und handwerkliche Tätigkeiten zu sich selbst und zueinander in Beziehung zu bringen. Dies geschieht unter anderem durch Eurythmie, interaktive Spiele, gestengetützte Rezitation, Theater- und Rollenspiel. Dadurch können spielerisch andere Verhaltensweisen oder auch Charakterzüge ausprobiert werden.

Beim Malen mit Aquarellfarben werden Seelenbegegnungen geübt: Wie begegnen sich Blau und Gelb? Wie nah dürfen sie sich kommen? Etwas Drittes entsteht, wenn sie sich berühren! In diesem Fach geht es nicht nur um Materialkunde und kreative Ergebnisse, sondern um innere Prozesse beim Malen und die Sensibilisierung für (Farb)stimmungen.

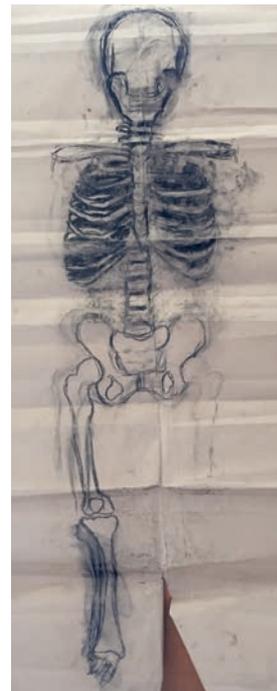
Auch beim Arbeiten mit Ton, Holz oder Wolle werden über den Körper und die Sinne erste achtsame Ich-Welt-Beziehungen gepflegt.

Die vielfältige Pflege der Sinne ist eine Grundlage für die spätere Einbettung der Sexualität in das gesamte Bedürfnisspektrum. Sinne vermitteln Wahrnehmungen aus der Umwelt und der sozialen Begegnung. Angenehme Sinneserfahrungen schenken Freude und ein Gefühl der Behaglichkeit. Sie fördern das ästhetische Empfinden. Unangenehme erziehen uns zu Achtsamkeit und Vorsicht. Wird Kindern zunehmend die Verantwortung für die Raumpflege übertragen, lernen sie beim Putzen, Dekorieren und Reparieren nicht nur praktische Fähigkeiten, sondern erfahren auch die Bedeutung der Vorbereitung und Pflege eines Raumes für sich und andere Menschen.

In der **Mittelstufe** wird weiterhin künstlerisch gearbeitet, die Tätigkeiten werden jedoch bewusst durchgeführt und besprochen. Hier bietet es sich an, mithilfe von Literatur und Lyrik auf Beziehungen zu schauen.<sup>1</sup>

Auch die Klassenliteratur kann unter dem Aspekt der Beziehungs- und Liebesthematik ausgewählt werden. Poetische Balladen thematisieren oft Freundschaft und Treue, und Klassenspiele verschaffen Gelegenheit, sich in die Gefühlswelten anderer Personen hineinzusetzen. Das Finden von passenden Worten und Sprachbildern für Gefühle ist ein Schwerpunkt in der Sprachlehre der Mittelstufe. Das Englische bietet hier den passenden Begriff der „emotional literacy“, also das Lesen der Gefühle mit entsprechendem Vokabular.

Beim Plastizieren von organischen Formen und Körperteilen wird die Lehrperson auch biologische Vorgänge beschreiben. Aus Ton lassen sich Ei-Nest-Formen plastizie-



<sup>1</sup>Sven Saar: „Leben und Liebe. Eine Epoche zur Lebens- und Sexualerziehung“ in „beziehungskunst“

ren, die den Zusammenhang zwischen Fischlaich im Meer, Reptilieneiern in Sandmulden, Vogeleiern in Nestern und Menscheneiern in der Gebärmutter zeigen. Auch lebensgroße Kohlezeichnungen des eigenen Skeletts auf großen Papieren geben Anlass zu Gesprächen über Körperformen und physikalische Voraussetzungen durch den Knochenbau. Schönheitsideale, die Darstellung von Scham, offene oder latente Homosexualität können mithilfe von Aktdarstellungen in der Kunstgeschichte besprochen werden. Künstlerisch fühlen können setzt voraus, wie im Handwerk gewisse Grundregeln und Gesetzmäßigkeiten zu lernen und durch Übung zu einem freien, individuellen Umgang mit den „Materialien Körper, Seele und Geist“ zu kommen. Künstlerisch unterrichten heißt nicht, Worte zu verschleiern oder zu vermeiden, sondern sie mit einem Erlebnis zu verbinden, welches das jeweilige Thema zum eigenen Anliegen macht.

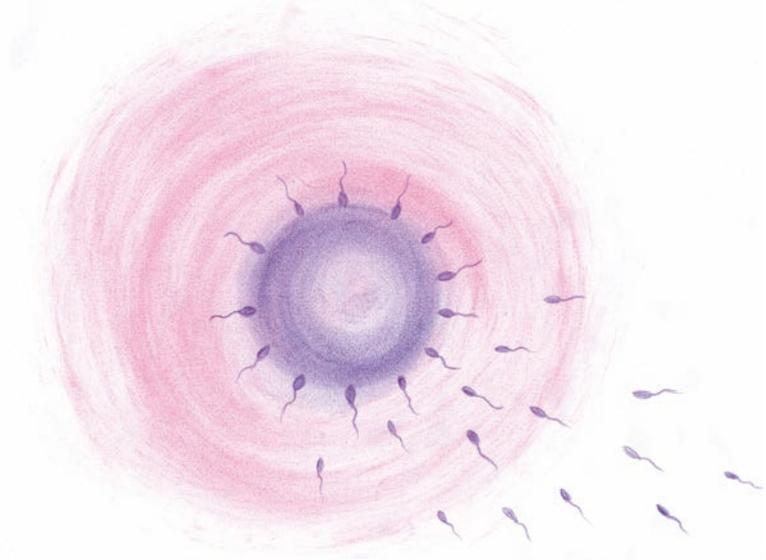
Auch das Nein-sagen-Können lässt sich insbesondere mit Kindern, die ein schwaches Selbstbewusstsein haben, mit künstlerischen Mitteln üben, beispielsweise in Rollenspielen, Theaterstücken, in der Eurythmie (Sympathie – Antipathie) oder bei Stockkämpfen, beim Kräfte-messen im Ringkampf oder bei – an die Antike angelehnten – Wortgefechten. Auch hier gilt, dass das, was viele Kinder und Jugendliche von selbst entwickeln, für manche Kinder bewusst gefördert werden muss.

In der **Oberstufe** ließe sich vielleicht von „künstlerischem Denken“ sprechen: Nach dem bewussten Erkennen von herrschenden Paradigmen und Normen versetzen sich Menschen zunehmend in die Lage, von ihnen unabhängig zu agieren und somit Neues zu schaffen. Beispielsweise ist das traditionelle Narrativ vom Wettlauf der Spermien, welches oft als Sinnbild für den maskulinen Drang nach Wettbewerb und Erfolg bemüht wird, durch die bio-

logische Forschung widerlegt. Begegnen sich Spermien und Eizelle, entsteht ein feiner Tanz, ein zartes Verhandeln zwischen den beiden Zelltypen, ein Austausch von Signalen und Stoffen, bevor die Entscheidung gefällt wird, welches der Spermien sich mit der Eizelle vereinen wird. Es geht längst nicht nur um Schnelligkeit und Durchsetzungskraft!

Wie bei Paarungstänzen im Tierreich charakterisiert ein Austausch von Signalen, Anziehung und Abstoßung diesen Prozess, bevor die eigentliche Vereinigung erfolgt. Die Vorstellung von Befruchtung als bloße Durchdringung der Eizelle durch die Samenzelle greift zu kurz, und die Unterscheidung von aktivem und passivem Partner ist Projektion, nicht Realität. Wie und warum es diese Vereinfachungen gibt und wie sie unser Denken über Geschlechterrollen beeinflussen, sind lohnende Gesprächsthemen in der Oberstufe.

Auch normative Beziehungsformen können durch bewegliches, experimentelles Denken befragt werden. Besteht eine Liebesbeziehung immer aus zwei Menschen? Was bedeutet Treue? Wie können die Bedürfnisse zweier (oder mehrerer) Personen achtsam und gleichberech-



tigt befriedigt werden? Wie begegnen sich Menschen und wie kann Beziehungsfähigkeit zu Frieden zwischen Menschen, Gruppen und Nationen führen? Sozialkünstlerische und theaterpädagogische Übungen sowie Tanzunterricht können indirekte Antworten liefern und machen die Themen körperlich und seelisch erfahrbar.

### Das Beziehungserleben in Geschichte(n) – Der Erzählteil

Geschichten dienen dazu, Beziehungen zu erleben und innerlich tätig zu werden, mitfühlend gegenüber den Protagonist:innen zu sein und individuelle Bilder in der Phantasie zu schaffen, die persönlichkeitsstärkend wirken können. Sie sind täglicher, verlässlicher Bestandteil der ersten Schuljahre.

Die spezifische Methode der moralisch-ethischen Erziehung durch das Erzählen von Geschichte(n) kann unter dem Aspekt der Beziehungsbildung betrachtet werden, durchaus in zweideutigem Sinne: Zugleich mit dem Lehrauftrag, Beziehungsfähigkeit auszubilden, bilden Lehrer:innen durch das freie Erzählen eine Beziehung zu ihren Schüler:innen.

In den ersten vier Schuljahren geht es dabei mit Hilfe der Inhalte (Märchen, Fabeln, Legenden, Mythen) um die bildhafte Darstellung des Menschen und seiner geistigen und emotionalen Komplexität. Gefühle, Handlungsmotive, Herausforderungen, Entwicklungsmomente, Folgen und Konsequenzen menschlichen Tuns werden in vielfältiger Form geschildert. Oft werden Lehrpersonen den von ihnen erzählten Geschichten am folgenden Tag Gespräche anschließen, die ihre Wirkung verstärken und ihre Bedeutung vertiefen. Tierfabeln sind hier vielleicht das deutlichste Beispiel, da in ihnen menschliche Eigenschaften und Verhaltensweisen eindrucksvoll zutage treten. Das Kind fühlt erlebend mit den Figuren einer Erzählung und geht mit einem wertvollen Ertrag aus diesem Erleben hervor. Es vertieft seine Empfindungs- und

Gefühlsmöglichkeiten in vielen Nuancen und Schattierungen und nimmt wichtige Botschaften mit.

In Pausengesprächen, im Tages- oder Wochenabschlusskreis oder im Klassenrat werden anhand konkreter Vorfälle Verhaltensweisen besprochen, die zuvor eher teilbewusst waren: „Wir hören auf Stopp.“ – „Wir fragen einander, bevor wir uns umarmen/küssen.“ – „Woran merkst du, ob dich jemand liebevoll neckt oder ärgert?“ – „Woran erkennen wir den Unterschied zwischen Streit und Mobbing?“

Wenn in der Mittelstufe Mythen und historische Geschichte erzählt werden, kann auch hier der Aspekt der Beziehung hervorgehoben werden. So kann im Rahmen des trojanischen Krieges von Achill und Patroklos erzählt werden, die als Freunde aufwuchsen, einander in ihrer Verschiedenartigkeit liebten und trotz Achills Heirat eine homosexuelle Beziehung führten. Ihre Liebe war so groß, dass Patroklos für Achill in den letzten Kampf zog und starb.

Oft werden Biografien von Menschen erzählt, deren Schicksale oder Errungenschaften inspirierend wirken können. Durch die stark patriarchalisch geprägten Machtgefälle der meisten Kulturen finden sich hier auf traditionellen Listen vor allem Männer. Oft sind deren Lebensgeschichten etwas beschönigt und verschweigen zum Beispiel ihr Verhältnis zu Frauen, Kindern und von ihnen abhängigen Menschen. Hier bedarf es sorgfältiger Prüfung und einer ausgleichenden Erweiterung des Materials, sowohl qualitativ als auch in der Breite. Bei gründlicher Recherche finden sich viele weibliche und geschlechtsuneindeutige Menschen, die durch bestimmte Charaktereigenschaften und Verhaltensweisen in ihren Lebensfeldern wirksam waren, ohne dabei – wie viele die Eroberer, Entdecker und sogenannten Helden – gleichzeitig großen Schaden anzurichten. Moderne Erkenntnisse und Sensibilitäten haben hier für Pädagog:innen Türen geöffnet, durch die es sich lohnt zu gehen.

# Beziehung, Sexualität und digitale Medien

*Um die körperlichen, emotionalen und sozialen Aspekte von Beziehungsfähigkeit gut ausbilden zu können, bedarf es einer möglichst digitalmedienfreien Umgebung im frühen Kindesalter.<sup>1</sup>*

Digitale Medien gehören zum Leben von Kindern und Jugendlichen. Sie dienen unter anderem als Informationsquelle und als Instrument zur Entdeckung und Gestaltung von Sexualität, Identität und Beziehung. Dabei bieten sie Potenziale und bergen gleichzeitig Risiken.

Darum brauchen Kinder und Jugendliche in ihrer sexuellen Entwicklung und im Umgang mit digitalen Medien Begleitung, die ihrem Alter und ihren Bedürfnissen angepasst ist. Ein selbstbestimmter und verantwortungsbewusster Umgang mit digitalen Medien setzt Medien-, Sexual- und Beziehungskompetenzen voraus und bedarf eines gelingenden Kindes- und Jugendschutzes.

Welchen Einfluss haben Konsum von digital-medialen Inhalten, Kommunikation über soziale Netzwerke und Gaming auf die Beziehungsbildung im Kinder- und Jugendalter? Welche Voraussetzungen brauchen Menschen, um beurteilen zu können, was ihre Beziehungsfähigkeit unterstützt, fördert oder schädigt?

## Potenziale

Das erste Medium, das einem Kind begegnet, sind die Hauptbezugspersonen. Die ersten Interaktionen mit der Welt geschehen durch Mimik, Sprache, Bewegung, Berührung, Spiele. Hier werden Bindungsmuster angelegt und die Beziehungsfähigkeit gefördert. Der vertrauten Stimme eines vorlesenden oder erzählenden Menschen zu lauschen, körpernah mit ihm in die Welt der Fantasie einzutauchen, fördert und vertieft die gemeinsame Beziehung über ein erstes indirektes, aber analoges Medium. Lesen prägt die Entwicklung insbesondere von Kindern und Jugendlichen (Bilderbücher, Kinderbuchklassiker, Coming-of-age-Romane, Schullektüre).

Mit einem Buch tauchen Lesende in eine andere Welt ein, befinden sich in einem stillen Dialog mit fiktiven Figuren und bilden sich eine individuelle Vorstellungswelt. In diesem Aneignungsprozess lernen sie etwas über sich, gehen also durch das Medium in Beziehung mit sich selbst. Da es keinen gegenseitigen Austausch gibt, verarbeiten Lesende das Neue in sich selbst und vergleichen es mit eigenen Erfahrungen.

Wenn sich im Jugendalter auf Basis der real gemachten Erfahrungen die Urteilsfähigkeit herausbildet, können Heranwachsende gezielt online recherchieren und Informationen herausfiltern, die vertiefend und für sie persönlichkeitsfördernd sind. Dazu ist es notwendig, dass die Schule sie bei der Orientierung im Internet einweist und Kompetenzen vermittelt. Hier sollten sie auch Zugang zu

<sup>1</sup><https://bildschirmfrei-bis-3.de/>

V  
I  
E  
L  
F  
A  
L  
T

Lust, Fortpflanzung, Beziehungsformen, sexuelle Orientierung und geschlechtliche Identität sind vielfältige Bestandteile von Sexualität. Digitale Medien bieten Jugendlichen Chancen, sich frei von Angst, Diskriminierung und Tabuisierung über das Thema bei Beratungsstellen zu informieren und sich mit anderen zu vernetzen.

Bildungs- und Präventionsangebote sollten die kritische Meinungsbildung bezüglich der Darstellungen von Sex, Lust, Fortpflanzung, Beziehungsformen und geschlechtlicher Identität in digitalen Medien fördern. Sie sollen Kinder und Jugendliche dazu befähigen, einen reflektierten und risikoarmen Umgang mit den Inhalten zu entwickeln. Hierbei ist die Präsenz qualifizierter Fachpersonen entscheidend, um professionell mit

spezifischen Inhalten und Zielgruppen umzugehen.

## BEZIEHUNG, SEXUALITÄT UND DIGITALE MEDIEN

Die Nutzung digitaler Medien birgt besondere Risiken in Bezug auf Sucht und Konsum, wie auch auf Herstellung und Verbreitung illegaler pornografischer Inhalte. In diesem Zusammenhang können Jugendliche nicht nur Opfer werden, sondern sich auch selbst strafbar machen. Durch Regulierungs- und Präventionsmaßnahmen müssen Kinder und Jugendliche davor geschützt werden.

Digitale Medien ermöglichen Jugendlichen einen gleichberechtigten Zugang zu Informationen und Beratungsangeboten, unabhängig von ihrer sozialen und kulturellen Herkunft, ihrem Geschlecht, ihrer Geschlechtsidentität und ihrem Bildungsstatus. Vorausgesetzt, Jugendliche sind zu einem reflektierten und selbstbestimmten Umgang mit digitalen Medien fähig, trägt dieser Zugang zur Chancengleichheit bei.

K  
I  
N  
D  
E  
R  
S  
C  
H  
U  
T  
Z

ZUGANG FÜR ALLE

<sup>2</sup>Abbildung angelehnt an das Haltungspapier „Sexualität und Digitale Medien – Kompetenz fördern, Kinder schützen“ von Nationale Arbeitsgruppe „Sexualität und Digitale Medien“

Beratungsstellen und Aufklärungsseiten bekommen.

Bei Jugendlichen spielt die audiovisuelle Übertragung von Wissen und Geschichten inzwischen eine größere Rolle als das Papierformat. Die Vielzahl an *Podcasts und Videos* zu Themen rund um Identitätsfindung, Sexualität, Gender und Geschlecht kann das reale Lebensumfeld wirksam unterstützen, besonders wenn sich dort keine hilfreichen Impulse finden lassen.

Zu einem Resonanzraum werden die digitalen *sozialen Netzwerke*, wenn es statt des einseitigen Konsums von Inhalten den lebendigen Austausch mit anderen gibt. Nutzer:innen können schnell reagieren, in kurzer Zeit viele Aspekte zu einem Thema sammeln und sich selbst dazu äußern. Wenn sie dadurch in Beziehung zu sich selbst und zu ihren Mitmenschen treten können, wirken Netzwerke **beziehungsunterstützend**. Sie helfen beim besseren Verständnis seiner selbst, indem sie durch die Reaktionen anderer zur Reflexion eigener Positionen auffordern. Fragen zum eigenen Körper (Gestalt, Kleidung, Habitus), zum Seelenleben (Verliebtheit, Liebe) oder zum Geschlechtsleben (sexuelle Identität, sexuelle Orientierung) können mit Gleichaltrigen aus verschiedenen Kulturkreisen ausgetauscht werden, unabhängig vom realen sozialen Umfeld. Dabei ist natürlich entscheidend, dass junge Menschen in der Lage sind, sich sicher, wertschätzend und achtsam in der digitalen Welt zu bewegen. Das sollten sie – unterstützend begleitet vom Elternhaus – in der Schule lernen können.

Ein viertes Betätigungsfeld sind *Dating-Apps*. Die Altersbegrenzung ab 17 Jahren (z.B. Yubo, Bumble, Tinder, okcupid) lässt sich leicht umgehen, so dass auch Jugendliche sie nutzen können. In den Apps ab 12 Jahren (z.B. Hoop, Swiping) sind die Grenzen zwischen Freundschaft und Partner:innensuche fließend, so dass es sinnvoll erscheint, auch dieses Thema in der Schule aufzugreifen,

wenn es um Selbstdarstellung, Authentizität, Freundschaften und erste Lieben geht.

Auf den Dating- und Freundschaftsplattformen ist das Risiko groß, durch Posing, verfremdende Filter und Linsen, durch das Wählen und Aussortieren von potenziellen Partner:innen, durch überhöhte Erwartungen und enttäuschende Dates das eigene Selbstwertgefühl zu verlieren und sich normativen Vorstellungen anzupassen. **Beziehungsaufbauend** kann Online-Dating nur dann wirken, wenn eine Person es nutzt, um auf Basis ihrer Selbst- und Menschenkenntnis ihren Kreis an Bekanntschaften und potentiellen Liebes- oder Sexualpartner:innen zu erweitern, ohne sich den Erwartungen und Normen anzupassen. Dazu sind Jugendliche meist noch nicht in der Lage. Daher sollte das (reale und virtuelle) Dating in mindestens einer Unterrichtseinheit erörtert und die Jugendlichen über Potenziale und Risiken aufgeklärt werden.

Wenn real entstandene Beziehungen auch über zeitliche und räumliche Distanz aufrechterhalten werden sollen, können soziale Netzwerke auch **beziehungspfliegend** sein, zum Beispiel in Familien, Freundschaften und Partnerschaften. Das setzt jedoch voraus, dass im Laufe der Kindheit und Jugend ausreichende Erfahrungen mit Beziehungen aller Art gemacht wurden (Gemeinschaft in der Gruppe, Kameradschaft, Freundschaft, Liebe). Gibt es die realen Erfahrungen nicht, so kann eine Fernbeziehung zwar gepflegt, aber in der Realität nicht ausgelebt werden, weil man es nicht gelernt hat oder Hemmungen vor der physischen Begegnung hat.

Wenn Lebenserfahrung, Selbsterkenntnis und Resilienz nicht vorhanden sind, werden digital vermittelte Beziehungen und Freundschaften die Realität einer Beziehung eher vorspiegeln als unterstützen. Das wachsende, tastende, weniger zielgerichtete Kennenlernen ist wesentlicher Bestandteil des menschlichen Beziehungsaufbaus

und gerade durch seine prozessorientierte, nachhaltige Langsamkeit unersetzlich.

### Risiken

Wie wirkt sich frühzeitige Mediennutzung auf die Beziehungsfähigkeit eines Menschen aus? Die fehlende Resonanz der Bezugsperson, wenn diese mit ausdrucksloser Miene auf ein Display schaut, das „Parken“ vor dem Bildschirm, die mangelnde spielerische Interaktion und Kommunikation auf Reisen und die permanente Verfügbarkeit von Unterhaltungsmedien beeinträchtigen die körperliche, emotionale und soziale Entwicklung des Kindes.

*Chatgruppen* sind häufig der erste Einstieg. Zunächst werden Kontakte erstellt, Kurznachrichten und Emojis gepostet, rasch können dann beleidigende Kommentare, ungewollte Fotos oder diskriminierende *memes* folgen. Sie sind permanent für alle sichtbar und können auch Wochen später noch im Chat gelesen und geteilt werden. Den Eltern fällt die – manchmal unangenehme – Rolle zu, Inhalte (Nachrichten, Fotos, Videos etc.) zu hinterfragen, Sicherheitsregeln zu vermitteln, Grenzen aufzuzeigen und auf rechtliche Rahmenbedingungen hinzuweisen. Auch Lehrpersonen haben hier eine Verantwortung, wenn sich soziale Konflikte im Chat auf das schulische Sozialgefüge auswirken (z.B. bei Mobbing). Wenn weder Lehrkräfte noch Elternschaft einer Klasse sich mit den Auswirkungen von sozialen Netzwerken auseinandersetzen, kann das durch fehlende Orientierungshilfe zu emotionaler Instabilität, Verlust des Selbstwerts und zur Beeinträchtigung der Beziehungs- und Bindungsfähigkeit der Jugendlichen führen. Ein weiterer Aspekt, der die Beziehungsbildung beeinflusst, ist die Darstellung von *Schönheitsidealen* in allen

Medien. Neben der Vielfalt der Identitäten gibt es auch durch Algorithmen unterstützte normative Bilder: Körperoptimierung, Perfektion des Aussehens durch *Extensions* und Kosmetikprodukte, operative Korrekturen und Schönheitsmerkmale wie der *thigh gap* können das Selbstwertgefühl beeinträchtigen sowie psychische und körperliche Schäden hervorrufen. Zudem sind Fotos inzwischen oft retuschiert oder mit Filtern versehen und wirken trotz besseren Wissens als Schönheitsideal (große Augen, erhöhte Wangenknochen, Stupsnase). Da die Allgegenwart der Bilder nicht verhindert werden kann, ist es wichtig, sowohl im Elternhaus als auch in der Schule (und anderen Betreuungseinrichtungen) immer wieder zu thematisieren, dass es in erster Linie auf eine gesunde, gute Beziehung zu sich selbst ankommt – und nicht auf das Urteil und die Erwartungen anderer. Laut Umfragen der vergangenen Jahre (JIM-Studie, Statista, klicksafe<sup>3</sup>) besitzen rund 90 % aller 12-Jährigen ein eigenes Smartphone und haben somit – wenn die Schutzfunktionen nicht aktiv sind – Zugang zu allen Inhalten des Internets. Der Erstkontakt mit pornografischen Inhalten in



<sup>3</sup>[www.mpfs.de](http://www.mpfs.de), [www.statista.com](http://www.statista.com), [www.klicksafe.de](http://www.klicksafe.de)

diesem Alter erfolgt oft ungewollt. Er findet mehrheitlich zu Hause mit Freund:innen statt. Da der erste Geschlechtsverkehr bei zwei Dritteln der Befragten erst mit 17 Jahren stattfindet<sup>4</sup>, vergehen fünf Jahre, in denen pornografische Inhalte das Bild von Sexualität prägen können. Kinder und Jugendliche werden mit etwas konfrontiert, das sie nicht einordnen können, das sie fasziniert und zugleich abstößt. Dies geschieht meist heimlich, und da sie spüren, dass Pornografie ein gesellschaftliches Tabuthema ist, sprechen sie mit Erwachsenen kaum darüber und müssen ohne elterliche oder schulische Einflussnahme damit zurechtkommen. Zugleich fehlt es ihnen an der nötigen Reife, sich untereinander kritisch mit Pornografie auseinander zu setzen.

Pornografiekonsum ist eine weit verbreitete und zunehmend sozial akzeptable Form der Mediennutzung. Eine frühzeitige, aktive Aufklärung ist dadurch erschwert, dass die meisten Erwachsenen erziehungsbedingte Hemmungen haben, über Pornografie zu sprechen. Das Betrachten von Bildern und Videoclips mit anschließender filmkritischer Analyse ist im schulischen Kontext nicht möglich, da die meisten Inhalte ethisch fragwürdig und offiziell nicht jugendfrei sind. Die Lehrkraft muss sich also darauf beschränken, ohne Anschauungsmaterial aufzuklären. Auch hier gilt: Verbote sind nicht Erziehung. Sie machen das Thema möglicherweise noch attraktiver. Eine taktvolle, sachliche, differenzierte Auseinandersetzung über erlaubte (Softcore, Hardcore, Mainstream, Realporn/Amateurporno, feministischer Porno) und unerlaubte (Gewalt-, Tier- und Kinder-) Pornografie sowie eine entsprechende Vorbildung (Plattformen, Praktiken, Produktionsbedingungen) helfen Schüler:innen ansatzweise, aus sich selbst heraus zu einem Urteil darüber zu kommen.

Plattformen wie *onlyfans*, die oberflächlich nicht explizit mit pornografischen Inhalten werben, müssen im elterli-

chen oder schulischen Kontext thematisiert werden. Jugendliche finden trotz Altersbeschränkung leicht Wege, um das erotische und pornografische Material dieser und anderer Seiten zu konsumieren. Das Kerngeschäft sind Fotos und Videos von Frauen, die ihren Abonnent:innen direkt pornografische Inhalte liefern. Diese „Intimfluencerinnen“ sehen hier eine für sie ungefährliche Einkommensquelle, da sie Kontrolle über ihren Output haben und sich, statt der Pornoindustrie ausgeliefert zu sein, körper- und sexpositiv darstellen können. Manche bezeichnen ihre Arbeit deshalb auch als feministisch. Anhand dieses Beispiels lässt sich mit älteren Schüler:innen über sexuelles Empowerment, Body Positivity, Objektifizierung, den männlichen Blick (male gaze), Online-Prostitution und Emanzipation von gesellschaftlichen Erwartungen diskutieren.

Wenn sich einzelne Lehrpersonen oder Schulen nicht in der Lage sehen, dieses Thema in Unterrichtseinheiten zu behandeln, muss mit externen Fachleuten kooperiert werden. Hier bieten sich Elternabende, kollegiale Fortbildungen und Workshops für Schüler:innen an.

Ein letztes Phänomen sei hier noch genannt: Unter *Sexting* versteht man den Austausch von eigenen pornografischen Texten, Fotos oder Videos. Begriffe wie „pics“, „nudes“, „nelfies“ oder „dick-pics“ fallen darunter. Sexting ist nicht notwendigerweise schädlich, es kann zur gegenseitigen sexuellen Erregung in einer Partnerschaft dienen oder einen Flirt bereichern. Allerdings sind sich Jugendliche oft nicht der Gefahren bewusst, werden dazu genötigt und haben zu wenig Wissen über Datenmissbrauch, Cybermobbing und Stalking. Es besteht das Risiko, dass diese Bilder bewusst oder unabsichtlich einer breiten Öffentlichkeit zugänglich gemacht werden. Ein Kind sollte wissen, dass

---

<sup>4</sup><https://de.statista.com/statistik/daten/studie/6728/umfrage/jugendliche-die-bereits-geschlechtsverkehr-hatten/>

ein Foto, das im Internet frei zugänglich ist, einem Auftritt auf einem großen Werbeplakat gleichkommt. Zudem gelten Nacktfotos von unter 14-Jährigen als Kinderpornografie und sind nicht erlaubt. Auch hier gilt es also, sachlich-nüchtern aufzuklären, die Vor- und Nachteile zu erörtern, die Gesetzeslage<sup>5</sup> deutlich zu kommunizieren und auf das Urteilsvermögen der Jugendlichen zu vertrauen.

Auch *Computerspiele*, die – zumindest vordergründig – keine erotischen Inhalte haben, beeinflussen die Beziehungsfähigkeit von Jugendlichen. Exzessives *Gaming* über längere Zeit verhindert reale Kontakte und reduziert die Fähigkeit, durch verbale und nonverbale Kommunikation Beziehungen aufzubauen. Wenn dadurch intellektuelle Leistungen, körperliche Bewegung und gesunde Ernährung vernachlässigt werden, gehen auch die Beziehung zu sich selbst, das Selbstwertgefühl und die Selbstachtung verloren.



## Grundregeln zum Schutz

- Niemals persönliche Informationen wie Familienname, Alter, Adresse, Fotos, Passwörter oder Ähnliches an „Internetbekanntschaften“ weitergeben.
- Sich bewusst sein, dass nicht immer wahr ist, was in Chats geschrieben wird.
- Sich bewusst sein, dass nicht alle diejenigen sind, für die sie sich ausgeben.
- Niemals ein Treffen mit einem:iner Chat-Partner:in vereinbaren, ohne die Eltern zu informieren und ihr Einverständnis einzuholen.
- Sexuelle Belästigung ist online genauso schädigend wie im realen Leben und ebenso verboten! Kinder und Jugendliche trifft keine Schuld, wenn sie in eine unangenehme Situation geraten, außer sie sind selbst strafbare Verursacher.
- Hilfe von Fachkräften und Vertrauenspersonen in Anspruch nehmen
- Im Falle von Gewalt und Missbrauch, z.B. beim Erhalten pornografischer Bilder: sich immer beraten lassen und/oder den zuständigen Behörden melden.

Medien können **beziehungszerstörend** wirken, wenn durch sie das Selbstbewusstsein, die Zufriedenheit mit dem eigenen Aussehen, der interessierte Zugang zur Welt oder der empathische Umgang mit den Mitmenschen beeinträchtigt wird.

Voraussetzung für einen souveränen, autarken Umgang mit Schönheitsidealen, Statussymbolen, Dating-Plattformen, Geschlechterrollen, Cybermobbing, Stalking und Pornografie ist, dass der Erwachsene während seiner

<sup>5</sup><https://www.polizei-beratung.de/themen-und-tipps/sexualdelikte/kinderpornografie/faq-zu-kinderpornografie/#c20345>

### *Tipps für Eltern*

- Zeigen Sie Interesse an der Gefühls- und Lebenswelt der Jugendlichen und an ihren Aktivitäten in den sozialen Medien. Lassen Sie sich z.B. Webseiten, Filme, Clips, Plattformen zeigen.
- Zeigen Sie Interesse an den Fähigkeiten, die sich Jugendliche im Umgang mit dem Internet erworben haben und schenken Sie Ihnen Anerkennung.
- Besprechen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind, welche Informationen bedenkenlos veröffentlicht werden können und welche nicht. Überprüfen sie, ob persönliche Daten genügend geschützt sind und thematisieren Sie die Öffentlichkeit und die Langlebigkeit der Spuren im Netz.
- Sprechen Sie an, was Ihnen Sorgen macht. Zögern Sie nicht, Ihr Kind mit Ihrem Standpunkt zu konfrontieren. Stellen Sie dabei nur einzelne Inhalte oder das Austauschen der Bilder infrage – und nicht die Meinung der Jugendlichen! Indem Sie kritisch sind gegenüber gewissen Bildern oder Videos und gleichzeitig bereit sind, offen darüber zu diskutieren, fördern Sie die Meinungsbildung Ihres Kindes. Das führt zu kritischerem Denken und überlegteren Entscheidungen.
- Beziehen Sie sich in Ihren Aussagen auf etwas Konkretes (ein sexistisches oder homophobes Bild, Beleidigungen, ein stereotyper Film, Fake News etc.) und vermeiden Sie Verallgemeinerungen wie „Soziale Netzwerke stumpfen die Leute ab und im wirklichen Leben sind sie sowieso nicht nützlich“.
- Thematisieren Sie auch die Öffentlichkeit und die Langlebigkeit der Spuren im Netz.

frühen Kindheit weitestgehend davon verschont wurde, also keine Konditionierung erfahren hat und seine Persönlichkeit an realen Begegnungen und Beziehungen bilden konnte. Im Lauf der späteren Kindheit und Jugend muss dann zunehmend an die Stelle des Schutzes die Kompetenzerwerbung treten.

Die wichtigste Aufgabe von Schule, Elternhaus und Bezugspersonen ist, den Raum für diese und andere Themen im Lauf der Jahre immer wieder anzubieten und die Jugendlichen zu fragen, auf welche Art sie diese besprechen wollen (mit der Klassenbetreuung, dem/der Schulsozialarbeiter:in, einer Vertrauensperson, externen Beratungsstellen oder in Form von Aufklärungsmaterial). Wird dieser Raum nicht geboten, übernehmen Internet- Algorithmen die sexuelle Bildung.

### *Pädagogische Anregungen*

- Regelmäßige Fortbildungen für Lehrkräfte (z.B. return-Fachstelle für Mediensucht )
- Regelmäßige Arbeit im Kollegium
- Selbststudium der Lehrkräfte: Soziale Netzwerke und Begrifflichkeiten kennen. Aktuelle Themen und Diskurse verfolgen.
- Themenspezifische Workshops oder Unterrichtseinheiten in den Klassen 5-11: Online-Freundschaften, Soziale Netzwerke, Sexting, Cybermobbing, Schönheitsideale, Selbstdarstellung und Rollenklischees im Internet, Gaming, Smartphone-Abhängigkeit, Pornografie, Dating-Plattformen, psychische Krankheiten (Depression, Bulimie, Selbstverletzung), Drogen und Sucht

# Vertrauen, Vorsicht und Verantwortung

---

An verschiedenen Stellen betonte diese Broschüre die Wichtigkeit gesunder Beziehungen zu sich selbst und Anderen für das emotionale und soziale Wohl des Menschen. Das einer bedeutungsvollen Beziehung zugrundeliegende tiefe Vertrauen darf sich aber nicht in naiver Offenheit äußern. Wir müssen lernen, uns vor Menschen zu schützen, die unser Vertrauen ausnutzen und übergriffig handeln. Doch wie schult man die Sensibilität von Kindern und Jugendlichen für die Gefahr von möglichen Übergriffen und stärkt zugleich das Vertrauen, selbstbewusst ihrer Umwelt entgegenzutreten? Wie geschehen Übergriffe, und was kann die Schule zu einer gerechteren und gewaltfreieren Gesellschaft beitragen?

## Sexualisierte Gewalt und Prävention

Übergriffe sind gewaltsame Handlungen, die die persönlichen Grenzen einer Person überschreiten. Im Kontext sexualisierter Gewalt bedeutet dies, dass eine Person ohne ihr Einverständnis sexuelle Handlungen über sich ergehen lassen oder ausführen muss. Hierzu zählen auch verbale Übergriffe ohne physischen Kontakt, wie zum Beispiel sexistische und diskriminierende Bemerkungen. Oft ist die eigentliche Motivation für sexualisierte Gewalt nicht Lust oder Begierde, sondern der Drang nach Machtausübung und Erniedrigung des anderen Menschen. Diese Form von Gewalt kann im öffentlichen Raum stattfinden, tritt jedoch oft im engen sozialen Umfeld oder schulisch-beruflichen Kontexten auf. Alle sozialen Schichten, Bildungsstände und Alters-

gruppen sind von ihr betroffen. Ihre Opfer sind überwiegend Frauen, LGBTQI\*-Personen und Kinder. Um vor Übergriffen jeglicher Art zu schützen und angemessen auf Fehlverhalten zu reagieren, verfügt jede Waldorfschule in Deutschland über ein Schutzkonzept und definierte Prozessabläufe. Kinder wie auch Mitarbeitende haben im Schulumfeld ein Recht auf Unversehrtheit.

Die meisten Präventionsmaßnahmen zielen aus nachvollziehbaren Gründen darauf, das rationale und urteilende Bewusstsein des Kindes frühzeitig zu schärfen. Sie sensibilisieren für Konflikte und Gefahren, die in zwischenmenschlichen Begegnungen liegen könnten. Um die Wehrhaftigkeit von Kindern zu stärken, trainieren Präventionsmaßnahmen das Verhalten für den Notfall eines Übergriffs. Finden Präventionsmaßnahmen sehr früh statt, wird der selbstbewusste, misstrauisch urteilende Mensch im Kind geweckt und die Basis des vertrauensvollen Empfindens geschwächt. Hier ist die Schule gefordert, pädagogische Ansätze zu entwickeln, die die Wehrhaftigkeit der Kinder stärken, ohne das kostbare Urvertrauen zu opfern.

Ein Schlüssel liegt in der Entwicklung der Bindungs- und Beziehungsfähigkeit. Der britische Psychoanalytiker und Kinderpsychiater John Bowlby begründete die Bindungstheorie. Diese versteht das lebenslange Streben nach stabilen emotionalen Beziehungen als grundlegend menschlich – es ist bereits vorgeburtlich angelegt und

besteht bis ins hohe Alter fort. Bindungsfähigkeit (sowohl bei der bedürftigen wie der gebenden Person) kennzeichnet psychisch stabile Persönlichkeiten. Die Förderung der Bindungs- und Beziehungsfähigkeit stärkt die Resilienz und leistet indirekt einen wichtigen Beitrag zur Prävention von (sexualisierter) Gewalt.

### Grenzen und Geheimnisse

Kinder brauchen einfühlsame Erwachsene, die zuverlässig auf ihre körperlichen und emotionalen Bedürfnisse eingehen. Wenn sie erleben, dass Bezugspersonen einfühlsam und unterstützend auf ihre Impulse reagieren, kann eine sichere Bindung entstehen. Das heißt nicht, dass man Kindern alle Wünsche erfüllen muss. Wenn ein Kind beispielsweise seine Jacke partout nicht anziehen möchte, kann das verschiedene Gründe haben: Der/die vertraute Erwachsene wird einschätzen können, ob ihm einfach zu warm ist oder sich ein altersbedingter Wunsch nach Selbstbestimmung durch Trotz äußert. Letzteres sollte bei Minustemperaturen möglichst auf einen besser geeigneten Zeitpunkt verschoben werden. In solchen Situationen ist es wichtig, klare Grenzen zu setzen und Auseinandersetzungen nicht zu vermeiden. Gefühlsstarke Reaktionen der Kinder, wie zum Beispiel Wut, können vorkommen und sollten begleitet und gespiegelt werden. Konflikte und Gefühlsausbrüche sind natürliche Teile des Entwicklungsprozesses. Gemeinsame Gespräche darüber unterstützen Kinder, ihre Emotionen und auch Bedürfnisse besser wahrzunehmen und auszudrücken. So baut sich allmählich ein System von Signalen und Hinweisen auf, das Kindern bei der Orientierung im sozialen Raum eine wichtige Hilfe sein kann.

Kinder sollen auch erleben, dass sie das Recht haben, Nein zu sagen, und dass Erwachsene nicht immer selbstverständlich im Recht sind. Kinder, die erfahren, dass ihr Nein nicht einfach übergangen wird und dass sie in gewissen Situationen ein Mitspracherecht haben, entwickeln eher die Fähigkeit, ihre eigenen Grenzen zu erkennen und lernen, die von anderen Menschen zu respektieren.

Eine sichere Bindung zu einfühlsamen und zuverlässigen Bezugspersonen verleiht den Kindern die nötige Sicher-

### *Von „guten“ und „schlechten“ Geheimnissen*

Es ist wichtig, Kindern den Unterschied zwischen positiven und problematischen Geheimnissen klarzumachen. Was Geschwister zum Geburtstag bekommen werden, ist ein „gutes Geheimnis“, es fühlt sich aufregend und erfreulich an. Im Gegensatz dazu empfindet man „schlechte Geheimnisse“ als schwer und unangenehm. Solche Geheimnisse sollten Kinder unbedingt weitererzählen, auch wenn sie einem Erwachsenen zum Beispiel nach zornigen Schlägen versprechen mussten, dies nicht zu tun. Es liegt in der Verantwortung der Erwachsenen, dafür zu sorgen, dass sich zu Hause und in der Schule keine Geheimniskultur entwickelt. Wenn Kinder das Zuhause oder die Schule als „safe space“ (sicheren Raum) erleben, in denen unangenehme Dinge achtsam, ruhig und sachlich besprochen werden, trauen sie sich eher, selber gegebenenfalls über traumatische oder beschämende Erlebnisse zu sprechen.

heit, ihre Umgebung zu erkunden, selbst Entdeckungen zu machen und Neues zu lernen. Das Kind entwickelt ein Gefühl dafür, dass es etwas bewirken oder verändern kann. Dabei sind dem Alter angemessene Freiräume von großer Bedeutung. Sie ermöglichen Kindern, Fehlritte zu machen sowie in Konfliktsituationen zu geraten, aus denen sie wiederum wertvolle Kompetenzen entwickeln. Dazu zählen beispielsweise die zunehmend selbständige Gefahreinschätzung sowie die Fähigkeit, sich Hilfe zu holen oder um Ratschläge zu bitten. Anstatt potentiell gefährliche Aktivitäten zu vermeiden oder zu verbieten, ist es sinnvoll, das Selbstvertrauen zu stärken und Ratschläge zu geben, wie man bestimmte Risiken einschätzen und bewerten kann: Das sichere Baumklettern, die öffentlichen Verkehrsmittel und der unbegleitete Heimweg sind hier gute Beispiele.

Heute ist bekannt, dass die größte Gefahr sexueller Übergriffe nicht von Fremden ausgeht. Den stereotypischen „fremde bösen Mann“ gibt es weitaus seltener als den pädophilen Vater, den sexistischen Sporttrainer oder die gewaltbereite, selber in der Kindheit missbrauchte Mutter. Statistiken zeigen eindeutig, dass die Mehrheit der Übergriffe bei Kindern im Familien- oder Bekanntenkreis stattfindet und bei Jugendlichen von etwa gleichaltrigen Liebespartner:innen und Dates ausgeht.<sup>1</sup>

Täter:innen bauen eine Vertrauensbasis mit Kindern auf (das sogenannte „Grooming“) und erzählen, dass sie nun ein gemeinsames Geheimnis haben. Oft verstärken sie durch Geschenke und Drohungen den Geheimnisdruck. Daher ist es wichtig, Kindern den Unterschied zwischen „guten“ und „schlechten“ Geheimnissen klarzumachen. Zudem sollten sie allgemein ermutigt wer-

den, unterschiedliche Berührungen bewusst wahrzunehmen und einzuordnen, welche einer Situation angemessen sind und welche nicht. Dass sich etwas komisch, eklig oder nicht richtig anfühlt, sollen sie ausdrücken und zurückweisen dürfen. Wie wie lernen Kinder und Jugendliche, konkret im Fall eines Übergriffs angemessen zu reagieren?

Die entscheidende Rolle spielt eine ausgeprägte Bindungsfähigkeit als Grundbedingung der offenen Kommunikation. Ist sie ausreichend entwickelt, sind Kinder in der Lage, unangenehme Erfahrungen als solche wahrzunehmen, Geheimnisse mit vertrauten Menschen zu teilen und bei ihnen Hilfe zu suchen. Wie oben beschrieben, entwickelt sich Bindungsfähigkeit durch wiederholte Zuwendung und Auseinandersetzung, durch Verhandlung und Gemeinsamkeit über lange Zeit. Wiederholte Erfahrungen von Trennung, Beschämung, Bedrohung und Einschüchterung tragen zu ihrem Abbau bei.<sup>2</sup> Der systematische Aufbau der Beziehungsfähigkeit von Kindern ist also eine wichtige Säule der Gewaltprävention.

### Intimität und Sprachlosigkeit

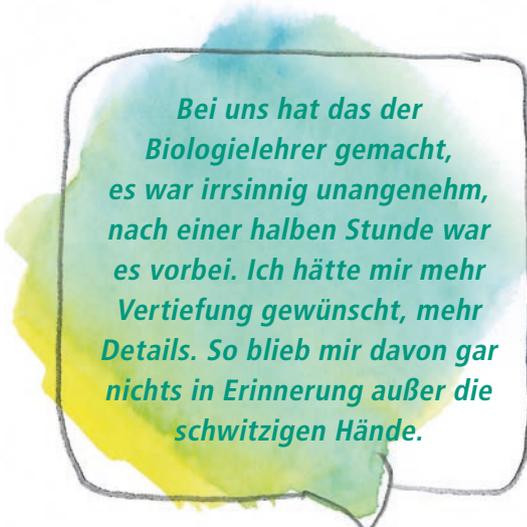
Wie teilt man unangenehme Erfahrungen und findet die passenden Worte? Offen über intime Themen zu sprechen, insbesondere im Kontext von sexuellen Ereignissen, ist auch mit engen Bezugspersonen nicht immer einfach – schnell kann es persönlich und peinlich werden. Die Schwierigkeit liegt wohl darin, dass gesellschaftliche Prägungen und Gefühle wie Scham und Schuld oft eine bedeutende Rolle spielen. Dies gilt insbesondere bei Jugendlichen, die altersbedingt mit zusätzlichen Unsicherheiten konfrontiert sind oder wenn Alkohol und Drogen im Spiel sind – „Was habe ich getan? Wollte ich das überhaupt?“.

<sup>1</sup><https://beauftragte-missbrauch.de>

<sup>2</sup>Siehe Christian Breme, „Über die Würde der Scham“, in „beziehungskunst“, edition waldorf, Stuttgart 2022

Grenzüberschreitungen sind jedoch kein Phänomen, das lediglich Kinder und Jugendliche betrifft, sondern sind ein lebenslanges Thema. Mit den Fragen der Zustimmung zu Sex oder jeglicher Form von Intimität betreten wir ein Feld der potentiellen Sprachlosigkeit. Innere Verhandlungen wie „Gefällt mir das? Was möchte ich, was nicht? Wie setze ich denn meine Grenzen?“ spielen sich oft im Kopf ab und sind im sozialen Miteinander schwer in Worte zu fassen. Umso herausfordernder wird es, wenn Unsicherheiten und unangenehme Empfindungen im Spiel sind oder Machtgefälle auftreten, beispielsweise in hierarchischen Strukturen am Arbeitsplatz oder in Beziehungen mit grossen Altersunterschieden.

Mit Kindern und Jugendlichen offen und gleichzeitig taktvoll über Begehren, Intimität und Zustimmung zu sprechen, ist ein pädagogischer Drahtseilakt, den sich viele Erwachsene gerne ersparen würden. Hier gilt als



***Bei uns hat das der Biologielehrer gemacht, es war irrsinnig unangenehm, nach einer halben Stunde war es vorbei. Ich hätte mir mehr Vertiefung gewünscht, mehr Details. So blieb mir davon gar nichts in Erinnerung außer die schwitzigen Hände.***

Faustregel: Der zaghafte, ergebnisoffene Versuch, miteinander ins Gespräch zu kommen, ist dem schweigenden Wegschauen immer vorzuziehen. Gespräche müssen behutsam geführt werden, jedoch transparent und klar genug sein, um ein Vokabular zu schaffen, das über das bloße „Nein sagen“ hinausgeht.

Verhinderten für die Eltern und Großeltern der heutigen Erwachsenen noch traditionell bürgerliche und religiöse Paradigmen das freie Ausleben der Gefühle, so hatten diese Einschränkungen bei aller Verklemmtheit auch eine gewisse Schutzfunktion. Im Gegensatz dazu empfinden sich junge Menschen heute als Teil einer freizügigeren, toleranteren, aber auch riskanteren Welt. Erziehenden Menschen kommt hier eine neue Rolle zu: Hat man früher noch geschwiegen und verboten, muss man heute kommunizieren und befähigen! Das braucht Offenheit und Mut, ist aber unverzichtbar, wenn wir als gesunde Menschen in einer friedlichen Gesellschaft leben wollen. Jeder Versuch von Erwachsenen, inklusiv über Liebe, Sex und Geschlecht zu sprechen, sich Rassismus entschlossen entgegenzusetzen und sich für Gleichberechtigung und gegen Diskriminierung zu positionieren, wird von der jüngeren Generation wachsam wahrgenommen und hat Signal- und Vorbildwirkung. Schulen und Familien können und müssen hier Räume schaffen, die Kinder schützen, sie ermutigen und für die Zukunft stärken.

## ***Das Wichtige in Kürze:***

### **Für Eltern:**

Eltern schicken ihr Kind täglich voller Vertrauen in die Schule, die sich nicht selten wie eine „Black Box“ anfühlt. Was darin passiert, erfahren sie nur über Gespräche mit ihrem Kind, durch andere Eltern oder punktuell auf Elternabenden und Veranstaltungen. Sie sind also angewiesen auf die korrekte Handhabung des Schutzkonzeptes, die Arbeit der Schutz- und Meldestelle und die pädagogische Präventionsarbeit. Einerseits ist es wichtig, die Vorbildfunktion der Lehrpersonen zu unterstützen und das kindliche Vertrauen in sie zu stärken. Andererseits müssen Äußerungen des Kindes über mögliches Fehlverhalten oder Übergriffe von Lehrer:innen ernstgenommen werden. In der Präventionsarbeit zeigt sich, wie wichtig eine vertrauensvolle, ehrliche und kritische Zusammenarbeit zwischen Eltern und Schule ist.

### **Für Lehrpersonen:**

Die Sensibilität in Bezug auf körperliche Übergriffigkeit und sexuelle Gewalt ist unter Schüler:innen oft größer als im Kollegium. Dafür können Lehrer:innen dankbar sein, denn hier befindet sich ein großes Lernpotenzial. Moderne Pädagog:innen müssen Wachsamkeit entwickeln, um übergriffige Situationen zu erkennen und sich proaktiv reflektierend mit dem eigenen, möglicherweise grenzüberschreitenden Verhalten auseinandersetzen.

Der Grat zwischen dem Bedürfnis nach körperlicher Nähe der Grundschüler:innen und der professionell zu haltenden Distanz muss im Kollegium und mit Eltern thematisiert werden. Saloppe, aber körperfokussierte Sprache („Na, du hast aber schön lange Beine gekriegt“) und der sexualisierte Blick mit entsprechendem gutgemeintem Hinweis („Ziehe dir ein größeres Top an, sonst lenkst du die Jungs ab.“) sind nicht angemessen. Das ist besonders dann der Fall, wenn Schüler:innen so vor der Klasse angesprochen werden. Dafür sind sie zum Glück sehr sensibel und geben im besten Fall direkt kritische Rückmeldung. Diese sollte jede Schule durch passende Prozesse (zum Beispiel Beschwerdebriefkästen) ermöglichen und ernst nehmen.

### **Für die Institution:**

Erst andauernde praktische Anwendung, Reflexionsschleifen, regelmäßige Modifizierung der konzeptionellen Inhalte, Partizipation der Schüler:innen und Fortbildungen für das Personal führen zu einer souveränen, professionellen und zugleich gelassenen Haltung, die sich sexualfreundlich und gewaltpräventiv zeigt. Um diese Trennung deutlich zu machen, empfiehlt sich für jede pädagogische Einrichtung sowohl ein Bildungs- als auch ein Schutzkonzept.

# Eine vielfaltsoffene Schule

*Was gelehrt und erzogen werden soll, das soll nur aus der Erkenntnis des werdenden Menschen und seiner individuellen Anlagen entnommen werden.<sup>1</sup>*

Jedes Kind befindet sich in einem fortlaufenden Wachstums- und Entwicklungsprozess und bringt dabei individuelle Bedürfnisse und eigene kognitive, künstlerische, handwerkliche und soziale Begabungen mit. Das Erkennen und die freie Entfaltung dieser Potenziale ist ein zentrales Anliegen der Waldorfpädagogik.

Die Waldorfschule ist wie jede Schule nicht nur Ort des Lernens, sondern auch Ort der individuellen Entwicklung in einem sozialen Kontext und eröffnet damit einen Raum, in welchem Vielfalt leben darf. Dies beinhaltet ein fortwährendes Bemühen um Verständnis für den Anderen und ein Bestreben nach Inklusion aller Menschen. Niemand wird aufgrund seiner Facetten der Individualität als „abweichend“ bezeichnet. Dies trägt zu einer respektvollen, inklusiven Gemeinschaft und einer gesunden Entwicklung von selbstbestimmten Persönlichkeiten bei. Bei der Persönlichkeitsentwicklung spielt Geschlechtlichkeit durchaus eine Rolle, da soziale Interaktionen und gesellschaftliche Dynamiken eng mit ihr verknüpft sind. Nach Jahrhunderten, in denen Menschen von gesellschaftlich normativen Vorstellungen über Geschlecht stark geprägt wurden, fragen sie sich heute, was es heißt, Frau oder Mann zu sein. Damit stellen sie das traditionell binäre Geschlechterkonzept in Frage.

## Die vielfältigen Dimensionen des Geschlechts

In vielen modernen Kulturgesellschaften haben sich Ansichten über Geschlecht stark verändert und entwickelt. Diese Veränderung haben wir selbstbewussten Stimmen von mutigen Menschen zu verdanken, welche lange marginalisiert wurden und nun gehört werden, wenn sie ihre Rechte formulieren. Ihre Errungenschaften erlauben uns neue Sichtweisen und wachsende Erkenntnis, dass biologisches Geschlecht und Geschlechtsidentität nicht immer in klare, binäre Kategorien unterteilt werden können. Geschlechtlichkeit wird deshalb heute als komplexes Spek-

### *Geschlecht und sexuelle Orientierung*

#### Was ist der Unterschied?

Geschlecht ist vielfältig. Und die sexuelle Orientierung ist auch vielfältig. Dabei handelt es sich um unterschiedliche Dinge. Sexuelle Orientierung bezieht sich auf das Geschlecht oder die Geschlechter der Personen, zu denen sich ein Mensch womöglich hingezogen fühlt. Bei der Geschlechtsidentität geht es um die Frage, ob sich ein Mensch selbst mit dem ihm zugewiesenen Geschlecht identifiziert, ob es ihn passend und ausreichend beschreibt. Die Geschlechtsidentität sagt nichts über die sexuelle Orientierung aus.

<sup>1</sup>Rudolf Steiner, „Freie Schule und Dreigliederung“ in „Aufsätze über die Dreigliederung des sozialen Organismus und zur Zeitlage 1915-1921, GA 024“ Rudolf Steiner Verlag, Dornach 1982

trum betrachtet, welches die gesamte Bandbreite menschlicher Identitäten umfasst.

Das biologische Geschlecht, die Geschlechtsidentität und der Geschlechtsausdruck sind drei Erscheinungsformen der menschlichen Geschlechtsentwicklung, die sich auf vielfältige Weise entfalten können. Die Geschlechtsentwicklung ist wie die Persönlichkeitsentwicklung von Mensch zu Mensch unterschiedlich und kann sich über die biologische Zweigeschlechtlichkeit von „weiblich“ und „männlich“ hinaus entwickeln.

Die Sichtbarkeit von queeren<sup>2</sup> Identitäten und Sexualitäten hängt dabei stark vom sozialen Umfeld ab. Dass Menschen in ihrer Einzigartigkeit nicht wahrgenommen wurden oder werden, heißt nicht, dass es sie nicht gibt oder gegeben hat. Sicher ist: Eine Gesellschaft, die in Bezug auf das Geschlecht einen großen Wert auf Eindeutigkeit und binäre Verortung legt, macht es allen Menschen schwerer, sich selbst zu finden und sich frei zu entwickeln.<sup>3</sup>

### Von Vielfaltsoffenheit und Orientierungslosigkeit

Geschlecht in seiner Offenheit zu denken kann herausfordernd sein und die wachsende Vielfalt kann Fragen aufwerfen: Wohin führt die Entwicklung, und wie können wir uns in dieser Vielfalt zurechtfinden?

Vielfalt bietet Menschen, die sich mit ihrer Identität auseinandersetzen, die Möglichkeit, ihren eigenen Standpunkt außerhalb von traditionellen Normen zu finden. Viele streben nicht nach medizinischer Behandlung, sondern wünschen sich vor allem Authentizität und Akzeptanz. Verschiedene Begrifflichkeiten stehen ihnen dabei als Werkzeuge zur Verfügung und sollten nicht als Hindernis betrachtet werden.

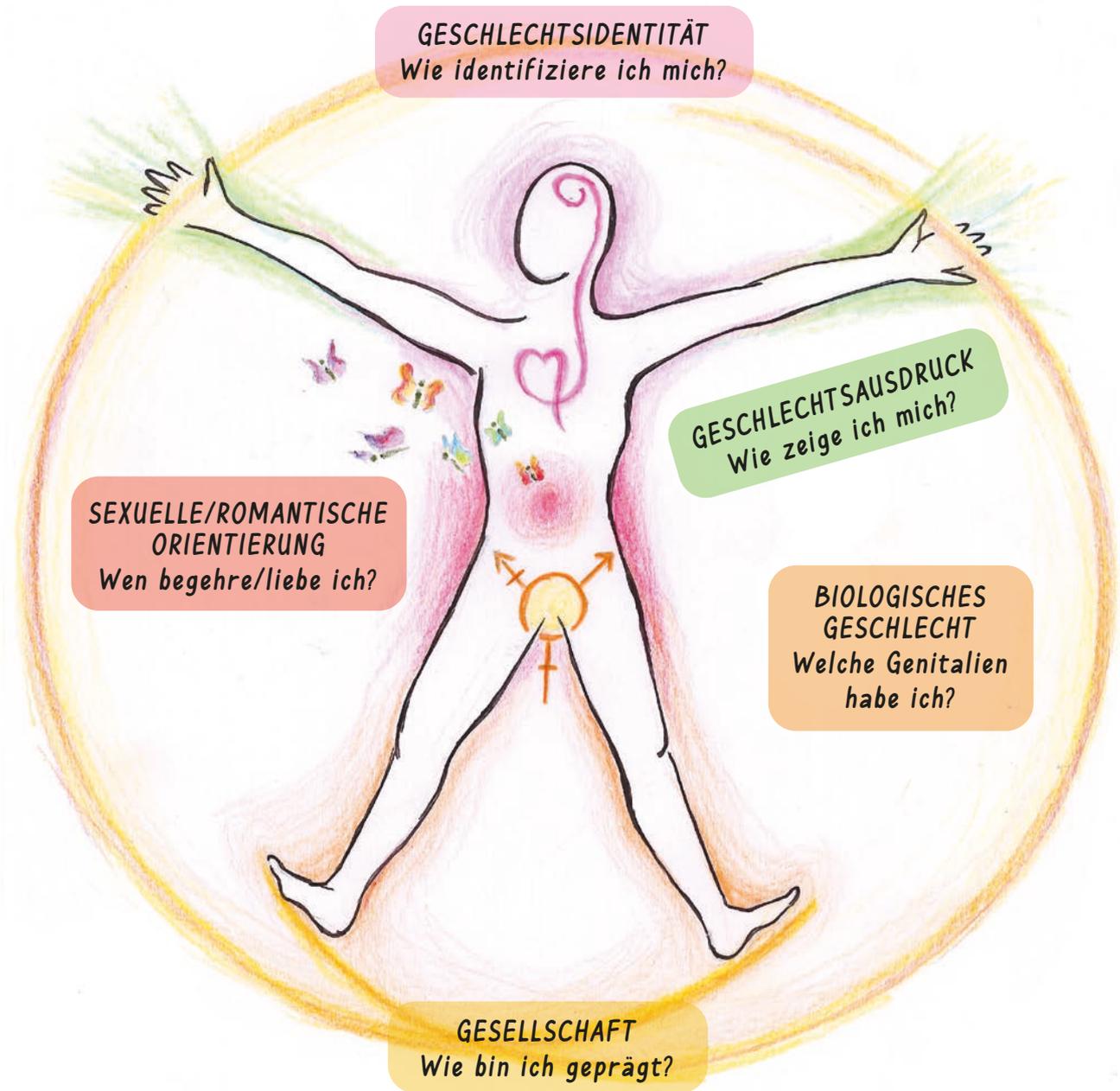
Manche mögen sich an dem Gedanken stören, dass das Geschlecht gewählt und gewechselt werden kann. Die Auswahl könne zu Verwirrungen und Orientierungslosigkeit bei dem schon grundsätzlich schwierigen Prozess der Identitätsfindung führen. Das innere und äußere Aushandeln der sexuellen Orientierung oder der geschlechtlichen Identität ist ein ungemein schwieriger Prozess. Er kann, vor allem, wenn er aus dem traditionellen Rahmen fällt, trotz Offenheit und Toleranz des eigenen Umfeldes mit erheblichen gesellschaftlichen Hürden und persönlichen Krisen verbunden sein. Dabei von einer Wahl nach Lust und Laune zu sprechen, ist unangemessen.

Die Freiheit, die eigene Geschlechtsidentität und Sexualität auszuleben, sowie die Bemühungen um Gleichberechtigung bedeuten nicht, dass Zweigeschlechtlichkeit nun als überholt oder irrelevant gesehen wird. Sie betont lediglich das Recht eines jeden Menschen, sich unabhängig vom biologischen Geschlecht und dem sozialisierten Geschlechterverständnis der Umgebung frei entwickeln zu können. „Männlich“ und „weiblich“ können als allgemeine Grundkategorien genutzt werden, um zu beschreiben, wie Individualität im Spannungsfeld mannigfaltiger Möglichkeiten gelebt werden kann.

Wenn im Raum steht, dass das eigene Kind homosexuell oder transgender sein könnte, taucht bei vielen Eltern die Sorge auf, es könnte Ausgrenzung und Abwertung erleben. Wir alle sind jedoch aktiv formende Teile der Gesellschaft und haben die Möglichkeit und die Verantwortung, in ihr gegen Diskriminierung und für Gleichberechtigung zu wirken. Flexibilität und Offenheit sowie die Bereitschaft, Selbstverständlichkeiten zu hinterfragen,

<sup>2</sup>Queer bezeichnen sich Menschen, die sich in ihrer geschlechtlichen Identität und/oder sexuellen Orientierung ausserhalb der Heteronormativität verorten. Also Menschen, die nicht heterosexuell und/oder nicht eindeutig männlich/weiblich sind, sich dazwischen verorten oder das Geschlecht wechseln.

<sup>3</sup>Lea Deffner: „Geschlecht betrifft uns alle!“ in „beziehungskunst“, edition waldorf, Stuttgart 2023



## *Geschlechtsidentität*

### **CIS, TRANS, NONBINÄR**

Die Geschlechtsidentität (engl. „Gender“) bezeichnet die innere Gewissheit über die eigene geschlechtliche Zugehörigkeit. Die Selbstwahrnehmung, ob wir Frau, Mann oder weder noch (nonbinär) sind, kann sich dabei vom biologischen Geschlecht unterscheiden. Nach der Geburt findet eine Zuordnung statt, die sich auf körperliche Geschlechtsmerkmale bezieht und noch nicht im Zusammenhang mit der Identität stehen kann. Im Laufe des Lebens zeigt sich dann, ob diese Zuordnung stimmt (cis) oder nicht stimmt (z.B. trans, non binär).

## *Sexuelle und Romantische Orientierung*

### **HETEROSEXUELL, HOMOSEXUELLE, BISEXUELL, PAN/OMNISEXUELL, ASEXUELL...**

Die sexuelle oder romantische Orientierung bezieht sich darauf, von wem wir uns sexuell angezogen fühlen oder in wen wir uns verlieben. Oft wird vom biologischen Geschlecht auf das zu begehrende Geschlecht geschlossen, dabei wird die heterosexuelle Anziehung als Norm betrachtet. Jedoch sind die Formen der Orientierung unabhängig vom eigenen biologischen Geschlecht und so vielfältig wie die Menschen selbst. Menschen, die ihre Orientierung als pan- oder omnisexuell bezeichnen, machen deutlich, dass sie Menschen unabhängig von ihrem Geschlecht lieben und/oder sexuell begehren. Auch gibt es Menschen, deren Liebesfähigkeit sich selten oder gar nicht in sexueller Begierde ausdrückt (asexuell).

## *Geschlechtsausdruck*

### **FEMININ, MASKULIN, AUTHENTISCH, INDIVIDUELL ...**

Der Geschlechtsausdruck ist die sicht- und hörbare Komponente von Geschlecht. Damit ist gemeint, wie ein Mensch sich z.B. kleidet oder spricht und so Geschlecht zum Ausdruck bringt. Häufig passiert es, dass vom Ausdruck einer Person auf deren Identität geschlossen wird. Zum Beispiel gelten Rock und Lippenstift als Zeichen dafür, dass sich jemand als Frau fühlt. Damit kann man sich jedoch leicht irren: Kleidung, Haarschnitte oder Verhaltensweise (z.B. übereinander geschlagenen Beine) bedeuten nicht für alle das Gleiche.

## *Biologisches Geschlecht*

### **WEIBLICH, MÄNNLICH, INTER**

Das biologische Geschlecht (engl. „Sex“) wird durch körperliche Eigenschaften vorgegeben: Penis, Hoden und XY-Chromosom für männlich oder Vulva, Eierstöcke und XX-Chromosom für weiblich. Allerdings ist das binäre Modell eine recht grobe Vereinfachung: Die aktuelle Forschung geht von nachweisbaren Zwischenstufen aus. Die betroffenen Menschen – je nach Studie zwischen 7 und 17 von 1000 – werden als intergeschlechtlich bezeichnet. Die Richtwerte, ab wann etwas männlich oder weiblich ist, sind subjektiv. Manche Körper werden, um Klarheit zu erreichen, aufwändig und ethisch fragwürdig operativ angeglichen.



sind notwendig, um eine inklusive, respektvolle Umgebung zu schaffen. Wie zum Beispiel die Langzeitstudie der amerikanischen Psychologin Kristina Olson zeigte, sind Transkinder, die in einem wohlwollenden Umfeld aufwachsen, das sie bei ihrer Geschlechtsidentität unterstützt, psychisch stabil und haben weniger Tendenzen zu Depression als Jugendliche und Erwachsene, die ihre Geschlechtsidentität nicht leben durften.<sup>4</sup>

In diesem Kontext hilfreiche Fragen sind: „Was wünsche ich (m)einem Kind für die Entwicklung seiner eigenen Individualität? Und wo muss ich an mir selbst arbeiten, damit es sich durch meine Begleitung seinen Bedürfnissen entsprechend entwickeln kann?“

Stabilität und Sicherheit erfahren Kinder nicht durch unhinterfragte Normen und reproduzierte Geschlechterklischees, sondern durch einfühlsame und verständnisvolle Lehrpersonen und Eltern. Solange Erwachsene als Vorbilder und Gesprächspartner:innen authentisch Einseitigkeit durch Vielfalt ersetzen, fühlen sich Kinder nicht überfordert oder manipuliert. Ganz im Gegenteil, alle Kinder werden dadurch in ihrem Sein positiv bestärkt und erleben, dass sie fern allen Schubladendenkens.

### Schule als Handlungsort

Von Geburt an nehmen Kinder in ihrer sozialen Umgebung vielerlei geschlechtsbezogene Unterschiede wahr - von der Stimmtiefe bis zur Kleidung, der Frisur und geschlechtsrollenspezifischem Verhalten. Dabei beginnen sie, im Prozess ihrer Identitätsbildung ihren eigenen Platz in dieser Welt zu suchen.

Welche gesellschaftlichen Vorstellungen darüber, was typisch für ein bestimmtes Geschlecht ist, prägen sie in die-

<sup>4</sup>Kristina Olson: Mental Health of Transgender Children Who Are Supported in Their Identities, 2016

sem Prozess? Wäre es angebracht, unsere Geschlechterklischees kritisch zu hinterfragen? Welche Erwartungen können die Entfaltung der Kinder einschränken und zu Ungleichheiten im Umgang führen?

Gerade die Schulzeit hat maßgeblichen Einfluss auf die Vorstellungen der Kinder. In der Schule lernen junge Menschen neben dem Lernstoff auch, wie sie sich in der Gemeinschaft verhalten sollten und was von ihnen erwartet und akzeptiert wird. Daher ist es gerade in der pädagogischen Praxis von großer Bedeutung, mit Bedacht bei der Zuschreibung traditioneller Geschlechterrollen umzugehen. Erwachsene müssen ihre Annahmen, wie zum Beispiel die vermeintlich genetisch-sozial bedingten Begabungsunterschiede zwischen Mädchen und Jungen in Naturwissenschaft und Mathematik, kritisch hinterfragen. Ebenso, dass Jungen angeblich weniger offen über ihre Gefühle sprechen können. Die Reproduktion solcher überholten Klischees trägt dazu bei, dass junge Menschen aufgrund ihres Geschlechts ungleichen Umgang erfahren und mit sich selbst und anderen intoleranter und weniger achtsam umgehen. Vor allem Lehrer:innen und Eltern kommt hier eine wichtige Rolle zu: Sind sie sich ihrer eigenen biografischen Konditionierung bewusst? Wie oft begrüßen wir eine Nichte mit „Du siehst aber schön aus!“, einen Neffen aber mit „Und, wie läuft's im Sport?“. Erwarten Lehrer:innen von Mädchen ein weniger herausforderndes Verhalten im Unterricht – lassen sie den Jungs mehr durchgehen? Geben Schulen und Vereine Mädchen mehr Recht auf Privatsphäre, zum Beispiel beim Umkleiden? Schaut man genauer hin, finden sich viele alltägliche Bereiche, in denen Konditionierung durch Rollenbilder nicht nur zum Ausdruck kommt, sondern auch zukunftsweisend weitergetragen wird.

Das eigene Geschlechterverständnis als Erwachsene:r zu reflektieren, führt zu größerer Sensibilität. Es erfordert die Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit der eigenen Person, mit dem persönlichen Geworden-Sein als Frau, Queer oder Mann und mit den eigenen Geschlechterbildern. Geschlechts- und vielfaltsensibles Arbeiten ist ein Prozess ohne Endpunkt und kann selbstverständlich nicht von heute auf morgen geschehen.

Ein möglicher Einstieg ist die Berücksichtigung von Vielfalt in der Sprache oder die Anerkennung, dass es nicht



### *Wenn ein Junge mit einem Rock zur Schule kommt ...*

Wenn ein Kind, das als Junge aufwächst, einen Rock trägt, löst das bei Menschen – sei es bei Eltern, Mitschüler:innen oder Lehrpersonen – die unterschiedlichsten Reaktionen aus. Dabei können all die hier beschriebenen Grundfragen zu sexueller Orientierung und Geschlechtsidentität vermischt und durcheinandergebracht werden.

„Nur Mädchen tragen Röckel“, „Bist du schwul?“ oder „Willst du ein Mädchen sein?“ zu solchen Aussagen kann es gegebenenfalls von Mitschüler:innen kommen, da sie gelernt haben, dass Röcke in unserer Gesellschaft von Frauen getragen werden.

Erwachsene sollten jedoch im Bewusstsein haben: In erster Linie ist ein Rock ein Kleidungsstück. Derzeit werden Röcke in Europa meist mit Weiblichkeit assoziiert, deshalb gelten sie nicht als neutrales Kleidungsstück. Das lernen Kinder früh und nutzen aus kindlicher Neugier die Möglichkeit, durch den Rock in eine Rolle zu schlüpfen, um diese kennenzulernen. Dieses Bedürfnis nach Erkundung und Ausprobieren ist bei allen Kindern vorhanden und kann auch pädagogisch im (Theater)spiel angeregt werden. Rollenspiele können dabei unabhängig vom eigenen biologischen Geschlecht heteronormativ, aber durchaus genderdivers sein.

Das Vorurteil, schwule Menschen verhielten sich „weiblich“ und bevorzugten demnach auch „weiblich“ konnotierte Kleidung, ist falsch. Wenn ein Kind, das als Junge aufwächst, ein Kleid oder einen Rock trägt, kann das Teil eines (Rollen-)Spiels sein, ein Ausdruck des gefühlten Geschlechts oder schlichtweg, weil er den Rock bequem und hübsch findet. Das spielerische Experimentieren mit einem Kleidungsstück macht ein Kind weder trans\*, noch schwul. Dazu sei gestellt, dass in vielen äquatorialen Kulturen der Rock wegen seiner Luftigkeit einfach praktischer und angenehmer ist als die Hose: in einer freien Gesellschaft in Mitteleuropa könnten alle Kinder im kalten Winter Hosen und im heißen Sommer Röcke und Kleider tragen.

Sollte es im Klassenzimmer zu Spott oder Ausgrenzung aufgrund von Kleidung kommen, ist es wichtig, dies möglichst undramatisch anzusprechen und pädagogische Fantasie einzusetzen, die dem Alter der Kinder entspricht (ggf. eine passende Geschichte erzählen). Den Kindern kann erklärt werden, dass Kleidung keine festgelegte Geschlechtszugehörigkeit definiert.<sup>5</sup>

---

<sup>5</sup>Sven Saar: „Wenn Caspar wirklich Lina ist.“ in „beziehungskunst“, edition waldorf, Stuttgart 2023

nur traditionelle Formen von Liebe und Sexualität gibt. Nicht-heterosexuelle Beziehungen und Familienformen und auch Asexualität sollten heute im Unterricht eine angemessene Rolle spielen und proportional den Raum bekommen, den sie in der Gesellschaft einnehmen – nicht mehr und nicht weniger! Schüler:innen sollten Zugang zu Geschichten bekommen, in denen andere Formen der Geschlechtsidentität auf natürliche Weise dargestellt werden – nicht als Problem oder Drama, sondern als alltägliche Realität.

Wäre es nicht denkbar, Märchen oder Geschichten neu zu erfinden? Man könnte von Rittern berichten, die ihre Wunden pflegen und ihr Pferd fürsorglich striegeln oder von jenen, die verzweifelt um Hilfe bitten. Wie wäre es, wenn einmal eine Heldin todesmutig in den Kampf gegen einen Drachen zieht, und nicht auf friedliche Weise mit dem Bösen umgeht? Sind im Erzählstoff Fürsorge, Empathie, Rücksicht, Mut, Durchhaltevermögen und Durchsetzungskraft geschlechtsneutral gleichermaßen präsent, bietet er Identifikationsmöglichkeiten für alle.<sup>6</sup>

Wenn die Schule ein einfühlsames Verständnis jenseits geschlechterstereotyper Eigenschaften kultiviert, wird sie zu einem entscheidenden Schutzraum. Hier dürfen Kinder spielerisch in ihre Körper hineinwachsen und experimentieren. Dementsprechend ist der Waldorflehrplan darauf ausgerichtet, für alle Geschlechter gleichermaßen offen und vielfältig zu sein. Die Waldorfschule war hier schon vor 100 Jahren pionierhaft tätig, indem sie Jungen das Stricken und Mädchen das Schnitzen beibrachte. Was den Kindern in ihrer Erziehung begegnet, soll inspirierend, freilassend und die Persönlichkeit stärkend wirken. Erwachsene agieren dabei als sensible Geburtshelfer:innen der sich entfaltenden Individualität. Idealerweise

treten Waldorflehrer:innen einfühlsam mit den inneren Fragen: „Wer bist du? Und wer möchtest du werden?“ an die Kinder heran. Dabei ist der Blick unabhängig von der Geschlechterzugehörigkeit auf die einzigartige Wesenheit jedes Individuums gerichtet: „Im Kern gleicht dir niemand!“ Und dennoch haben alle etwas gemeinsam: das Urbedürfnis nach Anerkennung und Liebe. Dadurch rückt das, was uns als Menschen verbindet – das allgemeine Menschliche – in den Mittelpunkt.



<sup>6</sup>Alexander Hassenstein: „Wahre Bilder? Frau und Mann in Märchen, Mythen Sagen und Legenden“ in „beziehungskunst“ edition waldorf, Stuttgart 2023

## ***Für eine vielfaltsoffene Schule***

### **Eine Checkliste**

#### **Am Leitbild der Schule arbeiten**

In der Kommunikation nach innen und außen klar positionieren zu Antirassismus, Vielfalt, Demokratie und Entwicklungsoffenheit. Auch wenn Waldorfschulen diese Qualitäten implizit schon lange in ihrem Selbstverständnis haben, müssen sie heute explizit benannt werden, teilweise um negativen Narrativen begegnen zu können, aber hauptsächlich aus folgendem Grund: Ein Leitbild hat nicht nur Außenwirkung und ist viel mehr als ein politisches Statement. An ihm orientieren sich Lehrpläne, Unterrichtsabläufe und auch Lehrer:innen in ihrer individuellen pädagogischen Praxis – und wenn das nicht geschieht, kann es von innen und außen eingefordert werden. Allen Schulen, die sich öffentlichkeitswirksam gegen Rassismus und für Vielfalt positionieren, muss klar sein, dass sie sich damit verpflichten, dies auch sicht- und spürbar zu machen.

#### **Vielfalt in die Sprache holen**

... und sich damit aktiv für eine geschlechtergerechte und respektvolle Kommunikation einsetzen.

- Verwenden aller Geschlechter: Schüler:in, Lehrer:innen
- Eine geschlechtsneutrale Form benutzen: Lehrperson, Kind, Studierende
- Das Pronomen „jeder, der“ durch „alle, die“ ersetzen

#### **Geschlechterklischees nicht verstärken**

- Geschichten und Märchen hinterfragen und ggf. neuschreiben
- Verwenden von positiven Identifikationsmöglichkeiten für alle Geschlechter, vor allem bei Berufen: Feuerwehrleute, Schreiner:in, Kindergärtner:in, Ärzt:in, Ingenieur:in, Anwält:in, Putzkraft, Pfleger:in, Mechaniker:in...
- Vermeiden von diskriminierenden geschlechtlich konnotierten Bezeichnungen und Aussagen wie z.B. Heulsusi, Fräulein, Du wirfst wie ein Mädchen, Männer weinen nicht, das schwache Geschlecht, Mädchen quatschen viel, die Jungs sind stark...
- Vermeiden von Trennung von Gruppen nach binären Geschlechtsmerkmalen, wie Mädchen nach links, Jungen nach rechts
- Reime und Lieder, die diskriminierend wirken können, textlich variieren

#### **Barrierefreiheit fördern**

Alle Menschen sollten ohne Hindernisse die Räume der Schule nutzen können. Einrichten von:

- Rampen, funktionstüchtigen und frei zugänglichen Aufzügen und barrierefreien Toiletten
- geschlechtsneutralen Toiletten und Umkleidekabinen



Lust auf mehr?

Im Buch „**beziehungskunst**“ (2. Auflage 2023) beschreiben 12 Autor:innen interessante und aktuelle Ansätze zur Behandlung von Menschlichkeit, Individualität und Sexualpädagogik. Hier finden Sie detaillierte Beschreibungen von Epochen, Lehrplanansätze, Hinweise für Eltern und Pädagog:innen und viel Informatives und Hilfreiches.

Bestellung unter <https://waldorfbuch.de>

Oder für weitere nützliche Links, Literaturempfehlungen, Kinder- und Jugendbüchertipps siehe QR Code oder unter <https://paefo.de/bk>



## Inhaltsangabe

Sven Saar

### **Vorwort:**

*Menschlichkeit, Identität und Sexualpädagogik*

Laura Frey

### **„So könnte es weitergehen ...“**

*Was sich eine junge Waldorflehrerin für die Zukunft wünscht*

M. Michael Zech

### **Anthroposophische Ideen verstehen und weiterdenken**

*Rudolf Steiner zu Sexualität und Geschlechtlichkeit*

Lea Deffner

### **Geschlecht betrifft uns alle!**

Petra Hamprecht-Krause

### **Das Kollegium sensibilisieren**

*Zum achtsamen Umgang mit dem*

*Thema Beziehung, Gender und Sexualität*

Elke Rüpke

### **Zur Bedeutung von Sexualität und**

**Geschlechtlichkeit im ersten Jahrsiebt**

Martyn Rawson u. a.

### **Sexualität, Gender und Identität**

**aus Sicht von Waldorf-Schüler:innen**

Christian Breme

### **Das Begleiten transidenter Kinder und Jugendlicher**

Irene Eickhoff

### **„Frau Eickhoff, ich fühle irgendwie anders!“**

*Vom Coming-Out: Erfahrungen einer Waldorf-Klassenlehrerin*

Sven Saar

### **Leben und Liebe**

*Eine Epoche zur Lebens- und Sexualerziehung*

Alexander Hassenstein

### **Wahre Bilder?**

*Frau und Mann in Märchen, Mythen, Sagen und Legenden*

Sibylle Raupach

### **Beziehungskunde für alle**

*Aspekte zur Haltung der Lehrer:innen oder Begleiter:innen in heilpädagogischen oder Inklusions-Klassen*

Martine Runge-Rustenbeck

### **Beziehungskunde aus schulärztlicher Perspektive**

Christian Breme

### **Über die Würde der Scham**

Sven Saar

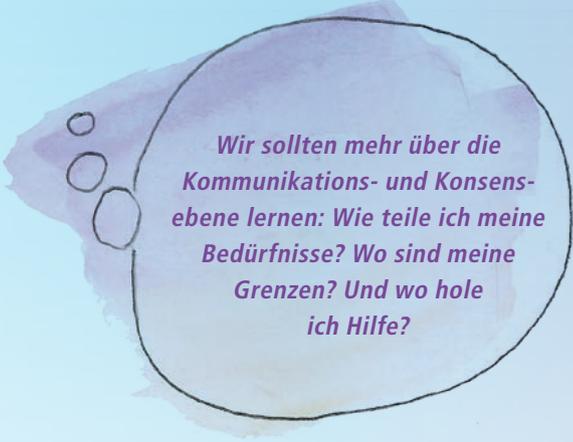
### **Wenn Caspar wirklich Lina ist**

M. Michael Zech

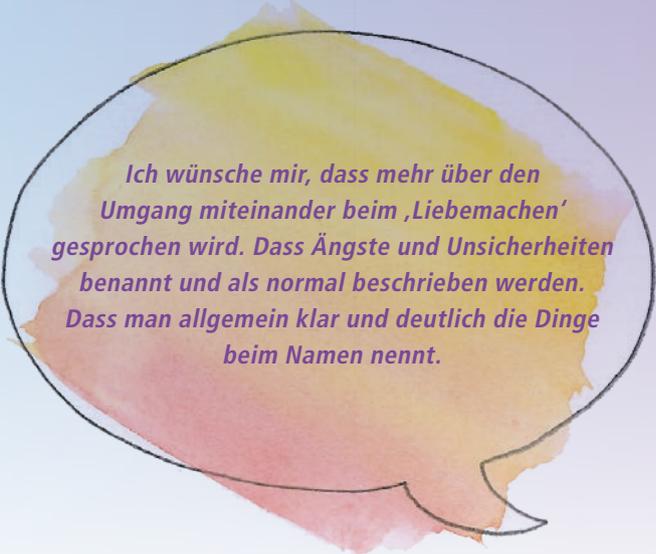
### **Beziehungs- und Sexualpädagogik**

*Ein Überblick von der ersten bis zur zwölften Jahrgangsstufe*

Des Menschen wichtigste Qualität ist unsere Menschlichkeit. Erziehung in der Schule und daheim kann uns helfen, für uns selbst und die Bedürfnisse Anderer achtsam zu werden. Das ist das Anliegen der **beziehungskunst**: den Menschen als geistiges und sexuelles, individuelles und soziales Wesen wahrzunehmen und zur Wirksamkeit in der Welt zu befähigen. In dieser Broschüre finden Sie wertvolle Ansätze für alle Altersgruppen.



*Wir sollten mehr über die Kommunikations- und Konsensebene lernen: Wie teile ich meine Bedürfnisse? Wo sind meine Grenzen? Und wo hole ich Hilfe?*



*Ich wünsche mir, dass mehr über den Umgang miteinander beim ‚Liebemachen‘ gesprochen wird. Dass Ängste und Unsicherheiten benannt und als normal beschrieben werden. Dass man allgemein klar und deutlich die Dinge beim Namen nennt.*