

Ziele der Sexuellen Bildung:

- ❖ aufgeklärtes Verhältnis zum eigenen Körper
- ❖ Vorbereitung auf die Veränderungen in der Pubertät
- ➔ 1. Themenbereich: Vermittlung von Fachwissen

- ❖ Beziehungen eingehen, halten, lösen können
- ❖ Kommunikation, Toleranz, Empathie
- ❖ Verantwortungsvoller Umgang mit sich und dem anderen
- ➔ 2. Themenbereich: Sozialerziehung

- ❖ eigene Gefühle erkennen und benennen und zeigen und ausleben
- ❖ Gefühle anderer respektieren (Grenzen)
- ➔ 3. Themenbereich: Gefühlserziehung

Definition

Sexuelle Gesundheit ist untrennbar mit Gesundheit insgesamt, mit Wohlbefinden und Lebensqualität verbunden.

Sie ist ein Zustand des körperlichen, emotionalen, mentalen und sozialen Wohlbefindens in Bezug auf die Sexualität und nicht nur das Fehlen von Krankheit, Funktionsstörungen oder Gebrechen.

Sexuelle Gesundheit setzt eine positive und respektvolle Haltung zu Sexualität und sexuellen Beziehungen voraus sowie die Möglichkeit, angenehme und sichere sexuelle Erfahrungen zu machen, und zwar frei von Zwang, Diskriminierung und Gewalt. Sexuelle Gesundheit lässt sich nur erlangen und erhalten, wenn die sexuellen Rechte aller Menschen geachtet, geschützt und erfüllt werden.

Es bleibt noch viel zu tun um sicherzustellen, dass Gesundheitspolitik und -praxis dies anerkennen und widerspiegeln.