

Vor allem junge Männer können aus Unsicherheit manchmal ungeschickt sein oder es gehen mit ihnen vor lauter Emotionen die Pferde durch. Manchen fällt es auch schwer, Gefühle zu zeigen, denn bisher war Coolsein und Spontan-Sein in - vor allem unter Jungen.

Also, nehmt Euch Zeit und fällt nicht mit der Tür ins Haus.

Genießt das Langsam-Einander-Näher-Kommen.

Tragt Verantwortung füreinander

Genausowenig wie Hunger gleich Essen bedeutet ist Sexualität gleichzusetzen mit Sex.

Eine gesund gelebte Sexualität hat für alles Raum, was wichtig ist für einen verantwortungsvollen Umgang miteinander: Loslassen, Hingabe und das Ausleben von Phantasien - vor allem aber lebt sie vom gegenseitigen Vertrauen.

Der Mißbrauch von Vertrauen führt immer zu schweren seelischen Verletzungen - kann aber auch andere reelle Gefahren und Krankheiten mit sich bringen, die dann auch den Partner bedrohen können: Geschlechtskrankheiten und AIDS. Aber auch eine nachlässige Verhütung kann ein Paar zu einer ungewollten Schwangerschaft führen, der es sich stellen muß.

Ein paar ausgesuchte Internetadressen

www.loveline.de

www.machsmit.de

www.gib-aids.keine-chance.de

www.trau-dich.de

www.sexundso.de

www.profamilia.sextra.de

www.youth-life-line.de/links.html

www.jiz-muenchen.de/themen/probleme/beratung/tags/newstag/Sex/

www.kinderundjugendarzt-laupheim.de

Let's talk about sex...

"Die Jugend von heute"....

"Die Jugend wird ja immer früher reif" ...

"Das ist doch eine Generation Porno..."



Wie es so häufig mit Vorurteilen ist... es ist oft nichts dran an Vorurteilen, sondern es ist eben ein Vor-Urteil, das über jemanden gefällt wird, wie in diesem Fall über Dich als Jugendlicher.

Erst 2010 hat eine Studie klar gezeigt, daß das durchschnittliche Alter in dem die Jugendlichen heutzutage das erste Mal Sex haben bei 17,6 Jahren liegt.

Also nicht immer früher.

"Spontanität ist cool", aber

Die meisten Jugendlichen haben ihren ersten Geschlechtsverkehr auch mit einem "festen Partner", mit dem sie vorher über Verhütung sprechen. 92% aller Jugendlichen verhüten beim Ersten Mal - in der Mehrzahl der Fälle mit einem Kondom.

8% aller Jugendlichen gaben an, beim Ersten Mal nicht verhütet zu haben. In diesen Fällen hatte sich das Erste Mal "spontan" ergeben, war also nicht geplant. Zwar ist die Anzahl der Jugendlichen-Schwangerschaften in den letzten Jahren deutlich zurückgegangen. Dennoch sind es ca. 7000 Teenager-Geburten im Jahr, ebensoviele Kinder werden von Jugendlichen abgetrieben. Zwei Drittel der befragten Mädchen sehen eine Teenager-Schwangerschaft als eine "Katastrophe" an.

Die Jungen sind da eher etwas unentschlossener und unüberlegter und machen sich hierzu im Vorfeld weniger Gedanken: Hier sind also vor allem die Jungen in der Pflicht, auch ihren Teil der Verantwortung zu übernehmen und gemeinsam für eine sichere Verhütung zu sorgen.

Von wegen Generation Porno!

Ein Fazit ist also, daß die so angebliche "Generation Porno" sehr verantwortungsvoll und aufgeklärt ist, und sich nicht möglichst früh durch unzählige Betten schläft und keine Ahnung von Verhütung hätte.

Ca. 70% der Mädchen und ca. 60 % der Jungen sprechen mit ihren Eltern ausführlich über Verhütung.

Das Verhütungsmittel Nummer 1 ist mit Abstand das Kondom. Bei zunehmender sexueller Aktivität nehmen dann deutlich mehr Mädchen die Pille, die in puncto Verhinderung einer Schwangerschaft um ein Vielfaches sicherer ist als das Kondom.

Das Kondom hingegen schützt vor Geschlechtskrankheiten, die Pille nicht.

Weißt Du, was der Pearl-Index ist?

Der Pearlindex gibt an wie sicher eine Methode vor einer Schwangerschaft schützt. Je kleiner der Pearl-Index, desto sicherer der Schutz. Die Pille hat einen Pearlindex von 0,2-2 - schützt also sehr effektiv, das Kondom hat einen Pearlindex von 2-12 - schützt also im Vergleich sehr viel schlechter. Dies sollten beide bedenken.

Laßt Euch Zeit und schützt Euch gegenseitig

Ein zweites Fazit der Studie ist, daß wohl mehr Jugendliche prahlen und angeben, sie hätten schon ihr Erstes Mal gehabt, als dies tatsächlich der Fall ist. Glaubt ihnen nicht gleich und geht den Prahlern nicht auf den Leim. Überlegt Euch, was wann das Richtige für Euch ist - und mit wem und wie und wo. Und: Wer mit Sex oder seinem Ersten Mal prahlen muß, hat etwas Grundlegendes nicht verstanden, oder doch noch keinen Sex gehabt: Mit Sex muß man nicht angeben. Das ist etwas Intimes zwischen zwei Menschen und das sollte es auch bleiben - auch später, wenn sich Eure Wege wieder trennen sollten.

Wenn ihr in die Zeitung seht oder ins Internet, seht ihr, daß es viele Prominente gibt, die da kein gutes Vorbild abgeben und munter plaudern

wie der Sex mit dieser oder jenem war... und daß seine Frau nichts gewußt hat... das ist armseelig und respektlos.

Geht respektvoll miteinander um

Nein zu sagen, wenn man etwas nicht, oder noch nicht, oder so nicht möchte, ist kein Zeichen von Schwäche, sondern ist das Gegenteil: Ausdruck eigener Stärke.

Ein Freund bzw. eine Freundin, der es wirklich wert ist, wird Verständnis dafür haben, wenn Du noch warten möchtest.

Akzeptiert, wenn der eine mit der Geschwindigkeit des anderen nicht mithalten kann.

Redet den Sex nicht klein, nach dem Motto:

"Ach komm, das machen doch alle..da ist doch nichts dabei..."

Wenn Dich jemand zum Sex überreden will, dann solltest du lieber die Finger von ihm lassen. Das ist manchmal nicht einfach, weil ihr den anderen vielleicht sehr mögt. Es gehört aber zum gegenseitigen Respekt und Vertrauen, daß man den andern nicht zu etwas bringt, das er vielleicht (noch) nicht möchte, zu dem er noch nicht bereit ist... wenn ihr jemandem zum Sex überredet, ist es nicht das selbe, als wenn ihr euch beide dazu verabredet und darauf vorbereitet...wie auf ein gutes gemeinsames Essen.... Ihr verletzt ihn vielleicht sehr.

Vom ich und vom DU

In der Liebe steht das Ich hinten an und das Du steht ganz vorne. Wenn ihr jemanden wirklich liebt, wollt ihr, daß er glücklich ist und nicht, daß ihr zu dem kommt, was ihr jetzt meint zu brauchen.

Sex ist kein Fast Food

Manche sagen, Sex ist wie ein schönes gemeinsames Essen: Man plant es, bereitet es gemeinsam vor, überlegt wann und wo, macht sich vielleicht auch Gedanken um die Dekoration, so steigt die Vorfreude - und ein solches Essen wird dann auch nicht heruntergeschlungen, sondern man läßt sich Zeit und genießt es.