AIDS HILFE

SEXUELLE GESUNDHEIT

mit Schwerpunkt auf sexuell übertragbare Krankheiten

ein Manual zur pädagogischen Arbeit mit Jugendlichen mit Migrationsbiografie und/oder Fluchterfahrung

Dieses Manual konnte Dank einer Förderung durch den Fonds Gesundes Österreich und in Zusammenarbeit mit dem Institut für Frauen- und Männergesundheit/ FEM Süd und MEN im Rahmen des Projekts „Sexual Health Matters" erstellt werden.

IMPRESSUM: © AIDS HILFE WIEN 2020

Projektleitung und Redaktion: Eva Cziegler-Romar (AHW)
Inhaltliche Mitarbeit: Greta Carlin (Med Uni Wien),
Umyma El-Jelede (FEM Süd), Katja Grafl (AWH),
Karin Korn (FEM Süd), Christof Moser (MEN),
Salva Wagner (FEM Süd)

Illustrationen: Luiz Lehner
Layout: Katja Grafl (AHW)

Inhalt

VORWORT 4
REFLEXION DER EIGENEN HALTUNG 6
KÖRPERWISSEN 8
- PUBERTÄT UND KÖRPERBILD 8
- ÄUSSERE GESCHLECHTSORGANE: VULVA, PENIS, HODENSACK 12
- INNERE GESCHLECHTSORGANE 16
- HYMEN 21
- EXKURS BESCHNEIDUNG VULVA (FGM/C) 23
- EXKURS BESCHNEIDUNG PENIS 25

REPRODUKTIVE GESUNDHEIT 27
- SEXUELLE RECHTE 27
- SEXUALITÄT UND GESCHLECHTSVERKEHR 27
- BEFRUCHTUNG UND SCHWANGERSCHAFT 28
- SCHUTZ- UND VERHÜTUNGSMETHODEN 29
- VERHÜTUNGSPANNEN UND UNGEWOLLTE SCHWANGERSCHAFT 36

SEXUELLE GESUNDHEIT 39
- STDs (SEXUALLY TRANSMITTED DISEASES) 39
- HIV UND AIDS 40
- ZUGANG GESUNDHEITSSYSTEM IN ÖSTERREICH 47
- VORBEREITUNG AUF GESPRÄCH MIT ÄRZT*INNEN 49

GENDER 51
- UNTERSCHEIDUNG BEGRIFFLICHKEITEN 51
- HINTERFRAGEN VON GENDERNORMEN 53

BEZIEHUNGEN 55
- KOMMUNIKATIONS- UND ENTSCHEIDUNGSFINDUNGSKOMPETENZEN 55

MEDIEN 59
- PORNOGRAFISCHE DARSTELLUNGEN 59
- SENSIBILISIERUNG FÜR MÖGLICHE RISIKEN 59

ÜBERSETZUNGEN IN 14 SPRACHEN 63
GLOSSAR 84
QUELLENVERZEICHNIS 87

Vorwort

Dieses Manual für Multiplikator*innen, die mit Jugendlichen mit Migrationsbiografie und/oder Fluchterfahrung arbeiten, entstand im Rahmen des Projekts „Sexual Health Matters!", gefördert durch den Fonds Gesundes Österreich. Die Zielsetzung des Projekts war, eine nachhaltige Steigerung der sexuellen Gesundheit bzw. Gesundheitskompetenz junger Migrant*innen und Flüchtlinge[1] unter Berücksichtigung ihrer individuellen Lebenswelten zu bewirken. Im Rahmen des Projekts fanden zahlreiche 3-stündige Workshops zum Thema sexuelle Gesundheit mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen aus der genannten Zielgruppe statt. Darüber hinaus wurden Multiplikator*innen und migrantische Gesundheitslots*innen hinsichtlich der Vermittlung sexueller Gesundheitsthemen geschult. Da im Zuge der Workshops ein stetiger Bedarf an praxisnahen und kultursensiblen Methoden zur Vermittlung dieser Inhalte festgestellt wurde, entstand das vorliegende Manual als informative und methodische Unterstützung für Multiplikator*innen. Durch den strukturierten Aufbau ist das Manual für die Arbeit mit unterschiedlichen Zielgruppen geeignet. Neben grundlegenden Informationen, werden auch optional einsetzbare Materialien zum Thema sexuelle Gesundheit sowie anatomisches Bildmaterial in mehreren Sprachen zur Verfügung gestellt. Die Auswahl der Sprachen zur Übersetzung des Bildmaterials im Anhang wurde vorrangig anhand personeller Kompetenzen getroffen und stellt keine Priorisierung einzelner Sprachen dar. Es wurde ein Fokus auf das Thema „Sexuell übertragbare Krankheiten"[2] gelegt, daher sind diese Kapitel detaillierter ausgeführt.

Der Inhalt des Manuals basiert auf dem Umstand, dass sexuelle Gesundheit ein Menschenrecht darstellt: Laut WHO Definition ist sexuelle Gesundheit „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." (WHO/Europa 2011) Sexuelle Gesundheit beinhaltet unterschiedlichste Dimensionen und ist ein Teilaspekt von Gesundheit im Allgemeinen. Obwohl sie meist im Kontext von Fortpflanzung und der Prävention von Erkrankungen gesehen wird, umfasst sexuelle Gesundheit auch das soziale, emotionale und psychische Wohlbefinden. Ein weiterer wichtiger Aspekt bei sexueller Gesundheit ist die Entscheidungsfreiheit (ob, bzw. welche sexuellen Erfahrungen gemacht werden). Alle Menschen haben ein Recht auf Information zu sexueller Gesundheit, um freie Entscheidungen hinsichtlich ihrer Sexualität treffen zu können und haben das Recht auf sexuelle Gesundheitsvorsorge. (Vgl. IPPF 2008, 11)

1 Im Rahmen des Projekts wurden vorwiegend Jugendliche aus Ländern Zentral- und Nordafrikas, des mittleren und nahen Ostens sowie aus dem Balkangebiet erreicht.
2 Wir verwenden in diesem Manual den Sammelbegriff sexuell übertragbare Krankheiten, um die Verständlichkeit zu erleichtern. Im medizinischen Kontext wird zwischen sexuell übertragbaren Krankheiten (STDs) und sexuell übertragbaren Infektionen (STIs) unterschieden. STDs bezeichnen dabei durch STIs ausgelöste Erkrankungen.

"Sexualität ist grundlegend und identitätsstiftend für alle Menschen. Wenn grundlegende Funktionen von Sexualität, wie Kommunikation, Beziehungsgestaltung und Selbstausdruck, nicht mehr funktionieren und wesentliche Teile der eigenen Persönlichkeit nicht ausgedrückt werden können, kann das für die Identität einer Person destabilisierende Folgen haben." (Hochschule Merseburg 2019, 20) Umso wichtiger ist daher ein möglichst frühzeitiges Ansetzen bei der Aufklärung über sexuelle Rechte, Vermittlung von Körperwissen und Wissen über Verhütungsmethoden für einen selbstbestimmten Umgang.

Der Aids Hilfe Wien ist die Darstellung von Geschlechtervielfalt ein Anliegen, daher versucht dieses Manual nicht von einer BINÄREN Geschlechtsidentität[3] auszugehen und bietet eine benutzer*innenfreundliche Unterstützung bei der Erarbeitung von sexuellen Gesundheitsthemen.

Der Aufbau gliedert sich in folgende Kapitel:

- → Kapitel 1: Basiswissen zum Körper und zur Entwicklung der Geschlechtsorgane, Exkurs zu Beschneidung von Vulva und Penis.
- → Kapitel 2: Sexuelle Rechte, Sexualität und Formen von Geschlechtsverkehr, Reproduktion inklusive einer Beispielmethode zur Menstruation, Überblick über Schutz- und Verhütungsmethoden, Umgang mit Verhütungspannen und Möglichkeiten beim Eintritt ungewollter Schwangerschaft.
- → Kapitel 3: Sexuelle Gesundheit mit Informationen zu sexuell übertragbaren Krankheiten, Zugang zum österreichischen Gesundheitssystem, Vorbereitung und Checkliste für den Besuch bei Ärzt*innen.
- → Kapitel 4: Erklärung der unterschiedlichen Begrifflichkeiten zur sexuellen Identität und eine Beispielmethode für die praktische Arbeit.
- → Kapitel 5: Wissen über Kommunikationstechniken in zwischenmenschlichen Beziehungen und mögliche Schritte zur Entscheidungsfindung.
- → Kapitel 6: Pornografische Darstellungen als Herausforderung für Jugendliche im Umgang mit neuen Medien. Sensibilisierung für mögliche Risiken, die im Internet vorkommen können und eine Beispielmethode für die praktische Arbeit.

Am Ende des Manuals werden IM GLOSSAR UNTERSCHIEDLICHE BEGRIFFLICHKEITEN erklärt. Medizinische Bezeichnungen werden bei den Beschreibungen der Geschlechtsorgane in Klammern geschrieben. Die bunten Kreise mit Seitenzahlen verweisen auf das dazugehörige Bildmaterial. **Wir wünschen viel Freude beim Lesen und bei der praktischen Umsetzung der Inhalte!**

3 BINÄRE Geschlechtsidentität bedeutet eine ausschließlich männliche und weibliche Sichtweise von Geschlechtsidentität.

Reflexion der eigenen Haltung

Jugendliche mit Migrations- und Fluchterfahrungen können traumatisierende Kriegs- und Fluchterlebnisse durchgemacht haben und bereits (sexualisierter) Gewalt ausgesetzt gewesen sein. Sie zählen somit zu einer besonders vulnerablen Gruppe. Wenn es zudem in den Herkunftsländern keinen institutionalisierten Rahmen für sexuelle Gesundheit gibt oder das Thema Sexualität tabuisiert wird, ist die Förderung ihrer Gesundheitskompetenzen umso wichtiger. Ein „empowernder" Ansatz an den Ressourcen der Jugendlichen kann Ausgangspunkt für die weitere Arbeit sein, da sie es bspw. geschafft haben die Herausforderungen einer Flucht zu bewältigen. Fachkräfte, die mit dieser Zielgruppe arbeiten, benötigen Kompetenzen der Reflexion der eigenen sexualpädagogischen und interkulturellen Grundhaltung. (Vgl. Hochschule Merseburg 2019, 9f, 12)

Bei der Arbeit mit der Zielgruppe ist erforderlich sich mit den eigenen Haltungen hinsichtlich Religion, Diversität, Kultur und Geschlecht auseinandersetzen, damit man diese eigenen Haltungen nicht unbewusst anderen Menschen aufoktroyiert. Anforderungen an Multiplikator*innen können daher sein:

- → Reflexion der eigenen Einstellungen zu Themen wie bspw. Jungfräulichkeit, Enthaltsamkeit, Selbstbefriedigung sowie Hinterfragen der eigenen Vorurteile.
- → Offenheit und Toleranz gegenüber Menschen mit unterschiedlichen Weltanschauungen, Religionen und kulturellen Hintergründen.
- → Neugier in Bezug auf Diversität und andere Lebensrealitäten, im Sinne des voneinander Lernens. Dies bietet wiederum die Möglichkeit eigene Vorurteile zu überdenken und sich mit diesen auseinanderzusetzen.

Weitere Richtlinien für Beratungen zu den Themen sexueller Gesundheit können die Gesetzeslagen des jeweiligen Landes (in diesem Fall die österreichische Gesetzgebung) bieten. Wenn bspw. gefragt wird ob es sich bei Abtreibung um Mord handelt (was nach wie vor in vielen Ländern als solcher angesehen wird), kann man sich auf die Fristenregelung in Österreich berufen. Dennoch sollte thematisiert werden, dass eine solche Entscheidung betroffene Personen vor unterschiedliche Herausforderungen (kulturell, finanziell, emotional, körperlich, sozial, usw.) stellt. Und es sollte mitbedacht werden, dass trotz klarer Gesetzeslage andere Sichtweisen vertreten werden (können), die in Hinblick auf sexuelle Rechte problematisch sein können. Zentral ist, dass keine Vorverurteilungen vermittelt werden.

Nachdem vorab die eigenen Haltungen und Zugänge reflektiert wurden, sollten Themen die einem persönlich widerstreben oder unangenehm sind, möglichst nicht bearbeitet werden, um eine Übertragung dieser Emotionen auf Jugendliche zu vermeiden. Bei Fragestellungen, die man aufgrund von fehlendem Wissen oder Kompetenzen nicht beantworten kann, sollte versucht werden, interne oder externe Unterstützung hinzuzuziehen, um keine Fehlinformationen zu verbreiten.

Eine Basis für die Arbeit mit Jugendlichen aus der Zielgruppe kann das theoretische Konzept der Intersektionalität darstellen. „Intersektionalität ist eine Betrachtungsweise, mit deren Hilfe das Zusammenspiel von verschiedenen Unterdrückungskategorien (insbesondere Geschlechterverhältnis, Klassenverhältnis und Rassismus) in einer Person analysiert werden kann." (Ebd., 12)

Diesem Konzept zugrunde liegt die Annahme, dass bei Menschen, die Mehrfach- Diskriminierungserfahrungen machen (etwa bspw. aufgrund von ethnischer Zugehörigkeit und sozialem Geschlecht) diese Diskriminierungserfahrungen miteinander verwoben sind. Hierfür braucht es mehrdimensionale Lösungsmöglichkeiten für mehrdimensionale Identitäten. In der Arbeit mit Gruppen muss daher einerseits herausgefunden werden, worin der Bedarf einer jeweiligen Gruppe besteht und die Gruppe dort abgeholt werden, wo sie ist. Andererseits sollte generell der Frage nachgegangen werden, was Sexualität überhaupt umfasst. (Vgl. ebd.,12f) Es kommt also sowohl darauf an, welche Themen inhaltlich in Bezug auf Sexualität erarbeitet werden, als auch in welchem Rahmen/Setting diese besprochen werden (z.Bsp.: Jugendzentren sind atmosphärisch anders als Besprechungen über Sexualität im schulischen Kontext. Im Setting Jugendzentrum kann es schwieriger sein, Mädchen* dazu zu bewegen sich einzubringen aufgrund vorherrschender Geschlechterverhältnisse).

„Diskriminierungssensible Pädagogik setzt immer eine diskriminierungssensible Haltung voraus." (Ebd., 13) Ohne sich dessen bewusst zu sein, kann es passieren, dass man Menschen (bspw. mit Fluchterfahrung) verschiedenste Eigenschaften zuschreibt. Diese Projektion namens „Othering" (anders gemacht werden) zu hinterfragen, stellt einen wichtigen Bestandteil der kritischen Selbstreflexion dar. Die Reflexion der eigenen Haltung, ein sich Hineinversetzen in andere Menschen und Empathie, sind für Multiplikator*innen unerlässlich und stellen die Basis für die Arbeit mit den Jugendlichen aus der Zielgruppe dar. (Vgl. ebd., 13-15) Sexuelle Gesundheitsförderung sollte hierbei keinen normierenden Charakter annehmen, wodurch das Wertesystem der Zielgruppe als unzureichend dargestellt wird, sondern muss sich an den Bedürfnissen der jeweiligen Personen orientieren. Widerstände können durch eine transparente Gestaltung des Angebots und auf Freiwilligkeit basierendem Zugang bearbeitet und aufgelöst werden. (Vgl. ebd., 18f) Die Informationen für die Zielgruppe müssen so gestaltet sein, dass sie Grenzen nicht verletzen, wobei die Verwendung von traumasensitiver Sprache eine wichtige Rolle spielt. Beim Sprechen über vermeintlich traumarelevante Themen muss auf die Reaktionen der Jugendlichen geachtet werden. Um eine Retraumatisierung zu vermeiden, ist es essenziell, eine sichere, gewaltfreie Atmosphäre zu schaffen sowie transparent vorzugehen (bspw. in Form von klaren Regeln, Absprachen und Zeitstrukturen). (Vgl. Zito/Martin 2016, 56, 70)

Übersetzung S. 10

Pubertät und Körperbild

Das Sprechen über Sexualität setzt Körperwissen voraus. Dieses ist die Basis für Wissensaneignung über Verhütung von sexuell übertragbaren Krankheiten und für sexuelle Gesundheit im Allgemeinen. Wissen über den eigenen Körper kann dabei helfen, ein positives Körperbild zu entwickeln. Aber nicht nur das Wissen und Benennen von Körperteilen allein ist hier wichtig, sondern auch seinen Körper wahrzunehmen und eine Sprache zu finden, um über beide Aspekte sprechen zu können.

In der Pubertät werden durch die Sexualhormone (Androgene, Östrogene, Gestagene usw.) körperliche Veränderungen ausgelöst. Der Beginn der Pubertät ist von Mensch zu Mensch verschieden. Die Hormonausschüttung wird beeinflusst von mehreren Faktoren, wie bspw. der Ernährung und läuft nicht gleichzeitig ab. Die Dauer der Pubertät ist unterschiedlich und wirkt sich bei jedem Körper individuell aus. Je nachdem wie die Verteilung der Sexualhormone bei einem Menschen ist, kann es zu unterschiedlichen körperlichen Entwicklungen kommen. (Vgl. BMASGK, 2020f)

Beispiele für solche körperlichen Veränderungen sind:

→ Wachstum der Brust
→ Wachstum von Körperbehaarung an unterschiedlichen Stellen (Gesicht, Körper, Intimbereich)
→ Veränderung der Körperform
→ Veränderung der Stimme (=Stimmbruch)
→ Beginn Hodenwachstum und Spermienproduktion
→ Einsetzen der Regelblutung (Menstruation)
→ Änderung des Körpergeruchs
→ Gereiztheit, Müdigkeit und auch Hautprobleme (Akne) können durch Änderungen im Hormonhaushalt Begleiterscheinungen sein (Vgl. BZgA 2018)

Zusätzlich zu körperlichen Veränderungen finden auch emotionale Veränderungen und Schwankungen statt. Für Jugendliche stellt der sich verändernde Körper und die Akzeptanz dessen eine herausfordernde Zeit dar. Es findet ein Übergang auf mehreren Ebenen (intellektuell, psychisch, körperlich, usw.) von einem Kind zu einem Erwachsenen statt und dieser Übergang ist eine prägende Zeit für die Zukunft des jeweiligen Menschen.

S. 9

Durch die Sexualhormone kommt es in der Pubertät auch zu **unterschiedlichen Ausprägungen der Geschlechtsmerkmale**, die von Mensch zu Mensch sehr verschieden aussehen können. Es gibt Menschen, die eine Variation in der körperlichen Geschlechtsentwicklung aufweisen. Eine von 2.000 Personen ist INTERGESCHLECHTLICH und weist Variationen der männlichen und weiblichen Geschlechtsmerkmale auf.

Unterschiedliche Ausprägungen der Geschlechtsmerkmale

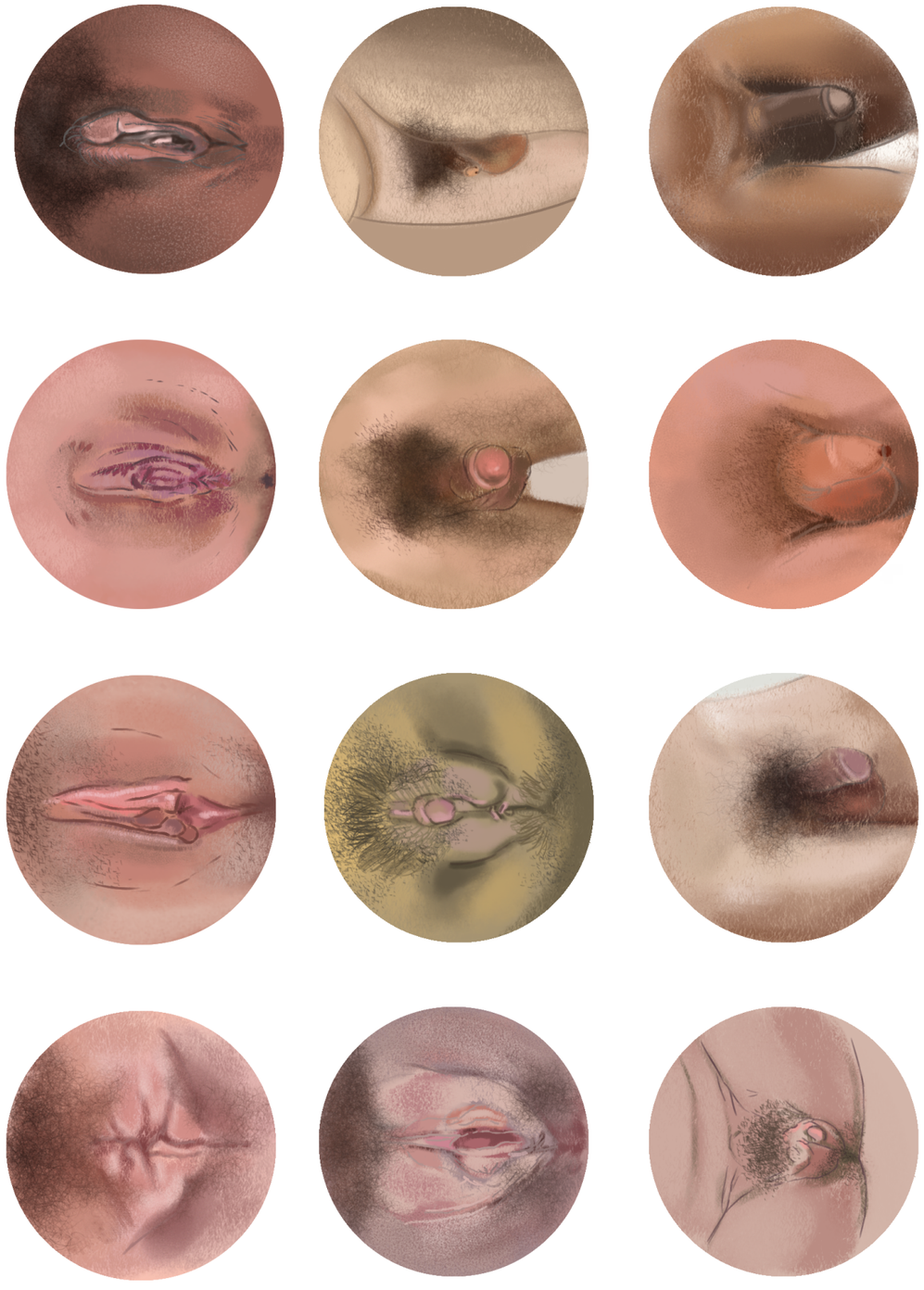


Illustration: Luiz Lehner

Geschlechtsorgane können sehr unterschiedlich aussehen.

Englisch	Genitals can look very different.
Spanisch	Los genitales pueden parecer muy diferentes.
Französisch	Les parties génitales peuvent avoir une apparence très différente.
Portugiesisch	Os órgãos genitais podem parecer muito diferentes.
Bosnisch	spolni organi mogu da izgledaju veoma različito.
Kroatisch	spolni organi mogu da izgledaju veoma različito.
Serbisch	полни органи могу да изгледају веома различито.
Bulgarisch	половите органи могат да изглеждат много различно.
Rumänisch	Organele sexuale pot arăta foarte diferit.
Italienisch	I genitali possono essere molto differenti.
Türkisch	Cinsel organlar birbirinden farklı olabilir.
Arabisch	الأعضاء التناسلية يمكن أن تبدو مختلفة جدا
Farsi	اندامهای جنسی می توانند بسیار متفاوت به نظر برسند

Um Vielfalt darstellen zu können und das Thema mit Jugendlichen zu besprechen, finden sich auf Seite 9 Abbildungen, durch die gezeigt wird, dass die geschlechtliche Entwicklung nicht nur BINÄR verläuft. Dies wurde lange Zeit fälschlicherweise angenommen. (Vgl. Magistrat der Stadt Wien 2019) Die Grafiken (auf Seite 9) stellen Beispielbilder von Geschlechtsorganen dar und veranschaulichen, dass es unterschiedliche geschlechtliche Formen gibt. Auch kann die Intimbehaarung unterschiedlich ausgeprägt sein und die Haut ist von Mensch zu Mensch unterschiedlich pigmentiert. Bei den Darstellungen handelt es sich um Abbildungen von erwachsenen Geschlechtsorganen.

Wie beschrieben, ändert sich die körperliche Erscheinungsform eines jungen Menschen in der Pubertät durch die Sexualhormone sehr stark. Da jedoch durch Medien bzw. soziales und/oder kulturelles Umfeld oftmals idealtypisches Aussehen und Verhalten normativ propagiert werden, ist es umso wichtiger ein gesundes, positives Körperbild zu entwickeln und gesellschaftliche Vorstellungen diesbezüglich zu hinterfragen. Jugendliche sollten darin gestärkt werden, sich und ihren Körper zu akzeptieren. (Vgl. Gesundheitsförderung Schweiz 2016, 1ff)

Ebenso ist wichtig sie darin zu bestärken Grenzen zu setzen, wenn sich etwas (bspw. Berührungen, Blicke) unangenehm anfühlt. So können Jugendliche lernen diese Grenzen zu kommunizieren, aufzuzeigen und somit diese nach außen sichtbar machen. In diesem Zusammenhang kann vermittelt werden, dass die Art wie sich jemand kleidet nichts darüber aussagt, welche Art von Liebes- und Sexualleben eine Person hat. Es kann auch dafür sensibilisiert werden die Grenzen anderer zu wahren und zu respektieren und die eigene sexuelle Identität als etwas Persönliches anzuerkennen.

Den eigenen Körper lieben zu lernen trägt zum psychischen Wohlbefinden bei. Dabei kann auch Selbstbefriedigung ein Weg sein den eigenen Körper kennen zu lernen. Durch Streicheln unterschiedlicher lustbesetzter Körperzonen kann herausgefunden werden, was man gerne mag und was einem Spaß macht. Auch als Entspannungsmethode kann Selbstbefriedigung angewendet werden. Selbstbefriedigung ist nicht gesundheitsschädlich und in Österreich rechtlich nicht verboten. In diesem Zusammenhang kann ein Spannungsfeld für die Jugendlichen hinsichtlich religiöser/kultureller Normen und Werte und gesetzlicher Rahmenbedingungen entstehen, da Selbstbefriedigung in manchen Kulturen, Religionen und Ländern verboten/untersagt ist. (Vgl. Institut für Frauen-und Männergesundheit 2016b, 8)

Übersetzungen
S. 64-67

Äußere Geschlechtsorgane: Vulva, Penis, Hodensack

Je nachdem wie die Sexualhormone bei einem Menschen verteilt sind, entwickeln sich unterschiedliche körperliche Geschlechtsmerkmale in verschiedener Ausprägung (ausgehend davon welche biologischen Anlagen bereits vorhanden sind).

S. 13

Die **Vulva** umfasst äußerlich die primären weiblichen Geschlechtsorgane. Sie ist meist von Intimhaaren bedeckt. Sie besteht aus den Venuslippen, dem Venushügel, dem Scheideneingang und der **Klitoris**.

S. 14

→ Die Venuslippen haben eine Schutzfunktion des Scheideneingangs inne.
→ Der Kitzler (Klitorisspitze) ist sehr lustempfindlich bei Berührung. Dieser kleine, äußerlich sichtbare Teil der Klitoris ist meistens so groß wie eine Erbse. (Vgl. BZgA 2009) Die gesamte Klitoris erstreckt sich unter der Haut „nicht sichtbar, nahezu um den gesamten Scheideneingang (sog. Klitorisschwellkörper und -schenkel)." (BMWfJ, 12)
→ Bei der Harnröhrenöffnung entfließt der Urin.
→ Beim Eingang der Scheide (Vagina) entfließen das Menstruationsblut und der Ausfluss. Bei einer vaginalen Geburt wird der Säugling durch den Scheidenkanal und den Scheideneingang geboren.
→ Um das Scheidenhäutchen (Hymen) ranken sich viele Mythen, auf diese wird gesondert auf Seite 21 eingegangen. (Vgl. BZgA 2009)

S. 15

Ein **Penis** wird steif, wenn Blut in die Schwellkörper fließt. Die Vorhaut des Penis lässt sich, sofern der Penis unbeschnitten ist (näheres dazu auf Seite 25), zurückschieben und sollte täglich gesäubert werden, da sonst ein unangenehmer Geruch (Smegma) entstehen kann. Hygiene ist wichtig, um die Übertragung von Krankheiten zu vermeiden. Der Penis kann folgende Funktionen haben:

→ Urin ablassen.
→ Ejakulat mit/ohne Samenzellen (Spermien) beim Samenerguss (Ejakulation).

Ein steifer Penis ist für die Ejakulation Voraussetzung. Dies kann bei sexueller Erregung passieren oder nach dem Aufwachen morgens sowie nachts im Schlaf. Vor dem Samenerguss kann ein Tropfen aus dem Penis kommen. Dieser heißt Lusttropfen und kann auch zu einer Schwangerschaft führen. Die Spermien können nicht aufgebraucht werden, da sie sich ständig neu bilden. Die Spitze des Penis heißt Eichel und ist - wie die Klitoris - für die Lust wichtig. (Vgl. BZgA 2009)

S. 20

In den **Hoden** werden die Spermien gebildet. (Vgl. BZgA 2009) Es gibt Menschen mit zwei Hoden, manche haben jedoch einen oder, in seltenen Fällen, sogar mehrere Hoden. (Vgl. Ärztezeitung 2019)

Vulva (Deutsch | Englisch)

Die Vulva kann von Mensch zu Mensch unterschiedlich aussehen.
Dies ist ein Beispielbild einer Vulva, wenn die Venuslippen geöffnet sind.

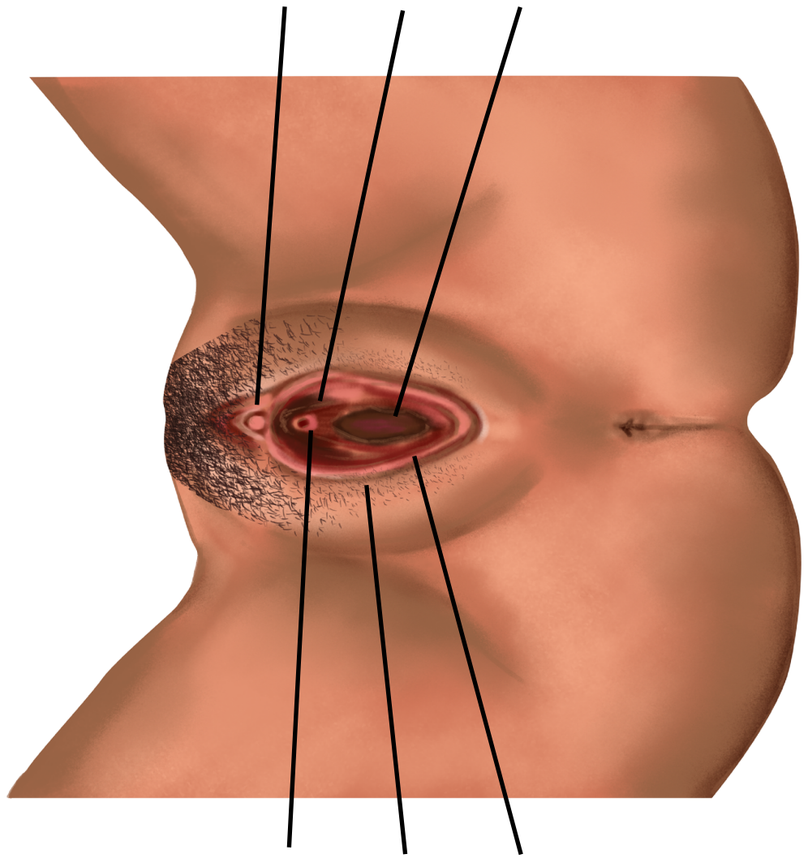


Illustration: Luiz Lehner

Übersetzungen S. 68–71

Klitoris (Deutsch) | **Clitoris** (Englisch)

Der innenliegende Anteil der Klitoris verläuft unter der Haut. Die Klitoris ist mit Nervenendungen ausgestattet und daher besonders empfänglich für sexuelle Stimulation.

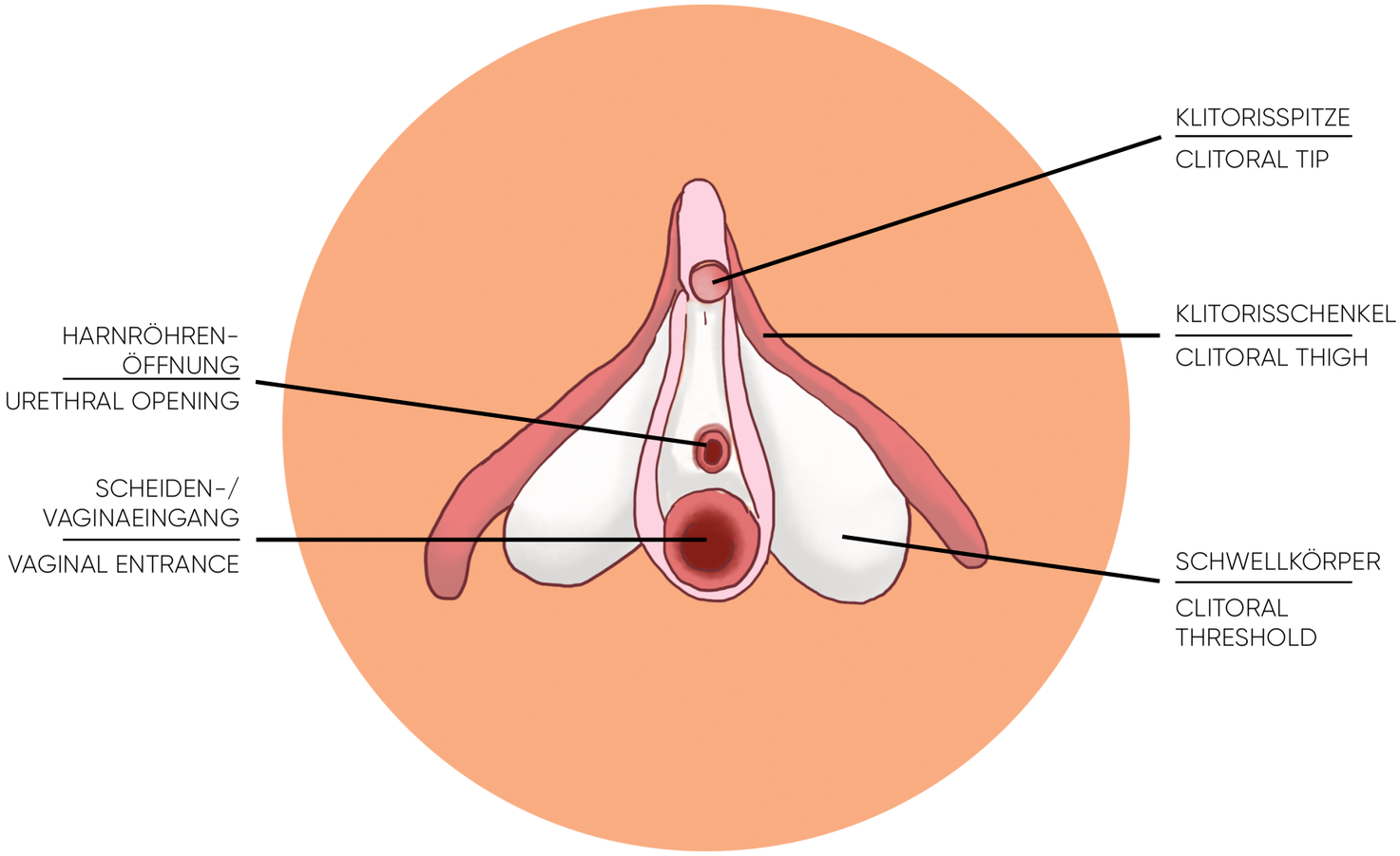
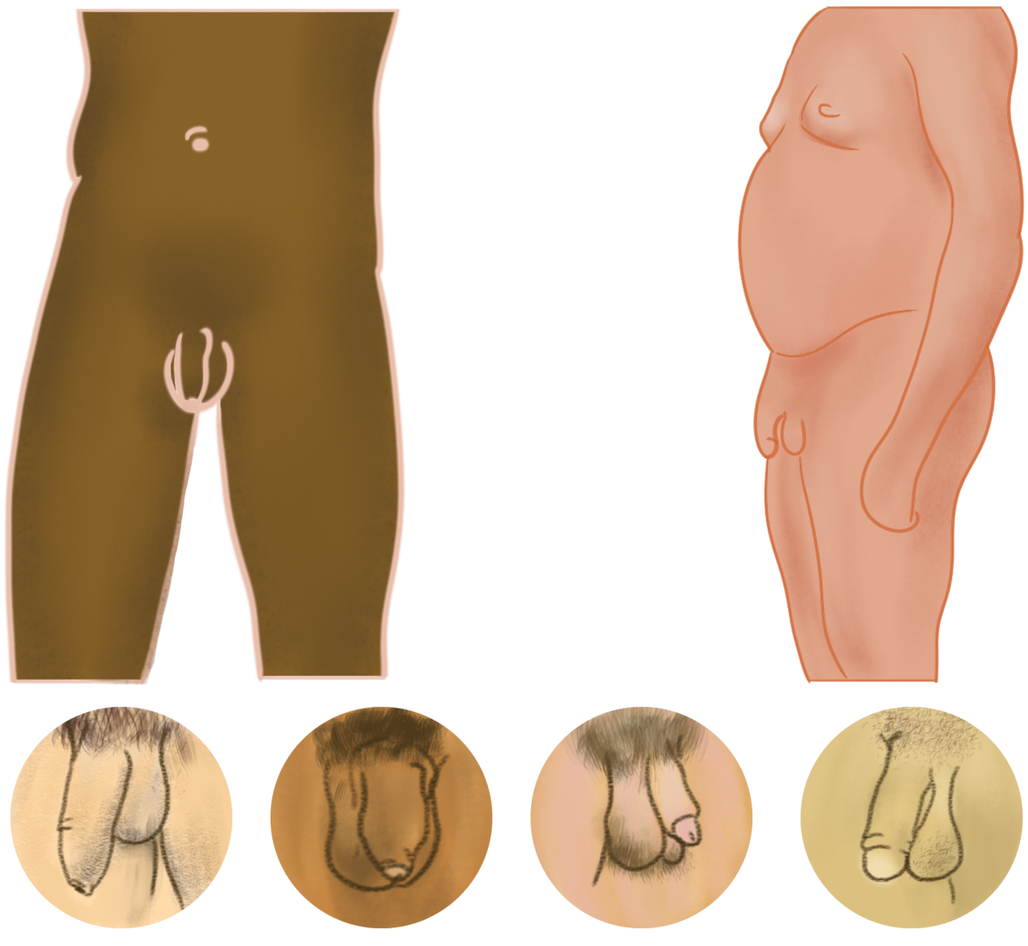


Illustration: Luiz Lehner

Unterschiedliche Penisformen

Dies ist ein Beispielbild eines Penis. Penisse können unterschiedlich aussehen und unterschiedlich lang, breit, dick, dünn oder gekrümmt sein.



Englisch	penis
Spanisch	pene
Französisch	pénis
Portugiesisch	pênis
Bosnisch	penis
Kroatisch	penis
Serbisch	пенис
Bulgarisch	пенис
Rumänisch	penis
Italienisch	pene
Türkisch	penis
Arabisch	القضيب
Farsi	آلت تناسلی مرد

Illustration: Luiz Lehner

Übersetzungen
S. 72–75

Innere Geschlechtsorgane

S. 20

In den **Nebenhoden** werden ab der Pubertät die Samenzellen gebildet, welche zu Spermien heranreifen. Dies entspricht der Geschlechtsreife. So kann beim heterosexuellen Geschlechtsverkehr mit einer fruchtbaren, biologischen Frau* eine Schwangerschaft eintreten. Die Samenzellen wandern von den Nebenhoden durch den Samenleiter in die Prostata. Die Samenzellen vermischen sich während dieser Wanderung mit Flüssigkeit aus unterschiedlichen Drüsen (dadurch entsteht das Sperma) und gelangen durch die Harnsamenröhre in den Penis. (Vgl. BZgA 2009) Die in den Nebenhoden produzierten Spermien können in der Nacht zu einem unwillentlichen Samenerguss führen. Dies passiert, wenn der Platz in den Nebenhoden zu voll wird. Der Vorgang ist weder gesundheitsschädigend noch bedenklich. (Vgl. Bmfj 2017, 24) In der Scheide können die Spermien bis zu 7 Tage überleben, außerhalb des Körpers ist ihre Überlebensdauer wesentlich kürzer.

S. 17

Funktionen von **inneren weiblichen Geschlechtsorganen** können sein:

- → Die Scheide (Vagina) ist ein ca. 10 cm langer, dehnbarer Schlauch. Die Dehnbarkeit ist wichtig für die Geburt und für den Geschlechtsverkehr. Die Scheide besteht aus Muskel- und Bindegewebe.
- → In der Gebärmutter (Uterus) wächst während einer Schwangerschaft ein EMBRYO heran.
- → Die Eileiter (Tuben) verbinden die Eierstöcke mit der Gebärmutter.
- → Die Eierstöcke (Ovarien) bilden Hormone und befruchtungsfähige Eizellen. In den Eierstöcken reift in der Regel ein Mal im Monat eine Eizelle[4] heran, die beim Eisprung in den Eileiter gelangt und weiter in die Gebärmutter wandert. Die Menge an Eizellen, welche eine Frau* in sich trägt ist von Geburt an festgelegt und somit begrenzt (im Unterschied zum Mann* dessen Samenzellen sich ständig neu nachbilden können). (Vgl. BMASGK 2020c)

S. 30

Wenn die Eizelle nicht befruchtet wird, kommt es zur Abstoßung der Gebärmutterschleimhaut. Das Intervall, in dem das passiert, nennt sich **Zyklus**. Ein Zyklus bezeichnet den Zeitraum vom ersten Tag der Regelblutung bis zum letzten Tag vor der nächsten Regelblutung. Die Dauer des Zyklus (ca. 25–35 Tage) als auch die Dauer der Regelblutung sind von Mensch zu Mensch unterschiedlich. Die Regelblutung stellt einen völlig natürlichen Vorgang im Körper dar und ist nichts Schmutziges. Es gibt hierbei unterschiedliche kulturelle Bedeutungen. In manchen Kulturen werden Frauen* beschenkt beim Einsetzen der ersten Regelblutung (etwa in Japan). In anderen Kulturen wird nicht über die Regelblutung gesprochen oder die Frau* in dieser Zeit als unrein angesehen. (Vgl. BZgA 2009) Umso mehr Bedeutung hat, dass in diesem Zusammenhang die Regelblutung als ein natürlicher körperlicher Vorgang enttabuisiert wird. Körperliche Schmerzen und Stimmungsschwankungen sind in dieser Phase

4 Es kommt pro Zyklus in der Regel zur Freisetzung einer Eizelle, die die besten Eigenschaften zur Befruchtung hat und diese wird auf dem Weg durch den Eileiter geschickt. Die Eierstöcke wechseln sich dabei ab.

Innere weibliche Geschlechtsorgane (Deutsch) | **female internal genitals** (Englisch)

Die inneren weiblichen Geschlechtsorgane sind folgendermaßen beschaffen und sehen meistens so aus:

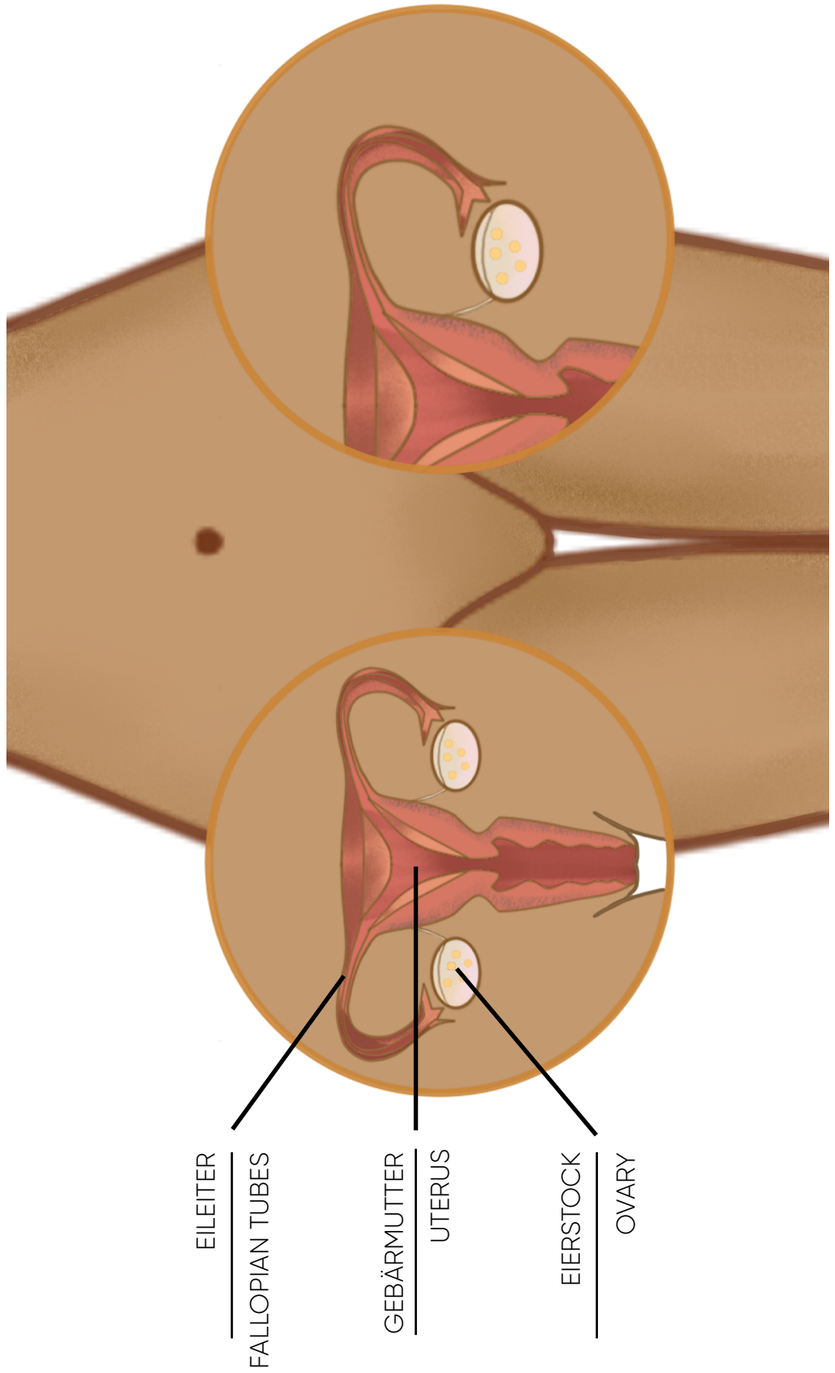


Illustration: Luiz Lehner

möglich. Falls sie zu heftig ausfallen, die Regelblutung länger als sieben Tage dauert oder die Regelblutung mehr als drei Monate ausbleibt, sollte mit Ärzt*innen darüber gesprochen werden. Auch ist es möglich, während der Regelblutung Geschlechtsverkehr zu haben, wenn man das möchte. Dieser ist nicht gesundheitsschädlich. Bei ungeschütztem Geschlechtsverkehr während der Regelblutung ist eine Schwangerschaft möglich. Es gibt unterschiedliche Hygieneprodukte, die während der Regelblutung verwendet werden können. Dazu zählen unter anderem Slipeinlagen, Binden, Schwämmchen, Tampons und Menstruationstassen. (Vgl. Bmfj 2017, 19ff) Übertriebene Intimhygiene ist auch während der Menstruationsblutung nicht nötig. Es gilt, wie sonst auch in Bezug auf Intimhygiene: keine parfümierten Seifen oder Duschgels zu verwenden, da sie den Schutzmantel der Vulva (Intimflora) beeinträchtigen können. Wasser ist zur Reinigung ausreichend, da sich die Vulva ohnehin selbst reinigt. (Vgl. Bmfj 2017, 25) Auch der sogenannte Ausfluss oder Weißfluss stellt bei Einsetzen der Geschlechtsreife einen völlig natürlichen Prozess dar. Sollte der Ausfluss unangenehm riechen oder unterschiedlich verfärbt sein (gelblich, grünlich bis hin zu bräunlich) kann dies auf STDs[5] hindeuten. Mehr Informationen diesbezüglich finden sich auf Seite 39.

5 STDs = Sexually transmitted diseases = Sexuell übertragbare Krankheiten. Diese werden durch sexuell übertragbare Infektionen (=STIs) verursacht.

ÜBUNG

Eine Methode um das Thema Menstruation interaktiv mit Jugendlichen zu bearbeiten stellt bspw. das **Körperflüssigkeiten Café**[6] dar.

Das Ziel der Methode ist eine spielerische Auseinandersetzung mit dem Thema Körperflüssigkeiten. Mögliche Materialien hierfür können sein:

→ wasserfeste Unterlagen um den Tisch zu bedecken (da Lebensmittelfarbe abfärbt), Messbecher, Gläser, Pipette, Teelöffel, Suppenlöffel, Schneebesen, Schere, Einweghandschuhe
→ Lebensmittelfarbe (rot/braun), Stärke, Wasser, Agar Agar, Mehl, Naturjoghurt
→ Unterhosen, Binden, Slipeinlagen, Tampons, Menstruationstassen, Kondom, FEMIDOM, LECKTUCH usw.

VORGEHEN

Die Gruppe kann je nach Gruppengröße in Kleingruppen aufgeteilt werden. Es können unterschiedliche Körperflüssigkeiten (Weißfluss, Regelblutung, Sperma, Lusttropfen usw.) je nach Belieben hergestellt werden. Diese Flüssigkeiten können dann in Kombination mit den Unterhosen, Binden etc., wenn gewünscht, getestet werden. Mythen zum Thema Menstruation können hierbei bearbeitet werden und eine Enttabuisierung von Körperflüssigkeiten im Allgemeinen kann dadurch erwirkt werden.

6 Erweiterte Version des ÖGS Abschlussprojekts von Marie Matyas und Ines Pazdera.

Übersetzungen
S. 76-79

Äußere und innere männliche Geschlechtsorgane (Deutsch) | male external and internal genitalia (Englisch)

Die inneren und äußeren männlichen Geschlechtsmerkmale können folgendermaßen aussehen:

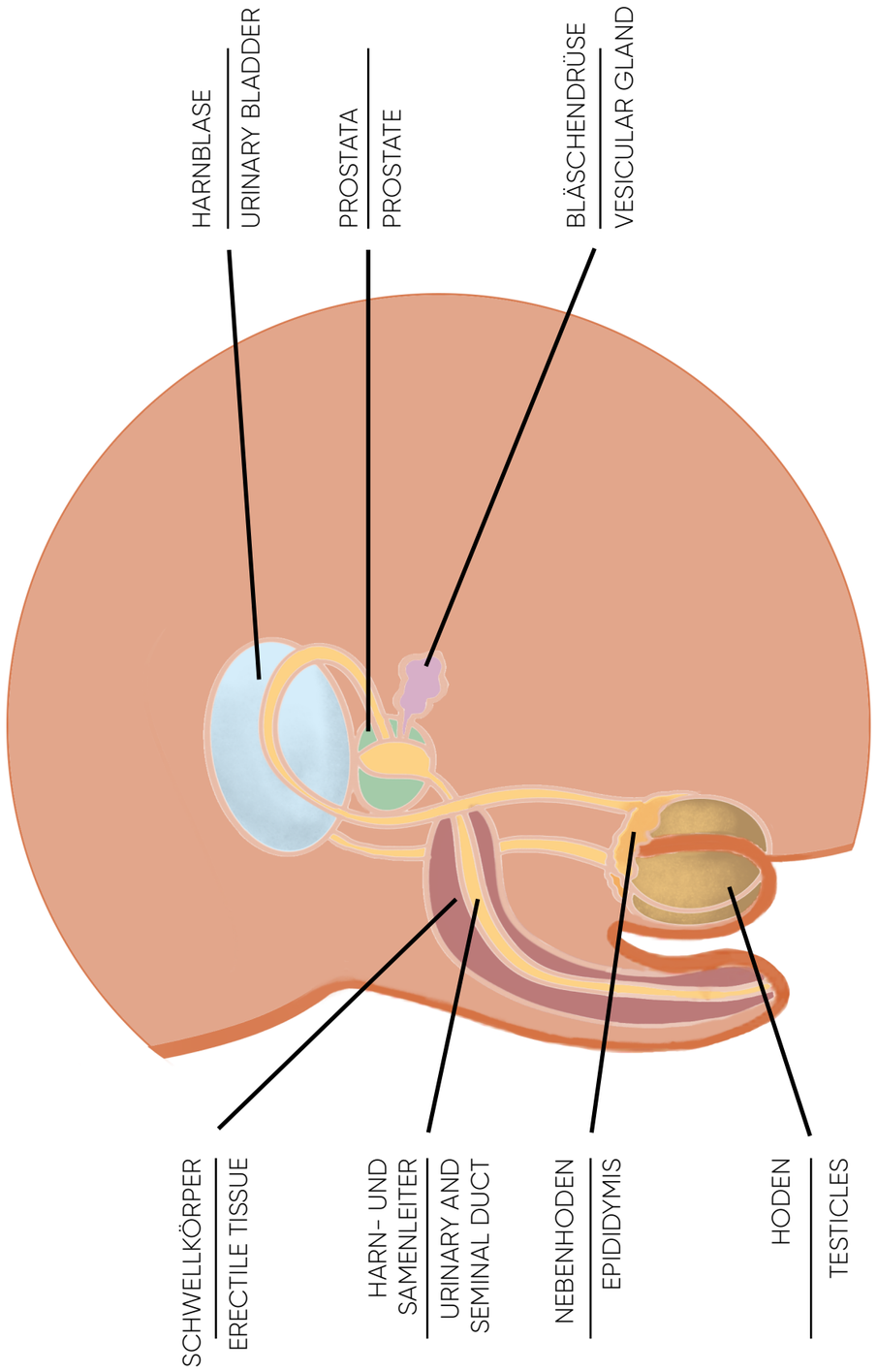


Illustration: Luiz Lehner

S. 13

Hymen

Um das **Scheidenhäutchen (Hymen)**, auch „Jungfernhäutchen" genannt, ranken sich viele Mythen. „Das Scheidenhäutchen ist ein weicher Saum, der den Scheideneingang umgibt." (ÖGF 2018) Das Scheidenhäutchen besteht aus Hautfalten. Die Funktion des Scheidenhäutchens besteht eigentlich darin die Scheide im Kindesalter vor Schmutz zu schützen. Das ist ab dem Zeitpunkt der Pubertät nicht mehr notwendig, da dann der Weißfluss einsetzt. Dieser befördert Schmutz aus der Scheide hinaus. Scheidenhäutchen sehen von Mensch zu Mensch unterschiedlich aus und umgeben den Eingang der Scheide, verschließen ihn aber nicht. (Vgl. ÖGF 2018)

Würde das Scheidenhäutchen den Eingang der Scheide verschließen, könnte kein Menstruationsblut und keine Scheidenabsonderungen abfließen. Falls dem so wäre, müsste dies im Kindes- oder Jugendalter medizinisch behoben werden. (Vgl. Johnson und Johnson 2009, 6)

Es gibt tradierte Sichtweisen, dass eine Frau* beim ersten vaginalen Geschlechtsverkehr blutet und dadurch bewiesen wird, dass sie eine JUNGFRAU ist und somit Ehre besitzt. (Vgl. BZgA 2009) Anhand des Scheidenhäutchens kann weder von Ärzt*innen noch sonst jemandem festgestellt werden, ob jemand bereits vaginalen Sex hatte oder nicht. (Vgl. ÖGF 2018) Das Scheidenhäutchen „kann sich beim Sex auch dehnen oder einreißen, ohne dass es blutet" [...] „Die meisten Frauen bluten nicht beim ersten Geschlechtsverkehr." (ÖGF 2018) Sollte ein Mädchen* doch bluten, zeigt dies nur, dass es zu einer Verletzung kam, nicht jedoch, dass das Scheidenhäutchen verletzt wurde oder gar eingerissen ist. Außerdem kann ein „nicht intaktes Hymen" nicht ausschließlich durch sexuellen Kontakt entstehen, sondern sich auch bspw. durch die Veränderung im Hormonhaushalt während der Pubertät auf natürliche Weise zurückbilden. Daher gilt es die Motive zu hinterfragen, weshalb eine Frau* als „JUNGFRAU" in die Ehe gehen soll und warum dies nur von Frauen* verlangt wird, nicht jedoch von Männern*. Es gibt die Möglichkeit das Scheidenhäutchen durch eine*n Ärzt*in zusammennähen oder einritzen zu lassen, damit es beim ersten Geschlechtsverkehr blutet. Aus medizinischer Perspektive ist dies abzulehnen. (Vgl. BZgA 2009) Eine weitere Alternative kann sein, ein künstliches Hymen mit Echtblutimitat[7] zu verwenden, da der Leidensdruck eines Mädchens* in der Hochzeitsnacht bluten zu müssen sehr groß sein kann. Die Verwendung von Tampons und das Betreiben von Sport sind unbedenklich und verletzen das Hymen nicht. (Vgl. ÖGF 2018)

7 Dafür gibt es unterschiedliche Anbieter wie bspw. Virgina Care.

Scheidenhäutchen (Hymen)

Englisch	hymen
Spanisch	himen
Französisch	hymen
Portugiesisch	himen
Bosnisch	himen
Kroatisch	himen
Serbisch	химен
Bulgarisch	девствена ципа
Rumänisch	himen
Italienisch	imene
Türkisch	kızlık zarı
Arabisch	غشاء البكارة
Farsi	پرده بکارت

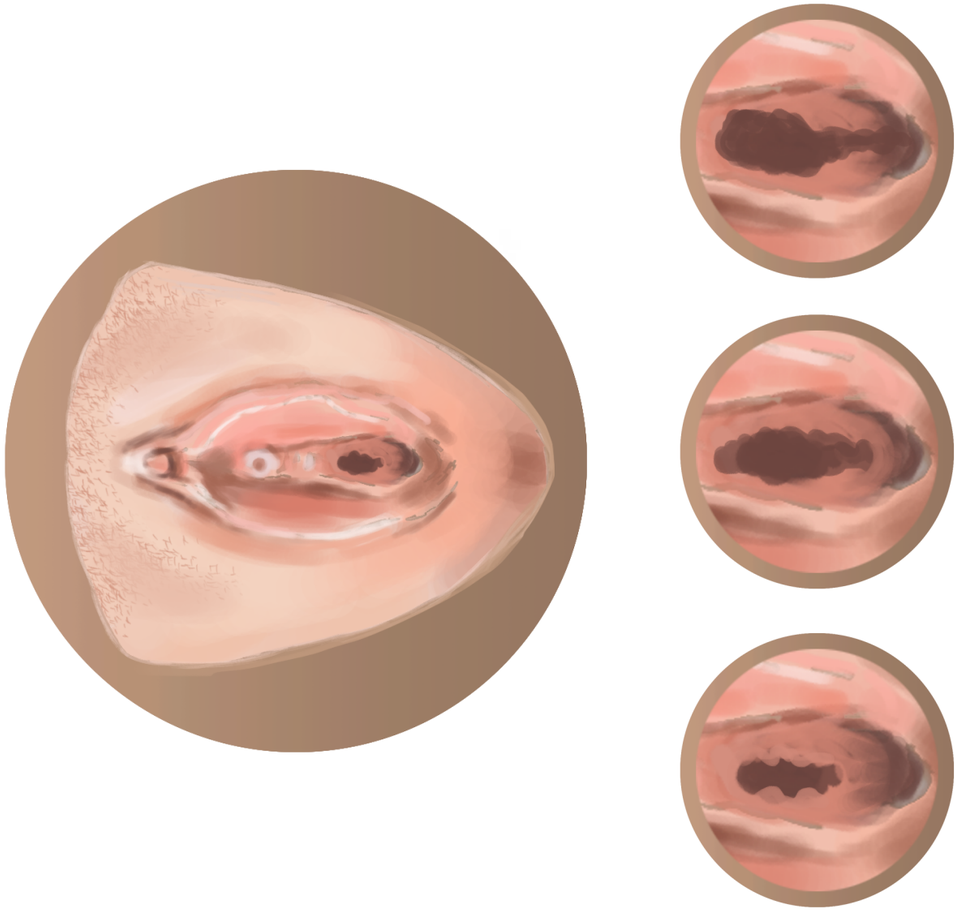


Illustration: Luiz Lehner

Exkurs Beschneidung Vulva (FGM/C)

Bei der weiblichen Genitalverstümmelung (FGM/Cutting) werden aus nicht therapeutischen Gründen die äußeren Genitalien teilweise oder vollständig entfernt. (Vgl. WHO 2018) Es gibt laut WHO **vier Klassifikationen von FGM/C.**

FGM/C kann zu akuten und chronischen Komplikationen bei den betroffenen Frauen* führen. Während des Eingriffs und/oder danach können Schmerzen auftreten, sowie Blutungen, Entzündungen, Infektionen (u.a auch HIV). Auch der Eintritt des Todesfalls ist möglich. (Vgl. Desertflower Foundation 2019) Ebenso können psychische Traumata durch FGM/C ausgelöst werden und FGM/C kann zu Schmerzen beim Sexualverkehr führen. Es gibt operative Möglichkeiten (Defibulation), welche bei Beschwerden von den betroffenen Frauen* in Anspruch genommen werden können. Dabei werden je nachdem welche Form von FGM/C vorliegt die zusammengenähten Venuslippen sowie der Vaginaleingang wieder geöffnet.

FGM/C ist ein emotionales Tabuthema. Das Sprechen darüber erfordert viel Einfühlungsvermögen und gegenseitiges Vertrauen. Der Begriff Genitalverstümmelung kann von den betroffenen Frauen* als stigmatisierend empfunden werden, daher ist der Begriff „Genitalbeschneidung" im Umgang mit betroffenen Frauen* möglicherweise unproblematischer. Ein möglichst sachlicher Umgang mit der Thematik ist empfehlenswert. In der Arbeit mit von FGM/C betroffenen Mädchen* und jungen Frauen* ist eine wertschätzende und auf deren Ressourcen fokussierte Haltung, die sie nicht in eine Opferrolle bringt, für Multiplikator*innen und Ärzt*innen wichtig. Es gibt Anlaufstellen, die sich auf die Beratung zu FGM/C spezialisiert haben. (Vgl. FEM Süd 2009)

In Österreich ist FGM/C gesetzlich verboten und erfüllt den Tatbestand einer schweren Körperverletzung, es gilt auch als grobe Menschenrechtsverletzung (vgl. ebd.). FGM/C kommt vor allem in Afrika (Nordost-, Ost- und Westafrika), im Nahen Osten und Südostasien vor. Durch Migration kommt FGM/C auch in Europa vor. (Vgl. Desert Flower Foundation 2019) Allerdings gab es auch in Europa und Nordamerika Formen der Beschneidung bis ins Jahr 1970 um Frauen* von den damals noch als Krankheiten erachteten Leiden wie HYSTERIE, NYMPHOMANIE und MASTURBATION zu befreien (vgl. Netzwerk gegen Mädchenbeschneidung Schweiz 2020).

Betroffene können an folgende Beratungsstellen verwiesen werden:

→ FEM Süd – Frauengesundheitszentrum im Kaiser Franz Josef-Spital (SMZ-Süd) Kundratstraße 3, 1100 Wien Tel.: 01/601 91-5201 E: femsued.post@wienkav.at www.fem.at

→ FGM Beratungsstelle „Bright Future" - Afrikanische Frauenorganisation Schwarzspanierstraße 15/1, Tür 2, 1090 Wien Tel.: 01/925 15 76 E: afrikanisc.frauenorganisation@chello.at www.african-women.org

Vier Klassifikationen von FGM/C

Typ 1 Klitoridektomie

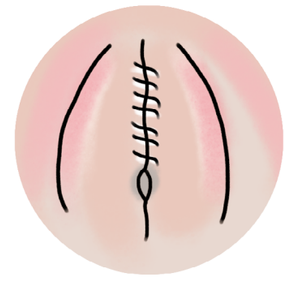
Dabei wird ein Teil oder die gesamte Klitoris-spitze samt Klitoris-vorhaut entfernt.

Typ 2 Exzision

Hierbei werden wie in Typ 1 die Klitorisspitze, Klitorisvorhaut und ein Teil oder die gesamten inneren Venuslippen entfernt und die Vulva wird bis zum Harnröhren-ausgang zugenäht.

Typ 3 Infibulation

Auch „pharaonische Beschneidung" genannt. Hierbei werden sowohl die Klitorisspitze, die inneren Venuslippen sowie die Innenseiten der äußeren Venuslippen entfernt. Dann wird die Vulva zusammengenäht, sodass nur mehr eine kleine Öffnung für das Austreten des Menstrua-tionsbluts und des Urins bleibt.



Typ 4

Umfasst alle Praktiken, die sich nicht in die ersten drei Kategorien einordnen lassen und die weiblichen Geschlechtsorgane verletzen, wie etwa das Einführen ätzender Substanzen in die Vulva um diese zu verengen, das Durchbohren oder Einschneiden der Vulva, das Vernarben durch das Zufügen von Brandwunden, das Ausbrennen der Klitoris, das Abschaben von Genitalgewebe oder ähnliches.

(Vgl. WHO 2018 sowie Desert Flower Foundation 2019)

Illustration: Luiz Lehner

EXKURS

Exkurs Beschneidung Penis

Bei der **Beschneidung** wird die Vorhaut des Penis teilweise oder zur Gänze entfernt. Dafür kann es folgende Motive geben:

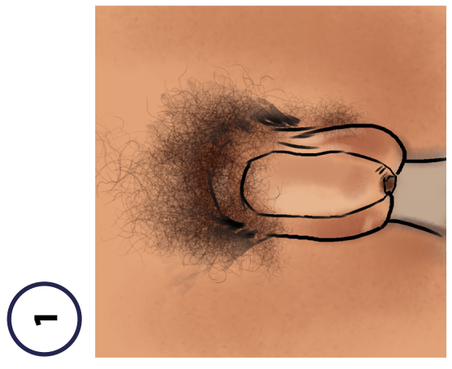
S. 26

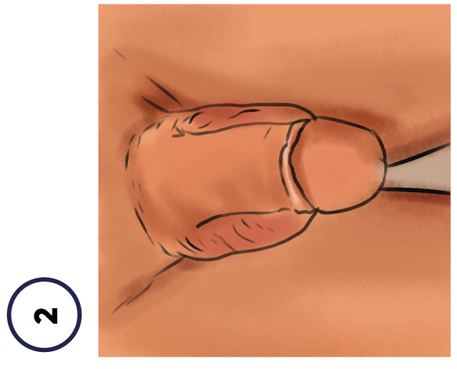
→ Religiöse Gründe: üblich im Judentum und Islam, meist zelebriert in Form eines feierlichen Aktes.
→ Ästhetische Gründe: Modetrends, eigene subjektive Wahrnehmung.
→ Sauberkeit/Hygiene: Wenn man sich regelmäßig wäscht, ist eine Beschneidung aus Sauber-keitsgründen nicht notwendig.
→ Medizinische Indikation: Wenn sich die Vorhaut nicht zurückschieben lässt, spricht man von einer Vorhautverengung (Phimose) und es bedarf einer Operation. (Vgl. BZgA 2009)

Die Beschneidung des Penis kann für Betroffene mit unangenehmen oder schmerzvollen Erinnerungen verbunden sein und das Sprechen darüber sollte empathisch erfolgen.

Beispielbilder von einem unbeschnittenen (1) und einem beschnittenen (2) Penis

Englisch	uncircumcised penis circumcised penis
Spanisch	pene no circuncidado pene circuncidado
Französisch	pénis non circoncis pénis circoncis
Portugiesisch	pénis não circuncidado pénis circuncidado
Bosnisch	neobrezan penis obrezan penis
Kroatisch	neobrezan penis obrezan penis
Serbisch	необрезан пенис обрезан пенис
Bulgarisch	необрязъ пенис обрязъ пенис
Rumänisch	penis necircumcis penis circumcis
Italienisch	pene senza circoncisione pene circonciso
Türkisch	Sünnetsiz penis Sünnetli penis
Arabisch	قضيب غير مختون قضيب مختون
Farsi	آلت تناسلی ختنه نشده آلت تناسلی ختنه شده





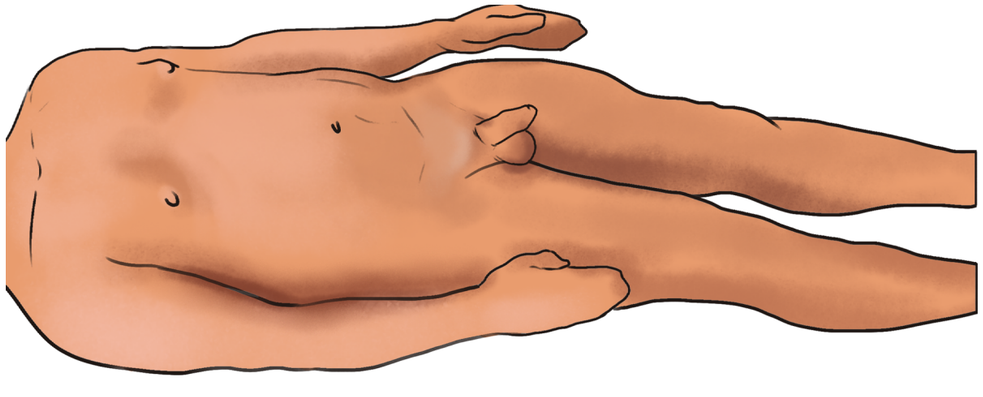


Illustration: Luiz Lehner

Sexuelle Rechte

Eine Aufklärung über die sexuellen Rechte sowie die Rahmenbedingungen des jeweiligen Landes (bspw. ab wann man Sex haben darf) ist wichtig für Jugendliche. Essenziell ist hierbei zu vermitteln, dass Sex auf Freiwilligkeit der Partner*innen beruht und dass Geschlechtsverkehr mit Autoritätspersonen (bspw. Lehrer*innen, Betreuer*innen oder Trainer*innen) strafbar ist. (Vgl. Österreich.gv.at 2019b) Die aktuellen Altersgrenzen ab wann man in Österreich Sex haben darf, genauso wie Informationen ab wann man von sexueller Gewalt spricht und in welchem gesetzlichen Kontext Sexarbeit erlaubt ist, finden sich auf der offiziellen Informations Webseite[8] der österreichischen Verwaltung.

Für die Jugendlichen aus der Zielgruppe kann es auch sehr interessant sein, zu erfahren, ab wann man in Österreich heiraten darf. Oftmals ist Geschlechtsverkehr kulturell bedingt erst in der Ehe gestattet. Das Wissen darüber, dass in Österreich gleichgeschlechtliche Beziehungen und ebenso gleichgeschlechtliche Heirat erlaubt sind, ist von Bedeutung, da es nach wie vor viele Länder gibt in denen die Todesstrafe darauf gilt. Auch Zwangsheirat, sexuelle Gewalt und mögliche Anlaufstellen diesbezüglich können Thema sein. Auskünfte zu Altersgrenzen und zur gesetzlichen Lage finden sich auf der Webseite[9] der Stadt Wien.

Weitere Anlaufstellen können sein:

→ Männer-Gesundheitszentrum MEN, Kundratstr. 3, 1100 Wien, Telefon: 01/60191-5454, E-Mail: kfj.men@wienkav.at

→ Frauen-Gesundheitszentrum FEM Süd, Kundratstr. 3, 1100 Wien, Telefon: 01/60191-5201, E-Mail: femsued.post@wienkav.at

Sexualität und Geschlechtsverkehr

Sexualität ist ein wesentlicher Baustein des Menschseins und umfasst folgende Teilbereiche: das biologische Geschlecht, sexuelle Identitäten, sexuelle Orientierungen, Rollenbilder, Intimität, Vergnügen, Emotionen, Erotik, Lust und Fortpflanzung. Sexualität kann unter anderem durch Fantasien, Gedanken, Praktiken, Haltungen, Rollen, Beziehungen, Werte, Verhaltensweisen und Wünsche ausgedrückt werden. Dies ist von Mensch zu Mensch unterschiedlich und nicht jeder Aspekt von Sexualität möchte von jedem Menschen erfahren bzw. ausgedrückt werden. (Vgl. WHO 2006)

Es gibt unterschiedliche Formen und Vorlieben in Bezug auf geschlechtliche Stimulation und Geschlechtsverkehr. Bei Petting allein kommt es nicht zum Geschlechtsverkehr. Petting beinhaltet küssen, streicheln und Berührungen der Geschlechtsorgane. Falls ein*e Sexualpartner*in einen

8 www.oesterreich.gv.at/themen/jugendliche/sexuelle_kontakte.html
9 www.wien.gv.at/menschen/frauen/pdf/maedchenrechtsbroschuere.pdf

Samenerguss während des Pettings hat, muss darauf geachtet werden, dass keine Spermien in die Scheide gelangen, da eine Schwangerschaft oder gegebenenfalls auch eine STD-Infektion eintreten könnte. Dies kann zum Beispiel der Fall sein, wenn ein Finger[10] in die Scheide eingeführt wird oder durch Berührungen des Fingers an der Scheide.

Es gibt unterschiedlichste Formen der manuellen Stimulation. Außerdem gibt es Möglichkeiten der Erregung ohne physischen Kontakt oder durch Fetischismen (bspw. durch den Einsatz von Gegenständen wie Gummipuppen, Sexspielzeug, Leder usw.). Liebe kann, muss aber keine Voraussetzung für Geschlechtsverkehr sein. Folgende Formen von Geschlechtsverkehr gibt es und welche bevorzugt werden, ist von Mensch zu Mensch verschieden:

→ Beim Oralverkehr werden Penis, Vulva oder Anus mit dem Mund liebkost.
→ Beim Vaginalverkehr wird der Penis in die Scheide eingeführt.
→ Beim Analverkehr wird der Penis in den After eingeführt. Um das Eindringen zu erleichtern sollte ein wasserlösliches Gleitmittel verwendet werden, um Verletzungen vorzubeugen.

(Vgl. BZgA 2009)

Es gibt auch verbotene Formen des Geschlechtsverkehrs, wie etwa an oder mit einem Tier geschlechtliche Handlungen zu vollziehen. Es ist verboten Leichen zu misshandeln. (Vgl. Strafgesetzbuch 2020 b,c) Sex mit Kindern bzw. unmündigen Personen ist ebenso verboten. Bei unmündigen Personen gibt es die Ausnahme, dass wenn eine Person 13 Jahre alt ist, einvernehmlicher Sex erlaubt ist sofern die andere Person nicht älter als 16 Jahre ist. (Vgl. Stadt Wien - Frauenservice 2019) Vergewaltigungen sind gesetzlich verboten und werden strafrechtlich geahndet (vgl. Strafgesetzbuch 2020a).

S. 30

Befruchtung und Schwangerschaft

Während des heterosexuellen Vaginalverkehrs (ohne oder bei fehlerhafter Anwendung einer Verhütungsmethode) gelangen die Spermien über den Muttermund in die Gebärmutter und die Eileiter. Wenn die Spermien die Eizelle während dieser Wanderung befruchten, kann eine Schwangerschaft eintreten. (Vgl. Bmfj 2017, 19) Die Samenzellen können in der Gebärmutter zwei bis fünf Tage (manchmal bis zu sieben Tage) auf eine befruchtungsfähige Eizelle warten.

Es gibt Menschen, die aus verschiedensten Gründen unfruchtbar sind, diese sind u.a. Genetik, Anatomie, Krankheit, Alkohol, Drogen, Nikotin, Stress, Umweltgifte, Sterilisation. Trotz Unfruchtbarkeit kann man Geschlechtsverkehr mit oder ohne Orgasmus haben. (Vgl. BZgA 2009) Heutzutage gibt es unterschiedliche Familienmodelle in denen Kinder aufwachsen können. Es gibt schwule, lesbische

10 Ein Finger auf dem sich Spermien befinden ist hier gemeint.

oder andere Lebensmodelle, in welchen Adoption eine Möglichkeit darstellen kann, sich einen Kinderwunsch zu erfüllen. Außerdem gibt es die Möglichkeit von künstlicher Befruchtung bei Kinderwunsch. Fortpflanzung stellt allerdings nur eine Dimension von Sexualität dar. Erotik, Lust und Intimität sind weitere Spektren von sexuellem Erleben.

Schutz- und Verhütungsmethoden

Das Wissen über Schutz- und Verhütungsmethoden sowie die richtige Anwendung und die damit einhergehende Verantwortung betrifft alle Sexualpartner*innen. Es gibt barrierebildende Schutz- und Verhütungsmethoden, die kurz vor dem Geschlechtsverkehr angewendet werden. Dazu zählen das **Kondom**, das FEMIDOM und das LECKTUCH. Bei diesen barrierebildenden Schutz- und Verhütungsmitteln ist es wichtig, auf die richtige Lagerung (Sonneneinstrahlung vermeiden, keine spitzen Gegenstände in unmittelbarer Nähe aufbewahren usw.), die richtige Anwendung, Sicherheitsmerkmale wie etwa das CE-Gütesiegel und das Haltbarkeitsdatum zu achten. Kondome können in Drogerien, Apotheken, Supermärkten und Sexshops gekauft werden[11]. Es ist für den Kauf von Kondomen keine gesetzliche Altersbeschränkung vorgesehen. Das FEMIDOM und das LECKTUCH können im Internet bestellt werden. Das LECKTUCH schützt ausschließlich vor STDs (mehr dazu auf Seite 39).

S. 34

Der Einsatz von wasserlöslichem Gleitgel erleichtert die Anwendung von Kondomen und FEMIDOMEN. Öl oder dergleichen sollte nicht (als Ersatz für ein Gleitgel) verwendet werden, da dadurch das Kondom oder FEMIDOM beschädigt wird und somit leichter einreißt.

Das DIAPHRAGMA zählt auch zu den barrierebildenden Verhütungsmitteln, schützt allerdings nicht vor STDs. Es sollte gemeinsam mit einer spermienabtötenden Creme verwendet werden. Es kann im Internet oder in der Apotheke gekauft werden. Des Weiteren gibt es noch die Kupferspirale[12], welche eine nicht hormonelle Verhütungsmethode darstellt, aber keine Barriere bildet. Es handelt sich dabei um eine langfristige Verhütungsmethode von Schwangerschaft. Die Kupferspirale wird von Gynäkolog*innen in die Gebärmutter eingesetzt und kann bis zu 3-5 Jahre in der Gebärmutter verbleiben. Die Kupferspirale schützt nicht vor STDs.

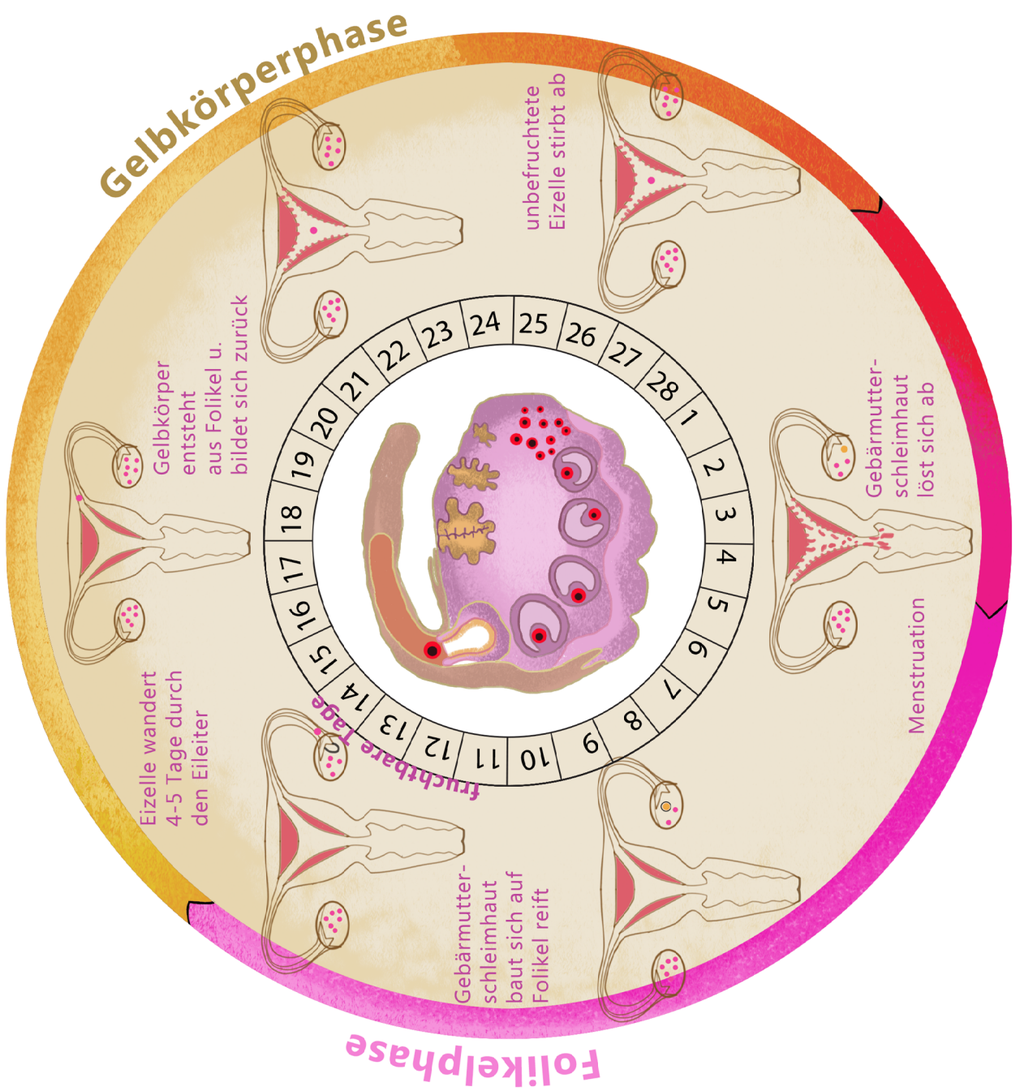
Es gibt hormonelle **Verhütungsmethoden**, die ausschließlich eine Schwangerschaft verhüten sollen, dazu zählen die Anti-Baby-Pille, der Hormonring, das Hormonstäbchen, die 3-Monatsspritze, das Hormonpflaster und die Hormonspirale. Die hormonellen Verhütungsmittel müssen durch Gynäkolog*innen verschrieben werden. Hormonelle Verhütungsmittel stellen keinen Schutz vor STDs dar.

S. 35

11 Automaten sind nicht geeignet, da durch Witterungseinflüsse (starke Sonneneinstrahlung, Hitze, Kälte, etc.) das Material porös werden und so leichter reißen kann.
12 Die Kupferspirale wird in Beratungsstellen der ÖGF vergünstigt eingesetzt (vgl. ÖGF 2020).

Übersetzungen
S. 31-33

REPRODUKTIVE GESUNDHEIT



Deutsch (s. Abb. S. 30)	Gelbkörper entsteht aus Folikel und bildet sich zurück.
	Unbefruchtete Eizelle stirbt ab.
	Gebärmutterschleimhaut löst sich ab.
	Menstruation
	Gebärmutterschleimhaut baut sich auf.
	Folikel reift.
	Eizelle wandert 4-5 Tage durch den Eileiter.
Englisch	Corpus luteum develops from folicle and recedes.
	Unfertilised egg cell dies off.
	Endometrium detaches.
	Menstruation
	The lining of the uterus is building up.
	Folicle ripens.
	Egg migrates through the fallopian tube for 4-5 days.
Spanisch	El cuerpo lúteo se desarrolla a partir del folículo y retrocede.
	El óvulo no fecundado muere.
	Desprendimiento del endometrio.
	Menstruación
	El revestimiento del útero se está acumulando.
	El folículo madura.
	El huevo migra a través de la trompa de Falopio durante 4-5 días.
Französisch	Le corps leutiale se développe à partir du follicule et se rétracte.
	L'ovule non fécondé meurt.
	L'endomètre se détache.
	Menstruations
	La paroi de l'utérus s'accumule.
	Le folicule mûrit.
	L'œuf migre dans la trompe de Fallope pendant 4 à 5 jours.
Portugiesisch	O corpo lúteo desenvolve-se a partir do folículo e retrocede.
	O óvulo não fertilizado morre.
	Desprendimento do endométrio.
	Menstruação
	O revestimento do útero aumenta.
	O folículo amadurece.
	Ovo migra através da trompa de Falópio por 4-5 dias.

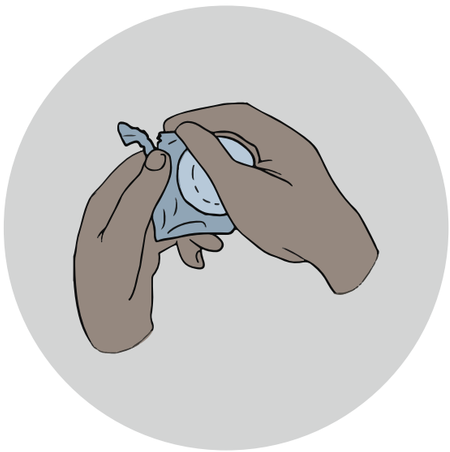
Illustration: Luiz Lehner

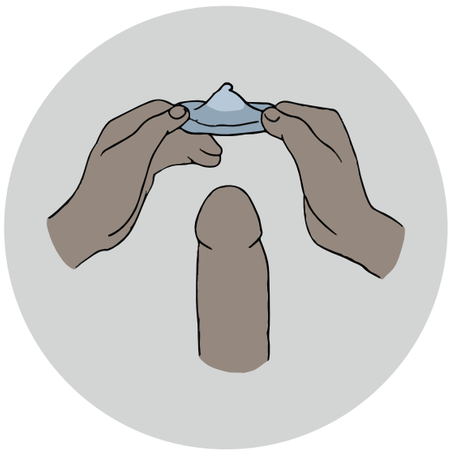
Bosnisch (s. Abb. S. 30)	žuto tijelo nastaje iz folikule i razgrađuje se.
	neoplođena jajna ćelija odumire.
	sluzokoža maternice se ljušti.
	menstruacija
	sluzokoža maternice postaje deblja.
	folikul sazrijeva.
	jajna ćelija putuje kroz jajovod 4-5 dana.
Kroatisch	žuto tijelo nastaje iz folikule i razgrađuje se.
	neoplođena jajna stanica odumire.
	sluznica maternice se ljušti.
	mjesečnica
	sluznica maternice postaje deblja.
	folikul sazrijeva.
	jajna stanica putuje kroz jajovod 4-5 dana.
Serbisch	Жуто тело настаје из фоликуле и разграђује се.
	неоплођена јајна ћелија одумире.
	слузокожа материце се љушти.
	менструација
	слузокоЖа материце постаје дебља.
	фоликул сазрева.
	јајна ћелија путује кроз јајовод 4-5-дана.
Bulgarisch	жълтото тяло се формира от фокули и регресира.
	неоплодената яйцеклетка умира.
	лигавицата на матката се отлепва.
	менструация
	лигавицата на матката се изгражда.
	фоликулът узрява.
	яйцеклетката преминава през маточната тръба за 4-5 дни.
Rumänisch	Foliculul restant se transformă în corpul galben și degenerează.
	Ovulul nefecundat se dezintegrează.
	Endometrul este eliminat.
	menstruație
	Dezvoltarea mucoasei interne a uterului.
	Dezvoltarea folicului.
	Ovulul migrează prin trompa uterină timp de 4-5 zile.

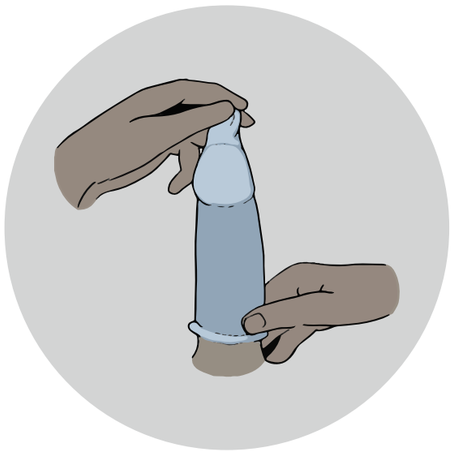
Italienisch (s. Abb. S. 30)	I resti del follicolo diventano il corpo luteo, che poi a sua volta diminuisce.
	Un ovulo non fecondata non sopravive.
	L'endometrio si sfalda.
	Mestruazione
	Ll'endometrio prolifera.
	Il follicolo si sviluppa.
	L'ovulo passa per le tube di Falloppio.
Türkisch	Sari cisim folikülden oluşur ve sonra azalır.
	Döllenmeyen yumurta hücresi ölür.
	Rahim duvarı sümük dokusu sökülür.
	Adet
	Rahim duvarı sümük dokusu oluşur.
	Folikül olgunlaşır.
	Yumurta hücresi 4-5 gün yumurta kanalında yolculuk yapar.
Arabisch	ينشأ الجسم الأصفر من الحويصلات
	موت البويضة غير المخصبة
	تقشراو إنفصال بطانة الرحم
	الدورة الشهرية او الحيض
	نمو بطانة الرحم
	نضوج الحويصلة
	تتحرك البويضة لمدة اربعة الى خمسة ايام في قناة فالوب
Farsi	جسم زرد از فولیکول بوجود می آید و فولیکول از بین می رود
	سلول تخم نابارور می میرد
	غشای رحمی از بین می رود
	حیض- قاعدگی
	آندومتر ایجاد می شود
	فولیکول بالغ
	سلول تخمک به مدت 4-5 روز از طریق لوله فالوپ حرکت می کند

Übersetzungen S. 80–83

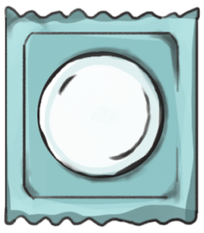
Kondomanwendung



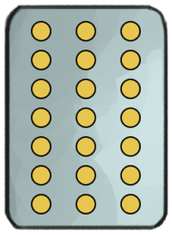




Verschiedene Verhütungsmethoden* (Deutsch) | different contraceptives (Englisch)

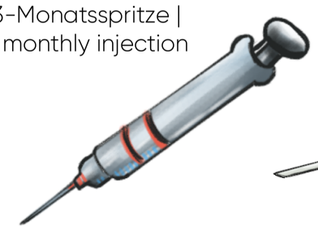


Kondom | condom

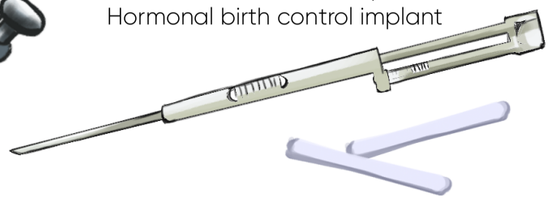


Anti-Baby-Pille | birth control pill

3-Monatsspritze | 3 monthly injection

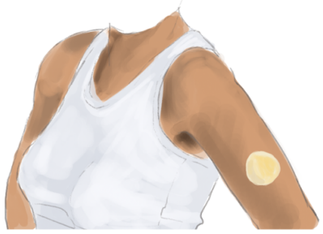


Hormonstäbchen | Hormonal birth control implant

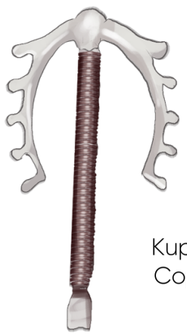


Hormonspirale | Endocrine disrupter

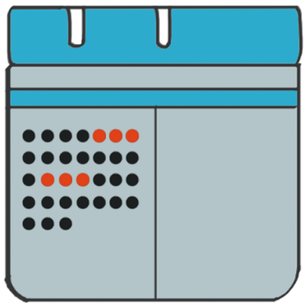
Diaphragma | Diaphragm



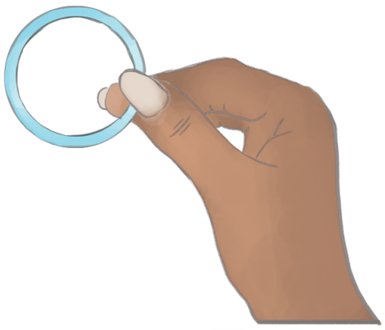
Verhütungspflaster | Contraceptive patch



Kupferspirale | Copper spiral



symptothermale Methode | symptothermal method



Hormonring | Hormone Ring

* Die Abbildungen entsprechen nicht den Originalabmessungen der einzelnen Verhütungsmittel.

Illustration: Luiz Lehner

Darüber hinaus gibt es die sympthothermale Methode, bei welcher Frauen* ihre Menstruationszyklen beobachten. Da es hierfür einen regelmäßigen Zyklus und einen geregelten Lebensstil braucht, ist diese Methode für Jugendliche nicht geeignet[13]. Eine weitere Verhütungsmethode stellt die Sterilisation dar, welche permanent ist. Bei Menschen mit männlichen Geschlechtsorganen ist der Eingriff einfacher durchzuführen und häufig reversibel. (Vgl. MA 24, 2017, 21-51)

Jugendliche sollten darin bestärkt werden, für sich und andere hinsichtlich Verhütung Verantwortung zu übernehmen. Denn diese Verantwortung wahrzunehmen bedeutet, dass sie sowohl sich selbst als auch andere Menschen schützen. Bei der Wahl eines geeigneten Verhütungsmittels können die jeweiligen Fachärzt*innen beraten. Die Wahl eines geeigneten Verhütungsmittels hängt von unterschiedlichen Faktoren ab (Häufigkeit von Sex, welche Art von Sex, Verhütung von Schwangerschaft und/oder Krankheiten usw.). Auch in Bezug auf die Kosten des Verhütungsmittels sollten alle Sexualpartner*innen beteiligt sein und über die Funktionsweise des angewandten Verhütungsmittels Bescheid wissen. Über die Sicherheit des jeweiligen Verhütungsmittels gibt der Pearl Index Auskunft.

Nähere Informationen finden sich unter:
http://www.verhuetung.info/wirksamkeit/pearl-index/

Ein Überblick über die ungefähren monatlichen Kosten von Verhütungsmitteln findet sich hier:
https://www.wien.gv.at/gesundheit/beratung-vorsorge/frauen/frauengesundheit/pdf/verhuetung-im-ueberblick.pdf

Verhütungspannen und ungewollte Schwangerschaft

Im Falle einer Verhütungspanne (bspw. das Kondom oder FEMIDOM reißt oder rutscht ab) kann frühestens sechs Wochen nach einer RISIKOSITUATION ein HIV-Labortest gemacht werden. Ein HIV-Schnelltest gibt drei Monate nach einer RISIKOSITUATION Auskunft über eine mögliche Infektion. Wenn eine Verhütungspanne mit einer Person geschieht, deren HIV-Status nicht bekannt ist oder mit einer HIV-positiven Person, deren Viruslast nicht unter der Nachweisgrenze[14] ist, kann man sich in den Notfallambulanzen einiger Spitäler die PEP[15] besorgen. Die PEP kann eine HIV Infektion verhindern. (Vgl. Aids Hilfe Wien 2017b)

13 Auch bei Erwachsenen kann die Methode Probleme in der Anwendung und der Zuverlässigkeit mit sich bringen.
14 Wenn die Viruslast so gering ist, dass sie im Blut nicht mehr nachweisbar ist.
15 PEP = Post-Expositions-Prophylaxe: verschreibungspflichtiges Medikament nach ungeschütztem Geschlechtsverkehr und RISIKOSITUATION.

Des Weiteren kann nach Verhütungspannen der Wunsch auftreten eine potentielle Schwangerschaft zu verhindern. In Österreich gibt es für diesen Fall in der Apotheke die rezeptfreie „Pille danach"[16]. Grundsätzlich ist eine frühe Einnahme ratsam, jedoch ist es möglich, sie bis zu fünf Tage[17] nach einer Verhütungspanne anzuwenden. Sollte bereits eine Schwangerschaft eingetreten sein, schadet die „Pille danach" dem EMBRYO nicht und leitet keine Abtreibung ein. Darüber hinaus gibt es die „Spirale danach", welche ebenfalls bis zu fünf Tage nach einer Verhütungspanne von Frauenärzt*innen eingesetzt werden kann. Die „Spirale danach" kann für fünf Jahre in der Gebärmutter bleiben um eine ungewollte Schwangerschaft zu verhindern. Beide genannten Methoden können eine ungewollte Schwangerschaft verhindern. Wenn der Verdacht besteht schwanger zu sein, kann ein Schwangerschaftstest in der Apotheke oder in Drogeriemärkten gekauft werden. Dennoch sollte auch eine fachärztliche Untersuchung erfolgen, um sicher zu gehen, ob eine Schwangerschaft besteht. (Vgl. Institut für Frauen- und Männergesundheit 2009b, 14)

Es kann unterschiedlichste Gründe haben, eine Schwangerschaft nicht zu wollen. Falls eine ungewollte Schwangerschaft besteht, kann ein Schwangerschaftsabbruch in Betracht gezogen werden. Schwangerschaftsabbrüche sind in Österreich bis zum dritten Schwangerschaftsmonat[18] möglich. Es gibt Ausnahmen, aufgrund derer ein Abbruch auch später durchgeführt werden kann. (Vgl. Österreich.gv.at 2019a) Nach einem Schwangerschaftsabbruch ist es möglich wieder schwanger zu werden, sofern dieser von Ärzt*innen lege artis durchgeführt wurde. Auch muss (weiterhin) auf Verhütung geachtet werden nach einem Schwangerschaftsabbruch. Da in manchen Religionen oder Kulturen ein Schwangerschaftsabbruch verboten ist, können Jugendliche im Falle einer ungewollten Schwangerschaft vor einem großen Konflikt stehen. Jugendlichen zu vermitteln, dass auch in Österreich Schwangerschaftsabbrüche bis 1975 nicht straffrei waren, kann Dynamik aus dem Widerspruch zwischen der Gesetzeslage in Österreich und religiösen oder kulturellen Haltungen diesbezüglich nehmen. (Vgl. FEM 2002, 3) Bei einem Schwangerschaftskonflikt oder anderen Fragestellungen können sich Jugendliche anonym beraten lassen und Möglichkeiten in Erfahrung bringen sowie Hilfestellung bei Entscheidungsfindungen erhalten.

16 Die „Pille danach" kann eine Befruchtung der Eizelle verhindern. Falls die Befruchtung schon eingetreten ist, hat die „Pille danach" keine Wirkung mehr.
17 Kommt auf die jeweilige „Pille danach" an, die angewendet wird.
18 Gezählt wird hierbei ab dem ersten Tag der letzten Regelblutung.

Auflistung möglicher Beratungsstellen für Jugendliche österreichweit:

→ Familienservice des Bundesministeriums für Frauen, Familien und Jugend. Tel.: 0800 240 262 (kostenlos). www.frauen-familien-jugend.bka.gv.at
→ Rat auf Draht. Telefon- Online- und Chatberatung für Jugendliche. Telefonberatung: täglich 0–24 Uhr. Tel.: 147 (kostenlos). www.rataufdraht.at
→ Telefonseelsorge Tel.: 142 (kostenlos). www.telefonseelsorge.at
→ First Love – Ambulanzen Österreich und First Love mobil. Sexual-, Verhütungs-, Schwangerschaftskonflikt- und Schwangerschaftsabbruchberatung für Jugendliche. Beratung und gynäkologische Untersuchung anonym, kostenfrei und ohne Voranmeldung. www.oegf.at
→ FEM Nord – Krankenhaus Nord/Klinik Floridsdorf. Brünner Straße 68/A3/Top 14 1210 Wien. Tel.: (0043-1) 277 00-5600. E: fem@fem.at www.fem.at
→ FEM Süd – Frauengesundheitszentrum im Kaiser Franz Josef-Spital (SMZ-Süd) Kundratstraße 3, 1100 Wien Tel.: 01/601 91-5201 E: femsued.post@wienkav.at www.fem.at

Wenn man sich entscheidet die Schwangerschaft nicht abzubrechen, jedoch auch nicht mit einem Kind leben möchte bzw. kann, stehen folgende Möglichkeiten zur Verfügung:

→ Pflegefamilie
→ Adoption
→ Anonyme Geburt
→ Babyklappe

STDs (Sexually transmitted diseases)

Die Abkürzung STDs bedeutet sexuell übertragbare Krankheiten. Diese werden durch Viren, Bakterien oder z.Bsp.: Pilze verursacht und im Zusammenhang mit Sexualität übertragen. Zu den häufigsten zählen Chlamydien, Pilze, Herpes, HPV (wie etwa Feigwarzen), Tripper (Gonorrhö), Syphilis, virale Hepatitis und HIV. Die meisten STDs sind gut zu behandeln mit antiviralen Medikamenten oder z.Bsp.: Antibiotika. (Vgl. Die AIDS-Hilfen Österreichs 2017)

Folgende Anzeichen können auf eine STD hinweisen:

→ Brennen beim Wasserlassen
→ Ausfluss, der übel riechen kann
→ Schmerzen im Unterbauch, im Penis, im Hoden oder in der Scheide
→ Jucken oder Brennen an den Geschlechtsteilen oder am After, Fieber und geschwollene Lymphknoten
→ Hautveränderungen oder offene Stellen am After oder im Genitalbereich

(Vgl. BZgA 2018)

Bei Verdacht auf eine STD wird der Besuch bei ärztlichem Fachpersonal aus Urologie, Dermatologie und/oder Gynäkologie empfohlen. Nur ein Test kann Gewissheit darüber geben, ob eine STD vorliegt oder nicht. Grund dafür ist, dass STDs häufig ganz ohne Symptome verlaufen. Wenn eine Infektion über längere Zeit nicht erkannt wird, kann dies zu schweren gesundheitlichen Problemen führen. Kondom, FEMIDOM, LECKTUCH und Körperhygiene können vor einer Ansteckung mit STDs schützen. Gegen Hepatitis A und B sowie HPV gibt es eine Schutzimpfung. (Vgl. MA 24 2017, 57)

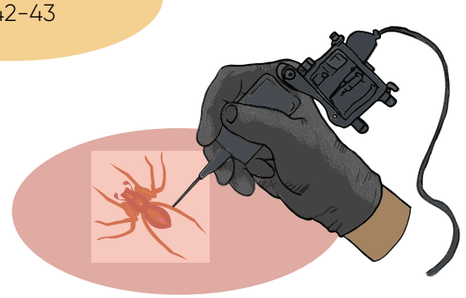
Ausnahmefälle von STDs

Hepatitis A, B und C können unter besonderen Umständen beim Sexualverkehr durch Blutkontakt[19] übertragen werden. Hepatitis A, B und C können auch beim Drogengebrauch übertragen werden. Daher ist beim Drogengebrauch im Sinne von Safer Use darauf zu achten, dass die Utensilien für den Drogenkonsum (Spritze, Röhrchen, Pfeife usw.) nicht untereinander getauscht werden. Beim Tätowieren und Piercen besteht keine Gefahr, wenn von Professionist*innen unter hygienischen Umständen gearbeitet wird. (Vgl. Deutsche Aidshilfe 2019a, ÖGSTD 2018)

STDs sind kein Grund für Scham und sollten betroffene Personen nicht von einem Ärzt*innenbesuch abhalten. Beim Vorliegen einer STD sollten auch Sexualpartner*innen informiert werden, um sich zeitnah testen und ggf. therapieren zu lassen.

19 Kann bei Sexualpraktiken passieren bei denen es zu Verletzungen im Anal- oder Genitalbereich kommt.

Übersetzungen
S. 42-43



HIV und AIDS

HIV steht für Humanes Immunschwäche Virus. Dieses Virus schwächt das Immunsystem. Wenn HIV nicht behandelt wird, kommt es langfristig zum Ausbruch der Erkrankung AIDS. Dank des medizinischen Fortschritts lässt sich eine HIV Infektion heutzutage gut mit Medikamenten behandeln und HIV-positive Menschen haben bei rechtzeitiger Diagnose und dementsprechend rechtzeitigem Therapiestart eine durchschnittliche Lebenserwartung bei guter Lebensqualität.

Um HIV zu übertragen braucht es zwei Voraussetzungen:

→ eine **infektiöse Körperflüssigkeit**

- Blut (auch Menstruationsblut)
- Sperma
- Scheidenflüssigkeit (Vaginalsekret)
- Flüssigkeitsfilm auf der Schleimhaut des Darms (Dickdarmsekret)
- Muttermilch
- Gehirn- Rückenmarksflüssigkeit (Liquor)

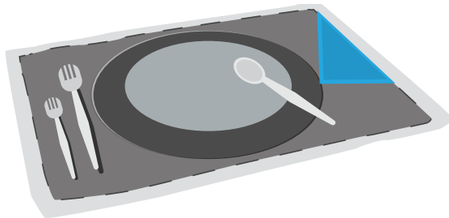
→ eine **Eintrittspforte**

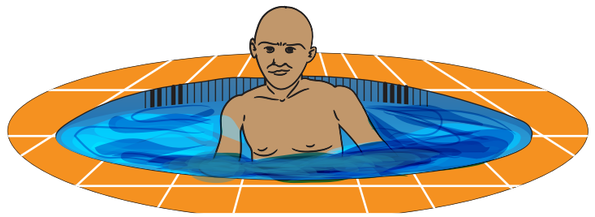
- direkter Blutkontakt (offene Wunde mit direktem Blut-zu-Blut-Kontakt, Injektion)
- Schleimhäute (Anus, Vagina, Mund, Eichel und Innenseite der Vorhaut, | (Nase, Auge)[20]), durch welche das Virus in den Körper gelangt.

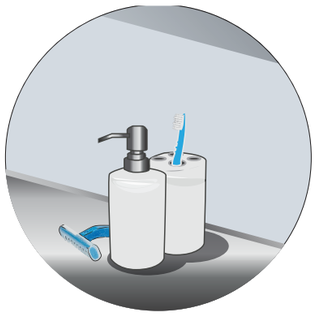
Das HI-Virus ist außerhalb des Körpers sehr empfindlich und nur sehr kurz überlebensfähig. Grundsätzlich ist HIV – im Vergleich zu anderen Krankheiten – nicht leicht zu übertragen, denn im normalen Alltag besteht keine Infektionsgefahr. Schweiß, Speichel, Tränen, Harn, Stuhl oder Erbrochenes sind keine infektiösen Körperflüssigkeiten. (Vgl. Aids Hilfe Wien, 2017b)

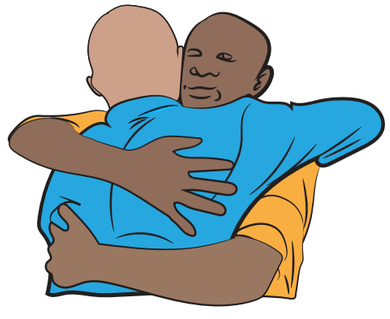
20 Augen- und Nasenschleimhaut stellen theoretisch Eintrittspforten dar, in der Realität ist dies aber nicht beobachtbar.

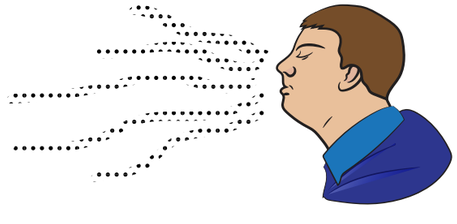
Folgende Alltagssituationen sind daher völlig unbedenklich und es kann zu keiner HIV- Infektion kommen: **Gemeinsam Essen, Badezimmer benutzen, Schwimmbad, WC-Benutzung, Friseur*in/ Barbier*in, Küssen, Umarmen, Hände schütteln, Anhusten**











Übersetzungen
S. 42-43

Deutsch	Tätowieren	tattoo
Englisch	Piercen	piercing
(s. Abb.	Gemeinsam Essen	eating together
S. 40/41/	Badezimmer benutzen	use/share the bathroom
44/45/46)	Schwimmbad	swimming pool
	WC-Benutzung	WC
	Friseur*in/Barbier*in	hairdresser/barber
	Sexspielzeug	sex toy
	Spritzentausch	syringe exchange
	Oralsex	oral sex
	Vaginalsex	vaginal intercourse
	Analsex	anal sex

Spanisch	tatuaje	tatouage	tatuagem
Französisch	pierce	piercing	piercing
Portugiesisch	comer juntos	manger ensemble	comer juntos
	usar el baño	Utiliser la salle de bain	usar o banheiro
	piscina	piscine	piscina
	WC
	peluquero	coiffeur/barbier	cabeleireiro/ barbeiro
	juguetes sexuales	jouets sexuels	brinquedos sexuais
	intercambio de jeringas	echange de seringues	troca de seringas
	sexo oral	sexe oral	sexo oral
	relaciones sexuales vaginales	Rapports vaginaux	relações sexuais vaginais
	sexo anal	sexe anal	sexo anal

Bosnisch	tetovirati	tetovirati	тетовирати
Kroatisch	napraviti piercing	napraviti piercing	направити пиерцинг
Serbisch	jesti zajedno	jesti zajedno	јести заједно
	koristiti kupatilo	koristiti kupaonu	користити купатило
	bazen	bazen	базен
	toalet	zahod	тоалет
	frizer/barber	frizer/barber	фризер/барбер
	seks igračke	seks igračke	секс играчке
	zamjena igala	zamjena igala	замена игала
	oralni odnos	oralni odnos	орални однос
	vaginalni odnos	vaginalni odnos	вагинални однос
	analni odnos	analni odnos	анални однос

Bulgarisch	татуиpам	tatuaj	Dövme yaptırma	tatuarsi
Rumänisch	?	piercing	Piercing yaptırma	farsi fare un piercing
Türkisch	хранене заедно	mîncatul împreună	birlikte yemek	mangiare insieme
Italienisch	използване на банята	Folosirea toaletei	banyo yu kullanmak	utilizzare il bagno
	басейн	Piscină	Havuz	piscina
	тоалетна	WC	Tuvalet	WC
	фризьор / бръснар	Friseur/Bărbier	Kuaför/Berber	parruchiere
	секс играчки	jucării sexuale	Seks oyuncakları	giocattolo sessuale
	размяна на спринцовки	Schimbarea seringii	İğne değişimi	sesso orale
	орален секс	sex oral	oral ilişki	sesso orale
	вагинален секс	sex vaginal	vajinal ilişki	sesso vaginale
	анален секс	sex anal	anal ilişki	sesso anale

Arabisch	الوشم
	ثقب
	تناول الطعام معا
	استخدام الحمام
	حمام سباحة
	توليت
	الكوافير
	اللعب الجنسية
	غير الحقنة
	الجنس الفموي/الجنس عن طريق الفم
	الجماع المهبلي/الجنس المهبلي
	الاتصال الجنسي الشرجي

Farsi	خال کوبی
	?
	باهم غذا خوردن
	استفاده از حمام
	استخر
	استفاده از دستشویی
	اصلاح(سلمانی)
	آلات تناسلی مصنوعی
	تبادل سرنگ
	رابطه جنسی از طریق واژن
	?
	?

Übersetzungen
S. 42-43

Durch folgende Übertragungswege wird das HIV-Virus übertragen:

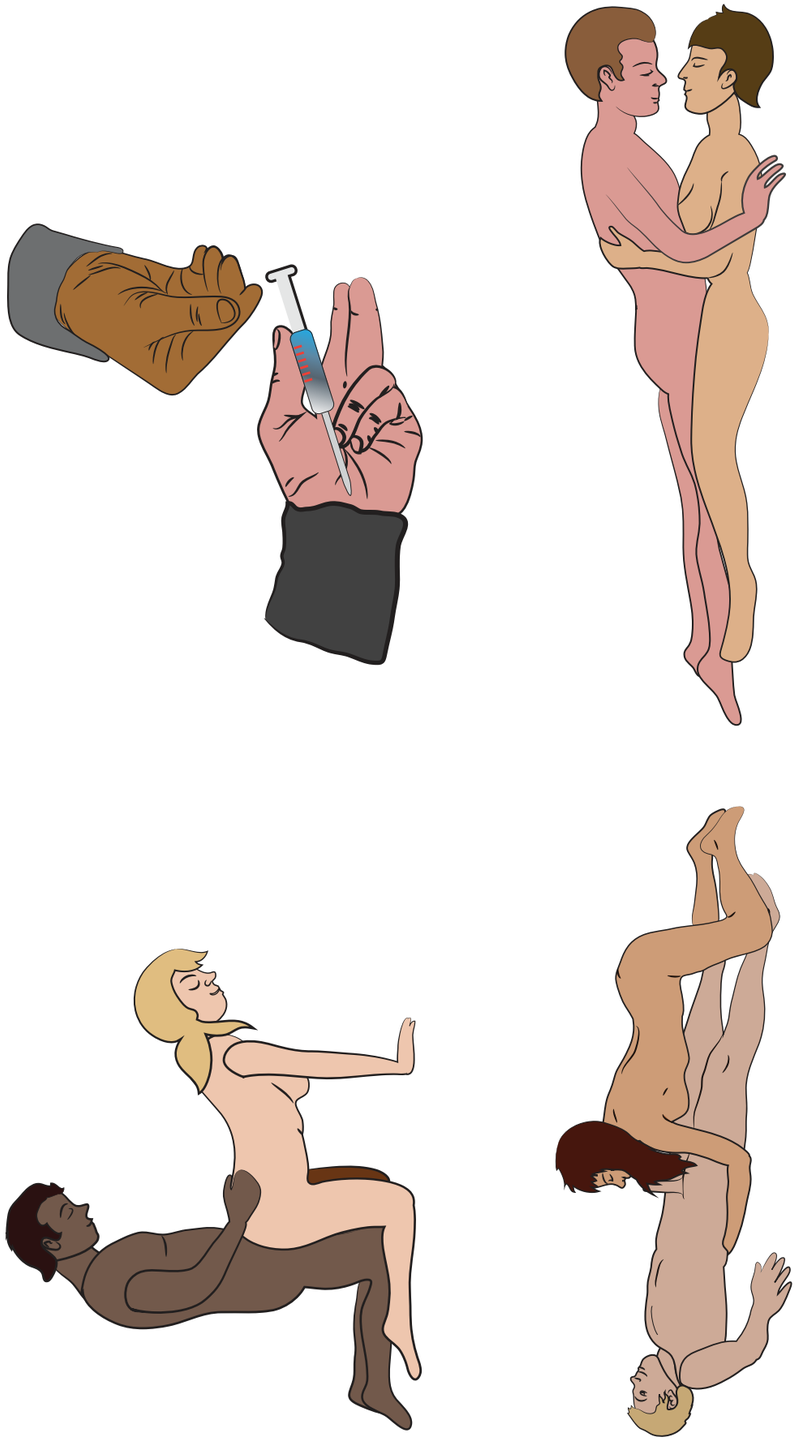
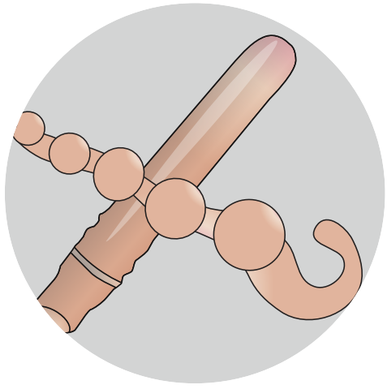


Illustration: Luiz Lehner

Safer Sex bietet Schutz vor HIV, indem ein Kondom, ein LECKTUCH oder ein FEMIDOM beim jeweilig präferierten Geschlechtsverkehr (anal, oral, vaginal) verwendet wird und verhindert, dass das HI-Virus mit den Schleimhäuten in Berührung kommt und in den Körper gelangt. Beim Oralverkehr sollte darauf geachtet werden, dass kein Blut oder Sperma in den Mund gelangt. **Sexspielzeug**[21] sollte desinfiziert werden, wenn es von mehreren Menschen verwendet wird.

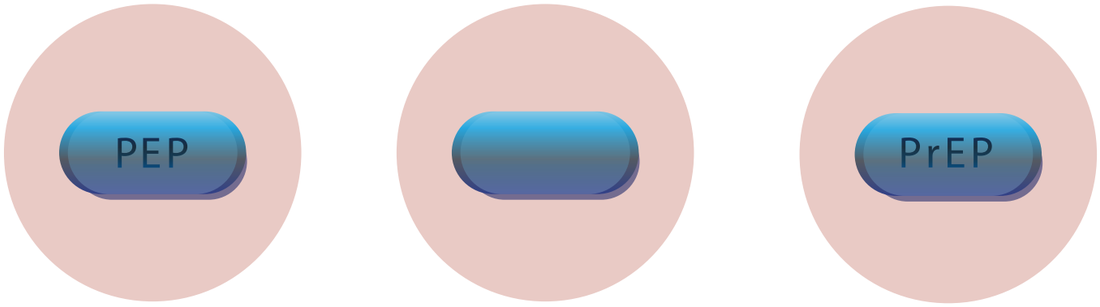


Übersetzungen
S. 42-43

Eine weitere Form von Safer Sex stellt Undetectable (nicht nachweisbar) = Untransmittable (nicht übertragbar) dar. Dies bedeutet, dass HIV-positive Menschen ihre Sexualpartner*innen durch „Therapie-Einnahme schützen" können. Denn unter effektiver Therapie[22] sinkt die Viruslast einer HIV-positiven Person unter die Nachweisgrenze. HIV ist dann – auch beim Sex – nicht mehr übertragbar. Dies setzt voraus, dass auf die konsequente Therapie-Einnahme und deren Wirksamkeit vertraut werden kann. Daher ist diese Methode im Paarsetting gut geeignet.

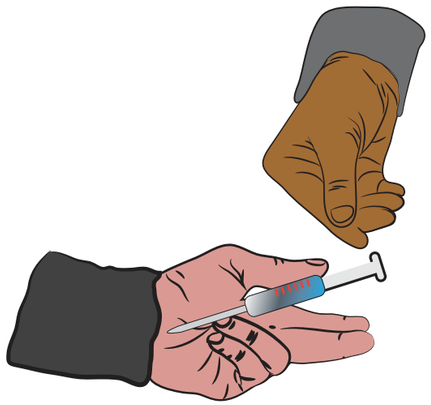
Schließlich gibt es die Möglichkeit eines Bilanztests: Beide Partner*innen machen einen HIV-Test, wenn beide HIV-negativ sind, kann in einer monogamen Beziehung auf die Verwendung eines Kondoms verzichtet werden. Wichtig ist hierbei das diagnostische Fenster zu beachten, da eine HIV-Infektion mit den am häufigsten verwendeten Tests frühestens sechs Wochen nach einem Infektionsereignis im Blut nachweisbar ist.

21 Sowie auch alle Gegenstände die beim Geschlechtsverkehr mit wechselnden Partner*innen verwendet werden (wie etwa Handschuhe, Gleitgel und dergleichen).
22 Effektive Therapie beinhaltet die regelmäßige HIV-Medikamenteneinnahme sowie regelmäßige Bluttests (vgl. Aids Hilfe Wien 2017b).



Für Menschen, die CHEMSEX praktizieren, ist das Wissen um die **PEP** und **PrEP** von Bedeutung. CHEMSEX bedeutet, die Einnahme von chemischen Substanzen[23] zum Sex um bspw. das Lustgefühl zu steigern. Da im Zuge dessen auch Hemmschwellen sinken können, ist es möglich, dass Präventions- und Schutzmaßnahmen vernachlässigt und riskantere Sexualpraktiken in Kauf genommen werden. Des Weiteren werden gelegentlich Utensilien für den Drogengebrauch gemeinsam verwendet, was ebenfalls Infektionsrisiken birgt. Für Menschen, die CHEMSEX praktizieren und/oder (aus anderen Gründen) besonders vulnerabel für eine Infektion mit HIV sind, gibt es die PrEP (Vorsorge vor einem möglichen HIV-Kontakt). Dabei handelt es sich um HIV-Medikamente, deren regelmäßige Einnahme über einen bestimmten Zeitraum das Risiko einer Ansteckung erheblich reduzieren. Vorab muss ärztlich abgeklärt werden, ob die PrEP als Präventionsmittel in der persönlichen Situation sinnvoll und geeignet ist. Die PrEP ist kostenpflichtig, dh. die Kosten werden (derzeit) nicht von den Krankenkassen übernommen. Darüber hinaus sind regelmäßige ärztliche Kontrolluntersuchungen bei HIV Spezialist*innen erforderlich. (Vgl. Aids Hilfe Wien 2017a)

Safer Use schützt vor Infektionen, die durch Blutkontakt übertragen werden, wie auch HIV. Beim Drogenkonsum sollten Spritzen (Needle sharing) und andere Utensilien (Röhrchen zum Sniffen, Löffel usw.) nicht gemeinsam verwendet werden, um Infektionen zu verhindern. (Vgl. Die AIDS-Hilfen Österreichs 2018)



Übersetzungen
S. 42-43

23 Mit Chems sind chemische Substanzen wie etwa Metamphetamin (bspw. Crystal Meth), Mephedron (bspw. Meph) oder Gammahydroxybuturate (bspw. Liquid) gemeint.

Illustration: Luiz Lehner

Zugang Gesundheitssystem in Österreich

S. 48

Um den Jugendlichen, die in unterschiedlichsten Herkunftsländern und Gesundheitssystemen sozialisiert wurden, einen gleichberechtigten **Zugang zum österreichischen Gesundheitssystem** zu ermöglichen, sind Informationen diesbezüglich wichtig. Auch die Vermittlung der Haltung, dass man bereits zu Ärzt*innen geht, um Krankheiten vorzubeugen und nicht erst, wenn Probleme bestehen, stellt eine wichtige Basisinformation dar.

In Österreich hat jede*r das Recht seine*n Ärzt*in im niedergelassenen Bereich selbst auszuwählen. Es gibt unterschiedliche Formen der Verrechnung mit den Krankenkassen. Es gibt Kassen-, Wahl-, und Privatärzt*innen. Viele Leistungen sind bei Kassenärzt*innen kostenfrei (sofern eine E-card vorhanden ist), bei manchen Versicherungsträger*innen können jedoch auch Selbstbehalte anfallen. Bei unterschiedlichen Beschwerden kann man, je nachdem welche Körperregion betroffen ist und welche Symptome man hat, zu unterschiedlichen Fachärzt*innen gehen. Also wenn man bspw. Probleme mit der Lunge hat, gibt es dafür Lungen-Fachärzt*innen.

Wenn allgemeine/unspezifische Beschwerden vorliegen oder man bezüglich der fachärztlichen Zuständigkeit unsicher ist, gibt es die Möglichkeit Allgemeinmediziner*innen aufzusuchen, die zu den Fachärzt*innen weiterverweisen. (Vgl. BMASGK, 2020a,e) Bei starken Beschwerden kann die Notfallambulanz eines Krankenhauses aufgesucht werden. Zusätzlich gibt es die Möglichkeit einer telefonischen Gesundheitsberatung. Die Nummer „1450“ ist österreichweit ohne Vorwahl rund um die Uhr erreichbar. Bei Anruf erhält man Empfehlungen, was im vorliegenden Beschwerdefall zu tun ist. In einem Notfall wird außerdem ein Rettungsdienst entsandt. Die Gesundheitsberatung selbst ist kostenlos, für das Telefonat werden nur die Gesprächskosten des eigenen Anbieters verrechnet. (Vgl. BMASGK 2020i)

S. 48

Einen weiteren wichtigen Baustein des Gesundheitssystems stellt die **psychosoziale Betreuung und Beratung** dar. Psychische Probleme sind allgegenwärtig und können gerade im Zusammenhang mit einer Infektion mit STDs, Unsicherheiten bzgl. der eigenen Geschlechtsidentität und ähnlichem eine wichtige Rolle einnehmen.

Rasche Unterstützung in Krisensituationen bietet die Psychiatrische Soforthilfe (PSD-Wien). Die Wiener Rufnummer (01)31330 ist rund um die Uhr erreichbar. Darüber hinaus ist die Telefonseelsorge unter der österreichweiten Notrufnummer 142 rund um die Uhr Ansprechpartner*in für Menschen in psychischen Krisensituationen. Die Telefonseelsorge steht außerdem per E-Mail und Chat zur Verfügung. (Vgl. BMASGK 2020g)

Wer hilft bei welchen Beschwerden?

Beschwerden (Symptome)	Arzt*/Ärztin*	Tätigkeitsfeld
Bei Beschwerden jeglicher Art (Diagnose und Behandlung)	Allgemeiner Arzt*/Ärztin*	Vermittlung und Zusammenarbeit mit anderen Fachärzt*innen, Gesundheitsförderung (Vor- und Nachsorge), Früherkennung
Hautprobleme wie bspw. jucken, Bläschen, Pickel, usw. (betrifft auch Hautprobleme, die im Intimbereich auftreten)	Hautarzt*/Hautärztin*/ (Dermatolog*in)	Zuständig für jegliche Veränderungen an Haut- und Schleimhäuten. Außerdem sind diese Fachärzt*innen auch meist auf Geschlechtskrankheiten spezialisiert.
Schmerzen im Unterbauch (ziehen, stechen), grau-gelber Ausfluss, Warzen im Genitalbereich, Zwischenblutungen, Schmerzen beim Urinieren	Frauenarzt*/Frauenärztin* (Gynäkolog*in)	Zuständig für Fragen der Frauen*gesundheit (wie etwa: Regelblutung, Verhütung, Schwangerschaft, Geburt, Vorsorgeuntersuchungen usw.)
Entzündungen der Vorhaut oder Eichel, Ausfluss, Schmerzen, Veränderungen im Genitalbereich	Urolog*in	Zuständig für Fragen der Männer*gesundheit (wie etwa ERECTIONSSTÖRUNGEN, Unfruchtbarkeit, Vorsorgeuntersuchung äußere und innere männliche Geschlechtsorgane sowie Niere, Harnblase, Harnleiter, Harnröhre

Beschwerden (Symptome)	Professionist*in	Tätigkeitsfeld
Ängste, traurige Verstimmungen über einen längeren Zeitraum, Depressionen, Krisen, Zwangsgedanken, körperliche Beschwerden ohne feststellbare organische Ursache, belastende Lebenssituationen und dergleichen	Psychotherapeut*in, Psycholog*in	Zuständig für Fragen in Bezug auf seelische Probleme jeglicher Art

(Vgl. Rat auf Draht 2019) und (Vgl. BMASGK, 2020 a,b,d; BMASGK, 2020h)

S. 50

Vorbereitung auf Gespräch mit Ärzt*innen

Jugendliche sollten auf folgendes Acht geben bei der Auswahl von Ärzt*innen:

→ sich wohl fühlen mit der Person und bei der Untersuchung
→ Vertrauen zur behandelnden Person (Vgl. Bayer 2015, 7)

Wenn diese persönliche Entscheidung getroffen ist, wird ein Termin vereinbart. Für einen Termin mit Fachärzt*innen, die einen Kassenvertrag haben, wird lediglich eine E-card benötigt. Ärztliches Fachpersonal unterliegt der Schweigepflicht und muss Fragen vertraulich behandeln. Wenn Jugendliche über 14 Jahre alt sind, müssen die Eltern der Untersuchung nicht mehr zustimmen. Vor dem Termin sollten Fragen notiert werden, damit diese dann in der Aufregung nicht vergessen werden. Wichtig: Falls beim ersten Gespräch festgestellt wird, dass man sich gegenüber der/dem behandelnde*n Ärzt*in unwohl fühlt, muss man sich nicht untersuchen lassen. (Vgl. Bmfj 2017, 27)

Vor dem Besuch bei Frauenärzt*innen ist es ratsam, zu vermerken wann die allererste Regelblutung[24] eingesetzt hat und wann sie zuletzt gewesen ist. Auch die Dauer der Regelblutung und etwaige Besonderheiten (wie bspw. Schmerzen, Abstände zwischen den Blutungen) sind hierbei von Bedeutung. Vor der Untersuchung erfolgt ein Gespräch, in dem abgeklärt wird aus welchem Grund der Termin vereinbart wurde (Vorsorge, bestehende Beschwerden, Informationsbedarf usw.). Danach werden zumeist etwaige Untersuchungsmaßnahmen erklärt. Um sich bei der körperlichen Untersuchung (bei der man sich entkleiden muss) wohler zu fühlen, kann ein langes Oberteil, ein Rock oder Kleid getragen werden. Falls eine Untersuchung erfolgt, gibt es ein Nachgespräch, bei dem nochmals Fragen gestellt werden können. (Vgl. Bayer 2015, 8f) Das Reinigen des Intimbereichs mit Wasser vor einer gynäkologischen oder urologischen Untersuchung ist empfehlenswert.

24 Sofern man eine Regelblutung hat.

✓	Checkliste vor Ärzt*innen-Besuch
	Persönliche Ärzt*innen-Auswahl treffen
	Terminvereinbarung
	E-card mitnehmen (bei Kassenvertrag)
	Zustimmung der Eltern (bis 14 Jahre notwendig)
	Grund der Terminvereinbarung (z.Bsp.: Symptome, Beschwerden, konkrete Beobachtungen, Fragen, Ängste)
	Evtl. Fragen aufschreiben
	Bei Frauenärzt*innen: Zeitpunkt und Dauer von Regelblutung notieren sowie Besonderheiten
	Komfortable Bekleidung bei Bedarf anziehen (langes Leibchen, Rock oder ähnliches)

Ablauf vor Ort

→ Vorgespräch (Abklärung Grund für Besuch)
→ Evtl. Untersuchung
→ Nachgespräch (Klärung von offenen Fragen, Besprechung etwaiger Untersuchungen)

Unterscheidung Begrifflichkeiten

Tradierte Rollenbilder hinterfragen zu können und eine selbstbestimmte sexuelle Identität zu entwickeln, erfordert Hintergrundwissen zum Thema „gender" und „sex". Unter „sex" versteht man das bei der Geburt biologisch zugeordnete Geschlecht eines Menschen. Dann gibt es noch „gender", das soziale Geschlecht bzw. die Geschlechterrolle. Wichtig ist, sich bewusst zu machen, dass ein Baby nach der Geburt keine Vorstellung davon hat, was es bedeutet männlich oder weiblich zu sein, sondern die damit verbundenen Zuschreibungen durch Vorleben, Imitieren, soziale und kulturelle Strukturen mitgegeben werden. (Vgl. Genderplanet 2009b)

Sexuelle Identität ist in diesem Zusammenhang als Überbegriff zu sehen, welcher das biologische und soziale Geschlecht, die Psyche und die sexuelle Orientierung umfasst. Unter der sexuellen Orientierung ist das sexuelle Verlangen Partner*innen gegenüber zu verstehen, welches Selbstbild und Gefühlsebene beinhaltet. (Vgl. Pro Familia o.A.)

Bei den **sexuellen Identitäten** gibt es u.a. folgende Ausprägungen:

S. 52

→ TRANSIDENTITÄT: Menschen, deren Geschlechtsidentität sich von dem bei der Geburt zugewiesenen Geschlecht und/oder von deren äußeren Geschlechtsmerkmalen unterscheidet. Synonym wird oft „Transsexualität" verwendet, wobei dieser von transidenten Personen nicht bevorzugt wird, da kein Sexualverhalten beschrieben wird.
→ INTERGESCHLECHTLICHKEIT: Personen, die mit Geschlechtschromosomen, Genitalien und/oder sekundären Geschlechtsmerkmalen geboren sind, die weder biologisch eindeutig männlich oder weiblich zugeordnet werden können. Die Selbstdefinition kann sich unabhängig davon sehr divers gestalten.
→ **Cis-gender**: Personen, deren Geschlechtsidentität dem Geschlecht entspricht, das ihnen bei der Geburt zugewiesen wurde.
→ **Nicht-**BINÄR: Personen, die sich durch eine zweigeschlechtliche/BINÄRE Einteilung in männlich oder weiblich nicht repräsentiert fühlen. (Vgl. Genderplanet 2009b)

Die **sexuelle Orientierung** kann beschreiben zu wem sich eine Person sexuell hingezogen fühlt, zu wem sie sich emotional hingezogen fühlt, über wen sie phantasiert oder auch sexuelle Kontakte pflegt. Es gibt hierfür diverse Unterscheidungen wie:

→ **Asexualität**: Asexuelle Menschen fühlen in der Regel kein sexuelles Verlangen und fühlen sich nicht sexuell zu anderen Menschen hingezogen. Das schließt allerdings den Wunsch nach einer romantischen Beziehung nicht aus, sondern bezieht sich nur auf die sexuelle Interaktion.

→ **Bisexualität**: Menschen, die Anziehung, Begierde, Sexualität spüren bzw. leben sowohl gegenüber Frauen* als auch gegenüber Männern*. Es liegt ein eher BINÄRES Verständnis von Geschlecht zugrunde.

→ **Heterosexualität**: Personen, die eine gegengeschlechtliche Anziehung, Begierde, Sexualität spüren bzw. leben. Hierbei liegt eine eher BINÄRE Vorstellung von Geschlecht zugrunde.

→ **Homosexualität**: Personen, die eine gleichgeschlechtliche Anziehung, Begierde, Sexualität spüren bzw. leben. Hierbei liegt eine eher BINÄRE Vorstellung von Geschlecht zugrunde.

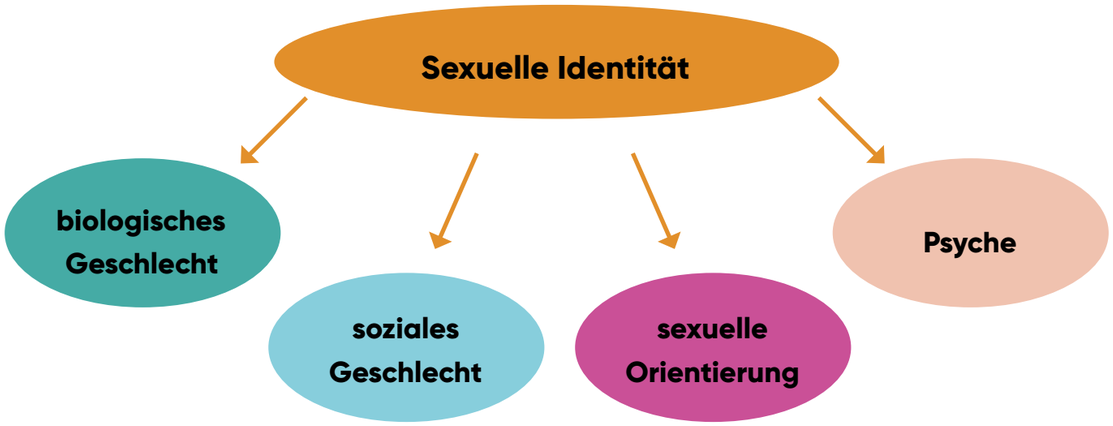
→ **Pansexualität**: Menschen deren sexuelle Orientierung nicht auf ein bestimmtes biologisches und/oder SOZIALES GESCHLECHT fixiert ist. Es liegt keine BINÄRE Vorstellung von Geschlecht zugrunde.

(Vgl. u.a. Genderplanet 2009ab; Pro Familia o.A.)

Übergänge zwischen sexuellen Orientierungen können fließend sein. Jeder Mensch besitzt die Fähigkeit sich in Menschen des gleichen Geschlechts zu verlieben. Diese Fähigkeit ist individuell von Mensch zu Mensch unterschiedlich und kann je nach Lebensphase unterschiedlich ausgeprägt sein. (Vgl. Magistrat der Stadt Wien 2019)

Das SOZIALE GESCHLECHT beinhaltet kulturelle Rollenbilder, die vorgeben, was es in der jeweiligen Gesellschaft bedeutet männlich oder weiblich zu sein. Gender und Queer Studies wollen diese sozialen Konstrukte dekonstruieren.

Im Sinne einer freiheitlich demokratischen Gesellschaft ist das Besprechen solcher Inhalte so früh wie möglich wichtig, da viele Menschen unter Diskriminierung leiden, weil sie „nicht der Norm" entsprechen. Für die Arbeit mit Jugendlichen bedeutet das, dass man traditionelle Rollenbilder hinterfragt und die Möglichkeit aufzeigt, dass es eine Vielfalt von Geschlechtern gibt (vgl. Genderplanet 2009a).



ÜBUNG

Hinterfragen von Gendernormen

Geschlechtervorurteile können sich an unterschiedlichsten Sachverhalten manifestieren, wie etwa Kleidung, Äußerlichkeiten, Beruf, charakterlichen Eigenschaften, Verhaltensweisen und Hobbies. Diese Zuschreibungen kann man aufweichen, indem die Diskussion diesbezüglich eröffnet wird.
Es kann zum Beispiel gefragt werden: Was versteht ihr unter männlich/weiblich? Woher wisst ihr, dass eine Person ein Mann*/eine Frau* ist? Welche Verhaltensweisen sind männlich/weiblich? Welche Berufe sind typisch männlich/weiblich?

Nachdem die Meinungen zu den oben angeführten Fragen gesammelt wurden, kann dann anhand von den unten angeführten Beispielbildern eine Diskussion eröffnet werden. Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten, da es sich ausschließlich um Interpretationen und Vermutungen handelt. Dabei sollte darauf geachtet werden, dass es zu keinen diskriminierenden Äußerungen kommt. Das Gespräch sollte angeleitet werden. Falls es dennoch im Gruppengeschehen zu diskriminierenden Äußerungen kommt, sollte dies von der Gruppenleitung aufgefangen und umgedeutet werden. Es kann bspw. angeregt werden persönliche Sichtweisen einzubringen, welche dann in der Gruppe gemeinsam bewertet werden. Bewertungskriterien könnten sein, ob sie diskriminierend sind/empfunden werden und wenn ja warum.

Mögliche Fragestelllungen können sein:

→ Welche Person ist nicht eindeutig zuzuordnen in Bezug auf Geschlecht?
→ Wer irritiert deine Vorstellung von Mann*/Frau*-Sein?
→ Welche sexuelle Identität hat/haben die abgebildete*n Person*en?
→ Wie fühlt/fühlen sich die abgebildete*n Person*en?

Im Gespräch können Vorurteile angesprochen werden und soziale, kulturelle und strukturelle Zuschreibungen sichtbar werden. (Vgl. Timmermanns/Tuider 2008, 107f)

Illustration: Luiz Lehner

Kommunikations- und Entscheidungsfindungskompetenzen

Beziehungen sind Verbindungen zwischen zwei oder mehreren Personen. Es gibt unterschiedliche Formen von Beziehungen und jeder Mensch pflegt unterschiedliche Arten von Beziehungen. Der Bogen spannt sich hier von losen Bekanntschaften, über Freundschaften, bis hin zu intimen Beziehungen und Partnerschaften. Es gibt unterschiedliche Formen von Verbindung in Bezug auf den Umgang mit Sexualität, z.Bsp.: eine offene Beziehung, eine monogame Beziehung, eine Affäre. Aber auch in Bezug auf die rechtliche Ausgestaltung einer Beziehung gibt es z.Bsp.: eingetragene Partnerschaften und die Ehe. Und es gibt Beziehungen, die aus mehreren Personen bestehen, wie etwa polygame Beziehungsformen[25] . Die ersten Beziehungserfahrungen werden meist in der Familie gemacht. Eine wichtige Basis für zwischenmenschliche Beziehungen bilden Respekt, Würde und Mitgefühl. Jugendliche beginnen in einem vulnerablen Alter mit ihrer Sexualität zu experimentieren. Daher ist wichtig, sie hinsichtlich ihrer Entscheidungsfindungskompetenzen zu unterstützen. Jugendliche sollten Wissen darüber haben, dass intime Beziehungen sicher, respektvoll, genussvoll und einvernehmlich gestaltet sein sollten. (Vgl. International Sexuality and HIV Curriculum Working Group 2009, 117,119,120f) Freundschaft ist eine der wichtigsten zwischenmenschlichen Beziehungen, die wir pflegen. Diese Beziehungsform zeichnet sich unter anderem durch ähnliche Erwartungshaltungen, Interessen, Einstellungen, Einfühlungsvermögen und Kommunikationsfähigkeit aus. So eine Beziehungserfahrung hilft Jugendlichen Erfahrungen im Umgang miteinander zu sammeln, was wiederum auch in romantischen Beziehungen sowie sexuellen Partnerschaften Anwendung finden kann. Wichtig ist, Jugendlichen zu vermitteln, dass es völlig in Ordnung ist Beziehungen, die einem der beiden Partner*innen Schaden zufügen, zu beenden. (Vgl. ebd. 120f,123f) Ebenso wichtig ist es zu wissen, dass alle Formen von Gewalt (inklusive sexueller Gewalt wie bspw. Vergewaltigungen) in Beziehungen/Partnerschaften in Österreich strafbar sind. (Vgl. Stadt Wien Frauenrechte 2019)

Entscheidungsfindungs- und Kommunikationskompetenzen können trainiert und angelernt werden. Aktives Zuhören und nicht-wertende Antworten sind die Basis guter Kommunikationskompetenzen. Auch die richtige Interpretation der (nonverbalen) Körpersprache eines Menschen spielt eine wichtige Rolle. Hilfreich kann sein, zu versuchen den Anderen zu verstehen, Augenkontakt herzustellen, eine bejahende Haltung einzunehmen und nachzufragen, wenn etwas nicht verstanden wurde. (Vgl. ebd. 140f, 146)

S. 57

Kommunikation kann direkt und indirekt stattfinden. Wenn direkt kommuniziert wird, werden Inhalte klar angesprochen, z.Bsp.: Wünsche, Gefühle, Erwartungen. Bei indirekter Kommunikation ist es für das Gegenüber schwieriger einzuschätzen, was die Person empfindet.

25 Bezeichnet das Führen von mehreren eheähnlichen Beziehungen.

Folgende Schritte können bei Entscheidungsfindungsprozessen hilfreich sein:

1. Alle Optionen, die man hat, auflisten
2. Abwägen, was für die eine Möglichkeit und was für die andere Möglichkeit spricht
3. Gegebenenfalls Rat/Sichtweisen von anderen einholen, um sich eine eigene Meinung zu bilden
4. Entscheidung revidieren, wenn man damit nicht zufrieden ist

Wichtig ist, sich für Entscheidungen Zeit zu nehmen und sich nicht drängen zu lassen. In sexuellen Partnerschaften ist Vertrauen eine wichtige Grundlage, um sich sicher und gut aufgehoben fühlen zu können. Es sollte Konsens darüber geben, dass Sexualität und Intimität in gegenseitigem Einvernehmen erfolgen. Ebenso essenziell ist es über etwaige Bedürfnisse, Verhütungsmethoden und Schutzmöglichkeiten vor STDs und HIV sowie den eigenen HIV/STDs-Status zu sprechen. Verhütungsmethoden und Schutzmaßnahmen betreffen alle Sexualpartner*innen und sollten gemeinsam entschieden werden. Junge Menschen befinden sich in einem Lernprozess darüber, dass sichere sexuelle Partnerschaften ausgehandelt werden müssen. Daher ist wichtig sie zu ermutigen, darüber zu sprechen, was sie (in sexuellen Partnerschaften) wollen und was nicht. Kommunikations- und Handlungskompetenzen sollten bereits im Jugendalter etabliert werden, damit sie (auch) im Erwachsenenalter entsprechend eingesetzt werden können. (Vgl. International Sexuality and HIV Curriculum Working Group 2009, 148, 151,130f)

Beispiele für hemmendes und förderliches Kommunikationsverhalten:

Hemmendes Kommunikationsverhalten	Förderliches Kommunikationsverhalten
Unfreundlich sein (Ton, Mimik, Gestik, Blick)	Freundlicher Umgang miteinander und Blickkontakt
Nicht ausreden lassen, kurz angebunden sein	Zuhören
Drohen	Sich anlächeln
Kritik (Vorwürfe machen, auf Schwächen des anderen fokussiert sein, Bewertung)	Lob
Desinteresse am anderen (ungeduldig sein, unruhig sein,..)	Interesse zeigen (nachfragen), Zustimmung, Anerkennung
Sich abwenden	Sich zuwenden und zunicken, Bestätigung geben

(Vgl. Wendlandt 2017)

Pornografische Darstellungen

Neue bzw. digitale Medien stellen eine große Chance und Bereicherung dar. Sie können aber auch eine Herausforderung sein, da Jugendliche mit Inhalten in Berührung kommen, die oftmals nicht mit ihrem Entwicklungsstand korrelieren. Besonders deutlich werden Herausforderungen im Bereich der Pornographie. Das Konsumieren von Pornos ist gesetzlich erst ab 18 Jahren erlaubt. Allerdings sind pornografische Inhalte im Internet leicht zugänglich. Da Pornos unrealistische, einseitige und teils auch gewalttätige Darstellungen beinhalten, ist es wichtig dies relativ früh zu thematisieren. Es können Unsicherheiten hinsichtlich des eigenen Körpers auftreten und Fehlinformationen (bspw. Wie kommt es zu Geschlechtsverkehr? Wie funktioniert Sex?) aufgenommen werden. Dadurch entstehen falsche Vorstellungen und Bilder, die mit der Realität wenig bis gar nichts zu tun haben. (Vgl. saferinternet 2019c)

Wichtig ist es aufzuzeigen, dass Pornos nicht die Realität abbilden, da es sich um Schauspieler*innen und inszenierte Filme handelt. Jugendlichen sollten andere Möglichkeiten der Information über Sexualität angeboten werden, wie etwa Infobroschüren oder Webseiten über Sexualaufklärung. (Vgl. saferinternet 2019b)

Adressen für verlässliche Informationen diesbezüglich sind:

→ www.rataufdraht.at

→ www.feel-ok.at/de_AT/jugendliche/jugendliche.cfm

→ www.zanzu.de

Sensibilisierung für mögliche Risiken

In sozialen Medien werden oftmals sorglos Bilder geteilt oder private Aufnahmen an Freund*innen verschickt. Wenn jedoch Freundschaften in die Brüche gehen, kann es vorkommen, dass Jugendliche mit den geteilten Privataufnahmen erpresst werden. Darüber hinaus ist es in Chats und Foren möglich Kontakte mit unbekannten Personen zu knüpfen. Auf manchen Chat-Plattformen gibt es Erwachsene, die sich als Jugendliche ausgeben, um an persönliche Daten und Bilder zu gelangen. Mögliche Risiken sind in diesen Fällen SEXTING[26], RACHEPORNOS[27], SEXTORTION[28], CYBERGROOMING[29], MOBBING und STALKING.

26 Unter SEXTING versteht man das Tauschen oder Senden von Nacktaufnahmen per Internet. Es ist ab 14 Jahren erlaubt, aber nur wenn beide damit einverstanden sind. (Vgl. saferinternet 2019a)

27 RACHEPORNOS sind Videos oder Bildaufnahmen, mit denen Rache an ehemaligen Partner*innen genommen wird (vgl. saferinternet 2019d).

28 Unter SEXTORTION versteht man in Videochats gemachte Aufnahmen mit denen dann eine Person erpresst wird (vgl. saferinternet 2019e).

29 CYBERGROOMING bedeutet sexuelle Belästigung durch Erwachsene im Internet, die sich als Jugendliche ausgeben (vgl. saferinternet 2019f).

Es sollte daher gut überlegt werden, welche Bilder oder Videos man von sich online stellt. In sozialen Netzwerken bzw. im Internet allgemein, besteht wenig Kontrolle darüber, was mit dem jeweiligen Bild geschieht, sobald es geteilt wird und das Entfernen (lassen) ist nur schwer möglich. Dennoch lohnt es sich die jeweiligen Seitenbetreiber*innen oder Personen, die das Bild veröffentlicht haben, aufzufordern unerwünschte Bilder zu entfernen. Des Weiteren können rechtliche Schritte eingeleitet werden, sollte es sich um entwürdigende Bilder oder KINDERPORNOGRAFIE (Pädokriminalität) handeln. Jugendliche müssen darin bestärkt werden, sich gegen strafbare Handlungen zur Wehr zu setzen. Vorsichtsmaßnahmen können sein, freizügige Bilder nur auf USB Sticks oder externen Festplatten zu speichern und/oder das Gesicht unkenntlich zu machen. (Vgl. saferinternet 2019 a,d,e)

Auch bei im Netz geknüpften Bekanntschaften muss zur Vorsicht geraten und Jugendliche hinsichtlich des Wahrnehmens ihrer eigenen Grenzen gestärkt werden.

Mögliche Schritte, um Jugendliche zu sensibilisieren, können sein:

→ Aufklärung: Information darüber geben, dass es für die berufliche und private Zukunft hinderlich sein kann, wenn kompromittierende Daten auftauchen. Problembewusstsein entwickeln.
→ Sensibilisierung: Vorsicht entwickeln dafür, mit wem was geteilt wird.
→ Stärkung eigener Grenzen: auf Bauchgefühl hören und „Nein-Sagen".

Außerdem sollte in Bezug auf die Stärkung der Medienkompetenz von Jugendlichen auch mitbedacht werden, dass viele Bilder im Internet Fake sind, ebenso wie es auch Fake User*innen gibt. Bilder oder Videos können bearbeitet werden und Jugendliche werden mit unrealistischen Darstellungen konfrontiert. Hierbei geht es um eine Sensibilisierung für vermeintliche Idealvorstellungen und die Entwicklung eines positiven Körperbildes.

ÜBUNG

Erkennen von Fake User*innen

SCHRITT 1 (IN FORM EINER EINZELARBEIT FÜR JUGENDLICHE)

Die Aufgabestellung lautet: Welche Fragen könnte man stellen, um herauszufinden, ob es sich um einen Erwachsenen handelt, der sich im Internet als Jugendlicher ausgibt?
Die Jugendlichen können dazu unterschiedliche Fragen formulieren, die sie stellen würden.
Falls die Jugendlichen Hilfe beim Formulieren von Fragen brauchen könnten in diesem Zusammenhang mögliche Fragestellungen hilfreich sein:

→ Mit welcher Sprache wird gechattet?
→ Kennt die Person gängige Ausdrücke, die der jeweiligen Jugendkultur zuzuordnen sind?
→ Über welche Themen (Musik, Mode, Kino, Computerspiele) wird gesprochen?
→ Welches (Profil-)Bild wird gezeigt?
→ Welche Informationen habe ich über diese Person?
→ Was passiert, wenn nach der Person im Internet gesucht wird?

SCHRITT 2 (IN FORM EINER GRUPPENARBEIT FÜR JUGENDLICHE)

Jene Fragen, die erarbeitet wurden, können in der Gruppe diskutiert werden um Kriterien zum Erkennen von Fake-User*innen zu erstellen. (Vgl. ÖIAT 2012, 73)

Diese Anlaufstellen können Hilfestellungen im Umgang mit sozialen Medien geben:

→ Saferinternet: www.saferinternet.at | Tipps und Informationen für einen sicheren Umgang mit dem Web.
→ Wien Xtra Jugendinfo: www.wienxtra.at/jugendinfo | Die Infostelle für junge Leute – mitten in der Stadt!| Babenbergerstraße 1/Ecke Burgring, 1010 Wien, Tel.: +43/1/4000-84 100
→ 147 Rat auf Draht: www.rataufdraht.at | Kostenloser, anonymer 24h-Notruf für Kinder, Jugendliche und deren Bezugspersonen unter der Telefonnummer 147 (ohne Vorwahl) Online- und Chat-Beratung

Übersetzungen

Die Übersetzungen in diesem Manual wurden von Mitarbeiter*innen der Einrichtungen FEM Süd und MEN sowie ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen der Aids Hilfe Wien in ihrer persönlichen Erst- oder Zweitsprache (ohne Dolmetscher*innen Ausbildung) getätigt. Der Großteil der genannten Mitarbeiter*innen arbeitet mit Jugendlichen oder Erwachsenen zu Thematiken der Gesundheitsförderung. Es besteht kein Anspruch auf Vollständigkeit und Richtigkeit.

Vulva (Spanisch | **Vulve** (Französisch) | **Vulva** (Portugiesisch)

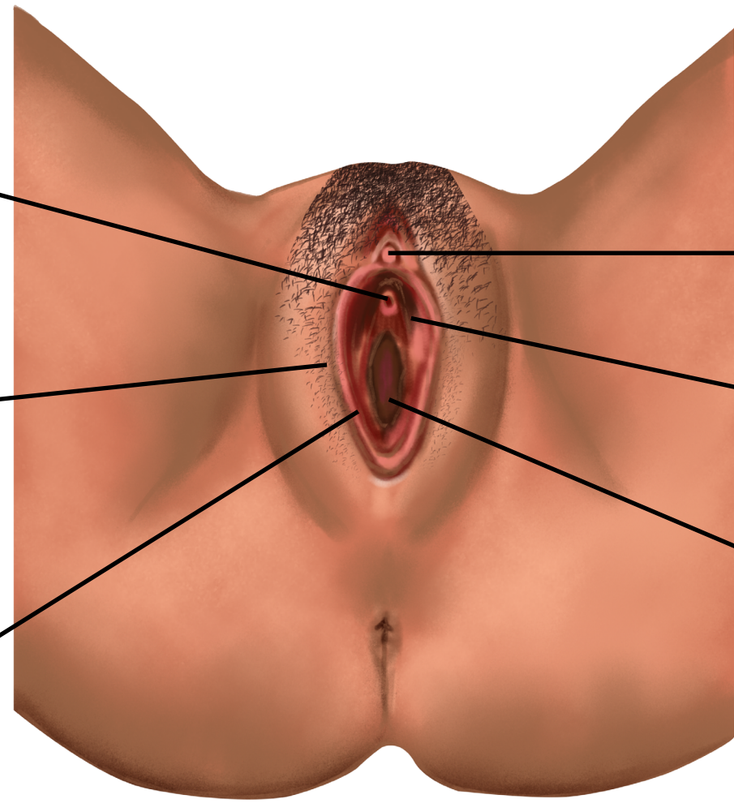


Illustration: Luiz Lehner

Vulva (Bosnisch) | **Vulva** (Kroatisch) | **вулва** (Serbisch)

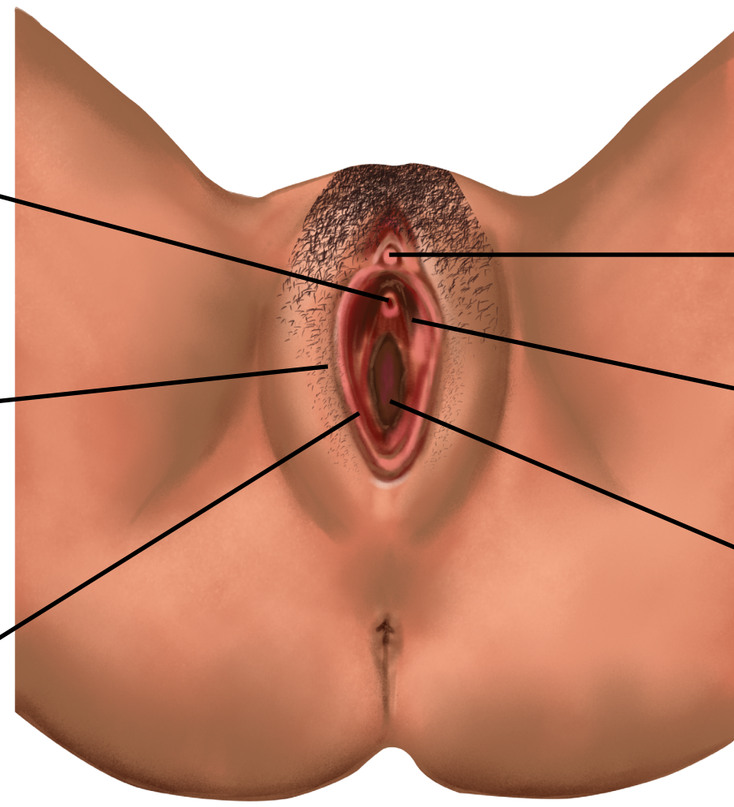


Illustration: Luiz Lehner

Vulva (Italienisch) | **Vulva** (Rumänisch) | **вулва** (Bulgarisch)

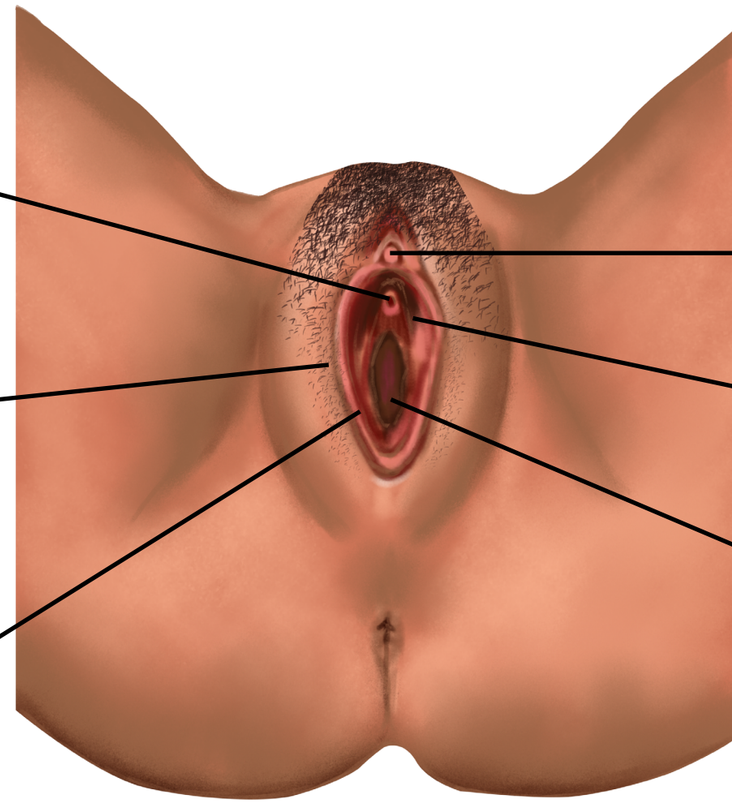


Illustration: Luiz Lehner

Vulva (Türkisch) | الفرج / المهبل (Arabisch) | فرج یا آلت تناسلی زن (Farsi)

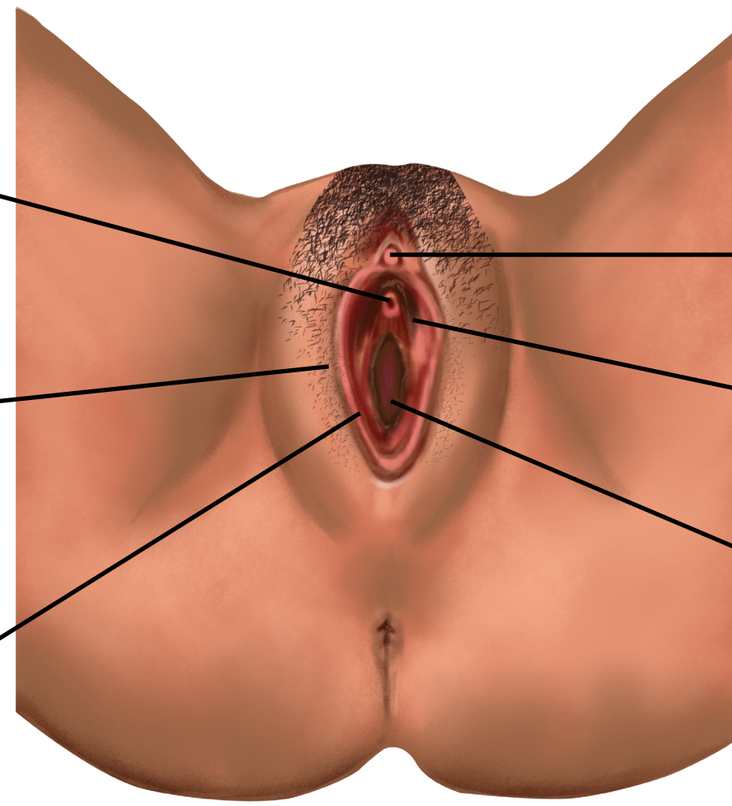


Illustration: Luiz Lehner

Clitorís (Spanisch | Französisch) | **Clitóris** (Portugiesisch)

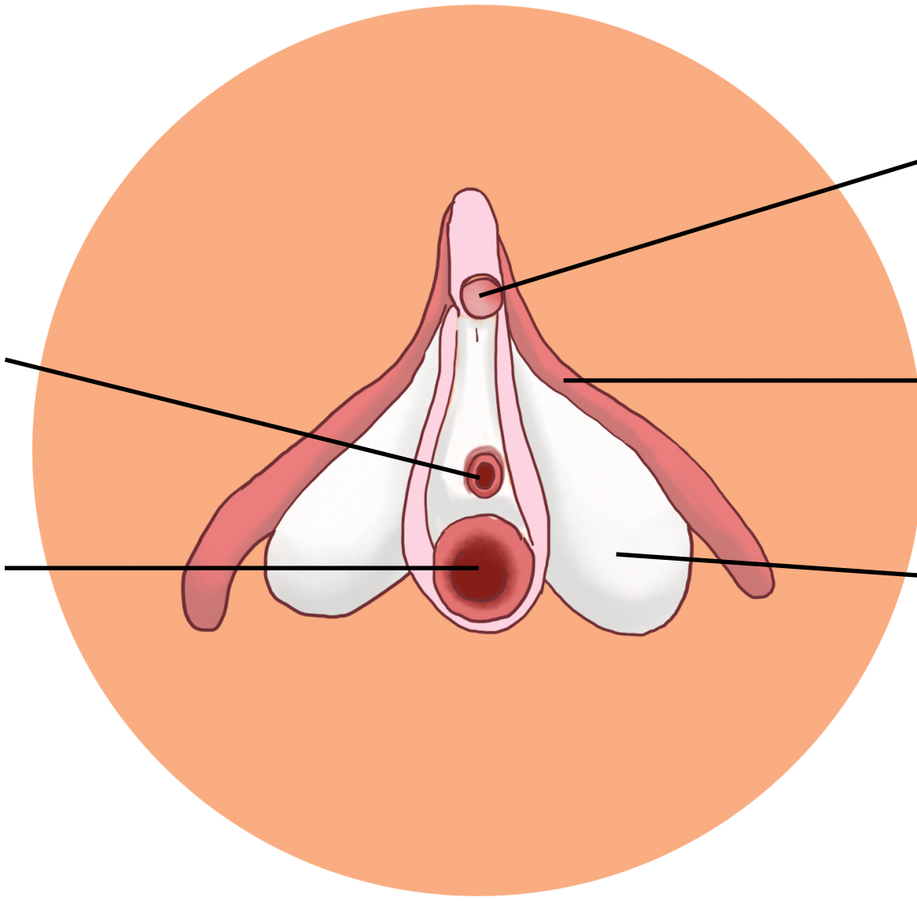


Illustration: Luiz Lehner

Clitoris (Bosnisch | Kroatisch) | **клиторис** (Serbisch)

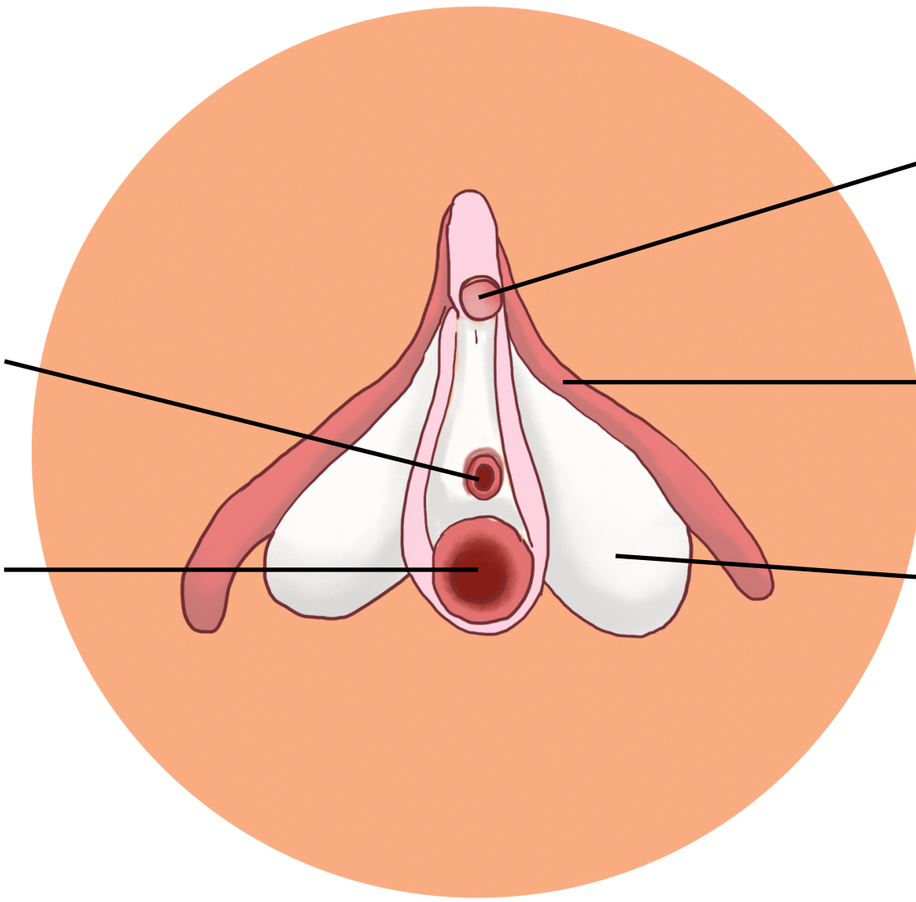


Illustration: Luiz Lehner

Clitoride (Italienisch) | **Clitoris** (Rumänisch) | **клитор** (Bulgarisch)

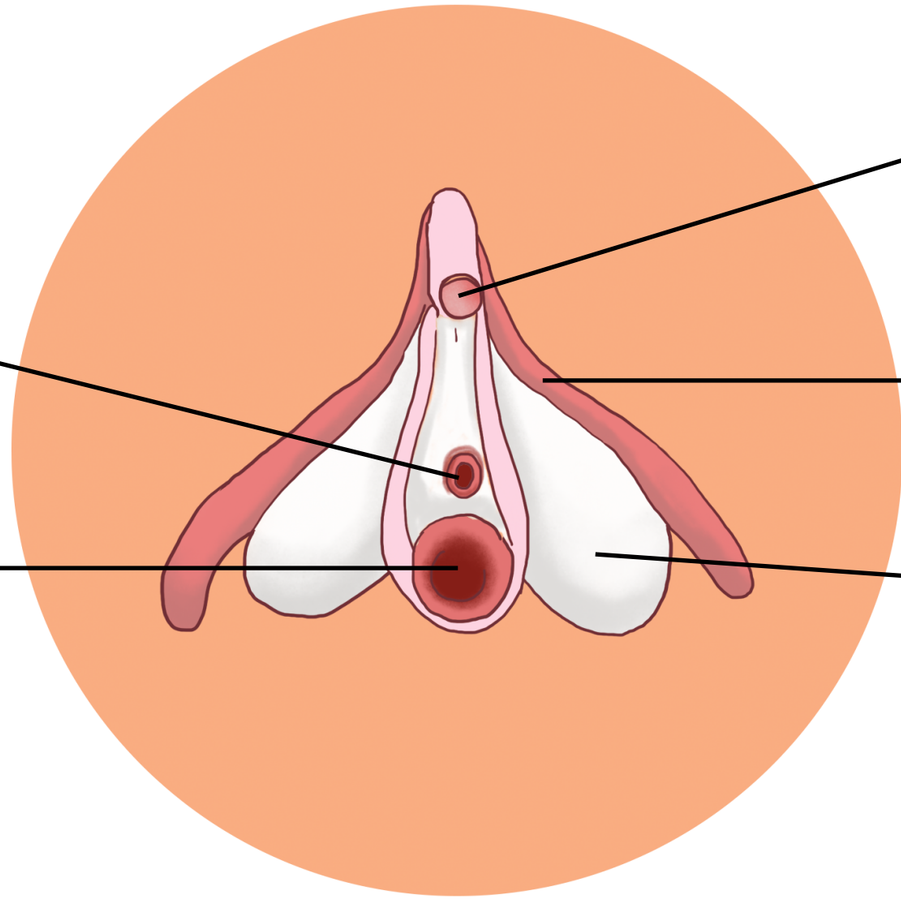


Illustration: Luiz Lehner

Klitoris (Türkisch) | **البظر** (Arabisch) | **نوک کلیتوریس- چوچوله** (Farsi)

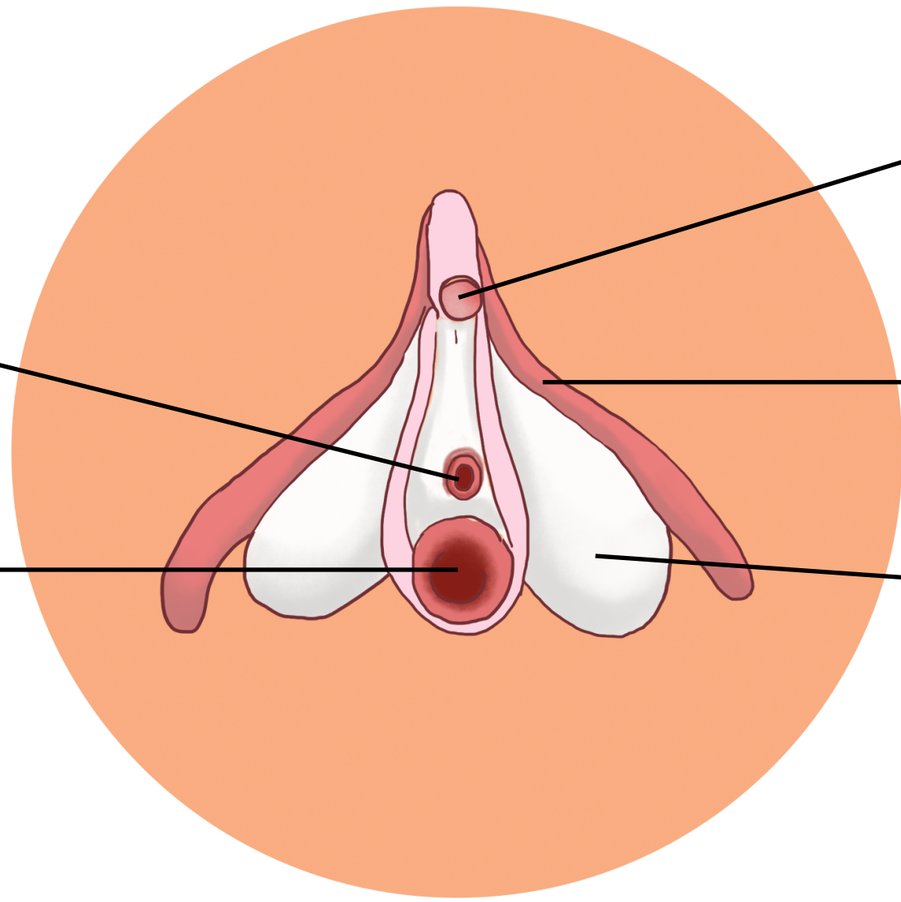


Illustration: Luiz Lehner

genitales internos femeninos (Spanisch) | **organes génitaux internes féminins** (Französisch) | **genitais internos femininos** (Portugiesisch)

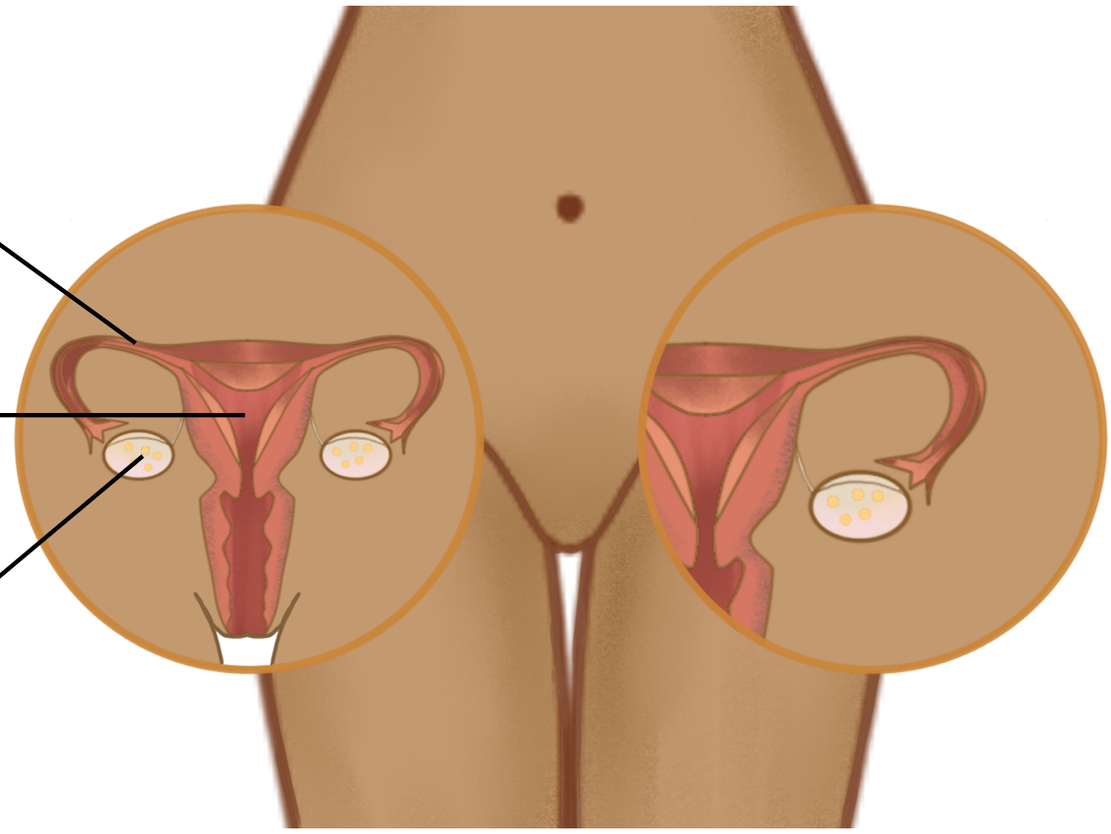


Illustration: Luiz Lehner

unutrašnji spolni organi žene (Bosnisch) | **unutarnji spolni organi žene** (Kroatisch) | **унутрашњи полни органи жене** (Serbisch)

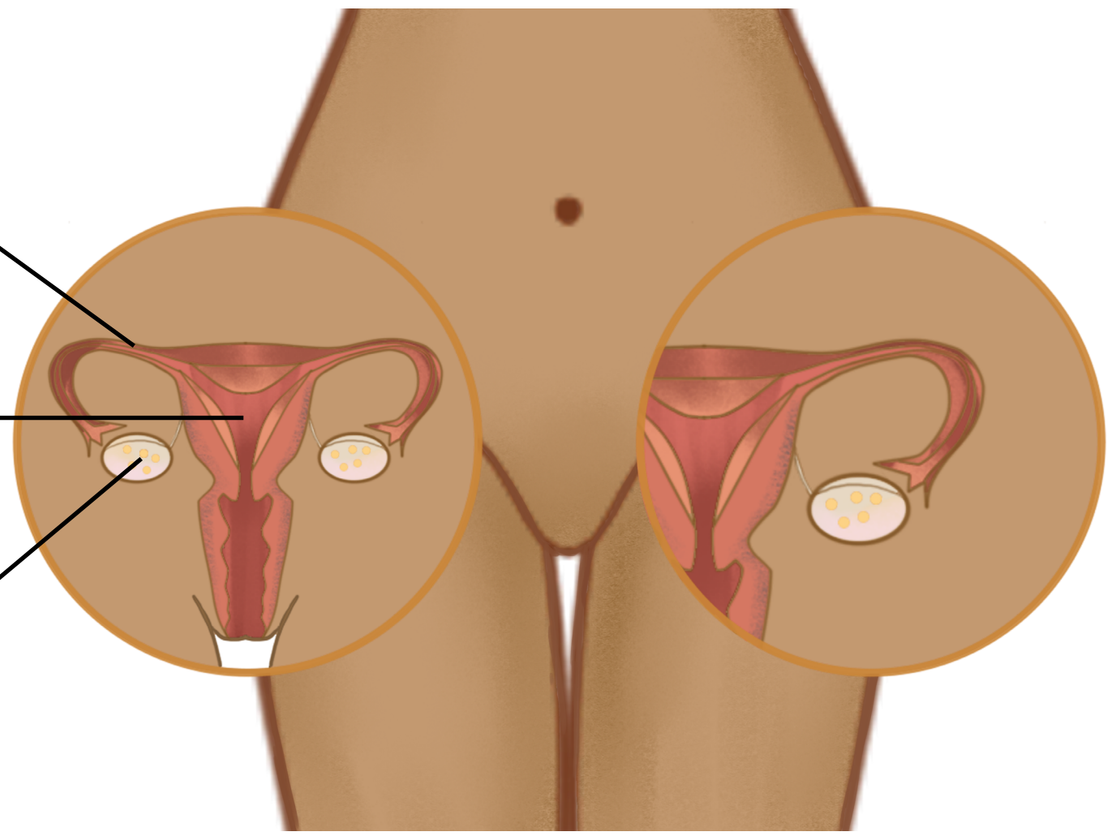


Illustration: Luiz Lehner

genitali femminili interni (Italienisch) | **organele genitale feminine** (Rumänisch) | **женски вътрешни полови органи** (Bulgarisch)

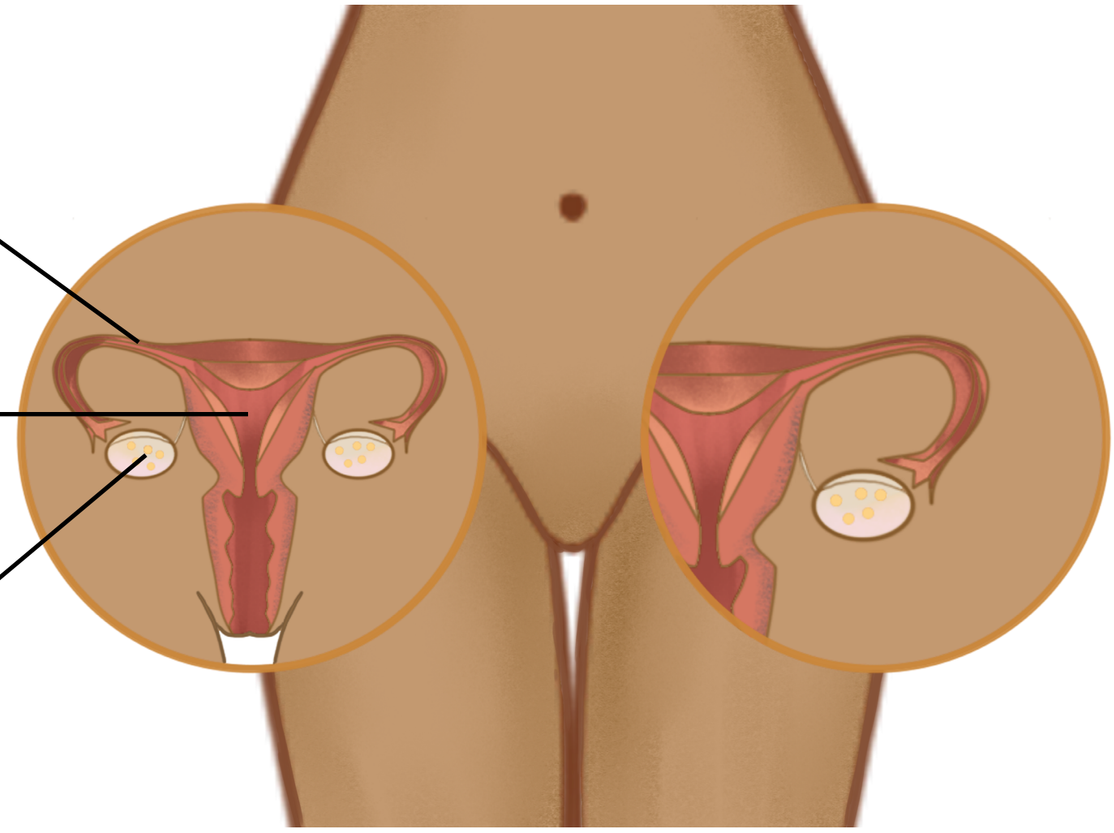


Illustration: Luiz Lehner

kadın iç genital organları (Türkisch) | الأعضاء التناسلية الانثوية الداخلية (Arabisch) | اندام تناسلی داخلی زن (Farsi)

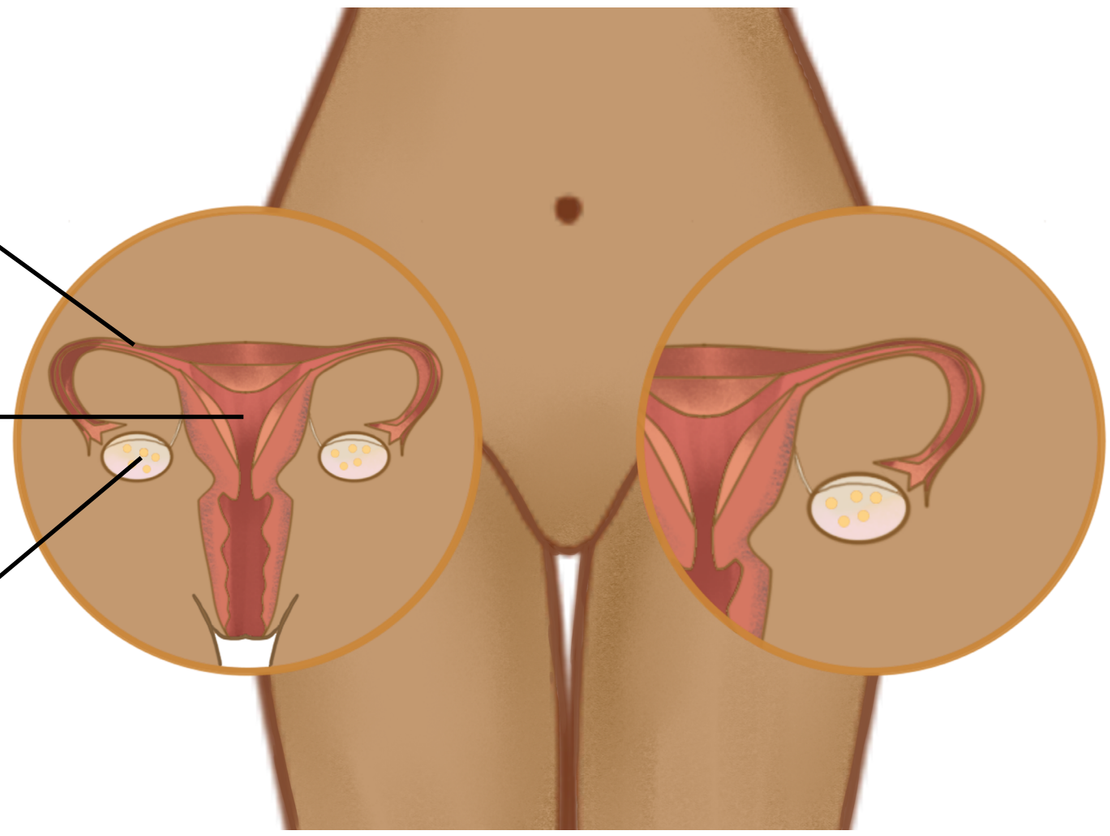


Illustration: Luiz Lehner

genitales externos y internos masculinos (Spanisch) | **organes génitaux externes et internes masculins** (Französisch) | **genitais masculinos externos e internos** (Portugiesisch)

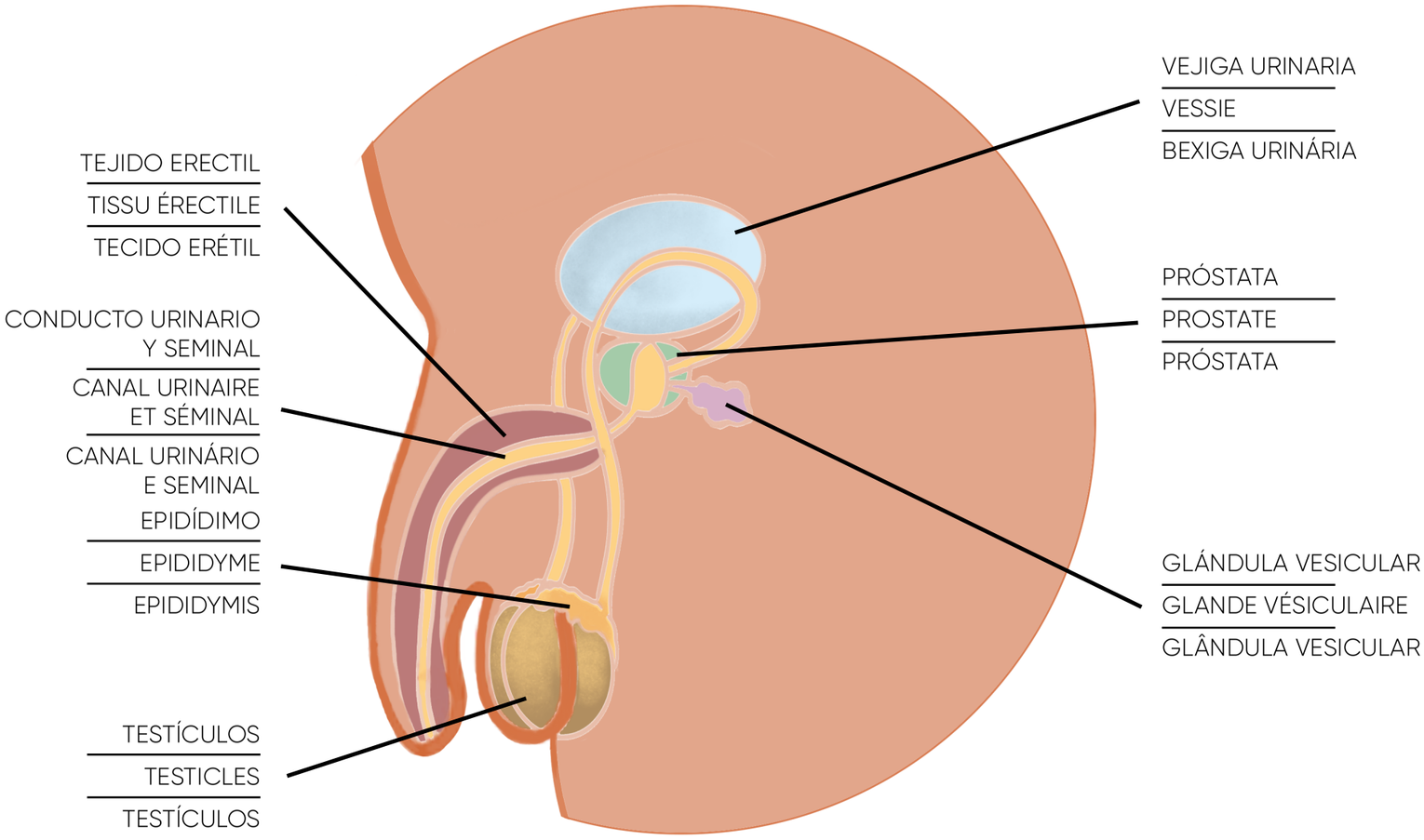


Illustration: Luiz Lehner

spolni organi muškarca (Bosnisch) | **spolni organi muškarca** (Kroatisch) | **полни органи мушкарца** (Serbisch)

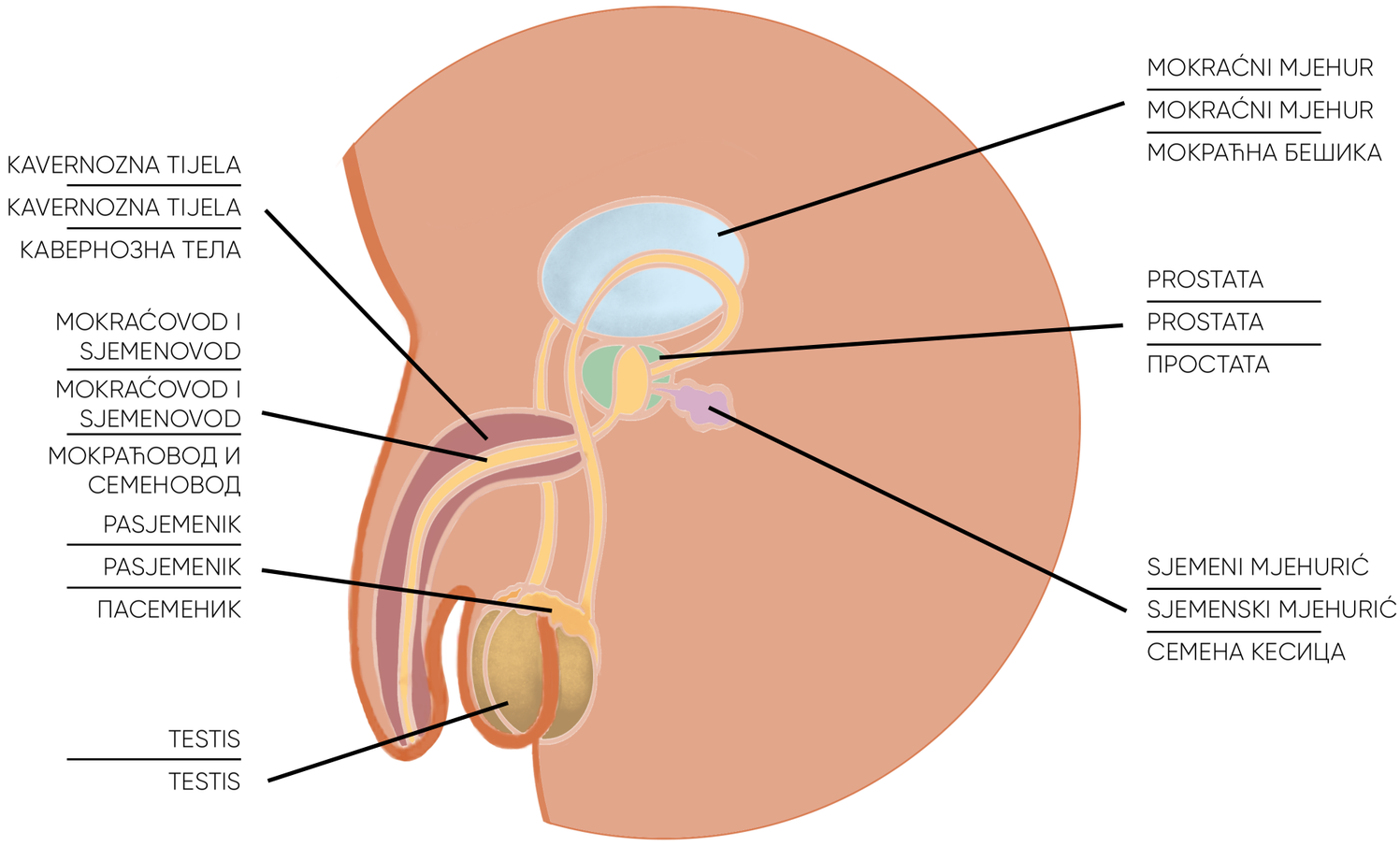


Illustration: Luiz Lehner

genitali maschili esterni e interni (Italienisch) | **organele genitale masculine** (Rumänisch) | **мъжки полови органи** (Bulgarisch)

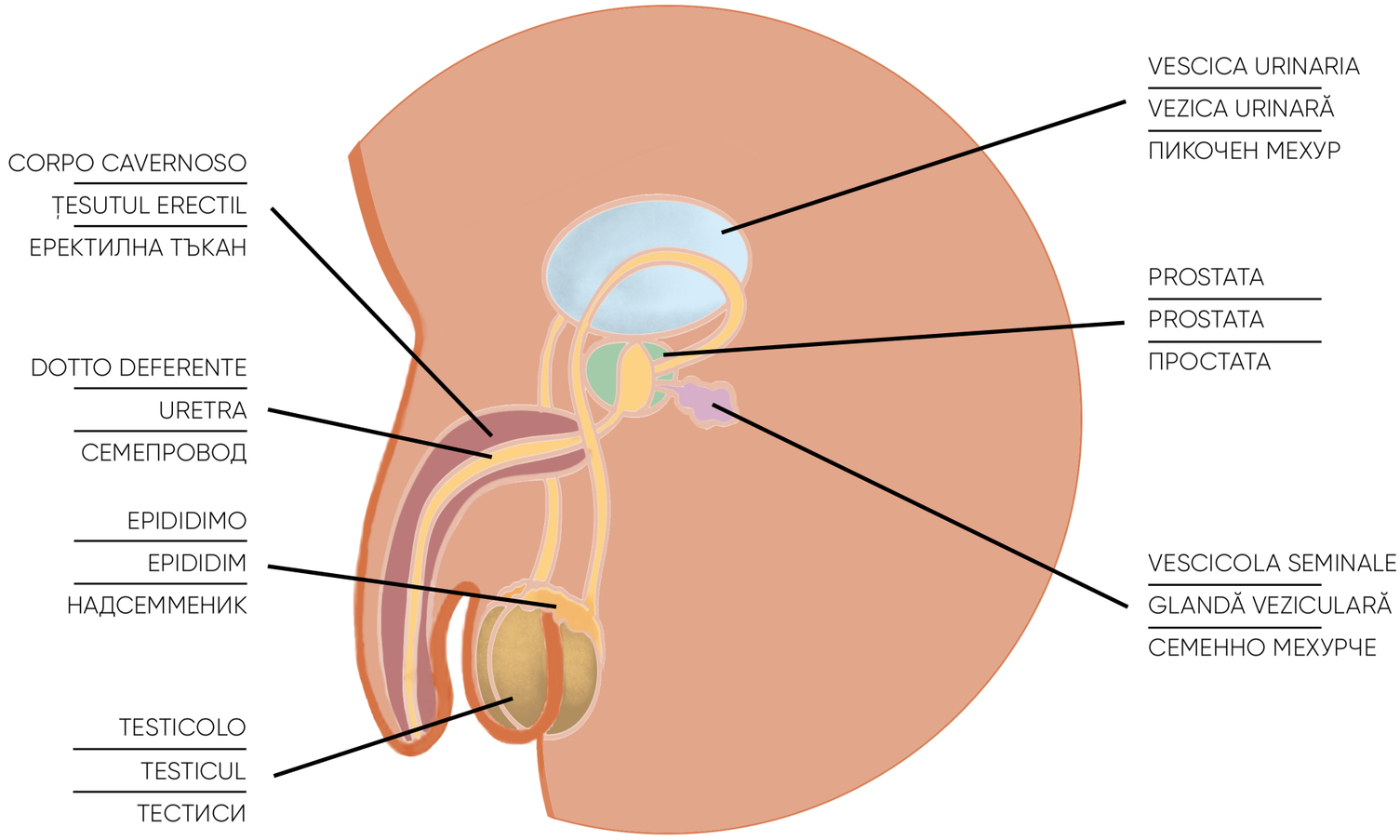


Illustration: Luiz Lehner

erkek genital organları (Türkisch) | الأعضاء التناسلية الداخلية للذكر الأعضاء التناسلية الخارجية للذكر (Arabisch) | **اندام تناسلی داخلی مرد اندام تناسلی خارجی مرد** (Farsi)

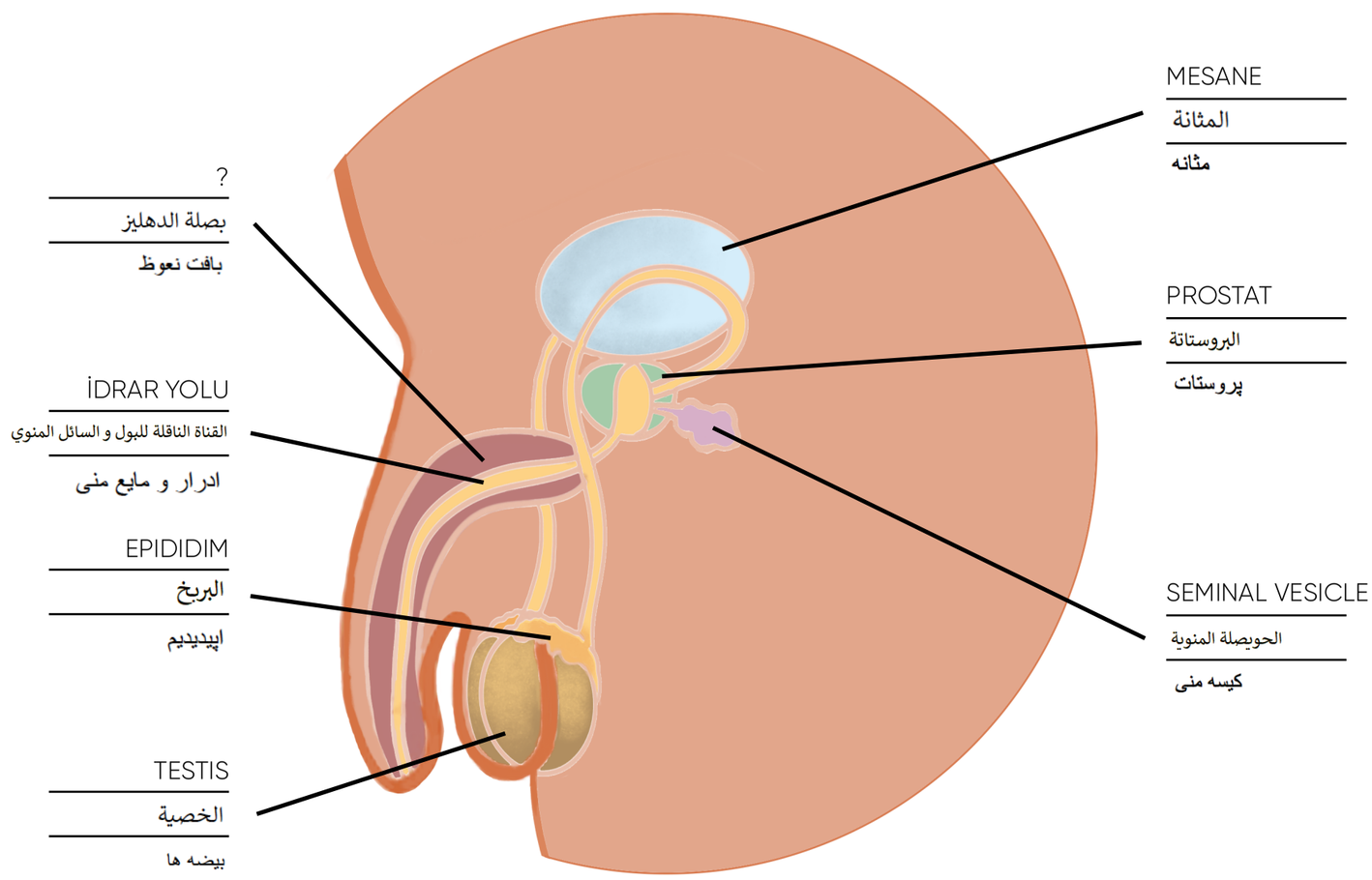
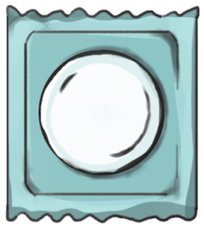
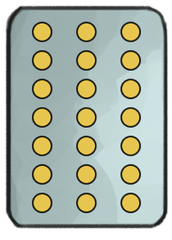


Illustration: Luiz Lehner

diferentes anticonceptivos (Spanisch) | **différents moyens de contraception** (Französisch) | **diferentes contraceptivos** (Portugiesisch)

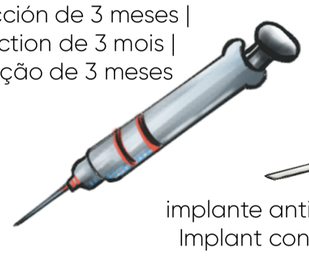


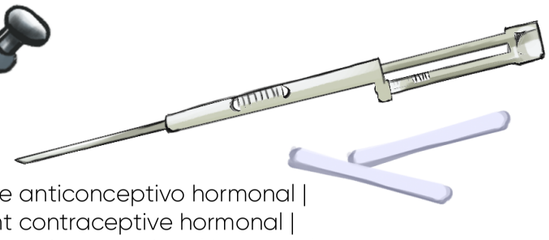
Preservativo |
Préservatif |
Camisinha



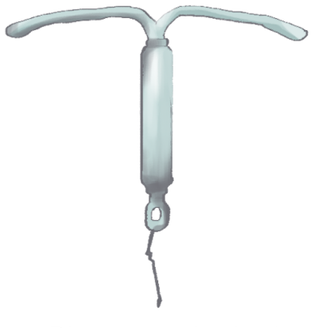
Píldora anticonceptiva |
Pilule contraceptive |
Pílula anticoncepcional

Inyección de 3 meses |
injection de 3 mois |
injeção de 3 meses



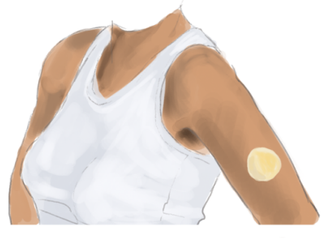


implante anticonceptivo hormonal |
Implant contraceptive hormonal |
Implante anticoncepcional hormonal



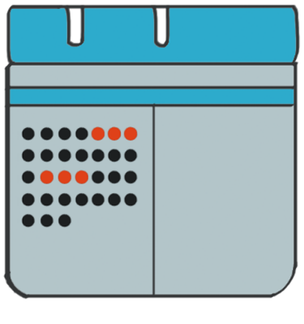
Disruptor endocrino |
Perturbateur endocrinien |
Destruidor endócrino

Diafragma |
Diaphragme |
Diafragma

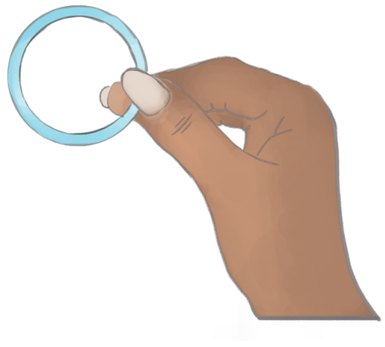


Parche anticonceptivo |
Patch contraceptif |
Patch anticoncepcional

Espiral de cobre |
Spirale en cuivre |
Espiral de cobre



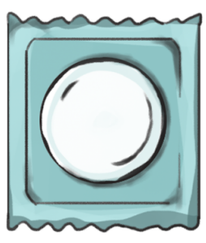
método sintotérmico |
méthode symptothermique |
método simptotérmico



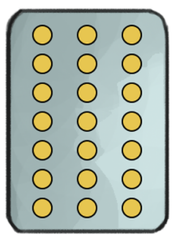
Anillo hormonal |
Anneau hormonal |
Anel hormonal

Illustration: Luiz Lehner

različita sredstva za zaštitu (Bosnisch | Kroatisch) | различита средства за заштиту (Serbisch)

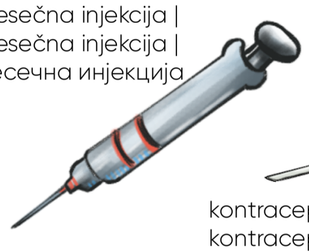


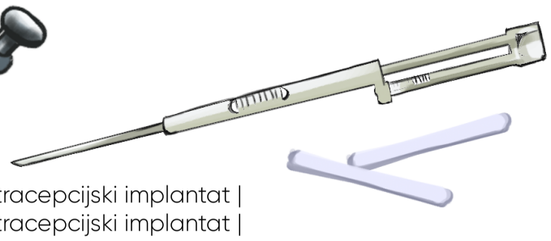
kondom |
prezervativ |
кондом



kontracepcijska pilula |
kontracepcijska pilula |
контрацепцијска пилила

tromjesečna injekcija |
tromjesečna injekcija |
тромесечна инјекција





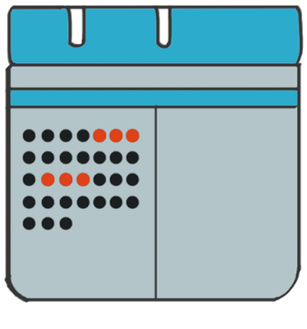
kontracepcijski implantat |
kontracepcijski implantat |
контрацепцијски имплантат

hormonska spirala |
hormonska spirala |
хормонска спирала

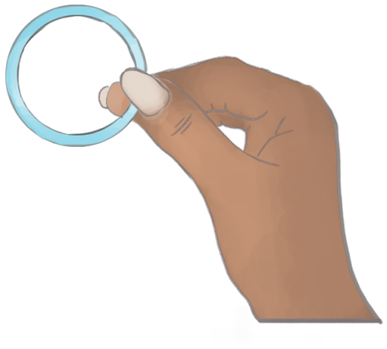
Diafragma |
Diaphragme |
Diafragma

kontracepcijski flaster |
kontracepcijski flaster |
контрацепцијски фластер

bakrena spirala |
bakrena spirala |
бакрена спирала



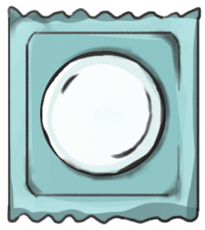
simptotermalna metoda |
simptotermalna metoda |
симптотермална метода



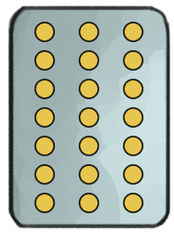
vaginalni prsten |
vaginalni prsten |
вагинални прстен

Illustration: Luiz Lehner

contraccettivi differenti (Italienisch) | **diverse metode contraceptive** (Rumänisch) | **различни контрацептиви** (Bulgarisch)

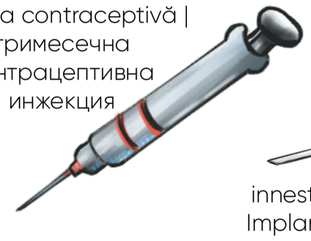


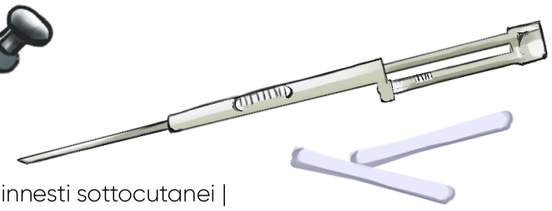
preservativo |
Prezervativ |
презерватив



pillole anticoncezionali |
Pilulă contraceptivă |
противозачатъчни хапчета

iniezione
anticoncezionale
ogni 3 mesi |
Injecția contraceptivă |
тримесечна
контрацептивна
инжекция

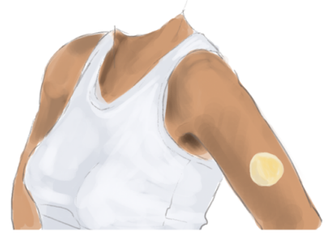




innesti sottocutanei |
Implantul subdermic |
контрацептивен имплант

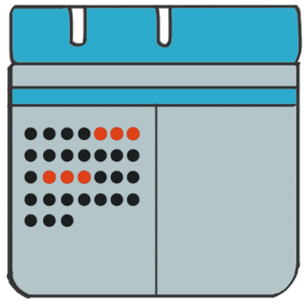
spirale intrauterina |
Spirală hormonală |
хормонална спирала

diaframma |
Diafragmă |
контрацептивна диафрагма

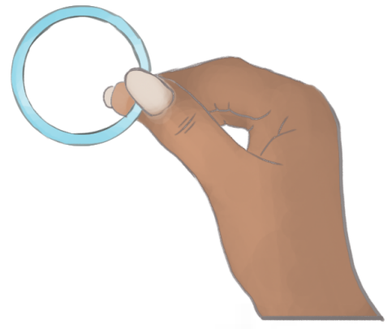


cerotto anticoncezionale |
Pflasture contraceptiv |
контрацептивен пластир

dispositivo intrauterino in rame |
Spirală de cupru |
вътрематочна спирала



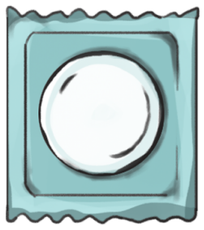
metodo ritmico |
Metodă simptom termală |
симптотермален метод



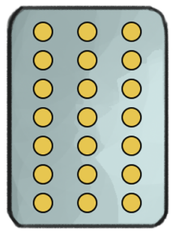
anello vaginale |
Inel hormonal |
вагинален пръстен

Illustration: Luiz Lehner

Farklı korunma yöntemleri (Türkisch) | **انواع بمختلفة من موانع الحمل** (Arabisch) | **داروهای ضد بارداری مختلف** (Farsi)

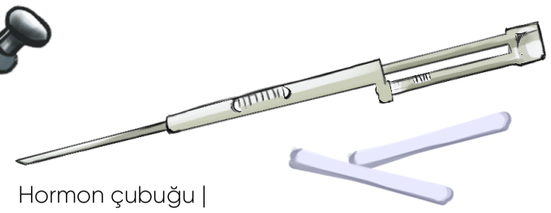


Kondom |
الواقي او العازل الذكري
کاندوم



Doğum kontrol hapı |
أقراص منع الحمل
قرص های کنترل بارداری- قرص های ضد بارداری

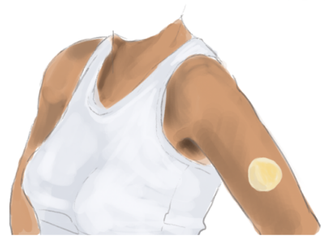
3 aylık iğne |
حقنة هرمونية لمدة ثلاث شهور
3 تزریق ماهانه



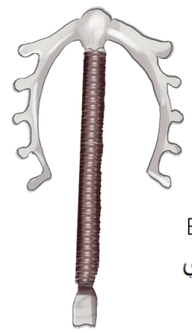
Hormon çubuğu |
الحقن الهرموني
میله های هورمونی

Hormon spirali |
اللولب الهرموني
آیودی هورمونی

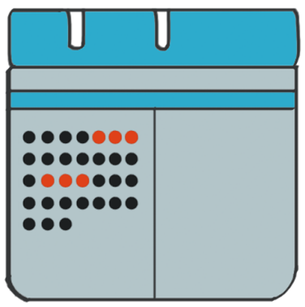
Diyafram |
الحجاب المهبلي، وهو كوب مطاطي على شكل قبّة ولهو حافة مرنة، يتم وضعه على عنق الرحم لمنع الحمل
دیافراگم



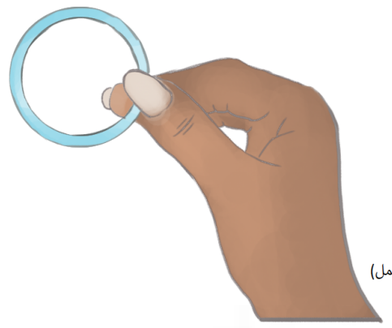
hormon flasteri |
لاصقة منع الحمل
چسب های هورمونی



Bakır spirali |
اللولب النحاسي
آیودی مسی



? |
طريقة حرارة الجسم القاعدية او الأساسية
روش درمان علامتی



Vajinal halka |
الحلقة المهبلية (حلقة بلاستيكية تحتوي على هورمون تستعمل كمانع للحمل)
حلقه هورمون / حلقه واژنی

Illustration: Luiz Lehner

Glossar

BINÄR
Bedeutet im ursprünglichen Sinn paarweise. Bezieht sich in diesem Manual auf Geschlechtsidentität und bedeutet ein ausschließlich männliches und weibliches Verständnis von Geschlechtsidentität.

CHEMSEX
Konsum von „Chems" (psychoaktiven Substanzen) in Zusammenhang mit Sex. Hierbei steigt das Risiko für die Ansteckung mit HIV und STDs, da die Chems enthemmende Wirkung aufweisen und oftmals zu ungeschütztem Geschlechtsverkehr, riskanteren Sexualpraktiken, „needle sharing" usw. führen können.

CYBERGROOMING
Erwachsene, die sich als Jugendliche ausgeben und sexuelle Kontakte mit Jugendlichen im Internet anbahnen. Sexuelle Belästigung ist auch im Internet strafbar und verboten.

DIAPHRAGMA
Barrierebildendes Verhütungsmittel, das den Spermien den Zugang zur Gebärmutter versperrt und in Kombination mit einer spermienabtötenden Creme verwendet wird.

EMBRYO
Aus der befruchteten Eizelle entwickelt sich ein Lebewesen.

EREKTIONSSTÖRUNG
Wenn man Schwierigkeiten damit hat, eine Erregung zu bekommen und einen Erregungszustand aufrecht zu erhalten und somit auch keine sexuelle Befriedigung erlangt.

FEMIDOM
Verhütungsmittel in Form einer dünnen Hülle für Frauen*.

GENDERSTERNCHEN*
Form der geschlechtergerechten Schreibweise, die für Geschlechtervielfalt und Gleichberechtigung aller Geschlechter steht (egal zu welchem sozialen, psychischen oder biologischen Geschlecht man sich zugehörig fühlt oder welche sexuelle Orientierung man hat).

HYSTERIE
Eine Form von neurotischer Störung in der Psychiatrie, die durch erhöhte affektive Labilität gekennzeichnet ist. Heutzutage ist sowohl diese psychiatrische Diagnose als auch die damit einhergehende Therapie veraltet.

INTERGESCHLECHTLICH
Menschen, die mit Geschlechtschromosomen, Genitalien und/oder sekundären Geschlechtsmerkmalen geboren sind, die weder ausschließlich männlich noch weiblich zugeordnet werden können.

JUNGFRAU
Bezeichnet in der Regel weibliche Personen, die noch keinen Geschlechtsverkehr hatten.

KINDERPORNOGRAFIE
Explizite Abbildung (wie etwa geschlechtliche Handlungen, Geschlechtsorgane und/oder Intimbereich) von Minderjährigen. Hierbei handelt es sich um Pädokriminalität.

LECKTUCH
Eine Latex-Folie, die beim Oralverkehr verwendet wird um sich vor sexuell übertragbaren Erkrankungen zu schützen.

MASTURBATION
Stimulation der eigenen Geschlechtsorgane.

MOBBING
Ist eine Form der Gewalt bei der jemand über längere Zeit angegriffen oder ausgeschlossen wird.

NYMPHOMANIE
Gesteigertes Sexualverhalten von Frauen*. Wissenschaftlich gilt dieser Begriff als veraltet.

RACHEPORNOS
Videos oder Bildaufnahmen, mit denen Rache an ehemaligen Partner*innen genommen wird. Ex-Partner*innen werden nackt oder bei sexuellen Handlungen gezeigt und diese Aufnahmen werden im Internet vervielfältigt. Oftmals werden auch noch persönliche Daten und Name von Ex-Partner*innen gepostet.

RISIKOSITUATION
Geschlechtsverkehr ohne Kondom, FEMIDOM oder LECKTUCH bzw. zerreißen, platzen oder nicht-sachgemäße Anwendung von dem jeweiligen Verhütungsmittel.

SEXTING
Das Tauschen oder Senden von Nacktaufnahmen per Internet. Ohne die Zustimmung der betroffenen Person ist das Weiterleiten und der Besitz von Nacktaufnahmen von unter 18-jährigen strafbar, da dies als KINDERPORNOGRAFIE gilt.

SEXTORTION
Eine Betrugsmasche, bei der Menschen in einem Videochat dazu gebracht werden, sich nackt zu zeigen. Diese Videos werden zur Erpressung verwendet, selbst wenn sich das Opfer nicht nackt gezeigt hat (bspw. durch das Retuschieren oder Bearbeiten von Bildern).

STALKING
Strafbare Handlungen, die durch eine beharrliche Verfolgung des Opfers durch Täter*innen gekennzeichnet sind.

SOZIALES GESCHLECHT
Geschlechtseigenschaften, die in der jeweiligen Gesellschaft als typisch männlich oder weiblich betrachtet werden.

TRANSIDENTITÄT[30]
Menschen, deren Geschlechtsidentität sich von dem bei der Geburt zugewiesenen Geschlecht und/oder von deren äußeren Geschlechtsmerkmalen unterscheidet. Synonym wird oft von „Transsexualität" gesprochen, wobei dieser Begriff von transidenten Personen nicht bevorzugt wird, da kein Sexualverhalten beschrieben wird.

30 Im ICD- und im DSM-Katalog gab es in den letzten Jahren Neuklassifizierungen, auch um die Geschlechtervielfalt zu depathologisieren. Im DSM-V bezieht sich die Diagnose einer psychischen Störung nur mehr auf den Leidensdruck, der durch eine Geschlechtsinkongruenz entsteht. Im ICD-11 soll es zukünftig auch keine psychische Diagnose mehr sein.

Quellenverzeichnis[31]

Aids Hilfe Wien (2017a): Die PrEP. Kompaktes Wissen.

Aids Hilfe Wien (2017b): HIV und Aids. Die Basics. Prävention Aids Hilfe Wien.

Ärztezeitung (2019): Wenn Männer mehr als zwei Hoden haben. Weblink: https://www.aerztezeitung.de/medizin/krankheiten/urologische-krankheiten/article/979972/seltener-fall-wenn-maenner-zwei-hoden.html, besucht am 21.08.2019

Bayer (2015): Das erste Mal. Verhütungsbroschüre für Jugendliche von Bayer Health Care.

BMWfJ - Bundesministerium für Wirtschaft, Familie und Jugend (2012): Love Sex und so. 6. Auflage.

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz (2020a): Ärztin/Arzt für Allgemeinmedizin. Weblink: https://www.gesundheit.gv.at/gesundheitsleistungen/berufe/aerzte/allgemeinmediziner, besucht am 30.01.2020

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz (2020b): Der Frauenarztbesuch. Weblink: https://www.gesundheit.gv.at/leben/sexualitaet/verhuetung/info/frauenarzt-untersuchung, besucht am 30.01.2020

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz (2020c): Die weiblichen Geschlechtsorgane. Weblink: https://www.gesundheit.gv.at/krankheiten/sexualorgane/weibliche-sexualorgane/weibliche-geschlechtsorgane , besucht am 30.01.2020

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz Gesundheit (2020d): Hautvorsorge beim Arzt. Weblink: https://www.gesundheit.gv.at/leben/gesundheitsvorsorge/haut/hautvorsorge, besucht am 30.01.2020

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz (2020e): Kassen-, Wahl-, oder Privatarzt? Weblink: https://www.gesundheit.gv.at/gesundheitsleistungen/arztbesuch/wahlarzt-kosten, besucht am 30.01.2020

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz (2020f): Körperliche Veränderungen bei Burschen. Weblink: https://www.gesundheit.gv.at/leben/kids-teens/pubertaet/koerper-veraenderung-burschen, besucht am 30.01.2020

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz (2020g): Krisentelefone und Notrufnummern. Weblink: https://www.gesundheit.gv.at/leben/suizidpraevention/betroffene/krisentelefonnummern,

31 In diesem Manual wurde der wissenschaftliche Stand bis zum Redaktionsschluss (14.2.2020) erfasst. Änderungen, die nach Redaktionsschluss eingehen, können im Print nicht berücksichtigt werden.

besucht am 29.1.2020

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz (2020h): Psychotherapeutin, Psychotherapeut.
Weblink: https://www.sozialministerium.at/Themen/Gesundheit/Medizin-und-Gesundheitsberufe/Berufe-A-bis-Z/Psychotherapeutin,-Psychotherapeut.html, besucht am 29.1.2020

Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz (2020i): Wenn`s weh tut. 1450. Ihre telefonische Gesundheitsberatung. Weblink: https://www.1450.at/1450-die-gesundheitsnummer/, besucht am 29.1.2020

Bundesministerium Inneres, Bundeskriminalamt (2019): Kinderpornografie und Kindersextourismus.
Weblink: https://www.bundeskriminalamt.at/305/start.aspx, besucht am 5.11.2019

BZgA (2009): Körperwissen und Verhütung. Präventionsmappe. Text- und Bildtafeln. Zur Information und Beratung. Für Menschen verschiedener Kulturen. Weblink: https://www.bzga.de/infomaterialien/familienplanung/verhuetung/praeventionsmappe-koerperwissen-und-verhuetung/, besucht am 14.08.2019

BZgA (2018): Sex`n`tipps. Körper und Gesundheit.

Desert flower Foundation (2019): Was ist FGM? Weblink: https://www.desertflowerfoundation.org/de/was-ist-fgm.html, besucht am 10.10.2019

Deutsche Aidshilfe (2019a): Hepatitis C. Weblink: https://www.aidshilfe.de/hepatitis-c, besucht am 06.11.2019

Deutsche Aidshilfe (2019b): Safer Sex. Weblink: https://www.aidshilfe.de/safer-sex, besucht am 6.11.2019

Die AIDS-Hilfen Österreichs (2017): Basis Informationen. STDs - Allgemein.

Die AIDS-Hilfen Österreichs (2018): Basis Informationen. HIV: Schutzmaßnahmen. Weblink:http://www.aids.at/wp-content/uploads/Basisinfos-4_HIV-Schutzma%C3%9Fnahmen.pdf

FEM (2002): Ungewollt schwanger. Was nun? Schwangerschaftsabbruch in Österreich. Weblink: http://www.fem.at/FEM/files/Ungewolltschwanger.pdf, besucht am 10.2.2020

FEM Süd (2009): Female genital mutilation (FGM) – Weibliche Genitalverstümmelung. Leitfaden zum Umgang mit betroffenen Mädchen und Frauen.

Genderplanet (2009a): Geschlechterkonstruktion. Weblink: https://genderplanet.univie.ac.at/begriffsuniversum/geschlechterkonstruktion, besucht am 22.10.2019

Genderplanet (2009b): Sex, Gender. Weblink: https://genderplanet.univie.ac.at/begriffsuniversum/sex-gender, besucht am 21.10.2019

Gesundheitsförderung Schweiz (2016): Themenblatt Positives Körperbild Grundbegriffe, Einflussfaktoren und Auswirkungen. Weblink: https://gesundheitsfoerderung.ch/assets/public/documents/de/5-grundlagen/publikationen/ernaehrung-bewegung/Themenblatt_Positives_Koerperbild.pdf, besucht am 7.11.2019

Hochschule Merseburg (2019): Sexuelle Bildung in Einrichtungen. Interkulturelles und intersektionales Rahmenkonzept. Fachbereich Soziale Arbeit. Weblink: https://heinzjuergenvoss.de/wp-content/uploads/2019/02/Burgenlandkreis_2019_Rahmenkonzept_interkulturelle_intersektionale_sexuelle_Bildung.pdf, besucht am 12.08.2019

Institut für Frauen- und Männergesundheit (2009a): Ich kenn mich aus! Gesundheitstipps für Burschen. 1. Auflage.

Institut für Frauen- und Männergesundheit (2009b): Ich kenn mich aus! Gesundheitstipps für Mädchen. 1. Auflage.
International Sexuality and HIV Curriculum Working Group (2009): It's All One Curriculum. Volume 1: Guidelines for a Unified Approach to Sexuality, Gender, HIV, and Human Education. Population Council, New York.

IPPF (2008): Sexuelle Rechte. Eine IPPF Erklärung.
Weblink: https://www.ippf.org/sites/default/files/ippf_sexual_rights_declaration_german.pdf , besucht am 13.08.2019

Johnson und Johnson (2009): Alles klar! Das Jungfernhäutchen - Mythos und Wirklichkeit.

MA 24 (2017): Wir haben Lust drauf - aber sicher! Verhütung im Überblick. 4. überarbeitete Auflage.

Magistrat der Stadt Wien (2019): Intersexualität (Intergeschlechtlichkeit). Weblink: https://www.wien.gv.at/menschen/queer/intersexualitaet/, besucht am 13.08.2019

Netzwerk gegen Mädchenbeschneidung Schweiz (2020): Wo wird weibliche Genitalverstümmelung (FGM/C) praktiziert? Weblink: https://www.maedchenbeschneidung.ch/netzwerk/maedchenbeschneidung/vorkommen/, besucht am 6.2.2020

Rat auf Draht (2019): Urologe/Androloge: Was ist das? Weblink: https://www.rataufdraht.at/themenubersicht/gesundheit/urologe-androloge-was-ist-das-315, besucht am 21.08.2019

Saferinternet (2019a): Flyer: Sexting
Saferinternet (2019b): Hilfe, mein Kind schaut Pornos im Internet! Weblink: https://www.saferinternet.at/faq/problematische-inhalte/hilfe-mein-kind-schaut-pornos-im-internet/, besucht am 16.10.2019

Saferinternet (2019c): Kann das Porno-Schauen Jugendlichen schaden? Weblink: https://www.saferinternet.at/faq/problematische-inhalte/kann-das-porno-schauen-jugendlichen-schaden/, besucht am 16.10.2019

Saferinternet (2019d): Was sind Rachepornos? Weblink: https://www.saferinternet.at/faq/problematische-inhalte/was-sind-rachepornos/, besucht am 16.10.2019

Saferinternet (2019e): Was ist Sextortion? Weblink: https://www.saferinternet.at/faq/internetbetrug/was-ist-sextortion/, besucht am 16.10.2019

Saferinternet (2019f): Wie kann sexuelle Belästigung im Internet stattfinden? Weblink: https://www.saferinternet.at/faq/problematische-inhalte/wie-kann-sexuelle-belaestigung-im-internet-stattfinden/, besucht am 16.10.2019

Stadt Wien. Frauenservice (2019): Mädchen haben Recht(e). Kenn dich aus. Von der Arbeit bis zur Wohnung. Weblink: https://www.wien.gv.at/menschen/frauen/pdf/maedchenrechtsbroschuere.pdf, besucht am 18.12.2019

Strafgesetzbuch (2020a): Strafbare Handlungen gegen die sexuelle Integrität und Selbstbestimmung. Vergewaltigung. Weblink: https://www.ris.bka.gv.at/Dokument.wxe?Abfrage=Bundesnormen&Dokumentnummer=NOR40050386, besucht am 29.1.2020

Strafgesetzbuch (2020b): Tierschutzgesetz. Rechtinformationssystem des Bundes. Weblink: https://www.ris.bka.gv.at/Dokument.wxe?Abfrage=Bundesnormen&Dokumentnummer=NOR40144487, besucht am 20.1.2020

Strafgesetzbuch (2020c): Totenruhe. Rechtsinformationssystem des Bundes. Weblink: https://www.ris.bka.gv.at/eli/bgbl/1974/60/P190/NOR12029739, besucht am 20.1.2020

Suchthilfe Wien. Checkit! (2018): Chemsex. Weblink: https://checkit.wien/infos/gesundheitstipps/tipps-fur-frauen-manner/chemsex/, besucht am 29.1.2020

Timmermanns/Tuider (2008): Sexualpädagogik der Vielfalt. Praxismethoden zu Identitäten, Beziehungen, Körper und Prävention für Schule und Jugendarbeit. Juventa Verlag Weinheim und München

ÖGF (2018): Das Scheidenhäutchen/Das Jungfernhäutchen. Fakten und Mythen. 3. Auflage.

ÖGF (2020): Service Beratungsstellen. Angebote für Erwachsene. Weblink: https://oegf.at/service-beratungsstellen/angebote-fuer-erwachsene/, besucht am 02.02.2020.

ÖGSTD (2018): Leitlinien zur Therapie der klassischen Geschlechtskrankheiten und sexually transmitted infections.

ÖIAT (2012): Ch@advice. Handbuch für Pädagog*innen. Sex und Gewalt in digitalen Medien. 1. Auflage. Weblink: https://www.saferinternet.at/fileadmin/categorized/Materialien/Sex_und_Gewalt_in_digitalen_Medien.pdf, besucht am 30.1.2020

Österreich.gv.at (2019a): Schwangerschaftsabbruch. Weblink: https://www.oesterreich.gv.at/themen/frauen/schwangerschaftsabbruch.html, besucht am 17.12.2019

Österreich.gv.at (2019b): Sexuelle Kontakte zwischen Jugendlichen. Weblink: https://www.oesterreich.gv.at/themen/jugendliche/sexuelle_kontakte.html, besucht am 9.10.2019

Österreichische Jugendinfos (2019): Erster Sex und große Liebe. Tipps und Infos für junge Leute.

Pro Familia Deutsche Gesellschaft für Familienplanung (o.A.): Ein Glossar zum Thema „Sexuelle Vielfalt". Weblink: https://www.profamilia.de/fileadmin/landesverband/lv_hessen/Glossar_sexuelle_Vielfalt.pdf, besucht am 21.10.2019.

Weißer Ring (2020): Was ist Stalking und wie kann ich mich davor schützen? Weblink: https://www.opfer-notruf.at/rechtliches/stalking/, besucht am 30.1.2020

Wendlandt (2017): Sprachstörungen im Kindesalter. Materialien zur Früherkennung und Beratung. Georg Thieme Verlag KG-Stuttgart, New York, 8.Auflage.
Weblink: https://eref.thieme.de/images/supmat/134440108_Kommunikationsverhalten.pdf, besucht am 7.11.2019

WienXtra (2019): Mobbing-was tun? Weblink: https://www.wienxtra.at/jugendinfo/infos-von-a-z/mobbing-was-tun/, besucht am 30.1.2020

WHO (2006): Working definitions. Sexuality. Weblink: https://www.who.int/reproductivehealth/topics/sexual_health/sh_definitions/en/

WHO/Europa (2011): Sexuelle und reproduktive Gesundheit Definition. Weblink: http://www.euro.who.int/de/health-topics/Life-stages/sexual-and-reproductive-health/news/news/2011/06/sexual-health-throughout-life/definition, besucht am 12.8.2019

WHO (2018): Female genital mutilation. Weblink: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/female-genital-mutilation, besucht am 10.10.2019

Zito/ Martin (2016): Umgang mit traumatisierten Flüchtlingen. Ein Leitfaden für Fachkräfte und Ehrenamtliche. Beltz Juventa Verlag Weinheim und Basel.

AIDS HILFE

Aids Hilfe Wien
Mariahilfer Gürtel 4
1060 Wien
01/599 37
www.aids.at