

Sexualpädagogin Prisca Walliser wendet sich an Eltern

# Doktorspiele und sinnliche Neugier

**«Unsere sexuelle Entwicklung beginnt mit dem Kindesalter und endet mit dem Tod», sagt die gelernte Hebamme und Sexualberaterin. Sie sieht im liebevollen Umgang mit Körperlichkeit einen Weg zur seelischen Gesundheit.**

Text: Esther Ferrari, Urmäsch

«Sexualität ist in der heutigen Zeit omnipräsent, sichtbar, öffentlich, frei zugänglich mit allen Facetten von positiv bis negativ. Die Medialisierung von Sexualität stellt uns vor neue Aufgaben», sagt Prisca Walliser. Sie ist Dozentin für Sexualpädagogik an verschiedenen Fachhochschulen und führt eine eigene Praxis für Paar- und Sexualtherapie in St.Gallen und Gais. Ihre Klientinnen und Klienten sind jeden Alters. Der Erstberuf der jetzt 57-Jährigen war Kinderkrankenschwester. Sie wurde Hebamme und Hebammenausbildnerin und verfügt so über ein umfassendes Wissen um Mutter und Kind. Als Sexualtherapeutin liess sie sich ausbilden, weil sie in ihrem Beruf erkannte, wie eng die Gebiete Sexualität und Geburt zusammengehören. Und



Prisca Walliser weiss Rat im Umgang mit kindlicher Sexualität. Bild: Live Fotografie Archiv



Kleine Kinder gehen mit ihrer Körperwahrnehmung noch ganz unbefangen um. Bild: pixello, Heinz Ober

weil sie die Erfahrung machte, dass das Sprechen über Sexualität vielen Menschen schwerfällt. Sie bezeichnet sich heute als Hebamme für «Sexualität». Und als Sexualpädagogin ist auch die Sexuaufklärung eine Kernkompetenz von ihr. «Die Sexuaufklärung ist eine Herausforderung für Elternhaus und Schule», sagt die Fachfrau. Eine sorgfältige, kind- und altersgerechte Aufklärung unterstütze und fördere die psychosexuelle Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. Sie fördere die sexuelle Selbstbestimmung und Selbstverantwortung.

## Rundum mit Sex konfrontiert

Sexualität und Verständnis für Sexualität falle uns nicht in den Schoss, sie müsse gelernt werden. «Noch für die Generation unserer Grosseltern galt alles vom Bauchnabel an abwärts als tabu oder unsauber. Heute sind wir rundherum mit Sex konfrontiert. Das kann nicht nur für Eltern, sondern vor allem für Jugendliche zu einer Überforderung werden.» Fragen zur Biologie seien leichter zu beantworten als sol-

che über Gefühle, Ängste, Lust oder Scham. «Viele erwachsene Menschen haben keinen Zugang zu ihrem Körper, fühlen sich unter Druck, fühlen sich nicht okay, haben eine belastete Biografie, verspüren keine Lust oder zu viel

---

**«Viele Erwachsene haben keinen Zugang zu ihrem Körper.»**

Prisca Walliser

---

Lust.» Letztlich, so die Erfahrung von Prisca Walliser, sehnen sich die meisten Menschen nach Intimität und entspannter Sexualität, und nicht primär nach geiler Sexualität.

## Kleine Kinder sind unbefangen

Der Mensch ist ein sexuelles Wesen. Seit Urzeiten beschäftigt sich der Mensch mit Sexualität. Wie viel Intimität braucht sie, wie viel Offenheit? Ganze Kulturen haben ihr Regeln gesetzt, Vorschriften erlassen, um dieses Urbedürfnis der Menschen, das die

Fortpflanzung garantiert, in den Griff zu bekommen und zu kontrollieren. Tabuisierungen und Unsicherheiten haben immer auch in den Kinderstuben begonnen.

Kindliche Sexualität grenzt sich deutlich ab von der erwachsenen Sexualität. Ein kleines Kind, das gerade erst den eigenen Körper erkundet und dabei zufällig seine Genitalien streichelt, tut dies, um sich wohlfühlen, genauso wie bei andern Körperteilen auch. Kleine Jungen können zum Beispiel eine Erektion haben oder Mädchen

## «Kindliche Sexualität trennt sich deutlich ab von der erwachsenen Sexualität.»

Prisca Walliser

schöne Gefühle empfinden, wenn sie auf einem Kissen herumrutschen. Die Geschlechtsteile haben jedoch noch keine besondere Bedeutung für das Kind. Wenn es um kindliche Körperwahrnehmungen geht, sollten sich Erwachsene stets bewusst sein, dass sie ihre eigene erwachsene Sicht nicht auf das kindliche Verhalten übertragen können. Ein Säugling hat noch keine Scham. Er will Lust empfinden, an der Brust der Mutter oder beim Nuggeln.

Aber wie soll man reagieren, wenn Vierjährige unter den Augen der Eltern in aller Ruhe mit Doktorspielen beginnen? Früher wurde solche kindliche Neugierde oft abrupt gestoppt und bestraft. Die Neugierde wurde durch Angst unterbunden. Übertriebene Peinlichkeit und Scham waren die Folge. Schamgefühle entwickeln sich im Kindesalter und wenn es Richtung Pubertät geht von selber. Dann kann Scham auch ein gesundes Gefühl sein und ein Schutz für die Heranwachsenden. Wichtig ist, dass sich das Kind angenommen fühlt mit dem ganzen Körper und den ganzen Sinnen. Jedes Kind entwickelt sich anders, nach seinem eigenen Rhythmus und nach individuellen Eigenhei-

ten. Nicht alle Kinder wollen beim Doktorspielen mitmachen. Aber wenn sie es tun, sollen sie dafür einen Rahmen haben; aber es dürfen auch Grenzen gesetzt werden. Es soll ihnen liebevoll beigebracht werden, dass das Spielen an den Geschlechtsorganen nicht an die Öffentlichkeit gehört, weil es andern Leuten unangenehm sein könnte. Kinder sollten auch lernen, im körperlichen und sexuellen Bereich die Grenzen anderer zu respektieren. Nicht alle lieben die Nacktheit.

### Kinder brauchen Antworten

Kinder entdecken den Körper im Spiel, ob sie miteinander kämpfen oder zärtlich sind. Mit vier oder fünf Jahren wollen sie die Geschlechterrolle ausprobieren. Vorbilder sind meist die Eltern oder gute Bekannte. Durch das Nachspielen und durch das Nachahmen finden sie zu den Regeln des Zusammenlebens. Und sie interessieren sich für Fragen wie «Wo komme ich her?» «Habe ich im Bauch von

Gewalt. Während kleine Kinder gerne ihre Fragen mit den Eltern besprechen, neigen grössere dazu, sich anderweitig zu informieren. Prisca Walliser findet es wichtig, dass die Schule sich dieser Themen annimmt oder auch externe Fachpersonen bezieht, die zu den Jugendlichen in Dialog treten. Man dürfe die Heranwachsenden nicht mit den Medien allein lassen. Vor allem sei Pornografie keine Antwort auf die Frage zu Sexualität und erfüllter Liebe.

Aber können Kinder in der heutigen Zeit vor Pornografie und schmutzigen Sexbildern geschützt werden? «Wir können Kinder nur bedingt schützen», sagt Prisca Walliser, «aber wir können ihnen eine gute Beziehung vorleben.» Und eine möglichst natürliche, altersgerechte Sexualaufklärung durch Elternhaus und Schule sei ebenfalls Prävention. Wünschenswert sei, wenn sich beide Elternteile bei der Sexualerziehung engagieren.

Wenn ein Kind zu Hause in einer freundlichen, respektvollen, intimen Atmosphäre aufwachsen könne, wenn es



Zum Thema kindliche Sexualität gibt es zahlreiche altersgerechte Bücher.

Mami zu essen bekommen?» «Warum können Männer keine Babys bekommen?» Später, während der Zeit der Pubertät, sind es Fragen zur Selbstbefriedigung, zu Petting, zur Verhütung von unerwünschten Schwangerschaften.

### Thema in den Schulen

Bei Mädchen dominiert die Frage «das erste Mal», Binden oder Tampons oder die Angst vor sexueller

keine Angst vor Bestrafungen haben müsse, wenn es über Dinge sprechen könne, die ihm komisch vorkommen, so schütze dies besser als zehn- oder hundertmal gegebene Warnungen. Intimität bedeute auch, lebenslang lieben lernen, mit oder ohne Sexualität.

Quellen: Einige Sätze wurden entnommen aus dem Büchlein: Liebevoll begleiten/ Körperwahrnehmung und körperliche Neugier kleiner Kinder/ Vom 1. Lebensjahr bis zur Einschulung vom BZgA (Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung).