

Gunter Schmidt, Sozialpsychologe, Psychotherapeut und Prof. für Sexualforschung in Hamburg

Sexuelles Erleben ist eingebettet in vier große Entwicklungsbereiche:

Geschichte unserer Bedürfnisse

- die sexuelle Entwicklung vollzieht sich v.a. in nichtsexuellen Bereichen
- sie wird von Erfahrungen und Erlebnissen geprägt, die nicht im engeren Sinn sexuell sind
- Sexualität ist kein isolierter Teil menschlicher Entwicklung, sondern eng mit der gesamten körperlichen und seelischen Entwicklung verknüpft.
- frühkindliche Erfahrungen mit eigenen Bedürfnissen
- Vertrauen darauf, dass die eigenen Grundbedürfnisse (Hunger, Durst, Nähe, Geborgenheit) zuverlässig befriedigt wurden
- eigener Umgang mit Bedürfnissen; Bedürfnisse wahrnehmen, erfüllen, mit Enttäuschungen umgehen

Geschichte unseres Körpers

- Sexualität wird mit Körper und mit den Sinnen erfahren
- in Sexualität spiegeln sich alle körperlichen Erfahrungen wieder
- z.B. Bezug zum eigenen Körper, Körperlichkeit, Sinnlichkeit, Annahme des eigenen Körpers

Geschichte unserer Beziehungen

- Sexualität vollzieht sich immer in Beziehung zu anderen Menschen
- Sexualität ist damit beeinflusst von allen Beziehungserfahrungen (mit Eltern, Geschwister, Gleichaltrigen, ...), seit Kindheit.
- Aspekte: fühlen wir uns geliebt, angenommen? können wir uns auf andere verlassen? Spüren wir, dass wir wichtig sind für andere?

Geschichte unserer Geschlechter-Erfahrungen

- sexuelles Verhalten passiert als Mann oder Frau, ob hetero- oder homosexuell.
- männliche oder weibliche Geschichte findet jeweils Niederschlag in der eigenen Sexualität
- Frage: wie war der Umgang mit uns in unserem Geschlecht, wurden wir angenommen, geschätzt, gemocht?

Zusammenfassung:

Sexualität ist ein Grundbedürfnis jedes Menschen. Jeder Mensch hat ein Recht auf Entfaltung seiner individuellen sexuellen Wünsche, Bedürfnisse und Vorlieben unter der Voraussetzung, niemandem dabei zu schaden. Abweichungen und individuelle Ausprägungen sind die Regel und können zusätzlich durch die jeweilige Art der Behinderung unterschiedlich ausgeprägt sein. Die individuelle Biografie, die gemachten Erfahrungen in den vier oben genannten Entwicklungsbereichen prägen unsere sexuelle Entwicklung und Persönlichkeit. Dieser Lernprozess findet statt von der Geburt bis zum Tod.

Unterdrückte sexuelle Gefühle können geistiges, seelisches und körperliches Wohlbefinden beeinträchtigen. Sexuelle Bildung und Informationen sind wichtige Voraussetzungen, um die eigene Sexualität selbstbestimmt leben zu können.