

Ulla Arens

Offenheit und Scham in der Familie

Wie Eltern und Kinder
unbefangen miteinander umgehen

ARISTON

Inhalt

Einführung	9
I. Die Entwicklung der Sexualität	13
Was ist das eigentlich: Sexualität?	15
<i>Kindliche Sexualität ist nicht</i>	
<i>Erwachsenensexualität</i>	17
Das erste Lebensjahr	20
<i>Bitte schmusen!</i>	20
<i>Kindliche Erektionen</i>	22
Das zweite Lebensjahr	24
<i>Körperspiele</i>	24
» <i>Was hast du denn da, Papa?</i> «	26
Das dritte Lebensjahr	28
<i>Neinsagen erwünscht</i>	28
<i>Windeln ade!</i>	31
» <i>Guck mal!</i> «	33
Das vierte bis sechste Lebensjahr	34
<i>Freunde, Liebe, Liebeskummer</i>	34
<i>Junge oder Mädchen?</i>	36
<i>Doktorspiele</i>	39
<i>Lust auf den eigenen Körper</i>	41
<i>Rennen, springen, klettern</i>	43
In der Grundschule	44
<i>Die Ruhe vor dem Sturm?</i>	44
<i>Doofe Mädchen, blöde Jungs?</i>	48

<i>Was sie über Sexualität wissen</i>	51
<i>»Das bin ich, das mag ich!«</i>	54
Pubertät - Abschied von der Kindheit	56
<i>»Hilfe, mein Körper verändert sich!«</i>	56
<i>»Wer bin ich?«</i>	59
<i>»Ich bin anders als ihr!«</i>	65
<i>Das »erste Mal«</i>	68
<i>Coming Out</i>	75
Grenzen setzen	79
Offenheit und Scham	81
Intimität	86
Die »ewige« Scham	88
Der Einfluss der Familie	93
Mein Körper gehört mir: Wie sich kindliche Scham entwickelt	98
Pubertät: Die Zeit der verschlossenen Badezimmer	101
Kinder setzen Grenzen	103
... und Eltern auch	105
Wenn Scham krank macht	108
Respekt vor der Intimsphäre: Dein Körper, dein Zimmer, dein Spielzeug	110
Wenn Grenzen überschritten werden	113
Sexueller Missbrauch	115
<i>Daten und Fakten</i>	116
Über Täter und Opfer	117
Die Folgen von Missbrauch	121
<i>Betroffenen Kindern helfen</i>	123

Kinder vor sexuellem Missbrauch schützen	124
Die Angst der Eltern, Grenzen zu verletzen	127
Nicht zu viel und nicht zu wenig körperliche Nähe - Ein Interview mit der Sexualforscherin Frau Prof. Dr. Hertha Richter-Appelt	129
 IV. Sexualerziehung.	 139
Ein Blick in die Geschichte der kindlichen Sexualität	141
Mehr Mut zur Aufklärung - Ein Interview mit dem Sexualpädagogen Herrn Prof. Dr. Norbert Kluge.	147
Allgemeines zum Thema »Sexualerziehung«	150
Liebe schenken	153
Gewähren lassen und Grenzen setzen	156
Über Liebe und Sexualität sprechen	157
Vorbild sein	162
Die Situation in unvollständigen Familien.	165
 V. Erziehungshilfen.	 171
Darf ich die Genitalien meines Kindes streicheln?	173
Mit Papa in die Wanne?	175
Und wenn das Kind mein Genitale anfasst?	177
Wie viel Nacktheit ist erlaubt?	178
Wie intensiv darf Schmusen sein?	180
Sind Doktorspiele »Privatsache«?	182
Tochter und Sohn - wie eng darf die Beziehung sein?	183
Aufklären, aber wie?	185

Sich vor den Kindern küssen?	193
Beim Sex erwischt	194
Wo soll das Kind schlafen?	196
Hilfe, mein Kind benutzt Schimpfwörter!	199
Zu alt zum Schmusen?	202
Mein Kind interessiert sich für Pornographie	203
Mit 15 schon Sex?	205
Anhang	211
Anmerkungen	211
Literatur	216
Register	220
Danksagung	223
Über die Autorin	224