

Deine Sexualität – deine Rechte

Informationen für Jugendliche





Sexualität	04
Dein Recht, Sexualität zu leben	06
Dein Recht, über Verhütungsmittel informiert zu werden und sie zu nutzen	08
Dein Recht, vor sexueller Gewalt geschützt zu werden	12
Dein Recht, vertraulich beraten und medizinisch behandelt zu werden	16
Deine Rechte im Fall einer (ungewollten) Schwangerschaft	18
Dein Recht, vor Krankheit geschützt zu werden	20
Dein Recht, zu heiraten oder nicht zu heiraten	22
Wichtige Links	24

Impressum:

© 2006 **pro familia** Deutsche Gesellschaft für Familienplanung, Sexualpädagogik und Sexualberatung e.V.
Bundesverband, Mainzer Landstraße 250–254, 60326 Frankfurt am Main, Telefon 069 / 26 95 77 90
www.profamilia.de, 5. Auflage 2023, 320.000– 400.000, Redaktion: Claudia Camp
Gefördert von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).



Sexualität gehört zum Leben aller Menschen, egal wie alt sie sind. Im Zusammenhang mit Sexualität gibt es Rechte, die für alle gelten. Außerdem gibt es einige besondere Regelungen für Jugendliche. Die Rechte sollen dich und deine Sexualität schützen und dir Sicherheit geben. Du wiederum kannst diese Rechte schützen, indem du sie bei anderen respektierst.

Deine Rechte

- das Recht, Sexualität zu leben
- das Recht, über Verhütungsmittel informiert zu werden und sie zu nutzen
- das Recht, vor sexueller Gewalt geschützt zu werden
- das Recht, vertraulich beraten und medizinisch behandelt zu werden
- Rechte im Fall von (ungewollter) Schwangerschaft
- das Recht, vor Krankheit geschützt zu werden
- das Recht, zu heiraten oder nicht zu heiraten



GUT ZU WISSEN:

Das Gesetz in Deutschland sagt übrigens, dass junge Menschen das Recht auf Aufklärung und umfassende Informationen im Zusammenhang mit Sexualität haben.



Sexualität kann ganz verschieden sein. Dazu gehören nicht nur Geschlechtsverkehr, sondern auch Kuschneln, Streicheln, Petting und Selbstbefriedigung.

In Deutschland dürfen Jugendliche ab dem 14. Geburtstag selbst über ihre Sexualität bestimmen. Sie dürfen Sex haben, vorausgesetzt, dass beide es wollen und nicht dazu gedrängt oder gezwungen werden. Das gilt immer, unabhängig vom Geschlecht der beteiligten Personen.

Das Gesetz verbietet sexuelle Handlungen mit Kindern unter 14 Jahren. Dieses Gesetz wurde gemacht, um Kinder vor sexuellen Übergriffen und Ausbeutung zu schützen, und nicht, um Freundschaften unter Kindern zu verhindern.

Bis zum Alter von 18 Jahren kann Sex in besonderen Fällen verboten sein. Es kommt dabei auf den Altersunterschied und das Verhältnis der beiden an (zum Beispiel zwischen Minderjährigen und Ausbilder*innen und Lehrer*innen).

Für alle sexuellen Handlungen – egal in welchem Alter – gilt: **Freiwilligkeit!** Niemand darf dazu gezwungen werden.

Die Rechte, die für dich gelten, gelten auch für die anderen. Respektiere also die Entscheidungen und Einstellungen anderer, wenn es um Sexualität geht.



GUT ZU WISSEN:

Bei Fragen zu Sexualität: www.profamilia.de/onlineberatung
pro familia Bundesverband, Tel: 069 / 26 95 77 90
(Kontakt zu Beratungsstellen vor Ort)





Du hast ein Recht darauf, über Verhütungsmittel informiert zu werden. Das ist wichtig, damit du dich davor schützen kannst, ungewollt Vater oder Mutter zu werden oder dich mit einer sexuell übertragbaren Krankheit anzustecken. Die Informationen erhältst du beispielsweise über Sexualaufklärung in der Schule, in pro familia Beratungsstellen oder bei Ärztinnen und Ärzten.

Jugendliche dürfen frei verkäufliche Verhütungsmittel wie beispielsweise Kondome und ein Diaphragma kaufen, zum Beispiel in einer Drogerie oder Apotheke. Die Anwendung von Kondomen solltest du vor einem »echten Einsatz« üben, dann fühlst du dich sicherer.

Bei rezeptpflichtigen Verhütungsmitteln wie beispielsweise Pille oder Vaginalring benötigst du ein Rezept von einem Arzt oder einer Ärztin. Vor allem wenn du unter 16 Jahre alt bist, kann es sein, dass der Arzt oder die Ärztin deine Eltern (oder deinen Vormund) informieren möchte, bevor sie dir ein Rezept ausstellt.

Für unter 14-Jährige kann es schwierig sein, ein Rezept für Verhütungsmittel zu bekommen, da Geschlechtsverkehr für unter 14-Jährige laut Gesetz ja verboten ist.



Verschreibungspflichtige Verhütungsmittel sind für alle Mädchen und Frauen unter 22 Jahren, die in der gesetzlichen Krankenversicherung versichert sind, mit einem Rezept kostenlos in der Apotheke erhältlich; bei über 18-Jährigen fällt aber die übliche Rezeptgebühr an.

Verhütungsmittel müssen richtig angewendet werden, damit sie wirksam schützen. Die Beipackzettel solltest du vor der Anwendung genau lesen und eventuelle Anwendungsfragen mit einer Ärztin, einem Arzt oder in einer pro familia Beratungsstelle besprechen.

Zur Verhütung gehören übrigens immer zwei. Ihr solltet miteinander sprechen, bevor ihr euch entscheidet, Geschlechtsverkehr zu haben. Das kann Vertrauen und Sicherheit schaffen.



GUT ZU WISSEN:

pro familia-Bundesverband, Broschüren zu einzelnen Verhütungsmethoden,
www.profamilia.de/publikationen

BZgA-Broschüren »Sex 'n' tipps. Pille, Kondom und Co« und »Sex 'n' tipps. Gemeinsam Verhüten« Tel: 0221/89 92-0, www.bzga.de

Dein Recht, vor sexueller Gewalt geschützt zu werden





Dein Körper gehört Dir. Du allein bestimmst über ihn. Du entscheidest selbst, welche körperlichen Berührungen du zulässt und welche nicht, auch in der Familie oder bei Bekannten. Wenn dich jemand gegen deinen Willen anfasst oder dich zu sexuellen Handlungen zwingt, ist das sexueller Missbrauch. Dann sage »nein«, gehe weg und sprich darüber mit jemandem, der dir hilft, dich zu wehren.

Auch Blicke, Worte und »Anmache« können verletzen, es müssen nicht immer Berührungen sein. Beispielsweise wenn jemand dich nackt fotografieren oder filmen möchte oder dich zwingt, bei sexuellen Handlungen anderer zuzuschauen.

Es ist auch strafbar, wenn dich jemand im Chatroom mit sexuellen Ausdrücken bedrängt oder dir pornographische Bilder zuschickt. Genauso ist es verboten, Pornographie oder Gewaltvideos an Minderjährige weiterzugeben, das heißt zum Beispiel zu mailen oder aufs Handy zu schicken. Übrigens machst du dich selber auch strafbar, wenn du so etwas tust.



Wenn dich jemand zu irgendwelchen Handlungen zwingen möchte, bei denen du ein unangenehmes Gefühl hast, dann wehre dich. Du kannst dabei laut und unfreundlich werden. Das kann auch im Chat funktionieren, zum Beispiel mit Sprüchen wie »Lass mich in Ruhe, du Blödmann, sonst hole ich einen Erwachsenen an den Computer«.

Sprich darüber mit einem anderen Menschen, dem du vertraust. Bewahre kein Geheimnis für dich, bei dem du ein schlechtes Gefühl hast. Wenn du nicht weißt, an wen du dich wenden kannst, können dir spezielle Anlaufstellen und Einrichtungen weiterhelfen (Telefonnummern siehe unten).

Sexuelle Gewalt gibt es allen Geschlechtern gegenüber. Wenn dir so etwas passiert, hast du daran keine Schuld.



GUT ZU WISSEN:

Tel. 116 111 »Nummer gegen Kummer« der Deutschen Kinderschutzzentren,
www.nummergegenkummer.de

www.zartbitter.de Kontakt- und Informationsstelle gegen sexuellen Missbrauch
an Mädchen und Jungen

Tel. 0800 / 22 55 530 Hilfetelefon Sexueller Missbrauch des Unabhängigen
Missbrauchsbeauftragten

www.nina-info.de Online-Beratung von »N.I.N.A.«, Netzwerk zu sexueller Gewalt
an Mädchen und Jungen



Jede und jeder hinreichend reife Jugendliche ab 15 Jahren kann einer gewöhnlichen medizinischen Behandlung zustimmen. Das bedeutet, dass du beispielsweise einen (Frauen-)Arzt oder eine (Frauen-)Ärztin aufsuchen kannst, ohne dass die Eltern (oder rechtliche Vertreter*innen) etwas davon erfahren müssen. Bei schwierigen Behandlungen oder Operationen kann es aber sein, dass der Arzt oder die Ärztin auch die Zustimmung deiner Eltern (oder deines Vormunds) haben möchte.

Weder ärztliches Personal noch Mitarbeiter*innen von Beratungsstellen dürfen ohne deine Erlaubnis irgendwelche Informationen über dich an Dritte weitergeben, auch nicht an deine Eltern. Das verbietet die Schweigepflicht. Eine Ausnahme kann es geben, wenn dein Leben ernsthaft gefährdet ist.

In Deutschland gilt die freie Wahl von Ärztin oder Arzt. Wenn du mit deinem Arzt oder deiner Ärztin nicht zufrieden bist, kannst du zu jemand anderem gehen. Das geht beispielsweise auch, wenn du dir eine zweite Meinung zu einem Thema einholen möchtest oder dein Arzt oder deine Ärztin sich weigert, dir ein bestimmtes Verhütungsmittel zu verschreiben.

Du kannst mithelfen, deine ärztliche Versorgung so gut wie möglich zu machen, indem du ausreichende Informationen über dich gibst, beispielsweise über vorangegangene Behandlungen oder über Medikamente, die du einnimmst. So trägst du auch dazu bei, unnötige Behandlungen zu vermeiden.

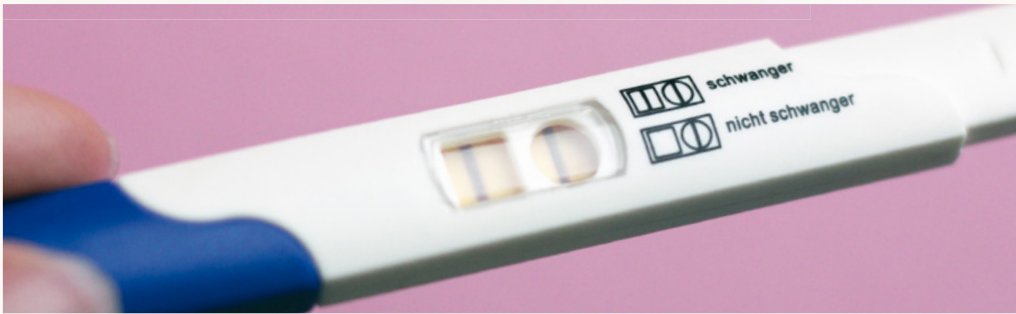


GUT ZU WISSEN:

Einige Ärzte und Ärztinnen bieten besondere Jugendsprechstunden an.

Deine Rechte im Fall einer (ungewollten) Schwangerschaft

photocase.de © as_seen



Auch Minderjährige haben grundsätzlich die Möglichkeit, eine ungewollte Schwangerschaft in den ersten zwölf Wochen straffrei abbrechen zu können. Es gelten die gleichen gesetzlichen Voraussetzungen wie bei Volljährigen. Das heißt, man muss sich vor einem Abbruch rechtzeitig beraten lassen oder es muss ein sehr wichtiger Grund für den Abbruch bestehen wie zum Beispiel eine Vergewaltigung.

Bei über 16-Jährigen geht man meistens davon aus, dass sie selbst entscheiden können, ob sie eine Schwangerschaft abbrechen möchten oder nicht, auch ohne die Eltern zu fragen. Die Entscheidung trifft also allein die schwangere Person.

Wenn du dich für einen Schwangerschaftsabbruch entscheidest, hast du das Recht auf umfassende Beratung, angemessene ärztliche Versorgung und respektvolle Behandlung. In der Beratung können auch der Vater des erwarteten Kindes oder deine Eltern anwesend sein, wenn du das möchtest. Auch nach dem Schwangerschaftsabbruch kannst du dich beraten und unterstützen lassen. Wenn du noch nicht 16 Jahre alt bist, wird die Ärztin oder der Arzt vielleicht die Zustimmung deiner Eltern oder zumindest von einem Elternteil (oder Vormund) für den Schwangerschaftsabbruch einholen wollen.

Gegen den eigenen Willen darf niemand, auch Minderjährige nicht, von den Eltern oder anderen Personen dazu gezwungen werden, eine Schwangerschaft abubrechen. Wenn du die Schwangerschaft austragen möchtest, gibt es zahlreiche Unterstützungsmöglichkeiten, die für dich in Frage kommen können. Sie reichen von finanziellen Leistungen für dich und das Kind bis zu speziellen Wohn- und Betreuungsmöglichkeiten. Den besten Durchblick wird dir hier ein Termin in einer Beratungsstelle verschaffen.

GUT ZU WISSEN:

Broschüre »Schwangerschaftsabbruch« und Faltblatt »Kurzinformativ Schwangerschaftsabbruch« in mehreren Sprachen: pro familia Bundesverband, www.profamilia.de/publikationen

Adressen von Schwangerschaftskonfliktberatungsstellen bundesweit findest du unter: www.familienplanung.de, weitere Infos: www.schwanger-unter-20.de



Dein Recht, vor Krankheit geschützt zu werden



istockphoto.com © jaran011

Es gibt Krankheiten, die hauptsächlich durch sexuelle Kontakte übertragen werden. Dazu gehören beispielsweise die sogenannte Chlamydien-Infektion oder auch HIV/ Aids. Man sieht anderen nicht an, ob sie an einer sexuell übertragbaren Krankheit erkrankt sind. Und man kann selber auch daran erkrankt sein, ohne es zu merken.

Du hast ein Recht auf umfassende Aufklärung und Information über sexuell übertragbare Krankheiten, beispielsweise durch Sexualaufklärung in der Schule oder beim Besuch in einer pro familia Beratungsstelle.

Wer über diese Krankheiten Bescheid weiß, kann sich und andere besser schützen. Bist du an einer solchen Krankheit erkrankt, steht dir eine entsprechende respektvolle und vertrauliche ärztliche Behandlung zu. Diese erhältst du von Ärzt*innen der Fachrichtungen Allgemeinmedizin, Frauenheilkunde sowie Haut- und Geschlechtskrankheiten. Auch wenn es dir vielleicht unangenehm ist, ist es besser, bei einem Verdacht medizinische Hilfe in Anspruch zu nehmen. Beispielsweise wenn ungewohnter Ausfluss, Ausschlag, Pickel, Brennen oder Jucken an den Genitalien auftreten.

Wenn ihr beim Geschlechtsverkehr Kondome verwendet, schützt ihr euch gegenseitig und euch selbst vor sexuell übertragbaren Krankheiten.

GUT ZU WISSEN:

BZgA-Telefonberatung zu HIV und Aids; Telefon: 0221/89 20 31



Dein Recht, zu heiraten oder nicht zu heiraten



Mit 18 Jahren darfst du in Deutschland heiraten, ohne dass jemand die Zustimmung dafür geben muss. Dabei ist es egal, ob die Personen das gleiche oder unterschiedliche Geschlechter haben. Für alle gelten gleiche Rechte. Dazu gehört auch das Recht, frei zu entscheiden, ob und wen man heiratet. Dies gilt für Mädchen wie für Jungen, ganz unabhängig von Herkunft, Religion, Hautfarbe und Alter. Niemand darf gegen seinen Willen verheiratet werden.

Ein neues Gesetz sieht vor, dass Ehen, die im Ausland geschlossen wurden, in Deutschland nicht gültig sind, wenn eine von beiden Personen bei Eheschließung jünger als 16 Jahre war. War eine von beiden Personen bei Eheschließung 16 oder 17 Jahre, kann die Ehe in Deutschland durch einen Richter oder eine Richterin aufgehoben werden.

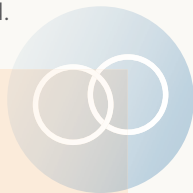
Wenn du heiraten sollst, ohne es zu wollen, und du dich dagegen wehren möchtest, dann wende dich an eine Beratungsstelle, eine Lehrerin oder einen Lehrer, eine Sozialarbeiterin oder einen Sozialarbeiter. Alleine kann es sehr schwierig sein, in einer solchen Situation eine Lösung zu finden.

Es ist daher immer gut, wenn du dir Hilfe bei Anlaufstellen holst, die sich darauf spezialisiert haben, Menschen zu helfen, die von Zwangsheirat bedroht sind.

GUT ZU WISSEN:

www.zwangsheirat.de Seite von Terre des Femmes mit Online-Beratung und Beratungsstellenfinder

www.papatya.org Online-Beratung



Wichtige Links

Eine Auswahl von Webseiten für Jugendliche, in denen es um deine Rechte und/oder deine Sexualität geht:

www.profamilia.de/onlineberatung Online-Beratung von pro familia

www.wildwasser.de Webseite des Vereins gegen sexuellen Missbrauch

www.weltretter.de Kinder- und Jugendseiten von terre des hommes

www.dunkelziffer.de Hilfe für sexuell missbrauchte Kinder

www.zartbitter.de Kontakt- und Informationsstelle gegen sexuellen Missbrauch an Mädchen und Jungen

www.polizeifuerdich.de

Webseite der Polizei Baden-Württemberg für Kinder und Jugendliche

www.loveline.de Jugendseite zu Liebe und Sexualität der BZgA

www.bmfsfj.de/bmfsfj/service/publikationen/die-rechte-der-kinder/86756

Publikation »Die Rechte der Kinder« von logo! einfach erklärt

www.comingout.de Webseite mit Beratungsangebot für lesbische, schwule und bisexuelle Jugendliche

