

Sexuelle Gesundheitsförderung in die Arbeit integrieren

Fachpersonen, die sich der Unterstützung junger Menschen widmen, spielen eine wichtige Rolle bei der Förderung sexueller Gesundheit, weshalb es essenziell ist, diese in ihren Organisationen zu verankern.

Wie sieht diese Gesundheitsförderung in der Praxis aus?

Bei der Förderung der sexuellen Gesundheit geht es darum, Menschen zu befähigen, die bestmöglichen Entscheidungen für ihre Gesundheit zu treffen und hierfür die Kontrolle (in dem Rahmen, in dem es individuell möglich ist) zu übernehmen, um gute gesundheitliche Ergebnisse zu erzielen. Um Jugendliche in diesem Prozess zu unterstützen, sollte die Förderung sexueller Gesundheit in das Selbstverständnis der Organisation und ihre Angebote integriert werden. Das bedeutet, einen Raum zu schaffen, in dem Diskussionen über sexuelle Gesundheit willkommen, Ressourcen und Informationen leicht zugänglich und Mitarbeiter*innen darin geschult sind, Themen der sexuellen Gesundheit adäquat anzusprechen und junge Menschen zu unterstützen, ihre Gesundheit zu stärken.

3 Schritte für die Gesundheitsförderung

1. Fortbildungen für Mitarbeiter*innen

Ein wichtiges Element, um die Förderung der sexuellen Gesundheit junger Menschen erfolgreich in einer Organisation zu integrieren, ist die Schulung und Weiterbildung des Personals. Fachkräfte sollten entsprechend geschult und sensibilisiert werden, um eine inklusive, diskriminierungsfreie und qualitativ hochwertige Unterstützung sicherzustellen. Wenn wenig Zeit zur Verfügung steht, um Fortbildungen zu besuchen, können auch Online-Tools und Aktivitäten wie Info-Videos, Podcasts oder Vorträge helfen, sich mit Themen vertraut zu machen oder vorhandenes Wissen aufzufrischen.

Gute Fortbildungsthemen für den Start sind Kommunikationsstrategien, Gesundheitskompetenz, Einverständnis (Consent), STIs und Verhütung, aber auch Strategien für die Arbeit mit Gruppen wie LGBTIQ*-Jugendlichen, religiös und sprachlich vielfältigen Gemeinschaften sowie Jugendlichen mit Behinderungen.

Take Pride in Their Health bietet leicht verständliche Informationstools und Verweise auf Weiterbildungsanbieter*innen für die Arbeit mit unterschiedlichen Zielgruppen.

2. Werte reflektieren und ein unterstützendes Umfeld schaffen

Wichtig ist auch den eigenen Bias zu reflektieren und über die Organisationskultur bzgl. dem Thema sexuelle Gesundheit nachzudenken. Was kann getan werden, um einen sicheren Raum zu schaffen, in dem sich junge Menschen wohlfühlen, offen zu sprechen?

Organisationschecklisten und Richtlinien helfen hier, den Status der eigenen Arbeit und der Institution als Ganzes zu bewerten und sexuelle Gesundheitsförderung als Teil der Tätigkeit zu planen und zu integrieren.

Um ein unterstützendes Umfeld zu schaffen, ist es wichtig auf Organisationsebene sicherzustellen, dass alle jungen Menschen Zugang zu Informationen und Unterstützung haben, die sie benötigen, um ihre sexuelle Gesundheit und ihr Wohlbefinden zu optimieren. Ein sicheres, achtsames und nicht wertendes Umfeld trägt dazu bei, die Förderung von sexueller Gesundheit junger Menschen als wichtigen Bestandteil der täglichen Arbeit zu etablieren.

Einige proaktive Schritte, um ein unterstützendes Umfeld für Gespräche mit jungen Menschen über sexuelle Gesundheit zu schaffen:

- Entwicklungs- bzw. altersgerechte Sprache verwenden.
- Aktiv zuhören und Sorgen ernst nehmen, professionell antworten.
- Erklärungen klar und ohne zu viel medizinischen Fachjargon halten. Falls nötig, externe Expert*innen hinzuziehen, um Fragen zu beantworten, die selbst nicht sicher beantwortet werden können.
- Betonen, dass sexuelle Gesundheit kein schambehaftetes Thema ist – erklären, dass es wichtig ist, sich um die sexuelle Gesundheit genauso zu kümmern wie um andere Aspekte der Gesundheit.
- Nie Annahmen über die sexuelle Identität oder das sexuelle Verhalten einer Person treffen.

3. Gespräche zur sexuellen Gesundheit in den Alltag integrieren

Nach abgeschlossenen Schulungen, Wertereflexion und abgestimmten Richtlinien der Organisation gilt es die Gesundheitsförderung in der Praxis umzusetzen.

Gespräche über sexuelle Gesundheit sollten regelmäßig in umfassendere Diskussionen über allgemeines Wohlbefinden eingebunden werden. Auch der Einsatz von Materialien wie Postern oder Büchern kann dazu beitragen, das Thema zu enttabuisieren und eine offene, wertschätzende Gesprächskultur zu fördern. Neben leicht zugänglichen und verständlichen Informationen ist es zudem wichtig, Empathie und Respekt im Umgang mit den individuellen Bedürfnissen und Erfahrungen junger Menschen zu fördern - auch unter den Jugendlichen selbst.