

## Allgemeines



Bib Hormel/istock.com, CC-Lizenz (BY)

Liebe hat viele verschiedene Formen, sie zu erfahren ist etwas Wunderbares. Liebe und Sexualität können natürlich auch Unsicherheiten und Ängste auslösen. Dies ist völlig normal und geht vielen Jugendlichen und auch Erwachsenen so.

Deine Gefühle sind o.k., nimm dich und deine Wahrnehmung ernst!

Wie, wann und mit wem du Sexualität erleben möchtest, ist ganz alleine deine Entscheidung. Du entscheidest über den für dich richtigen Zeitpunkt, darüber mit wem du deine sexuellen Erfahrungen machen möchtest und auch über das Wie.

### Ab wann darf ich mit meinem Freund/ meiner Freundin schlafen?

Wenn du 14 Jahre alt bist, giltst du in Österreich als mündig. Das bedeutet u.a., dass du, ohne Probleme mit dem Gesetz zu bekommen, eine freiwillige (!) sexuelle Beziehung eingehen darfst. Einvernehmliche sexuelle Kontakte, egal ob zwischen Mann und Frau oder gleichgeschlechtlich, sind erlaubt, wenn beide Partner über 14 Jahre alt sind.

### Folgende sexuelle Kontakte sind trotzdem strafbar:

- Alle sexuellen Kontakte zwischen Eltern und ihren Kindern, sonstigen nahen Verwandten und anderen Personen zu denen ein „**Autoritätsverhältnis**“ besteht sind verboten. Es macht sich der Partner/die Partnerin strafbar, der/die eine Abhängigkeitsbeziehung zur/zum Minderjährigen missbraucht oder ausnutzt. Autoritätspersonen sind z. B. Lehrerinnen und Lehrer, Ärztinnen und Ärzte.
- Bei Ausnützung einer **Zwangslage** sind sexuelle Kontakte mit Minderjährigen strafrechtlich verfolgbar. Eine Zwangslage wäre z.B. Drogenabhängigkeit oder Wohnungslosigkeit.
- Verboten sind auch sexuelle Kontakte mit unter 18-jährigen, wenn sie **gegen Bezahlung** erfolgen (Prostitu-

tion), d.h. Sexualekontakte mit minderjährigen Prostituierten sind strafbar.

### Mache ich mich strafbar, wenn ich noch keine 14 Jahre alt bin und eine sexuelle Beziehung habe?

Grundsätzlich sind alle sexuellen Kontakte mit Kindern, die unter 14 Jahre alt sind, verboten. Diese Altersgrenze betrifft sowohl Mädchen als auch Buben. Dieses Verbot gilt jedoch immer für die ältere, schon über 14-jährige Person, da unter 14-Jährige strafunmündig sind. Bist du also schon über 14 Jahre alt, dein Freund/deine Freundin jedoch nicht, so machst du dich als der Ältere/die Ältere strafbar.

Um erste sexuelle Erfahrungen unter Jugendlichen nicht zu kriminalisieren, sieht das Gesetz hier jedoch einige Ausnahmen vor. Dabei ist zu unterscheiden, ob es sich bei sexuellen Kontakten um Geschlechtsverkehr oder andere Formen der Sexualität wie z.B. Petting handelt.

- Du bist mindestens 13 Jahre alt und dein Freund/deine Freundin ist nicht mehr als 3 Jahre älter als du. Dann dürft ihr vom Gesetz her miteinander schlafen, z.B.:  
Kerstin (13) und Andi (16) = erlaubt  
Ella (12) und Christoph (15) = nicht erlaubt



Bei der Berechnung des zulässigen Altersunterschiedes zählt jeder Monat (3 Jahre = 36 Monate)!

- Du bist mindestens 12 Jahre alt und der Altersunterschied zu deinem Freund/deiner Freundin ist nicht größer als 4 Jahre. In diesem Fall sind sexuelle Handlungen außer Geschlechtsverkehr, wie z.B. Kuscheln, Küssen, Petting erlaubt.



**Wichtig:** Sexualität bedeutet **Verantwortung** – Verantwortung zu übernehmen für sich und für seinen Freund/seine Freundin!

### Auf jeden Fall verboten sind:

- Alle sexuellen Kontakte zwischen Eltern und ihren Kindern, sonstigen nahen Verwandten und anderen Personen, zu denen ein „**Autoritätsverhältnis**“ besteht. Dabei machen sich Erwachsene strafbar.

- Jede Form von erzwungenen sexuellen Handlungen durch Gewalt, Einschüchterung, Bewusstlos machen durch Alkohol oder Drogen, unabhängig vom Alter.

## Grenzen setzen

Nein-Sagen gehört zu Liebe und Sexualität dazu, auch wenn es manchmal schwer fällt. Du hast das Recht, Nein zu sagen und über dich und deinen Körper selbst zu entscheiden! Du alleine entscheidest, was sich für dich gut und schön anfühlt und was eben nicht.

Leider passieren sexuelle Kontakte nicht immer in beidseitigem Einvernehmen. Manchmal missbrauchen Menschen, denen du vertraust, wie z.B.



Personen in deiner Familie, Lehrer/Lehrerinnen, Bekannte, Freunde dein Vertrauen. Diese Personen machen sich strafbar!

Niemand hat das Recht, dich zu etwas zu zwingen. Über deinen Körper bestimmst du alleine! Gegen alles, was mit dir gegen deinen Willen geschieht, sollst und darfst du dich zur Wehr setzen. Wenn du unangenehme Erlebnisse hattest, sprich mit einer Person deines Vertrauens darüber oder wende dich an eine Beratungsstelle, wie die kija, deren Beratungsangebot 100%ig vertraulich ist!

## Verhütung

Die Auswahl an Verhütungsmitteln ist groß und reicht von Kondom und Pille bis hin zu Diaphragma und Spirale. Da kann man schnell den Überblick verlieren. Viele dieser Verhütungsmethoden kommen für Jugendliche noch nicht in Frage, stellen aber für später eine gute Alternative dar. Welches Verhütungsmittel für dich bzw. euch das geeignete ist, könnt ihr nur selbst entscheiden.

In den meisten Fällen stellt die Kombination Kondom und Pille für Jugendliche eine sehr gute und vor allem sichere Methode der Verhütung dar. Auch, wenn du glaubst, dass dein erstes Mal noch in weiter Ferne liegt, ist es doch ratsam, sich über die verschiedenen Verhütungsmethoden zu informieren.

So könnt ihr euer erstes Mal entspannter und vor allem geschützt erleben.



Das **Kondom** bietet zweifachen Schutz und ist deshalb ein sehr geeignetes Verhütungsmittel, da es bei richtiger Anwendung nicht nur vor einer ungewollten Schwangerschaft, sondern auch als einziges vor sexuell übertragbaren Krankheiten schützt. Deshalb ist es ratsam, gerade in der Anfangsphase einer neuen sexuellen Beziehung auf jeden Fall ein Kondom zu verwenden.

Mit der **Pille** nimmt das Mädchen Hormone zu sich, die einen Eisprung verhindern. Wichtig ist, dass du dich bei der Wahl der Pille gut von deinem Frauenarzt/deiner Frauenärztin beraten lässt und sie jeden Tag einnimmst, sonst besteht kein sicherer Schutz vor einer ungewollten Schwangerschaft. Grundsätzlich ist es einfacher ehrlich mit deinen Eltern über den Wunsch, die Pille zu nehmen, zu sprechen. Meist gibt es letztendlich auch deren Unterstützung.

**Wichtig:** Der noch immer weit verbreitete Irrtum, dass man beim „ersten Mal“ nicht schwanger werden kann, ist eindeutig falsch. Sobald im Körper eines Mädchens befruchtungsfähige Eier heranreifen, ist eine Schwangerschaft möglich.

Dies kann übrigens auch schon vor der ersten Regelblutung der Fall sein!

Um euch vor einer unerwünschten Schwangerschaft zu schützen, solltet ihr **immer**, das heißt auch beim ersten Mal, auf eine sichere Verhütung achten und ein Verhütungsmittel benutzen.

**Hinweis:** Auch wenn es dir nicht leicht fällt, sprich mit deinem Freund/deiner Freundin über Verhütung. Egal, für welche Methode ihr euch entscheidet, an Verhütung solltet ihr immer beide bzw. gemeinsam denken. Dabei solltet ihr euch beide verantwortlich fühlen und (am besten gemeinsam) entscheiden, welches Verhütungsmittel für euch in Frage kommt.

**Achtung:** „Aufpassen“ ist keine Art der Verhütung!!!

## Information und Beratung erhältst du in der kija



Kinder- und Jugendanwaltschaft  
Schießstätte 12 (Ganahl-Areal)

6800 Feldkirch

Tel. 05522 84900

kija@vorarlberg.at

[www.kija.at](http://www.kija.at)

Jänner 2018



\*Seth/flickr.cc, CC-Lizenz (BY)

# Liebe & Sexualität

Infos  
und  
Tipps