

Der eigene Körper als Schatz

Zentrum für Natürliche Familienplanung am St. Elisabeth-Krankenhaus setzt auf „wertorientierte Sexualbildung“

VON ANGELIKA RAULIEN

Das Zentrum für Natürliche Familienplanung (NFP) gibt es bereits seit 1983 am Leipziger St. Elisabeth-Krankenhaus. Seit 2005 ist es auch regionales Zentrum für vom Verein MFM Deutschland entwickelte Workshop- und Elternvortrags-Angebote. Und diesbezüglich blickt NFP-Leiterin Roswitha Gumprecht auf 2016 nun besonders zufrieden zurück: Ihre Einrichtung wird zu Jahresende mit jenen Angeboten, die ergänzend zur Sexualpädagogik an Schulen in Mitteldeutschland gedacht sind, so an die 4500 Teilnehmer erreicht haben. 35 Referentinnen und Referenten meisterten das. „Das wird sicher wieder ein Teilnahmepuls!“, freut sich Gumprecht und verweist auf Vorjahresbilanzen. Etwa auf die von 2010, wo besagte Veranstaltungen „lediglich“ 2135 Interessenten wahrgenommen hatten – mit 21 Referenten am Start. „Im Deutschlandvergleich stehen wir mit unseren Zahlen also recht gut da“, merkt Gumprecht an.

MFM steht für „My Fertily Matters“, zu Deutsch „Meine Fruchtbarkeit hat Bedeutung“. Das ist Überschrift wie Konzept für die gleichnamigen Angebote. Die Workshops richten sich an Mädchen und Jungen 4., 5. und 6. Klassen sowie an Zehntklässler. „Das Ganze entwickelte sich in den letzten Jahren zum größten sexualpädagogischen Programm Europas“, weiß Gumprecht zu berichten. Hiesige Schulen orderten es gern. So fanden in diesem Jahr allein schon am Rudolf-Hildebrand-Gymnasium in Markkleeberg zehn solcher Workshops statt. Zudem gab es welche in der Leipziger Nachbarschaftsschule, der Freien Waldorfschule, in der August-Bebel-Grundschule ... Stets gekoppelt mit den Elternvorträgen. „Schließlich wollen wir, dass Mütter und Väter auch selbst mit ihren Kindern über das Thema reden“, erklärt Gumprecht.

Für 2017 jedenfalls liegen ihr auch schon wieder etliche Anmeldungen von Schulen für die jeweils eintägigen MFM-Workshops vor, für die den Referenten 150 Euro zu zahlen sind. Gesundheitsämter, die Stiftung „Leipzig hilft Kindern“ und Sachsens Kultusministerium unter-



Anschaulicher MFM-Workshop, der zugleich Spaß macht – hier mit Mädchen zum Thema „Demonstration der Blutung“.

Foto: NFP/Beatrice Vohler

stützen die Kurse. Auch Sachsens Sozialministerium. Von da gab es kürzlich gerade noch mal eine 8000-Euro-Förderzusage: „Die Workshops sind zertifiziert und werden in einheitlicher Qualität und unter Einbeziehung wissenschaftlicher Erkenntnisse durchgeführt. Sie vermitteln den Jugendlichen Basiswissen über ihren Körper und ihre Sexualität wert-

neutral, jedoch wertschätzend, und tragen dazu bei, dass Mädchen und Jungen ihre Sexualität als etwas Schützenswertes begreifen und Autonomie und Vertrauen in die eigene Person entwickeln“, heißt es etwa in der Begründung für den Geldsegen aus Dresden. Hinzuzufügen sei noch, dass die einzelnen Kurs-Teile altersgerecht und sehr anschaulich an den Nach-

wuchs gebracht werden. Was man bereits ihren Titeln entnehmen kann: Da gibt es die „KörperWunderWerkstatt“, wo kindgerecht und geschlechtergetrennt Mädchen und Jungen erfahren, was sich in der Pubertät verändert (4. Klasse). Mädels zwischen zehn und zwölf Jahren sind zur „Zyklusshow“ eingeladen, wo sie in die Rolle der Hormone schlüpfen. Bei den

gleichaltrigen Jungen heißt es derweil „Agenten auf dem Weg“, weil sie sich als selbstige in die Rolle der Spermien versetzen dürfen.

Die „Natürliche Familienplanung“ an sich ist bei der ganzen MFM-Geschichte übrigens nicht Gegenstand. Für die Chefin des NFP-Zentrums ist sie freilich eine weitere Säule ihrer Arbeit, gedacht für

schon erwachsen Gewordene und ausgerichtet an der sogenannten Sensiplan-Methode. Die wiederum steht für die Kombination von intensiver Körperwahrnehmung und Fruchtbarkeitsbeobachtung. „Damit lässt sich eine Schwangerschaft sehr sicher vermeiden, aber auch gezielt anstreben. Eine Methode, die nebenwirkungsfrei, körperbetont, partnerschaftlich und reversibel ist und von der Universität Heidelberg zudem wissenschaftlich begleitet wird“, wie Gumprecht sagt. „Jede Frau, die sich dafür entscheidet, findet Zugang zu Körperzeichen, die meist bisher unbeachtet bleiben. Die Methode ist zudem fast unbegrenzt einsetzbar – nach Absetzen von Hormonen, in der Stillzeit, in den Wechseljahren, bei unregelmäßigen Zyklen und Tagesabläufen...“ Weil man dabei aber laut Gumprecht „viel falsch machen kann“, unterstützt das NFP-Zentrum hierzu Paare mit Beratungs- und Seminarangeboten. Die Nachfrage sei richtig gut. „Zumeist sind es junge Frauen zwischen 25 und 30 Jahren, die von Verhütungshormonen wegkommen wollen. Inzwischen informieren aber auch viele Frauenärzte, die von uns Info-Briefe bekommen, Patientinnen über die Möglichkeiten einer natürlichen Methode.“

„Wir haben uns für NFP entschieden, weil man so die Prozesse des Körpers genau kennenlernt und den Umgang mit dem eigenen Körper schult. Bewusst mit der Verhütung gemeinsam als Paar umzugehen, ist uns sehr wichtig. Die NFP verlangt genau das – ein Team zwischen Mann und Frau“, bringen es in etwa die beiden jungen Leipziger Anne und Philipp auf den Punkt.

Auf fünf NFP-Berater kann sich Gumprechts Zentrum, dessen Träger das Bistum Dresden-Meißen ist, stützen. Von der Profession her sind es Pädagogen, Apotheker, Ärzte... Für den Beraterjob wurden sie eigens von der Kölner Malteser Arbeitsgruppe NFP qualifiziert. Wichtige Voraussetzung: „Sie müssen die Sensiplan-Methode auch selbst leben. Das ist eine Frage der Glaubwürdigkeit“, sagt die Zentrum-Leiterin – und freut sich, dass 2017 zwei neue Kollegen zum Team stoßen wollen.

➔ www.nfp-zentrum-leipzig.de