

## Vorwort von Souzan AlSabah



Foto: Privat

Es gibt kein Jungfernhäutchen, dennoch haben viele Mädchen\* Angst, dass es vor der Ehe reißen könnte. Das Gedankengebilde rund um Sexualität ist von unsagbar vielen Mythen geformt, die meistens der Polarisierung von männlich-aktiv und weiblich-passiv dienen. Diese Mythen prägen seit Generationen die Einstellung zu uns selbst mit und sind häufig Ursache für Stress, bei Menschen jeden Geschlechts.

Oft kommen Mädchen\* oder junge Frauen\* zu Holla e.V., die sich zum Thema „Jungfernhäutchen“ bzw. „Blut in der Hochzeitsnacht“ beraten lassen wollen. Aus den verschiedensten Gründen sorgen sie sich. Besonders bitter wird es, wenn eine Person sexualisierte Gewalt erlebt hat und sich dann auch noch um ihr angebliches „Jungfernhäutchen“ sorgen muss. Dabei wurde bereits in den 1970er Jahren in medizinischen Fachzeitschriften deutlich gemacht, dass so eine Haut, die beweist, ob eine Frau Sex hatte, nicht existiert.

Andere Mädchen\* beschrieben uns, dass der Mythos großen Druck macht, weil es offenbar das perfekte Alter für das erste Mal geben soll. Viele empfanden es schlicht als Erleichterung, dass ihre sexuellen Aktivitäten nicht nachzuweisen sind. Selbstbestimmte Sexualität ist für ein Leben in der eigenen Spur, für den Kontakt zur eigenen Vitalität unbedingt notwendig und für die Wenigsten selbstverständlich. Wir, von Holla, sind überzeugt, dass ein gutes Körperwissen zu Gesundheit und Selbstbewusstsein verhilft. An dieser Stelle ist wichtig zu sagen, dass nicht nur Mädchen\* durch dem Mythos reglementiert werden. Die verkrustete, binäre Geschlechterdefinition bröckelt und es wird immer mehr Menschen klar, dass nicht immer Psyche, Geschlechtszuschreibung und gesellschaftlich definiertes Rollenbild zusammen passen. So können auch Inter\*-, Trans\*- oder nicht binär\* verortete Kinder massiv unter der Zuschreibung durch den Mythos leiden. Ich arbeite seit vielen Jahren in der intersektionalen Sexualpädagogik und Aufklärungsarbeit. Hierbei geht es darum, junge Menschen dahingehend zu stärken, den eigenen und für sich richtigen Weg zu finden und auch zu gehen. Angst hilft da niemals weiter, und Angst vor dem eigenen Körper schon mal gar nicht.

Als wir Holla-Frauen\* den Mädchen\* unseres Mädchen\*beirates, den Hollies, vorschlugen eine Aufklärungsbroschüre rund um den Mythos Jungfernhäutchen in Kombination mit Aufklärungsworkshops als Projekt bei der filia Stiftung zu beantragen, waren sie Feuer und Flamme. Auch der Mädchen\*beirat von filia, der wundervollen Stiftung für Mädchen\*projekte, fand unser Vorhaben wichtig und gab uns den Zuschlag. Wir arbeiteten mit 14 Mädchen\* und jungen Frauen\*, die zum Teil bereits im Mädchen\*beirat unseres Vereins aktiv waren und zum Teil Mädchen\*, die einfach Interesse am Thema hatten, bis Februar 2017 an der Broschüre weiter. Die 12-25 Jahre alten Teilnehmerinnen\* entwickelten einen unbeschreiblichen Elan.

Zunächst wurden die wichtigsten Inhalte festgelegt. Wir wollten eine Broschüre schreiben, die Mädchen\* aufklärt, die aber auch für Menschen, die mit Jugendlichen arbeiten und Eltern gleichermaßen interessant ist. Und natürlich auch für alle anderen Jugendlichen. Es war und ist uns wichtig, medizinisch und anatomisch nachvollziehbar und korrekt aufzuklären.

Für die Anatomie-Gruppe schrieben Luisa, Nura und Mara. Außerdem habe ich eine Frauenärztin interviewt, die oft mit dem Thema konfrontiert ist. Elena und Itzi haben zur Herkunft des Mythos recherchiert und viele interessante Zusammenhänge aufgetan.

Wir drucken einen Auszug aus dem neuen Buch „Vergewaltigung“ unserer ehemaligen Vorstandsfrau Dr. Mithu Sanyal ab, die seit Jahren in ihren Texten auf die Abwesenheit des Jungfernhütchens hinweist. Mila, Paula, Memo und Sophie haben sich mit den Absurditäten rund um das Thema beschäftigt. Was man nicht alles so im Internet finden kann und wie viele widersprüchliche Aussagen man auf ein und derselben Seite findet. Zwei Teilnehmerinnen\* berichten über einen inszenierten Krankenhausbesuch, wo sie sich über die Operation zur „Hymenrekonstruktion“ beraten ließen. Andere Mädchen\* haben zum gleichen Thema verschiedene Praxen angeschrieben, und die unterschiedlichsten Antworten erhalten.

Mit Religionen hat das Ganze nichts zu tun. Da es aber häufig Religionen zugeschrieben wird und Bräuche wie z.B. blutiges Laken in der Hochzeitsnacht oft auch in christlichen und muslimischen Kontexten vorkommen, war es uns wichtig, Menschen zu befragen, die sich mit diesen Religionen gut auskennen. Das haben Daya, Mariama, Fatima und Ryan erledigt.

Außerdem sind sie als „Interviewgruppe“ durch die Stadt gelaufen und haben Menschen zum Thema befragt. „Wissen Sie, dass es kein Jungfernhütchen gibt?“. Viele Zitate aus den Gesprächen und Zahlen der Befragung findet man in der Broschüre. Die Mädchen\* Sofia und Mari, die durch die Broschüre führen, wurden zum Teil von den vielen Begegnungen inspiriert.

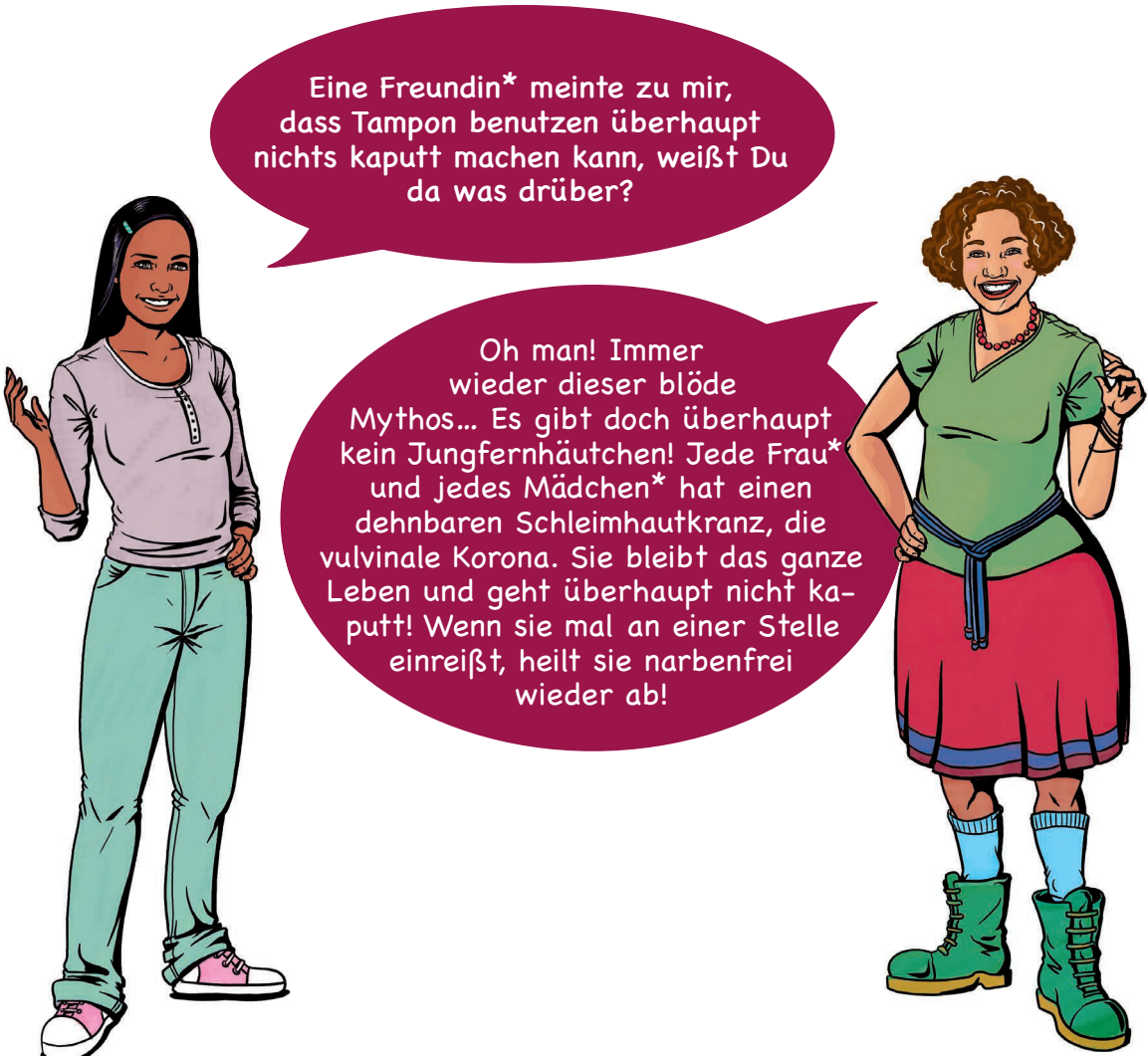
Schließlich haben wir das, was uns am Wichtigsten erschien, als „Das Wichtigste in Kürze“ auf viele Sprachen übersetzt. Jede einzelne Sprache als pdf und noch viel mehr Sprachen liegen auf unserer Webseite zum runterladen bereit. Der sehr erfrischende Besuch der Schauspielerin Annette Frier, die sich unseren Fragen und einer Diskussion stellte, war ein weiteres Highlight der gemeinsamen Arbeit.

Für die dritte Auflage kommen Interviews mit der Sexologin Ann-Marlene Henning, der Pädagogin\* Sanata Nacro und der Frauenärztin Dr. Eva Waldschütz dazu. Die Poetry Slammerin Betül Demir hat sich mit mir getroffen und über das Thema diskutiert. Es bleibt viel zu tun.

Elena  
Soyjan Aljoch

Selbst wenn es zu kleinen Verletzungen in der Vulvina oder der Korona kommen sollte, heilen auch diese recht zügig wieder ab. Hierbei entsteht keinerlei Narbengewebe. Das ist wichtig, weil es bedeutet, dass niemand, auch keine Frauenärz\*innen, anhand einer Untersuchung deiner Vulvina erkennen kann, ob du bereits penetrierenden Sex hattest oder nicht. Sogar nach einer Geburt kann die vulvinale Korona noch aussehen wie vorher.

Viele Mädchen\* machen sich auch Sorgen um die Benutzung von Tampons während der Regelblutung. Wie du dir jetzt vielleicht schon denken kannst, stellt dies aber überhaupt kein Problem dar und die Angst, etwas an der Vulvina kaputt zu machen ist völlig unbegründet!



Eine Freundin\* meinte zu mir, dass Tampon benutzen überhaupt nichts kaputt machen kann, weißt Du da was drüber?

Oh man! Immer wieder dieser blöde Mythos... Es gibt doch überhaupt kein Jungfernhütchen! Jede Frau\* und jedes Mädchen\* hat einen dehnbaren Schleimhautkranz, die vulvinale Korona. Sie bleibt das ganze Leben und geht überhaupt nicht kaputt! Wenn sie mal an einer Stelle einreißt, heilt sie narbenfrei wieder ab!

## Quer durch Köln und NRW

Wir haben 200 Menschen befragt (davon 160 weiblich\*). Von 200 Menschen wussten 14, dass es kein „Jungfernhütchen“ gibt (12 davon Frauen\*). Im Folgenden teilen wir Zitate von Menschen, die gefragt wurden: Wussten Sie, dass es kein Jungfernhütchen gibt? Was bedeutet der Mythos? Welche Auswirkungen hat das Thema auf Dein Leben?

Aber jetzt mal ehrlich, ist das überhaupt immer noch ein Thema? Ich dachte, inzwischen wissen sowieso alle, dass es kein Jungfernhütchen gibt.  
(Frauenärztin\*, 58)

Ich wurde vergewaltigt und habe jetzt große Angst, keine Jungfrau mehr zu sein.  
(Mädchen\*, 17)

Warum hat mir mein Arzt gesagt, dass mein Jungfernhütchen im Sportunterricht gerissen ist, wenn es doch gar nicht existiert? Das macht mich so wütend!  
(Schülerin\*, 15)

Hä krass laber nicht!! Krank! Da muss ich erstmal drauf klar kommen.  
(Schülerin\*, 17)

Warum hab ich nie darüber nachgedacht, dass es voll unlogisch ist, dass es das gibt?!  
(Schülerin\*, 17)

Ich wusste, dass es das nicht gibt und musste im Sexualekundeunterricht meine Lehrerin korrigieren und es ihr richtig erklären.  
(Schülerin\*, 15)

Ich bin superfroh zu hören, dass es kein Jungfernhütchen gibt. das nimmt mir echt Druck. Man hat ja wirklich Stress als Mädchen\*; wenn man zu früh Sex hat, ist man Schlampe und zu spät, dann ist man Nonne. Jetzt hab ich das Gefühl, es ist egal, es ist meine Sache und geht niemanden was an.  
(Schülerin\*, 16)

Meine komplette Welt dreht sich gerade um.  
(Schüler\*, 18)

Das ist nicht nur wichtig, das ist essentiell, diese Info kann das Leben von allen Mädchen\* ändern.  
(Psychologie-Studentin\*, 28)

Das bedeutet ja, dass das erste Mal gar nicht so ein großes Thema sein müsste, weil nichts zerstört wird.  
(Managerin\*, 27)