

Karin Flaake  
Körper, Sexualität und Geschlecht

»edition psychosozial«

**Karin Flaake**

# **Körper, Sexualität und Geschlecht**

**Studien zur Adoleszenz junger Frauen**

Psychosozial-Verlag

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten  
sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Studienausgabe der Ausgabe von 2001 (Psychosozial-Verlag)

© 2011 Psychosozial-Verlag

Walltorstr. 10, D-35390 Gießen

Fon: 06 41 – 96 99 78 – 18; Fax: 06 41 – 96 99 78 – 19

E-Mail: [info@psychosozial-verlag.de](mailto:info@psychosozial-verlag.de)

[www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de)

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form  
(durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages  
reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme  
verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Umschlagabbildung: »Im Fallen wachsen Dir Flügel!« Ulrike Körbitz, 1974

Umschlaggestaltung: Hanspeter Ludwig, Gießen

[www.imaginary-art.net](http://www.imaginary-art.net)

Lektorat: Claudia Koppert

Satz: [sos-buch.de](http://sos-buch.de), Mainz

Druck: Majuskel Medienproduktion GmbH, Wetzlar

[www.majuskel.de](http://www.majuskel.de)

Printed in Germany

ISBN 978-3-8379-2174-8

# Inhaltsverzeichnis

<b>Zur Studie</b>	8
Danksagung	12
<b>Die erste Menstruation</b>	13
Erlebensweisen und Gefühle	13
Bedeutungsgehalte exemplarisch: Katrin Abel	14
Unterschiedliche Ausgestaltungen und Gewichtungen	22
<b>Mütter, Töchter und Menstruation</b>	28
Bedeutung der Menstruation in der Mutter-Tochter-Beziehung	28
Mütter, Töchter und Menstruation exemplarisch – Einzelstudien	29
<i>»Da bin ich erst mal drum rumgekommen«: Frau Abel und Katrin</i>	29
<i>»... ein bißchen netter, ja, als was ganz Tolles, worauf sie stolz sein kann«: Frau Busch und Lisa</i>	35
<i>»Dann haben wir halt entsprechend eingekauft, Slipeinlagen, die sie haben wollte«: Frau Cramer und Anna</i>	44
Mütter, erste Menstruation und die Schwierigkeit, es anders zu machen als die eigene Mutter – Die Beharrlichkeit des Psychischen	53
Leibliche Bindungen zwischen Mutter und Tochter – Zur Bedeutung von Leiden, Lust, Neid und Rivalität	59
Sexualität, Schuld und das Blut der Menstruation in der Mutter-Tochter-Beziehung: Slavenka Drakulić Roman »Marmorhaut«	65
Erotik und Sinnlichkeit zwischen Mutter und Tochter	67
Erste Menstruation, Mutter-Tochter-Beziehung und die Verkehrung von Erotik und Sinnlichkeit in Leiden: Audre Lorde's Autobiographie »Zami«	72
Kulturelle Hygienegebote und Einschreibungen in den Körper	75
<i>»Da war nur der unbewußte Drang, mich von ihr zu befreien« –</i>	
Mütter, Töchter und die Unmöglichkeit einer schmerzlosen Trennung	79

<b>Väter, Töchter und die erste Menstruation</b>	85
Verunsicherungen, Trennungsschmerzen und Neuorientierungen	85
Sexuelle Wünsche, Phantasien und Ängste der Väter	90
<b>Erste Menstruation – Beginn des Weges in ein eigenes Leben: Innere Prozesse und äußere Bedingungen</b>	97
<b>Die Schwierigkeiten einer Aneignung des weiblichen Körpers und die Ambivalenz medizinischer Angebote</b>	107
<b>Weibliche Körperlichkeit und Schönheitsvorstellungen – Wünsche, Verunsicherungen, Bestätigungen</b>	109
Körpergefühle und die Bedeutung der Brüste	109
Gesellschaftliche Bilder weiblicher Körperlichkeit, Selbstbilder und die Blicke des anderen Geschlechts	113
Mutter-Tochter-Beziehung und der Stolz auf den weiblichen Körper – Möglichkeiten und Verhinderungen	117
Rivalität in der Mutter-Tochter-Beziehung: Muß eine von beiden die Schöneren sein?	120
Die Bedeutung von Freundinnen	125
Die Chance von Beziehungen zu anderen Frauen als der Mutter	129
<b>Adoleszentes Begehren zwischen homo- und heterosexueller Leiden- schaft: Die Sehnsucht nach dem Körper der Mutter und die Verführung durch den Mann in Slavenka Drakulić' Roman »Marmorhaut«</b>	131
<b>Sexualität und sexuelle Beziehungen</b>	136
Adoleszentes Begehren und veränderte Handlungsspielräume in den letzten Jahrzehnten	136
Einbettung in Gruppennormen	137
Erste Erfahrungen	139
Aktive Beziehungsgestaltung und Vermeidungsstrategien	144
Das Verbot, sich selbst zu berühren	148
<b>Mutter-Tochter-Beziehung und die Sexualität der Tochter</b>	155

Mütter, Töchter, Sexualität und die Nähe des Zusammenlebens	155
Mütter und die Lust der Töchter – Ängste, Ambivalenzen und Projektionen	159
Mütter und die Lust der Töchter – Die Schwierigkeit, den Mut zum Ja-Sagen zu vermitteln	165
Der Mangel an Bestätigungen durch das eigene Geschlecht und die Abhängigkeit vom anderen Geschlecht	171
<b>Körperlichkeit und Sexualität in der Vater-Tochter-Beziehung</b>	176
Vater-Tochter-Beziehung im Beziehungsdreieck Vater-Mutter-Tochter	176
Vater-Tochter-Beziehung und Familiendynamiken exemplarisch: Familie Berger	177
Abgrenzungsbedürfnisse gegenüber dem Vater und Verführungsphantasien junger Frauen im Familienkontext	185
Erotische Vater-Tochter-Spiele aus der Sicht einer Tochter: Alissa Walsers Erzählung »Geschenkt«	192
Väter und der Körper der Tochter – Abschiedsgefühle und Begehren	198
Mißlingende Abgrenzungen von der Tochter – Abrupte Distanz und verstrickende Nähe	203
Die Versuchung, eigene Probleme auf Kosten der Tochter zu lösen	208
Die ersten Liebesbeziehungen junger Frauen – Einbindung in Vater-Tochter-Dynamiken und ihre Bedeutung für Ablösungsprozesse	215
<b>Die Notwendigkeit einer Neuorientierung der Eltern als Paar</b>	221
<b>Körper, Sexualität und Geschlecht – Psychische Dynamiken, Beziehungsmuster und gesellschaftliche Einbindungen</b>	224
Soziale Ausgestaltungen des Körpererlebens	224
Adoleszenz und die eindeutige Zugehörigkeit zum Geschlecht der Mutter	226
Adoleszente Aneignungsprozesse und Familiendynamiken	229
Wege in ein eigenes Leben	235
<b>Anmerkungen</b>	239
<b>Literatur</b>	263

## Zur Studie

Im Zentrum der Untersuchung stehen mit Körperlichkeit und Sexualität verbundene Veränderungs- und Entwicklungsprozesse von Mädchen und jungen Frauen in der Adoleszenz, der lebensgeschichtlichen Phase des Übergangs von der Kindheit zum Erwachsensein. In einer Vielzahl von Kulturen bezeichnet dieser Übergang zugleich auch einen Prozeß erneuter Vergeschlechtlichung, des Zur-Frau- oder Zum-Mann-Werdens. Die meist unter dem Begriff Pubertät gefaßten körperlichen Wandlungsprozesse<sup>1</sup> – das Wachsen der Brüste und die übrigen Veränderungen der Figur und des Aussehens, die Veränderungen der Genitalien, die erste Menstruation, die neue Qualität und Intensität sexueller Wünsche und Erregungen – sind keine neutralen, rein biologisch oder anatomisch zu betrachtenden Umgestaltungen, sondern immer schon eingebunden in kulturelle Bedeutungszusammenhänge und damit immer schon sozial geprägt und gesellschaftlich vermittelt. In den Verarbeitungsformen der Mädchen und jungen Frauen sind innerpsychische Konstellationen – Wünsche, Phantasien und Ängste, die geknüpft sind an die körperlichen Veränderungen und das auf neue Weise sich Ausdruck verschaffende sexuelle Begehren – unlösbar verbunden mit sozialen Definitionen und Bewertungen dieser Veränderungen, mit Bedeutungszuschreibungen, in denen gesellschaftliche Weiblichkeitsbilder ihren Ausdruck finden.

In allen lebensgeschichtlichen Phasen kommt es zu einer sozialen Ausgestaltung von Körperlichkeit und Sexualität. Es gibt jedoch biographische Stationen mit besonderer Prägekraft; zu diesen gehört die Adoleszenz. Die körperlichen Veränderungen in dieser Zeit erzwingen eine Auseinandersetzung mit den gewandelten leibbezogenen Möglichkeiten und den auf neue Weise wirksam werdenden gesellschaftlichen Geschlechterbildern. Ob sie es sich wünschen oder nicht, Mädchen und junge Frauen müssen sich auseinandersetzen mit den veränderten Potentialen ihres Körpers: der Möglichkeit zu genitaler Sexualität und dazu, schwanger werden und Kinder gebären zu können. Zugleich sind die körperlichen Veränderungen eingebunden in die gesellschaftliche Organisation und symbolische Repräsentation der Geschlechter, die in westlich-industriellen Gesellschaften nur die eindeutige und endgültige Zuordnung zu einem und nur einem Geschlecht vorsieht und Mädchen damit konfrontiert, jetzt unwiderruflich dem weiblichen und ausschließlich dem weiblichen Geschlecht anzugehören. Damit

werden auch gesellschaftliche Bilder weiblicher Körperlichkeit und Sexualität auf neue Weise wirksam. Sie greifen strukturierend in die Erfahrungen und Wahrnehmungen ein und fördern Prozesse der Ausgestaltung von Erlebensweisen gemäß kulturellen Vorgaben und gesellschaftlichen Strukturen des Geschlechterverhältnisses.

Auf Körperlichkeit und Sexualität bezogene soziale Deutungen und Definitionen finden sich in unterschiedlichen gesellschaftlichen Kontexten: in Weiblichkeitsbildern von Werbung und Medien, in Inhalten schulischen Unterrichts, in den von erwachsenen Personen – insbesondere Müttern, Vätern, Lehrerinnen und Lehrern – vermittelten Vorstellungen, in Normen und Bewertungen unter Gleichaltrigen. Wesentliche Botschaften über Körperlichkeit und Sexualität sind in Alltagsinteraktionen enthalten, in den Reaktionen der sozialen Umgebung der Mädchen und jungen Frauen auf die mit Körperlichkeit und Sexualität verbundenen Veränderungen. In diesen Reaktionen finden sich Bedeutungszuschreibungen, die Ausdruck gesellschaftlicher Definitionen, aber auch individueller Verarbeitungsmuster sind. Die Umgestaltungen der Pubertät lösen nicht nur bei Mädchen und jungen Frauen Verunsicherungen und Erschütterungen bisheriger psychischer Balancen aus, sie sind auch für Erwachsene mit Irritationen, Verwirrung und Konflikten verknüpft. Dabei spielen unbewußte Strebungen und damit eine Dimension menschlichen Verhaltens und Handelns jenseits intentionaler und rationaler Erwägungen eine große Rolle. Sie wird gespeist aus Wünschen und Affekten, die im Laufe der lebensgeschichtlichen Entwicklung verdrängt, aus dem Bewußtsein ausgeschlossen worden sind, weil sie als anstößig, verboten und bedrohlich erlebt wurden. Dadurch haben sie ihre Wirksamkeit jedoch nicht verloren. Unbewußtes drängt immer wieder in die Gestaltung der Realität, geht immer wieder ein in aktuelles Verhalten und Handeln.<sup>2</sup> Soziale Interaktionen sind immer auch geprägt von unbewußten Motiven. Eine besondere Bedeutung haben sie, wenn es um kulturell Tabuisiertes, insbesondere um libidinöse, d.h. erotisch-sinnliche und aggressive Strebungen geht. Die adoleszenten Entwicklungen berühren beide Bereiche, sind also in starkem Maße eingebunden in unbewußte Dynamiken, die sowohl innerpsychisch bei den Mädchen und jungen Frauen selbst und den Erwachsenen in ihrer Umgebung als auch in Beziehungen – unter Gleichaltrigen ebenso wie zwischen Erwachsenen und den Mädchen und jungen Frauen – eine Rolle spielen.

Mit der Adoleszenz werden Beziehungen außerhalb der Familie – insbesondere zu Freundinnen und den Personen, mit denen die ersten sexuellen Erfahrungen gemacht werden – zunehmend bedeutsam. Zugleich beeinflussen Botschaften, die die bisher wichtigen Bezugspersonen – Mutter, Vater, Stiefvater – den Mädchen und jungen Frauen über ihre Körperlichkeit und Sexualität vermitteln, die für diese Veränderungen notwendigen Aneignungsprozesse und die Art und Weise, wie Wege in die außerfamiliale Welt gestaltet werden können. Dabei spielen Ambivalenzen, Widersprüchliches und Konflikthafes auf beiden Seiten eine Rolle. Die mit der Pubertät der Tochter verbundenen Veränderungen lösen bei Müttern, Vätern und Stiefvätern eine Vielzahl oft widersprüchlicher Gefühle aus, die das Verhalten jenseits bewußter Vorstellungen und Intentionen prägen. Zugleich ist auch das Verhalten der Mädchen und jungen Frauen in unbewußte Dynamiken und Konflikte eingebunden.

Die Studie richtet sich insbesondere auf die mit Körperlichkeit und Sexualität verbundenen familialen Interaktionen und die in ihnen enthaltenen Dynamiken und Botschaften: die mit Körperlichkeit und Sexualität verbundenen Wünsche, Phantasien und Ängste der Mädchen und jungen Frauen, die bei Müttern und Vätern bzw. Stiefvätern durch die Pubertät der Tochter ausgelösten Gefühle und Phantasien, die emotionale Dynamik zwischen Tochter und Mutter, Tochter und Vater bzw. Stiefvater und in der Erwachsenenpaarbeziehung.<sup>3</sup> Ergänzend werden zentrale Bereiche der außerfamilialen Welt einbezogen: gesellschaftliche Definitionen weiblicher Körperlichkeit und Sexualität, die Beziehungen zu Freundinnen, die ersten erotisch-sinnlichen Erfahrungen, die Bedeutung von erwachsenen Frauen außerhalb der Familie. Dabei steht das Bemühen im Vordergrund, innerpsychische Prozesse – Phantasien, unbewußte Wünsche und Konflikte – und soziale Gegebenheiten als miteinander verschränkte zu sehen, ohne ihre jeweilige Eigenbedeutung und -dynamik zu übergehen und den Schwerpunkt einseitig auf Innerpsychisches oder soziale Prägungsprozesse zu legen. Soziologische und psychoanalytische Perspektiven lassen sich auf diese Weise als miteinander verbunden, jedoch nicht zu einer Seite hin auflösbar verstehen.

Die Untersuchung basiert auf Interviews mit 13- bis 19jährigen Mädchen und jungen Frauen, ihren Müttern und Vätern bzw. Stiefvätern.<sup>4</sup> Diese Interviews wurden nach einem Verfahren psychoanalytisch orientierter Textinterpretation ausgewertet. Auf diese Weise konnte Latentes, d. h. nicht bewußte, aber dennoch handlungsleitende Motive und Phantasien, herausgearbeitet werden.<sup>5</sup> Ergänzt werden

diese Auswertungen durch die Interpretation literarischer Texte, in denen auf adoleszente Entwicklungen bezogene kulturell tabuisierte Gehalte besonders deutlich zum Ausdruck kommen.

Die Interpretation der Interviews und literarischen Texte gibt Aufschluß über Problem- und Konfliktkonstellationen, mit denen Mädchen und junge Frauen und die Personen in ihrer Umgebung durch die mit Körperlichkeit und Sexualität verbundenen Veränderungen konfrontiert sind. Zugleich wird das Spektrum möglicher Verarbeitungsformen deutlich. Die geringe Zahl der Interviews läßt jedoch keine Aussagen über die Häufigkeit bestimmter Muster zu. Wenn quantitativ orientierte Studien oder andere Untersuchungen zu Themenbereichen vorliegen, wurden sie in die Interpretationen einbezogen. Die Darstellungen beziehen sich auf Personen in einem westdeutschen, städtischen und sozial eher privilegierten Umfeld, andere kulturelle Kontexte und Migrationserfahrungen wurden nicht berücksichtigt.

## Danksagung

Die Interviews mit Mädchen und jungen Frauen, ihren Müttern und Vätern beziehungsweise Stiefvätern, auf denen die vorliegende Arbeit wesentlich basiert, sind das Ergebnis mehrerer studienbegleitender Forschungsprojekte im Rahmen meiner Lehrtätigkeit an der Freien Universität Berlin und der Carl von Ossietzky Universität Oldenburg. Die Mehrzahl der ausführlichen Interpretationen bezieht sich auf Interviews, die 1998 im Kontext eines gemeinsam mit Mechthild Blanke und Heike Fleßner durchgeführten mehrsemestrigen Studienprojekts an der Universität Oldenburg entstanden sind. Studentinnen haben die Interviews durchgeführt und sie transkribiert. Über mehrere Semester haben wir diese Interviews gemeinsam ausgewertet. Ich danke all denen, die längere Zeit an dem Projekt mitgearbeitet und sich weit über die Erfordernisse des Studiums hinaus beteiligt und engagiert haben: Annegret Allmers, Jeanette Brossog, Maria Brüggemann, Mechthild Frenking, Claudia Ganster, Martina Graunitz, Martina Kavelmann, Anke Kleyda, Doris Kuhlmann, Inge Märkle, Ute Nunnenmacher, Annette Rasch, Jutta Schilling, Micaela Schnitter, Ilana Scholz, Uschi Siemers und Monika Zschoche.<sup>6</sup> Herzlichen Dank vor allem auch den Interviewpartnerinnen und -partnern für ihre Bereitschaft zum Gespräch, für ihre große Offenheit und für den Mut, sich auf die oft sehr persönlichen Fragen einzulassen.

Weitere Auswertungen fanden in Interpretationsgruppen statt. Ich danke den Teilnehmerinnen und Teilnehmern des Frankfurter Arbeitskreises »Tiefenhermeneutik und Sozialisationsstheorie« sowie einer privat organisierten Arbeitsgruppe, zu der Ira Bergs, Angela Federlein, Martina Ritter und Beate Schnabel gehörten, für die anregenden Diskussionen, durch die sich immer wieder neue Facetten des in den Interviews Geschilderten erschlossen. Teile des Manuskripts gelesen und kommentiert haben Mechthild Blanke, Margrit Brückner, Martina Christlieb, Petra Christian-Widmaier, Heike Fleßner, Johanna Schäfer und Claudia Weber-Deutschmann. Ihnen herzlichen Dank für die hilfreichen und ermutigenden Kommentare. Petra Menze vom Institut für Soziologie und Sozialforschung an der Universität Oldenburg danke ich für die engagierte und kompetente Erstellung des Manuskripts, Claudia Koppert für ihre hilfreichen Lektoratsarbeiten.

# Die erste Menstruation

## Erlebensweisen und Gefühle

Die erste Regelblutung hat im Rahmen der körperlichen Veränderungen der Pubertät eine besondere Bedeutung. Das Wachsen der Brüste und die Veränderungen der inneren und äußeren Genitalien vollziehen sich kontinuierlich, über einen längeren Zeitraum, die erste Menstruation dagegen ist ein Ereignis, das plötzlich eintritt und unübersehbar auf anstehende Veränderungen hinweist. Entsprechend erleben die meisten der von uns befragten Mädchen und jungen Frauen sie als einschneidend und aufwühlend. Die Gefühle können dabei unterschiedliche, auch widersprüchliche Facetten haben. So gibt es Freude und Stolz, jetzt endlich »dazuzugehören«, »kein Kind mehr zu sein«, Gefühle, die besonders bei denjenigen eine Rolle spielen, deren Freundinnen und Klassenkameradinnen ihre erste Menstruation schon hatten. Deutlich werden aber auch Gefühle tiefer Beunruhigung und Verunsicherung, die in Formulierungen wie: »Es war ein Schock«, »schlimm«, »schrecklich« zum Ausdruck kommen. Dieses Erleben hat sich trotz kognitiver Aufgeklärtheit, des Wissens um die Bedeutung der Regelblutung eingestellt. In vielen Schilderungen überwiegt ein negatives Erleben, Gefühle wie Freude und Stolz werden vergleichsweise selten beschrieben.

Es gibt nur wenige Untersuchungen, auf deren Basis eine Einschätzung der Verallgemeinerbarkeit dieser Tendenzen vorgenommen werden kann. In einer zu Beginn der achtziger Jahre in Westberlin durchgeführten medizinpsychologischen Studie kommt Erica Mahr (1985) zu dem Ergebnis, daß bei jungen Frauen häufiger ein positives Erleben der ersten Regelblutung feststellbar ist als bei den älteren: In der Gruppe der 15- bis 20jährigen haben ein Drittel ihre erste Menstruation als nur unangenehm erlebt, ein Drittel äußern sich uneindeutig und ebenfalls ein Drittel positiv. Bei den älteren, den bis zu 49jährigen, berichten dagegen fast die Hälfte von einem eindeutig negativen Erleben der ersten Regelblutung. Für die jungen Frauen – die Altersgruppe der 14- bis 17jährigen – zeigen sich ähnliche Tendenzen in einer 1994 durchgeführten, für die Bundesrepublik Deutschland

repräsentativen Untersuchung: Ein Drittel der Befragten fanden ihre erste Regelblutung »unangenehm«, 20 Prozent hatten »gute und schlechte Gefühle dabei« (Schmid-Tannwand/Kluge 1998, S.62).<sup>1</sup>

Die erste Menstruation greift auf vielfältige Weise in das Leben und die bisherigen psychischen Balancen von Mädchen ein, sie ist mit einer Reihe sozialer und innerpsychischer Bedeutungen verknüpft, die sie auch für diejenigen, die Freude und Stolz mit ihr verbinden, zu einem aufwühlenden Ereignis werden läßt. Im folgenden werden Bedeutungsgehalte der ersten Regelblutung zunächst exemplarisch am Erleben einer 16jährigen jungen Frau beschrieben. Daran anknüpfend werden die Schilderungen der übrigen Mädchen und jungen Frauen einbezogen.

### Bedeutungsgehalte exemplarisch: Katrin Abel

Katrin Abel besucht die 10. Klasse eines Gymnasiums, sie ist 16 Jahre alt und hat ihre erste Menstruation mit zwölfteinhalb Jahren bekommen. Sie lebt zusammen mit ihren Eltern, einer 13jährigen Schwester und einem 21jährigen Bruder.

Katrin beschreibt ihre erste Menstruation so:

*»Da war ich bei Bekannten zu Besuch und hab' da geschlafen. Erst habe ich es, dachte ich, ach Scheiße. Also ich hab' schon kapiert, was es ist, aber dann war ich völlig fertig irgendwie und wollt' es nicht sagen. Dann habe ich es doch gesagt, und dann bin ich absolut in einen Heulkampf verfallen, also ich war wirklich fertig mit der Welt. Die Mutter, also ich kenn' die sehr gut, die hat mich dann wirklich aufgebaut und getröstet, hat's mit mir gefeiert. Weiß nicht, die erste Zeit habe ich das irgendwie nicht akzeptiert, und es hat mich total genervt, aber jetzt finde ich, irgendwie kann man schon fast ein bißchen stolz drauf sein, so weil wenn, wenn, man selber weiß das ja, ob man es hat oder nicht, und, weiß nicht, ist man selber größer, oder man kann von sich schon behaupten, daß man älter ist, aber da muß man sich wirklich erst dran gewöhnen, das ist erst echt Scheiße, und ich könnt's auch wohl mal abschaffen, denk' ich... Ich mocht's auch meiner Mutter erst nicht sagen, das hat dann die Mutter von dem anderen Mädchen gemacht, ich weiß nicht, es war für mich einfach schlimm, das war 'ne Katastrophe irgendwie, und ich konnt' da auch erst mal nicht darüber sprechen.«*

Katrin beschreibt eine Diskrepanz zwischen ihrem Wissen – »ich hab' schon kapiert, was es ist« – und ihrem Erleben der ersten Menstruation als »schlimm«,