

Inhalt

Einführung	5
Das Projekt: Ganz Frau – mit allen Rechten	7
Zur Klärung	9
Sexualität und Behinderung	11
Dimensionen von Sexualität	11
Sexualität ganzheitlich verstehen	12
Schamgefühle	14
Privat- und Intimsphäre	14
Geschlechtsidentität	14
Sexualerziehung und sexuelle Bildung	15
Fokus: Selbstwert	16
Sexualität aus menschenrechtlicher Sicht	19
Fokus: Selbstbestimmung	21
Alltag	25
Identität und Selbstwert: Bye-bye, Aschenputtel	27
Partnersuche: Dem Glück auf die Sprünge helfen	30
Partnerschaft leben: Der Weg ist das Ziel	33
Kommunikation: Verstehen und verstanden werden	36
Sexuelle Gesundheit: Frauensachen	41
Mutterschaft und Behinderung: Kein Widerspruch	46
Erfahrungen	49
Céline, Enya, Zoé: Darüber reden? Aber sicher!	51
Maria: Die Welt in Orange	60
Susanna: Ganz (Ehe-)Frau und Mutter	64
Rebecca: Kein Sex ist auch keine Lösung	70
Alma: Körperliche Liebe als Geschenk	72
Samanta: Mut öffnet viele Türen	75
Michelle: Ich möchte als Frau begehrt werden	78
Anastasia: Die Entscheidung	83
Ramona: Auf Umwegen zum Happy End	86
Wünsche	89
Mehr wissen	93
Begriffe	94
Weiterführende Medien	95
Anlauf- und Beratungsstellen	98