Vorwort 4

1 Sexuelle Bildung in der Schule – was, wer, wie und warum? 6
1.1 Sexualität ist – ganz nebenbei – ein großes Lernthema in der Schule 6
1.2 Sexualität – der eigene „Koffer“ 8
1.3 Die Kinder haben die Welt nicht gemacht 10

2 Sexualität als Thema im Unterricht – Voraussetzungen, Rahmen und Einstieg: Häufige Fragen von Lehrenden 11
2.1 Muss ich mit meiner Klasse über Themen reden, die mir unangenehm sind? 11
2.2 Was tun, wenn der Klasse oder mir das sehr peinlich ist? 11
2.3 Wie reagiere ich auf respektlose, provokante oder private Fragen? 12
2.4 Wer sollte die Aufgabe übernehmen – interne Personen oder externe Fachkräfte? 13
2.5 Wie viel darf ich sagen – wann gehe ich zu weit? 14
2.6 Sollte das Thema nach Geschlechtern getrennt unterrichtet werden? 15
2.7 Ich habe Angst, dass ein Kind traumatisiert oder retraumatisiert werden könnte 16
2.8 Wie kann Schutz und Freiwilligkeit trotz Schulpflicht und Klassenverband gewährleistet werden? 17
2.9 Wie kann die Notengebung gestaltet werden? 17
2.10 Was tun, wenn Eltern Einwände gegen das Thema haben? Beispiel eines Elternbriefs 17

3 Methodisches für die Unterrichtspraxis: Hinweise und Arbeitsmaterial 20
3.1 Einstiegsmethoden und Anregungen für die Unterrichtsgestaltung 20
3.1.1 Wie ihr wollt – gemeinsam gestalteter Einstieg 21
3.1.2 Blackbox oder Briefkasten – anonym Fragen sammeln 22
3.1.3 Gemeinsame Regeln 23
3.1.4 Sex-ABC 24
3.1.5 Synonyme sammeln 25
3.1.6 Schimpfwörteranalyse 26
3.2 Körperwissen 29
3.2.1 Wo kommst du her? Zeugung und Befruchtung 30
3.2.2 Junge oder Mädchen oder ...? Entwicklung der Geschlechtsorgane in der Schwangerschaft 36
3.2.3 Werden und wachsen – Schwangerschaft und Geburt 40
3.2.4 Nichts bleibt, wie es war – was in der Pubertät passiert 46
3.2.5 Ein Blick nach da unten: Wie sehen die Geschlechtsorgane aus? 57
3.3 Freundschaft, Liebe, Sexualität 70
3.3.1 Cis, Trans, Inter …?! Vielfältige Geschlechtlichkeiten 71
3.3.2 Liebe, Liebe, Liebe – vielfältige Liebes- und Beziehungsformen 77
3.3.3 Wie weiß ich, was ich mag? Sexualität und Grenzen 84
3.3.4 Das erste Mal … Welches erste Mal?! 96
3.3.5 Beziehung! Das tägliche Leben 106

Weiterführende Literatur 112

VORSCHAU

netzwerk lernen
© PERSEN Verlag
zur Vollversion

1 Sexuelle Bildung in der Schule – was, wer, wie und warum?

1.1 Sexualität ist – ganz nebenbei – ein großes Lernthema in der Schule

Was bedeutet Sexbombe?
Wie weiß ich, dass ich jemanden richtig doll mag?
Wie erkennt man, dass man beim Sex ausgenutzt wird?
Wie soll man es sich sagen, dass man verliebt ist?
Wieso sind Jungen manchmal so fies zu Mädchen?
Was ist eine sexuelle Belästigung?
Was bedeutet Pubertät für die Mädchen?
Muss man Sex haben, auch wenn man keine Kinder will?

Diese Fragen haben Kinder der 5.–7. Klassen im Vorfeld von sexualpädagogischen Veranstaltungen in einen anonymen „Briefkasten“ gesteckt. Sie zeigen, wie genau Kinder ihre (erwachsene) Umgebung beobachten und wie viele Fragen sie mit sich herumtragen. Sie sind ständig damit beschäftigt, sich einen Reim auf die Welt zu machen, sich zu orientieren und zu lernen, auch und mit besonders wachen Sinnen zum Thema Sexualität.

Welche Rolle spielt die Schule in diesem sexuellen Lernprozess?

Sexualität ist überall präsent, wo Menschen zusammenkommen, in Form von Projektionen, Orientierung durch Lernen an Vorbildern usw.
Frei nach Paul Watzlawick: *Wir können nicht nicht sexualerziehen*. Auch wenn wir nie explizit über das Thema sprechen, kommunizieren wir ständig, und zwar in der Art wie wir uns kleiden, wie wir uns als Mann und Frau geben, wie wir mit Kolleginnen und Kollegen sprechen, worüber wir Witze und Bemerkungen machen.
Das gilt insbesondere auch für die Schule und für Ihre Rolle als Lehrkraft. Sie und auch das System Schule sexualerziehen also jeden Tag, ob sie das auf dem Schirm haben oder nicht. Sexualität ist dabei weit mehr als ein Thema für die geplanten Stunden im Biologieunterricht. Es ist vor allem immer ein Thema, das uns zunächst als Privatperson prägt und dessen verinnerlichte Werte, Normen und Haltungen und unbewusste Selbstverständlichkeiten auch unser Handeln als Fachkraft in der professionellen Rolle stark beeinflusst.
Kinder und Jugendliche, Schülerinnen und Schüler, verbringen viel Zeit in der Schule. Sie erleben Verliebtheiten, vielfältige Auseinandersetzung mit der Welt, mit Geschlechterrollen, Beziehungserfahrungen. Sie nehmen den Umgang mit Jungen und Mädchen wahr, erleben Gerechtigkeiten und Ungerechtigkeiten, sie erleben sensibles und weniger sensibles Umgehen mit ihren Grenzen, die Reaktionen auf ihren sich verändernden Körper. Sie lernen täglich viel über das Thema, auch ohne dass es explizit thematisiert wird: Wie wird mit Jungen und Mädchen umgegangen? Wer wird für welches Verhalten wie gemaßregelt? Wie wird in Schulbüchern z. B. über das erste Mal oder Geschlechtsorgane geschrieben? Wie reagieren Lehrerinnen und Lehrer auf Situationen? Wie wird auf Übergriffe, Sprüche und Beleidigungen reagiert?
Häufig erleben Kinder und Jugendliche beispielsweise, dass übergriffiges Verhalten von Jungen mit ihrer mangelnden Fähigkeit erklärt wird, ihre Gefühle auf adäquaterem Weg auszudrücken: „Das machen die Jungs nur, weil sie dich mögen und es nicht besser ausdrücken können.“ Damit bleiben beide Seiten in ihrer Klemme: Der übergriffigen Person wird nicht geholfen zu lernen, sich anders zu verhalten. Und die Person, die sich in ihren Grenzen verletzt fühlt, lernt nicht, dass ihr Empfinden berechtigt ist.

VORSCHAU

zur Vollversion

1.2 Sexualität – der eigene „Koffer“

Was sich neckt, das liebt sich.
Appetit kann man sich holen, aber gegessen wird zu Hause.
Liebe macht blind.
Ein Mann, ein Wort. Eine Frau, ein Wörterbuch.
Frauen sind da, um geliebt, nicht um verstanden zu werden.

Es gibt eine Vielzahl an solchen Zitaten, die Wissen und Einstellungen über Beziehung, Sexualität, Liebe, die Rollen von Frauen und Männern in unserer Gesellschaft abbilden. Wir alle wachsen von Anfang an mit diesen Informationen auf und sammeln sie als unbewusstes Wissen in uns an. Dazu gehören Sprichwörter und Witze genauso wie bestimmte Traditionen und Selbstverständlichkeiten, die uns gar nicht auffallen oder seltsam vorkommen, weil sie für uns schon immer so waren. Eines dieser gelernten Dinge ist, dass sich über Sexualität scheinbar nicht leicht sprechen lässt. Und wenn wir es versuchen, mit welchen Worten machen wir es und mit welcher Sprache? Die meisten Erwachsenen spüren diese Sprachlosigkeit oder sprachliche Unsicherheit, wenn sie mit (kindlichen) Fragen zu Sexualität konfrontiert sind. Oft fällt es nicht leicht, in solchen Situationen eine passende Antwort oder Reaktion parat zu haben. In der beruflichen Rolle bleibt diese Sprachlosigkeit verständlicherweise oft bestehen. Besonders Berufsgruppen, die im Rahmen ihrer Tätigkeit Antworten geben sollen, fragen sich dann: Wie gehe ich mit dem Thema Sexualität und meinen Grenzen angemessen um? Was tun, wenn es peinlich wird oder mir private Fragen gestellt werden? Wie viel darf ich da überhaupt sagen, ohne „zu viel“ zu sagen?
Dass diese Fragen aufkommen, ist sehr verständlich. Sexualität ist ein Thema, das besonders eng mit der eigenen Biografie und der eigenen Persönlichkeit verknüpft ist.

Es ist so, als gäbe es einen Koffer, den wir unser ganzes Leben mit uns herumtragen und der sich im Laufe des Lebens mit Wissen, Normen, Regeln, Selbstverständlichkeiten und Gewohnheiten füllt, die uns oft nicht bewusst sind. Meistens fällt uns dieser Koffer gar nicht auf, aber er prägt unser Miteinander und unsere Werte, Grenzen und Tabus. Dabei sammeln wir nicht nur Dinge in den Koffer, die uns in Aufklärungsgesprächen erzählt werden oder offiziell in Büchern stehen. Wir sammeln auch unbewusst Vermitteltes: Muss ein Kind immer allen die Hand geben oder darf es das selbst gestalten? Wie werden Körpergrenzen respektiert? Wie wird ein Kind von wem getröstet? Wie reagiert das Umfeld auf kindliche Neugier und Körpererkundungen? Was lernen Kinder darüber, was ein „Junge“ und was ein „Mädchen“ sein soll? Was wird erzählt über Beziehung, Eifersucht, das erste Mal? Wie lange ist Eifersucht „niedlich“? Wem wird was über Verhütung beigebracht? Wird in meiner Gesellschaft der betroffenen Person eine Mitschuld an sexuellen Übergriffen gegeben? … All diese bewusst und unbewusst aufgenommenen Informationen prägen unser Bild davon, wie Sexualität in unserer Gesellschaft eingeordnet wird und gehört zu unserer Orientierung in der Welt und zu unseren Gewohnheiten.
Oft spüren wir erst in der Begegnung oder Konfrontation mit Meinungen, Haltungen oder Ausdrücken, die den eigenen Werten entgegenlaufen, dass wir so einen Koffer voller Erfahrungen haben, der uns prägt. Vielleicht gibt es Situationen, in denen ein Kollege einen Witz macht oder eine Schülerin eine Frage zum Thema Sexualität stellt und in Ihnen regen sich diesbezüglich bestimmte Gefühle: Abwehr, Unsicherheit, Scham, Sprachlosigkeit o. Ä.

Der eigene Koffer prägt uns vor allem als Privatperson. Aber er wirkt auch auf uns als Fachkraft in der professionellen Rolle. In der Schule, in der Rolle als Lehrkraft, gilt es nun, dem Recht von Kindern und Jugendlichen auf Informationen und Antworten zum Thema nachzukommen. Aber dabei ist es wichtig, sich des eigenen Koffers bewusst zu sein. Wo liegen meine Befindlichkeiten? Was regt mich auf, was stößt mich ab? Womit kann ich gut umgehen, wovon fühle ich mich provoziert oder überfordert? So macht es beispielsweise einen Unterschied, auf die Frage eines

VORSCHAU

netzwerk lernen
zur Vollversion

2 Sexualität als Thema im Unterricht – Voraussetzungen, Rahmen und Einstieg: Häufige Fragen von Lehrenden

Der Einstieg ist sicher das, was den meisten Menschen das größte Kopfzerbrechen macht. Kinder und Jugendliche spüren die Besonderheit des Themas. Dass über etwas geredet werden soll, über das für gewöhnlich nicht geredet wird. Es ist etwas Besonderes, vielleicht peinlich, wird aber sehr gespannt erwartet. Es ist ungewöhnlich und ungewohnt. Auch unter Erwachsenen ist das Reden über Sexuelles oft ungewohnt und ungeübt. Im Folgenden stehen daher einige häufige Fragen im Mittelpunkt, die in Fortbildungen mit Lehrkräften immer wieder aufkommen. Die gewählten Zitate und beschriebenen Beispiele entspringen ausschließlich der Erfahrung in sexualpädagogischen Veranstaltungen und Fortbildungen.

2.1 Muss ich mit meiner Klasse über Themen reden, die mir unangenehm sind?

Eine sehr häufige und nachvollziehbare Frage ist die nach den aufkommenden Themen in der Klasse: Muss ich diese Dinge besprechen, auch wenn sie mir unangenehm sind? Das eigene Empfinden ist hier immer eine gute Orientierung. Sie selbst kennen die Klasse am besten, mit der Sie das Thema bearbeiten wollen. Vielleicht macht die Arbeit mit der Klasse gerade Spaß und Sie können sich sehr gut vorstellen, Einheiten zu Sexualität durchzuführen. Aber vielleicht gibt es in der Klasse gerade Dynamiken, die es Ihnen schwer machen, zum Thema Sexualität ehrlich, offen oder entspannt und mit Neugier auf die Fragen der Kinder und Jugendlichen eingehen zu können. Es ist gut und wichtig, wenn Sie das so wahrnehmen. „Ich nicht!“ oder „Ich nicht zu diesem Thema!“ kann eine sehr souveräne Haltung sein. Sie sollten dann überlegen, ob Sie mit der Klasse nur ein bestimmtes Thema besprechen wollen oder nur einen Einstieg machen. Und vor allem stellt sich dann im Sinne der Informationsrechte der Schülerinnen und Schüler die Frage: Wer kann stattdessen Angebote zu Sexualität umsetzen?

Hier einige Tipps zu außerschulischen Angeboten:
- Beratungsstellen für Schwangerschaft
- Gesundheitsämter
- Vereine für sexuelle und geschlechtliche Vielfalt
- freie Sexualpädagoginnen und Sexualpädagogen

2.2 Was tun, wenn der Klasse oder mir das sehr peinlich ist?

In sexualpädagogischen Veranstaltungen oder Unterrichtseinheiten zum Thema Sexualität ist Scham ein wichtiges Gefühl und auch ein häufiges. Es ist ungewohnt, plötzlich Dinge zu benennen und auszusprechen, über die sonst nicht gesprochen wird, und dann auch noch im Kontext der ganzen Klasse und vielleicht mit einer Lehrerin oder einem Lehrer, die oder den man sonst nur aus anderen Kontexten kennt. Manche Kinder oder Jugendlichen kommen in solchen aufregenden Situationen schlecht aus ihrer üblichen Rolle innerhalb des Klassengefüges heraus und provozieren, obwohl sie das Thema eigentlich sehr interessieren würde, aber dieses Interesse nicht zeigen möchten, aus Angst vor Gesichtsverlust. Andere überbrücken die Spannung mit Albernheit. Das dieses Thema mehr Unruhe und Aufregung und auch mehr Albernheiten oder Lachen auslöst als andere Themen, ist vollkommen angemessen und normal. Es ist allerdings eher wahrscheinlich, dass eine Klasse sich unwohl fühlt und deswegen unruhig wird, wenn Schülerinnen und Schüler spüren, dass es keinen ausreichend sicheren Rahmen gibt: Können wir uns sicher fühlen, wenn wir zu dem Thema etwas sagen? Müssen wir befürchten, mehr von der Lehrkraft zu erfahren, als wir wollen? Muss ich befürchten, in dem, was ich von mir zeige, bewertet zu werden? Es ist völlig berechtigt, vor der Klasse ganz offen zu sagen, dass die Situation auch für Sie ungewohnt ist, aber Sie sich auch darauf freuen oder

VORSCHAU

netzwerk lernen
© PERSEN Verlag
zur Vollversion

Information zu sexualpädagogischen Angeboten an unserer Schule

Liebe Eltern, liebe Erziehungs- und Sorgeberechtigten,

Wie fühlt sich Liebe an?
Was soll ich tun, wenn ich meine Tage bekomme?
Wie geht Sex?
Wie merke ich, dass ich jemanden wirklich liebe?
Wie lange dauert eine Geburt?

das sind nur einige der Fragen, die in sexualpädagogischen Projekten von Kindern gestellt werden. Sexualität ist für Kinder und Jugendliche spätestens in der Pubertät ein sehr interessantes Thema. Aber auch vorher ist es für Kinder schon spannend, sich mit Liebe, Gefühlen, den Veränderungen des Körpers und der Welt um sie herum auseinanderzusetzen. Immer stärker spielt da auch der Umgang mit digitalen Medien eine Rolle.

Ihr Kind verbringt viel Zeit in der Schule. Oft erlebt es hier das erste Verliebtsein, die Pubertät, Kontakte mit Medien und viele weitere Themen. Das ist für viele Kinder spannend, aber auch verwirrend und löst viele Fragen aus. Kinder brauchen deswegen uns Erwachsene, die sie altersangemessen durch ihre Fragen in diesem großen Thema begleiten.

Kinder und Jugendliche haben ein Recht darauf, über Sexualität informiert zu werden. Die Schule ergänzt dabei das Recht und den Auftrag von Ihnen als Eltern, Ihre Kinder über Liebe, Gefühle, den eigenen Körper und Sexualität zu informieren. Die Schule kann aber oft nur bestimmte Themen bearbeiten. Viele Fragen bleiben unbeantwortet. Unsere Schule arbeitet deswegen mit Sexualpädagoginnen und Sexualpädagogen zusammen. Sie unterstützen den schulischen Bildungsauftrag.

Dieses Jahr wird/werden an unserer Schule für die Klassenstufe(n) *XX* sexualpädagogische Projekttage zu den Themen „Körper“, „Liebe“ und „Sexualität“ durchgeführt. Die Grundidee der Projekttage ist, dass Kinder und Jugendlichen umso besser verantwortungsvoll und selbstbestimmt mit ihrem Körper und ihrer Sexualität umgehen können, je besser sie informiert sind und je mehr Möglichkeiten sie haben, ihre Fragen zu stellen. Bei den Projekten geht es nicht nur darum, biologische Fakten verständlich und altersgerecht zu vermitteln, sondern vor allem auch die gefühlsmäßigen Themen und Veränderungen rund um Liebe und Sexualität einzubeziehen.

Die Termine sind:
- Klasse *XX* am *XX.XX.XX*
- Klasse *XX* am *XX.XX.XX*

Bei Fragen können Sie sich gerne wenden an …

Mit freundlichen Grüßen

…

VORSCHAU

netzwerk lernen
© PERSEN Verlag
zur Vollversion

3.1.2 **Blackbox oder Briefkasten – anonym Fragen sammeln** (alle Klassenstufen)

Zeit: etwa 15–60 Minuten (je nachdem, ob die Fragen nur eingesammelt oder gleich beantwortet werden)

Material: Box, in die Zettel hineingesteckt werden können; gleichfarbige Zettel, Stifte

Ziel: Partizipation, Fragen in eigenen Worten ausdrücken und einbringen

Methode: Der anonyme Briefkasten wird vor allem in unteren Klassen oft sehr ausgiebig genutzt, aber auch für die Klassen 7–9 ist er sehr sinnvoll. Alle Schülerinnen und Schüler dürfen dabei alle für sie interessanten Fragen auf Zettel schreiben und in die Box stecken. Es ist sinnvoll, einen Stapel gleicher Zettel für alle bereitzustellen, um Anonymität zu gewährleisten. Sie sollten auch mit der Klasse gemeinsam entscheiden, was mit den Fragen passieren soll. Meistens ist es den Kindern und Jugendlichen wichtig, dass die Schrift nicht gesehen werden kann und dass sie sicher sein können, dass die Frage wirklich beantwortet werden. Deswegen sollten Sie mit der Klasse einen geeigneten Rahmen für die Fragebox finden: Können sich einige Kinder für die Box verantwortlich fühlen und die Fragen einsammeln? Sollte lieber eine feste Stunde dafür eingeplant werden? Wie können Sie sicherstellen, dass die Box nicht geöffnet wird und die Fragen sicher bei der Person ankommen, die die Antworten geben soll?

Die Rechtschreibung ist für den Briefkasten nicht entscheidend und sollte nicht kommentiert oder sanktioniert werden. Es ist aufregend genug, sich zu diesem Thema auszudrücken.

Wer Fragen stellt, sollte Antworten bekommen. Es ist für die Kinder und Jugendlichen meistens besonders wichtig, dass die Leitung oder Lehrkraft auf ihre Fragen respektvoll und wertschätzend reagiert und dass die eigenen Fragen beantwortet werden. Mit der Zettelbox zu arbeiten, bedeutet, für Antworten bereit zu sein und einzuordnen, warum auf bestimmte Fragen vielleicht nicht geantwortet wird (das wäre z. B. der Fall bei Beleidigungen gegen andere oder sehr persönliche Fragen an andere oder an die Lehrkraft). Wenn eine Frage im Vergleich zum sonstigen Entwicklungsstand der Klasse sehr explizit ist oder Sie im ersten Moment überfordert, ist es dennoch wichtig, das aufzugreifen und die Kinder z. B. auf die Möglichkeit zu verweisen, ihre Frage noch mal in einem gesonderten Rahmen an Sie zu richten.

VORSCHAU

zur Vollversion

3.1.6 **Schimpfwörteranalyse** (Klasse 5–7)

Überall fliegen ständig Schimpfwörter herum, vor allem in der Schule. Das kann sehr anstrengend sein und wird von vielen Lehrerinnen und Lehrern als abstoßend und nervend empfunden. Diese Schimpfwörter wird es im schulischen Kontext und im jugendlichen Sprachgebrauch wohl immer geben, sie wandeln sich und sie werden nie ganz verschwinden. Aber man kann sie sich ja mal genauer ansehen, am besten mit den Kindern und Jugendlichen zusammen. Denn für sie ist es eine Herausforderung, mit (den manchmal tagtäglichen) Beleidigungen und Angriffen umzugehen. Das macht jede Person unterschiedlich: Manche ertragen oder ignorieren, manche schlagen zurück und reagieren mit heftiger Gegenwehr oder verbaler Aufrüstung. Indem die Wörter durch Erwachsene sachlich erklärt werden, kann ihnen etwas von ihrer Schlagkraft genommen und Kinder, die unter den Wörtern leiden, gestärkt werden.

Zeit: etwa 30–60 Minuten

Material: Tafel und Kreide oder Zettel und Stifte

Ziel: Welches Wort wie sehr trifft oder wie schwer eine Beleidigung wiegt, wird von allen Kindern und Jugendlichen sehr unterschiedlich wahrgenommen.
Die „Schimpfwörteranalyse“ soll helfen, Wörter einerseits einzuordnen und ihnen damit etwas von ihrer Schlagkraft und Ruchlosigkeit zu nehmen bzw. sie in ihrer Bedeutung einfach mal zu beleuchten: Wen oder was beleidigen wir hier eigentlich? Andererseits soll die Übung aber auch zum Austausch anregen, wie unterschiedlich diese Wörter empfunden werden, wie die einzelnen Personen damit umgehen und ob es vielleicht auch andere Möglichkeiten des Umgangs damit in der Klasse geben kann.

Methode: Schritt 1
Finden Sie zunächst eine Einführung ins Thema (z. B.: „Ich weiß, dass in der Schule immer sehr viele Beleidigungen und Schimpfwörter verwendet werden und ihr alle schon viele davon gehört habt. Meistens sagen wir Lehrkräfte dann, dass ihr das nicht sagen sollt. Heute würde ich mir die gern mal genauer mit euch ansehen, weil viele der Wörter vielleicht was mit unserem Thema zu tun haben. Deswegen möchte ich mit euch solche Schimpfwörter sammeln. Welche fallen euch ein?“) Achtung dabei vor Beleidigungen einzelner Personen!
Sammeln Sie anschließend mit der Klasse Schimpfwörter, die die Schülerinnen und Schüler kennen. Sie können an die Tafel oder auf Zettel geschrieben werden.

Schritt 2
Hier können Sie die Kompetenz und Erfahrung der Klasse nutzen. Überlegen Sie mit der Klasse gemeinsam: Wer kann etwas über diese Wörter sagen? Wer weiß, was einzelne dieser Wörter bedeuten?

Schritt 3
Jetzt geht es um die Gefühlsebene. Fragen Sie nun die Klasse: Wie empfindet ihr diese Wörter? Welches ist schmerzhaft, welches ist leichter, welches geht gar nicht?
Hier können Sie der Klasse die Möglichkeit geben, besonders „schwere“ Wörter zu markieren und dann auszuwerten, welche Wörter als besonders belastend oder unangenehm empfunden werden und warum.

VORSCHAU

zur Vollversion

3.2.1 Wo kommst du her? Zeugung und Befruchtung (Klasse 5 und 6)

Hintergründe und Wissenswertes für Lehrkräfte

Die Frage „Wo komme ich her?“ ist für die meisten Kinder wahnsinnig spannend. Viele Kinder haben schon einiges darüber gehört, aber trotzdem stellen sie sich immer wieder Fragen, wie das eigentlich passiert. Es bleibt für Kinder etwas Zauberhaftes und Staunenswertes.
Dieses Kapitel beschreibt, wie ein Kind beim Geschlechtsverkehr zwischen Mann und Frau entsteht. Zunehmend mehr Kinder in den Schulklassen haben aber vielleicht eine andere Geschichte als die „klassische“ und sind auf unterschiedliche Art und Weise entstanden. Vielleicht haben auch Sie in Ihrer Klasse Kinder, die mit künstlicher Befruchtung entstanden sind, adoptiert wurden oder deren Eltern schwanger geworden / sie bekommen haben durch eine Samenspende usw. Es ist daher sehr sinnvoll, verschiedene Möglichkeiten zu besprechen, wie ein Kind zu seinen Eltern kommen kann, ohne dabei etwas zur Norm zu erheben und anderes als Abweichung zu betrachten. Das heißt, sagen Sie lieber „Kinder können auf ganz verschiedene Art und Weise entstehen und auf die Welt kommen. Familien können ganz unterschiedlich aussehen“ statt „Kinder entstehen, weil Mann und Frau sich lieben und miteinander schlafen. Nach neun Monaten wird das Baby geboren“.

Kinder nehmen sehr viele Informationen aus ihrer Umgebung auf und haben oft schon viel gehört rund um Schwangerschaft, Geburt und Kinderkriegen. Es bietet sich daher an, auf diesen Erfahrungen aufzubauen und gemeinsam zu sammeln, welche Möglichkeiten sie kennen, wie ein Baby entsteht oder zu seinen Eltern kommen kann: Was habt ihr schon gehört? Kaiserschnitt, Adoption, künstliche Befruchtung, Samenspende, Stiefeltern/-familie, Pflege, Babyklappe ...

Ein paar Hinweise zur Sprache:
Manche Kinder platzen in dem Thema mit der Aussage heraus: „Ich war ein Unfall, hat meine Mama gesagt!“ Es kann passieren, dass Kinder von ihren Eltern erfahren haben, dass es zunächst gar nicht leicht war, sich zu freuen, als sie von der Schwangerschaft erfahren haben, oder die die Erfahrung nicht teilen, dass Eltern sich immer unbändig über ihr Kind freuen und es lieben. Daher ist auch hier eine sensible Sprache wichtig: „Ja, das passiert manchmal, dass die Eltern vielleicht gar nicht beabsichtigt haben, dass sie ein Kind bekommen. Manche sind dann erst mal erschrocken: Schaffen wir das denn überhaupt? Denn ein Kind ist ja auch eine große, neue Aufgabe. Aber meistens freuen sie sich dann und lieben ihr Kind. Es gibt aber auch Eltern, die Hilfe brauchen dabei, sich um ihr Kind zu kümmern, weil sie es allein nicht schaffen. Aber egal wie es bei euch ist: Es ist toll, dass ihr entstanden seid.“

VORSCHAU

zur Vollversion

Hast du dich schon mal gefragt, wie groß so eine Eizelle eigentlich ist?
Hier kannst du es sehen: so groß wie der Punkt neben dem Nadelkopf.

Wenn man sich vorstellt, dass wir alle aus so einer winzigen Eizelle und einer noch winzigeren Samenzelle entstanden sind, dann ist das schon ein Wunder, oder?

Aufgaben:

1 Wie wird das Baby im Bauch versorgt? Kann es im Bauch atmen?
2. Wie entstehen Zwillinge?
3. Welche zwei Arten von Zwillingen gibt es?
4. Was ist der Unterschied zwischen den beiden?

VORSCHAU

netzwerk lernen
© PERSEN Verlag
zur Vollversion

AB: Junge oder Mädchen?

Schauen wir uns noch mal genauer an, wie sich die Geschlechtsorgane in der Schwangerschaft entwickeln, nachdem die Eizelle und die Samenzelle verschmolzen sind. Am Anfang entsteht also eine Geschlechtsanlage, die weder männlich noch weiblich ist. Im Inneren des Embryos entwickeln sich die Müller'schen Gänge. Das ist sozusagen der Ur-Uterus, der bei einer weiblichen Entwicklung die Gebärmutter wird. Außerdem entwickeln sich im Körper des Embryos Anlagen für Keimzellen, also für das, was entweder Eierstöcke oder Hoden werden soll.

Wenn sich weibliche Geschlechtsorgane entwickeln, dann wachsen im Inneren des Embryos die Gebärmutter und die Eierstöcke weiter und der Vaginalgang entsteht. Äußerlich entwickelt sich die Klitoris und die Schamlippen oder Vulvalippen.

Bei einer männlichen Entwicklung werden bei dem Embryo aus den Eierstöcken die Hoden. Sie wandern dann aus dem Körper heraus. Das, was bei Mädchen die äußeren Lippen sind, wird bei den Jungs der Hodensack. Die Klitoris wächst immer weiter. So entsteht der Penis. Im Inneren des Embryos bilden sich die Müller'schen Gänge, also die Ur-Gebärmutter, meistens komplett zurück.

Ihr seht also, wir entwickeln uns aus denselben Grundlagen in verschiedene Richtungen, aber unsere Geschlechtsorgane ähneln sich auch in manchen Punkten. Die Klitoris z. B. kann, wie der Penis, größer werden und sich hinstellen.
So unterschiedlich wie die Geschlechtsorgane können sich auch unsere Körper insgesamt entwickeln: Es gibt Jungen, die klein und leicht sind und schnell flitzen können und manche die mit 15 Jahren einen Vollbart haben. Und es gibt Mädchen, die viel Kraft haben und breite Schultern. All das ist völlig in Ordnung so, denn so unterschiedlich entwickeln sich Körper. Mädchen und Junge sein kann man auf ganz viele Weisen.

Aufgaben:

1. Was macht für dich aus, ein Junge oder ein Mädchen zu sein?
2. Welche Organe bei Jungen und Mädchen ähneln sich oder entwickeln sich ähnlich?

VORSCHAU

netzwerk lernen
© PERSEN Verlag
zur Vollversion

VORSCHAU

netzwerk lernen
zur Vollversion

3.2.4 Nichts bleibt, wie es war – was in der Pubertät passiert

Hintergründe und Wissenswertes für Lehrkräfte

Die Pubertät ist eine Phase, in der sich so vieles in so kurzer Zeit verändert wie vielleicht nie wieder im Leben. Sie ist eine Zeit riesiger Umbrüche, in der Kinder und Jugendliche sich besonders viel mit Normen, Vorbildern und Verhalten auseinandersetzen. Dabei sind sie auf der Suche nach Einordnung, Zugehörigkeit und nach Möglichkeiten, wie Erwachsensein, Beziehungen und die eigene Rolle gestaltet werden können. Gleichzeitig wird die Wichtigkeit der Eltern in dieser Phase allmählich weniger und irgendwann überwiegend durch andere Personen und Bezugsgruppen ersetzt.
Eine besonders große Aufgabe dieser Phase ist für viele die Verarbeitung der Veränderungen des eigenen Körpers und die Reaktionen der Umgebung darauf. Hier zeigt sich, dass die Realitäten von Jungen und Mädchen in der Pubertät deutlich auseinandergehen. Entsprechend der Körperideale in unserer Gesellschaft sehen sich Mädchen, deren Körper sich schneller entwickelt als der von anderen, die z. B. eher Brüste bekommen, sehr schnell mit einer Sexualisierung ihres Körpers konfrontiert. Sie werden dann deutlich älter wahrgenommen und müssen sich mit Sprüchen, Kommentaren und Wertungen auseinandersetzen. Bei den Jungen haben es eher diejenigen schwerer, deren körperliche Entwicklung später loslegt als die anderer Jungen desselben Alters. Mädchen sehen sich mit dem allseitigen Gebot der Sexyness konfrontiert, Jungen sind damit beschäftigt, sich gegenseitig überbieten zu müssen, sich zu beweisen und über die eigenen Grenzen zu gehen. Gleichzeitig verlieren Kinder nun immer mehr den Kinderbonus, müssen zunehmend allein zurechtkommen und die sich verändernden Empfindungen, sozialen Anforderungen und die Einwirkungen äußerer Vorgaben und Einflüsse verarbeiten und integrieren.
Es ist bekannt, wie sehr Körpernormen auch immer jüngere Kinder, vor allem Mädchen beschäftigen. In den letzten Jahren haben sich messbar Körpernormen und Ideale verstärkt und damit auch die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper.[8] Zudem hat sich auch die Geschlechtsreife, also der Zeitpunkt der ersten Menstruation / des ersten Eisprunges oder des ersten Samenergusses, in den letzten 20 Jahren deutlich nach vorn verlagert.[9]
Die Pubertät ist also eine anstrengende Zeit, die überfordern kann. Dabei braucht es Unterstützung, denn das alles kann beängstigen und dazu führen, den eigenen Körper abzulehnen oder negativ zu besetzen. In sexualpädagogischen Veranstaltungen fällt immer wieder auf, wie sehr die Pubertät auch eine Zeit ist, in der nach Vorbildern und Orientierung in der Gestaltung von Beziehungen gesucht wird: Wie führt man eine Beziehung? Wie geht Streit, Kommunikation, Umgang miteinander? Wer möchte ich sein? Dabei ist deutlich zu spüren, dass Jugendliche einerseits in ihren Erfahrungen und Haltungen ernst genommen werden wollen. Andererseits zeigt sich auch, dass es wichtig ist, ihnen Verantwortung für das eigene Handeln zuzutrauen.

Häufig sind Sprüche, Beleidigungen und Kommentare in den Klassen an der Tagesordnung. Da bleibt wenig Ruhe, um den neuen Körper kennenzulernen und einzuordnen. Es ist daher für alle überaus hilfreich, wenn Sie als Lehrkraft dazu eine klare Haltung einnehmen und Beleidigungen nicht kommentarlos hinnehmen. Indem Sie z. B. aussprechen, dass der Körper sich verändert, das emotionale Empfinden sich verändert, dass dies anstrengend sein kann und deswegen bestimmte Verhaltensweisen unfair sind. Zeigen Sie, dass Sie die Klasse und deren Themen im Blick haben und Übergriffe wahrnehmen. Dazu gehört ein Austausch in der Klasse, Schutz vor Beleidigungen, Regeln und Begleitung bei der Mediennutzung usw.

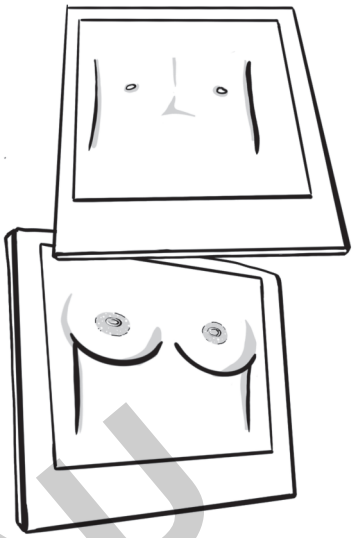
[8] vgl. http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0003/163857/Social-determinants-of-health-and-well-being-among-young-people.pdf. (15.5.2020) und http://www.br-online.de/jugend/izi/deutsch/forschung/trendforschung/trendforschung.htm, (24.5.2020)

[9] vgl. Jugendsexualität. Die Perspektive der 14- bis 25-Jährigen. Repräsentat

VORSCHAU

netzwerk lernen
zur Vollversion

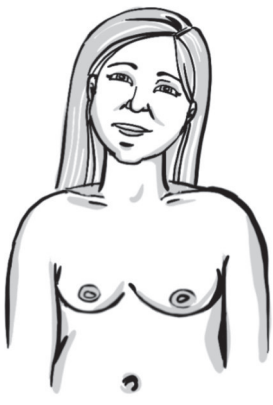
AB: Was in der Pubertät passiert – die weibliche Pubertät

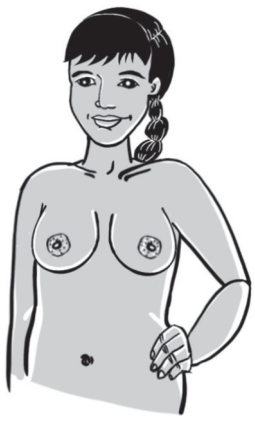


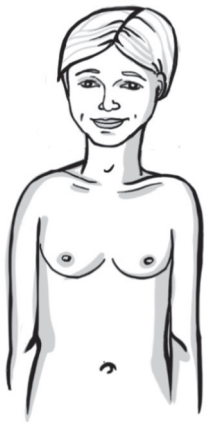
In der Pubertät sorgen Hormone in deinem Körper dafür, dass sich dein ganzer Körper verändert, wächst und erwachsen wird.
Hormone sind im Prinzip Briefträger in deinem Körper, die durch dein Blut in den ganzen Körper ausschwärmen und allen Körperteilen die Botschaft überbringen, sich bereit zu machen und zu wachsen. Bei Mädchen ist ein wichtiges Hormon das Östrogen.
Dabei wachsen bei Mädchen oft ungefähr ab dem 10. Lebensjahr allmählich die Brüste. Bei manchen Mädchen fängt das schon mit 9 Jahren an, bei anderen erst mit 13 oder noch später. Das ist in dieser Phase unglaublich unterschiedlich.
Es kann auch sein, dass erst die eine Brust wächst und dann die andere. Es ist ganz normal, dass Brüste nicht gleichmäßig wachsen. Auch bei erwachsenen Frauen ist oft eine Brust etwas größer oder kleiner oder etwas anders geformt als die andere. Es kann kribbeln oder manchmal auch leicht stechen, wenn die Brüste wachsen oder die Haut fühlt sich gespannt an. In deinen Brüsten wachsen die Milchdrüsen, die bei einer Schwangerschaft Milch produzieren können. Manche Mädchen fühlen sich dann wohler, wenn sie einen BH oder ein Bustier tragen. Das kannst du entscheiden, wie es für dich angenehm ist.

In der Pubertät wird auch die Haut erwachsen. Sie produziert mehr Fett. Manche bekommen deswegen öfter Pickel. Auch dein Körpergeruch verändert sich. Es kann sein, dass du mehr schwitzt als früher und Lust hast, ein Deo zu benutzen. Die Haut braucht jetzt mehr Pflege als zu der Zeit, als du noch ein Kind warst. In der Pubertät verändert sich so viel, dass du dich vielleicht manchmal fremd und komisch fühlst in deiner Haut oder dir Sorgen machst, ob du gut bist, so wie du bist.

Wahrscheinlich fragen sich das alle Menschen in der Pubertät. Schau doch, worauf du Lust hast und was du brauchst, um dich wohlzufühlen. Dein Körper ist genau richtig, so wie er ist.







VORSCHAU

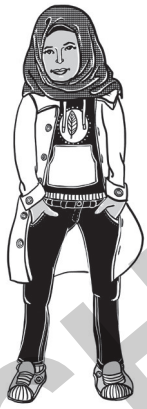
zur Vollversion

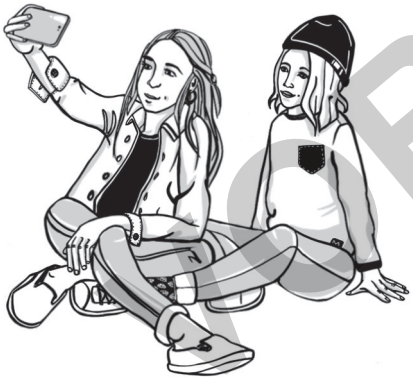
AB: Was in der Pubertät passiert – Freunde, Hobbys, Interessen

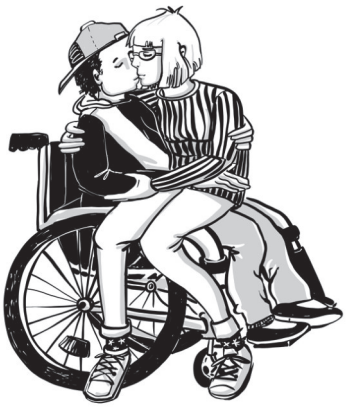
Meistens interessieren sich Jugendliche in der Pubertät plötzlich für ganz andere Dinge als noch vor zwei Schuljahren. Trotzdem haben manche noch ihren Kuschelteddy oder ihr Lego herumstehen und spielen gerne noch damit.

Aufgabe:

Was sind die Interessen der Jugendlichen auf dem Arbeitsblatt? Wie fühlen sie sich?
Was bedeutet Pubertät für dich?







VORSCHAU

netzwerk lernen
© PERSEN Verlag
zur Vollversion

AB: Wie sehen die Geschlechtsorgane aus? – Die weiblichen Geschlechtsorgane von außen

Das Allerwichtigste zuerst: Es gibt überhaupt kein „normal“ und „nicht normal“, wenn es um Geschlechtsorgane geht. Die Geschlechtsorgane aller Menschen sehen nämlich sehr unterschiedlich aus, genau wie alle Körper und Gesichter von Menschen verschieden sind. Aber die meisten Leute haben trotzdem entweder einen Penis oder eine Vulva. Wenn sich ein Mädchen oder eine Frau im Spiegel ansieht, dann kann sie die äußeren Teile ihres Geschlechtsorgans sehen. Alles, was von außen zu sehen ist, nennt man Vulva. Die Scheide oder Vagina ist das Wort für den Eingang und den Gang, der in den Körper hineinführt.

Die äußeren Geschlechtsorgane bestehen bei Frauen und Mädchen aus dem Venushügel, das ist der kleine Hügel zwischen Bauch und Vulva, auf dem in der Pubertät Haare wachsen. Außerdem gehören dazu die inneren und äußeren Lippen. Viele sagen dazu Schamlippen, aber eigentlich gibt es ja gar nichts, worüber man sich schämen muss. Manche sagen dazu auch Vulvalippen. Auch an den äußeren Vulvalippen wachsen in der Pubertät Haare. Die inneren Lippen werden in der Pubertät größer und können sehr unterschiedlich geformt sein. Oft schauen sie auch zwischen den äußeren Lippen hervor. Manchmal sind sie auch ein bisschen unterschiedlich lang. Die inneren Vulvalippen laufen oben Richtung Bauch zusammen. Dort, wo die inneren Lippen zusammenkommen, befindet sich der empfindlichste Teil der weiblichen Geschlechtsorgane, die Klitoris. Manche sagen dazu auch Kitzler. Die Klitoris ist die kleine Perle, die man von außen sehen kann. Sie ist von einer kleinen Vorhaut bedeckt und eigentlich viel größer als die Perle. Sie kann sich, genauso wie der Penis bei den Jungs, mit Blut füllen und größer werden. Das kann sich sehr aufregend und kribbelig anfühlen. Der größte Teil der Klitoris liegt aber innen im Körper und nicht außerhalb. Deswegen sehen wir von außen nur die Perle.

Außerdem hat die Frau mehrere Öffnungen: eine kleinere Öffnung für den Urin, diese nennt man Harnröhrenausgang. Die größere Öffnung weiter unten nennt man Scheide oder Vagina. Hier kommt bei den Mädchen das Blut heraus, wenn sie ihre Tage haben. Es ist aber auch normal, dass aus der Vagina immer ein bisschen Ausfluss herauskommt, denn die Wände der Vagina geben immer ein bisschen Feuchtigkeit ab, damit es für Bakterien schwerer ist, in den Körper zu gelangen.

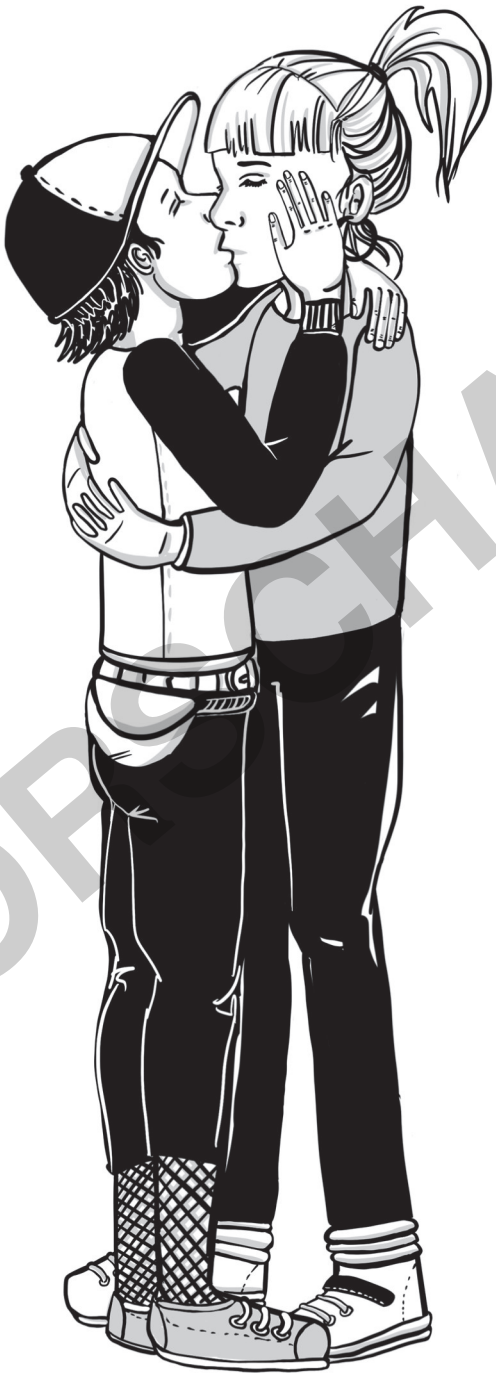
Vielleicht hast du schon mal das Wort „Jungfernhäutchen“ gehört. Manche denken, dass es ein Häutchen gibt, dass den Eingang zur Vagina verschließt und dass ein Mädchen deswegen blutet, wenn Sie das erste Mal Geschlechtsverkehr hat und das Häutchen dann kaputtgeht. Das stimmt aber nicht, die Vagina ist nicht verschlossen. Wenn ein Mädchen das erste Mal mit jemandem schläft, sodass der Penis in die Vagina eingeführt wird, muss es überhaupt nicht wehtun oder bluten. Sondern es kann sich einfach sehr gut anfühlen, aber auch ein bisschen aufregend oder ungewohnt.

VORSCHAU

zur Vollversion

3.3 Freundschaft, Liebe, Sexualität

In diesem Abschnitt werden Methoden vorgestellt, die Sexualität über die biologischen Fakten hinaus in ihrer Komplexität, ihrer Beziehungskomponente thematisiert und Kommunikation über Werte, Gefühle und Meinungen anregt.



VORSCHAU

zur Vollversion

AB: Licht ins Dunkel – Was bedeutet was?

Trans, intergeschlechtlich, schwul … Du hast bestimmt schon von vielen Begriffen gehört. Vielleicht hast du dich mal bei einer App angemeldet und wurdest gefragt, ob du ein Junge / Mädchen / transgender usw. bist?

Was bedeuten diese Begriffe? Und warum gibt es sie überhaupt?
Viele dieser Begriffe bedeuten, dass es Menschen gibt, die sich überhaupt nicht wohl- oder richtig fühlen in der Rolle als „Mädchen“ oder „Frau“ oder „Junge“ oder „Mann“. Vielleicht weil sie es nicht mögen, was in unserer Gesellschaft von „Jungen“ oder „Mädchen“ erwartet wird, und das gerne so machen wollen, wie sie das möchten. Oder weil sie sich als Jungs in Jungs verlieben oder als Mädchen in Mädchen.

Es gibt aber auch Menschen, die sich in ihrem Körper überhaupt nicht wohl- und richtig fühlen. Das kennen sicher alle Menschen. Aber manche finden, dass das Geschlecht ihres Körpers ganz falsch ist und nicht zu dem Geschlecht passt, in dem sie sich selbst sehen und in dem sie auch von anderen gesehen werden wollen.

Aufgabe:

Recherchiert in Kleingruppen im Internet:
- Was bedeuten die folgenden Begriffe?
- Geht es bei eurem Begriff um das biologische Geschlecht, die Identität, die Orientierung oder den Geschlechtsausdruck?
- Schreibt eine Erklärung in eigenen Worten und stellt die Erklärung eurer Klasse vor.

cis: _____

intergeschlechtlich: _____

trans / transgender: _____

schwul: _____

lesbisch: _____

queer: _____

LSBTIQ: _____

non-binary: _____

VORSCHAU

netzwerk lernen
© PERSEN Verlag
zur Vollversion

3.3.2 Liebe, Liebe, Liebe – vielfältige Liebes- und Beziehungsformen

Hintergründe und Wissenswertes für Lehrkräfte

Kann man sich durch Sex verlieben? Oder ist Liebe dasselbe wie Sex?
Wie weiß man, dass man jemanden richtig doll liebt?
Wie fühlt sich Liebe eigentlich an?

Liebe ist wohl eines der Dinge, die besonders schwer (in Worte) zu fassen und zu erklären sind. Liebe und das, was damit gemeint wird, ist immer gesellschaftlichen Konzepten, Trends und Menschenbildern unterworfen und wird in verschiedenen Gesellschaften unterschiedlich empfunden, bewertet und gelebt. So haben sich z. B. das Bild und die Ansprüche an romantische Zweierbeziehung in den letzten 50 Jahren verändert vom Versorgungsanspruch zur Vorstellung einer umfassenden Ergänzung. Eine Partnerschaft ist heute eher Selbstverwirklichung. Wir möchten im Partner oder in der Partnerin unsere bessere Hälfte finden, den oder die besten Freund / beste Freundin, eine Person, die unsere Interessen teilt und sexuelle Leidenschaft.[13]

Auch für Kinder und Jugendliche ist dieses Thema spannend. Einerseits erleben und empfinden schon Kinder verschiedenste Formen von Liebe und Zuneigung zu Menschen, die in ihrem Leben eine Rolle spielen und für die sie verschiedenen Empfindungen haben. Andererseits beschäftigt sie schon sehr früh das Verhalten der Erwachsenen um sie herum und deren Gestaltung und Definition von Liebe. Dabei sind sie hin- und hergerissen davon, es peinlich zu finden, wenn Erwachsenen sich küssen und es aber auch sehr interessant zu finden. Gleichzeitig machen sie eigene Erfahrungen damit, Gefühle von Hingezogensein, Anziehung und Faszination auch unter Gleichaltrigen zu spüren.
Mit Beginn der Vorpubertät rückt das erwachsene Verhalten immer mehr in den Fokus und Kinder setzen sich mehr und mehr mit den Liebes- und Beziehungskonzepten ihrer Umwelt auseinander. Miteinander gehen, aufgeregt und verliebt sein, sich trennen, eine oder einen Ex haben, Liebeskummer, Trauer sind Erfahrungen und Lerninhalte.
Im Lauf der Pubertät machen viele Jugendliche komplexere Erfahrungen mit Beziehungsgestaltung. Die Auseinandersetzung mit Rollen und gesellschaftlichen Bildern ist hier besonders intensiv und reibungsvoll: Welche Erwartungen habe ich eigentlich an ein „Miteinandergehen“? Was davon passt zu mir? Finde ich eine Person, die mich liebt? Bin ich liebenswert?
Nicht zuletzt ist Liebe auch ein Gefühl, das ambivalent empfunden werden kann: Liebe kann zu Elternteilen, Geschwistern, Freunden empfunden werden. Es kann sich Groll, Eifersucht, Neid, Konkurrenz usw. darunter mischen.
Auch Liebe mit Sexualität in einem Atemzug zu nennen, verkürzt die Sache. Menschen können sich sehr lieben, ohne dass sexuelle Anziehung die Hauptrolle spielt. Und Menschen können sich sexuell begehren und wollen, ohne dass sie das Gefühl als Liebe bezeichnen würden. Das Thema Liebe sollte also sehr vielfältig betrachtet werden. Liebe kann schön sein, verwirrend, überfordernd, beglückend und vieles mehr.

Liebe sollte nicht einseitig oder normierend thematisiert werden. Kinder können in sehr unterschiedlichen gesellschaftlichen, kulturellen und familiären Kontexten leben und mit Liebe die verschiedensten Assoziationen verbinden. Es ist daher wie immer wichtig, nicht normierende Sprache zu verwenden. Statt „Liebe fühlt sich immer wunderschön und nach Schmetterlingen an“ ist es besser zu fragen: „Liebe definiert jede Person für sich anders und kann sich ganz unterschiedlich anfühlen. Welche Liebesgefühle kennt ihr?

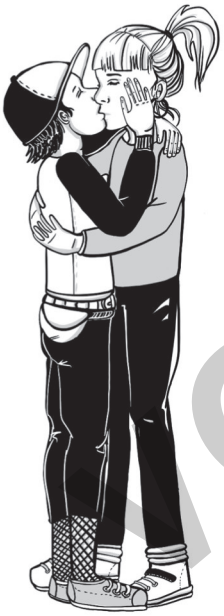
[13] https://www.planet-wissen.de/gesellschaft/liebe/partnerschaft/pwie

VORSCHAU
netzwerk lernen
© PERSEN Verlag
zur Vollversion

AB: Liebe, Liebe, Liebe – vielfältige Liebesformen

Aufgabe:

Es gibt viele Formen von Liebe. Welche siehst du auf diesen Bildern?



VORSCHAU

zur Vollversion

Aufbau der Materialien zum Thema „Wie weiß ich, was ich mag? – Sexualität und Grenzen“

Einstieg ins Thema
Sie finden in den folgenden Materialien zunächst Anregungen für Methoden zum Einstieg in das Thema. Diese sind ab der 5. Klasse geeignet, lassen sich je nach Klasse aber auch mit älteren Kindern durchführen.

Ampelmodell
Das „Ampelmodell“ liegt einmal in der Version für die 5. und 6. Klasse und einmal in der Version für Kinder und Jugendliche ab der 7. Klasse mit der Erweiterung „Was ist Sex?“ vor.
Das Ampelmodell für jüngere Kinder erklärt verschiedene Gefühlskategorien, die eine Person körperlich spüren kann zwischen Zustimmung, Unsicherheit und Ablehnung als Ampel.
In der Erweiterung für Kinder und Jugendliche ab der 7. Klasse wird das Modell auch genutzt, um zu erklären, was Sex ist und wie sexuelle Gewalt davon abgegrenzt werden kann. In Debatten zum Thema wird anstelle des Begriffs „sexuelle Gewalt“ oft der Begriff „sexualisierte Gewalt“ verwendet. Das soll deutlich machen, dass es sich hierbei eben nicht um Sex oder Sexualität handelt, sondern um Gewalt, die angewendet wird mit sexuellen Mitteln, und damit Gewalt sexualisiert wird. In diesem Buch wird deswegen der Begriff „sexualisierte Gewalt“ genutzt.
Beide Ampelmodelle sollen helfen, die eigenen Empfindungen besser wahrnehmen, erspüren und ausdrücken zu können. Die Modelle dienen nicht dazu, „gut“ oder „schlecht“ zu unterscheiden oder zu werten, sondern sie sollen die Eigenwahrnehmung stärken.
Das Ampelmodell ab der 7. Klasse lässt sich einsetzen, um zu erklären, was Sex ist und wie eigene Empfindungen dazu wahrgenommen werden können. Es geht davon aus, dass alle Menschen dieses grundlegende Sexgefühl, das ein angenehmes Erregungs- oder Kribbelgefühl in den Geschlechtsorganen ist, spüren und von nicht sexuellen Gefühlen unterscheiden können. Sex ist dann viel mehr als „Penis in Vagina“ und ganz unabhängig von der konkreten Handlung ein bestimmtes Grundgefühl. Küssen, sich berühren, Selbstbefriedigung, intensiv für sich allein ein Lustgefühl empfinden – all das kann Sex sein. Ein sexuelles Gefühl ist meistens ein genitales Gefühl. Es hat mit Erregung zu tun. Sexualität und Beziehung sind dabei zwei verschiedene Dinge, die miteinander einhergehen können, es aber nicht müssen.

Ampelgeschichten
Auf den Ampelmodellen bauen Geschichten auf, einmal für die Klassenstufen 5 und 6 und einmal ab der 7. Klasse. Die Geschichten beziehen sich dabei auf sexuelle und auf nicht sexuelle Ampelsituationen. Die Kinder können die Geschichten entweder selbst lesen und einordnen oder sie werden durch die Lehrkraft vorgelesen und im Anschluss können sich die Kinder dazu äußern.

Arbeitsblatt „Ampel“
Als Letztes folgt ein Arbeitsblatt, auf dem Kinder Situationen betrachten und einschätzen können: Was passiert in den Situationen? Wie fühlen sich die Personen? Welche Farbe haben die Ampeln? Was kann getan werden, um die Gefühle der anderen Person herauszufinden oder die Situation zu verändern?

VORSCHAU

zur Vollversion

Was ist Sex? – Ergänzung und Erklärungsanregung zum Ampelmodell (ab Klasse 7)

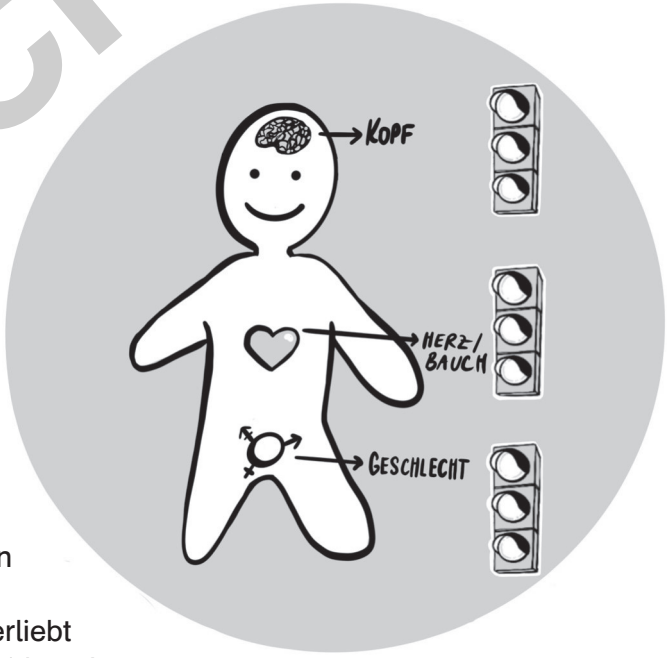
Als Anregung zum Erklären oder zum Vorlesen

Alle Menschen haben eine Sexualität. Schon Kinder haben das. Denn zu Sexualität gehört sehr viel dazu: sich lieb haben, kuscheln, schmusen, sich geborgen und wohlfühlen, herumtoben und kabbeln oder auch sich verlieben, küssen usw. Wenn du also schmust und kuschelst und dich wohlfühlst, dann ist das auch ein Teil der menschlichen Sexualität und deiner Sexualität.

Sex ist auch ein Teil von all dem, was Sexualität ist. Sex gehört zur Sexualität der meisten erwachsenen Menschen. Viele Menschen fragen sich: Was ist Sex? Wo fängt das an?
Ob etwas Sex ist oder nicht, hat eigentlich nicht viel damit zu tun, was Menschen genau machen. Also eigentlich kann man nicht sagen: Sex ist, wenn ein Mann und eine Frau miteinander schlafen und dabei Penis und Vagina sich berühren. Denn Sex kann viel mehr sein.
Sex ist es, wenn es ein Sexgefühl ist. Also ein positives, angenehmes, lustvolles Gefühl im Körper und im Geschlechtsorgan, das sagt: „Ja, das will ich."

Stellt euch vor, in unserem Körper gibt es drei Ampeln:
Es gibt eine Ampel im Kopf, eine im Bauch/Herz und eine im Geschlechtsorgan. An den Ampeln kann eine Person erkennen, ob und worauf sie selbst und die andere Person Lust haben.
Wenn nun eine Person allein in ihrem Bett liegt, sie hat gut geschlafen und die Sonne scheint zum Fenster herein und sie hat Lust auf Selbstbefriedigung – ist das dann Sex?

Schauen wir uns mal die Ampeln an:
Die Kopfampel sagt: „Ich habe Lust." Sie ist grün.
Die Bauch- und Herzampel sagt:
„Ja, ich fühle mich wohl." Auch sie ist grün.
Und die Ampel im Geschlechtsorgan?
Sie ist auch grün. Denn das Gefühl im Geschlechtsorgan sagt: „Ja, ich habe Lust."
Wie kann sich das anfühlen? Das kann eine Person z. B. spüren, indem sie ein angenehmes, kribbeliges erregtes Gefühl in ihrem Geschlechtsorgan spürt.
Wenn diese Person jetzt also intensiv an das lustvolle Gefühl denkt oder sich selbst befriedigt, dann ist das Sex.



Wenn zwei Menschen miteinander Sex haben möchten, dann müssen noch mehr Ampeln auf Grün stehen. Dann wird es also etwas komplizierter.
Stellt euch ein Pärchen vor. Die beiden sitzen verliebt auf dem Sofa. Sie küssen sich und finden das beide sehr aufregend und angenehm. Wie sind dann die Ampeln?
Wenn die Ampeln bei beiden Grün anzeigen, dann kann das ein sehr schönes Gefühl sein. Wenn es auch im Geschlechtsorgan eine grüne Ampel gibt und ein kribbeliges Gefühl, dann ist es ein Sexgefühl.

VORSCHAU

netzwerk lernen
© PERSEN Verlag
zur Vollversion