



# KNOWBODY IM UNTERRICHT

Das pädagogische Handbuch  
mit Verlaufsplänen

Hier geht's zur App



# DAS HANDBUCH ZUR APP

Das Handbuch wurde erstellt, um Sie bestmöglich auf die Unterrichtsstunden mit KNOWBODY vorzubereiten. Die Lerneinheiten der App sind acht Modulen zugeordnet, die sich an den Lehrplänen und Richtlinien zur sexuellen Bildung in der Schule orientieren. Zu jedem Modul gibt es eine kurze thematische Einführung. Darauf folgen die Leitfäden zu den jeweiligen Lerneinheiten mit Hinweisen zu den Lernzielen und zur Vorbereitung der Stunde, einem Stundenverlaufsplan sowie Methodenbeschreibungen. Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen, Lernen und Lehren!

## INHALTSVERZEICHNIS

<u>Sexualpädagogische Ausrichtung</u> .....	3
<u>Einstieg in die Lerneinheiten</u> .....	4
<u>Spracheinstellungen</u> .....	4
<u>Hilfe und Beratung</u> .....	4
<u>Technische Bereitsstellung</u> .....	5
<u>Überblick der Lerneinheiten</u> .....	5
<u>Icon Legende</u> .....	7
<b>1. Beziehungen</b> .....	<b>9</b>
1.1 <u>Gefühle erkennen</u> .....	10
1.2 <u>Werte sammeln</u> .....	12
1.3 <u>Beziehungsnormen</u> .....	14
<b>2. Sexualität</b> .....	<b>18</b>
2.1 <u>Was ist Sex?</u> .....	19
<b>3. Körper</b> .....	<b>23</b>
3.1 <u>Menstruationszyklus</u> .....	23
3.2 <u>Bodyscan</u> .....	26
<b>4. Geschlecht</b> .....	<b>30</b>
4.1 <u>Was ist Geschlecht?</u> .....	31
<b>5. Familienplanung</b> .....	<b>34</b>
5.1 <u>Verhütung</u> .....	35
<b>6. Sexualität und Medien</b> .....	<b>39</b>
6.1 <u>Kontext, bitte!</u> .....	40
<b>7. Vielfalt und Gesellschaft</b> .....	<b>43</b>
7.1 <u>Körperbilder</u> .....	44
<b>8. Sexuelle Selbstbestimmung</b> .....	<b>47</b>
8.1 <u>Mein Körper, meine Grenzen</u> .....	49
<u>Bibliografie</u> .....	53

# SEXUALPÄDAGOGISCHE AUSRICHTUNG

Mit KNOWBODY verfolgen wir das Ziel, Lehrenden und Schüler:innen den Zugang zu sexueller Bildung zu erleichtern, um die positive und respektvolle Haltung zur Sexualität zu stärken und so letztlich die sexuelle Gesundheit aller zu fördern. Denn letztere setzt ebendiese „respektvolle Haltung zu Sexualität und sexuellen Beziehungen voraus sowie die Möglichkeit, angenehme und sichere sexuelle Erfahrungen zu machen, und zwar frei von Zwang, Diskriminierung und Gewalt“ (WHO).

Wir wissen, dass das Sprechen über Sexualität nicht immer leicht fällt, für viele Lehrkräfte Sexualpädagogik kein Teil des Studiums war und schulische Rahmenbedingungen eine Thematisierung oft erschweren. Wir sind dennoch überzeugt davon, dass Sexuelle Bildung in die Schule gehört und dass alle Lehrkräfte, egal welche Fächer sie unterrichten, einen wichtigen Beitrag leisten können. Denn Sexuelle Bildung umfasst ein breites Spektrum an Themen, die in allen Fächern anschlussfähig sind. Häufig ist uns gar nicht bewusst, wie oft Geschlecht, Familie, das Recht auf Selbstbestimmung oder Beziehungsmodelle im Unterricht Thema sind. In den „Standards für die Sexuaufklärung in Europa“ steht: „Eine wichtige Voraussetzung ist die Bereitschaft der Lehrkräfte, ihre eigene Haltung zu Sexualität und gesellschaftlichen Werten und Normen zu reflektieren, da sie für die Schülerinnen und Schüler Vorbilder werden“ (BZgA, WHO, 2011, S.35). Nur wer die eigenen individuellen Vorannahmen reflektiert, kann den Vorstellungen und Fragen der Schüler:innen mit einer offenen Haltung begegnen.

Mit KNOWBODY verfolgen wir eine menschenrechtsbasierte, diskriminierungsreflektierte und vielfaltsbewusste Sexualpädagogik, die Differenz und Vielfalt von Beziehungsformen, Begehren und Geschlechtsidentitäten anerkennt, wertschätzt und auch aktiv abbildet (vgl. Recla, Schmitz-Weicht, 2015). Vielfalt soll als „Normalzustand“ gedacht werden. Dies erfordert ein Wissen um die Allgegenwart von Differenzen und die Überzeugung, dass verschiedene Lebensweisen gleichwertig sind. Es gilt, vielfältige Identifikationsmöglichkeiten für Schüler:innen in allen Fächern zu schaffen. Im Austausch gehört dazu auch der Respekt vor den Selbstdefinitionen von Schüler:innen, eine geschlechtersensible Sprache zu verwenden und Schüler:innen keine sozialen Kategorien oder Identitäten zuzuschreiben.

„Auf welche Sprache und Begriffe einigen wir uns?“ ist eine Frage, die am besten mit der Klasse zu Beginn des Unterrichts diskutiert wird, mit dem Vorbehalt, dass ein diskriminierender und gegenüber bestimmten Gruppen abwertender Sprachgebrauch nicht toleriert werden sollte. Dabei ist es völlig in Ordnung, wenn z.B. nicht alle Begriffe, die in der App verwendet werden, bereits bekannt sind. Die App soll hierfür als Lernort dienen und liefert im Glossar auch Erklärungen und Definitionen zu den wichtigsten Begrifflichkeiten.

Abschließend möchten wir noch den Grundsatz der Freiwilligkeit betonen. Denn bei KNOWBODY gilt: Jede\*r beschäftigt sich nur mit den Themen, mit denen die Person sich wohlfühlt. Das gilt sowohl für Sie als Lehrperson als auch für Ihre Schüler:innen.

## EINSTIEG IN DIE LERNEINHEITEN

Die Lerneinheiten der App sind so konzipiert, dass sie genau zum Lehrplan und in eine Schulstunde passen. Dabei lassen sich die Aufgaben so variieren, dass min. 45 Minuten, oft aber auch 60 oder 90 Minuten Unterricht mit einer Lerneinheit gefüllt werden können. Entsprechende zeitliche Angaben dazu finden Sie in der Übersicht der Lerneinheiten und in den jeweiligen Leitfäden zu diesen.

Die Lerneinheiten sind Modulen und Klassenstufen zugeordnet. Die Zuordnung zu den Modulen erfolgte anhand der Lehrpläne und Richtlinien zur sexuellen Bildung in der Schule. Die Zuordnung der Klassenstufen erfolgte anhand des Feedbacks aus unserem Pilotprojekt an Schulen in ganz Deutschland und ist als Empfehlung anzusehen. Die App-Inhalte sind grundsätzlich ab der 6. Klasse empfohlen und können selbstbestimmt von den Schüler:innen genutzt werden. Für den Unterricht ergeben sich jedoch vor allem im Hinblick auf die Relevanz des Themas und die Reflexions- und Diskussionsfähigkeit der Schüler:innen Lerneinheiten, die für ältere Jahrgangsstufen geeigneter sind als andere. Letztlich ist es Ihrer Einschätzung überlassen, ob der Inhalt einer Lerneinheit für Ihre Klasse geeignet ist oder nicht. Sie können in der App einstellen, welche Lerneinheiten für Ihre Lerngruppe sichtbar sein sollen.

Jede Lerneinheit lebt vor allem von der Diskussion und dem Austausch im Klassenraum. Der Unterricht soll keineswegs 90 Minuten vor und am Gerät stattfinden, sondern durch dieses angeregt werden. Die App liefert dafür vielfältige Anstöße und Hilfestellungen und wenn nötig auch einen Rückzugsort für die Schüler:innen, die sich bei der Thematik im Austausch mit anderen nicht wohlfühlen. Ihnen als Lehrkraft kommt dabei vor allem eine moderierende Rolle zu, in der Sie die Schüler:innen durch die Einheiten leiten, die Diskussionen lenken und bei Fragen und Unsicherheiten unterstützen können.

Es empfiehlt sich, die Lerneinheiten vorab einmal durchzuklicken, um den Ablauf und die Inhalte kennenzulernen. Über die App-Inhalte hinaus steht Ihnen dafür dieses Handbuch zur Verfügung, das wichtige Hintergrundinformationen, mögliche Diskussions- und Reflexionsfragen und Differenzierungsmöglichkeiten zu den Lerneinheiten bereithält. Dabei ist es Ihnen natürlich selbst überlassen, welche Anregungen Sie umsetzen.

## SPRACHEINSTELLUNGEN

Über das Menü in der App können Sie bzw. die Schüler:innen unter „Einstellungen“ die Sprache der App jederzeit ändern. Die bereits eingegebenen Daten in der App bleiben dabei erhalten. Derzeit sind einzelne Lerneinheiten in Englisch und Französisch verfügbar. Weitere Lerneinheiten und Sprachen sollen folgen.

## HILFE UND BERATUNG

Ebenfalls über das App-Menü findet sich der Bereich „Hilfe und Beratung“ mit Beschreibungen und Links zu wichtigen Anlaufstellen, an die sich Kinder und Jugendliche in Krisensituationen wenden können. Auch Sie können sich bei Bedarf hier informieren und die richtigen Beratungsstellen für Ihr Anliegen finden. Die Themen sind unterteilt in: Hilfe bei Krisen, Missbrauch und Gewalt, Sexuelle Belästigung, Ungerechte Behandlung, Mobbing, Social Media/Internet, Körper und Geschlecht, Essverhalten/Essstörung, Sucht/Drogen und Selbstverletzung.

## TECHNISCHE BEREITSTELLUNG

Die App kann aus den App Stores ([Google](#) oder [Apple](#)) kostenfrei auf alle Android oder iOS-Geräte heruntergeladen oder im [Browser](#) geöffnet werden. Die Freischaltung erfolgt auf jedem Endgerät über eine einmalige Eingabe des Lizenzcodes oder über an Ihrer Schule verwendete Schnittstellen (z.B. Univention/JAMF). Zunächst bekommen Sie einen Code, mit dem Sie die App freischalten können. In der App können Sie dann Gruppen anlegen und einstellen, welche Lerneinheiten für diese sichtbar sein sollen. Pro Gruppe wird ein Code generiert, mit dem sich die Schüler:innen einloggen können.

Die Fortschrittsdaten der App (z.B. Texteingaben) werden ausschließlich auf dem Endgerät, das genutzt wird, gespeichert. Bei der Freischaltung der App werden Sie bzw. die Schüler:innen daher dazu aufgefordert, anzugeben, ob das Gerät alleine genutzt oder mit anderen geteilt wird (z.B. bei Tablet-Koffern). Ist letzteres der Fall, werden automatisch alle Fortschrittsdaten der App nach 30-minütiger Inaktivität gelöscht, um die Daten der einzelnen Nutzenden zu schützen. Nach der Freischaltung funktioniert die App größtenteils offline. Die Aufgaben, die eine stabile Internetverbindung benötigen, sind in der Übersicht und in den Leitfäden entsprechend markiert. Zudem ist bei einigen Lerneinheiten ein zusätzlicher Download von Dateien (z.B. Videos) auf allen Geräten notwendig, der am besten vor der Stunde erfolgen sollte. Auch dazu finden Sie einen Hinweis in der folgenden Übersicht.

## ÜBERBLICK DER LERNEINHEITEN

	TITEL	INHALT	MODUL	ZEIT	KLASSE	FÄCHER	OBACHT!
	<b>Gefühle erkennen</b>	In Sprachnachrichten berichten verschiedene Personen aus ihrem Gefühlsalltag.	Beziehungen	45 min	6. - 8.	Religion, Ethik, Deutsch, Psychologie	Kopfhörer empfohlen
	<b>Werte sammeln</b>	Kofferspiel zur Einordnung von Werten in Beziehungskategorien.	Beziehungen	45 min	6. - 8.	Religion, Ethik, Sozialkunde, Politik, Deutsch, Psychologie	auch auf Englisch und Französisch verfügbar
	<b>Beziehungsnormen</b>	In kurzen Videos erzählen Menschen von Normen und wie sie Beziehungen beeinflussen.	Beziehungen	90 min	8. - 10.	Religion, Ethik, Sozialkunde, Politik, Geschichte, Deutsch, Psychologie	Download von Dateien, Kopfhörer empfohlen
	<b>Was ist Sex?</b>	Mithilfe einer Mind Map werden mögliche erste Male gesammelt und Grundvoraussetzungen für Sex festgelegt.	Sexualität	45 - 60 min	7. - 10.	Religion, Ethik, Biologie, Sozialkunde, Politik	Internet für 4. Aufgabe, Kopfhörer empfohlen, Lösungswörter im Leitfaden, auch auf Englisch und Französisch verfügbar

	TITEL	INHALT	MODUL	ZEIT	KLASSE	FÄCHER	OBACHT!
	<b>Menstruationszyklus</b>	Zykluserklärung mit Hörspiel und Informationen zu Periodenprodukten	Körper	45 - 60 min	6. - 8.	Biologie, Sozialkunde, Politik	Stabiles Internet für 5. Aufgabe, Kopfhörer empfohlen
	<b>Bodyscan</b>	Einführung zur Sinneswahrnehmung und Informationen zu allen wichtigen Körperstellen für sexuelle Erfahrungen.	Körper	45 - 90 min	7. - 10.	Biologie, Sozialkunde, Politik, Kunst	Download von Dateien, Kopfhörer empfohlen, Lösungswörter im Leitfaden
 	<b>Was ist Geschlecht?</b>	Kennenlernen verschiedener Aspekte von Geschlecht anhand von Beispielpersonen.	Geschlecht	60 -90 min	7. - 10.	Sozialkunde, Politik, Geschichte, Deutsch, Fremdsprachen, Biologie	auch auf Englisch verfügbar
	<b>Verhütung</b>	Kennenlernen von passenden Verhütungsmitteln mithilfe verschiedener Spiele.	Familienplanung	90 min	6. - 10.	Sozialkunde, Politik, Biologie	Stabiles Internet für 7. Aufgabe
	<b>Kontext, bitte!</b>	Einordnung und Reflexion von sexualisierten Darstellungen in den Medien mithilfe verschiedener Übungen.	Sexualität und Medien	45 - 60 min	7. - 10.	Religion, Ethik, Sozialkunde, Politik, Kunst, Deutsch	Lösungswort im Leitfaden
 	<b>Körperbilder</b>	Mithilfe von Ausschnitten der Serie DRUCK werden gesellschaftliche Körperbilder und Schönheitsideale analysiert.	Vielfalt und Gesellschaft	45 - 60 min	8. - 10.	Sozialkunde, Politik, Geschichte, Psychologie, Kunst	Internet für 2. und 5. Aufgabe, Kopfhörer empfohlen, auch auf Englisch verfügbar
 	<b>Mein Körper, meine Grenzen</b>	Mithilfe verschiedener Übungen wird das Erkennen und Respektieren von Grenzen geübt.	Sexuelle Selbstbestimmung	45 - 60 min	6. - 10.	Religion, Ethik, Sozialkunde, Politik, Deutsch, Geschichte, Sport, Wirtschaft, Recht	Triggerwarnungen beachten

# ICON-LEGENDE

Die folgenden Icons dienen sowohl im Handbuch als auch in der App zur schnelleren und leichteren Orientierung.

## Voraussetzungen und Fähigkeiten



### SCHREIBEN

Lerneinheiten mit diesem Icon erfordern schriftliche Mitarbeit und zusätzliches Schreibmaterial.



### LESEN

Lerneinheiten mit diesem Icon erfordern Lesekompetenz.



### SPRECHEN

Lerneinheiten mit diesem Icon erfordern mündliche Mitarbeit.



### HÖREN

Lerneinheiten mit diesem Icon beinhalten Audioformate, für die ggf. Kopfhörer erforderlich sind.



### TAFEL

Lerneinheiten mit diesem Icon nutzen zur Ergebnissammlung eine analoge oder digitale Tafel.



### BEWEGUNG

Lerneinheiten mit diesem Icon erfordern Platz für Bewegung der Schüler:innen im Raum.



### TRIGGERWARNUNG

Hinweis auf sensible Inhalte, die für Betroffene beunruhigend sein können.



### DOWNLOAD

Bei Lerneinheiten mit diesem Icon müssen in der App zusätzliche Daten heruntergeladen werden.



### BASIS

Aufgaben mit diesem Icon vermitteln grundlegende Inhalte, die zuerst behandelt werden sollten.



### VERTIEFUNG

Aufgaben mit diesem Icon dienen zur Vertiefung des Basiswissens und vermitteln komplexere Inhalte.



### ONLINE

Lerneinheiten mit diesem Icon erfordern eine stabile Internetverbindung.



### OFFLINE

Lerneinheiten mit diesem Icon können auch ohne stabile Internetverbindung bearbeitet werden.

## Arbeitsweise und -formen



### **EINZELARBEIT (THINK)**

Aufgaben mit diesem Icon sollen in Einzelarbeit bearbeitet werden.



### **PARTNER-INNENARBEIT (PAIR)**

Aufgaben mit diesem Icon sollen in Partner:innenarbeit bearbeitet werden.



### **GRUPPENARBEIT (SHARE)**

Aufgaben mit diesem Icon sollen in Kleingruppen bearbeitet werden. Die Zusammenstellung ist flexibel.



### **PLENUM (SHARE)**

Aufgaben mit diesem Icon sollen im Plenum besprochen werden.



### **SPIEL**

Dieses Icon wird in der App für Spiele verwendet.



### **ERKENNTNIS/AUFGABE**

Bei diesem Icon sind in der Tablet-Version der App die Aufgabenstellungen zu finden.

## Zeit



### **EINZELSTUNDE**

Lerneinheiten mit diesem Icon sind auf 45 Minuten ausgelegt.



### **DOPPELSTUNDE**

Lerneinheiten mit diesem Icon sind auf 90 Minuten ausgelegt.



### **GANZE STUNDE**

Lerneinheiten mit diesem Icon sind auf 60 Minuten ausgelegt.

# 1. BEZIEHUNGEN

Beziehungen sind so vielfältig wie Menschen selbst. Wir verwenden den Begriff für ganz unterschiedliche Formen von Verbindungen zwischen zwei oder mehreren Menschen. Individuell kann er Unterschiedliches bedeuten. Die Methoden im Themenfeld „Beziehungen und Gefühle“ können die Jugendlichen dazu anregen, miteinander ins Gespräch zu kommen, sich ihrer eigenen Wünsche, Vorstellungen und Sorgen bewusst zu werden, ihre Emotionen auszudrücken und aus ihren Erfahrungen zu lernen. Auch das Gefühl, mit bestimmten Erfahrungen nicht allein zu sein und das Kennenlernen verschiedener Lebensweisen und Beziehungsformen gehören dazu. „Verschiedene Beziehungsmodelle sollten dabei nicht bewertet, vielmehr sollten die Adressat:innen zu einem selbstbestimmten Umgang mit den aufgeworfenen Fragen ermutigt werden“ (Debus, 2016, S.12f.). Eine kritische Sexualpädagogik ermöglicht die Reflexion gesellschaftlicher Normvorstellungen. So sind die Jugendlichen anschließend eher in der Lage, selbstbestimmte Entscheidungen zu treffen.

Die kritische Auseinandersetzung mit Normen hat das Potenzial, Einschränkungen von Vielfalt und Normalisierungsdruck sichtbar zu machen, da sich diese negativ auf die Lebensqualität aller Menschen und auf die Entfaltung und Bildung im Schulkontext auswirken. Der Fokus sollte auf dem gemeinsamen Interesse liegen Normierungen zu erkennen und abzubauen (vgl. Debus, Laumann, 2018, S.108). Normalitätsvorstellungen können oft nur aufrechterhalten werden, wenn „vielzählige Körper, Lebensweisen und Ausdrucksformen als abweichend konstruiert werden“ (ebd. S.19). Diese „Konstruktion von Norm und Abweichung produziert Einschränkungen der Entwicklungs- und Entfaltungsmöglichkeiten aller Menschen“ (ebd. S.33). Normen und daraus resultierende Praxen üben Druck aus und führen für einige Menschen zu starken Diskriminierungserfahrungen. Bei sensibler Herangehensweise kann in der Notwendigkeit, Normen zu wiederholen und zu bestätigen, auch die Möglichkeit der Umdeutung und Verschiebung und somit Handlungsfähigkeit und Widerstandspotential liegen (vgl. Hartmann, Messerschmidt, Thon, 2017, S.23).

Wissenschaftliche Publikationen verweisen hier auf die Rolle von Pädagog:innen. Sie werden aufgefordert Selbstverständlichkeiten von Geschlechter-, Begehrens- und Beziehungsnormen infrage zu stellen, Kategorisierungen sowie Ein- und Ausschlüssen (selbst)kritisch gegenüberzutreten und sich aktiv dafür einzusetzen Vielfalt und Uneindeutigkeit sichtbar und lebbar zu machen (vgl. Riegel, 2016, S.115 und Schmidt, Schondelmayer, Schröder, 2015, S.11).

Die Lerneinheiten des Moduls geben dafür Anstoß und bieten den Schüler:innen Raum zur kritischen Reflexion vielfältiger Beziehungsnormen und -formen. Dabei wird auf verschiedene Ebenen von Beziehungen eingegangen – immer in Bezug auf die Lebensrealität der Schüler:innen.

# 1.1 GEFÜHLE ERKENNEN



## Lernziele

- Kennenlernen und Benennen verschiedener Gefühle und Bedürfnisse.
- Gefühle als Signale für eigene Grenzen wahrnehmen.
- Empathie im sozialen Miteinander fördern.

## Voraussetzungen und Vorbereitung



### Schüler:innen

Die Lerneinheit enthält Sprachnachrichten, für die Kopfhörer notwendig sind, um sich beim Hören nicht gegenseitig zu stören. Bei der Nutzung von Smartphones ist es auch möglich, sich dieses zum Abhören ans Ohr zu halten. Alternativ können die Sprachnachrichten auch als Text angezeigt werden.

### Lehrende

Zur Sammlung der Gefühle und Bedürfnisse aus den Sprachnachrichten sollte eine Tafel o.Ä. zur Verfügung stehen. In den Sprachnachrichten werden vielfältige Beziehungsformen sowie Abgrenzungsprozesse thematisiert. Achten Sie auf eine anti-diskriminierende, diversitätssensible und grenzachtende Auseinandersetzung mit diesen Themen. Nutzen Sie die Lerneinheit, um die Schüler:innen mit Unterstützungs- und Beratungsangeboten für Jugendliche in psychischen Krisen bekannt zu machen.

## Ablauf

NR.	AUFGABE	ZEIT	BESCHREIBUNG
1	Einstieg & Daumenprobe	5"	Daumenprobe, ob Schüler:innen mit Freund:innen und Familie über Gefühle sprechen.
2	Sprachnachrichten	35"	Die Schüler:innen hören die Sprachnachrichten und bearbeiten diese nach dem „Think-Pair-Share“-Prinzip.
3	Fazit	5"	Fazit gemeinsam lesen und mit den Erkenntnissen aus der Stunde erweitern.

## Aufgabenbeschreibung

### Sprachnachrichten

Es gibt sechs Sprachnachrichten zu unterschiedlichen Themen, die Sie frei in der Klasse aufteilen können. Es empfiehlt sich, dass Sitznachbar:innen die gleiche Sprachnachricht bearbeiten, um sich austauschen zu können.

Ob Sie alle oder nur ausgewählte Themen behandeln wollen, ist Ihnen überlassen. Die Themen sind:

**MOMO:** Im Bus neben dem Schwarm sitzen; Nähe- und Distanz-Bedürfnisse  
**ELIA:** Kleiner Bruder nervt; Unwohlsein im sich verändernden Körper; Distanz-Bedürfnisse  
**ALEX:** Freundschaft, die sich auseinander gelebt hat; Verwirrung  
**KRIS:** Trennung der Eltern; Überforderung  
**DANI:** Aufregung vor einem ersten Date; Überforderung  
**YAEL:** Die Beziehung öffnen wollen; Eifersucht; Kommunikation in Beziehungen

### Think/Pair

Zuerst sollen die Schüler:innen die Sprachnachrichten alleine hören und darauf achten, welche Gefühle und Bedürfnisse die Person hat. Dann sollen sie ihre Erkenntnisse mit denen ihrer Sitznachbar:innen vergleichen.

### Share

Im Plenum und an der Tafel soll gesammelt werden, welche Gefühle und Bedürfnisse herausgearbeitet wurden – am besten nach Sprachnachrichten gruppiert. Dabei können Unterschiede zwischen den Situationen festgestellt werden, aber auch Überschneidungen, zum Beispiel der Wunsch nach Nähe oder Distanz.

### Differenzierungsmöglichkeiten:

- die Schwierigkeiten in der Abgrenzung zwischen den Begriffen „Gefühle, Bedürfnisse und Wünsche“ thematisieren. Lassen sich Definitionen erarbeiten?
- die Eindimensionalität der Sprachnachrichten besprechen. Welchen Einfluss könnten Mimik und Gestik und der Aspekt räumlicher Nähe auf die Einschätzung der Situationen haben?

### Ratschlag schreiben (Optional als Hausaufgabe)

Zum Abschluss sollen sich die Schüler:innen einen persönlichen Ratschlag für eine Person aus den Sprachnachrichten überlegen. Mit Hilfe der herausgearbeiteten Gefühle und Bedürfnisse soll der Person geholfen werden, ihre Grenzen und Bedürfnisse besser zu kommunizieren oder zu verstehen.

### Wichtige Impulse

Den Personen in den Sprachnachrichten wird nicht eindeutig ein Geschlecht oder eine sexuelle Orientierung zugewiesen. Auf diese Weise können Sie damit spielerisch umgehen. Gefühle und Bedürfnisse sollen hier unabhängig von Zuschreibungen und über unterschiedliche Beziehungsformen hinweg diskutiert werden. Wenn emotionale Themen der Sprachnachrichten, wie zum Beispiel die Trennung der Eltern, bei den Schüler:innen starke Reaktionen oder traurige Erinnerungen hervorrufen, bieten Sie Rückzugsorte oder Gespräche im Anschluss an die Stunde an. Keinesfalls soll eine schmerzhaft Auseinandersetzung erzwungen werden. Lenken Sie den Fokus sonst auf andere Sprachnachrichten.

## 1.2 WERTE SAMMELN



### Lernziele

- **Wissen:** Werte stellen einen wichtigen Faktor in Beziehungen dar und können je nach Beziehungskategorie unterschiedlich sein.
- **Kompetenzen:** Die Schüler:innen lernen ihre eigenen Werte im Hinblick auf Beziehungen zu reflektieren und zu kommunizieren.
- **Haltungen:** Akzeptanz unterschiedlicher Wertevorstellungen im Hinblick auf Beziehungen.

### Voraussetzungen und Vorbereitung



#### Schüler:innen

Es bedarf keiner speziellen Vorbereitung. Erlauben Sie den Schüler:innen, unbekannte Begriffe zu recherchieren oder bei Ihnen nachzufragen.

#### Lehrende

Eine Auseinandersetzung mit den eigenen Werten in Beziehungen ist in Vorbereitung auf die Stunde sinnvoll. Es sollte jedoch darauf geachtet werden, in der Stunde keine allgemeingültigen Definitionen von Werten oder Beziehungskategorien vorzugeben.

### Ablauf

NR.	AUFGABE	ZEIT	BESCHREIBUNG
1	Einstieg: Wertebeschreibung	10"	Beispielhafte Sammlung von Werten mit einer gemeinsamen Wertebeschreibung.
2	Wertekoffer-Spiel	5"	Die Schüler:innen ordnen den Beziehungskategorien „Freundschaft“, „Liebesbeziehung“ und „Familie“ verschiedene Werte zu.
3	Wertekoffer	25"	Die Schüler:innen werten ihre Einordnung aus dem Spiel nach dem „Think-Pair-Share“-Prinzip aus und können unbekannte Begriffe klären.
4	Fazit	5"	Abschließende Reflexion über Werte und Beziehungskategorien

## Aufgabenbeschreibung

### Einstieg: Wertebeschreibung

Der Einstieg dient vor allem zur Annäherung an den Begriff „Werte“. Dieser wird auch in der Lerneinheit nicht immer trennscharf von Bedürfnissen und Gefühlen verwendet und kann dahingehend mit den Schüler:innen diskutiert und reflektiert werden. Halten Sie die gemeinsame Wertebeschreibung auch auf der Tafel fest, damit sich die Schüler:innen über die Stunde hinweg daran orientieren können.

### Wertekoffer-Spiel

Die Dauer des Spiels ist auf drei Minuten festgelegt. Weisen Sie die Schüler:innen darauf hin, dass sie die Geschwindigkeit, in der die Begriffe über das „Kofferband“ fahren, jederzeit anpassen können (Regler mit Schildkröte = langsam und Hase = schnell). Die Begriffe können mehrfach oder gar nicht eingeordnet werden – alles ist erlaubt.

### Wertekoffer

Nach dem Spiel werden die Schüler:innen direkt zur Auswertung ihrer Einordnung weitergeleitet. Diese erfolgt nach dem „Think-Pair-Share“-Prinzip, entsprechend den Anweisungen in der App:

- 1 Die Schüler:innen markieren in jedem Koffer drei Werte, die ihnen besonders wichtig sind und haben zudem Gelegenheit weitere Werte hinzuzufügen. **(Think)**
- 2 Danach sollen sie ihre Koffer mit dem:r Sitzpartner:in vergleichen. Unterscheiden sich die Wertekoffer? **(Pair)**
- 3 Die Einordnung sollen im Plenum anhand der folgenden Fragen diskutiert werden: Gab es Überraschungen? Haben den Schüler:innen Begriffe gefehlt? Gibt es Begriffe, die erklärt werden müssen? Unterscheiden sich die Koffer? Wenn ja, warum? Was gehört in alle und was vielleicht nur in einen Koffer? **(Share)**

### Differenzierungsmöglichkeit:

Kann sich die Klasse auf eine Definition von Freundschaft, Liebesbeziehung und Familie einigen? Was fällt dabei auf? Ist es wichtig, dass alle das gleiche Verständnis von den Beziehungskategorien haben?

### Fazit

Die Erkenntnisse aus der Diskussion sollen zusammengefasst werden mit dem Hinweis darauf, dass eine allgemeingültige Definition der Werte und Beziehungskategorien nicht möglich ist. Nur die Schüler:innen selbst können entscheiden, was ihnen in verschiedenen Beziehungen wichtig ist. Die Wertekoffer können immer wieder umgepackt werden, sich vergrößern oder verkleinern.

### Wichtige Impulse

Was die Beziehungskategorien der drei Koffer genau bedeuten, ist nicht festgelegt und kann für jede Person anders sein. Die Schüler:innen sollen die Koffer nach ihren eigenen Vorstellungen füllen. Weisen Sie darauf hin, dass nicht alle Begriffe eingeordnet werden müssen und erklären Sie Begriffe, wenn nötig.

## 1.3 BEZIEHUNGSNORMEN



### Lernziele

- Kennenlernen und Benennen verschiedener Beziehungsformen.
- Bestehende (Beziehungs-)Normen erkennen und hinterfragen.
- Eigenen Blick auf und Meinung über verschiedene Beziehungsformen und -normen reflektieren.

### Voraussetzungen und Vorbereitung



### Schüler:innen

Die Einheit ist inhaltlich tiefergehend und empfiehlt sich für eine **ältere Zielgruppe**. Besonders die Texte erfordern eine höhere Lesekompetenz und eine kritische Reflexionsfähigkeit. Ein zusätzlicher Download von Dateien sowie Kopfhörer sind für die Stunde notwendig.

### Lehrende

**Eine Woche vor Durchführung:** Einarbeitung in normkritische Ansätze und Beziehungskonzepte sowie Reflexion über verinnerlichte Beziehungsnormen, eigene Beziehungsvorstellungen und -wünsche. Generell ist eine vielfaltpositive und ermutigende Haltung wünschenswert.

**Ein bis zwei Tage vorher:** Überprüfen, ob für die Aufgabe „Meinungslinie“ ausreichend Platz im Raum ist. Ggf. Vorbereitung von Schildern sowie Auswahl der Aussagen passend zur Klasse.

### Ablauf

NR.	AUFGABE	ZEIT	BESCHREIBUNG
1	Einstieg und Diskussion mit Comic	10"	Diskussion der Frage „Was ist eigentlich normal und könnte nicht alles ganz anders sein?“.
2	Optional: Begriffserklärung Normen	10"	Lesen der Texte zur Begriffsklärung in Kleingruppen, gemeinsam oder alleine.
3	Was „normal“ ist, verändert sich	5"	Beispiele sich verändernder Normen zur gemeinsamen Diskussion.
4	Beziehungsnormen	20"	Video zu Beziehungsnormen mit Fragen zur Analyse. Ggf. Nachbesprechung im Plenum.
5	Meinungslinie	15"	Schüler:innen beziehen Stellung zu verschiedenen Aussagen anhand ihrer Platzierung im Raum oder mithilfe der App.
6	Beziehungsvielfalt	30"	Videos zu Beziehungsvielfalt mit Fragen zur Analyse. Ggf. Nachbesprechung im Plenum.
7	Normen entlernen	5"	Abschlussbotschaften für die Klasse

## Aufgabenbeschreibung

Die Lerneinheit ist auf 90 (oder 2x45) Minuten ausgelegt und bietet an verschiedenen Stellen Möglichkeiten zur Differenzierung.

### Einstieg und Diskussion „Was ist normal?“ - mit Comic und historischen Beispielen

Ziel ist es, das Konzept von Normen greifbar und verständlich(er) zu machen. Mögliche Fragen für einen Einstieg im Plenum: *Was seht ihr im Comic? Woher kommen Vorstellungen von ‚normalem‘ Verhalten? Was bedeutet ‚normal‘? Wer bestimmt, was ‚normal‘ ist? Ist das überall und immer gleich? Was sind Normen? Wozu dienen sie? Was erschweren sie und für wen?*

Es kann schwer fallen, ‚normal‘ zu erklären. Das kann genutzt werden, um auf die **Unsichtbarkeit und empfundene Selbstverständlichkeit von Normen** hinzuweisen, wenn diesen entsprochen wird. Wenn ‚normal‘ über ‚Abweichungen‘ erklärt wird, muss darauf geachtet werden, dass Verletzungen vermieden bzw. als solche in den gesellschaftlichen Kontext von Ungleichheitsideologien, wie z.B. Rassismus, Sexismus, Ableismus usw., eingeordnet werden. Die **historischen Beispiele** in der App und weitere eigene helfen zu verstehen, dass Normen sich stetig wandeln. Hier ist Einzel- oder Gruppenarbeit möglich, um weitere Beispiele zu finden.

**Alternative für Schüler:innen mit hoher Lesekompetenz: „Begriffserklärungen Normen“** lesen (in Einzel- oder Kleingruppenarbeit) oder Fragen im Plenum diskutieren.

### Beziehungsnormen

Ziel ist es, aufbauend auf den normativen Jugend- und Alltagsvorstellungen, vielfältige Einblicke in diverse Realitäten zu erhalten und Möglichkeitsräume zu eröffnen. Die Schüler:innen schauen sich das Video zu Beziehungsnormen in **Einzelarbeit** an. Dann arbeiten die Schüler:innen **zu zweit**, besprechen das Gesehene und beantworten die Fragen zum Video aus der App. Anschließend folgt die Diskussion der Fragen **im Plenum**.

### Differenzierungsmöglichkeiten:

- Video „Beziehungsnormen“ als Denkanstoß ohne Reflexionsaufgabe besprechen.
- Zum Video gezielt zu besprechende Begriffe vorbereiten („Beziehung“, „Monogamie“, „poly“, „cis“ etc.) und nicht auf Nachfragen der Schüler:innen warten.
- Ohne den Einstieg über das Thema Normen direkt beim Video ansetzen und Konzepte wie „Verliebt sein“, „Familie“, „offene Beziehung“, „Monogamie“, „(freund:innenschaftszentrierte) Beziehung“ oder „Ehe“ besprechen.

### Meinungslinie

Ziel der Aufgabe ist es, über normative Vorstellungen ins Gespräch zu kommen, diese zu irritieren und eigene Meinungen zu reflektieren. Fragen Sie ab, ob es für alle Schüler:innen okay ist, die Meinungslinie im Klassenraum zu machen. Sollten sich Schüler:innen damit unwohl fühlen, können sie sich enthalten oder die Übung wird in der App gemacht.

Sie können mehrere, für die Klasse angemessene Aussagen aus der Liste wählen, eigene ergänzen oder Ideen von Schüler:innen mit aufnehmen. Lesen Sie jeweils eine Aussage laut vor; die Schüler:innen positionieren sich auf der imaginären Skala im Raum.

**Differenzierungsmöglichkeiten:**

- Aufgabe als Einzelarbeit in der App durchführen.
- Impulse nach einer Aussage: *Warum habt ihr diese Position gewählt? Hat euch etwas irritiert oder verwundert? Warum?* – Schüler:innen können freiwillig ihre Meinung teilen und sollten nur Aussagen über sich selbst oder einen Teil der Klasse (keine Einzelpersonen) tätigen, Neupositionierung jederzeit möglich.

**Wichtig:** Es dürfen verschiedene Meinungen geäußert werden und Schüler:innen müssen andere Meinungen respektieren. Bei verletzenden Aussagen müssen Lehrende intervenieren und erklären, wieso diese Aussage verletzend sein kann. Falsche Behauptungen gilt es richtig zu stellen.

**Aussagenliste:**



<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wenn ich mich in zwei Personen verliebe, ist es mit beiden ‚richtige‘ Liebe</li> <li>• Familie bedeutet Mutter-Vater-Kind</li> <li>• Heterosexuelle Menschen sollten ihre Heterosexualität nicht so betonen</li> <li>• In einer gleichgeschlechtlichen Beziehung ist immer eine Person der Mann und eine die Frau</li> <li>• Man kann sich lieben und/oder eine Beziehung führen, ohne sich körperlich nah zu kommen</li> <li>• Freund:innenschaft zwischen verschiedenen Geschlechtern ist möglich</li> <li>• Wenn Menschen sich lieben, sollten sie heiraten</li> <li>• Heterosexuelle Menschen sollten Kinder adoptieren dürfen</li> <li>• Treue bedeutet nur die/den feste/n Partner:in zu küssen</li> <li>• Single sein bedeutet frei sein</li> <li>• Drei Menschen sollten heiraten dürfen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Männer sind eher an romantischer Bindung interessiert, Frauen an Sex</li> <li>• Menschen in monogamen Beziehungen haben öfter Bindungsängste als polyamore Menschen</li> <li>• Sex ohne Ehe ist okay</li> <li>• Es ist okay (in Beziehungen) keine Lust auf Sex zu haben</li> <li>• Fernbeziehungen funktionieren auf Dauer gut</li> <li>• Wer Single ist, sucht eigentlich nach einer Partner:innenschaft</li> <li>• Sex außerhalb einer romantisch-sexuellen Beziehung zu haben, bedeutet untreu zu sein</li> <li>• Es ist (moralisch) nicht richtig, dass man nur eine Person heiraten darf</li> <li>• Die institutionellen Vorteile einer Ehe (z.B. Steuererleichterungen) sind gerecht</li> <li>• In polyamoren Beziehungen gibt es keine Eifersucht</li> <li>• Menschen in polyamoren Beziehungen können besser kommunizieren</li> </ul>
--	---

## **Beziehungsvielfalt**

Ziel ist es zu erkennen, dass Beziehungen ganz unterschiedlich gelebt werden. Die Schüler:innen schauen sich zunächst das Gruppenvideo zu Beziehungsvielfalt alleine oder in Tandems an und können dann die Fragen dazu beantworten. Je nach Zeit und Interesse, können weitere Videos zu einzelnen Personen geschaut und mithilfe weiterer Fragen analysiert werden. Abschließend folgt die Diskussion der Fragen im Plenum.

## **Normen entlernen**

Ziel ist es, das Thema Normen zu einem runden Abschluss zu bringen und die Schüler:innen nochmals zur Reflektion anzuregen. Das Video kann in Einzelarbeit angeschaut werden.

## **Wichtige Impulse**

Die Auseinandersetzung mit Normen erfordert Vorsicht. Es soll die Haltung vermittelt werden, dass Normen eine ausschließende und einschränkende Wirkung haben und oft verdecken, dass eigentlich Vielfalt ‚normal‘ ist. Es ist zu vermeiden, dass Eigenschaften/ Personen/ Lebensweisen als ‚abweichend‘ oder ‚erklärungsbedürftig‘ dargestellt werden und mögliche Diskriminierungserfahrungen der Schüler:innen wiederholt werden. Vielmehr soll eine aktive und kritische Auseinandersetzung mit Normen, Alltagsvorstellungen und Vorurteilen gefördert werden. Außerdem sollte das kritische Hinterfragen von Normen nicht nur bei den Menschen liegen, die von ihnen ausgeschlossen werden, sondern als gesamtgesellschaftliche Aufgabe vor allem von der Dominanzgesellschaft (*weiß, cis, hetero, monogam, christlich, Mittelschicht, nicht-behindert, neurotypisch, endogeschlechtlich, ...*) aus passieren.

Verschiedene Beziehungsformen sollten nicht gewertet werden und Vorurteile der Schüler:innen sollten entkräftet werden. Stattdessen kann über verbindende Gefühle und Bedürfnisse gesprochen werden. Auch sollte den Schüler:innen der Druck genommen werden, überhaupt eine (sexuelle/ romantische/ familiäre usw.) Beziehung zu haben oder zu wollen.

Nachdem einige Normen zuerst reproduziert wurden, sollte unbedingt eine „Entdramatisierung“ (Debus, 2017) stattfinden: Also Normen ihre Macht genommen werden, die kraftvollen Seiten normverschiebender Praxen betont, Vielfalt positiv besetzt und verbindende Elemente verschiedener Lebensrealitäten gefunden werden (vgl. Debus, Laumann, 2018, S.109).

## 2. SEXUALITÄT

Sexualität wird in der modernen Sexualpädagogik als ein zentraler Aspekt des menschlichen Lebens (WHO, BZgA, 2011) verstanden. Demnach sind Menschen von Anfang an sexuelle Wesen, deren körperliche, emotionale und kognitive Entwicklung immer auch einen Bezug zu Sexualität hat. Dabei hat Sexualität verschiedene Dimensionen, wie sinnliche (Selbst-)Erfahrung, Lust, Erregung, Genuss, körperliches und emotionales Wohlbefinden. Aber auch soziale Aspekte wie Geschlechtsidentität und Geschlechterrollen, sexuelle Orientierung, Intimität und Beziehung. Obwohl diese Definition relativ weit gefasst und inklusiv ist, konstruiert sie Asexualität als einen Mangel, was es kritisch zu reflektieren gilt.

In unterschiedlichen Entwicklungs- und Altersstufen hat Sexualität daher ganz unterschiedliche Ausdrucksformen. Jugendliche befinden sich in einer Übergangsphase, in der neben auf Lust bezogenen Aspekten (Sexualität als Selbstzweck) auch Beziehungsaspekte, kommunikative und soziale Funktionen von Sexualität wichtiger werden. In dieser Übergangsphase wächst das Interesse an sexuellen Erfahrungen und verschiedene Aspekte von Sexualität werden über die Zeit in die eigene Identität integriert (zum Beispiel sexuelle Orientierung und Geschlechtsidentität). Dabei spielt auch der Kontext eine wichtige Rolle, denn an die Jugendlichen werden unterschiedliche Bedeutungen und Erwartungen in Bezug auf Sexualität herangeführt – durch Gleichaltrige, die konsumierten (sozialen) Medien, durch Familien und letztendlich auch durch die Schule und Lehrkräfte. Sexualität wird ständig thematisiert (zum Beispiel in Fächern wie Biologie, Kunst, Literatur, Politik und Ethik, aber auch in Gesprächen der Jugendlichen) und gleichzeitig tabuisiert und de-thematisiert (zum Beispiel durch Verbote im Schulkontext). Neben positiven Aspekten von Sexualität wird Jugendlichen auch immer mehr bewusst, dass Sexualität auch mit Rollenerwartungen, Zwängen, sexualisierter Gewalt und Machtmissbrauch zu tun hat. Zu Neugier, Scham und Interesse kommen auch Gefühle der Ablehnung, Verunsicherung und Ängste.

Widersprüchliche Gefühle in Bezug auf Sexualität sollen in der Schule wertschätzend und akzeptierend in einem gesicherten Rahmen besprochen werden (Ministerium für Schule, Wissenschaft und Forschung des Landes Nordrhein-Westfalen, 2011, S.11). Hier soll der Raum entstehen, in dem Fragen geklärt werden können und die Jugendlichen wichtige Informationen erhalten, wie sie eine sichere und gesunde Sexualität leben können (zum Beispiel durch die Thematisierung von Schutzmaßnahmen und Verhütung).

Sexualität hat daher auch eine moralische und ethische Komponente, der in der sexuellen Bildung Rechnung getragen werden muss. Das Konsensprinzip ist dabei ein wichtiger Baustein. Die Kommunikationskompetenz, das Besprechen der eigenen Bedürfnisse, das Erfragen der Bedürfnisse des Gegenübers, die Achtung und der Respekt der körperlichen Unversehrtheit der Anderen in sexuellen Begegnungen spielen dabei eine große Rolle. Auch Geschlechterstereotype spielen bei sexuellen Erfahrungen (zum Beispiel die Akzeptanz von Masturbation bei unterschiedlichen Geschlechtsidentitäten) und sexuellen Begegnungen oft eine Rolle, was unter anderem dazu führt, dass Lust nicht gleichberechtigt erlebt werden kann (Laan et. al 2021). Deshalb sollte in der sexuellen Bildung besonders darauf geachtet werden, diese Zuschreibungen zu diskutieren und ihnen entgegenzuwirken.

Die ersten sexuellen Erfahrungen mit Anderen, von vielen „das erste Mal“ genannt, sind ein besonders relevantes Thema für Jugendliche (BZgA 2020). Im Unterricht sollte damit offen und sensibel umgegangen werden und gleichzeitig der Mythos des ersten Males hinterfragt werden. Die Jugendlichen sollen reflektieren, wo Sexualität eigentlich beginnt und was alles Sex sein kann. Oft wird „Sex“ gleichgesetzt mit vermeintlich heterosexuellem Penis-in-Vagina-Sex, was zu einer Unsichtbarmachung der vielfältigen sexuellen Praktiken, Geschlechtsidentitäten und sexuellen Orientierungen führt, die jedoch genauso relevant sind für die Jugendlichen. Wichtig ist hier, die vielfältigen Formen sexueller Erfahrungen wertschätzend und gleichberechtigt darzustellen und sichtbar zu machen (zum Beispiel Küssen, Kuscheln, Streicheln, Reiben, Oralsex, Analsex, Vaginalsex). Ebenso wichtig ist es neben einer positiven Haltung bezüglich Sexualität auch das asexuelle Spektrum zu benennen und Asexualität als gleichwertige sexuelle Orientierung (etwa neben Pan-/ Bi-/ Heterosexualität etc.) zu betrachten.

## 2.1 WAS IST SEX?



### Lernziele

- **Wissen:** Die Gefühle, die mit Sexualität verbunden werden, unterscheiden sich von Person zu Person. Sexuelle Erfahrungen können vielfältig sein. Das Zustimmungsprinzip ist die Grundvoraussetzung für sexuelle Erfahrungen mit Anderen.
- **Kompetenzen:** Reflektion von sozialen Erwartungen und Normen in Bezug auf Sexualität. Eigene Bedürfnisse und Grenzen kennenlernen, wahrnehmen, kommunizieren und die anderer wahren.
- **Haltungen:** Offenheit und Akzeptanz für die gelebte Sexualität von anderen Menschen, solange sie konsensuell ist und dabei keine Person ausgenutzt wird (beachte z.B. Altersgrenzen und -unterschiede sowie andere Machtdynamiken).

### Voraussetzungen und Vorbereitung



#### Schüler:innen

In dieser Stunde gibt es einige **Möglichkeiten zur Einzelarbeit**, damit die Schüler:innen bei diesem sensiblen Thema selbst entscheiden können, was sie sich durchlesen und anschauen wollen. Wichtig zu beachten ist, dass diese Lerneinheit das explizite Sprechen über Sexualität beinhaltet (vor allem im ersten Teil zu den „Ersten Malen“). Das Prinzip der **Freiwilligkeit** ist in dieser Stunde entscheidend: niemand muss darüber sprechen und niemand muss sich die Abbildungen anschauen.

#### Lehrende

für diese Lerneinheit ist eine offene und positive, aber auch schambewusste Haltung bedeutend, die sexuelle Erfahrungen in ihren vielfältigen Facetten anerkennend verhandelt und als grundlegendes Bedürfnis für viele Menschen akzeptiert. Genauso gilt es, Asexualität oder keinem Interesse an Sex akzeptierend gegenüber zu treten. Achten Sie in Ihrer Sprache darauf, Körperteile richtig und präzise zu benennen („Vulva“ und „Vagina“ statt „Scheide“) und immer zu explizieren, welche Art von Sex mit welchen Körperteilen gemeint ist. Wichtig dabei ist, dass es nirgendwo um individuelle Erfahrungen geht, sondern man sich sprachlich auf „Manche Menschen haben zum Beispiel so Sex“ bezieht.

## Ablauf

NR.	AUFGABE	ZEIT	BESCHREIBUNG
1	Einstieg: GIF-Galerie	5-10"	Welche Gefühle können mit Sex verbunden werden? Einordnung mithilfe von GIFs.
2	Erste Male	15-20"	Mit einer nach Körperteilen sortierten Mind-Map sammeln die Schüler:innen Arten von möglichen sexuellen und romantischen Erfahrungen. Zusätzlich gibt es eine Abbildungsgalerie.
3	Paragliding Testflug	15-20"	Über den Vergleich mit einem Paragliding-Flug, sollen die Schüler:innen Grundvoraussetzungen für Sex herausarbeiten.
4	Was ist Konsens?	10"	Videos und Methoden zum Thema Konsens sollen bearbeitet werden.
5	Fazit	5"	Zum Abschluss der Stunde gemeinsam lesen.

## Aufgabenbeschreibung

### GIF-Galerie

Die Schüler:innen sollen in **Einzelarbeit** in der App die GIFs anschauen und auswählen, welche ihrer Meinung nach mit Sex verbunden sein können. Im Anschluss fragen Sie nach den möglichen Assoziationen und Gefühlen zu Sexualität, die in der GIF-Galerie gezeigt werden. Welche Gefühle können mit Sex verbunden werden und warum? Welche zeigen womöglich Grenzen oder Ablehnung? Welche zeigen Lust? Es wird an der Tafel oder dem Whiteboard gesammelt. Sie behandeln unterschiedliche Beiträge gleichwertig und vermitteln, dass Neugierde, genau so wie Scham, berechnete Reaktionen sind. Wichtig ist, dass dabei Gefühlsbegriffe erklärt werden (zum Beispiel Lust oder Erregung) und ein Spektrum abgedeckt wird: von Scham, Neugier, Freude, Angst, Ekel, hin zu Entspannung, Anspannung, Liebe, Schmerz, Spaß und so weiter.

### Erste Male Mind Map

Mit einer nach Körperteilen sortierten Mind-Map können die Schüler:innen unterschiedliche körperliche und emotionale Erfahrungen sammeln, die mit Sexualität verbunden sein können. Der Ausdruck „Das erste Mal“ soll hinterfragt und es soll aufgeschlüsselt werden, was alles gemeint sein kann, aber oft nicht gemeint ist. Dazu gibt es die Möglichkeit, in einer Bildergalerie konkrete, gemalte Veranschaulichungen unterschiedlicher sexueller Praktiken anzuschauen. Es handelt sich hierbei um von unserem Team designte Illustrationen für pädagogische Zwecke. Die Abbildungen zeigen konsensualen Sex von Erwachsenen. Ziel der Übung ist es, zu lernen, dass körperliche Berührung vielfältig ist und Sexualität vielfältig gelebt werden kann - unabhängig von Geschlechtsidentität, Körper und sexueller Orientierung.

## Paragliding Testflug

Mithilfe eines (metaphorischen) Vergleichs sollen die Schüler:innen in Kleingruppen in einem Spiel die Voraussetzungen für sexuelle Erfahrungen und anspruchsvolle sportliche Erfahrungen (Paragliding) vergleichen. Es geht darum, sich die Frage zu stellen: *Was braucht es, damit sich die beteiligten Personen mit dieser Erfahrung möglichst wohl fühlen?* Es gilt, die richtigen Voraussetzungen mit Begriffen zu finden, damit der Gleitschirm abheben kann. Es gibt **Hilfestellungen in der App**, um die richtigen Begriffe zu finden. Dabei werden auch Synonyme von der App erkannt.

Die Lehrkraft kann moderieren und den Kleingruppen helfen. Am Anfang kann die Frage gestellt werden: *Was haben Sex und Paragliding miteinander zu tun? Was ist überhaupt Sex und was ist Paragliding? Was gilt es davor, währenddessen und danach zu beachten? Was sollte vorher klar sein? Wie sollten sich die beteiligten Personen fühlen? Was sollte beachtet werden, damit es zu einer guten gemeinsamen Erfahrung wird? Welche Absprachen sind nötig? Welches Vorwissen ist (nicht) nötig?*

### Auflösung:

Die Auflösung kann eventuell länger dauern, es darf gerne viel diskutiert werden. Um erfolgreich „abzuheben“ müssen die Schüler:innen mindestens jeweils einen Begriff aus den folgenden fünf Grundvoraussetzungen in die Checkliste des Spiels hinzugefügt haben:

**Lust** (Synonyme: Spaß, Freude, Bereit-Sein, Neugier)

**Schutz** (Synonyme: Verhütung, Sicherheit, Absicherung)

**Alter** (Synonyme: Altersgrenze(n), Mindestalter, Altersbestimmung(en))

**Kommunikation** (Synonyme: kommunizieren, sprechen, miteinander reden, reden, abstimmen, sich abstimmen)

**Zustimmung** (Synonyme: Konsens, zustimmen, Einverständnis, Consent, einverstanden (sein))

Auch die eigenen Ideen der Jugendlichen sind willkommen und können diskutiert werden. Nach erfolgreichem „Abheben“ erscheinen kurze Infotexte zu den Grundvoraussetzungen, die gemeinsam gelesen und diskutiert werden können.

### Anhang zu Altersgrenzen:

Die Thematik der Altersbegrenzung ist für die Jugendlichen oft besonders spannend und mit vielen Unsicherheiten verbunden. In der App ist als weiterführende Information ein [Artikel der BZgA](#) verlinkt. Sie können auch die hier abgebildete Tabelle zur Hilfe nehmen, sollten die Jugendlichen jedoch aufgrund deren Komplexität bei der Interpretation der Tabelle unterstützen.

Quelle der Tabelle: PriorMart GmbH (Hrsg.) (o.J.): [Bussgeldkatalog.net](#). [Ab wann darf man laut Gesetz Sex haben?](#)

Alter	0-13	14-15	16-17	18-21	22+
0-13	nein	nein	nein	nein	nein
14-15	nein	ja	ja	ja**	ja***
16-17	nein	ja	ja	ja	ja
18-21	nein	ja**	ja	ja	ja
22 oder älter	nein	ja***	ja	ja	ja

\*\* Jedoch nur erlaubt, wenn beide miteinander schlafen wollen, **kein Geld für Sex** verlangt wird oder eine **Zwangslage** des Partners ausgenutzt wird

\*\*\* Jedoch nur erlaubt, wenn der Ältere der beiden die „**fehlende sexuelle Selbstbestimmung**“ der jüngeren Person nicht ausnutzt.

## Was ist Konsens?

Im **Video „Tea Consent“** von „Blue Seat Studios“ (Copyright ©2015 Emmeline May and Blue Seat Studios), was auf Youtube in der deutschen Übersetzung geschaut werden kann, geht es um den Vergleich von Konsens beim Tee-Trinken und Konsens bei sexuellen Handlungen. Das Video erklärt das anspruchsvolle Thema auf eine humorvolle, aber eindringliche Weise. Die Schüler:innen sollen das Video schauen und verstehen. Sie sollen eine Definition von Konsens finden (Achtung: es gibt mehrere, das ist in Ordnung) oder selbst formulieren und in die nächste Stunden mitbringen. Dass es dabei zu Widersprüchen kommt oder Fragen zur Praktikabilität offenbleiben, ist in Ordnung – darüber kann mit den älteren Schüler:innen diskutiert werden. Eine erweiterte Aufgabenstellung wäre, sich Situationen auszudenken und gemeinsam zu überlegen, an welcher Stelle Konsens erfragt und gegeben werden kann.

Eine weitere (englische) Methode zu Konsens sind die **„Consent FRIES“** (Konsens-Pommes). Wenn Ihre Schüler:innen fit in Englisch sind, können Sie auch diese Methode nutzen und von ihren Schüler:innen ins Deutsche übersetzen lassen. Die Buchstaben in FRIES stehen für F = Freely given, R = Reversible, I = Informed, E = Enthusiastic, S = Specific.

- **freely given = freiwillig** gegeben, das heißt die Zustimmung entsteht nicht unter Drogen- und Alkoholeinfluss, in einer Zwangslage, durch Manipulation oder Abhängigkeit
- **reversible = reversibel**, das heißt die Zustimmung kann jederzeit zurückgenommen werden, was heißt, dass die sexuellen Handlungen auch jederzeit unterbrochen und beendet werden können
- **informed = informiert**, das heißt die Zustimmung basiert darauf, dass offengelegt ist, was die andere Person möchte und um was für eine sexuelle Handlung es sich handelt
- **enthusiastic = enthusiastisch**, das heißt die Zustimmung basiert auf einem Ausdruck von Lust, Neugier, Bereitschaft oder Motivation für die gemeinsame sexuelle Handlung und nicht aus dem Druck, einer Erwartung zu entsprechen
- **specific = spezifisch**, das heißt die Zustimmung bezieht sich auf die jeweilig gemeinte sexuelle Handlung und schließt somit nicht automatisch andere sexuelle Handlungen mit ein

## Wichtige Impulse

Vermitteln Sie, dass Sexualität vielfältig ist: Jede\*r ist anders! Sexualität hat viele Facetten, von körperlicher Nähe mit Anderen, über Asexualität, sexuelle Gefühle bis hin zur Masturbation.

# 3. KÖRPER

In der Jugend und Pubertät spielen die Wahrnehmung des (eigenen) Körpers, seine Veränderung und das körperliche Wohlbefinden eine hervorgehobene Rolle. Die Veränderungen des Körpers sind nicht nur auf biologischer Ebene von großer Bedeutung, sondern werden zum Sinnbild für die allumfassende Frage „Wer bin ich?“. Dabei reicht das Suchen und Finden eines neuen Selbstverständnisses und Selbstbewusstseins in der Jugend weit über den Körper hinaus und findet immer in einem sozialen und gesellschaftlichen Kontext statt.

Beeinflusst wird die Suche durch zahlreiche Faktoren: Äußere Einflüsse wie Werbung, Soziale Medien, Peers und gesellschaftliche Ansprüche sorgen dafür, dass Schüler:innen ständig von scheinbar perfekten Körperdarstellungen umgeben sind (vgl. Flaake, Göppel, 2019). Durch den offenen Zugang zu Informationen über das Internet ist nicht nur eine wichtige Möglichkeit zur eigenständigen Aufklärung der Jugendlichen entstanden, sondern auch eine entscheidende Quelle für Falschinformationen und Mythen, sowie Verunsicherungen und problematische Körperdarstellungen (vgl. Kühl, 2021). Dementsprechend spielt die faktische Aufklärung über den menschlichen Körper, samt existierender Fehlvorstellungen aus dem sexuellen Kontext eine wichtige Rolle im sexualpädagogischen Unterricht.

Unser Körper-Modul strebt eine umfassende Aufklärung an, die über die biologischen Grenzen hinausgeht. Zwei Dimensionen stehen im Fokus: Neben dem Erkenntnisgewinn aus medizinisch-biologischer Perspektive einerseits geht es andererseits darum, die individuelle und gesellschaftliche Bedeutung einzelner Körperstellen und ihrer medizinischen Bezeichnungen zu begreifen und kritisch zu hinterfragen. Den Schüler:innen soll ermöglicht werden, einen Eindruck der Körpervielfalt zu bekommen und Akzeptanz für diverse Körper, Vorstellungen und (sexuelle) Vorlieben zu erlangen. Vor allem in Bezug auf die vorherrschenden normativen, binären Körperrepräsentationen ist die kritische Reflexionsfähigkeit der Lehrenden und Lernenden gefragt. Ziel ist es, die Jugendlichen bei ihrer Suche zu unterstützen und positive Werte in Bezug auf Körper und Sexualität zu vermitteln.

## 3.1 DER MENSTRUATIONSZYKLUS



### Lernziele

- **Wissen:** Funktion des Uterus, Abfolge des Menstruationszyklus sowie Vor- und Nachteile verschiedener Menstruationsprodukte.
- **Kompetenzen:** Die Lernenden können den Zyklus anhand von vier Phasen erklären und lernen die eigenen Körpersignale kennen bzw. sich in menstruierende Personen hineinzusetzen.
- **Haltungen:** Menstruation als natürlicher Teil des Lebens, der alle Menschen betreffen kann.

## Voraussetzungen und Vorbereitung



### Schüler:innen

Es kann hilfreich sein, vorab Basiswissen über den Uterus, Hormone und die hormonelle Steuerung zu erarbeiten. Dies erleichtert die Informationsverarbeitung, ist aber keine Grundvoraussetzung. Die Lerneinheit enthält zudem verschiedene Audio-Inhalte, für die Kopfhörer sinnvoll sind.

### Lehrende

Wägen Sie das Vorwissen Ihrer Schüler:innen ab und legen Sie dann den Ablauf der Stunde fest. Ggf. kann es sinnvoll sein, die Lerneinheit „Bodyscan“ vorher durchzuführen. Bitten Sie die Lernenden in der vorherigen Stunde um das Mitbringen von Kopfhörern. Für die Ergebnissammlung der Diskussionsaufgabe empfiehlt sich eine Tafel oder Ähnliches.

## Ablauf

NR.	AUFGABE	ZEIT	BESCHREIBUNG
1	Einstieg	5"	Einstieg mit Wissensabfrage.
2	<b>Optional:</b> Der Uterus	5"	Die Schüler:innen lernen den Uterus als zentrales Organ für die Menstruation kennen.
3	Der Zyklus	20"	Die Schüler:innen lernen die vier Phasen des Menstruationszyklus, unterstützt von Sprachnachrichten einer Gynäkologin, kennen.
4	Der Ausflug ins Museum	10"	Ein illustriertes Hörspiel beleuchtet Gefühle und Bedürfnisse in Bezug auf Menstruation.
5	Periodenprodukte	5-20"	Die Schüler:innen können sich zu Periodenprodukten informieren und über deren kostenlose Bereitstellung diskutieren.
6	Erklärvideo von Binogi	5"	Zum Abschluss wird das Gelernte in einem Video zusammengefasst.

## Aufgabenbeschreibung

### Einstieg

Zum Einstieg soll die Relevanz des Themas betont werden. Mögliche Fragen für den Einstieg in die Stunde können sein: *Was wisst ihr über den Menstruationszyklus? Was passiert da eigentlich im Körper? Warum ist es wichtig, dass wir den Ablauf des Zyklus verstehen und den eigenen Zyklus kennen? Was fällt euch zu dem Wort Menstruation ein? Was bedeutet das Wort überhaupt? Kennt ihr andere Begriffe dafür? Welche verwendet ihr am liebsten? Gibt es welche, die ihr peinlich findet?*

## Der Uterus

Ob Sie an dieser Stelle eine kurze Einführung in Aussehen und Funktionsweise des Uterus geben wollen, liegt in Ihrem Ermessen. Neben dem GIF finden Sie hier auch eine medizinische Illustration des Uterus, die Sie zur Erklärung heranziehen können. Dort finden Sie einen kurzen Beschreibungstext, den Sie vorlesen lassen können. Für das Verständnis des Zyklus sind vor allem die Begriffe „Uterus“, „Eierstöcke“, „Eileiter“ und „Uterusschleimhaut“ von Bedeutung.

## Der Zyklus

Der Zyklus wird mithilfe der vier Jahreszeiten beschrieben, die sich gut zum Vergleich mit den vier Phasen des Zyklus eignen. Die Aufgabe kann in **Einzelarbeit, Tandems oder Kleingruppen** bearbeitet werden. Auch ein Gruppenpuzzle ist möglich, bei dem sich jede Kleingruppe mit einer Phase/Jahreszeit intensiver beschäftigt und die Zusammenfassung des Zyklus dann über die Vorstellung der einzelnen Gruppen gemeinsam erarbeitet wird. Dafür stehen den Schüler:innen Erklärungstexte, medizinische Illustrationen und Sprachnachrichten der [Gynäkologin Dr. Daniela Bach](#) zur Verfügung.

Ziel ist es, über das erlernte Wissen zum Schluss der Aufgabe eine Zyklus-Grafik selbst beschriften zu können. In dieser ist auch ein Fruchtbarkeitszeitfenster eingetragen, auf das eingegangen werden sollte. Dabei sind keine genauen Zeitangaben genannt oder zu nennen, da der Abstand von Eireifung bis Eisprung von Person zu Person variiert. Weisen Sie die Schüler:innen generell darauf hin, dass es sich bei den Grafiken um vereinfachte Darstellungen handelt, die als Beispiele und keineswegs als generelle Norm angesehen werden sollten. So sind viele Zyklen z.B. länger oder kürzer als 28 Tage und auch die Hormonausschüttung ist von Person zu Person unterschiedlich.

Klären Sie zum Abschluss ggf. offen gebliebene Fragen oder machen Sie eine Blitzlichttrunde, um herauszufinden, was den Schüler:innen aus der Aufgabe am meisten im Gedächtnis geblieben ist.

## Der Ausflug ins Museum

In der Geschichte „Der Ausflug ins Museum“ geht es um zwei Personen, die bei einem Schulausflug in einem Menstrationsmuseum aus Versehen zurückgelassen werden und sich zu zweit noch einmal umschaun, bis sie von den Eltern abgeholt werden. Dabei ist Anouk total beeindruckt – Mia hingegen sehr skeptisch. Zudem menstruiert Mia selbst gerade. Die Schüler:innen sollen die Geschichte zunächst alleine hören oder lesen und darauf achten, welche Gefühle und Bedürfnisse die Personen haben. Zum Abschluss beantworten die Lernenden zwei Fragen zur Geschichte, die auch gemeinsam im Plenum diskutiert werden können.

## Periodenprodukte

Hier werden den Schüler:innen sechs verschiedene Periodenprodukte vorgestellt: **Menstruationstasse, Tampons, Binden, Menstruationsunterwäsche, Softtampons und Menstruationsschwämme.**

Je nach Zeit können Sie die Klasse zudem in Kleingruppen aufteilen und jeweils nach **Pro oder Contra** Argumenten für die Frage „Sollten Periodenprodukte kostenlos sein?“ recherchieren lassen. Beispielhafte Artikel sind dafür in der App verlinkt. Sie können weitere Quellen mitbringen oder nennen. Die Schüler:innen können ihre Argumente in der App notieren. Zur Ergebnissammlung in Form einer Pro/Contra-Liste im Plenum empfiehlt sich eine analoge oder digitale Tafel.

## Erklärvideo von Binogi

Zum Abschluss der Stunde werden die wichtigsten Aspekte zum Menstruationszyklus noch einmal in einem Erklärvideo von Binogi zusammengefasst. Binogi ist ein mehrsprachiges, digitales Lernportal, welches mit einer Vielzahl von alltagsorientierten Videos und Quiz in verschiedenen Fächern und in bis zu 15 verschiedenen Sprachen die Schüler:innen beim Lernen unterstützt.

## Wichtige Impulse

In der Lerneinheit haben wir darauf geachtet, nicht vorrangig von Frauen oder dem weiblichen Zyklus zu sprechen. Denn auch Menschen, die sich nicht als Frauen oder weiblich identifizieren, können einen Uterus haben und menstruieren. Zudem sollten sich auch nicht-menstruierende Personen mit dem Thema auseinandersetzen. Um keine Personengruppen auszuschließen, empfehlen wir daher, eine möglichst geschlechtsneutrale Ansprache beizubehalten.

## 3.2 BODYSCAN



### Lernziele

- **Wissen:** Sinneswahrnehmung, Bau und Funktion der Genitalien, Genitalentwicklung, Individuelle menschliche Sexualität und Identität, Aufklärung über Mythen.
- **Kompetenzen:** Kennen und benennen der wichtigsten Körperstellen für (sexuelle) Erfahrungen, Verwendung biologischer Fachbegriffe, Reflexion gesellschaftlicher Normen im Hinblick auf Körper.
- **Haltungen:** Akzeptanz und Offenheit (z.B. gegenüber diversen Körperbildern), Respekt vor individuellen Bedürfnissen und Vorlieben.

### Voraussetzungen und Vorbereitung



#### Schüler:innen

Vorwissen zum Thema Körper und/oder dem Nervensystem kann hilfreich sein, ist jedoch keine notwendige Voraussetzung. Mit Alltagsvorstellungen und Präkonzepten zur Thematik kann gearbeitet und ggf. aufgeräumt werden.

#### Lehrende

Eine Einarbeitung in den Bodyscan vor der Stunde kann für Sie hilfreich sein, um sich auf (ggf. unbekannte) Inhalte und damit verbundene Rückfragen vorzubereiten. Falls Sie die optionale Aufgabe 2 durchführen möchten, können Sie die Lernenden um das Mitbringen von Kopfhörern bitten.

## Ablauf

NR.	AUFGABE	ZEIT	BESCHREIBUNG
1	Einstieg: Sinneswahrnehmung	10"	Die Schüler:innen lernen mithilfe von Infotexten und einem Schaubild, wie die Sinneswahrnehmung funktioniert.
2	<b>Optional:</b> Hörsinn oder Tastsinn	5"	Die Schüler:innen testen ihren Hör- und/oder Tastsinn in Einzel- oder Partner:innen-Arbeit.
3	Bodyscanner	20-45"	Die Texte und Abbildungen des Bodyscanners werden in Einzel- oder Partner:innen-Arbeit erkundet. Dabei können verschiedene Arbeitsaufträge bearbeitet werden.
4	<b>Optional:</b> Quiz	5-10"	Quiz zur Sicherung des Wissens aus dem Bodyscan.
5	Fazit	5"	Fazit gemeinsam lesen mit optionaler Abschlussreflexion mittels Blitzlichtrunde.

## Aufgabenbeschreibung

### Einstieg: Sinneswahrnehmung

Im Einstieg werden die Schüler:innen nach einem kurzen Infotext dazu aufgefordert, die einzelnen Sinne zu benennen (**Auflösung:** hören, sehen, fühlen/tasten, schmecken, riechen, auch Synonyme sind möglich). Diese können im Plenum gesammelt und dann von den Schüler:innen in die App eingetragen werden. Anschließend werden sie nach der „Schaltzentrale“ (**Auflösung:** Gehirn oder Hirn) gefragt. In einem Schaubild sollen Begriffe zur Reizweiterleitung von der Sinneszelle zum Gehirn zugeordnet werden.

### Hörsinn oder Tastsinn

Diese Aufgabe dient der physischen Erfahrung der Sinne. Lernende können ihren Hörsinn über verschiedene Sounds oder ihren Tastsinn über verschiedene Vibrationen des Smartphones testen (Vibrationsfunktion muss hierfür aktiviert sein). Letzteres steht bei Tablets aufgrund der fehlenden Vibrationsfunktion nicht zur Verfügung. Die Aufgabe ist in **Einzel- oder Partner:innen-Arbeit** möglich.

### Bodyscanner

Im Bodyscan werden zehn verschiedene Körper angezeigt, auf denen jeweils die gleichen Körperstellen (mit gelben Punkten markiert) klickbar sind. Zu jeder Körperstelle gibt es medizinische Illustrationen sowie Informationen in zwei Kategorien: „**Theorie**“ (Aufbau und Funktion der Körperstelle) und „**Praxis**“ (individuelle und gesellschaftliche Bedeutung der Körperstelle). Bei einigen Körperstellen kann zudem eine Quizfrage zum Text beantwortet werden. Zum Anklicken gibt es folgende **Körperstellen:**

*Kopf (Gehirn), Auge, Ohr, Nase, Mund, Hals, Brust, Achsel (Haare), Bauch (Magen-Darm-Trakt), Arm (Haut), Hand, Oberschenkel, Fuß und Genitalbereich. Beim Genitalbereich öffnen sich die Kategorien „Entwicklung“ und „Genitalien“. Unter „Entwicklung“ finden sich die Erklärung zur Genitalentstehung beim Embryo (inklusive 3D-Modell) sowie Informationen zu Intergeschlechtlichkeit. Unter „Genitalien“ finden sich die folgenden Körperstellen: Uterus, Vagina, Penis, Hoden, Vulva, Klitoris, Schleimhautsaum (Hymen), Prostata, Anus und Beckenboden.*

Die Bearbeitung des Bodyscans ist in **Einzel-, Partner:innen- oder Gruppenarbeit** möglich. Sie können die Schüler:innen selbst entscheiden lassen, welche Körperstellen sie erkunden möchten oder ihnen konkrete Arbeitsaufträge mitgeben.

### **Mögliche Aufteilungen und Fragestellungen:**

- Aufteilung in Kleingruppen, die Suchauftrag nach Anfangsbuchstaben der Körperstellen erhalten, z.B. „Findet alle Körperstellen, die mit A anfangen und stellt deren Gemeinsamkeiten vor.“
- In Einzelarbeit: „Finde die passenden Körperstellen zu den fünf Sinnen“; mit Partner:in: „Warum kann die jeweilige Körperstelle für das sexuelle Empfinden wichtig sein?“
- gemeinsame Bearbeitung der Genitalentwicklung im Plenum (ggf. als Einstieg), danach freie Erkundung.

### **Reflexionsfragen zum Abschluss:**

- Welche Gemeinsamkeiten zwischen den Körperstellen sind euch aufgefallen?
- Hat euch etwas überrascht? Was war neu für euch?
- Gibt es Unklarheiten oder Fragen zu einzelnen Körperstellen?
- Fehlen Körperstellen, die für sexuelle Erfahrungen ebenfalls wichtig sein könnten?

### **Quiz**

Das Quiz besteht aus den sechs Fragen, die bereits im Bodyscan beantwortet werden konnten und vier weiteren Transferfragen. Es gibt zwei Aufgabentypen: die Beschriftung medizinischer Abbildungen und Multiple-Choice-Fragen. Das Quiz kann auch als **Differenzierungsoption** genutzt und beliebig oft wiederholt werden.

### **Fazit**

Lesen Sie die Fazit-Karte gemeinsam. Zum Abschluss der Stunde empfiehlt sich eine **Blitzlichtrunde**. Durch das Blitzlicht bekommen alle Schüler:innen die Möglichkeit, unkommentiert ihre Meinung zu äußern und zu reflektieren.

### **Mögliche Fragen:**

- Welcher unbekannte/überraschende Fakt ist dir von der Stunde im Kopf geblieben?
- Was weißt du jetzt über den Körper, was du vorher nicht wusstest?

Die Antworten geben Ihnen die Möglichkeit, in den kommenden Stunden bestimmte Themen noch einmal aufzugreifen oder sich inhaltlich auf die Klärung offen gebliebener Fragen vorzubereiten.

## Wichtige Impulse

Da das Thema Körper für Jugendliche sensibel sein kann, ist es wichtig, für eine offene, sichere Atmosphäre und einen respektvollen Umgang in der Lerngruppe zu sorgen. Die Lernenden sollten selbst entscheiden können, ob sie die Aufgaben alleine oder mit Partner:in durchführen. Gerne können Sie mit den Schüler:innen gemeinsam reflektieren, warum im Bodyscanner auf möglichst geschlechtsneutrale Beschreibungen zurückgegriffen wird.

## Quellen und Empfehlungen

**Amboss:** Medizinwissen, auf das man sich verlassen kann.

**Auf Klo (2019):** Was bedeutet Intergeschlechtlichkeit? YouTube.

**Auf Klo (2020):** Jungfernhäutchen – Mythen und Fakten zum Hymen. YouTube.

**Auf Klo (2021):** Ist Vagina Geruch normal? 5 Fragen über die Vulva. YouTube.

**Aumüller et al. (2010):** Duale Reihe Anatomie. Thieme.

**Bickel et al. (2020):** Natura 7-10 G9 Ausgabe. Stuttgart: Klett.

**Bitzer, Johannes; Alder, Judith (2008):** Sexualmedizin für Gynäkologen. Springer Medizin.

**Clauss, Wolfgang; Clauss, Cornelia (2018):** Humanbiologie kompakt. Springer Berlin Heidelberg.

**Das TransInterQueer-Projekt »Antidiskriminierungsarbeit & Empowerment für Inter\*« In Kooperation mit IVIM / OII Deutschland (2015):** Inter & Sprache. Von »Angeboren« bis »Zwitter«.

**Debus, Katharina (2017):** Nicht-Diskriminierende Sexualpädagogik. In: Scherr, Albert; El-Mafaalani, Aladin; Yüksel, Göggen (Hg.): Handbuch Diskriminierung, 811-34.

**Die deutsche Vertretung der Internationalen Vereinigung Intergeschlechtlicher Menschen (IVIM). | Organisation Intersex International (OII Germany).**

**Die Frage (2020):** Oben ohne: Wer darf wie nackt sein? | feat. Auf Klo.

**Ella Berlin (2016):** Vulvina.

**Frings, Stephan; Müller, Frank (2019):** Biologie der Sinne. Springer Berlin Heidelberg.

**Geist, Christine; Harder, Ulrike; Stiefel, Andrea (Hrsg.) (2005):** Hebammenkunde – Lehrbuch für Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett & Beruf. Stuttgart: Hippokrates.

**Hielscher, Diane; Noll, Andreas (2021):** Facebook wusste, dass Instagram toxisch ist. Deutschlandfunk Nova.

**Lasch, Lidia; Fillenberg, Sabine (2017):** Basiswissen Gynäkologie und Geburtshilfe. Springer.

**Lotz, Alexander, Bösche-Teuber, Renate & Feuge, Yan (2021):** Bio-Divers: Vier Module zur Förderung der Akzeptanz sexueller und geschlechtlicher Vielfalt im Biologieunterricht der Sekundarstufe 1.

**Meyer, Lydia (2020):** Sex und So – Ein Aufklärungsbuch für Alle. Ullstein.

**Ministerium für Schule und Bildung des Landes Nordrhein-Westfalen (2019):** Kernlehrplan für die Sek. I Gymnasium in Nordrhein-Westfalen: Biologie.

**MO'Connell et al. (2005):** Anatomy of the clitoris. In: The Journal of urology, (174 (4)), 1189-95.

**Pinkstinks (2020a):** Gibt es das Jungfernhäutchen überhaupt?

**Pinkstinks (2020b):** Sollte oben ohne für alle sein?

**Pinkstinks (2020c):** Wieso heißt Scheide jetzt eigentlich Vulva?

**Pinkstinks (2021):** Warum wir über Ausfluss sprechen müssen.

**Quarks (2021):** Intersexualität: Warum es mehr als zwei Geschlechter gibt.

**Spahn, Annika; Wedl, Juliette (2018):** Schule lehrt/lernt Vielfalt – Praxisorientiertes Basiswissen und Tipps für Homo-, Bi-, Trans-, und Inter\*freundlichkeit in der Schule.

**SWR Wissen:** Jungenbeschneidung – mehr als nur ein kleiner Schnitt. 20.04.2023.

**Trans-Health.com & Trans Media Network.**

**Zilles, Karl; Tillmann, Bernhard N. (2010):** Anatomie. Springer.

**Mit Illustrationen von: Lust Logisch** – Deutschlands größter Onlinemarkt für sexuelle Bildung mit Bildkarten und einzigartigen Methoden zur Förderung der Identitätsentwicklung Ihrer Schüler:innen.

## 4. GESCHLECHT

Geschlecht nimmt in der Sexuellen Bildung eine besondere Stellung ein, da es ein Thema ist, zu dem sich alle von klein auf verhalten müssen und Geschlecht eine allgegenwärtige Zuordnungskategorie darstellt (vgl. Hornscheidt, Oppenländer, 2019). Dies birgt die Chance, Vielfalt zu thematisieren ohne „Abweichungen“ der zwei- und cisgeschlechtlichen Norm zu „verändern“. Der Fokus soll darauf liegen, die Entfaltung aller Menschen jenseits von Zuschreibungen und starren Rollenklischees zu ermöglichen. Gleichzeitig darf Geschlecht als hierarchisierende Struktur der Gesellschaft nicht ausgeklammert werden. Stattdessen kann durch die Thematisierung der Benachteiligung insbesondere von Frauen, Lesben, Inter-, Trans- und Agender-Personen (FLINTA\*), ein Unrechtsempfinden und Solidarität entwickelt werden. Zu berücksichtigen ist, dass die geschlechtliche Diskriminierung durch weitere Diskriminierungsmerkmale (z.B. durch Rassismus oder Ableismus) beeinflusst wird.

Schulen sind gesetzlich dazu verpflichtet, die Gleichberechtigung aller Geschlechter zu fördern und bestehende Benachteiligungen abzubauen. Diesem Ziel haben sich 2016 alle Bundesländer mit dem Beschluss der „Leitlinien zur Sicherung der Chancengleichheit durch geschlechtersensible schulische Bildung und Erziehung“ verpflichtet (KMK, 2016). Die rechtliche Grundlage für die Thematisierung von Geschlecht im Unterricht und einen anti-diskriminierenden Umgang mit Geschlecht liefern diverse Gesetze, u.a. das Grundgesetz, die Schulgesetze und die Menschenrechtskonventionen (vgl. QUA-LiS NRW). Auch die fächerübergreifenden Richtlinien für Sexualerziehung nennen neben der Akzeptanzförderung vielfältiger Identitäten, die Problematisierung sozialisierter Geschlechterrollen und geschlechtsbezogener Erwartungen als zu behandelnde Inhalte (vgl. Ministerium für Schule, Wissenschaft und Forschung des Landes Nordrhein-Westfalen, 1999, S.12).

Schule als frühe Sozialisationsinstitution ist einerseits selbst an Differenzierungen beteiligt (vgl. Riegel, 2016) und spielt andererseits eine entscheidende Rolle beim Abbau geschlechtsbezogener Benachteiligung und Gewalt sowohl in den eigenen Strukturen als auch durch Bildung junger Menschen. Die Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit Auswirkungen von Ungleichheitsverhältnissen, das Erkennen und Zulassen von Widersprüchen und die kritische Reflexion von verinnerlichten Geschlechternormen, Rollenvorstellungen und der eigenen (intersektionalen) Positionierung ist daher besonders wichtig (vgl. Kleiner, Klenk, 2017, 113ff.).

Geschlecht ist ein umfangreiches Thema, welches diverse Anknüpfungspunkte zu verschiedenen Fächern bietet. Das Modul gibt verschiedene Impulse und versucht sowohl eine Auseinandersetzung der Jugendlichen mit der eigenen Identität zu ermöglichen und hierfür vielfältige Vorbilder zu liefern, als auch eine Einordnung und Kritik gesellschaftlicher Relevanzsetzungen und Normen zu fördern.

### Quellen und Empfehlungen

**Anti-Bias Werkstatt (2007):** Power Flower. Methode zur Auseinandersetzung mit der eigenen (Ohn-)Machtposition und (De-)Privilegierung.

**Debus, Katharina; Laumann, Vivien (2018):** Pädagogik geschlechtlicher, amouröser und sexueller Vielfalt: Zwischen Sensibilisierung und Empowerment. Dissens – Institut für Bildung und Forschung.

**Debus, Katharina (2017):** Dramatisierung, Entdramatisierung und Nicht-Dramatisierung von Geschlecht und sexueller Orientierung in der geschlechterreflektierten Bildung Oder: (Wie) Kann ich geschlechterreflektiert arbeiten, ohne Stereotype zu verstärken? In: Gendersensible Bildung und Erziehung in der Schule: Grundlagen – Handlungsfelder – Praxis. 1. Aufl., hg. v. Ilke Glockentöger und Eva Adelt, 25–42. Münster, New York: Waxmann (Beiträge zur Schulentwicklung).

**Dissens e.V., Debus, Katharina; Könnecke, Bernard; Schwerma, Klaus; Stuve, Olaf (Hrsg.) (2012):** Geschlechterreflektierte Arbeit mit Jungen an der Schule: Texte zu Pädagogik und Fortbildung rund um Jungenarbeit, Geschlecht und Bildung. Berlin: Dissens e.V.

**Hartmann, Jutta (2015):** Geschlechtliche und sexuelle Vielfalt im Kontext von Schule und Hochschule: Normativität und Ambivalenz als zentrale Herausforderungen einer Pädagogik vielfältiger Lebensweisen. In: Sexuelle Vielfalt im Handlungsfeld Schule: Konzepte aus Erziehungswissenschaft und Fachdidaktik, hg. v. Sarah Huch und Martin Lücke, 27–48. Bielefeld: transcript (Pädagogik).

**Heinrichs, Gesa (2001):** Bildung, Identität, Geschlecht: Eine (postfeministische) Einführung. Zugl.: Hamburg, Univ., FB Erziehungswiss., Diss., 2000. Königstein/Taunus: Helmer (Facetten).

**Jäckle, Monika (2009):** Schule M(m)acht Geschlechter: Eine Auseinandersetzung mit Schule und Geschlecht unter diskurstheoretischer Perspektive. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften / GWV Fachverlage GmbH Wiesbaden (Theorie und Praxis der Diskursforschung).

**Krämer, Judith (2013):** Queere Perspektiven in der geschlechterreflektierenden Bildungsarbeit mit Jugendlichen. In: Praxis geschlechtersensibler und interkultureller Bildung, hg. v. Sven Ernstson und Christine Meyer, 117–42. Wiesbaden: Springer VS (Research).

**Läuger, Louie (2020):** Gender-Kram: Illustrationen und Stimmen zu Geschlecht. Münster: Unrast.

**Wedl, Juliette; Spahn, Annika (Hrsg.):** Schule lehrt/lernt Vielfalt Band 2: Material und Unterrichtsbausteine zu sexueller und geschlechtlicher Vielfalt in der Schule. 2. Aufl. Göttingen (Edition Waldschlößchen Materialien).

## 4.1. WAS IST GESCHLECHT?



### Lernziele

- **Wissen:** Verschiedene Perspektiven auf und Teile von Geschlecht kennenlernen.
- **Kompetenzen:** Einfluss und Erwartungen der Gesellschaft in Bezug auf Geschlecht verstehen und kritisch hinterfragen.
- **Haltungen:** Unterschiedliche Selbstidentifikationen von Geschlecht anerkennen und respektieren.

### Voraussetzungen und Vorbereitung



#### Schüler:innen

Es bedarf keiner speziellen Vorbereitung. Erlauben Sie den Schüler:innen, unbekannte Begriffe zu recherchieren oder bei Ihnen nachzufragen.

#### Lehrende

In dieser Lerneinheit werden viele Aspekte von Geschlecht aufgegriffen. Um möglichen Rückfragen angemessen begegnen zu können, empfehlen wir eine inhaltliche Vorbereitung bzw. Einarbeitung in die Thematik. Auch eine Selbstreflexion der eigenen geschlechtlichen Sozialisation und eigener Rollenvorstellungen ist sinnvoll. Achten Sie darauf keine generalisierenden Aussagen über Geschlecht zu treffen und den Lernenden Raum für ihre eigenen Erfahrungen und Erkenntnisse zu lassen.

## Ablauf

NR.	AUFGABE	ZEIT	BESCHREIBUNG
1	Wer bin ich überhaupt?	5"	Die Schüler:innen reflektieren für sich zwei Fragen zu Geschlecht.
2	Matching	25"	Die Schüler:innen wählen je eine von vier Beispielpersonen, deren Perspektive auf Geschlecht sie im Folgenden kennenlernen.
3	Gruppenquiz	15-20"	Die Schüler:innen stellen sich ihre Beispielpersonen in Kleingruppen vor und sichern ihr Wissen mit einem Quiz.
4	Genderbread-Person	10-20"	Veranschaulichung von vier Geschlechtsaspekten mithilfe eines Modells.
5	<b>Zusatz:</b> Selbsteinordnung	5-10"	Die Schüler:innen können sich freiwillig anhand der Genderbread-Kategorien selbst einordnen.
5	Fazit	5"	Gemeinsam lesen.

## Aufgabenbeschreibung

### Wer bin ich überhaupt?

Zum Einstieg sollen die Schüler:innen zwei Fragen zu Geschlecht für sich reflektieren. Sie können eine Reflexion im Plenum dazu anstoßen, ob den Schüler:innen die Beantwortung der Fragen leicht gefallen ist, ohne auf die individuellen Antworten einzugehen.

### Matching

In dieser Aufgabe werden acht verschiedene Aspekte von Geschlecht mithilfe von vier verschiedenen Beispielpersonen vorgestellt. Um die Informationsmenge für die Lernenden zu reduzieren, wählen die Schüler:innen zu Beginn der Aufgabe eine Person aus, welche sie durch die Stunde begleiten. Aus der Perspektive der Beispielperson lernen die Schüler:innen je zwei Aspekte von Geschlecht kennen, die sie in der folgenden Aufgabe ihren Mitschüler:innen in Kleingruppen vorstellen sollen. Die Beispielpersonen und deren Themen sind: **Juri, 17 (Ungerechtigkeit und Gesetz) | Aras, 14 (Anziehung und Sprache) | Natalia, 13 (Zuschreibung und Ausdruck) | Mia, 16 (Körper und Identität).**

Achten Sie darauf, dass sich die Schüler:innen für die Auswahl ihrer Beispielperson nicht zu viel Zeit lassen, damit genug Zeit bleibt, um die Themen der Personen und die Fragen dazu zu bearbeiten. Weisen Sie die Schüler:innen ggf. darauf hin, dass sie die nicht gewählten Beispielpersonen auch später bzw. zuhause noch kennenlernen können.

## Gruppenquiz

Für das Gruppenquiz sollen sich jeweils vier Schüler:innen zusammenfinden, die idealerweise jeweils eine andere Beispielperson begleitet haben und sich ihre Erkenntnisse daraus zunächst gegenseitig vorstellen. Die Schüler:innen haben in der App auch die Möglichkeit zu den Übersichten aller vier Beispielpersonen zu gelangen und können diese nutzen, um sich die Personen vorzustellen bzw. ggf. in der Gruppe nicht vertretene Beispielpersonen noch kennenzulernen. Ist letzteres der Fall, sollten die Lernenden dafür mehr Zeit bekommen. Nach der Vorstellungsrunde soll die Gruppe ein Quiz spielen, um ihr Wissen zu testen. Das Quiz besteht aus je zwei Fragen von jeder Beispielperson, also insgesamt acht Fragen.

Abschließend können Sie eine **Blitzlichtrunde** mit der Klasse durchführen und dabei z.B. in Erfahrung bringen, was die Schüler:innen am meisten überrascht hat, was ihnen von ihrer Beispielperson am meisten in Erinnerung bleiben wird oder was sie an ihrer Beispielperson besonders mögen.

## Genderbread-Person

Die Genderbread-Person bietet eine vereinfachte Darstellung von vier der zuvor thematisierten bzw. grundlegenden Ebenen von Geschlecht: **Zugeschriebenes Geschlecht, Geschlechtsidentität, Geschlechtsausdruck und sexuelle/romantische Orientierung**. Die Verknüpfung und Normierung dieser Ebenen beschreibt Judith Butler unter dem Konzept der „heterosexuellen Matrix“ (Butler, 2003). Die Schüler:innen sollen diese dem Modell zuordnen und die Möglichkeiten der Einordnung innerhalb dieser kennenlernen. Sie können das Modell anschließend gemeinsam mit der Klasse diskutieren:

- wird das Modell als hilfreich für ein besseres Verständnis von Geschlecht empfunden?
- werden alle Aspekte von Geschlecht durch das Modell abgedeckt?
- verstehen die Schüler:innen die möglichen Einordnungen und Bezeichnungen in den Kategorien?
- gibt es Kritikpunkte an dem Modell?

Wenn darüber hinaus noch Zeit ist, können Sie die Klasse zudem in Gruppen einteilen und diese mögliche Verbesserungen des Modells oder ein ganz eigenes Modell für Geschlecht erarbeiten lassen. Es soll das **Fazit** gezogen werden, dass dieses Modell hilft, hetero-/cisnormative Selbstverständlichkeiten und Diskriminierung rund um Geschlecht greifbar zu machen. In der Alltagsvorstellung sind all diese Ebenen eindeutig, binär und kongruent. Gelebte geschlechtliche Vielfalt zeigt jedoch, dass das eine Fehlannahme ist und eine Verortung auf jeder der Ebenen unabhängig möglich ist. Das hat zur Folge, dass Zuschreibungen aufgrund heteronormativer Kurzschlüsse fehleranfällig und zu vermeiden sind. Bei wenig Vorwissen sollte mehr Zeit für Rückfragen und eine abschließende Erklärung bzw. Einordnung eingeplant werden.

## Wichtige Impulse

Es sollte vermieden werden Geschlecht zu naturalisieren, Geschlechterstereotype zu reproduzieren oder nicht-normkonforme Geschlechter zu ‚verändern‘ (Verbesserung als eine Form von Diskriminierung und Normierung) (vgl. Debus, Laumann, 2018, S.18ff.). Bei sexistischen, transfeindlichen, interfeindlichen oder anders diskriminierenden Aussagen und Handlungen muss interveniert werden.

## 5. FAMILIENPLANUNG

Das Thema Familie ist für die Jugendlichen lebensnah und vielfältig: Sie leben in den unterschiedlichsten Konstellationen, mit alleinerziehenden Eltern, in Patchwork-Familien, in Pflegefamilien, mit gleichgeschlechtlichen Eltern, mit mehreren Generationen unter einem Dach (BMFSFJ 2021). Bestimmte Familienformen, aber auch Familiengrößen, werden gesellschaftlich negativ abgewertet und diskriminiert. Die Jugendlichen erfahren womöglich Diskriminierung aufgrund ihrer Familienkonstellation. Die Schüler:innen übernehmen teilweise auch Verantwortung für ihre Eltern, Geschwister oder pflegebedürftige Verwandte. Was Familie für die Jugendlichen bedeutet und welche Werte und Entscheidungen damit verbunden werden, wird in Zukunft Teil dieses Moduls sein.

Gleichzeitig steht mit dem Beginn von sexueller Erfahrung, dem Entdecken der eigenen sexuellen Orientierung und auch den ersten romantischen Beziehungen von Jugendlichen die Frage im Raum, ob man irgendwann selbst Eltern werden möchte und was dabei wichtig ist. Dazu gehört das Verständnis, wie eine Schwangerschaft entsteht und wie eine Familie gegründet werden kann (für alle sexuellen Orientierungen und Konzepte von Elternschaft). Dazu wird es in Zukunft eine weitere Lerneinheit geben.

Auch die Frage, wie man sich vor einer ungewollten **Schwangerschaft** (und dadurch möglicherweise ungewollter Elternschaft) schützen kann, ist nun für viele Jugendliche relevant. Dies ist aber nur eine von **zwei Dimensionen von Schutz und Verhütung** im Kontext von sexuellen Praktiken – die zweite ist der Schutz vor **sexuell übertragbaren Infektionen (engl.: STI)**. Diese zwei unterschiedlichen Dimensionen von Schutz und Verhütung sollen die Jugendlichen durch das Modul verstehen. Je nachdem ob, wie und mit wem sie Sexualität erleben (werden), sollen die Jugendlichen das Risiko für eine Schwangerschaft und/oder STI-Übertragung einer sexuellen Begegnung abgeschätzen können. Auch die eigenen Bedürfnisse in Bezug auf Verhütung (also z.B. Langfristigkeit, Verlässlichkeit, Anwendung, Nebenwirkungen, Spontanität usw.), spielen bei der Wahl des richtigen Mittels eine wichtige Rolle. Die Kommunikation darüber gehört zu den Lern- und Erfahrungsprozessen, die spielerisch im Unterricht ausprobiert werden können. Dabei soll gezielt ein sensibler Umgang miteinander geschult werden, der auf einer Haltung von Gleichberechtigung und Respekt beruht (vgl. Ministerium für Schule, Wissenschaft und Forschung des Landes Nordrhein-Westfalen, 2011).

Ein letzter wichtiger Aspekt betrifft hier das Bewusstsein seitens der Lehrkräfte, dass weiterhin strukturelle Barrieren in der Nutzung moderner Verhütungsmittel bestehen: Sprache, Kosten, Zugang zu Information und Beratung, familiäre Verbote oder Tabuisierung, (sexistische) Stereotype zu Verhütung und Verantwortungsverteilung. Auch Einstellungen und Zuschreibungen von medizinischem Personal wie Gynäkolog:innen und Apotheker:innen können teilweise zu diskriminierenden Erfahrungen führen. Berücksichtigen Sie diese strukturellen Barrieren in der Bearbeitung des Moduls mit den Schüler:innen und machen Sie die Jugendlichen mit ihren Möglichkeiten und Rechten in Bezug auf Schutz vor STI-Übertragung und/oder Schutz vor ungewollter Schwangerschaft, Schwangerschaftskonflikt(beratung), Schwangerschaftsabbruch und STI-Tests vertraut (vgl. profamilia Bundesverband, 2018). Am besten laden Sie lokale Beratungsstellen in die Schule ein und/oder informieren die Schüler:innen über deren Angebote.

# 5.1 VERHÜTUNG



## Lernziele

- Schutz vor Schwangerschaft und STIs verstehen, eine Auswahl an Verhütungsmitteln kennen
- sich selbstständig weiter informieren können, wichtige Faktoren für die Auswahl des passenden Schutzes kennen und darüber sprechen können
- individuelle und gemeinsame Verantwortungsübernahme für Verhütung als Wert anerkennen

## Voraussetzungen und Vorbereitung



### Schüler:innen

Es bedarf keiner speziellen Vorbereitung. Erlauben Sie den Schüler:innen, unbekannte Begriffe zu recherchieren oder bei Ihnen nachzufragen.

### Lehrende

Detailfragen zu den unterschiedlichen Arten sexuell übertragbarer Infektionen und deren Übertragung werden in dieser Lerneinheit nicht abgedeckt - stattdessen Sie sich eventuell mit Zusatzmaterial aus (zum Beispiel der BZgA: „LIEBESLEBEN“). Achten Sie in Ihrer Sprache darauf, Körperteile richtig und präzise zu benennen (z.B. „Vulva“ und „Vagina“ statt „Scheide“) und immer zu explizieren, welche Art von Sex mit welchen Körperteilen gemeint ist.

## Ablauf

NR.	AUFGABE	ZEIT	BESCHREIBUNG
1	Einstieg	10"	Kennenlernen der zwei Schutzdimensionen.
2	Verhütungsmittel-Karten	20"	Kennenlernen und einordnen von Verhütungsmitteln in deren Schutzdimension.
3	<b>Zusatz:</b> Mythen-Check	10"	6 Mythen rund um Verhütung gilt es aufzuklären.
4	Verhütungsmemory	20"	Jeweils zwei Körperteile werden kombiniert und deren Schutzdimensionen abgefragt.
5	<b>Zusatz:</b> Safer Sex Machine	10"	Geeignete Verhütungsmittel und Tipps zu den Kombinationen aus dem Memory.
6	Let's talk about...	15"	Die Schüler:innen üben das Sprechen über Verhütung mithilfe von Beispielen.
7	<b>Zusatz:</b> Verhütung für Menschen mit Penis	15"	Recherche zu verschiedenen Verhütungsmitteln für Menschen mit Penis.
8	Fazit	5"	Hinweis auf verschiedene Beratungsstellen.

## Zeitliche Variationsmöglichkeiten

- Zwei Schulstunden à 45 Minuten
- Einstieg und Verhütungsmittel-Karten als Hausaufgabe vorab, Einstieg im Unterricht dann ab Mythen-Check oder Verhütungsmemory

## Aufgabenbeschreibung

### Einstieg

Lesen Sie die Einleitungstexte gemeinsam mit den Schüler:innen und klären Sie mögliche Fragen. Zusätzliches Material zu STIs kann hier hinzugezogen werden, soll aber nicht Fokus der Stunde werden.

### Verhütungsmittel-Karten

In diesem Spiel gibt es 18 Karten, auf deren Rückseite jeweils ein Steckbrief mit den wichtigsten Informationen zu einem Verhütungsmittel zu finden ist. Die Karten sollen in drei Kategorien sortiert werden: Schutz vor Schwangerschaft, Schutz vor STI, Schutz vor beidem. Folgende Verhütungsmittel werden vorgestellt:

Hormonelle Verhütung (Übergreifende Erklärung der hormonellen Wirkweise),  
Hormonstäbchen, Vasektomie, Drei-Monats-Spritze, Verschiedene Pillen, Femidom,  
Kupferspirale und Co., Diaphragma & Portiokappe, PrEP und PEP, Vaginalring, Lecktuch,  
Eileiter-Ligatur, NFP (Natürliche Familienplanung), Impfung, Hormonspirale, Kondom,  
Verhütungspflaster, Handschuh

Die Aufgabe kann alleine, in Tandems oder Kleingruppen bearbeitet werden. Vor allem die Verteilung der Verhütungsmittel auf die Kategorien soll zum Abschluss mit der Klasse kritisch reflektiert werden.

### Zusatz: Mythen-Check

Sechs Mythen rund um Verhütung gilt es in Einzelarbeit oder Tandems aufzuklären. Sie können auch sechs Gruppen bilden und jede Gruppe einen Mythos diskutieren lassen. Je nach Zeit können Sie die Klasse auch noch weitere Mythen und ggf. passende GIFs dazu suchen lassen.

### Verhütungsmemory

Die Schüler:innen sollen durch die Kombination unterschiedlicher Körperteile verstehen, dass Schutz ganz individuell abgestimmt werden kann. Gleichzeitig soll den Schüler:innen klar werden, dass es auch unabhängig von sexueller Orientierung und Geschlechtsidentität unterschiedliche sexuelle Praktiken gibt und diese gleichwertig sind. Damit soll automatischen Zuschreibungen und einer uninformierten Wahl eines Verhütungsmittels vorgebeugt werden.

Das Spiel besteht aus den Karten **Vulva, Vagina, Penis, Anus, Hand, Mund, und Sextoys**, aus denen **21 verschiedene Kombinationen** aufgedeckt werden können. Für jede mögliche Kombination müssen die Schüler:innen auswählen, ob eine ungeplante Schwangerschaft oder eine STI-Übertragung möglich ist. Bei allen 21 Kombinationen ist eine STI-Übertragung (mit unterschiedlichen Wahrscheinlichkeiten) möglich, eine ungeplante Schwangerschaft ist bei zwei Kombinationen möglich.

### **Zusatz: Safer Sex Machine**

In dieser Aufgabe haben die Schüler:innen noch einmal die Möglichkeit, sich zu den Kombinationen aus dem Verhütungsmemory die passenden Verhütungsmittel und wichtige Tipps (z.B. Hände waschen, Gleitgel verwenden) anzeigen zu lassen. Diese Aufgabe ist vor allem zur Information gedacht und soll den Schüler:innen dabei helfen, für ihre individuell gelebte Sexualität den passenden Schutz zu finden.

### **Let's talk about...**

In den Beispielsätzen und den „Wie würdest du reagieren, wenn...“-Situationen der App geht es darum, über Verhütung zu sprechen. Zum Beispiel, wie mit Verhütungspannen umgegangen werden kann, aber auch mit fehlender Absprache oder Konflikten. Dabei sollen die Schüler:innen sich in Kleingruppen oder Tandems beraten und einen Lösungsvorschlag entwickeln, den sie im Plenum vorstellen können. Dabei geht es nicht um individuelle Erfahrung, sondern zum Beispiel darum, was man in einem solchen Falle einem:r Freund:in raten würde.

### **Zusatz: Verhütung für Menschen mit Penis**

Recherche zu Verhütungsmitteln für Menschen mit Penis in Einzelarbeit oder Gruppen mit Ergebnissicherung in Form einer kleinen Präsentation oder Plakat. Wenn Sie möchten, können Sie den Schüler:innen auch die unten genannten Quellen empfehlen. Durch die Recherche kann eine Diskussion angestoßen werden zum Thema Geschlechtergerechtigkeit, Gleichberechtigung in (sexuellen) Beziehungen und Verantwortungsverteilung für Verhütung.

### **Differenzierungsmöglichkeiten:**

- Was sind gute (wissenschaftliche) Quellen?
- Woran erkenne ich einen guten Artikel über medizinische Forschung?
- Welche ethischen Standards gibt es bei der Erforschung von Medikamenten?

### **Auswertung: World Café**

Für die Auswertung können gemischte Gruppen gebildet werden, in denen Personen zusammenkommen, die alle zu unterschiedlichen Verhütungsmitteln recherchiert haben, um sich gegenseitig ihre Ergebnisse vorzustellen.

### **Artikelempfehlungen:**

Quarks (2021): [Darum gibt es noch keine Pille für den Mann.](#)

Pharmazeutische Zeitung (2020): [Kontrazeption für den Mann.](#)

### **Filmempfehlung:**

60 Jahre Pille: Wo bleibt die Pille für den Mann? Dokumentation (Arte 2019)

### **Hormonspritze**

In einer Studie zwischen 2008 und 2011 wurde 320 Männern alle zwei Monate eine Spritze mit Hormonen verabreicht, welche die Spermienzahl so stark reduziert hat, dass bei Penis-in-Vagina-Sex ohne anderen Schutz keine Schwangerschaft mehr entstehen konnte. Wegen Nebenwirkungen wie Stimmungsschwankungen, Akne und Depressionen bei den Teilnehmern wurde die Studie vorzeitig abgebrochen. Die Methode konnte jedoch als sehr wirksam erwiesen werden.

### **Hormongel**

Ähnlich wie die Hormonspritze funktioniert auch das derzeit erforschte Hormongel: Hormone führen dazu, dass die Spermienzahl reduziert wird. Das Gel muss täglich auf die Schultern und den Rücken gerieben werden und gelangt so in den Körper. Die auftretenden Nebenwirkungen sind ähnlich wie bei der Pille.

### **Vasalgel-RISUG**

Aus Indien (vom Forscher Sujoy K. Guha am Indian Institute of Technology Kharagpur) stammt die Idee eines Gels, was direkt in den Samenleiter injiziert wird und die Spermien, die daran vorbeifließen so verändert, dass sie keine Eizelle mehr befruchten können. Die Spermienproduktion wird dadurch nicht verändert und die Methode soll auch vollständig reversibel sein, wird jedoch momentan noch erforscht.

### **Bimek-Ventil**

Das Bimek-Ventil (benannt nach seinem Erfinder Clemens Bimek) ist so groß wie ein Gummibärchen und sitzt an beiden Samenleitern. Es funktioniert wie ein Schalter, mit dem man den Samenleiter temporär blockieren kann. An der Spermienproduktion ändert sich nichts.

### **Thermische Methode**

Die thermische Methode, auch „Toulouse-Eierheber“ oder „Thermo-Slip“ genannt, basiert auf der Erwärmung der Hoden um 2-3 Grad, die zu einer Verringerung/Pause der Spermienbildung führt. Indem Menschen einen Slip mit einem integrierten Ring oder nur einen Silikonring (zum Beispiel den „Andro-Switch“) um den Penis tragen, werden die Hoden enger am Körper gehalten, sodass sie natürlich erwärmt werden. Der Slip/Ring muss circa 15 Stunden am Tag getragen werden. Die Methode ist nach 3 Monaten wirksam und auch reversibel und sollte nicht länger als 4 Jahre ohne Pause benutzt werden. Die Effektivität wird durch regelmäßige Spermioogrammen (Analyse der Spermienzahl pro mL Ejakulat) kontrolliert. Es existieren bereits seit einem Jahrzehnt Forschungen darüber und seit 30 Jahren finden klinische Studien dazu in Frankreich statt. Die Slips können auch selbst genäht werden.

### **Vasektomie**

Die Vasektomie ist die Ligatur der Samenleiter im Hoden. Somit gelangen keine Spermien mehr in das Ejakulat. Es handelt sich um eine kurze Operation, die unter lokaler Betäubung gemacht wird und meistens selbst bezahlt werden muss (außer wenn sie aus medizinischen Gründen notwendig ist). Es handelt sich um eine Methode für Menschen, die sich ziemlich sicher sind, dass sie keine Kinder (mehr) haben wollen. Die Vasektomie sollte vorab gut mit den Ärzt\*innen besprochen werden, denn sie ist oft nicht reversibel. Gegebenenfalls können Spermien vor der Vasektomie eingefroren werden für eine spätere Befruchtung.

## **Wichtige Impulse**

Verhütung ist ein komplexes Thema für das es leider (noch) keine perfekten Lösungen, dafür aber viele Mythen, Falschinformationen und Unsicherheiten gibt. Betonen Sie daher die Bedeutung guter Kommunikation und Beratung bei der Auswahl eines passenden Verhütungsmittels.

## 6. SEXUALITÄT UND MEDIEN

Medien bestimmen den Alltag aller Jugendlichen. Laut der JIM-Studie 2020 leben 99% der befragten 12-19-jährigen Jugendlichen in einem Haushalt, der mit WLAN ausgestattet ist und haben zudem ein „breites Medienrepertoire“ zur Verfügung. 94% der Befragten besitzen ein eigenes Smartphone, 72% einen eigenen Computer/Laptop. (vgl. Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest, 2020, S. 6-9.) Die Studie bestätigt: „Smartphone und Internet [...] sind zur Selbstverständlichkeit unter den Heranwachsenden geworden.“ (ebd. S. 13)

Sexuelle Bildung, die von der Lebenssituation der Kinder und Jugendlichen ausgehen soll, muss sich daher zwingend auch mit diesen Medien beschäftigen – und zwar nicht nur, indem sie als Lehrmittel zum Einsatz kommen, sondern vor allem über eine kritische Analyse und Einordnung medialer Inhalte. Das Thema Pornografie steht dabei aufgrund des zunehmenden und immer früher einsetzenden Konsums der Jugendlichen zurecht im Mittelpunkt (vgl. Maschke et al., 2017, S. 23ff.), stellt zugleich aber nur eines von vielen wichtigen Themenfeldern dar. Denn ob gewollt oder ungewollt, bewusst oder unbewusst: Kinder und Jugendliche werden in den Medien mit einer Vielzahl von sexuellen bzw. sexualisierten Inhalten konfrontiert. Viele Jugendliche informieren sich über das Internet zu Themen der sexuellen Bildung, sie teilen Aspekte ihrer eigenen Sexualität über soziale Medien oder konsumieren und kommentieren das, was andere preisgeben (vgl. Scharmanski & Hessling, 2021b).

Nicht selten kommt es dabei auch zu (rechtlichen) Grenzüberschreitungen. Das Internet wird von den Befragten der SPEAK!-Studie nach der Schule als zweithäufigster Ort „nicht-körperlicher“ sexualisierter Gewalt genannt. Zudem geben 32,7% der befragten Mädchen und 8,7% der befragten Jungen an, im Internet bereits sexuell angemacht oder belästigt worden zu sein (vgl. Maschke et al., 2017, S. 7, 15). Oftmals sind sich die Jugendlichen beispielsweise nicht bewusst, dass das Teilen pornografischer Inhalte untereinander strafbar sein kann (siehe §184 StGB). Auch Diskriminierung, Hassrede und Mobbing sind leider Teil des medialen Alltags. Eine Benennung dieser Probleme sowie deren Reflexion und das Aufzeigen von Lösungswegen sind Grundvoraussetzung für einen selbstbestimmten und kompetenten Umgang der Jugendlichen mit Sexualität und Medien.

Die Wirkkraft, die Medien sowohl im positiven als auch im negativen Sinne, durch die gesellschaftlichen Bilder, Normen, Ideale und Werte, die sie vermitteln, haben, ist nicht zu unterschätzen. Die Schüler:innen sollen daher sowohl für die Gefahren der Darstellung von Sexualität in den Medien als auch für die Chancen, die daraus entstehen, sensibilisiert werden. Ziel ist es, die Schüler:innen zu einem kritisch mündigen Medienkonsum zu befähigen und ihre kommunikative Kompetenz im digitalen wie analogen Raum zu stärken.

### Quellen und Empfehlungen

<https://www.br.de/sogehmedien/>  
<https://www.klicksafe.de/>

# 6.1 KONTEXT, BITTE!



## Lernziele

- Einfluss medialer Darstellungen auf Sexualität, Geschlecht, Körper und Beziehungen erkennen und benennen
- mediale Darstellungen kritisch hinterfragen
- Wechselwirkung zwischen gesellschaftlichen (Schönheits-)idealen/-normen und medialen Darstellungen reflektieren

## Voraussetzungen und Vorbereitung



### Schüler:innen

**Eine Woche vor Durchführung:** Die Schüler:innen sollen für das Thema sensibilisiert werden und die Aufgabe erhalten in ihrem alltäglichen Medienkonsum darauf zu achten, ob und wo ihnen Darstellungen von Sexualität begegnen und nach Möglichkeit Beispiele davon (z.B. in Form von Screenshots, Zeitschriften, Werbebroschüren, etc.) mit in die Stunde bringen.

**Wichtig:** Nur jugendfreie Inhalte von öffentlichen Personen sind erlaubt! Sammeln Sie bei Bedarf mit der Klasse kurz, was zu „Darstellungen von Sexualität“ zählen kann.

### Lehrende

**Eine Woche vor Durchführung:** Sie können sich gleichermaßen auf die Stunde vorbereiten, indem Sie auf Darstellungen von Sexualität in Ihrem alltäglichen Medienkonsum achten. Bringen Sie altersgerechte Zeitschriften, Magazine, Werbebroschüren und Ähnliches mit, die Darstellungen von Sexualität beinhalten und zur Analyse an Ihre Schüler:innen verteilt werden können.

## Ablauf

NR.	AUFGABE	ZEIT	BESCHREIBUNG
1	Einstieg	5"	Einstiegskarte gemeinsam lesen und diskutieren.
2	Schon mal gesehen?	10"	Die Schüler:innen ordnen ein, welche Darstellungsweisen von Sexualität ihnen bereits begegnet sind.
3	Beispiele bewerten	10"	Die Schüler:innen bewerten Bildbeispiele mithilfe von Schiebereglern.
4	Bildausschnitt	15-30"	Die Schüler:innen zeichnen einen Kontext zu einem Bildausschnitt. Auflösung in der App über das Passwort „Kontext“. Reflexion im Plenum.
5	Fazit	5"	Abschließende Reflexion der Stunde mithilfe der Tipps und Verhaltensregeln.

## Aufgabenbeschreibung

### Einstieg

Besprechen Sie bei Bedarf die Erfahrungen und Beobachtungen der Klasse aus der Vorbereitung auf die Stunde: Ist es den Schüler:innen leicht gefallen Beispiele zu finden? Die Beispiele sollen noch nicht inhaltlich bewertet werden, damit der Einstieg kurz und deutungsfrei bleibt. Die Einstiegstexte der ersten Karte „Was gibts denn hier zu sehen?“ können Sie vorlesen (lassen) und kurz diskutieren.

### Schon mal gesehen?

In dieser Aufgabe wird sich den Fragen angenähert, warum und wie Sexualität in den Medien dargestellt wird. Machen Sie der Klasse bewusst, dass in der Übung nur einzelne Beispiele herausgegriffen werden, die als Diskussionsgrundlage dienen sollen, womit aber nicht alle möglichen Begründungen und Darstellungsweisen der Medieninhalte abgedeckt werden. Die Beispiele werden auf Karten präsentiert, welche die Schüler:innen anhand der Frage einsortieren, ob sie diese „schon mal gesehen“ haben. Die Beispiele sind:

Sex Sells | Quoten, Klicks & Likes | Teil des Lebens | Bestätigung | Repräsentation |  
Aufregung | Aufklärung | An- oder Erregung | Flirten

Achten Sie darauf, dass die Schüler:innen hier vor allem spontan entscheiden. Die Beschreibungen zu den Beispielen können auch im Nachgang der Stunde noch einmal gelesen werden. Mögliche Fragen können im Plenum geklärt werden.

### Zudem sollen abschließend die folgenden Fragen gemeinsam diskutiert werden:

- Wo begegnen euch diese Darstellungsweisen von Sexualität?
- Wie bewertet ihr die Darstellungsweisen?

### Beispiele bewerten

In dieser Übung sollen sich die Schüler:innen mit Hilfe von Schieberegler zu Darstellungen von Sexualität positionieren und diese kritisch reflektieren. In der App stehen dafür bereits einige Beispiele zur Verfügung. Weitere sollen aus den mitgebrachten Medien (z.B. Zeitschriften, Magazine, etc.) ab fotografiert oder hochgeladen werden. Diskutieren Sie die Positionierungen gemeinsam.

### Differenzierungsmöglichkeiten:

- Welche alternativen Kategorien könnte man für die Schieberegler wählen?
- Welche Rolle spielen gesellschaftliche Normen und Machtstrukturen bei der Positionierung?

## Bildausschnitte

Teilen Sie die Klasse zu Beginn der Aufgabe in **Kleingruppen** Ihrer Wahl ein. Jede Gruppe überlegt sich zu dem vorgegebenen Bildausschnitt einen Kontext und kann sich dazu Notizen oder Skizzen in der App oder auf einem Blatt Papier machen. Die verschiedenen Ideen können dann vorgestellt und diskutiert werden.

Die Auflösung erfolgt über das **Passwort „Kontext“** und offenbart vier verschiedene Kontexte des Bildausschnitts: Eine Turnerin bei einem Wettkampf, ein Fotomodel bei einem Shooting, eine Person auf einer Karnevals-Veranstaltung und eine Person bei einem Drag-Auftritt. Die Beispiele sind bewusst so gewählt, dass sowohl Situationen gezeigt werden, in denen die Darstellung von Sexualität im Fokus steht und intendiert ist, als auch Situationen, in denen die Darstellung von Sexualität eigentlich keine Rolle spielt, wohl aber von außen zugeschrieben werden kann (dies gilt es kritisch zu reflektieren).

Ziel der Aufgabe ist es, den Schüler:innen vor Augen zu führen, ob und wie sich deren Wahrnehmung des Bildausschnitts je nach Kontext verändert und wie vielfältig die Kontexte basierend auf ein und demselben Bildausschnitt sein können.

### Mögliche Diskussionsfragen können sein:

- *Finden sich eure Ideen in den vorgegebenen Kontexten wieder?*
- *Ist es euch wichtig zu wissen, in welchem Kontext ein Bild entstanden ist? Will man den Kontext überhaupt immer kennen?*
- *Verändert sich eure Wahrnehmung und Bewertung des Bildausschnitts je nachdem, in welchem Kontext es steht? Wenn ja, wie und warum?*
- *Ist Nacktheit immer eine Darstellung von Sexualität? Gilt das für alle Menschen gleichermaßen? (Beispiel: Männlich gelesene Nippel dürfen auf Instagram gezeigt werden, weiblich gelesene nicht)*

### Zusatz oder Hausaufgabe

Je nach Zeit können sich die Schüler:innen noch in der Stunde oder als Hausaufgabe einen Social Media Post mit Beschreibung (Caption) und Hashtags zu einem oder allen vier Bildern überlegen. Dieser soll aus der Perspektive einer Person, die die Schüler:innen selbst wählen können, geschrieben werden. Die gewählte Person muss auf dem Bild nicht selbst dargestellt sein. So könnte das Bild des Fotomodells z.B. von einem Modelabel gepostet werden oder das der Turnerin von Ihren Verwandten, Freunden oder dem/der Trainer:in. Durch diese Aufgabe sollen die Schüler:innen nochmals dazu angeregt werden, verschiedene Wahrnehmungen und Sichtweisen in Bezug auf ein und dasselbe Bild kennenzulernen.

## Wichtige Impulse

Bei allen gewählten Beispielen und Diskussionsbeiträgen im Laufe der Stunde ist darauf zu achten, dass keine privaten Bilder oder Informationen geteilt werden, die Mitschüler:innen bloßstellen oder herabwürdigen. Das Spannungsfeld zwischen der Freiheit jedes Menschen in seiner Darstellung und einer kritischen Betrachtung, Kontextualisierung und Einordnung sexualisierter Inhalte ist aufzuzeigen. Die Thematik hängt mit verschiedenen Formen von Diskriminierung zusammen, weshalb auf eine wertschätzende und grenzwahrende Diskussion und Reflexion der Inhalte besonders zu achten ist.

## 7. VIelfALT UND GESELLSCHAFT

Vielfalt ist Realität. Aber auch „wenn Vielfalt eine gesellschaftliche Tatsache ist, so muss sie doch aktiv gelebt und ermöglicht werden. Das bedeutet vor allem, Menschen in ihrer Unterschiedlichkeit als gleichwertig zu behandeln“ (Beck, 2017). Welche Voraussetzungen kann man dafür in der sexuellen Schulbildung schaffen?

Um aktiv Vielfalt zu ermöglichen, kann eine frühe Thematisierung unterschiedlicher Lebensweisen, Ungleichheitsverhältnisse und Diskriminierung im Unterricht helfen. Laut Maria Dalhoff könne eine Methode der Sexualpädagogik dabei sein, Themen wie Sprache, unterschiedliche Körper und unterschiedliche geographische Orte, die nicht in der klassischen Aufklärungsarbeit verankert sind, mit aufzunehmen (vgl. Ortner, 2021). So kann Heranwachsenden, die verschiedene Phasen der Selbstfindung durchlaufen, Unterstützung bei ihrer Suche nach Orientierung und Zugehörigkeit geboten werden. Rafaela Siegenthaler sagt dazu: „Man kann nicht über Sexualität ins Sprechen kommen, wenn man nicht Rassismuserfahrungen, dazunimmt, Erfahrungen mit Körpernormen, Gendernormen, Selbstliebe“ (Ortner, 2021, 185.).

Ziel des Moduls ist die Vermittlung der Existenz eines großen Spektrums an Sexualitäten, Begehren, Körpern und Lebensformen sowie eines kritischen Diversitäts-Ansatzes, der versucht „soziale Ungleichheit und Ausschlüsse entlang von Differenzlinien nicht nur in ihrer alltäglichen Form aufzudecken, sondern auch in ihrer strukturellen Dimension zu erfassen“ (Thuswald, Sattler, 2019). Dies wird einerseits durch die Auseinandersetzung mit gesellschaftlichen Vorstellungen und Bewertungen, andererseits durch die Bildung und Stärkung eigener Haltungen erreicht.

### Quellen und Empfehlungen

**Debus, Katharina (2021):** Diskriminierungsreflektierte Sexualpädagogik. In: Sexualität, Körperlichkeit und Intimität. Pädagogische Herausforderungen und professionelle. Handlungsspielräume in der Schule. hg. v. Marion Thuswald und Elisabeth Sattler, 69-94. Bielefeld: transcript (Pädagogik).

**Ortner, Rosemarie (2021):** Auf Community bauen und in Vernetzung lernen. In: Sexualität, Körperlichkeit und Intimität. Pädagogische Herausforderungen und professionelle. Handlungsspielräume in der Schule. hg. v. Marion Thuswald und Elisabeth Sattler, 69-94. Bielefeld: transcript (Pädagogik).

**Das Bildungsinstitut für inklusive Vielfalt** bringt inklusives Lernen sowie die Vermittlung von Vielfaltsthemen zusammen. Mit Fortbildungen und inklusiven Bildungsmaterialien gibt das BiV pädagogischen Fachpersonen das nötige Werkzeug in die Hand, um sich aktiv und selbstbewusst für Vielfalt einzusetzen – und zwar inklusiv für alle! Weitere Informationen hier:



# 7.1 KÖRPERBILDER



## Lernziele

- Die Schüler:innen setzen sich mit dem Druck durch Schönheitsideale auseinander und werden sich der Menge an Meinungen und Kommentaren bewusst, denen sie täglich ausgesetzt sind.
- Die Schüler:innen reflektieren den Einfluss des Aussehens und der Ideale auf Beziehungen zu anderen und den eigenen Selbstwert.
- Die Schüler:innen lernen Empowerment-Ansätze durch vielfältige Vorbilder kennen.

## Voraussetzungen und Vorbereitung



### Schüler:innen

Bitte Sie die Lernenden in der vorherigen Stunde um das Mitbringen von Kopfhörern, damit sie sich beim Anschauen der Videos nicht gegenseitig stören. Sollten nicht allen Schüler:innen Kopfhörer zur Verfügung stehen, können sie die Videos auch gemeinsam anschauen.

### Lehrende

Viele Jugendliche versuchen die heutigen, oft unerreichbaren Schönheits- und Gewichtsideale zu erreichen. Dies führt dazu, dass die eigene Wahrnehmung ihres Körpers verzerrt und ihr Selbstwertgefühl beeinträchtigt wird. Bedenken Sie vor der Stunde, dass es Schüler:innen in ihrer Klasse geben kann, die davon möglicherweise stärker betroffen sind als andere und überlegen Sie sich, wie Sie die Klasse auf einen respektvollen Umgang miteinander bei dem Thema sensibilisieren können. Schauen Sie sich vorab die beiden Videos an.

## Ablauf

NR.	AUFGABE	ZEIT	BESCHREIBUNG
1	Einstieg: Titelseiten	5"	Einstimmung zur Thematik
2	DRUCK	20-30"	Die Schüler:innen lesen den Einführungstext „Schönheitsideale“. Anschließend werden zwei Szenen aus der Serie DRUCK analysiert.
3	Der Kommentarsauger	10"	Die Schüler:innen ordnen Kommentare ein. Anschließend wird deren Auswirkung auf das eigene Körperbild reflektiert.
4	Dinge, die ich an dir mag	5-10"	In dem kurzen Assoziationsspiel sollen die Schüler:innen an eine Person ihrer Wahl denken und notieren, was sie an der Person mögen.
5	Positive Beispiele	5"	Gemeinsame Abschlussrunde und Galerie, die helfen soll, neue Vorbilder zu finden.

## Aufgabenbeschreibung

### Einstieg: Titelseiten

Stimmen Sie die Schüler:innen auf das Thema Körperbilder und Schönheitsideale ein: Was fällt den Schüler:innen dazu ein? Welche Schönheitsideale sind in den Medien, in Zeitschriften, Serien, bei Instagram oder TikTok zu finden? An wem orientieren sich die Schüler:innen? Sie können die beispielhaften Titelseiten in der App als Diskussionsgrundlage zur Hilfe nehmen oder eigene Beispiele mitbringen.

### DRUCK

Die Schüler:innen lesen (alleine oder gemeinsam) den Einführungstext „Schönheitsideale“. Sie können diesen auch vorlesen (lassen). Anschließend machen es sich die Schüler:innen am besten irgendwo gemütlich, soweit dies im Raum möglich ist, schauen sich die Videos **„Bruder oder Schwester“ (Thema: Ausdruck von Geschlecht)** und **„Axels Geschenk“ (Thema: Brust-OP)** aus der Serie DRUCK (von Funk) an und beantworten die Fragen in der App dazu.

### Austausch und Diskussion

Nachdem die Schüler:innen die Fragen in den dafür vorgesehenen Textkästen beantwortet haben, stellen sie zunächst der Person neben ihnen oder in Kleingruppen ihre Antworten vor. Anschließend können einzelne Schüler:innen diese auch der Klasse vorstellen. Weiterführend kann bei ausreichender Zeit die Darstellung von Körpern in Medien allgemein besprochen werden.

### Der Kommentarsauger

In dem Spiel bewegen sich Kommentare von unten nach oben über den Bildschirm. Die Schüler:innen ordnen die Kommentare in die Kategorien „Geht klar“ oder „Geht gar nicht“ ein, indem sie überlegen, ob sie das von einer Person gern hören würden, oder nicht. Bewerten sie den Kommentar mit „Geht klar“, drücken sie auf das Herz neben dem Kommentar. Wenn sie finden, dass der Kommentar „gar nicht geht“, lassen sie ihn einfach vorbeiziehen. Beispiele für Kommentare:

„Also wenn man dich so sieht, denkt man gar nicht, dass du so gut in Sport bist“ | „Du hast aber ein echt schönes Gesicht“ | „Wow, du bist so mutig mit deiner Figur!“ | „Darin siehst du richtig dünn aus, voll gut“ | „Deine Haut ist so schön Cappuccino“ | „Alter, wie kannst du im Sommer mit Hijab rumlaufen – könnte ich nicht“ | „Du bist so hübsch! Ich hätte nicht gedacht, dass du lesbisch bist!“ | „Junge, warum hat der son Glitzerohrring!“

Wenn Sie vorab alle Kommentare kennen wollen, spielen Sie das Spiel vor der Stunde einmal selbst.

Im **Fazit** wird gemeinsam besprochen, welche Auswirkung die Menge der negativen **UND** positiven Kommentare auf das eigene Körperbild haben kann: „Stelle dir vor, du wärst der Staubsauger und die ganzen Kommentare würden in deinem Beutel bleiben, ohne dass du geleert wirst. Irgendwann explodiert der Beutel!“

### Dinge, die ich an dir mag

Die Schüler:innen sollen an eine Person denken, die sie gern haben. Sie müssen dabei niemandem mitteilen, um wen es sich dabei handelt.

Mit neun Wörtern sollen sie beschreiben, was sie an dieser Person besonders mögen. Zum Beispiel: Vertrauen, Augen, Lachen, Humor, schöne Haare. Sie können eigene Beispiele vorgeben. Wichtig dabei ist, dass die Anzahl der vorgegebenen Beispiele zu Aussehen gegenüber anderen Eigenschaften ungefähr gleich ist. Wenn die Schüler:innen fertig sind, sollen sie die Anzahl der Wörter zählen, in denen nur das Aussehen der Person beschrieben wird. Anschließend zählen sie alle Wörter, die nichts mit dem Aussehen der Person zu tun haben. Kommen Sie gemeinsam zu einem kurzen Fazit. Sie können die Schüler:innen auch dazu ermuntern das Gedankenspiel auf sich selbst zu beziehen und zu überlegen, was sie an sich mögen.

(In Anlehnung an: Fühl dich wohl)

### **Positive Beispiele**

Bevor sich die Schüler:innen den Beispielen widmen, können Sie in der **Abschlussrunde** noch einmal auf die zu Beginn gestellten Fragen eingehen: Was nehmen die Schüler:innen aus der Stunde mit?

In der Galerie können sich die Schüler:innen neue Vorbilder suchen, die vielfältige Körperformen und -bilder in den sozialen Medien zeigen. Dies ist nur einer kleine Auswahl, die durch eigene Vorschläge der Schüler:innen ergänzt werden kann.

### **Wichtige Impulse**

Als Lehrkraft benötigen Sie „eine große Sensibilität für einen respektvollen Umgang mit der Körperlichkeit der Schüler:innen. Zeichen des Unbehagens, die sich in Kleidungsstil und Verhalten ausdrücken [...] sollten von Lehrer:innen wahrgenommen und abwertende Kommentare zu Körperlichkeit von Mitschüler:innen selbstverständlich gestoppt werden. Das Erkennen von Mobbing und das Wissen um Interventionsmöglichkeiten in der Schule muss Teil der professionellen Ausbildung aller Lehrer:innen sein. Dazu gehört auch die schwierige, aber wichtige Aufgabe, Kolleg:innen darauf hinzuweisen, wenn sie diskriminierende oder demütigende Aussagen treffen.“ (Witt-Löw, 2021)

## 8. SEXUELLE SELBSTBESTIMMUNG

*„Sexueller Missbrauch und sexuelle Gewalt an Kindern und Jugendlichen sind eine gesellschaftliche Realität, und zwar an allen Orten und in allen Bevölkerungsschichten. Die Unterrichtenden müssen damit rechnen, dass unter den Schülerinnen und Schülern und in ihren Familien Betroffene sind. Schule muss sich dieser Problematik stellen. Sie kann dies vornehmlich dadurch, dass sie an der Prävention sexuellen Missbrauchs arbeitet. Ein wesentlicher Beitrag zur Prävention ist die Aufklärung über die Tatsache, dass es sexuellen Missbrauch gibt und dass Hilfe möglich ist.“* (Ministerium für Schule, Wissenschaft und Forschung des Landes NRW, 2011, S.16)

Aktuelle Studien bestätigen die Relevanz der Thematik: Laut dem Deutschen Jugendinstitut, welches 2017 Jugendliche an weiterführenden Schulen befragte, berichten 59% der befragten Schüler:innen von mindestens einer Situation, in der sie sexualisierte Gewalt erlebt haben (vgl. Hofherr, 2017, S.10). Dabei sind nicht alle Kinder und Jugendlichen gleichermaßen betroffen. Risikofaktoren, wie das weibliche Geschlecht und eine nicht heterosexuelle Orientierung, erhöhen die Wahrscheinlichkeit, von sexualisierter Gewalt betroffen zu sein (vgl. BZgA, 2021a, S.6). Auch ist anzumerken, dass bereits die Beobachtung sexualisierter Gewalt psychische Folgen auslösen kann (vgl. Hoffherr, 2017, S.12f.).

Das Themenfeld der sexuellen Selbstbestimmung soll die Fähigkeit der Schüler:innen fördern, vertrauensvolle und grenzachtende Beziehungen zu führen (vgl. BZgA, WHO, 2011, S.31). Es soll sie befähigen, selbstbestimmte Entscheidungen im Hinblick auf ihre eigene Sexualität treffen zu können und die sexuelle Selbstbestimmung anderer zu respektieren. Die Lerneinheiten behandeln sowohl die Thematiken der Grenzwahrnehmung und Kommunikation als auch die sensiblen Thematiken der Grenzverletzungen und der Ausübung sexualisierter Gewalt. Da ein wesentlicher Anteil der sexualisierten Gewalt durch gleichaltrige Jugendliche geschieht, gilt es das Akzeptieren sowie Respektieren von Grenzsetzungen zu thematisieren (vgl. Maschke et al. 2017, S.16f.).

Grenzverletzungen unter Schüler:innen finden statt – das ist weit verbreitet und damit müssen sich Schüler:innen und Lehrkräfte auseinandersetzen. Diejenigen, die eine Grenze überschreiten, sind nicht in jedem Falle böswillige Menschen. Es bestehen viele schädliche Erwartungen, wie Menschen sich verhalten *sollen*. Beispielsweise können sich Männer genötigt fühlen, in sexualisierten Unterhaltungen über Frauen mitzumachen, um sich ihre Männlichkeit zu sichern (vgl. Parker et al. 2017, 7; Jewell, Brown 2013, 599f.). Doch auch wenn es teilweise Erklärungen für übergriffiges Verhalten geben kann, darf dies nicht zur Entschuldigung des Verhaltens führen. Die Verantwortung für sexualisierte Übergriffe liegt bei den übergriffigen Personen. Die Wirkung bei den Betroffenen ist zudem immer wichtiger als die Intention der übergriffigen Menschen.

Es bestehen falsche gesellschaftliche Vorstellungen und Mythen über sexualisierte Gewalt. Ein Mythos besagt beispielsweise, dass die meisten sexualisierten Übergriffe durch fremde Menschen geschehen würden. Allerdings wird ein Großteil der Taten durch (Ex)Partner:innen, Freund:innen, Bekannte oder Familienmitglieder durchgeführt (vgl. Bruhn et al, 2021, 49; BzG, 2021a, 13; Lovett et al, 2009, 60). Es ist wichtig, diese Mythen zu kennen und über sie aufzuklären. Denn die Wahrscheinlichkeit von Betroffenen sinkt, sich anderen Menschen mitzuteilen und Hilfe zu erhalten, wenn ihre persönlichen Erfahrungen von den etablierten Mythen abweichen (vgl. Gysi, 2018, 18; Krahe, 2018, 45).

## Impulse für Lehrende

Wenn Sie mit der Einheit zur sexualisierten Gewalt beginnen, können die Reaktionen Ihrer Schüler:innen höchst unterschiedlich ausfallen. Einige Schüler:innen können sich dem Thema aufgrund eigener Betroffenheit oder bestehender Ängste sperren. Es ist aber auch möglich, dass Schüler:innen keine Relevanz in der Behandlung der Thematik erkennen, da sie sich selbst nicht betroffen fühlen. In jedem Falle gilt es entsprechend zu reagieren.

Es ist verständlich, dass sich auch Erwachsene befangen fühlen, wenn sie sich mit dem Thema sexualisierte Gewalt auseinandersetzen. Die Lehrkraft ist nicht allein dafür verantwortlich, sexualisierte Gewalt zu beenden. Prävention entsteht durch ein Netz an zusammenlaufenden präventiven Strukturen.

**Vor Beginn der ersten Einheit ist es als erster Schritt wichtig sich zu informieren:** Wie sehen die schulinternen Abläufe im Falle einer Annahme sexualisierter Gewalt aus und wo können Sie sich Hilfe holen? Studien ergaben, dass die größten Unsicherheiten seitens der Lehrkräfte darin begründet liegen, ungenügend aufgeklärt zu sein. Dies liegt zunächst daran, dass die Angebote der Universitäten zu Präventionsarbeiten gegen sexualisierte Gewalt ungenügend ausgebaut sind und lediglich acht Prozent der Lehramtsstudierenden erreichen (vgl. Drinck, Voß, 2019). Weiterhin wurde aber auch festgestellt, dass lediglich 40% der befragten Lehrkräfte über ein Hilfesystem ihrer Schule Kenntnis haben (vgl. ebd.). Deshalb stellt der erste Schritt zur Prävention die Information über ein Hilfesystem an der Schule dar. Darüber hinaus können Sie sich bei den von uns ausgewiesenen Beratungsstellen Unterstützung holen. Die Sicherheit und Struktur, die Sie dadurch erlangen, können Sie an Ihre Schüler:innen weitergeben. Falls Ihre Schule über **Schulsozialarbeiter:innen oder Psycholog:innen** verfügt, empfiehlt es sich, diese für die kommenden Stunden einzuladen.

**Wichtiger Hinweis:** Wird ein Verdacht gegenüber der Polizei geäußert, muss diese dem Verdacht nachgehen und eine Ermittlung einleiten, die von Betroffenen eventuell nicht erwünscht ist. Der Opferschutz würde dementsprechend aufgehoben werden. Der Schritt, sich an die Polizei zu wenden, sollte mit Betroffenen abgestimmt und gut überlegt werden. Zur Vorbereitung für Lehrende kann die Online-Fortbildung [was-ist-los-mit-jaron.de](http://was-ist-los-mit-jaron.de) des Unabhängigen Beauftragten für Fragen des sexuellen Kindesmissbrauchs herangezogen werden.

Bei eigener Betroffenheit empfehlen wir, sich Unterstützung bei einer Vertrauensperson oder Beratungsstelle einzuholen. Auch Sie als durchführende Lehrkraft haben das Recht auf Unterstützung und Hilfe. Achten Sie auf Ihre eigenen Bedürfnisse und setzen Sie Ihre Grenzen – auch gegenüber Ihren Schüler:innen.

Allgemein sollten Lehrkräfte offen mit dem Thema umgehen und sich nicht durch unangenehme Situationen oder Thematiken abschrecken lassen. Ein Teil der Sexuellen Bildung besteht aus Konfrontationen mit Themen, die eventuell unangenehm erscheinen. Oftmals können Schüler:innen die Lösung für diese Situationen gemeinsam erarbeiten, was allerdings von der Lehrkraft moderiert werden sollte.

*„Man muss Partei ergreifen. Neutralität hilft dem Unterdrücker, niemals dem Opfer. Stillschweigen bestärkt den Peiniger, niemals den Gepeinigten“ – Elie Wiesel 1960*

## Quellen und Empfehlungen

**Aktion Jugendschutz.** Landesarbeitsstelle Baden-Württemberg.

**PETZE-Institut:** ECHT KRASS! Jugendliche und sexualisierte Gewalt.

**Landesfachstelle Prävention sexualisierter Gewalt NRW**

**Online-Fortbildung:** [was-ist-los-mit-jaron.de](http://was-ist-los-mit-jaron.de)

**Frauenhauskoordinierung e.V.:** Sicher Aufwachsen: Eine Materialsammlung für Fachkräfte, die Kinder und Jugendliche begleiten.

**#UndDu?** Kampagne von Innocence in Danger e.V.

## 8.1 MEIN KÖRPER, MEINE GRENZEN



### Lernziele

- Sensibilisierung für die Grenz Wahrnehmung bei sich selbst und anderen
- Respekt und Wertschätzung von Grenzen
- Wissen um Handlungsmöglichkeiten und Hilfsangeboten bei Grenzverletzungen

### Voraussetzungen und Vorbereitung



### Schüler:innen

Durch die Auseinandersetzung mit Grenzverletzungen können eigene Erfahrungen in Erinnerung gerufen werden, welche emotional belastend oder retraumatisierend wirken können. Hier benötigen Schüler:innen eventuell eine intensivere Begleitung und Bereitstellung von Hilfestellen. Situationen, in welchen sich Schüler:innen unwohl oder sogar bedrängt fühlen könnten, sollten vermieden werden. Darum und zum **Schutz der Privatsphäre** Betroffener sind die Aufgaben der Lerneinheit größtenteils in **Einzelarbeit** durchzuführen.

### Lehrende

**Eine Woche vor Durchführung:** Informieren Sie sich über schulinterne Hilfsangebote und Ansprechpartner:innen, wie Schulsozialarbeiter:innen oder Vertrauenslehrkräfte. Diese sollen zu den in der Lerneinheit gelisteten Hilfestellen, wie Websites und Telefonnummern, zur Verfügung gestellt werden. Schauen Sie sich die Inhalte der Übungen vorab an.

**Zu Beginn der Lerneinheit:** Bieten Sie nach Möglichkeit Rückzugsräume und Gesprächsmöglichkeiten an, die betroffene Schüler:innen nutzen können.

### Variationen

Diese Lerneinheit bietet zwei Varianten bei der zweiten Aufgabe. Die Aufgabe „Wer darf...?“ ist für Schüler:innengruppen bestimmt, welche eine sensiblere Herangehensweise aufgrund ihres Alters oder Entwicklungsstandes benötigen. Für ältere oder weiter entwickelte Schüler:innen empfehlen wir die Aufgabe „Grenzbarometer“.

## Ablauf

NR.	AUFGABE	ZEIT	BESCHREIBUNG
-	Einstieg	5"	Startslider <b>gemeinsam</b> durchgehen.
1	Gefühlsampel	15-20"	Beispielsituationen werden mittels einer Ampel bewertet. Transfer im Anschluss über das Nachstellen einer wertschätzenden Situation.
2a	Wer darf...? Empfohlen für die 6./7. Klasse	15-20"	Die Schüler:innen bewerten, welche Menschen in ihrem Leben welche Handlungen durchführen dürfen und welche nicht. Diskussion mit Leitfragen im Anschluss.
2b	Grenzbarometer Empfohlen für die 8.-10. Klasse	20"	15 Beispielsituationen sollen gelesen und mittels eines persönlichen Barometers, hinsichtlich grenzverletzendem Verhalten, eingeschätzt werden. Diskussion mit Leitfragen im Anschluss.
3	Hilfestellungen	10"	Die Schüler:innen lesen kurze Texte zum Umgang mit Grenzen und erhalten Informationen über Hilfestellen.
4a/b	<b>Zusatz:</b> Ratschlag	5-10"	Je nach gewählter Variante, soll entweder zu einer Situation aus der Ampel- oder der Grenzbarometer-Übung ein Ratschlag verfasst werden.

## Aufgabenbeschreibung

### Einstieg

Im Einstieg soll **gemeinsam** mit der Lehrkraft der Startslider thematisiert werden. Hierdurch wird deutlich, um welche sensiblen Themen es in der nächsten Stunde gehen soll. Anschließend werden von uns Informationsportale und Hilfsangebote aufgezeigt, welche von der Lehrkraft noch bezüglich der Zuständigkeiten innerhalb der Schule ergänzt werden sollten: Welche Lehrkräfte dienen als Ansprechpartner:innen bei sexualisierter Gewalt und wie kann der Ablauf bei einer Grenzverletzung schulintern aussehen? Zuletzt werden **Regeln** für die Lerneinheit und den Umgang mit der Thematik aufgestellt. Hier ist es sinnvoll, zudem die **Freiwilligkeit** der Bearbeitung der Lerneinheit zu betonen. Denn die Auseinandersetzung kann insbesondere für betroffene Schüler:innen belastend sein. Bevor grenzverletzende Situationen in der App thematisiert werden, findet ein expliziter Hinweis (Triggerwarnung) statt. Auch sollte den Schüler:innen erklärt werden, dass die Einzelarbeiten dem Schutz der Privatsphäre dienen.

## Gefühlsampel

Die Schüler:innen sollen in **Einzelarbeit** spontan acht Comics nach ihrem individuellen grenzsetzenden Gefühl bewerten. Die Comics zeigen verschiedene Situationen, welche unterschiedliche Formen der Grenzverletzung, neutrale Handlungen oder auch Wertschätzung thematisieren. Es geht darum intuitiv die Situation nach den Ampelfarben zu bewerten. Die Ampelfarben mit der konkreten Bedeutung werden kurz in der App erläutert.

Im Anschluss findet ein **Transfer** statt. Teilen Sie die Schüler:innen dafür in für Sie passende **Kleingruppen** ein. In diesen sollen sich die Schüler:innen in der vorgegebenen Zeit eine wertschätzende bzw. unbedenkliche Situation aus ihrem Lebensalltag überlegen und im Standbild nachstellen. Die Mitschüler:innen sollen die wertschätzende Handlung der Situation ohne Worte erkennen können. Die Präsentation erfolgt stumm im Plenum.

## Wer darf...? (Variante A für jüngere Gruppen)

Die Schüler:innen sollen sich in **Einzelarbeit** darüber Gedanken machen, welche Personen in ihrem Leben welche Rolle einnehmen und welche Grenzen sie dieser Rolle zuordnen. Es gibt 15 Beispielsituationen, welche **Privatsphäre, Körper, Identität, Emotionen, Pornos und Social Media** thematisieren. Durch vorgegebene und ergänzbare Personenangaben kann eine Zuordnung zu den Beispielen erfolgen.

Je nach verbliebener Zeit kann im Anschluss an diese Aufgabe eine **Plenumsdiskussion** als Abschluss stattfinden. Folgende Leitfrage wird in der App vorgegeben: *Verändert sich eure Sichtweise auf die Beispielsituationen, wenn die Personen zuvor fragen würden, ob die Handlung für euch in Ordnung ist oder nicht?*

## Grenzbarometer (Variante B für ältere Gruppen)

Die Übung zum Grenzbarometer stellt wieder eine Art der Bewertungsaufgabe in **Einzelarbeit** dar. Die Beispielsituationen im Textformat sollen auf einem Barometer aus externer Perspektive eingeschätzt werden. Die fließenden Übergänge des Barometers symbolisieren vielmehr als die Ampel die Schwierigkeit der genauen Bewertung verschiedener Situationen. Es werden Themen angesprochen, welche möglicherweise bereits den Lebensalltag der Schüler:innen betreffen, wie **Verhütung, Pornografie, verschiedene Beziehungskonzepte, starke Eifersucht, Sexpraktiken, sexuelle Orientierung und geschlechtliche Identität, das erste Mal, das Veröffentlichen von Nacktfotos, Altersunterschiede in Beziehungen, Ghosting und Slutshaming**. Zum Positionieren auf dem Barometer werden in der App Leitfragen als Hilfestellung gegeben.

Je nach verbliebener Zeit kann im Anschluss an diese Aufgabe eine Plenumsdiskussion als Abschluss stattfinden. Folgende Leitfragen werden in der App vorgegeben:

- Welche klaren Grenzverletzungen sind euch aufgefallen?
- Wie könnte man in den Situationen für seine eigenen Grenzen oder die anderer eintreten?

## Hilfestellungen

In dieser Aufgabe werden drei Regeln mit Beispielen und weiteren Informationen ausgeführt. Wir empfehlen die Texte mit jüngeren Lernenden gemeinsam zu lesen und aufkommende Fragen direkt zu besprechen. Beim gemeinsamen Lesen können noch weitere Beispiele für den Ausdruck eines indirekten „Neins“ (z.B. Weinen, Schweigen), für offene Fragen (z.B. Was würdest du jetzt gerne machen?), für Ausreden/Sätze, um aus bedrängenden Situationen herauszukommen (z.B. Mit fällt gerade ein, ich sollte heute noch meine Oma besuchen.), gesucht und gesammelt werden. Diese konkreten Umgangsweisen können für die Lernenden sehr hilfreich sein.

## Zusatz: Ratschlag

Im Falle der Wahl der **Variante A** „Wer darf...?“, sollen sich die Schüler:innen noch einmal mit den Comics aus der **Gefühlsampel** auseinandersetzen. Hierfür werden alle Comic-Situationen, die in der ersten Aufgabe bewertet wurden, in einer Übersicht aufgezeigt. Die Schüler:innen sollen einen Comic auswählen und in Einzelarbeit ein Ratschlag für die betroffene Person im Rahmen eines Chatbeitrages in der App verfassen.

Im Falle der Wahl der **Variante B** „Grenzbarometer“, sollen die Schüler:innen eine Situation aus dem **Grenzbarometer** auswählen und in Einzelarbeit einen Ratschlag für eine Person daraus im Rahmen eines Chatbeitrages in der App verfassen.

Auf freiwilliger Basis können einzelne Ratschläge im **Plenum** vorgestellt und diskutiert werden. Als Lehrkraft sollten Sie dabei noch einmal die wichtigsten Grundregeln zum Umgang mit Grenzen benennen und mit der Klasse reflektieren.

## Wichtige Impulse

Das Teilen von Grenzerfahrungen seitens der Schüler:innen, auch die Beobachtung dessen, soll an dieser Stelle nicht im Plenum stattfinden. Der Verweis darauf, dass Betroffene oder Beobachter:innen von Grenzverletzungen oder sexualisierter Gewalt sich an eine Lehrkraft oder Beratungsstelle wenden sollen, ist wichtig, aber sensibel anzugeben.

Die Beispiele in den Aufgaben können auf Betroffene belastend wirken. Unterstreichen Sie die Freiwilligkeit der Übungen und beobachten Sie die Reaktionen der Schüler:innen. Schreiten Sie bei Bedarf ein oder pausieren Sie die Bearbeitung.

# BIBLIOGRAFIE

**Beck, Dorothee (2017):** Für eine Pädagogik der Vielfalt, GEW AG LSBTI, 2. Aufl. Frankfurt, S.9, Verfügbar unter:

[https://www.gew.de/fileadmin/media/publikationen/hv/Gleichstellung/Lesben\\_\\_Schwule\\_\\_Bisexuelle\\_\\_Trans\\_und\\_Inter/201704\\_Fuer\\_eine\\_Paedagogik\\_der\\_Vielfalt.pdf](https://www.gew.de/fileadmin/media/publikationen/hv/Gleichstellung/Lesben__Schwule__Bisexuelle__Trans_und_Inter/201704_Fuer_eine_Paedagogik_der_Vielfalt.pdf), zugegriffen am 07.12.2021.

**Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2021):** Eltern sein in Deutschland. Neunter Familienbericht. Referat Öffentlichkeitsarbeit: Berlin.

**Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA); WHO-Regionalbüro für Europa (2011):** Standards für Sexualaufklärung in Europa: Rahmenkonzept für politische Entscheidungsträger, Bildungseinrichtungen, Gesundheitsbehörden, Expertinnen und Experten. Köln.

**Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (2020):** INFO BLATT. Neunte Welle der BZgA-Studie „Jugendsexualität“. Bundesweite Repräsentativbefragung – Zentrale Studienergebnisse. Verfügbar unter:

[https://www.bzga.de/fileadmin/user\\_upload/PDF/pressemitteilungen/daten\\_und\\_fakten/Infoblatt\\_Jugendsexualitaet\\_Neunte\\_Welle\\_barrierefrei.pdf](https://www.bzga.de/fileadmin/user_upload/PDF/pressemitteilungen/daten_und_fakten/Infoblatt_Jugendsexualitaet_Neunte_Welle_barrierefrei.pdf), zugegriffen am 04.04.2023.

**Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung Bzga (2021a):** Jugendsexualität 9. Welle: Prävalenz sexualisierter Gewalt. 8. BZgA-Faktenblatt (12): 1-20. Verfügbar unter:

<https://www.forschung.sexualaufklaerung.de/forschungsthemen/jugendsexualitaet-im-ueberblick/jugendsexualitaet-9-welle-ergebnisse-im-detail/praevalenzen-sexualisierter-gewalt/>, zugegriffen am 01.04.2023.

**Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung Bzga (2021b):** Jugendsexualität 9. Welle. Kommunikationsverhalten nach erlebter sexualisierter Gewalt. BZgA-Faktenblatt 13/2021: 1-20. Verfügbar unter:

[https://publikationen.sexualaufklaerung.de/fileadmin/redakteur/publikationen/dokumente/Jugendsexualitaet/Faktenblaetter\\_Redesign/13316314.pdf](https://publikationen.sexualaufklaerung.de/fileadmin/redakteur/publikationen/dokumente/Jugendsexualitaet/Faktenblaetter_Redesign/13316314.pdf), zugegriffen am 26.02.2023.

**Butler, Judith (2003):** Das Unbehagen der Geschlechter. 40. Aufl. Frankfurt am Main: Suhrkamp (40 Jahre edition suhrkamp: 2433 = N.F., 433).

**Debus, Katharina (2016):** Nicht-diskriminierende Sexualpädagogik. In: Scherr et al. (Hg): Handbuch Diskriminierung. Springer Fachmedien Wiesbaden.

**Debus, Katharina (2017):** Dramatisierung, Entdramatisierung und Nicht-Dramatisierung von Geschlecht und sexueller Orientierung in der geschlechterreflektierten Bildung Oder: (Wie) Kann ich geschlechterreflektiert arbeiten, ohne Stereotype zu verstärken? In: Gendersensible Bildung und Erziehung in der Schule: Grundlagen – Handlungsfelder – Praxis. 1. Aufl., hg. v. Ilke Glockentöger und Eva Adelt, 25-42. Münster, New York: Waxmann (Beiträge zur Schulentwicklung).

**Debus, Katharina; Laumann, Vivien (2018):** Pädagogik geschlechtlicher, amouröser und sexueller Vielfalt: Zwischen Sensibilisierung und Empowerment. Dissens – Institut für Bildung und Forschung. Verfügbar unter: <https://interventionen.dissens.de/materialien/handreicherung>, veröffentlicht am 2018, zugegriffen am 18.05.2021.

**Debus, Katharina (2021):** Diskriminierungsreflektierte Sexualpädagogik. In: Sexualität, Körperlichkeit und Intimität. Pädagogische Herausforderungen und professionelle Handlungsspielräume in der Schule. hg. v. Marion Thuswald und Elisabeth Sattler, 69-94. Bielefeld: transcript (Pädagogik).

**Drinck, Barbara & Voß, Heinz-Jürgen (2019):** Sexuelle Bildung für das Lehramt. In: <https://sebile.de/> (20.05.2021).

- Flaake, Karin; Göppel, Rolf (2019):** Die Jugendlichen und ihr Verhältnis zum Körper. Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer.
- Gysi, Jan (2018):** Psychotraumatologie in Sexualstrafverfahren. In: Gysi, Jan und Peter Rügger (Hrsg.): Handbuch sexualisierte Gewalt. Therapie, Prävention und Strafverfolgung. Bern (Hogrefe): 17-34.
- Hagemann-White, Carol (1988):** Wir werden nicht zweigeschlechtlich geboren... In: FrauenMännerBilder: Männer und Männlichkeit in der feministischen Diskussion, hg. v. Carol Hagemann-White und Maria S. Rerrich, 224-35. Bielefeld: AJZ-Verl. (Forum Frauenforschung: 2).
- Hartmann, Jutta; Messerschmidt, Astrid; Thon, Christine (2017):** Queering Bildung. In: Queertheoretische Perspektiven auf Bildung: Pädagogische Kritik der Heteronormativität, hg. v. Hartmann, Messerschmidt und Thon, 15-28. Opladen, Berlin, Toronto: Verlag Barbara Budrich (Jahrbuch Frauen- und Geschlechterforschung in der Erziehungswissenschaft: Folge 13/2017).
- Hofherr, Stefan (2017):** Wissen von Schülerinnen und Schülern über sexuelle Gewalt in pädagogischen Kontexten. Kurzbericht über zentrale Ergebnisse. München: Deutsches Jugendinstitut e.V..
- Hornscheidt, Lann; Oppenländer, Lio (2019):** Exit gender: Gender loslassen und strukturelle Gewalt benennen: eigene Wahrnehmung und soziale Realität verändern. Berlin: w\_orten & meer.
- Jewell, Jennifer A. und Christia Spears Brown (2013):** Sexting, Catcalls, and Butt Slaps: How Gender Stereotypes and Perceived Group Norms Predict Sexualized Behavior. *Sex Roles* 69 (11-12): 594-604. DOI: 10.1007/s11199-013-0320-1.
- Kleiner, Bettina; Klenk, Florian Cristobal (2017):** Genderkompetenzlosigkeitskompetenz: Grenzen pädagogischer Professionalisierung in der Perspektive der Queer Theory. In: Queertheoretische Perspektiven auf Bildung: Pädagogische Kritik der Heteronormativität, hg. v. Jutta Hartmann, Astrid Messerschmidt und Christine Thon, 97-120. Opladen, Berlin, Toronto: Verlag Barbara Budrich (Jahrbuch Frauen- und Geschlechterforschung in der Erziehungswissenschaft: Folge 13/2017).
- KMK (2016):** Leitlinien zur Sicherung der Chancengleichheit durch geschlechtersensible schulische Bildung und Erziehung: (Beschluss der Kultusministerkonferenz vom 06.10.2016/Beschluss der Konferenz der Gleichstellungs- und Frauenministerinnen und -minister, -senatorinnen und -senatoren der Länder vom 15./16.06.2016. Verfügbar unter: <https://bit.ly/344pzuU>, zugegriffen am 15.12.2021.
- Krahé, Barbara (2018):** Vergewaltigungsmythen & Stigmatisierungen in Justiz, Polizei, Beratung und Therapie. In: Gysi, Jan und Peter Rügger (Hrsg.): Handbuch sexualisierte Gewalt. Therapie, Prävention und Strafverfolgung. Bern (Hogrefe): 45-53.
- Kühl, Eike (2021):** Instagram Studie- Ganz schön deprimierend, oder? Zeit online. Verfügbar unter: <https://www.zeit.de/digital/internet/2021-09/instagram-studie-kinder-jugendliche-facebook-psychologie-social-media>, zugegriffen am 04.07.2023.
- Laan, Ellen T. M., Verena Klein, Marlene A. Werner, Rik H. W. Van Lunsen, and Erick Janssen (2021):** In Pursuit of Pleasure: A Biopsychosocial Perspective on Sexual Pleasure and Gender. *International Journal of Sexual Health* 33.4 (2021): 516-36. <https://doi.org/10.1080/19317611.2021.1965689>.
- Lovett, Jo und Liz Kelly (2009):** Different systems, similar outcomes? Tracking attrition in reported rape cases across Europe. UK: Child and Women Abuse Studies Unit.
- Maschke, Sabine, Stecher, Ludwig, Anschütz, Karen, Lapp, Saskia & Mücke-Gerhardt, Ann-Cathrin (2017):** SPEAK! Die Studie. „Sexualisierte Gewalt in der Erfahrung Jugendlicher“. Öffentlicher Kurzbericht. Gefördert durch das Hessische Kultusministerium.
- Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (Hg.) (2020):** Jim-Studie 2020. Jugend, Information, Medien. Basisuntersuchung zum Medienumgang 12- bis 19-Jähriger.

**Ministerium für Schule und Bildung des Landes Nordrhein-Westfalen (2020):** Pädagogische Orientierung für eine geschlechtersensible Bildung an Schulen in Nordrhein-Westfalen.

**Ministerium für Schule, Wissenschaft und Forschung des Landes Nordrhein-Westfalen (Hrsg.) (1999):** Richtlinien für die Sexualerziehung in Nordrhein-Westfalen. 1. Aufl. Frechen: Ritterbach (Schriftenreihe Schule in NRW Übergreifende Richtlinien: Nr. 5001).

**Ministerium für Schule, Wissenschaft und Forschung des Landes Nordrhein-Westfalen (2011):** Richtlinien für die Sexualerziehung NRW.

**Ortner, Rosemarie (2021):** Auf Community bauen und in Vernetzung lernen. In: Sexualität, Körperlichkeit und Intimität. Pädagogische Herausforderungen und professionelle Handlungsspielräume in der Schule. hg. v. Marion Thuswald und Elisabeth Sattler, 69-94. Bielefeld: transcript (Pädagogik).

**Parker, Kim; Horowitz, Juliana und Renee Stepler (2017):** On gender Differences, No Consensus on Nature vs. Nurture. Pew Research Center.

**profamilia Bundesverband (2018):** Sicherstellung der Menschenrechte bei der Bereitstellung von Informationen und Diensten im Bereich der Empfängnisverhütung. Deutsche Übersetzung nach dem Original (Weltgesundheitsorganisation 2014).

**Recla, Ammo; Schmitz-Weicht, Cai (2015):** Konstruktiv Dekonstruktiv: Ansätze einer queeren Bildungsarbeit. In: Sexuelle Vielfalt im Handlungsfeld Schule: Konzepte aus Erziehungswissenschaft und Fachdidaktik, hg. v. Sarah Huch und Martin Lücke, 275-90. Bielefeld: transcript (Pädagogik).

**Riegel, Christine (2016):** Bildung – Intersektionalität – Othering: pädagogisches Handeln in widersprüchlichen Verhältnissen. Bielefeld: transcript.

**Qualitäts- und UnterstützungsAgentur – Landesinstitut für Schule (QUA-LiS NRW):**

Aufgabenschwerpunkte: Gendersensible Bildung. Verfügbar unter: <https://www.qua-lis.nrw.de/aufgabenschwerpunkte/gendersensible-bildung/index.html>, zugegriffen am 04.01.22.

**Scharmanski, S. & Hessling, A. (2021a):** Im Fokus: Verhütungsverhalten. Jugendsexualität 9. Welle. BZgA-Faktenblatt. Köln: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). [https://doi.org/10.17623/BZgA\\_SRH:fb\\_JUS9\\_Verhuetungsverhalten](https://doi.org/10.17623/BZgA_SRH:fb_JUS9_Verhuetungsverhalten).

**Scharmanski, S. & Hessling, A. (2021b).** Medien der Sexualaufklärung. Jugendsexualität 9. Welle. BZgA-Faktenblatt Köln: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA).

**Schmidt, Friederike; Schondelmayer, Anne-Christin; Schröder, Ute B. (2015):** Selbstbestimmung und Anerkennung sexueller und geschlechtlicher Vielfalt. Lebenswirklichkeiten, Forschungsergebnisse und Bildungsbausteine – Einleitung. In: Selbstbestimmung und Anerkennung sexueller und geschlechtlicher Vielfalt, hg. v. Schmidt, Schondelmayer und Schröder, 9-22. Springer Fachmedien Wiesbaden.

**Sielert, U. (2015):** Einführung in die Sexualpädagogik. Beltz Verlagsgruppe.

**Thuswald, Marion & Sattler, Elisabeth (2021) (Hg.):** Sexualität, Körperlichkeit und Intimität. Pädagogische Herausforderungen und professionelle Handlungsspielräume in der Schule. Bielefeld.

**Urban, M., Wienholz, S., & Khamis, C. (2022):** Sexuelle Bildung für das Lehramt: Zur Notwendigkeit der Professionalisierung. Gießen. <https://doi.org/10.30820/9783837978254>.

**Witt-Löw, Kerstin (2021):** Körperspuren. In: Thuswald & Sattler (Hg.): Sexualität, Körperlichkeit und Intimität. Bielefeld.

KNOWBODY UG  
Yorckstr. 43 | 44789 Bochum  
mail@knowbody.app  
+4915227245905  
www.knowbody.app

© KNOWBODY 2024

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Wirtschaft  
und Klimaschutz

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

**Film und Medien  
Stiftung NRW**



**SE  
ND** Social  
Entrepreneurship  
Netzwerk  
Deutschland



**GÜTESIEGEL  
LERN-APPS**

