

Ausführliche Informationen zu den Inhalten der einzelnen Module ab Klasse 7

Basismodul „Grundlagen“

Dauer: 90 min

Inhalte:

Jugendliche haben einen großen Gesprächsbedarf zu ihrem (sich verändernden) Körper. Dabei stellen wir häufig Wissenslücken fest.

Grundlegendes Körperwissen wie Aufbau und Funktion von Vulva und Penis, der weibliche Zyklus, Befruchtung und Schwangerschaft werden innerhalb des Basismoduls besprochen.

Anhand von Stoffmodellen (Paomi-Modelle: www.part-of-mine.de) werden die Geschlechtsteile genauer betrachtet, Einzelteile benannt, deren Funktion erklärt und Möglichkeiten der Intimhygiene aufgezeigt. Der Umgang mit Monatshygieneartikeln, wie z.B. Binden und Tampons, wird v.a. in der Mädchengruppe detailliert gezeigt sowie Vor- und Nachteile besprochen.

Selbstbefriedigung als möglicher Bestandteil von Sexualität kann als Thema aufgegriffen und bei Interesse in der Gruppe diskutiert werden.

Es wird mit den Schüler*innen über Geschlechtsverkehr, vor allem das „erste Mal“ ausführlich gesprochen. Gemeinsam wird überlegt, wie es zum Sex kommen kann und auf was geachtet werden sollte. Es werden Wünsche und Bedürfnisse sowie Unsicherheiten und Schwierigkeiten in der Gruppe besprochen und gegebenenfalls diskutiert.

Verschiedene gängige Verhütungsmittel, vor allem Kondom und Pille sowie „Pille danach“ als Notfallmedikament, werden in Wirkung und Anwendung intensiv besprochen und das Abrollen des Kondoms nach Wunsch an Penismodellen geübt. Unterschiedliche Verhütungsmittel können miteinander verglichen und Vor- und Nachteile besprochen werden.

Es wird über gewollte und ungewollte Schwangerschaften, über Möglichkeiten der Beratung und Unterstützung im Falle eines Schwangerschaftskonfliktes (z.B. bei der pro familia) sowie über gesetzliche Bestimmungen für einen Schwangerschaftsabbruch kurz informiert.

Lernziele:

Die Schüler*innen können mit Hilfe der Modelle von Vulva und Penis den Aufbau und die Funktionen der Geschlechtsorgane erklären. Sie wissen, wie es zur Befruchtung kommen und die Frau schwanger werden kann. Sie kennen im Groben die gesetzlichen Bestimmungen bei Schwangerschaftskonfliktberatungen und wissen, dass diese ergebnisoffen geführt werden.

Die Schüler*innen kennen das Beratungsangebot der pro familia und wissen, in welchen Belangen sie sich an diese Beratungsstelle wenden können.

Die Jugendlichen wissen, dass sie sich beim Geschlechtsverkehr vor Schwangerschaft (sofern sie nicht schwanger werden wollen) und sexuell übertragbaren Krankheiten schützen sollten und können gängige Verhütungsmittel benennen. Tiefere Kenntnisse, auch über die richtige Anwendung, besitzen sie über Pille, Kondom und „Pille danach“.

Wahlmodul 1 „Beziehungsgestaltung“

Dauer: 90 min.

Inhalte:

Mit dem Einsetzen der Pubertät gehen Jugendliche erste Beziehungen ein.

Die Jugendlichen setzen sich mit ihren Vorstellungen bezüglich Partnerschaft und Liebe auseinander. Sie versuchen auf folgende Fragen Antworten zu finden: Was ist Liebe?

Was wünsche ich mir von (m)einer*m Partner*in? Welche Werte sind mir wichtig im Leben und in einer Beziehung? Wie kann ich darüber mit meiner*m Partner*in sprechen?

Wie stelle ich mir das „Erste Mal“ vor? Wie regeln wir die Verhütung?

Lernziele:

Die Jugendlichen haben sich mit ihren Vorstellungen bezüglich Partnerschaft und Liebe auseinandergesetzt und sich mit den Klassenkamerad*innen ausgetauscht. Sie können wichtige Werte innerhalb einer Beziehung benennen und darauf aufbauend Schritte nachvollziehen, die zum „ersten Mal“ führen können. Die Jugendlichen wissen, dass es in der Sexualität und konkret beim Geschlechtsverkehr um Einvernehmlichkeit geht und dass niemand dazu überredet oder gezwungen werden darf.

Die Schüler*innen wissen, dass es wichtig ist, zu verhüten, wenn man sich vor Geschlechtskrankheiten und vor Schwangerschaft schützen möchte.

Wahlmodul 2 „Vielfalt“

Dauer: 90 min.

Inhalte:

Die Jugendlichen setzen sich mit dem Geschlechterbegriff auseinander und überlegen, welche Personen sie aus Film, Fernsehen, Politik, Sport kennen, die nicht in gängige gesellschaftliche Geschlechternormen passen.

Die Schüler*innen betrachten dazu Bilder und überlegen, was gesellschaftlich als typisch männlich, typisch weiblich gilt und wie sexuelle Orientierungen unterschiedlich gesellschaftlich gewertet werden.

Die Jugendlichen setzen sich mit geschlechtlicher und sexueller Vielfalt auseinander und werden für unterschiedliche Lebensrealitäten sensibilisiert.

Sie überlegen, wie sie im Alltag Geschlecht erleben und wie sie in Bezug auf Partnerschaft, Sexualität, Frau- oder Mann-sein leben wollen.

Lernziele:

Die Jugendlichen wissen, dass es geschlechtliche und sexuelle Vielfalt gibt und dass alle geschlechtlichen Identitäten gleichwertig nebeneinander stehen. Die Schüler*innen haben sich damit auseinander gesetzt, dass es einen gesellschaftlichen, religiösen, familiären, kulturellen und medialen Einfluss auf alles gibt, was als „Norm“ bezeichnet wird und dass es schwer, aber auch interessant sein kann, „das Eigene“ heraus zu finden.

Die Jugendlichen haben anhand von konkreten Beispielen die Möglichkeit erhalten, sich in die unterschiedliche Lebensrealitäten einzufühlen.

Wahlmodul 3 „Familienplanung“

Dauer: 90 Min. (180 Min. mit Teenagerschwangerschaften)

Inhalte:

In diesem Modul wird das Thema Schwangerschaft und Schwangerschaftskonflikt aus dem Basismodul weiter vertieft. Ausgehend davon, wie und ab wann sich eine Schwangerschaft feststellen lässt, wird ein Schwangerschaftsverlauf sowie die Entwicklung des Kindes von befruchteter Eizelle bis hin zum Baby anhand von Bildmaterial besprochen.

In der Gruppe werden verschiedene Lebensentwürfe (z.B. mit oder ohne Kinder) und Familienkonstellationen (z.B. Regenbogenfamilien) diskutiert und ein Blick auf die persönliche Rolle als mögliches Elternteil geworfen. Es werden Rollen von Vater und Mutter und Eltern allgemein in der Gesellschaft betrachtet und ins Verhältnis zu eigenen Vorstellungen gesetzt.

Ein besonderer Blick wird auf den Schwangerschaftskonflikt geworfen und gemeinsam wird überlegt, wie sich jemand in einer solchen Situation fühlen könnte, was die Person tun könnte und was ihr helfen würde. Außerdem werden Möglichkeiten der Beratung und Unterstützung im Falle eines Schwangerschaftskonfliktes und die gesetzlichen Bestimmungen für einen Schwangerschaftsabbruch aufgezeigt.

ACHTUNG!

Bei Interesse besteht bei diesem Modul die **Vertiefungsmöglichkeit** zum Thema Teenagerschwangerschaft. Dabei wird der Film „Vierzehn“ gemeinsam angeschaut und die Vorteile sowie Risiken einer (sehr) frühen Schwangerschaft betrachtet. Das Modul dauert dann insgesamt 180 Minuten.

Lernziele:

Die Schüler*innen wissen, was mögliche Anzeichen für eine Schwangerschaft sind und wann und wie sich eine Schwangerschaft feststellen lässt. Sie kennen die Entwicklung des Babys von der Eizelle bis zur Geburt.

Sie haben sich damit auseinandergesetzt, was es für sie selbst bedeuten würde, Eltern zu werden und kennen unterschiedliche Lebens- und Familienentwürfe. Die Schüler*innen setzen sich mit dem Schwangerschaftsabbruch auseinander und kennen dazu den rechtlichen Rahmen in Deutschland. Sie wissen um den kostenlosen Beratungsanspruch und der ergebnisoffenen Beratungspraxis der Schwangerenberatungsstellen.

Bei der Vertiefung zum Thema Teenagerschwangerschaft bekommen die Schüler*innen durch den Film einen Einblick, was es bedeutet, als Teenager Eltern zu werden. Sie setzen sich mit den Vor- und Nachteilen auseinander und prüfen das Gesehene in Bezug auf ihren Lebensentwurf.

Wahlmodul 4 „Medien und Sexualität“

Dauer: 90 min.

Inhalte:

Der Zugang zum Internet ist heute alltäglich. Egal ob über Smartphone und Tablet oder über Computer und Laptop, für Jugendliche gibt es verschiedene Möglichkeiten, die viele von ihnen auch aktiv nutzen. In diesem Modul geht es darum zu reflektieren, welche Möglichkeiten es durch „neue Medien“ gibt, etwas über Sexualität zu erfahren, Sexualität kennenzulernen und diese auch auszuleben.

Die Jugendlichen setzen sich mit Pornografie auseinander und gehen in den Austausch darüber. Sie lernen, dass Pornografie oft nichts mit Realität zu tun hat und warum sie trotzdem interessant sein kann. Chancen und Risiken des Konsums werden besprochen. Die Schüler*innen diskutieren über Dating-Apps, Sexting und Cybersex. Es werden Fragen erörtert und besprochen, welche Möglichkeiten es gibt Social-Media-Kanäle zu nutzen, um Partner*innen zu finden, Fotos von sich zu teilen und Erotik zu erleben. Vorteile und Nachteile werden ausführlich reflektiert.

Empfehlung ab 18 Jahren: Gesellschaft 5.0: Wie finde ich meine*n Traumpartner*in. Was versprechen Tinder & Co? Und welche Möglichkeiten gibt es, mit diesen Plattformen umzugehen?

Lernziele:

Die Schüler*innen setzen sich mit neuen Medien auseinander. Sie erörtern, welchen Einfluss diese auf ihren Alltag haben, wo und wie sie Beziehung(en) beeinflussen können.

Sie können über Pornografie sprechen und verstehen, warum diese eine starke Anziehungskraft für Viele haben kann. Sie wissen, dass Pornos keine Realität widerspiegeln und dass ein unreflektierter Konsum beeinflussend und unter Umständen schädlich sein kann.

Die Schüler*innen wissen, was Cybersex und Sexting bedeuten und kennen Risiken, wenn eigene (erotische) Fotos an andere versendet werden.

Sie kennen Dating-Apps wie Tinder und setzen sich damit auseinander, welche Auswirkungen diese auf heutige Beziehungsgestaltung hat.

Wahlmodul 5 „Gesundheit“

Dauer: 90 min.

Inhalte:

Wenn es um Verhütung geht, ist meist der Schutz vor einer ungeplanten Schwangerschaft gemeint. Das Thema Gesundheit steht eher am Rande. In diesem Modul rückt die sexuelle Gesundheit in den Mittelpunkt. Dabei geht es zum einen darum, ausführlich über sexuell übertragbare Krankheiten (STI: sexual transmitted infections) zu informieren: Wie kann ich mich durch entsprechende Verhütung, Hygiene und Vorsorge vor einer Übertragung schützen und was mache ich, wenn ich Anzeichen für eine Infektion bei mir feststelle? Nicht nur HIV, sondern auch weniger bekannte Krankheiten wie Syphilis, Chlamydien, Gonorrhöe, Hepatitis oder andere werden besprochen. Darüber hinaus werden andere Krankheiten thematisiert, wie z.B. eine Pilzinfektion oder eine Blaseninfektion, die im Kontext von Sexualität auftreten, aber keine klassische STIs sind. Die für Mädchen empfohlene HPV- Impfung wird kurz erklärt. Hier wird ein Augenmerk darauf gesetzt, das Bewusstsein der Schüler*innen im Umgang mit dem eigenen Körper zu stärken und es werden frauen- und männergesundheitliche Tipps gegeben.

Zum anderen geht es darum, zu besprechen, welche Auswirkungen hormonelle Verhütungsmittel auf den Körper haben können und welche alternativen Verhütungsmethoden es gibt. Auch das Sprechen über Sexualität wird thematisiert und Hemmungen sollen abgebaut werden, auch negative Dinge wie beispielsweise STIs anzusprechen.

Empfehlung ab 18 Jahren: Vertiefend für Schüler*innen kann besprochen werden, wie Sexualität das Leben bereichern kann, was für einen selbst gelingende Sexualität ausmacht und wie Paare offen über ihre Sexualität sprechen können.

Lernziele:

Die Schüler*innen wissen, welche sexuell übertragbaren Krankheiten es gibt, wie man sich vor Ansteckung schützt und was man im Falle einer möglichen Infektion machen bzw. an wen man sich wenden kann.

Sie kennen die Auswirkungen von hormonellen Verhütungsmitteln und kennen Alternativen zur hormonellen Verhütung.

Die Schüler*innen diskutieren über frauen*- und männer*gesundheitliche Themen und setzen sich damit auseinander, wie sie Sexualität und Partnerschaft gestalten wollen.

Wahlmodul 6 „Gewaltfreie Beziehungen“

Dauer: 90 Min.

Inhalte:

Ein respektvoller und liebevoller Umgang ist eine Grundvoraussetzung für Liebesbeziehungen. Trotzdem kommt es innerhalb von Partnerschaften immer wieder zu Grenzüberschreitungen. Gemeinsam erörtern wir mögliche Warnzeichen, um die Jugendlichen für ihre Bedürfnisse und Grenzen zu sensibilisieren. Die Jugendlichen setzen sich aktiv mit Gewalt-Dynamiken auseinander und besprechen Folgen von Partner*innengewalt. Wir stoßen eine Auseinandersetzung mit eigenen inneren Werten und Einstellungen auch auf dem Hintergrund von Vorstellungen gegenüber der eigenen Geschlechterrolle an.

Wir informieren über Einrichtungen, die Hilfe und Beratung beim Thema Gewalt anbieten.

Lernziele:

Die Schüler*innen wissen, was Anzeichen von Grenzüberschreitungen bzw. Gewalt innerhalb einer Beziehung sein können und dass sowohl Mädchen*/Frauen* als auch Jungen*/Männer* betroffen sind. Sie können persönliche Warnzeichen benennen und haben sich diesbezüglich in Kleingruppen ausgetauscht.

Die Jugendlichen haben anhand eines realen Beispiels Gewalt-Dynamiken erlebt und wissen um mögliche Schwierigkeiten in der Abgrenzung.

Die Schüler*innen kennen Anlaufstellen gegen (sexuelle) Gewalt in ihrer Umgebung, die ihnen weiterhelfen können.

Wahlmodul 6 „Schönheitsideale“

Dauer: 90 Minuten

Inhalte:

„You are so beautiful“. Schönheit ist in aller Munde und wird auf jedem Bildschirm oder Werbeplakat normiert dargestellt. Alle Menschen, so auch Kinder, sind diesen Botschaften ausgesetzt.

Die Schüler*innen setzen sich mit dem Thema Schönheit auseinander. Sie sammeln Begriffe, wie sie Schönheit definieren und was Schönheit für sie ausmacht. Klassische Zuschreibungen für „Mann“ und „Frau“ werden herausgearbeitet und daraus herrschende Rollenbilder skizziert. Anhand von Medien wie z. B. Film und Werbung werden die dort vermittelten Rollenbilder kritisch betrachtet und besprochen, wie Medien die Selbst- und Fremdwahrnehmung beeinflussen.

Die Jugendlichen überlegen sich, was ihnen an sich selbst gefällt, was an anderen und wie sie es schaffen können, sich selbst mehr zu mögen. Es wird vermittelt: jede*r ist gut so, wie er*sie ist.

Lernziele:

Die Schüler*innen haben sich mit dem Schönheitsbegriff auseinandergesetzt und kennen Begriffe, mit denen Schönheit definiert wird. Sie können außerdem für sich selbst sagen, was sie als schön empfinden.

Sie können Bildmaterialien mit „geschärftem Blick“ betrachten und manche Bilder als bearbeitet erkennen. Sie wissen, dass dieses Phänomen der Bildbearbeitung Menschen beeinflussen kann und zu einem verzerrten Schönheitsideal beiträgt.