

**Konzept für sexualpädagogische Arbeit an  
Schulen und in Gruppen**

Verfasser:  
Frauen beraten/ donum vitae e.V.  
Neumühle 6a  
52349 Düren  
Tel.: 02421- 555 87 0 - Fax: 02421 – 555 87 15  
e-mail: donum.vitae.dueren@arcor.de

## **Gesetzliche Grundlage (§2SchKG)**

### **Beratung in Fragen von Sexualität und Familienplanung**

Dazu gehören

- Hilfe zur Klärung von Sexualität und Familienplanung
- Anregung zur Auseinandersetzung mit Körper- und Fruchtbarkeitsbewusstsein
- Stärkung der partnerschaftlichen Kommunikation über den Umgang mit Sexualität und Fruchtbarkeit
- Informationen über Methoden der Empfängnisregelung unter Einbeziehung ethischer Kriterien
- Hinweis auf weitere Fachleute
- Mitwirkung an der Bewusstseinsbildung ethischer Grundüberzeugung von Wert und Würde jedes menschlichen Lebens
- Unterstützung bei der Sexualerziehung in Bildungseinrichtungen, Kindergärten, Schulen, Jugendfreizeiteinrichtungen und Erwachsenenbildung

Da wir die Sexualität nicht unabhängig vom Lebensalltag der Jugendlichen betrachten können, liegt unserem Konzept ein ganzheitlicher und umfassender Ansatz der Sexualprävention zu Grunde.

### **Ziele**

#### **1) Einen verantwortungsvollen Umgang mit Sexualität und Liebe fördern**

- **Auseinandersetzung mit ethischen Fragen/Werten**  
In der heutigen werteppluralen Gesellschaft ist es für Jugendliche zunehmend schwierig, einen eigenen Standpunkt zu finden. Wir halten es für wichtig, gesellschaftliche Werte (sowohl der Jugendkultur als auch der „klassischen“ Gesellschaft) zu beleuchten, zu hinterfragen und Raum zu geben, eigene Ideen und Werte zu entwickeln.
- **Ungewollte Schwangerschaften vermeiden**  
Teenagerschwangerschaften stehen häufig in Zusammenhang mit unbewussten Wünschen von Wiedergutmachung der eigenen emotionalen Verletztheit („das eigene innere Kind füttern“), dem Wunsch nach „Erwachsen sein“ und Abnabelung aus der eigenen Herkunftsfamilie. Auch die nicht zufriedenstellende Ausbildungssituation lässt Mädchen die klassische Frauenrolle zunehmend attraktiv erscheinen. Wir versuchen (unrealistische) Lebensbilder zu hinterfragen und fördern die praktische Verantwortung, die jedes Mädchen und jeder Junge für ihre/ seine Lebenssituation und Lebensweg hat.
- **Verantwortung im Umgang mit Verhütung unterstützen**  
Sexualität zu leben heißt, Verantwortung für sich und den/die PartnerIn zu übernehmen. Wir möchten informieren, welche Möglichkeiten der Verhütung es gibt. Die Vor- und Nachteile der einzelnen Verhütungsmittel sind hierbei genauso Thema wie Fragen nach dem Aussehen und der praktischen Anwendung.

- **Handlungskompetenz steigern**  
Damit Wissen in Handlung umgewandelt werden kann, muß sowohl praktisches Handeln erprobt (z.B. wie benutzt man ein Kondom) als auch Handlungsbarrieren überlegt und besprochen werden (darf ich dann noch „Stop“ sagen und wie mache ich das, wann spreche ich das Thema an).
- **Wissensvermehrung über körperliche Vorgänge**  
Um den eigenen Körper verstehen und annehmen zu können, benötigen Jugendliche Wissen über die eigene Entwicklung und Entwicklungsspannbreite des menschlichen Körpers. Die Frage nach dem was „normal“ ist, spielt hierbei immer eine große Rolle und muß zuverlässig beantwortet werden.

## 2) Liebevollen Umgang mit sich selbst fördern

- **Innere Stimme wahrnehmen**  
Dem eigenen Gefühl zu trauen und sich darauf verlassen zu können, schenkt Jugendlichen Selbstvertrauen und Sicherheit. Wir möchten mit Gedanken- und Wahrnehmungsübungen der eigenen Stimme mehr Raum geben.
- **Wahrnehmung und Akzeptanz der eigenen sexuellen Ausrichtung fördern**  
Wenn die Gefühle und Wünsche sich eher homo- oder bisexuell orientieren, sind viele Jugendliche sehr verunsichert und benötigen Unterstützung, sich selbst zu akzeptieren und brauchen Möglichkeiten sich mit anderen auszutauschen.
- **Lernen Fragen zu stellen**  
Wer gelernt hat, seine Fragen und Unsicherheiten dem/der PartnerIn anzuvertrauen, macht sich angreifbar und liebenswert. Gemeinsam Antworten zu finden oder Ideen zu entwickeln, durch wen und wo die Fragen beantwortet werden können, verbindet und stärkt das Selbstbewusstsein.
- **Eigene Stärken, Schwächen und Grenzen wahrnehmen**  
Wir möchten die Jugendlichen unterstützen, sich selbst ein- und liebevoll-schätzen zu lernen mit allen Licht- und Schattenseiten der eigenen Persönlichkeit.
- **Angemessene Sprache finden**  
Unsere Sprache über Sexualität ist stark abhängig von dem, was wir in unserem Lebensumfeld hören. Eine Sprache zu finden, die nicht medizinisch trocken oder unangenehm ist, ist für jeden anders. Wir versuchen, mit den Jugendlichen Sprache zu untersuchen und einen reicheren Sprachschatz zu entdecken.

## Methoden

**Um diese Ziele zu erreichen stützen wir uns auf 3 Säulen, die den kognitiven, emotional-spirituellen und praktischen Bereich beinhalten.**

### **a) Wissen**

- über den eigenen Körper >> Entwicklung
- über den männlichen oder weiblichen Körper
- Verhütung/ Safer Sex

### **b) Selbst-bewusstsein / Intuition**

- meine Werte
- meine Wünsche
- meine Grenzen
- meine Lebensbilder (Sex, Partnerschaft, Ehe + Familie, Beruf)

### **c) Hilfestellen vor Ort / Abbau von Schwellenängsten**

- Gynäkologen
- Beratungsstellen
- Ämter

Unser Ansatz zielt immer darauf ab, die Eigenkompetenz zu stärken und den/die Jugendliche/n in seiner/ihrer Einzigartigkeit ernst zu nehmen.

Wichtig ist natürlich auch zu wissen, daß dies nicht der Rahmen für eine Therapie oder Einzelberatung ist. Bei ganz speziellen Problemen oder Funktionsstörungen verweisen und vermitteln wir an die entsprechenden Beratungsstellen oder Therapeuten.

Weiterhin birgt dieser Ansatz auch keine Garantie/oder Kontrolle ungewollte Schwangerschaften zu vermeiden, sondern setzt auf Anregung, Austausch, Information und Reflexion.

Der Bereich der Sexualprävention beinhaltet so viele verschiedene Aspekte, daß es uns unmöglich erscheint, all diese Themen und Fragestellungen auf einmal zu besprechen. Deshalb halten wir es für sinnvoll, einen thematischen Schwerpunkt zu setzen und mehrere Unterrichtseinheiten zu planen.

Es ergibt sich natürlich die Frage, warum wir glauben, daß es Sinn macht, dass die BeraterInnen einer Beratungsstellen diese Aufgabe übernehmen, wenn es doch „eigentlich“ im Rahmen der Lehrrichtlinien vorrangig Aufgabe der LehrerInnen ist.

Wir alle wissen und haben auch in der Beratungsarbeit die Erfahrung gemacht, daß es für die meisten Menschen schwierig ist, über wirklich intime Fragen und Probleme zu sprechen.

Besonders bei Jugendlichen ist die Scham groß, „nicht wissend“ oder unerfahren zu sein. In einem geschützten, anonymen Rahmen Fragen stellen zu dürfen und gleichzeitig zu wissen, daß die Beraterin auch wieder aus dem Lebensumfeld herausgeht, erleben viele Jugendliche als sehr entlastend. Hinzu kommt, daß wir durch die tägliche Beratungsarbeit viel Erfahrung mit dieser Thematik haben und somit über eine angemessene Sprache verfügen.

Auch viele LehrerInnen empfinden unser Angebot als entlastend. Sie erleben es als problematisch bei dieser Thematik als „Vorbild“ persönlich zur Verfügung stehen zu wollen und gleichzeitig die eigenen Grenzen zu wahren. Besonders dann, wenn die Unterrichtseinheiten mehr als biologisches Wissen vermitteln sollen.

LehrerInnen haben berechtigte Sorgen sich den SchülerInnen zwischen den Rollen als „Lehrende/Wissende“ als auch als „Fragende“ zu präsentieren. Denn sie wissen um die Rollenkonflikte, die hierbei entstehen können. Auch für sich persönlich beschreiben die LehrerInnen es als angenehm, nicht zu persönliche Dinge über die von ihnen zu benotenden Schüler zu wissen.

Weiterhin halten wir es für sinnvoll, wenn SchülerInnen erleben wie Beratungsstellen und Beraterinnen arbeiten und somit auch Schwellenängste verlieren, sich in einer wirklichen Notsituation an entsprechendes Fachpersonal zu wenden.

## **Rahmenbedingungen**

Um die von uns beschriebenen Themen angemessen bearbeiten zu können, müssen die nachfolgenden Rahmenbedingungen mit der Lehrkraft geklärt werden:

### **1) Vorgespräch**

Es sollte ein Vorgespräch mit dem/der LehrerIn stattfinden in der Themenwünsche von der Lehrkraft als auch den SchülerInnen besprochen werden. Evtl. kann auch ein kurzes Gespräch mit den SchülerInnen stattfinden und eine Box aufgestellt werden in der Fragen anonym gestellt werden dürfen.

### **2) Örtlichkeiten**

Es muss gemeinsam überlegt werden, ob die Veranstaltungsreihe sinnvoller in der Beratungsstelle oder der Schule/Einrichtung stattfindet. Dies ist abhängig von der Thematik, der Gruppengröße als auch von den Örtlichkeiten selber.

### **3) Freiwilligkeit**

Wir halten es für wichtig, daß die SchülerInnen freiwillig an dem Angebot teilnehmen können. Für desinteressierte SchülerInnen bitten wir die Lehrkräfte den üblichen Unterricht anzubieten.

### **4) Ohne Lehrkräfte**

Wir halten es aufgrund der oben beschriebenen Situation für besser, wenn diese Unterrichtseinheiten ohne Lehrkräfte stattfinden und die SchülerInnen auch die Sicherheit haben, daß keine persönlichen Informationen über sie weitergegeben werden.

Gleichzeitig sind wir natürlich gerne bereit die Lehrkräfte über Methoden, Stimmung, Verlauf und grundsätzliche Themen zu informieren.

### **5) Personenzahl**

Wir möchten die SchülerInnenzahl auf 12-14 begrenzen, weil unserer Erfahrung nach größere Gruppen der Thematik nicht gerecht werden können. In dieser Gruppengröße arbeiten wir in der Regel mit 2 Beratungskräften.

Gerne bieten wir auch mehrere Gruppen an.

## **6) Geschlechtertrennung**

Bei den meisten Themen ist es sehr sinnvoll, geschlechtsgetrennt zu arbeiten. Dies beugt auf der einen Seite gegenseitigem Imponierverhalten vor; auf der anderen Seite bietet sich so die Möglichkeit mädchen- als auch jungenspezifische Themen zu bearbeiten.

Wir sind immer bemüht mit einem männlichen Berater zu kooperieren, da die geschlechtsspezifische Ansprache so noch besser gelingt.

## **7) Zeitlicher Rahmen**

Unserer Erfahrung nach ist ein Zeitrahmen von mindestens 2 Doppelstunden a 1,5 Zeitstunden nötig, um Vertrauen aufzubauen und genügend Zeit für Methoden und Auswertungen zu haben.

Bei Interesse sind wir auch gerne bereit, thematische Schwerpunkte z.B. im Rahmen einer AG zu bearbeiten.

## **8) Methoden**

Die Auswahl der Methoden ist immer abhängig vom Thema, der Anzahl der Teilnehmenden und der Einschätzung der Gruppensituation.

In der Regel werden Einzel-, Partner- und Gruppenübungen angeboten.

Exemplarisch seien hier genannt:

- Krabbelsack
- Statements (z.B. 4-Ecken-Spiel)
- Rollenspiele (z.B. Dr.-Sommer-Spiel)
- Würfelspiele
- Unfertige Geschichten von Gruppen zu Ende denken lassen
- Entspannungsübungen
- Körperübungen
- Skalierungen
- Partnerinterview
- Werbespots

Im Bedarfsfall werde den SchülerInnen Informationsbroschüren zu unterschiedlichen Themen ausgehändigt, damit das in den sexualpädagogischen Einheiten Erfahrene weiter vertieft werden kann.

Für 4 Unterrichtsstunden entstehen der Klasse Unkosten von 30,00 Euro.