



SEXUALPÄDAGOGISCHE MATERIALSAMMLUNG

FÜR FACHKRÄFTE DER KINDER-, JUGEND-, UND FAMILIENHILFE



Gliederung

GRUNDLAGEN

der sexualpädagogischen Arbeit in der Kinder-, Jugend-, und Familienhilfe

RAHMENBEDINGUNGEN

zum Aufbau einer sexualpädagogischen Veranstaltung

METHODEN ZU DEN THEMEN

■ Kennenlernen

■ Warming Up

■ Sexualpädagogische Themenfelder

- Sexuelle Aufklärung
- Werte und Normen
- Sinne und Sinnlichkeit
- Spannungsfeld der Kulturen
- Geschlechtliche und sexuelle Vielfalt/Identität
- Sexualität und Sprache
- Sexualpädagogik und sexualisierte Gewalt

■ Reflexion

■ Materialien (Literatur, Filme, Spiele, Spots to Clips, Links)

Grundlagen der sexualpädagogischen Arbeit in der Kinder-, Jugend-, und Familienhilfe

Der gesellschaftliche Wandel berührt aktuell zentrale Aspekte von Beziehung und Sexualität. Ob Pluralisierung von Beziehungs- und Lebensformen, der Umgang mit digitalen Medien, die Auflösung eindeutiger Entwürfe von Männlichkeit und Weiblichkeit, der (vermeintlich) offene Umgang mit Sexualität in der Öffentlichkeit, verbale Unsicherheiten nicht nur im privaten Bereich und nicht hinreichendes Wissen zur Gestaltung von verantwortlich gelebter Sexualität: Es gibt nach wie vor Unsicherheiten bei Jugendlichen und (jungen) Erwachsenen, die eine gezielte Thematisierung in der sexualpädagogischen Arbeit bedürfen, um Wissenslücken zu schließen sowie Klarheit und Orientierung zu schaffen.

Die sexualpädagogisch tätigen Fachkräfte stellen als Personen das zentrale Medium im sexualpädagogischen Vermittlungsprozess dar. Neben Weiterbildungsmaßnahmen und Selbstreflexion der Praxis bedürfen Praktiker:innen attraktives Handwerkzeug, um sich auf ihre Zielgruppen bestmöglich vorzubereiten, sexualpädagogische Gruppenangebote zu konzipieren und durchzuführen.

Im Mittelpunkt der pädagogischen Angebote gehören Methoden, die die verbale und non-verbale Kommunikation jedes Einzelnen initiieren. Ziel und Auftrag der sexualpädagogisch Tätigen ist die Entwicklung einer individuellen Reflexions- und Handlungskompetenz bei den Zielgruppen. Die Methoden sind hier Mittel zum Zweck, um die Kompetenzen zu befördern.

Die vorliegende Materialsammlung wurde von einer bundesweiten fachdienstinternen Arbeitsgruppe erstellt und möchte Praktiker:innen in ihren Planungsprozessen von sexualpädagogischen Angeboten unterstützen, inspirierend wirken und Lust machen, etwas auszuprobieren.

Ausgehend vom jeweiligen Handlungsauftrag bietet die vorliegende Sammlung Grundlagen zur Konzeption von sexualpädagogischen Gruppenangeboten (wie plane ich beispielsweise eine Einheit?), stellt untergliedert nach thematischen Schwerpunkten Methoden vor und gibt Empfehlungen zur vertieften Auseinandersetzung in Form von Literaturempfehlungen, weiterführende Links und Filmeempfehlungen.

Rahmenbedingungen zum Aufbau einer sexualpädagogischen Veranstaltung

1. Welche Rahmenbedingungen müssen erfüllt sein

- Schulplattform muss bekannt sein
- Digitales Format von Arbeit aus erlaubt
- Datenschutz
- Schüler:innen alt genug um sich selbst einzuloggen (ab 7. Klasse)
- Die vorhandene Plattform verwenden mit vorheriger Abfrage des Datenschutzes

2. Welche Rahmenbedingungen müssen für Sexualpädagog:innen vor Ort vorliegen

- Büro
- Gruppenraum
- Geschützter Raum
- Vor Ort in der Schule

3. Möchte ich digital mit Schüler:innen arbeiten und was brauche ich dafür?

- Partner:innen
- Gute Alternative, wenn live nichts möglich ist
- Gute Fortbildung
- Digital ist öfter und mit größerer Zielgruppe möglich
- Zwei Bildschirme?

4. Wo stoßen die digitalen Angebote an ihre Grenzen?

- Mimik/Gestik der Schüler:innen nicht immer sichtbar
- Persönliche Themen schwer besprechbar
- Schüler:innen können sich eher verstecken
- Man bekommt allgemein nicht viel mit
- Eigene Präsenz weniger spürbar

5. Welche Chancen bieten digitale Formate?

- Man kann sich besser vorbereiten
- Bildschirm schützt auch
- Zu Zeiten von Pandemie nutzbar
- Man hält den Kontakt, um Wissen zu vermitteln

Aufbau einer sexualpädagogischen Veranstaltung

- Ankommen/Vorstellung/
Programm vorstellen
- Rahmen klären und
Gruppenregeln vereinbaren
- Kennenlernen: Vorstellung der
Teilnehmer:innen
- Methodischer Einstieg: Wup z. B.:
Sextabu, Kreisspiele, Quiz usw.
- (Arbeiten mit anonymen Fragen)
- Inhaltliches Arbeiten zu den Fragen
der Teilnehmer:innen
- Zeit für „freie Fragerunde“ einplanen
- Abschluss mit Feedbackmöglichkeit
- Kontaktadressen hinterlegen

Allgemein:

- Vom Leichten zum Schweren
- Vom Unverbindlichen zum Persönlichen
- Vielfältig: Je länger die Veranstaltung dauert
- Vom Bekannten zum Unbekannten
(bei regelmäßigen Veranstaltungen)
- Welches Setting braucht es, um eine
offene Atmosphäre zu erreichen?

Aufbau einer digitalen sexualpädagogischen Veranstaltung

Beispiel für eine Onlineveranstaltung (90 min):

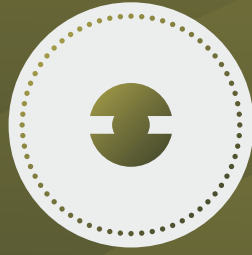
- Vorstellung in der Klasse (eigenes Treffen vor
der Veranstaltung)
- Möglichkeiten anonym Fragen zu stellen
(z. B. über www.menti.com)
..... 10-15 min
- Eigene Vorstellung/Programmablauf skizzieren
- Rahmen klären und Gruppenregeln vereinbaren
- Kennenlernen: Vorstellung der Teil-
nehmer:innen (methodisch)
..... 10-15 min
- Methodischer Einstieg: Quiz
- Inhaltliches Arbeiten zu den Fragen der
Teilnehmer:innen (Vorbereitete Spots und
Methoden passend zu den anonymen Fragen)
 - Clip zum Thema Beziehung
 - Kleingruppenarbeit: Was ist mir wichtig
in Beziehung ...
 - ...
- Zeit für „freie Fragerunde“ einplanen
..... 60-70 min
- Abschluss mit Feedbackmöglichkeit
- Kontaktadressen hinterlegen
..... 5-10 min

Themenfelder
der Materialsammlung/
inhaltliche Methoden

METHODEN



Digitale Methoden
sind mit diesem
Symbol markiert!



KENNENLERNEN

METHODEN IN DIESER KATEGORIE UNTERSTÜTZEN
DIE KONTAKTAUFNAHME UND VERTRAUENSBILDUNG



Kategorie: Kennenlernen

Methode: Alle, die ...



Sozialform: Gruppenarbeit

TN-Zahl: Klassenstärke

Zeit: 5-10 Minuten

Ziel/Ziele: Kennenlernen der Gruppe; Aktivierung zu Beginn des Workshops

Ablauf:

- Ein Stuhl weniger als Gruppengröße
- Ein/e Teilnehmer:in ist in der Mitte und fragt z. B: „Alle, die heute mit dem Bus gekommen sind“
- Alle, auf die diese Aussage zutrifft stehen auf und suchen einen neuen Platz.
- Kann im Lauf des „Spiels“ auch mit Fragen zum Thema gespielt werden (alle, die schon einmal verliebt waren usw.).

Material:

- Kein Material erforderlich

Hinweise und

Erfahrungen:

- Guter bewegter Einstieg dadurch möglich
- Kann am Ende nochmals wiederholt werden zur Evaluation der Veranstaltung (alle, die heute etwas Neues gelernt haben ...)

**Weiterführende
Informationen:**

Kategorie: Kennenlernen
Methode: Ball auf Wanderschaft



Sozialform: Gruppe
TN-Zahl: Klassenstärke
Zeit: 5-10 Minuten
Ziel/Ziele: Kennenlernen der Namen, Aktion der Teilnehmer:innen

- Ablauf:**
- Ein Ball wird von der Gruppenleitung an eine/n Teilnehmer:in geworfen.
 - Die Person wird mit Namen genannt.
 - Der Ball wird weiter geworfen, bis alle Teilnehmer:innen ihren Namen genannt haben.
 - Dann wird in der gleichen Wurfreihenfolge der erste Ball geworfen, kurz danach wird ein weiterer Ball in der gleichen Reihenfolge hinterher geworfen.
 - Kann mit drei oder auch vier Bällen wiederholt werden.

- Material:**
- Drei bis vier kleine Schaumstoffbälle

- Hinweise und Erfahrungen:**
- Fröhlicher Beginn
 - Fördert Konzentration
 - Jeder Name ist im Raum

Weiterführende Informationen:



WARMING UP

METHODEN IN DIESER KATEGORIE UNTERSTÜTZEN DIE
AKTIVIERUNG UND DEN ABBAU VON HEMMUNGEN



Kategorie: Warming Up
Methode: Ich – Ich nicht/Ja oder nein



Sozialform: Gruppe
TN-Zahl: Maximal 20 Personen/Klassenstärke
Zeit: Ca. 15 Minuten
Ziel/Ziele: Einstieg in das Thema; Auffrischung

- Ablauf:**
- Zwei gegenüberliegende Wände mit „ICH/JA“ und „ICH NICHT/NEIN“ kennzeichnen.
 - Es wird eine Frage gestellt und jedes Gruppenmitglied muss sich einer Seite zuordnen.
 - Fragen können z. B. sein:
 - Wer ist heute mit dem Rad gekommen?
 - Wer hat schon mal einen Jungen/Mädchen leidenschaftlich geküsst?
 - Bist du zur Zeit verliebt?
 - Wer hat schon mal die intensive Nähe zu einem Freund/Freundin des gleichen Geschlechts gesucht?
 - Haben deine Eltern dich aufgeklärt?
 - Wer hat schon mal Sex gehabt? Etc.
 - Anschließend wird reflektiert über Gefühle und Gedanken während des Spiels. Welche Fragen waren leicht, welche schwer zu beantworten? Wie war es in einer kleinen Gruppe oder ganz allein zu stehen?

- Material:**
- Zwei Blätter mit der Aufschrift „ICH/JA“ und „ICH NICHT/NEIN“
 - Kleber/Tesa/Frageliste

- Hinweise und Erfahrungen:**
- Für einen lockeren Einstieg in das Thema.
 - Zu Beginn dieser Methode erhalten die Teilnehmer:innen einen Überblick über die Klassengemeinschaft/Wie verstehen sich die Schüler:innen untereinander
 - Wichtig ist, dass altersangemessene Fragen gestellt werden.

Weiterführende Informationen: Die Methode ist aus dem Heft „Handlungsorientierte Methoden für die Aids- und Sexualaufklärung mit geschlossenen Gruppen“ von der BZgA

Kategorie: Warming Up
Methode: Der große Preis



Sozialform: Schulklasse, größere Gruppe, Kleingruppe
TN-Zahl: Maximal 30 Personen
Zeit: 45 Minuten
Ziel/Ziele: Spaß, Wissen wird getestet/vermittelt, Kooperation, Absprachen untereinander nötig

- Ablauf:**
- 2 bis 3 Gruppen werden gebildet. Es gibt verschiedene Themenbereiche.
 - 5 Fragen pro Themenbereich – je nach Schwere können Punkte von 20, 40, 60, 80, 100 erarbeitet werden.
 - Die Gruppe wird dazu aufgefordert, sich untereinander abzusprechen bevor die Antwort gegeben wird. Das führt zur Diskussion untereinander.
 - Konkurrenz zur anderen Gruppe spornt an, mehr Punkte zu erwerben.
 - Gewinn: Gummibärchen o. ä. – für Sieger und Trostpflaster für andere.

- Material:**
- Quizkarten – am besten laminiert,
 - evtl. Stellwand, Pinnadeln

- Hinweise und Erfahrungen:**
- Wird sehr gut angenommen.
 - Von der 6. bis zur 10. Klasse
 - Die Fragen und Themenbereiche können leicht aktualisiert und angepasst werden.
 - Mindestens sechs Themenbereiche sollten zur Wahl stehen.

Weiterführende Informationen:

Kategorie: Warming Up
Methode: Der Wind weht für alle



Sozialform: Gruppe
TN-Zahl: Unbegrenzt
Zeit: 10 Minuten
Ziel/Ziele: Zum Ankommen und Kennenlernen untereinander

- Ablauf:**
- Teilnehmer:innen setzen sich in einen Stuhlkreis-
 - Moderator:innen stehen in der Mitte und beginnen den Satz „der Wind weht für alle, die ...“
 - Einbringen von Fragen zur persönlichen Situation.
Zunächst simple Aussagen, anschließend themenbezogen
 - zum Beispiel: „die ausgeschlafen sind“, „die weiße Schuhe tragen“, „die gerne Schokolade essen“,
 - zu Freundschaft, Flirten, Verliebt sein: „die wissen, wann ihr Eisprung ist“, „die einen regelmäßigen Zyklus haben“
 - Diejenigen, für die jeweils die Aussage zutrifft, tauschen die Plätze

- Material:**
- Stühle

- Hinweise und Erfahrungen:**
- Eignet sich auch gut für Gruppen, die sich vorab noch nicht untereinander kennen
 - Wir beginnen unser Projekt in der 6. Klasse zu den Themen: „...“
 - Für diskussionsscheue Gruppen
 - Teilnehmer:innen können gefragt werden, ob sie selbst noch eine Aussage äußern möchten.
 - Die Bewegung lockert auf; nicht zu lange in einer Antwort-Ecke stehenlassen (keine langatmigen Erklärungen/Begründungen).

Weiterführende Informationen:

Kategorie: Warming Up
Methode: Gordischer Knoten



Sozialform: Großgruppe
TN-Zahl: 15 bis 20 Personen
Zeit: 15 Minuten
Ziel/Ziele: Das Spiel fördert die Konzentration aller Teilnehmer:innen. Alle sind aufgefordert, sich mit Kreativität und Körpereinsatz einzubringen, dadurch wird die Atmosphäre gelockert und gute Laune verbreitet.

Ablauf:

- Eine Person wird bestimmt und verlässt den Raum.
- Alle Teilnehmer:innen stehen zueinander im Kreis und halten ihre Hände in die Mitte. Mit jeder Hand greifen Sie eine Hand aus der Mitte, nur nicht beide Hände derselben Person.
- Nun betritt die ausgewählte Person wieder den Raum, und versucht den Knoten zu lösen, indem sie die Teilnehmer:innen bewegt, ohne die Verbindungen untereinander zu lösen.

Material:

- Kein Material erforderlich

Hinweise und Erfahrungen:

- Fördert Konzentration und Zusammenhalt in der Gruppe
- Die Teilnehmenden sind überrascht und stolz, dass sich jeder Knoten lösen lässt.
- Abwandlung: Die Lehrkraft versucht, den Knoten zu lösen.
- Alle Teilnehmenden zusammen versuchen, den Knoten zu lösen.

Weiterführende Informationen:

Kategorie: Warming Up
Methode: Ich bin die Liebe, wer passt zu mir?



Sozialform: Gruppe ab 10 Personen
TN-Zahl: Maximal 30 Personen
Zeit: 10-15 Minuten
Ziel/Ziele: Auflockerung, Abbau von Hemmungen, Einstieg ins Thema

Ablauf:

- Drei Stühle werden benötigt. Die Liebe sitzt in der Mitte und fragt: „Wer passt zu mir?“
- Zwei Teilnehmer:innen, die eine Idee dazu haben, setzen sich an die Seiten z. B. Eifersucht und Freund.
- Die Liebe entscheidet, wer zu ihr passt (z. B. Freund) und verlässt mit dieser Person den Platz.
- Jetzt setzt sich die Eifersucht in die Mitte und sagt: „Ich bin die Eifersucht, wer passt zu mir?“

Material:

- 3 Stühle

Hinweise und Erfahrungen:

- Fördert die Lebendigkeit
- Gruppe sollte sich untereinander kennen

Weiterführende Informationen:

Kategorie: Warming Up
Methode: Ja, Nein, Weiß nicht



Sozialform: Gruppe
TN-Zahl: Beliebige große Gruppe
Zeit: 10 Minuten
Ziel/Ziele: Die Teilnehmer:innen sollen im Thema gut ankommen. Der/die Moderator:in und die Schüler:innen sollen ein Gefühl für den Gesprächsbedarf und Wissensstand bekommen. Durch die Methode kommt auch ein bisschen Bewegung in die Gruppe. Bei sehr zurückhaltenden Gruppen kann Neugierde geweckt werden.

- Ablauf:**
- Die Schüler:innen sitzen im Kreis.
 - Die drei Karten „Ja“, „Nein“ und „Weiß nicht“ werden im Raum auf dem Boden verteilt.
 - Fragen/Statements werden vorgelesen.
 - Die Schüler:innen sollen sich ganz spontan auf die Karte stellen, die für sie als Antwort in Frage kommt.

Methode am Beispiel „Fruchtbarkeit, Verhütung“

- Die Eizelle lebt nach dem Eisprung 14 Tage.
- Die Spermien können im Frauenkörper 5 Tage überleben?
- Ein Baby kann auch ohne Geschlechtsverkehr entstehen.
- Beim ersten Mal reißt das Jungfernhäutchen.
- Eine Frau und ein Mann haben während der Blutung Geschlechtsverkehr.
Kann ein Baby entstehen, wenn sie nicht verhüten?

- Material:**
- Große Karten mit „Ja“, „Nein“ und „Weiß nicht“ (am besten laminiert)

- Hinweise und Erfahrungen:**
- Diese Methode eignet sich für alle Altersstufen und Schularten, um Neugierde zu wecken und schnell in ein Thema einzusteigen bzw. es aufzufächern.
 - Diese Methode kann für jedes Thema abgewandelt werden, in dem andere Fragen oder Statements aufgestellt werden.

Weiterführende Informationen:

Kategorie: Warming Up

Methode: 21



Sozialform: Gruppe

TN-Zahl: Klassenstärke

Zeit: 5-10 Minuten

Ziel/Ziele: Spiel dient der Konzentration, z. B. nach einer Pause

Ablauf:

- Alle stehen im Kreis.
- Die Teilnehmenden müssen sich in der Art verständigen (z. B. durch Blickkontakt), dass sie bis 21 zählen können, ohne dass zwei Personen gleichzeitig sprechen.
- Sprechen zwei Personen, beginnt das Zählen von vorn
- Applaus, wenn die Gruppe es geschafft hat.

Material:

- Kein Material erforderlich, die Gruppe stellt sich im Raum auf.

Hinweise und

Erfahrungen:

- Bis jetzt hat es noch jede Gruppe geschafft, die Zahl 21 zu erreichen.
- Manche Gruppen benötigen wenige Runden, manchmal dauert es auch länger.
- Gruppe wird ruhig und konzentriert.

**Weiterführende
Informationen:**

Kategorie: Warming Up
Methode: Meinungsspiel



Sozialform: Gruppe
TN-Zahl: Klassenstärke
Zeit: 10-20 Minuten
Ziel/Ziele: Einstimmung in das Thema, erste Meinungsbildung, Positionsbestimmung, wo steht die Gruppe zum Beginn der Veranstaltung?

Ablauf:

- Die Gruppe trifft sich an einer Seite des Raums
- Thesen zum anstehenden Thema sind formuliert und werden vorgetragen
- Alle Teilnehmenden finden eine Haltung zur These: Die These stimmt oder stimmt nicht und ordnen sich zu.
- Es darf in der Gruppe diskutiert werden.
- Nach dem Stimmungsbild (alle haben sich zugeordnet) löst der/die Pädagog:in auf oder bringt die Parteien in Diskussion miteinander.

Material:

- Im Gruppenraum zwei Ecken markieren mit: „Stimmt“/„Stimmt nicht“
- Thesen zu dem Thema formulieren, welches bearbeitet werden soll, z. B.
 - Verhütung ist Frauensache.
 - Mädchen mit vorehelichen Sexualerfahrungen sind Schlampen.
 - In Deutschland gibt es ein Recht auf Schwangerschaftsabbruch.
 - Jede siebte Schwangerschaft in Deutschland wird abgebrochen.
 - Heutzutage muss es keine unerwünschten Schwangerschaften mehr geben.

Hinweise und Erfahrungen:

- Sehr gut geeignet, um die „Redefreude“ in der Gruppe zu wecken
- Thesen beliebig anpassbar, mit einfacher These zur Einstimmung beginnen
- Bewegung für die Gruppe, auflockernd nach z. B. langem Schultag
- Lässt sich auch im Stuhlkreis durchführen, dann für alle Teilnehmenden jeweils eine Karte mit „Stimmt“/„Stimmt nicht“ in verschiedenen Farben (z. B. grün/orange) vorbereiten und je nach Entscheidung hoch halten

Weiterführende Informationen: Hilfreich, wenn man Thesen belegen kann, z. B. mit Statistik, Gesetzestext, Erhebungen ...

Kategorie: Warming Up
Methode: Montagsmaler



Sozialform: Gruppe
TN-Zahl: Klassenstärke
Zeit: 15-25 Minuten
Ziel/Ziele: Auflockerung, Thema näherbringen

Ablauf:

- Die Schüler:innen werden in zwei Gruppen eingeteilt.
- Ein/e Teilnehmer:in jeder Gruppe zeichnet innerhalb einer vorgegebenen Zeit (ca. 30-60 Sekunden) themenbezogene Begriffe auf ein Papier. Die eigene Gruppe muss die gezeichneten Begriffe schnellstmöglich erraten, ohne dabei zu sprechen.

Material:

- Flipchart
- Stift
- Begriffskärtchen

Hinweise und Erfahrungen:

- Geeignete Einstiegsmethode, um sich mit den Begrifflichkeiten und dem Thema vertraut zu machen.
- ab ca. 12 Jahren

Weiterführende Informationen: siehe auch www.liebesleben.de

Kategorie: Warming Up
Methode: Tierfamilien



Sozialform: Großgruppe (Methode zur Kleingruppenbildung)
TN-Zahl: Klassenstärke
Zeit: Ca. 10 Minuten
Ziel/Ziele: Kleingruppenbildung, Spass, Bewegung, Körperkontakt

Ablauf:

- Es sollen beispielsweise drei Gruppen à vier Personen gebildet werden.
- Alle Teilnehmer:innen bekommen Kärtchen, auf dem ein Tier und eine Rolle steht.
 - Schaf Vater
 - Schaf Mutter
 - Schaf Sohn
 - Schaf Tochter
 - Barsch Vater
 - Barsch Mutter
 - Barsch Sohn
 - Barsch Tochter
 - Elefant Vater
 - Elefant Mutter
 - Elefant Sohn
 - Elefant Tochter
- Während Musik läuft, gehen alle Teilnehmer:innen durch den Raum und tauschen wild die Kärtchen mit allen, denen sie begegnen.
- Bei Musikstop machen alle das Geräusch oder die Bewegung, die zum Tier gehört. Sie dürfen nicht miteinander reden.
- Die Tierfamilien versuchen sich möglichst schnell zu finden und auf einen Stuhl zu setzen: immer zuerst der Vater, dann die Mutter, dann der Sohn, dann die Tochter.
- Gewonnen hat die schnellste Gruppe.
- Etwa nach dem dritten Durchgang ist die Tierfamilie die Kleingruppe.

Material:

- Stühle (Anzahl: Ein Viertel der Teilnehmer:innen-Zahl)

Hinweise und Erfahrungen:

- Gruppe muss sich auf Körperkontakt (übereinander sitzen) einlassen können.
- Bei Fobi vom isp kennengelernt, dort war es ein Riesenspaß

Weiterführende Informationen: www.isp-sexualpaedagogik.org

Kategorie: Warming Up
Methode: Renovierung, Umzug, Erdbeben (Triadenbildung)



Sozialform: Großgruppe mit Kleingruppenbildung
TN-Zahl: Durch drei teilbare Gruppe beliebiger Größe
Zeit: 10-15 Minuten
Ziel/Ziele: Spass, Bildung von Dreiergruppen

- Ablauf:**
- Es steht eine Zahl von Stühlen im Kreis, die einem Drittel der Teilnehmer:innen-Zahl entspricht.
 - Es bilden sich Triaden, von der je eine Person sitzt und die beiden anderen stehen und gemeinsam mit ihren Händen ein Dach bilden. In der Mitte steht ein/e Überflüssige:r.
 - Er/Sie schreit entweder Umzug oder Renovierung oder Erdbeben.
 - **Umzug:** Die Stehenden, die das Dach bilden, wechseln die Plätze im Raum. Dabei dürfen sie nicht wieder als Paar zusammentreffen.
 - **Renovierung:** die Sitzenden wechseln die Plätze.
 - **Erdbeben:** Alle wechseln die Plätze. Die Triade darf nicht zusammenbleiben. Zwei davon dürfen gemeinsam in der neuen Triade sein.

- Material:**
- Stühle (ein Drittel der Teilnehmer:innen-Zahl)

- Hinweise und Erfahrungen:**
- Als Fobi-TN viel Spass gemacht

Weiterführende Informationen: www.isp-sexualpaedagogik.org

Kategorie: Warming Up
Methode: Vorstellungsrunde Bilderteppich



Sozialform: Großgruppenarbeit, für ganze Klasse
TN-Zahl: Maximal 30 Personen
Zeit: 20-30 Minuten (je nach Redebedarf)
Ziel/Ziele: Vorstellung des Namens, einen Zugang zum Thema finden, persönliches Mitteilen

- Ablauf:**
- In der Mitte des Stuhlkreises liegen 30-60 Din A4 große laminierte Bilderkarten.
 - Jede/r wählt eine Karte aus und darf diese in der Hand halten. Doppelt kann auch ausgesucht werden, dann beginnt ein/e Teilnehmer:in mit der Vorstellung.
 - Die Anleitung stellt Impulsfragen zur Auswahl:
 - Was an dem Bild spricht mich an?
 - Was hat vielleicht etwas mit mir zu tun?
 - Von diesem Bild grenze ich mich ab!
 - Das Bild gefällt mir, weil
 - Das Bild ist interessant, lustig, weil ...

- Material:**
- Karten, Postkarten, laminierte Ausdrücke, Bilderkarten mit Abbildungen/ Fotos/Piktogrammen unterschiedlicher Art (Regenbogenflagge, div. Beziehungskonstellationen, Emojis, Politiker:innen, Persönlichkeiten, Schauspieler:innen), möglichst große Bandbreite wählen.
 - Alternativ auch Postkarten möglich, dann müssen sich die Teilnehmer:innen aber bewegen, um etwas erkennen zu können.

- Hinweise und Erfahrungen:**
- Ist niedrigschwellig und mit jeder Altersklasse und Gruppengröße durchzuführen.

Weiterführende Informationen:

Kategorie: Warming Up
Methode: Penivagitus



Sozialform: Großgruppenarbeit, für ganze Klasse
TN-Zahl: Maximal 30 Personen
Zeit: 20-30 Minuten (je nach Redebedarf)
Ziel/Ziele: Auflockerungsübung; einen Zugang zum Thema finden; sich trauen vielfältig Synonyme zu sammeln; Körperteile benennen; reflektieren, was Worte auslösen können, welche Grenzen jede Person hat (schon bei Gesprochenem)

- Ablauf:**
- Auf die Tafel/einen Flipchartbogen werden drei Überschriften geschrieben.
1. Penis/2. Vagina/3. Koitus
 - Die Anleitung fragt, welche Synonyme, welche Begriffe kennt ihr noch für die o. g. Begriffe. Die Teilnehmenden dürfen einfach reinrufen, was ihnen spontan einfällt
 - Impulsfragen hierzu können sein:
 - Was machen die Worte mit mir?
 - Welche Begriffe sind für mich akzeptabel?
 - In welchem Kontext ist welches Wort ok/nicht ok?

- Material:**
- Tafel und Kreide oder Flipchartbogen und Filzstifte

- Hinweise und Erfahrungen:**
- Dient zur Auflockerung
 - Je nach Vertrauensverhältnis der Gruppe sollte darauf geachtet werden, dass mögliche Grenzüberschreitungen benannt bzw. kommuniziert werden.

Weiterführende Informationen:



THEMENFELDER

METHODEN IN DIESER KATEGORIE SIND UNTERTEILT IN
SEXUALPÄDAGOGISCHE THEMENFELDER UND UNTERSTÜTZEN
DIE INHALTLICHE HERANFÜHRUNG/AUSEINANDERSETZUNG



Kategorie: Themenfeld
Sexuelle Aufklärung

Methode: „Das Verhütungsspiel“ im XXL-Format



Sozialform: Gruppe

TN-Zahl: 15 bis maximal 20 Personen

Zeit: 45 Minuten

Ziel/Ziele: Spielerisch erarbeiten sich die Teilnehmenden Körpervorgänge und Basiswissen; Informationen zu Verhütungsmitteln, sexuelle Orientierung usw. können gezielt platziert werden; Teilnehmende und „Verhütungsmethoden“ spielen gegeneinander, Sieger ist, welche Partei zuerst ihr Ziel erreicht hat.

Ablauf:

- Das komplette Spiel kann gemietet werden.
- Alle Teilnehmenden erhalten eine Spielfigur (Samenfäden) und bewegen würfelnd ihre Figur durch das Feld hin zur Eizelle.
- Als Gegenspieler baut sich ein „Verhütungsmemory“ würfelnd durch die Runden auf.
- Stilisierte Verhütungsmittel können auf dem Spiel platziert werden.

Material:

- „Das Verhütungsspiel“ im XXL-Format mit Spielfeld, Spielfiguren, Würfel, Verhütungsmemory, Zyklusuhr und Anleitung
- Großer Raum zur Auslage des Spielfeldes
- Evtl. ergänzend Verhütungskoffer

Hinweise und Erfahrungen:

- Erfahrungen reichen von Grundschule über Realschule Plus bis in die Abschlussklasse, Migrantenarbeit.
- Sehr lebendig, weil alle immer in Bewegung sind.
- Sehr niederschwellig, weil große Sympathie für die Spielfiguren besteht.

Weiterführende www.Waltraud-Meuser.de

Informationen: www.waltraud-meuser.de/sexualpaedagogik/das-verhuetungsspiel/



Kategorie:	Themenfeld Sexuelle Aufklärung
Methode:	Dialog der Geschlechter: Was wir schon immer mal wissen wollten. „Jungen fragen – Mädchen fragen“
Sozialform:	Gruppe/Kleingruppe
TN-Zahl:	Klassenstärke
Zeit:	30-40 Minuten
Ziel/Ziele:	Gruppendynamischer Themenaustausch, Auseinandersetzung mit dem Geschlecht und Erwartungshaltung

- Ablauf:**
- Die Schüler:innen werden in geschlechtergetrennte Gruppen eingeteilt.
 - Jede Gruppe erhält ein Plakat, worauf anonym fünf Fragen für die jeweils andere Gruppe aufgeschrieben werden. Abstimmung und Abfragung in der Gruppe verläuft zum Teil anonym.
 - Nachdem alle Fragen aufgeschrieben wurden, werden sie der anderen Gruppe ausgehändigt, anonym beantwortet und wieder ausgetauscht, um die Antworten zu besprechen.

- Material:**
- Zwei Plakate, Stifte

- Hinweise und Erfahrungen:**
- Gruppenaustausch in einem vertrauten Rahmen
 - Anonyme Erfahrungen: Abfragung (z. B. Augen geschlossen und aufzeigen)
 - Bei Fragen wie z. B. „Wie viele von euch hatten ...“ sind grobe Zahlenwerte vorteilhaft, beispielsweise die Hälfte, 2/3 der Jungs/Mädchen etc.

Weiterführende Informationen:

Kategorie: Themenfeld
Sexuelle Aufklärung

Methode: Gesprächskreis Sexualität



Sozialform: Gruppe

TN-Zahl: Klassenstärke

Zeit: 50-60 Minuten

Ziel/Ziele: Wissensvermittlung, Gruppendynamischer Themenaustausch, sexualpädagogische Aufklärung

Ablauf:

- Die Schüler:innen werden in geschlechtergetrennte Gruppen eingeteilt.
- Fragen und Themen zu Verhütung, Sexualität, Liebe, Partnerschaft etc. werden im Gesprächskreis besprochen.

Material:

- Fragen aus dem Schulbesuch, Methodenkiste (z. B. verschiedene Holzpenisse, vereinzelt Verhütungsmethoden, Kondom, weibliches und männliches Geschlechtsorgan als Paami, Menstruationsartikel, Spekulum etc.)

Hinweise und Erfahrungen:

- Intensiver Gruppenaustausch in einem vertrauten Rahmen

Weiterführende Informationen:

Kategorie: Themenfeld
Sexuelle Aufklärung

Methode: Gesprächskreis Verhütung



Sozialform: Gruppe

TN-Zahl: Klassenstärke

Zeit: 40-50 Minuten

Ziel/Ziele: Wissensvermittlung, Gruppendynamischer Themenaustausch, sexualpädagogische Aufklärung

Ablauf:

- Die Schüler:innen werden in geschlechtergetrennte Gruppen eingeteilt
- Kennenlernen verschiedener Verhütungsmethoden, Kondomanwendung, Selbsterfahrung

Material:

- Methodenkiste bzw. Verhütungskiste

Hinweise und Erfahrungen:

- Intensiver Gruppenaustausch in einem vertrauten Rahmen

Weiterführende Informationen:

Kategorie: Themenfeld
Sexuelle Aufklärung

Methode: Grabbelsack



Sozialform: Kleingruppe

TN-Zahl: 12 Personen

Zeit: Mindestens 60 Minuten

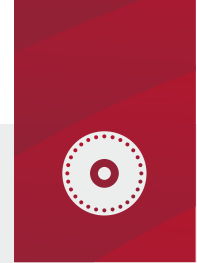
Ziel/Ziele: Kennenlernen von Verhütungsmethoden in lockerer Atmosphäre

- Ablauf:**
- Die Leitung gibt einen blickdichten Sack, Beutel oder eine Tasche herum, der/die mit unterschiedlichen Verhütungsmitteln und Gegenständen aus sexualpädagogischen Zusammenhängen gefüllt ist.
 - Jede/r Teilnehmer:in entnimmt ohne hineinzuschauen einen Gegenstand und versucht zu erklären, um was es sich handelt.
 - Darüber hinaus kann auch ein Erfahrungsaustausch stattfinden.

- Material:**
- Ein blickdichter Sack, Beutel oder Tasche und diverse Verhütungsmittel, Hygieneartikel (Tampons) und Hilfsmittel, die beim Geschlechtsverkehr zum Einsatz kommen können.

- Hinweise und Erfahrungen:**
- Die Gruppe sollte sich gut kennen und Vertrauen zueinander haben, wenn die Methode weiterführend bearbeitet wird und die Teilnehmer:innen über ihre eigenen Erfahrungen mit Verhütungsmitteln berichten.

**Weiterführende
Informationen:**



Kategorie: Themenfeld
Sexuelle Aufklärung

Methode: Spiel: Oh Woman
Thema Menstruation

Sozialform: Kleingruppe; Bildung von zwei Gruppen

TN-Zahl: Zwei Kleingruppen à 4 Personen; Spiel auch zu zweit möglich

Zeit: 20-30 Minuten

Ziel/Ziele: Methode dient der Auseinandersetzung mit dem Thema Menstruation in spielerischer Atmosphäre und der Vermittlung von Körperwissen.

- Ablauf:**
- Holzspielbrett und Spielweise nach Art des Kalaha-Spiels
 - Die Spielleitung oder eine Gruppe stellt eine Frage von den Fragekarten an die andere Gruppe.
 - Wird die Frage richtig beantwortet, können die Spielsteine bewegt werden.
 - Es gewinnt die Gruppe, die die meisten Spielsteine gesammelt hat.

- Material:**
- Das Spiel kann online bestellt werden; Kosten: 39,90 Euro

- Hinweise und Erfahrungen:**
- Das Spiel ist auch für wenig kommunikative Gruppen geeignet.
 - Für größere Gruppen können auch nur die Fragekarten verwendet werden.

Weiterführende Informationen: <https://ohwoman.de>

Kategorie: Themenfeld
Sexuelle Aufklärung

Methode: Weißt Du Bescheid? Quiz



Sozialform: Kleingruppen, Gesamtgruppe

TN-Zahl: 10 bis maximal 30 Personen

Zeit: 15-60 Minuten

Ziel/Ziele: Vermittlung von Wissen über Fruchtbarkeit/körperliche Vorgänge bei Frauen und Männern und Verhütung Pille/Kondom

Ablauf:

- Bildung von Kleingruppen von vier bis fünf Personen
- Jede Frage hat drei Antwortmöglichkeiten.
- Die Kleingruppe berät sich
- Gruppen halten nach Aufforderung die entsprechende Antwortkarte (A/B/C) hoch.
- Jede Frage und die entsprechenden Antworten werden ausführlich erklärt, z. B. anhand der Zyklusschnur, etc.

Material:

- Fragen und Antwortkarten laminiert
- Zyklusschnur (Paomi), Holzpenisset (verschiedene Größen), Pille/Kondom, Beckenquerschnitt Frau/Mann (auf Plane gedruckt)

Hinweise und Erfahrungen:

- Ideale Form der Wissensvermittlung
- Durch die Abstimmung in der Kleingruppe ist jeder beteiligt.

Weiterführende Informationen:

Kategorie: Themenfeld
Sexuelle Aufklärung

Methode: Sex-Activity



Sozialform: Großgruppe

TN-Zahl: Maximal 30 Personen

Zeit: 30-60 Minuten

Ziel/Ziele: Einführung in die Körper- und Sexualaufklärung

Ablauf:

- Die Großgruppe wird in zwei Gruppen geteilt; diese spielen gegeneinander.
- Den einzelnen Teilnehmer:innen werden verschiedene Begriffe vorgegeben, die sie durch Umschreibung, Pantomime oder Zeichnung darstellen sollen.
- Die je eigene Gruppe versucht den Begriff innerhalb von 30 Sekunden zu erraten.
- Für jeden erratenen Begriff erhält die Gruppe einen Punkt.
- Die Gruppe mit den meisten Punkten gewinnt.

Material:

- Flipchart, Karten mit Begriffen

**Hinweise und
Erfahrungen:**

- Kann zu jeglichen Themengruppen umgewandelt werden

**Weiterführende
Informationen:**

Kategorie: Themenfeld
Sexuelle Aufklärung

Methode: Sex-Quiz mit Klingel



Sozialform: Gruppe

TN-Zahl: Maximal 20 Personen

Zeit: 15 Minuten

Ziel/Ziele: Informations- und Wissensvermittlung an die Teilnehmenden

Ablauf:

- Die Großgruppe wird in zwei Kleingruppen aufgeteilt.
- Beide Gruppen spielen gegeneinander.
- Die Klingel wird zwischen beiden Gruppen positioniert.
- Die/Der Moderator:in stellt Fragen:
 - Wo und wann werden die Eizellen einer Frau gebildet?
 - Wann beginnt ein Zyklus?
 - Wie lange dauert ein Zyklus?
 - Wie oft und wann findet ein Zyklus statt?
 - Welche Hormone sind im Zyklusgeschehen beteiligt?
 - Wie viele Spermienzellen sind in einem Ejakulat?
 - Wo werden sie gebildet?
 - Wo findet die Befruchtung statt?
 - ...
- Wer die Antwort weiß, betätigt die Klingel.
- Bei richtiger Antwort, gibt es einen Punkt.
- Bei falscher Antwort, darf die gegnerische Mannschaft antworten.
- Die Gruppe mit meisten Punkten gewinnt.
- Die Gewinner:innen bekommen einen Preis; z. B. Liebestee

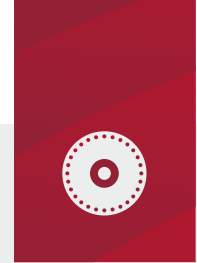
Material:

- Eine Klingel
- Vorbereitete Fragen und richtige Antworten

Hinweise und Erfahrungen:

- Gute Informationsquelle, da sich daraus weiterführende Gespräche ergeben

Weiterführende Informationen:



Kategorie:	Themenfeld Sexuelle Aufklärung
Methode:	Simulation einer Infektionsausbreitung am Beispiel der Chlamydieninfektion
Sozialform:	Großgruppe
TN-Zahl:	Maximal 30 Personen
Zeit:	10 Minuten Spielzeit mit anschließendem theoretischen Input
Ziel/Ziele:	Prinzip einer Infektion und deren Verbreitung im Spiel verdeutlichen

- Ablauf:**
- Zwei Teilnehmende sind „infiziert“, spielen als Team gegen den Rest der Gruppe
 - Mit einem Virus (z. B. Plüschtier) versucht das Team, die umherlaufenden Teilnehmenden zu berühren bzw. abzuwerfen.
 - Wer das Virus hat, muss stehenbleiben. Die beiden Teampartner:innen dürfen sich bewegen und sich gegenseitig das Virus zuwerfen.
 - Alle Getroffenen/Berührten bleiben stehen, können sich nicht weiter am Spiel beteiligen

- Material:**
- Großer Raum oder begrenzte Fläche im Freien
 - Ein Gegenstand, welcher das Virus darstellen soll und mit dem man sich nicht verletzen kann
 - Sehr gute Erfahrungen gibt es mit den darstellenden Plüschtieren, (siehe unten)

- Hinweise und Erfahrungen:**
- Diese Methode macht viel Spaß!
 - Anhand des Spielverlaufs kann man ein Infektionsgeschehen erklären.
 - Schutzmechanismen (Ideen) können erarbeitet bzw. entwickelt werden.

Weiterführende Informationen: Siehe auch: <https://riesenmikroben.de/products/chlamydia>
Weitere Figuren: Filzlaus, Hepatitis, Herpes, HIV, Syphilis, Tripper, ...

Kategorie: Themenfeld
Sexuelle Aufklärung

Methode: Wer fühlt denn sowas?



Sozialform: Kleingruppen

TN-Zahl: 5 bis maximal 7 Personen

Zeit: 40 Minuten

Ziel/Ziele: Haptisches Erspüren von Geschlechtsorganen;
„Opener“ für theoretische Inputs bzw. Fragen der Teilnehmenden

Ablauf:

- PAOMI-Figuren sind Aufklärungsmodelle, die innere und äußere Geschlechtsteile und Organe haptisch erfahrbar machen.
- Die Gruppe kennt die Figuren zunächst nicht.
- Einem Teilnehmenden werden die Augen verbunden, dann ertastet dieser ein Modell und beschreibt der Gruppe, was er ertastet.
- Nacheinander werden so mehrere Modelle in die Gruppe gegeben und erarbeitet.

Material:

- PAOMI-Aufklärungsmodelle
- Ein Schal zum Verbinden der Augen
- Evtl. Verhütungskoffer

Hinweise und Erfahrungen:

- Sehr niederschwellig, bei den Teilnehmenden wird Freude geweckt.
- Angenehm haptische Erfahrung, die dem Original recht nahekommt.
- Regt die Gruppe zu Fragen an.

Weiterführende Informationen: www.paomi.de/
www.paomi.de/aufklaerungsmodelle/

Kategorie: Themenfeld
Sexuelle Aufklärung

Methode: Wie tickt mein Körper?



Sozialform: Großgruppe

TN-Zahl: 5 bis 25 Personen

Zeit: 45 bis 60 Minuten

Ziel/Ziele: Wissensvermittlung: Zyklus und weibliche Geschlechtsorgane;
Andere Themen können mit derselben Methode erarbeitet werden

Ablauf:

- Die Teilnehmenden sitzen im Halbmond auf dem Boden oder auf Stühlen.
- In der entstandenen Mitte präsentieren die Praktiker:innen Material, z. B. „Paomi“ und thematisch passende Fragekarten, womit der weibliche Zyklus erarbeitet und die Möglichkeit der Entstehung von Leben auch durch einen Kurzfilm aufgezeigt werden kann.

Material:

- „Paomi“ (part of mine) sind Aufklärungsmodelle aus Pannesamt und machen Geschlechtsorgane und -teile sichtbar und haptisch erfahrbar. Der Anbieter hält Modelle zur Sexualaufklärung und Körperwissen bereit.
 - Für diese Übung wären das Zyklusmodell und das Zyklusband geeignete Modelle.
- Man kann sich als Praktiker:in mit den anderen Modellen in beliebige andere Themen einarbeiten.
 - Decke und darauf Platz für „Paomi“ und Berater:innen sowie thematisch erstellte Fragekarten

Hinweise und Erfahrungen:

- Bevorzugt Mädchengruppen

Weiterführende Informationen: www.paomi.de
Miracle of life – YouTube: www.youtube.com/watch?v=IM2-8se6pp8
BZGA “Dem Leben auf der Spur“



Kategorie: Themenfeld
Sexuelle Aufklärung

Methode: Verhütungsmittel – Wer bin ich

Voraussetzung: Mikrofon, Kamera oder Chatfunktion

Zeit: 15 bis 20 Minuten

Ziel/Ziele: Aufklären über Verhütungsmittel, Wissen austauschen

Ablauf:

- Den Teilnehmenden werden Aussagen vorgelesen, die ein Verhütungsmittel umschreiben.
- Wer glaubt die richtige Antwort zu kennen, zeigt auf.
- Stimmt die Antwort, gibt es einen Punkt.
- Erweiterung: Nach Beantwortung, ein Bild des Verhütungsmittels zeigen.

Beispiel:

- Kondom:
Doppelt bin ich unsicherer/Bei mir kommt es auf die Breite an/Manchmal bin ich bunt/Schmiere mich nicht mit Öl ein/Ich schütze auch vor sexuell übertragbaren Infektionen/Ich fange das Sperma auf

Hinweise und Erfahrungen:

- Bei dieser Übung wird ein gewisses Grundwissen über Verhütungsmittel vorausgesetzt und ist deshalb nach dem Themeninput zu Verhütungsmitteln einzusetzen.
- Die Aussagen sollten individuell an die Altersklassen und Vorwissen der Teilnehmenden angepasst werden.

Weiterführende Informationen:



Kategorie: Themenfeld
Sexuelle Aufklärung

Methode: Das erste mal (Vier-Ecken-Spiel)

Voraussetzung: Mikrofon, Kamera, Bildschirm teilen, Stempelfunktion für Teilnehmer:innen

Zeit: 15 bis 20 Minuten

Ziel/Ziele: Austausch zum Thema erstes Mal Sex

- Ablauf:**
- Es werden Fragen vorgelesen zu denen sich die Teilnehmenden positionieren sollen. Dafür müssen sie Zugriff zum Dokument haben, um z. B. die Stempelfunktion zu nutzen. Über Zoom möglich.
 - Variation: Fragen stellen bei denen zwischen „JA“ (Ecke 1) und „NEIN“ (Ecke 2) entschieden werden soll. „JA“, „Alter spielt keine Rolle.“, „NEIN“

- Beispiel:**
- Was ist das richtige Alter um sein erstes Mal zu haben?
13-14 Jahre – ab 16 Jahre – nach der Ehe –
wenn man Lust dazu hat, egal wie alt man ist

- Hinweise und Erfahrungen:**
- Im Zentrum könnte ein Kreis oder eine andere Form als weiterer Stempelbereich dienen, wenn eine Person unentschlossen ist oder sich keiner Antwortmöglichkeit zuordnen möchte.

**Weiterführende
Informationen:**

Kategorie: Themenfeld
Werte und Normen

Methode: Thema Pubertät 3-Ecken-Methode



Sozialform: Einzelarbeit

TN-Zahl: Maximal 30 Personen

Zeit: 20 Minuten

Ziel/Ziele: Eigene Auseinandersetzung mit Pubertät und körperlichen Veränderungen
Die Schüler:innen kommen miteinander ins Gespräch und erkennen, dass sie mit ihren Entwicklungserfahrungen nicht allein sind.

Ablauf:

- Drei Plakate werden im Raum verteilt mit folgenden Statements:
 - Pubertät – Zeit der Veränderung (was hat sich verändert?)
 - Am meisten mag ich an meinem Körper:
 - Am meisten stresst mich in der Pubertät:
- Die Schüler:innen gehen zu jedem Plakat und notieren eigene Erfahrungen.
- Die Plakate werden besprochen und die Inhalte diskutiert.

Material:

- Drei Flipchart-Papiere, Stifte

Hinweise und Erfahrungen:

- Geeignet für sechste bzw. siebte Jahrgangsstufe

Weiterführende Informationen:

Kategorie: Themenfeld
Werte und Normen

Methode: Beziehungsgeschichten



Sozialform: Gruppe

TN-Zahl: Maximal 30 Personen

Zeit: 15 Minuten je Geschichte (zeitlich sehr variabel)

Ziel/Ziele: Die Teilnehmer:innen sollen miteinander ins Gespräch kommen und ein Gespür für unterschiedliche Wahrnehmungen, Meinungen, Werte und Situationen bekommen.

Ablauf:

- Die Teilnehmer:innen sitzen im Kreis.
- Zwischen Ihnen befindet sich eine Bewertungsskala (++, +, -, --)
- Der/Die Moderator:in erzählt eine kurze „Geschichte“. Danach sollen sich die Teilnehmer:innen auf der Bewertungsskala positionieren (noch keine Diskussion).
- Der/Die Moderator:in wandelt die Geschichte leicht ab.
- Es erfolgt eine erneute Positionierung. Bei Bedarf kann die Geschichte ein drittes Mal abgewandelt werden und eine Positionierung durch die Teilnehmer:innen erfolgen.
- Erst danach Wortmeldungen zulassen und Diskussion aufnehmen.

Material:

- Bewertungsskala auf laminierte Din A4 Karten (++, +, -, --)

Hinweise und Erfahrungen:

- Führt auch bei ruhigen Gruppen zu einer differenzierten Diskussion.

Weiterführende Informationen: Hier noch eine Beispielgeschichte aus dem Alltag von Jugendlichen:

Ausgehen! Dein/e Freund:in ist wegen der Ausbildung für 6 Wochen in Hamburg. Er/Sie kommt am Wochenende nicht nach Hause.

Du möchtest am Wochenende ausgehen. (Bei Jungs) Ein Kumpel ruft dich an. (Bei Mädchen) Eine Schulfreundin ruft dich an. Ihr geht zusammen ins Kino.

Abwandlung: Bei Jungs (eine Schulkameradin) bei Mädchen (ein Schulkamerad) ruft dich an und ihr geht alleine ins Kino.

Abwandlung: (Bei Jungs) die Ex-Freundin (bei Mädchen) der Ex-Freund ruft an. Ihr beide geht alleine ins Kino.

Gespräch: Vertrauen, Offenheit – Enge einer Beziehung.

Weitere Geschichten können je nach Thema erfunden werden.

Kategorie: Themenfeld
Werte und Normen

Methode: Freundschaftshaus/Liebeshaus



Sozialform: Kleingruppen

TN-Zahl: 4 bis 6 Personen

Zeit: Ca. 60 Minuten

Ziel/Ziele: Auseinandersetzung mit Werten und Normen in Beziehungen

Ablauf:

- Nachdem Gruppen eingeteilt wurden, überlegen die Schüler:innen was alles in einer Freundschaft wichtig ist und dazugehört.
- Je Begriff wird ein Baustein beschrieben, arrangiert und auf ein Haus (Plakat) geklebt.
- Vorstellung der einzelnen Freundschaftshäuser, anschließend Diskussion in der Gruppe.

Material:

- Plakate, kleine Zettel

Hinweise und Erfahrungen:

- Die Methode Freundschaftshaus kann auch in Liebeshaus abgewandelt werden.

Weiterführende Informationen:

Kategorie: Themenfeld
Werte und Normen

Methode: Ich bilde mir eine Meinung



Sozialform: Kleingruppe

TN-Zahl: 5 bis 15 Personen

Zeit: 20 Minuten

Ziel/Ziele: Sich mit verschiedenen Themenaspekten auseinandersetzen; Eigene Meinung äußern und reflektieren; Meinungen anderer kennenlernen und respektieren

- Ablauf:**
- Satzanfänge auf verschiedene Karten – je eine Farbe für Mädchen und Jungen
 - Bsp. Für Satzanfänge:
 - Für das erste Mal wünsche ich mir ...
 - Kondome sind ...
 - Liebe bedeutet für mich ...
 - Meine Traumfrau/mein Traummann sollte auf jeden Fall ...
 - Eifersucht ist ... usw.
 - Die Teilnehmer:innen sollen anonym Antworten/Statements zu den Satzanfängen geben.
 - Die Karten werden dann eingesammelt und an der Pinnwand/Tafel angebracht.
 - Die Karten werden vorgelesen.

- Material:**
- Verschiedenfarbige Karten
 - Ggf. Pinnwand und Nadel/Tafel mit Klebeband

- Hinweise und Erfahrungen:**
- Behutsam auf die Gefühle der Teilnehmer:innen achten. Die Beteiligung ist freiwillig und darf nicht unter Druck erfolgen.

Weiterführende Informationen:

Kategorie: Themenfeld
Werte und Normen

Methode: „Sex und Liebe“ – Methodenbox zur
Selbstbestimmung und Wahrung von Grenzen



Sozialform: Kleingruppe

TN-Zahl: Ca. 10 Personen

Zeit: 30-45 Minuten (inkl. Reflexion)

Ziel/Ziele: Teamer:innen bekommen ein Gefühl für die Gruppe und ihre Themen;
Sensibilisierung für mögliche kultur- oder geschlechtsspezifische
Unterschiede; Sensibilisierung für die unterschiedlichen Haltungen,
Meinungen und Grenzen der Teilnehmenden

Ablauf:

- Aufteilung in zwei Kleingruppen
- Jede/r erhält einen der beiden identischen Kartensätze.
- Nun sollen die Begriffe nach Wichtigkeit in einer Beziehung geordnet werden.
Es soll ein Konsens innerhalb der Kleingruppe gefunden werden.
- Gegenseitige Vorstellung und Reflexion in der Großgruppe.

Material:

- Methodenbox der Aktion Jugendschutz Bayern Nr. 07/
Sexualpädagogik „Sex und Liebe“ (Kosten: 15,50 Euro)

Hinweise und Erfahrungen:

- Die Methode eignet sich für alle Gruppen und Altersstufen,
ebenfalls für Gruppen mit kultureller Vielfalt.

Weiterführende Informationen: <https://materialien.aj-bayern.de/sexualpaedagogik/broschueren-fuer-paed-fachkraefte-und-eltern/aj-praxis-sex-und-liebe-methodenbox-zu-sexueller-selbstbestimmung-und-wahrung-von-grenzen.html>

Kategorie: Themenfeld
Werte und Normen

Methode: Partnerschaftspyramide



Sozialform: Kleingruppe

TN-Zahl: Einteilung der Klasse/Gruppe in Kleingruppen mit jeweils ca. 4 Personen

Zeit: 20 bis 30 Minuten

Ziel/Ziele: Reflexion von Werten und Rollenbildern; Bewusstwerden der Erwartungen, die an Partnerschaft/Freundschaft gestellt werden; Förderung des Gesprächs untereinander im Plenum; Diskussion

Ablauf:

- Schüler:innen erarbeiten aus vorgegebenen Bausteinen eine Partnerschaftspyramide. Was ist euch am wichtigsten in einer Beziehung? Das Fundament beinhaltet die wichtigsten Elemente.
- Je höher die Pyramide wird, desto weniger wichtig werden die genannten Aspekte im Hinblick auf die eigene Partnerschaft.
- Es kann auch „Bauschutt“ entstehen, d. h. es müssen nicht alle Bausteine verwendet werden. Vorstellung der Gruppenergebnisse und Diskussion im Plenum.

Material:

- Stifte und „Bausteine“ (=Kärtchen) mit Begriffen wie sich streiten, immer einer Meinung sein, gemeinsame Interessen, Vertrauen, Treue, sich versöhnen, Sexualität, Aussehen, sich selbst gern haben, gemeinsame Freunde usw.

Hinweise und Erfahrungen:

- Variation: Es kann auch ein Partnerschaftshaus gebaut werden.

Weiterführende Informationen:

Kategorie: Themenfeld
Werte und Normen

Methode: Positionierung zum „Kinderkriegen“



Sozialform: Größere Gruppe, z. B. Schulklasse

TN-Zahl: Nicht festgelegt

Zeit: Ca. 10 Minuten

Ziel/Ziele: Bewusst werden, wie der eigene Standpunkt zu einem Kind ist sowie von-einander-hören, weshalb andere sich anders positionieren;
Gute Überleitung zum Thema Schwangerschaftsverhütung

Ablauf:

- Es wird ein Seil in den Raum gelegt.
- Am unteren Ende liegt ein Schild „Jetzt sofort ein Kind“, in der Mitte des Seils „Mit 30 ein Kind“ und am oberen Ende des Seils „Kein Kind“.
- Die Leitung begibt sich in die Rolle einer/eines Journalist:in und bittet alle Teilnehmer:innen, aufzustehen und sich zu positionieren, wo sie sich heute sehen.
- Wer sich z. B. vorstellt, mit Anfang 20 ein Kind zu bekommen, stellt sich zwischen „Jetzt ein Kind“ und „mit 30 ein Kind“.
- Der/Die Journalist:in wählt einige Schüler:innen exemplarisch aus und interviewt sie wertfrei, z. B.:
„Aha, Sie hätten am liebsten schon jetzt ein Kind, weil Babys so süß sind?“,
„Sie wollen Anfang/Mitte 20 Kinder, wenn Sie die Ausbildung fertig haben und in einer festen Beziehung sind?“,
„Sie stellen sich vor, keine Kinder in Ihrem Leben zu bekommen, weil Sie Spaß haben wollen?“.

Material:

- 1 langes Seil
- 3 Schilder (DIN A4 Blätter laminiert)

Hinweise und Erfahrungen:

- Oft angewendet. Es ist immer eine gute Sache, dass alle aufstehen und sich stellen. Die meisten Schüler:innen haben eine Position, die sie auch vertreten können, manchmal ist es auch ein bisschen peinlich – die Wertfreiheit im Interview ist wichtig; keine/r mit einer anderen Position darf (auch von den Teilnehmer:innen) kritisiert werden.

Weiterführende Informationen: vom Institut für Sexualpädagogik
www.isp-sexualpaedagogik.org/service/materialboerse

Kategorie: Themenfeld
Werte und Normen

Methode: Schwanger – was nun? 12 Schritte



Sozialform: Kleingruppe

TN-Zahl: Maximal 20 Personen

Zeit:

Ziel/Ziele: Sich klar darüber werden, was es heißt, schwanger zu sein/ein Kind zu bekommen; zu wissen, was zu tun ist und welche Unterstützung in Anspruch genommen werden kann

Ablauf:

- Ein Mädchen und ein Junge hatten Sex miteinander. Eine Verhütung gab es nicht bzw. hat – ggf. – nicht geklappt.
- Was sind die nächsten Schritte? Folgende „12 Schritte“ werden verteilt und von den Schüler:innen nach dem Besprechen eines jeden Schritts in eine für sie richtige Reihenfolge gebracht.

- 01 Könnte ich/könnte meine Freundin schwanger sein?
- 02 Pille danach?
- 03 Schwangerschaftstest
- 04 Ärztliche Untersuchung
- 05 Wem und wie sage ich es?
- 06 Schwangerschaftsabbruch?
- 07 Ich entscheide mich/wir entscheiden uns für das Kind.
- 08 Adoption – Vertrauliche Geburt – Babyfenster/Babyklappe?
- 09 Ich gehe während der Schwangerschaft regelmäßig zu den Vorsorgeuntersuchungen.
- 10 Beratung
- 11 Ich/wir besorge/n die Dinge, die wir für das Baby brauchen.
- 12 Das Baby ist da!

Material:

- DIN A4 Blätter mit der jeweiligen Beschriftung, z. B. bunt kopiert.
- Stühle für einen Stuhlkreis

Hinweise und Erfahrungen:

- Die Methode eignet sich, um mit den Schüler:innen ins Gespräch zu kommen.

Weiterführende Informationen:

Kategorie: Themenfeld
Werte und Normen

Methode: Werte in Liebebeziehungen



Sozialform: Kleingruppen, gemischtgeschlechtliche Gruppen, mit/ohne Migrationshintergrund

TN-Zahl: Je Kleingruppe 8 bis 10 Personen, insgesamt maximal 20 Personen

Zeit: 10 bis 20 Minuten

Ziel/Ziele: Sensibilisierung für die unterschiedlichen Haltungen, Meinungen/Grenzen der Teilnehmer:innen; Schaffung einer offenen Gesprächsatmosphäre durch spielerische Methoden

Ablauf:

- Die Gruppe wird in zwei Kleingruppen aufgeteilt, von denen jede einen der beiden identischen Kartensätze erhält.
- Die Kleingruppen bekommen nun den Auftrag, die Begriffe nach Wichtigkeit in einer Beziehung zu ordnen, und somit Werte zu priorisieren.
- Am Ende der Kleingruppenarbeit soll ein Konsens gefunden werden.
- Es wird mit einem vorhandenen Seil eine Raumskala vorbereitet. Das eine Ende steht für „absolut wichtig/unverzichtbar“, das andere Ende für „nicht so wichtig/verhandelbar“ Abstufungen sind, dem Seil entlang, möglich.

Material:

- Material ist in der Methodenbox vorhanden, siehe weiterführende Informationen genaue Beschreibung der Methodenbox.

Hinweise und Erfahrungen:

- Eignet sich für diskussionsfreudige Gruppen, als auch für Gruppen, die sich nicht so gut kennen.
- Gruppen zur Vorbereitung auf die Firmung oder wenn Gruppen nicht geschlechterspezifisch geteilt werden können.

Weiterführende Informationen: <https://materialien.aj-bayern.de/sexualpaedagogik/broschueren-fuer-paed-fachkraefte-und-eltern/aj-praxis-sex-und-liebe-methodenbox-zu-sexueller-selbstbestimmung-und-wahrung-von-grenzen.html>



Kategorie: Themenfeld
Werte und Normen

Methode: YES – NO

Voraussetzung: Mikrofon, Kamera

Zeit: 15 bis 20 Minuten

Ziel/Ziele: Wahrnehmung stärken, Selbsteinschätzung und ggf. Meinung korrigieren.

Ablauf:

- Es werden Aussagen vorgelesen.
- Die Teilnehmer:innen zeigen mit ihrem Daumen, ob sie der Aussage zustimmen möchten oder nicht.

Beispiel:

- Verhütung ist ausschließlich für Frauen wichtig, damit sie nicht schwanger werden.
- Mein/e Partner:in darf mich immer überall anfassen.
- etc.

Hinweise und Erfahrungen:

- WICHTIG: Immer Aussagen erklären!
Es gibt keine falsche Antwort.
- Unterschiedliche Meinungen sind gut und wichtig, das ist auch den Teilnehmer:innen zu vermitteln.

**Weiterführende
Informationen:**



Kategorie: Themenfeld
Werte und Normen

Methode: YES – NO

Voraussetzung: Mikrofon, Kamera oder Chatfunktion

Zeit: Ca. 20 Minuten

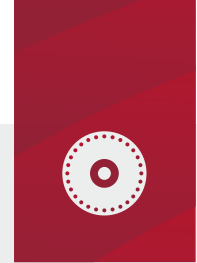
Ziel/Ziele: Ein Begriff, viele Synonyme!; Grenzen spüren und benennen; Begrifflichkeiten zum Weiterarbeiten festlegen; Anlass um politisch inkorrekte Begrifflichkeiten/ Schimpfwörter zu thematisieren.

- Ablauf:**
- Die moderierende Person liest Namen für Geschlechtsorgane und sexuelle Praktiken vor (am besten welche, die vorher bereits von der Gruppe gesammelt wurden).
 - Die Teilnehmenden zeigen über einen grünen oder roten Gegenstand vor der Kamera ob sie diesen Begriff mögen oder nicht.
 - Im Anschluss gerne Diskussion darüber und über das unterschiedliche Empfinden. Wie fühlen sich unterschiedliche Begrifflichkeiten an (abwertend, wertschätzend etc.)?

- Beispiel:**
- Schwanz
 - Muschi
 - Fotze
 - Lustgrotte
 - Fleischpeitsche
 - Untenrum
 - Schmetterling

- Hinweise und Erfahrungen:**
- Digital können Schwingungen im Raum nicht so einfach wahrgenommen werden. Deshalb ist es unbedingt notwendig, Raum zum Reden zu lassen.

Weiterführende Informationen:



Kategorie:	Themenfeld Sinne und Sinnlichkeit
Methode:	Stell dir vor, das erste Mal ist vorbei und es war schön...
Sozialform:	Großgruppe
TN-Zahl:	Maximal 30 Personen
Zeit:	30 bis 40 Minuten
Ziel/Ziele:	Selbstreflexion im Hinblick auf eigene Werte, Vorstellungen, Erwartungen; Austausch von unterschiedlichen Meinungen und Einstellungen.

- Ablauf:**
- Die Schüler:innen werden in geschlechtergetrennte Gruppen eingeteilt
 - Gemeinsam wird überlegt, wie sie sich das erste Mal vorstellen und was ihnen wichtig ist.
 - Die Punkte werden auf einem Plakat aufgeschrieben und anschließend im Plenum vorgestellt.

- Material:**
- Zwei Plakate
 - Stifte

- Hinweise und Erfahrungen:**
- Erwartungen der Jungen und Mädchen ähneln sich, welches für einige Schüler:innen entlastend sein kann.

**Weiterführende
Informationen:**



Kategorie:	Themenfeld Sexualpädagogik im Spannungsfeld der Kulturen
Methode:	Ergänzendes Angebot zur Schwangerschaftsberatung nach § 2 SchKG für Frauen mit Migrationshintergrund
Sozialform:	Milieuorientiertes, offenes Frühstücksangebot für schwangere Frauen und Mütter
TN-Zahl:	6 bis 10 Personen
Zeit:	Ca. 30 Minuten
Ziel/Ziele:	Die Gruppenteilnehmer:innen werden für das Thema Familienplanung sensibilisiert.

- Ablauf:**
- Während des Frühstücks werden die Frauen eingeladen, an einem gemeinsamen Gespräch zum Thema Familienplanung im weiteren Sinne teilzunehmen.
 - Im engeren Sinne sind die angesprochenen Themen z. B. Namensgebung, Rituale, berufliche Planung usw.
 - Die dabei von den Frauen eingebrachten Themen werden aufgegriffen für Informationsweitergabe und persönliche Beratung.

- Material:**
- Das Frühstück

- Hinweise und Erfahrungen:**
- Dieses Vorgehen ist sehr hilfreich, um Informationen über kulturelle Hintergründe zum Thema zu erfahren und damit Bedarfe zu ermitteln.
 - Die Möglichkeit auf nicht gestellte Fragen Informationen geben zu können hilft den Frauen, das Thema in Beratungsgesprächen aufzugreifen.

**Weiterführende
Informationen:**

Kategorie: Themenfeld
Geschlechtliche und sexuelle Vielfalt/Identität

Methode: Schreibgespräch mit anschließender
Reflexion/Diskussion



Sozialform: Erst Klein-, dann Großgruppe oder erst einzeln, dann Großgruppe

TN-Zahl: Kleingruppen: je 4 bis 6 Personen, Großgruppen: maximal 15 Personen

Zeit: 30 Minuten (10 Minuten Schreibgespräch/20 Minuten Diskussion in Großgruppe)

Ziel/Ziele: Die Teilnehmer:innen erhalten die Möglichkeit, sich zu verschiedenen Positionen bzgl. Themen der Sexualität (z. B. Diversität, Das erste Mal...) niedrigschwellig zu äußern und sich anschließend in einer Gruppe damit auseinanderzusetzen.

Ablauf:

- Plakate mit Sprechblasen liegen in der Mitte auf dem Boden.
- Die Teilnehmer:innen gehen drumherum.
- Die Sprechblasen sollen im „Schreibgespräch“ kurz kommentiert werden, auch, indem Bezug aufeinander genommen wird.
- Anschließend eine Minute Gelegenheit zur Gesamtbetrachtung aller Äußerungen, bevor dann die angestoßenen Meinungsprozesse im Stuhlkreis diskutiert werden.

Material:

- Vorbereitete Plakate mit ausgesuchten inhaltlich gefüllten Sprechblasen.
- Gut lesbare Stifte (mindestens einen für jede/n Teilnehmer:in, besser großzügige Menge an Plakaten auslegen).

Hinweise und Erfahrungen:

- Die Methode eignet sich gleichermaßen für diskussionsfreudige Gruppen als auch für ruhige Gruppen, da diesen in dieser Form eine „stille“ Meinungsäußerung ermöglicht wird.
- Häufige Nutzung beim Thema „Erstes Mal“, z. B. „Sex vor der Ehe“ ist wichtig, um den/die Partner:in richtig gut kennenzulernen“ oder „Das „erste Mal“ sollte als positives Erlebnis ein Leben lang in Erinnerung bleiben“ oder „Wenn der/die richtige Partner:in gefunden ist, ist Sex vor der Ehe mit jedem Glauben vereinbar“ oder eine frei zu füllende Sprechblase ...

Weiterführende Informationen:

Kategorie: Themenfeld
Sexualität und Sprache

Methode: Activity fürs Liebesleben



Sozialform: Kleingruppe

TN-Zahl: Maximal 10 Personen

Zeit: Mindestens eine Stunde

Ziel/Ziele: Warmwerden mit dem Thema Liebe und Begriffen aus dem Themenbereich Flirten, Sexualität ...; Austausch über eigene Einstellungen, erste Berührungssängste abbauen.

Ablauf:

- Das Spiel ist auf den Regeln des Brett- und Gesellschaftsspiels „Activity“ aufgebaut.
- Regeln und Begriffe: Rote Kärtchen/beschreiben mit Worten, Pinkfarbene Kärtchen/Pantomime, Blaue Kärtchen/malen.
- Es gibt mindestens zwei Mannschaften: Wird ein Begriff von der Mannschaft erraten, darf sie ihre Spielfigur 4 Felder vorrücken. Steht eine (6) hinter dem Begriff, dürfen alle Mannschaften mitraten (= offene Runde). Die siegende Mannschaft darf 6 Felder vorrücken.
- Schlussfrage: Darsteller:in sucht sich aus, ob der Begriff gemalt, beschrieben oder pantomimisch dargestellt wird und zieht eine Karte der entsprechenden Farbe. Offene Runde!

- Beispiel-Begriffe für Rot (Beschreiben): Date, Sexualkundeunterricht, Petting, Treue, fester Freund, Ausstrahlung, One-Night-stand, Geschlechtskrankheiten, Schwarm, das erste Mal, Keuschheit, AIDS, Fremdgehen, Verhütung, Sexualität
- Beispiel-Begriffe für Blau (Malen): Liebesbrief, Ehering, Zungenkuss, Schmetterlinge im Bauch (6), Tanzkurs, Mauerblümchen, Kondom, Liebesperlen, homosexuell, Vollmond, String-Tanga
- Beispiel-Begriffe für Pink (Pantomime): Strandspaziergang, Liebe macht blind, Eifersucht, Traumfrau, SMS, Party, Macho (6), Knutschen, Liebeskummer, Anmache, Herzflattern, Anti-Baby-Pille, Flirt, Schwanger (6), Liebesfilm, Sehnsucht (6)

Material:

- Kärtchen mit Begriffen, die auf der Rückseite eine der drei Farben haben. Spielfeld wie das Spiel „Activity“ vorbereiten.

Hinweise und Erfahrungen:

- Eignet sich für kleine Gruppen, die offen miteinander reden können und wollen.

Weiterführende Informationen: <https://de.wikipedia.org/wiki/Activity>

Kategorie: Themenfeld
Sexualität und Sprache

Methode: „Let's talk about ...“



Sozialform: Kleingruppe

TN-Zahl: Maximal 15 Personen

Zeit: Ca. 60 Minuten

Ziel/Ziele: Sprachfähigkeit zum Thema „Sexualität“ unbefangen und vertrauensvoll ermöglichen und in diesem Rahmen gleichzeitig spielerische Wissensvermittlung

- Ablauf:**
- Kleiner Stuhlkreis
 - Einführendes bildliches Setting: Gruppe stellt Expert:innen zum Thema Liebe und Sexualität dar, z. B. als „Dr. Sommer Team“ oder im Rahmen einer Talkshow ...
 - Die vorbereiteten Fragekarten (auch aus zuvor anonym abgefragten Schüler:innenfragen) werden gemischt, gezogen und reihum der/dem jeweils benachbarten Expert:in zur Beantwortung vorgelegt.
 - Die Sexualpädagog:innen übernehmen die Rolle der Moderator:innen und ergänzen ggf.

- Material:**
- Selbsterstelltes Fragekartenspiel (ca. 50 Stück)
z. B. „Stell Dir vor, eine Freundin fragt Dich: „Soll ich oder soll ich nicht ...?“
„Tut das Erste Mal eigentlich weh?“

- Hinweise und Erfahrungen:**
- Eine bewährte Methode, um in den Austausch zum Thema Liebe und Sexualität zu kommen.
 - WICHTIG: kein/e Teilnehmer:in wird zu einer Antwort gezwungen. Jede/r darf einen imaginären Joker benutzen, der jedoch so gut wie nie zum Einsatz kommt.

Weiterführende Informationen: „Sexualpädagogische Materialien“ Uwe Sielert u. a., Beltz Verlag
Materialien der Aktion Jugendschutz

Kategorie: Themenfeld
Sexualität und Sprache

Methode: Schweinerei



Sozialform: Größere Gruppe, Schulklassen

TN-Zahl: Klassengröße

Zeit: Ca. 15 Minuten

Ziel/Ziele: Auflockern, Spaß, in Bewegung kommen, Sexualität und Sprache

Ablauf:

- „Schweinerei“, „Gruppensex“ oder „Sexsalat“ wird gespielt wie Obstsalat.
- Nachdem die Gruppe viele Begriffsvorschläge gemacht hat, legt sie sich auf 3 Begriffe fest und je ein Drittel der Gruppe bekommt den Begriff, z. B. Küssen, Orgasmus, Schmetterlinge im Bauch.
- Alle sitzen im Stuhlkreis, es gibt einen Stuhl zu wenig.
- Ein/e Teilnehmer:in steht in der Mitte und ruft 2 der Begriffe.
- Diejenigen mit den Begriffen springen auf und wechseln die Plätze.
- Die Person in der Mitte darf auch „Schweinerei“ (oder Alternativbegriff) rufen, dann müssen sich alle einen neuen Platz suchen.
- Die Person in der Mitte darf sich auf einen freien Platz stürzen, so dass eine andere Person keinen Platz findet und dann in der Mitte steht.

Material:

- Stühle im Kreis

Hinweise und Erfahrungen:

- Wir haben es kennengelernt vom isp als wirkliche „Schweinerei“ – es sollten die schlimmsten drei Begriffe genommen werden, was wir Fobi-Teilnehmer:innen auch witzig fanden. Aber bei der Anwendung gab es oft Diskussionen mit den Teilnehmer:innen, weil sie nicht z. B. Fotze, Titten, Rammeln sagen wollten. Deshalb empfehlen wir unsere Variante für Gruppen. Echte Schweinerei kann man mit Sexpäd-Multiplikator:innen spielen.

Weiterführende Informationen: isp

Kategorie: Themenfeld
Sexualität und Sprache

Methode: „Sex“ Tabu



Sozialform: Großgruppenarbeit, für ganze Klasse, geeignet für alle Gruppen und Altersstufen.

TN-Zahl: Maximal 30 Personen

Zeit: 20 bis 30 Minuten

Ziel/Ziele: Auflockerungsübung, Zugang zum Thema finden, Ausdrucksfähigkeit erproben

- Ablauf:**
- Die Großgruppe wird in zwei Gruppen geteilt.
 - Verschiedene Karten werden verdeckt gezogen.
 - Auf den Karten steht ein Begriff (z. B. Sexualität/Liebe/Partnerschaft etc.), der erraten werden soll.
 - Darunter sind vier Begriffe aufgeführt, die nicht zur Beschreibung verwendet werden dürfen.
 - Es gibt eine Stoppuhr, die 30/60 Sekunden läuft, um das Ende der Erklärzeit zu markieren.
 - Am Ende der Spielzeit gewinnt die Mannschaft mit den meisten Punkten.
 - Alternativ können Pantomime oder das Malen von Begriffen mit eingebaut werden.

- Material:**
- Vorbereitete Spielkarten mit Oberbegriff und Begriffen, die tabu sind.
 - Tafel und Kreide bzw. Flipchartbogen und Filzstifte für die Punktevergabe/Strichliste.

- Hinweise und Erfahrungen:**
- Spielerisch werden Begriffe zum Thema erklärt, oft wird viel gelacht; der Umgang mit Nichtwissen oder nicht erklären können macht deutlich, wie wichtig es ist, Worte zum Thema Sexualität finden zu können.
 - Kann eine offene Atmosphäre schaffen.

**Weiterführende
Informationen:**

Kategorie: Themenfeld
Sexualität und Sprache

Methode: Standpunktspiel



Sozialform: Klassenverband

TN-Zahl: Maximal 30 Personen

Zeit: Ca. 30 Minuten

Ziel/Ziele: Auflockerung und Einführung; Die Themenschwerpunkte „Geschlechterrollen“ und „Liebe im Internet“ sollen in die Thematik eingeführt werden.

- Ablauf:**
- Drei Ecken im Raum werden mit den Plakatüberschriften „Ja“, „Nein“ und „Vielleicht“ versehen.
 - Im Anschluss wird die Großgruppe mit einem Statement oder einer Fragestellung aufgefordert, sich jeweils als Einzelne:r in der ihr/ihm entsprechenden Ecke einzufinden.
 - Wenn sich alle Teilnehmer:innen zugeordnet haben, werden sie genauer zu ihrer Einstellung befragt, um in Diskussion zu kommen.

- Material:**
- Ein großer, frei begehbare Raum
 - Drei Plakate
 - Ablösbares Klebeband
 - Zum Thema passende Fragen und Statements die mit „Ja“, „Nein“ oder „Vielleicht“ beantwortet werden können, z. B. „Wenn ein Mädchen Nein sagt, meint es eigentlich Ja“

- Hinweise und Erfahrungen:**
- Die Methode eignet sich, um die Sprachfähigkeit zum Thema Liebe und Sexualität unbefangen zu ermöglichen.

Weiterführende Informationen: Siehe BZGA



Kategorie: Themenfeld
Sexualität und Sprache

Methode: It's all about

Voraussetzung: Mikrofon, Kamera oder Chatfunktion

Zeit: Ca. 10 Minuten

Ziel/Ziele: Sexuelle Bildung und Sprache – Kennenlernen verschiedener Begrifflichkeiten –
Sprachsensibilisierung

- Ablauf:**
- Eine Kategorie wird ausgesucht. Die Teilnehmer:innen nennen nacheinander (in einer bestimmten Reihenfolge) einen bestimmten Begriff aus der ausgewählten Kategorie, solange bis keine neuen Begriffe mehr genannt werden können.
 - Alternativ können auch beliebige Begriffe anstatt Synonyme festgelegt werden, z. B. Kategorie Verhütungsmittel: Pille, Kondom etc.
 - Erweiterung: Gruppen mit verschiedenen Kategorien gegeneinander antreten lassen.

- Beispiel:**
- Synonyme für: Penis, Schniedel, Pimmel usw.
 - Synonyme für Selbstbefriedigung/Sex/weibliche Geschlechtsorgane etc.

- Hinweise und Erfahrungen:**
- Wenn jemandem keine Begriffe mehr einfallen, ist das in Ordnung und kann z. B. mit dem "Passe" deutlich gemacht werden. Dann geht es einfach in der Reihenfolge weiter, ohne Druck.
 - Alternativ kann die Chatfunktion genutzt werden, um Begrifflichkeiten aufzulisten. Vorher klären, ob sich ein Begriff doppeln darf oder nicht.
 - Die Übung kann als Einstieg der Übung „Ich zeige dir die rote Karte“ genutzt werden.

**Weiterführende
Informationen:**



Kategorie: Themenfeld
Sexualität und Sprache

Methode: „Sex“ Tabu

Voraussetzung: Mikrofon, Kamera, Private Chatfunktion

Zeit: Ca. 20 Minuten

Ziel/Ziele: Spielerisch Inhalte zur sexuellen Bildung vermitteln,
Begriffe nutzen um darüber zu reden und Input zu geben.

Ablauf:

- Die Teilnehmer:innen bekommen über die Private-Chat-Funktion einen Begriff geschickt, der erklärt werden muss (und Begriffe die beim Erklären nicht genannt werden dürfen).
- Alternativ können Pantomime oder das Malen von Begriffen mit eingebaut werden.

Beispiel:

- Erklären: Kondom
- Ohne: Verhütung, Schutz, Gummi, Penis, Sperma

Hinweise und Erfahrungen:

- Bei Pantomime sollten unbedingt mehrere Begriffe zur Auswahl stehen, um niemanden bloßzustellen.

**Weiterführende
Informationen:**



Kategorie: Themenfeld
Sexualität und Sprache

Methode: Sex A-B-C

Voraussetzung: Mikrofon, Kamera oder Chatfunktion

Zeit: Ca. 20 Minuten

Ziel/Ziele: Assoziationen mit verschiedenen Begrifflichkeiten rund um Sexuelle Bildung.
Umfangreiches Wissen gewinnen und neue Begrifflichkeiten kennenlernen.

Ablauf:

- Zu jedem Buchstaben des Alphabets finden die Teilnehmer:innen einen Begriff, der mit dem Thema Sexuelle Bildung verbunden ist.
- WICHTIG: Als Gesprächsstoff nutzen und Begrifflichkeiten unbedingt erklären und nicht davon ausgehen, dass alle Teilnehmer:innen alle Begriffe kennen!

Beispiel:

- A – Anfassen
- B – Bisexuell
- C – Cis
- Etc.

**Hinweise und
Erfahrungen:**

**Weiterführende
Informationen:**



Kategorie:	Themenfeld Sexualpädagogik und sexualisierte Gewalt
Methode:	Gewalt in Beziehungen: Wie weit würdest du gehen?

Voraussetzung:	Mikrofon, Kamera und Chatfunktion
Zeit:	Ca. 30 Minuten
Ziel/Ziele:	Thema Gewalt in Beziehungen, Spirale der Gewalt erklären und Möglichkeiten des Ausstiegs anhand von Teenagerbeziehungen

- Ablauf:**
- Den Teilnehmer:innen wird eine Geschichte vorgelesen. Diese Geschichte
 - ist in einzelne Abschnitte unterteilt, die jeweils mit Pause vorgelesen werden (um eine Spirale der Gewalt zu erklären).
 - Die Teilnehmer:innen sollen auf einen Zettel schreiben, ob und an welchem Punkt sie ausgestiegen wären.
 - Alternativ kann auch die Kamera ausgestellt werden als Symbol für den Ausstieg.
 - Die Schritte können zusätzlich visualisiert werden, damit die Teilnehmer:innen vor Augen haben, wann sie ausgestiegen sind (nachvollziehen können).

Beispiel:

- Hinweise und Erfahrungen:**
- Bei der Methode bietet sich an, vorher nochmal den Privaten Chat anzubieten, falls sich jemandem getriggert fühlt.
 - Notausgang für die Teilnehmer:innen bauen wie z. B. die Möglichkeit, dass sie den Ton abstellen könnten.
 - Eifersucht thematisieren.

Weiterführende Informationen: www.tima-ev.de/hilfe-bei-sexualisierter-gewalt-an-maedchen-und-jungen/materialien



REFLEXION

METHODEN IN DIESER KATEGORIE UNTERSTÜTZEN DAS
ABFRAGEN UND AUSWERTEN VON FEEDBACK



Digitale Methoden
sind mit diesem
Symbol markiert!



Kategorie: Reflexion
Methode: Up and Down

Voraussetzung: Mikrofon, Kamera

Zeit: 5 bis 10 Minuten

Ziel/Ziele: Stimmungsbild der Teilnehmer:innen, Reflexion der Veranstaltung

Ablauf:

- Es werden Aussagen vorgelesen.
- Die Teilnehmer:innen zeigen mit ihrem Daumen, ob sie der Aussage zustimmen möchten oder nicht.

Beispiel:

- Ich habe heute etwas Neues gelernt.
- Ich bin jetzt erschöpft.
- Mir hat die Veranstaltung Spaß gemacht.
- Etc.

**Hinweise und
Erfahrungen:**

**Weiterführende
Informationen:**



Kategorie: Reflexion
Methode: Die Ampel

Voraussetzung: Mikrofon, Kamera

Zeit: 5 bis 10 Minuten

Ziel/Ziele: Stimmungsbild der Teilnehmer:innen, Reflexion der Veranstaltung

- Ablauf:**
- Teilnehmer:innen suchen im Raum drei Gegenstände mit den Farben Grün, Gelb, Rot.
 - Das Prinzip ist wie bei einer Ampel.
 - Grün = Stimme zu
 - Gelb = Unentschlossen/neutral
 - Rot = Stimme nicht zu
 - Danach werden Aussagen vorgelesen ...

- Beispiel:**
- Ich habe heute etwas Neues gelernt.
 - Ich bin jetzt erschöpft.
 - Mir hat die Veranstaltung Spaß gemacht.
 - Etc.

- Hinweise und Erfahrungen:**
- Abwandlung bzw. Ergänzung der vorherigen Methode „Up an Down“

Weiterführende Informationen:



Kategorie: Reflexion

Methode: A-B-C

Voraussetzung: Mikrofon, Kamera, Chatfunktion

Zeit: 10 bis 15 Minuten

Ziel/Ziele: Positives und negatives Feedback auf spielerische Art

Ablauf:

- Den Teilnehmer:innen wird ein Buchstabe vorgegeben.
- Daraufhin können sie im Chat Begriffe, die als Seminarfeedback dienen, schreiben.

Beispiel:

- E – ernst, erstaunlich etc.
- A – amüsan, anstrengend etc.

**Hinweise und
Erfahrungen:**

**Weiterführende
Informationen:**



Kategorie: Reflexion

Methode: In Emojis

Voraussetzung: Mikrofon, Kamera

Zeit: 5 bis 10 Minuten

Ziel/Ziele: Witziges und individuelles Feedback

Ablauf:

- Die Teilnehmer:innen malen auf ein Blatt Papier ein Emoji, das ihr Feedback ausdrücken soll und halten es für die anderen Teilnehmer:innen sichtbar in die Kamera.

Beispiel:

- Freundlicher Smiley
- Daumen hoch
- Glühbirne
- Ketzender Smiley
- Etc.

Hinweise und Erfahrungen:

- Angepasst an die heutige „Emoji-Zeit“

Weiterführende Informationen: Emojis zur Vorlage hier: <https://getemoji.com>



Kategorie: Reflexion
Methode: Reisekoffer

Voraussetzung: Mikrofon, Kamera oder Chatfunktion
Zeit: Ca. 10 Minuten
Ziel/Ziele: Bereiche werden abgedeckt: Positives Feedback, konstruktive Kritik, Nachhaltigkeit der Veranstaltung

Ablauf:

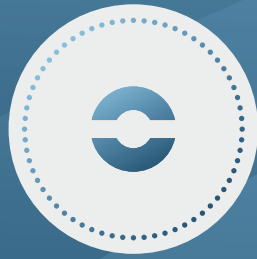
- Die Methode ist in drei Reflexionsschritte gegliedert.
- Die Teilnehmer:innen können zu jedem der folgenden Punkte etwas sagen:
 - Koffer: „Das packe ich in meinen Koffer/nehme ich aus der Veranstaltung mit“.
 - Mülleimer: „Das lasse ich hier/vergesse ich wieder“ Konstruktive Kritik.
 - Ablageort/Warteschlange: Das merke ich mir für einen späteren Zeitpunkt.

Beispiel:

- Koffer:
Ich nehme eine neue Methode (z. B. touch it) mit.
- Mülleimer:
Ich lasse die Arbeit am Tablet hier, weil es sich nicht als sinnvoll erwiesen hat.
- Ablageort/Warteschlange:
Ich lege die verschiedenen Funktionen der Plattform ab.
Diese kann ich erst zu einem späteren Zeitpunkt selbst anwenden.

**Hinweise und
Erfahrungen:**

**Weiterführende
Informationen:**



MATERIALIEN

IN DIESER KATEGORIE SIND ERGÄNZENDE VORSCHLÄGE
ZU LITERATUR, FILMEN, SPIELEN, SPOTS TO CLIPS UND LINKS
ENTHALTEN

Kategorie: Materialien

Thema: Aufklärung



Zielgruppe: Junge Erwachsene

Literatur:

- **Was ist da los in meinem Körper?** Knauer MensSana, Raith-Paula, ISBN: 978-3-426-65854-3
- **Körperwissen und Verhütung;** von BZgA, über bzga.de
- **Make more Love Ein Aufklärungsbuch für Erwachsene;** Rogner&Bernhard, ISBN: 978-3954030705
- **Frauenkörper neu gesehen;** Mérit, Orlanda Frauenverlag 2012, ISBN: 978-3936937930
- **Bare Reality;** Dodsworth, Pinter&Martin Ltd. 2015, ISBN: 978-1780662602
- **„Unverschämt: Alles über den fabelhaften weiblichen Körper“** von Dr. med. Sheila de Liz; Rowohlt; ISBN: 978-3499606687
- **Schatzkiste ICH – Schüler- und Lehrerheft,** sexualpäd. Material für Jugendliche, Sonja & Steffen Schaal, Friedrich Verlag, Bestellnr. 1843016
- **„Natürlich und sicher“** (Arbeitsbuch und Praxisbuch) Malteser Arbeitsgruppe NFP, EAN 9783830423669 (Praxisbuch) und EAN 9783830465690 (Arbeitsheft)

Kategorie: Materialien

Thema: Aufklärung



Zielgruppe: Jugendliche

Literatur:

- **Was Mädchen wissen wollen;**
Ravensburger, ISBN: 978-3-473-55144-6
- **Was Jungen wissen wollen;**
Ravensburger, ISBN: 978-3-473-55143-9
- **Körperwissen und Verhütung,**
Präventionsmappe, BZGA über bzga.de, Bestellnr. 13070000
- **„Make Love“ Ein Aufklärungsbuch,**
Rogner und Bernhard, 2012, ISBN 978-3954030026
- **„Was ist los in meinem Körper“,**
Knaur MensSana, Elisabeth Raith-Paula), ISBN: 978-3-426-65854-3
- **„Klär mich auf“,**
Klett Kinderbuch, Katharina von der Gathen, Anke Kuhl; ISBN: 978-3-95470-119-3
- **Begleitmaterial zu den Filmen**
„Vierzehn-erwachsen in neun Monaten“, „Achtzehn-Wagnis leben“,
über www.matthias-film.de
- **„Das Liebesleben der Tiere“,**
Klett Kinderbuch Gathen/Kuhl, ISBN: 978-3-95470-169-8
- **„Ganz schön aufgeklärt“,**
Müller/Geisler, Loewe 2003, ISBN: 978-3785546635
- **„Sex, Zahnsparungen und der andere Stress“,**
Bailey, Verlag an der Ruhr, ISBN: 978-3834604422
- **„Den ganzen Menschen sehen – Eine Sexualerziehung der Achtsamkeit“,**
Schöningh, ISBN: 978-3-14013155-1
- **„Sexualpädagogik in interkulturellen Gruppen“,**
Verlag an der Ruhr, ISBN: 978-3-8346-3548-8
- **„Lieben, Lernen, Lachen“,**
Sozial- und Sexualerziehung für 6-12 Jährige; ISBN: 978-3834600752
- **„Sexualpädagogik der Vielfalt“**
Praxismethoden, Beltz 2012, EAN: 9783779950233
- **„Weißt du, woher die Babys kommen?“**
Kizz in Herder 2004, ISBN: 978-3451705519

Kategorie: Materialien

Thema: Aufklärung



Zielgruppe: Jugendliche

Literatur:

- **STORCH – Mappe Babybedenkzeit;**
über babybedenkzeit.de
- **„Aufregende Jahre – Jules Tagebuch“**
über BZgA.de, Bestellnummer 13040000
- **„Wie geht’s wie steht’s“**
Wissenswertes für Jungen und Männer, BZgA, Bestellnr. 13030000
- **„Erste allgemeine Verunsicherung“ –**
Sexualpädagogik in der KJG, über kjg.de
- **Präventionsmappe Körperwissen und Verhütung BZgA,**
über bzga.de, Bestellnr. 13070000
- **Jugendsexualität Studie BZgA;**
Bestellnr. 13316300
- **Sex verändert alles,**
Rowohlt Taschenbuch, ISBN: 978-3499001109
- **„Sexuelle Bildung in der Schule – Themenorientierte Einführung und Methoden“,**
Martin/Nitschke, Kohlhammer GmbH, ISBN: 978-3170324713
- **„FAQ YOU – Ein Aufklärungsbuch“, Jugend gegen AIDS,**
ISBN: 978-3-00064116-9
- **„Körper und Sexualität“**
von atlantis/pro juventute 2007, ISBN: 978-3-71521054-4
- **„Mythos Jungfernhäutchen“,**
HOLLA, über: holla-ev.de
- **Theorie der Schule (IPTs) 1994;**
Schatzkiste ICH von Sonja & Steffen Schaal
- **Wir werden erwachsen, Ich, mein Körper, meine Familie**
BVK, Band 1 ISBN 978-3-86740-278-1
- **Wir werden erwachsen, Liebe, Sexualität, Kinderkriegen**
BVK, Band 2 ISBN 978-3-86740-279-8
- **Das Fetale Alkoholsyndrom,**
Spohr, De Gruyter Oldenbourg, ISBN: 9783110444667

Kategorie: Materialien

Thema: Aufklärung



Zielgruppe: Jugendliche

Filme:

- „Sex we can“ Episode 1-3
- „Gut zu wissen: Besuch bei der Frauenärztin“
- „Embrace-Du bist schön“
- Mythos Jungfernhäutchen, Holla e. V.
- Frauenkörper neu gesehen, Orlanda;
- Heiss 1/Heiss 2, Medienprojekt Wuppertal
www.medienprojekt-wuppertal.de
- Bin ich schön vom Medienprojekt Wuppertal
- Embrace; you tube Videos
- „Sexuell übertragbare Krankheiten“ inkl. HIV/AIDS-Filme für Schule und Jugendarbeit mit Begleitmaterial BZgA; Schaich, L.-M./Czerlinski, Ph. (2012).
- Babybedenkzeit, ein Praktikum als Eltern. Goldene Heimat Film.
- Niemals Schütteln! Wenn Babys nicht aufhören zu schreien.
Nationales Zentrum Frühe Hilfen in der BZgA (2019).
libellefilm (hansmann&richter GbR)
- Achtzehn- Wagnis Leben. Grünberg, C. (2014). Matthias Film, Berlin.
- Vierzehn – Erwachsen in 9 Monaten. Grünberg, C. (2010). Matthias Film, Berlin
- Blau im Bauch? Alkohol in der Schwangerschaft. (2012). Berlin.
- Jung und schwanger. (2008) Medienprojekt Wuppertal e. V.
- Jetzt weiß ich es war falsch. Faul, G. (2001). Medienladen e. V. Nbg

Spiele:

- Ampelspiel, KjG
https://kjg-mainz.de/wp-content/uploads/2019/05/2012-02-02_kjg_sexualpaed_arbeitshilfe_Aufl2_web.pdf
- Gretchen reloaded,
www.sonni-maier.de/material/downloads
- TABU,
EAN 5010994723705, Hasbro

Kategorie: Materialien

Thema: Aufklärung



Zielgruppe: Kinder

Literatur:

- **Was Mädchen wissen wollen;**
Ravensburger, ISBN: 978-3-473-55144-6
- **Was Jungen wissen wollen;**
Ravensburger, ISBN: 978-3-473-55143-9
- **Kriegen das eigentlich alle?,**
Esslinger Verlag ISBN 978-3-522-30441-2
- **Das Baby im Bauch der Mutter,**
BZgA über bzga.de – Bestellnummer 13100000 (Leporello)
- **„Klär mich auf“,**
Klett Kinderbuch, Katharina von der Gathen, Anke Kuhl; ISBN: 978-3-95470-119-3
- **Einführung in die Sexualpädagogik,**
BELTZ, Uwe Sielert, ISBN: 978-3-407-25733-8
- **„Klär mich weiter auf“,**
Klett Kinderbuch, Katharina von der Gathen und Anke Kuhl, ISBN: 978-3-95470-191-9
- **Peter, Ida, Minimum. Familie Lindström bekommt ein Baby,**
Ravensburger 1979, ISBN 978-3473355679
- **Praxishilfen zur Sexualerziehung in der Grundschule,**
Verlag an der Ruhr, Anette Weber, ISBN: 978-3-834604347
- **„Was ist los in meinem Körper“,**
Knaur MensSana, Elisabeth Raith-Paula), ISBN: 978-3-426-65854-3
- **„Das will ich wissen – Wie ein Baby entsteht“,**
Arena Verlag 2001, ISBN: 978-3-401046457
- **„WACHSEN und erwachsen werden“ – Das Aufklärungsbuch für Kinder,**
Ravensburger, ISBN: 978-3-473-35861-8
- **„Einfach irre!“ Liebe, Sex und Kinderkriegen,**
Beltz 2002, ISBN 978-3407753199
- **„Ganz schön aufgeklärt!“, Alles, was man über Aufklärung wissen muss,**
Loewe, ISBN: 978-3-7855-7860-5;

Kategorie: Materialien

Thema: Aufklärung



Zielgruppe: Kinder

Literatur:

- „Schön & blöd“, Ein Bilderbuch über schöne und blöde Gefühle, Zartbitter e. V., ISBN: 978-3-931067-99-1;
- „Der NEINrich“, Thienemann Verlag, ISBN: 978-3-522-43388-4
- **Wir werden erwachsen, Ich, mein Körper, meine Familie**, BVK, Band 1 ISBN 978-3-86740-278-1
- **Wir werden erwachsen, Liebe, Sexualität, Kinderkriegen**, BVK, Band 2 ISBN 978-3-86740-279-8)

Spiele:

- **Wörtersee-Spiel, KJG**
https://kjg-mainz.de/wp-content/uploads/2019/05/2012-02-02_kjg_sexualpaed_arbeitshilfe_Aufl2_web.pdf
- **Sexsalat, KJG**
https://kjg-mainz.de/wp-content/uploads/2019/05/2012-02-02_kjg_sexualpaed_arbeitshilfe_Aufl2_web.pdf
- **Quiz: Der große Preis; KJG**
https://kjg-mainz.de/wp-content/uploads/2019/05/2012-02-02_kjg_sexualpaed_arbeitshilfe_Aufl2_web.pdf

Kategorie: Materialien
Thema: Freundschaft/ Sexualität/ Liebe



Zielgruppe: Junge Erwachsene

- Literatur:**
- „Make Love“ Ein Aufklärungsbuch,
Rogner und Bernhard, 2012, ISBN 978-3954030026
 - Sensis-Karten „Liebe, Partnerschaft & Sexualität“,
Don Bosco Medien, 2016 Autor: Stefan Adams
 - Schatzkiste ICH – Schüler- und Lehrerheft,
sexualpäd. Material für Jugendliche, Sonja & Steffen Schaal,
Friedrich Verlag, Bestellnr. 1843016

- Spiele:**
- Sex und Liebe _Methodenbox
https://bayern.jugendschutz.de/de/Schwerpunkte/sexualpaedagogik.php#anchor_216ae188_Accordion-Materialien-und-Information

Kategorie: Materialien
Thema: Freundschaft/Sexualität/Liebe



Zielgruppe: Jugendliche

- Literatur:**
- **Präventionsmappe Körperwissen und Verhütung,**
BZgA, über bzga.de, Bestellnr. 13070000
 - **Heartbeat – Herzklopfen by Tima;**
Arbeitspaket, Handbuch, als pdf über Tima-ev.de
 - **ISP Fortbildungsmaterialien**
 - **„Make Love“ Ein Aufklärungsbuch,**
Rogner und Bernhard, 2012, ISBN 978-3954030026
 - **Sexualpädagogik der Vielfalt“**
Praxismethoden, Beltz 2012, EAN: 9783779950233
 - **„Über Sexualität reden ... Die Zeit der Pubertät“,**
BZgA Bestellnr. 13660400, über bzga.de
 - **Fundgrube zur Sexualerziehung,**
Cornelsen 2002, ISBN: 978-3589215591

- Spiele:**
- **Sex und Liebe _Methodenbox**
https://bayern.jugendschutz.de/de/Schwerpunkte/sexualpaedagogik.php#anchor_216ae188_Accordion-Materialien-und-Information
 - **Kugellager**
www.methodenkartei.uni-oldenburg.de/uni_methode/kugellager/
 - **Beziehungshaus, Das erste Mal** (Quelle u.a. Gretchen relaoed; Sexualpädagogik der Vielfalt); www.sonni-maier.de;
www.beltz.de/fileadmin/beltz/leseproben/978-3-7799-2088-5.pdf
 - **Wertegebirge** (BZgA Handlungsorientierte Methoden für die Aids- und Sexualaufklärung mit geschlossenen Gruppen)
www.liebesleben.de/fachkraefte/sexualaufklaerung-und-praeventionsarbeit/methodenfinder/methode/mein-wertegebirge/
 - **Soziogramarbeit Abigail und Gregor**
www.dpsg-essen.de/fileadmin/user_upload/Jahresaktion/DIKOXXL_Loesungsorientierung.pdf
 - **Sexquiz,** KjG https://kjg-mainz.de/wp-content/uploads/2019/05/2012-02-02_kjg_sexualpaed_arbeitshilfe_Aufl2_web.pdf
 - **Fundgrube Sexualerziehung** von L. Staeck; www.fachportal-paedagogik.de/literatur/vollanzeige.html?FId=633942#vollanzeige

Kategorie: Materialien
Thema: Freundschaft/Sexualität/Liebe



Zielgruppe: Kinder

Literatur:

- „In unserer Straße ... Jungsgeschichten über Liebe, Freundschaft, Sex und Aids“ (BZgA);
<https://abq.ch/downloads/BZGA/BZGA-in-unserer-Strasse.pdf>
- „Aufregende Jahre - Jules Tagebuch“
über BZgA.de, Bestellnummer 13040000
- „Wie geht's wie steht's“ Wissenswertes für Jungen und Männer,
BZgA, Bestellnr. 13030000
- Juli und die Liebe,
Beltz 1999; ISBN: 978-3407792310
- Sexualpädagogik der Vielfalt“
Praxismethoden, Beltz 2012, EAN: 9783779950233
- Gegen sexualisierte Gewalt an Kindern und Jugendlichen
Vorbeugung-Beratung-Verdachtsbegeleitung, Verein SELBSTLAUT
über: https://selbstlaut.org/wp-content/uploads/Selbstlaut_Broschuere_Ganz_schoen_intim_korr20200301.pdf/
- Wir werden erwachsen, Ich, mein Körper, meine Familie,
BVK, Band 1 ISBN 978-3-86740-278-1
- Wir werden erwachsen, Liebe, Sexualität, Kinderkriegen,
BVK, Band 2 ISBN 978-3-86740-279-8
- „Liebe, Pubertät und andere Dinge“
Eine Lernwerkstatt für Klasse 3-4, Lernbiene, ISBN: 978-3869986067
- „Powergirls und starke Kerle“,
Safer surfing, ISBN: 978-3950297577
- „Den ganzen Menschen sehen – Eine Sexualerziehung der Achtsamkeit“,
Schöningh, ISBN: 978-3-14013155-1

Spiele:

- Sensis Karten; Don Bosco Medien, ISBN-13: 4260179513268
- Sex & Liebe 1+2 Neue Methoden für Sexpäd. Arbeit;
<https://materialien.aj-bayern.de/sexualpaedagogik/broschueren-fuer-paed-fachkraefte-und-eltern/>

Kategorie: Materialien
Thema: Grenzüberschreitende Aspekte von Sexualität



Zielgruppe: Junge Erwachsene/Jugendliche

- Literatur:**
- **Materialheft von „Liebe ohne Zwang“**,
über www.liebe-ohne-zwang.de
 - **Heartbeat – Herzklopfen by Tima;**
Arbeitspaket, Handbuch, als pdf über Tima-ev.de
 - **„Sex und Liebe“ Methodenbox**
sex. Selbstbestimmung und Wahrung von Grenzen, Aktion Jugendschutz Bayern e. V.
https://bayern.jugendschutz.de/de/Aktuelles/Meldungen/2017_01_01_Sex-und-Liebe.php

- Spiele:**
- **Sex und Liebe _Methodenbox**
https://bayern.jugendschutz.de/de/Schwerpunkte/sexualpaedagogik.php#anchor_216ae188_Accordion-Materialien-und-Information
 - **100% Ich Methodentasche**
<https://praevention.drk-nordrhein.de/100-ich>

Zielgruppe: Kinder

- Literatur:**
- **„Nein, mit Fremden geh ich nicht!“**, Cbj, ISBN: 978-3-57015437-3
 - **„So mutig bin ich“**, Loewe 2005, ISBN 978-3785553787
 - **Die starke Kiste**, Tima e. V. über www.tima-ev.de,
www.tima-ev.de/images/2016-05-27-StarkeKisten-BLAU.pdf

- Spiele:**
- **Starke Kiste**, Tima e. V. über www.tima-ev.de,
www.tima-ev.de/maedchenstaerkende-gewaltpraevention/materialien

Kategorie: Materialien
Thema: Kultursensible Angebote



Zielgruppe: Junge Erwachsene/Jugendliche

- Literatur:**
- **Schatzkiste ICH – Schüler- und Lehrerheft,**
sexualpäd. Material für Jugendliche, Sonja & Steffen Schaal,
Friedrich Verlag, Bestellnr. 1843016
 - **Sexualpädagogik in interkulturellen Gruppen,**
Verlag an der Ruhr, ISBN: 978-3-8346-3548-8
 - **Liebe Schuld und Scham Sexualität im Islam,**
Rita Breuer

Zielgruppe: Kinder

- Literatur:**
- **Einfach Irre!: Liebe, Sex und Kinderkriegen,**
Beltz & Gelberg Sachbuch, ISBN: 978-3407753199

Kategorie: Materialien
Thema: Digitalisierung/Einsatz neuer Medien



Zielgruppe: Junge Erwachsene/Jugendliche

Literatur:

- **„Fit for Love? Praxisbuch“**
zur Prävention von Internet-Pornografie-Konsum, return gem. GmbH,
ISBN: 978-3000440625
- **„Jugendsexualität im Internetzeitalter-Studie“**
www.petze-institut.de/wp-content/uploads/2016/02/2015_Wo_hoert_der_Spass_auf.pdf
- **Sexualpädagogik in interkulturellen Gruppen,**
Verlag an der Ruhr, ISBN: 978-3-8346-3548-8
- **„Mythos Jungfernhäutchen“,**
HOLLA, über: holla-ev.de
- **„Das Jungfernhäutchen – Fakten und falsche Vorstellungen“**
Broschüre, TERRE DES FEMMES, über frauenrechte.de
- **Mobile Medien – Always on**
Arbeitsmaterial für den Unterricht Heft I;
Selfies, Sexting, Selbstdarstellung – Arbeitsmaterial für den Unterricht Heft III,
über www.klicksafe.de
- **Sexualpädagogische Materialien für die Arbeit mit
geistig behinderten Menschen,**
Beltz, ISBN: 983779931553

Filme:

- Alkohol in der Schwangerschaft und seine Folgen

Kategorie: Materialien
Thema: Geschlechtliche Vielfalt



Zielgruppe: Junge Erwachsene/Jugendliche

- Literatur:**
- **Sex'n Tipps Geschlechter – Mädchen? Junge? Oder?,**
BZgA über www.bzga.de, Bestellnr. 13066012
 - **Schatzkiste ICH – Schüler- und Lehrerheft,**
sexualpäd. Material für Jugendliche, Sonja & Steffen Schaal,
Friedrich Verlag, Bestellnr. 1843016
 - **Sexualpädagogik der Vielfalt,**
Praxismethoden, Beltz 2012, EAN: 9783779950233
 - **Sexualpädagogik in interkulturellen Gruppen,**
Verlag an der Ruhr, ISBN 978-3-8346-3548-8
 - **Sexuelle Vielfalt und Coming-out,**
Ratgeber für Jugendliche,
BZgA, über www.bzga.de, Bestellnr. 70120000
 - **Sexuelle Vielfalt und Coming-out,**
Ratgeber für Eltern,
BZgA, über www.bzga.de, Bestellnr. 70110000
 - **Schatzkiste ICH – Schüler- und Lehrerheft,**
sexualpäd. Material für Jugendliche, Sonja & Steffen Schaal,
Friedrich Verlag, Bestellnr. 1843016

Kategorie: Materialien
Thema: Menschen mit Beeinträchtigungen



Zielgruppe: Junge Erwachsene/Jugendliche

Literatur:

- **Begleitete Sexualität,**
bosch & suykerbuyk, über www.bosch-suykerbuyk.info
- **Lisa und Dirk Sie treffen sich, sie lieben sich ...,**
modernes lernen, ISBN: 978-3808003787
- **Sexualerziehung bei Jugendlichen mit körperl. und geistig. Behinderungen,**
Persen Verlag, ISBN: 978-3-834437051
- **Ohrenkuss,**
www.ohrenkuss.de
- **Sexualpädagogische Materialien für die Arbeit mit geistig behinderten Menschen,**
Beltz, ISBN: 983779931553
- **Sexualerziehung bei Jugendlichen mit körperlicher und geistiger Behinderung**
Bergedorfer Förderschulpraxis, Cathrin Ehlers
- **Das Fetale Alkoholsyndrom,**
Spohr, De Gryter Oldenbourg, ISBN: 9783110444667

Filme:

- Alkohol in der Schwangerschaft und seine Folgen

Kategorie: Materialien
Thema: Lebensplanung



Zielgruppe: Junge Erwachsene/Jugendliche

Literatur:

- **Alle da – Unser kunterbuntes Leben,**
Klett Kinderbuch, ISBN: 978-3-95470-104-9
- **Alles Familie – Vom Kind der neuen Freundin vom Bruder von Papas
früherer Frau und anderen Verwandten,**
Klett Kinderbuch, ISBN: 978-3-95470-029-5

Spiele:

- **Wertegebirge**
[www.liebesleben.de/fachkraefte/sexualaufklaerung-und-praeventionsarbeit/
methodenfinder/methode/mein-wertegebirge/](http://www.liebesleben.de/fachkraefte/sexualaufklaerung-und-praeventionsarbeit/methodenfinder/methode/mein-wertegebirge/)
- **Spiel Psycho Kick,** Peter Thiesen, Lambertus
https://www.lambertus.de/psycho_kick_-_das_original-3004-0/



.....
Herausgegeben von

Deutscher Caritasverband e. V.

Karlstraße 40, 79104 Freiburg

Telefon: 0761 200-0

www.caritas.de
.....

Sozialdienst katholischer Frauen – Gesamtverein e. V.

Agnes-Neuhaus-Strasse 5, 44135 Dortmund

Telefon: 0231 557026-0

www.skf-zentrale.de
.....

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

(02/2022)