



Augen auf!

⊕ Eine Initiative zur Gewaltprävention
des Bayerischen Jugendrotkreuzes



© Tomiboni / photocase.com

Ein Gruppenleiterteil zum Thema Sexualaufklärung

Sicherheit im Thema ist bei Sexualaufklärung sehr wichtig! Um das Thema Sexualität zu bearbeiten, braucht man einen guten Bezug und Vertrauen zu den Teilnehmern. Man sollte immer ehrlich sein, auch wenn man eine Antwort gerade nicht weiß. Oft ist es ratsam, Gruppenleiter beider Geschlechter für dieses Thema einzusetzen und einzelne Themen geschlechtshomogen zu bearbeiten. Vor den Gruppenstunden sollte ein Elternbrief mit den Inhalten herausgegeben sowie eine Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten eingefordert werden. Zudem müssen die Teilnehmer immer freiwillig an den gestellten Aufgaben teilnehmen können.

Grobziel: Die Teilnehmer lernen, dass Vertrauen wichtig ist, dass es aber auch auf die Personen und die Situation ankommt.

Gesamtzeit für Umsetzung: ca. 60 Minuten

Zielgruppen: Jugendliche im Alter von 15 bis 18 Jahren

1) Einstieg

Ziel

Die Teilnehmer erhalten einen Überblick über die Inhalte der Gruppenstunde und vereinbaren einen Gruppenvertrag, in dem die gemeinsamen Regeln festgelegt sind.

Inhalt

- Übersicht: Inhalte der Gruppenstunde
- Regeln für die Gruppenstunde

Methode

- Vortrag

Material

- vorbereiteter Gruppenvertrag
- vorbereitetes Flipchart mit Kursinhalten

Zeit

- ca. 5 Minuten

2) Vertiefung I

Ziel

Die Jugendlichen spüren, was es heißt, sich selbst und anderen zu vertrauen. Die Jugendlichen erfahren, dass sie selbst die Entscheidung treffen können, wem sie vertrauen.

Inhalt

Eine Person stellt sich auf ein stabiles Podest an den Rand mit dem Rücken zu den anderen Gruppenmitgliedern, die eine feste Wolldecke in den Händen halten. Der Fallende verschränkt seine Hände vor der Brust, damit die Fänger vor eventuellen Ausholbewegungen geschützt werden. Fangende sowie die Person auf dem Podest verständigen sich, wenn sie bereit sind. Dann sagt der Fallende entweder: „Ich lasse mich fallen.“, und lässt sich mit durchgestrecktem Körper nach hinten in die Decke fallen, welche von den Fangenden straff und gut festgehalten wird oder er sagt „Ich habe den Mut, wieder zurückzugehen“ und verlässt das Podest.

Wichtig: Den Boden unter der Decke unbedingt mit weichen Matten polstern (Verletzungsgefahr!). Die Person, die fällt

muss den ganzen Körper anspannen und diese Haltung beibehalten. Die kräftigsten Fänger sollten da positioniert werden, wo der Po des Fallenden voraussichtlich landen wird.

Bei der Anleitung der Übung muss deutlich herausgestellt werden, dass diese absolut freiwillig ist, dass sowohl die aktive Entscheidung, sich fallen zu lassen oder aber auch Nein zu sagen, großen Mut erfordert. Das Vertrauen in einen selbst ist verantwortlich für die Entscheidung, nicht die Gruppe. Außerdem ist es wichtig, auch nochmal auf die Verantwortung der Fänger hinweisen.

Methode

- Vertrauensübung

Material

- Feste Decke
- Podest
- Weiche Matten

Zeit

- ca. 30 Minuten

3) Vertiefung II

Ziel

Die Jugendlichen sollen verstehen, was Vertrauen mit Beziehung und Sex zu tun haben und warum Vertrauen gerade in diesen Bereichen so wichtig ist.

Inhalt

Die Gruppe teilt sich in Kleingruppen, nach Geschlechtern getrennt, auf und setzt sich mit den Fragestellungen auseinander: Wieso ist Vertrauen in einer Beziehung wichtig? Warum braucht man Vertrauen zu einer Person, damit man Sex mit dieser Person haben kann?

Methode

- Gruppenarbeit

Material

- Flipchart-Papier
- Stifte
- Kleber
- Zeitschriften

Zeit

- ca. 20 Minuten

4) Abschluss

Ziel

Die Teilnehmer sollen wissen, dass sie mit Problemen und Fragen immer mit Eltern, Erziehungsberechtigten und Gruppenleitern sprechen können.

Inhalt

In einem kurzen Blitzlicht sollen die Teilnehmer kurz ihre augenblickliche Stimmung schildern.



Methode

- Reflexion mittels Blitzlicht
- Vortrag
- Verabschiedung

Material

- Keines

Zeit

- ca. 5 Minuten

Text: stw

