

***"Igitt, die geht mit dem...."***

- a. Gerd und Anita sind in derselben Stammgruppe. sie kennen sich erst einige Monate, finden sich aber sehr sympathisch. Anita möchte Gerd gern von ihren Gefühlen erzählen, aber sie traut sich nicht recht.

Wieso nicht? \_\_\_\_\_

---

---

- b. Anita entschließt sich, Gerd einen Brief zu schreiben. Den will sie ihm heimlich in die Arbeitsmappe stecken. Als sie schreiben will: \_\_\_\_\_ kommt ihr das etwas übertrieben vor. Oft hat sie das schon in Romanen und Schlagern gehört; und - so ganz sicher ist sie sich nicht, ob Gerd wirklich 'ne ganz große Liebe ist. Aber: Gerd ist ein wirklich interessanter und lieber Junge. Wie soll Anita sich nur ausdrücken? Was würdest Du ihr raten?

Wie kann sie ihre Gefühle sagen? \_\_\_\_\_

---

---

- c. Gerd findet den Brief und ist überrascht. Er freut sich riesig und kriegt einen roten Kopf. Niemand hat ihm bisher so deutlich gesagt, daß er ihn nett findet. In der Aufregung macht er aber etwas Unüberlegtes: den Jungen seiner Tischgruppe liest er den Brief vor. Die lachen und zeigen auf Anita. "Anita geht mit Gerd! Ein neues Liebespaar", rufen sie und schwenken den Brief.

Was denkt und tut Anita jetzt? \_\_\_\_\_

---

---

Was denkt und tut Gerd? \_\_\_\_\_

---

---

**Diskutiert über die Sache mit Gerd und Anita.  
Ist Dir das schon mal passiert,**

- X** daß Zettel herumgereicht wurden?
- X** daß man Dich gegen ein anderes Kind geschubst hat?
- X** daß man Dir nachsagt, Du "gingest" mit jemandem?

**d. Gerd schreibt einen Brief an Anita:**

*Liebe Anita!  
Gerade habe ich einen Augenblick Zeit, um Dir zu schreiben . . .*

***Liebe ist . . .***

**Thema:** Vorstellungen und Ansichten über Liebe

**Material:** Papier, Stifte

**Arbeitsform:** Übungseinheit über 1 ½ Stunden

Diese Übung thematisiert die Liebes- und Glücksvorstellungen der Teilnehmerinnen mit der Intention, Phantasien und Träume auf den konkreten Lebensalltag zu beziehen.

Die Teilnehmerinnen erhalten jeweils ein Blatt Papier und Stifte. Sie zeichnen ein großes Herz und schreiben die Begriffe hinein, die sie mit dem Wort "Liebe" verbinden, z. B. "Glück", "Treue", "Vertrauen" usw.

Anschließend werden die Herzen verglichen und Gemeinsamkeiten wie Unterschiede in der Gruppe besprochen. Dabei sind folgende Aspekte wichtig:

- Woher habe ich meine Vorstellungen über Liebe?
- Habe ich Liebe in diesem Bedeutungsgehalt schon erfahren und/oder vorgelebt gesehen?
- Welche Bedeutung hat Liebe für mein derzeitiges und mein künftiges Leben?
- Wie tragfähig sind meine Vorstellungen von Liebe im Lebensalltag?

**Beziehungs-weise****Thema: Einstieg***Hinweise:**Material:*

evtl. Hintergrundmusik, Stifte u. Kärtchen für Übung 3; mehrere Kartons/ Kisten, Zeitschriften, Schere, Malutensilien und Papier für Übung 5

*für:*

alle

*Alter:* 12*Dauer:* jeweils  
½ 1 Std.

Die folgenden vier kleineren Übungen können nacheinander oder einzeln als Themeneinstieg verwandt werden.

**1. Spiegeln**

Die Gruppe teilt sich in Paare auf. Die Partner- innen stellen sich im Abstand von 1 ½ m zueinander auf. Eine-r fängt an, Bewegungen zu machen, während das Gegenüber versucht, diese nachzuahmen, zu 'spiegeln'. Die Bewegungen dürfen dabei nicht zu schnell und nicht zu abrupt erfolgen.

Nach einigen Minuten werden die Rollen gewechselt, so daß jede-r mindestens zweimal in der Rolle des "Vormachens" und zweimal in der des "Nachahmens" tätig ist. Anschließend sollen die Rollen übergangslos zwischen den beiden hin- und herwechseln, ohne daß eine direkte Absprache erfolgt.

*Variation:*

Diese Übung kann auch ergänzt werden, indem die Bewegungen nicht spiegelbildlich wiederholt werden, sondern versucht wird, Bewegungen zu machen, die die Bewegung des Gegenüber ergänzen. Bei dieser Übung ist es angenehm, wenn leichte Musik im Hintergrund läuft.

**2. War was?**

Die Gruppe teilt sich in Paare auf. Die Partner- innen stellen sich im Abstand von 1- 2 m mit dem Gesicht zueinander auf. Eine-r von beiden versucht nun, sein/ ihr Gegenüber so genau wie möglich wahrzunehmen und sich alle Details an Kleidung, Körperhaltung, Gesichtsausdruck einzuprägen. Nach ca. 2 Minuten dreht sich der /die Beobachtende um und der / die andere verändert in der Zwischenzeit ein Detail der Haltung oder der Kleidung. Die Veränderung muß wahrnehmbar sein. Auf ein Zeichen des Teamers/ der Teamerin drehen sich dann die Beobachtenden wieder um und versuchen, die Veränderung zu entdecken. Danach werden die Rollen getauscht.

Dies kann mehrmals wiederholt werden. Mit der Zeit können auch mehrere Dinge verändert werden. Es empfiehlt sich, die Paare zwischendurch neu zu kombinieren.

aus: Vorläuferexemplar zu: Sielert, U.; Keil, S.; u. a.: Sexualpädagogische Materialien für Jugendarbeit in Freizeit und Schule. Weinheim: Beltz 1993

### 3. Keine Frage!

Für dieses Spiel sind Stifte und Kärtchen nötig (ca. 10 x 10 cm). Es soll die Möglichkeit bieten, Fragen zu stellen, die vielleicht offen nicht gestellt werden; möglich sind aber auch Wissensfragen zum Bereich Sexualität und Liebe. Weiterhin kann es die Jugendlichen miteinander ins Gespräch bringen. Sie werden gebeten, zwei Karten zu nehmen und auf jede eine Frage zum Thema "Liebe und Sexualität" zu schreiben. Die Fragekarten werden danach eingesammelt. Der Reihe nach zieht jeder Jugendliche eine Karte und versucht dann, die Frage zu beantworten (will er oder sie eine Frage nicht beantworten, so besteht die Möglichkeit, eine der beiden Karten wieder zurückzulegen). Über die Antwort kann kurz im Plenum diskutiert werden. Die Karten, die übrigbleiben, werden zum Schluß vom Leitungsteam beantwortet.

### 4. Beziehungskisten

"Was gehört alles zu einer "Beziehungskiste"? - diese Frage wird hier wortwörtlich genommen.

Jede Kleingruppe, die aus nicht mehr als 4-5 Jugendlichen bestehen sollte, bekommt eine Kiste. Dann soll diese Beziehungskiste mit Eigenschaften, Sachen, Erfahrungen etc., die für sie zu einer echten "Beziehungskiste" gehören, gefüllt werden. Allerdings kommt nur das in die Kiste, worauf sich die Gruppe einigen kann. Sachen, über die sich die Gruppe nicht einigt, sollen an den Rand gelegt werden.

Die Eigenschaften, Dinge, Erfahrungen etc., die für wichtig gehalten werden, können gemalt, ausgeschnitten, beschrieben werden.

Wichtig ist, daß ein Gespräch zustande kommt über das, was zu einer Beziehungskiste gehört. Wenn die Beziehungskisten im Plenum "geleert werden", kann neben dem Vergleich der Füllungen auch ein Vergleich der "Sachen am Rand" vorgenommen werden. Es sollte darüber gesprochen werden, welche unterschiedlichen Assoziationen und Gefühle der Gebrauch des Wortes "Beziehungskiste" auslöst.



aus: Vorläuferexemplar zu: Sielert, U.; Keil, S.; u. a.:

Sexualpädagogische Materialien für Jugendarbeit in Freizeit und Schule. Weinheim: Beltz 1993

**Ge- wichtig****Thema: Selbst- Bewußtsein****Hinweise:**

Diese Übung sollte von erfahrenen Gruppenleitern bzw. Gruppenleiterinnen durchgeführt werden.

**Material:**

Fotokopien des Arbeitsblatts (s.u.) und Stifte

für:

alle

Alter: 13

Dauer: 1 Std.

Jede-r Jugendliche erhält das unten abgebildete Formblatt.

In Teil A sollen sie überlegen, wie wichtig ihnen die dort aufgeführten Gruppen bzw. Personen sind und dies mit einem entsprechenden Pfeil auf der Skala 0-5 eintragen.

In Teil B sollen sie darüber spekulieren, wie wichtig sie der Gruppe bzw. ihren Mitgliedern sind. Auch hier soll eine Einschätzung auf der Skala markiert werden.

Die Auswertung kann je nach Gruppengröße in Kleingruppen oder im Plenum geschehen. Dazu legen die Jugendlichen ihre "Arbeitsblätter" in die Mitte und erläutern mit einigen Worten ihre Bewertung und die damit verbundenen Empfindungen.

Dabei kann darauf geachtet werden, wo es besondere Überraschungen gab, wo große Abweichungen zwischen Eintragungen in A und B sind und worauf das möglicherweise zurückzuführen ist.

	A						B					
	0	1	2	3	4	5	0	1	2	3	4	5
Familie												
Sportverein												
Freund/ Freundin												
Clique												
Jugendgruppe												
Arbeits-/ Schul- kollegen/ kolleginnen												
	unwichtig			wichtig			unwichtig			wichtig		

aus: Vorläuferexemplar zu: Sielert, U.; Keil, S.; u. a.:

Sexualpädagogische Materialien für Jugendarbeit in Freizeit und Schule. Weinheim: Beltz 1993

## Mit Mut und Muffe

### Thema: Kennenlernen

**Hinweise:**

Wenn das Schwergewicht der Übung darauf liegen soll, herauszuarbeiten, daß Mädchen und Jungen sich in Anmachsituationen unterschiedlich verhalten, ist es sinnvoll, die Gruppen im 1. Teil nach Geschlechtern zu trennen. Wenn es eher "generell" um Anmachen und die jeweiligen Gefühle dabei geht, ist eine gemischte Gruppe sinnvoller.

**Material:**

Verkleidungsgegenstände

**für:**

alle

Alter: 13

Dauer: 2 Std.

Es geht hier um Anmachverhalten und -gefühle sowie um das Spielen von Aktions- und Reaktionsvarianten.

1. Zu Beginn werden zwei Gruppen gebildet. In die erste Gruppe sollen alle die Jungendlichen gehen, die von sich den Eindruck haben, daß sie eher in der aktiven, anmachenden Position sind, in die zweite Gruppe die Jugendlichen, die sich eher angemacht fühlen bzw. sich lieber anmachen lassen würden.
2. In den beiden Untergruppen wird dann darüber gesprochen, wo Anmache passiert und abläuft: Was die Beteiligten fühlen und wie sie reagieren. Dann soll sich jede-r eine Anmachsituation überlegen.
3. Beide Gruppen treffen sich wieder. Die Spielleitung weist an, Paare zu bilden, die aus je einem Mitglied der beiden Gruppen zusammengesetzt sind. Diese Paare spielen dem Plenum die beiden- aus den Gruppen mitgebrachten - Situationen vor. Dabei soll die erste Situation die Realität der beiden Spielenden widerspiegeln, während sich in der zweiten der / die normalerweise Aktive passiv und der / die normalerweise Passive aktiv verhält.
4. Die Spielenden werden nach jeder Szene nach ihren Empfindungen gefragt. Bei Bedarf können Szenen wiederholt werden und/ oder Zuschauer in die Rolle der Akteure schlüpfen.

aus: Vorläuferexemplar zu: Sielert, U.; Keil, S.; u. a.:

Sexualpädagogische Materialien für Jugendarbeit in Freizeit und Schule. Weinheim: Beltz 1993

## "... Deshalb lieb ich Dich."

Thema: Selbst- Bewußtsein

*Hinweise:*

*Material:*

Papier und Stifte

*für:*

alle

*Alter:* 14

*Dauer:* 1 ½ Std.

Die Jugendlichen sollen sich in ihre Freundin / ihren Freund hineinversetzen und sich aus dieser Rolle heraus einen Brief schreiben, in dem sie ausführen, was an ihnen liebenswert ist.

Die Jugendlichen haben dafür 30 Minuten Zeit. Die Briefe werden dann eingesammelt und neu verteilt, so daß jede-r Jugendliche einen anderen Brief in der Hand hält, der anschließend in der Gruppe vorgelesen wird.

Die Auswertung erfolgt auch zwei Ebenen: Zum einen als Schreiber-in, zum anderen als Zuhörer- in in der Gruppe.

In der Situatiton als Schreiber-in: Wie ging es mir beim Schreiben des Briefes? Ist es mir gelungen, mich in die andere Person hineinzuversetzten? Sind genügend positive Anteile gefunden worden? Habe ich einiges weggelassen, weil ich befürchtete, die anderen würden darüber lachen?

In der Situation als Zuhörer-in: Wie ging es mit dabei, Positives über mich in der Gruppe zu hören? Wie war die Reaktion der anderen auf mich? Habe ich in Wirklichkeit schon einmal einen solchen Brief erhalten?

### Übertragung des Beatles- Songs "All you need is love"

Alles was Du brauchst ist Liebe

Es gibt nichts, was Du nicht tun kannst.  
Es gibt nichts, was Du nicht singen kannst.  
Es gibt nichts, was Du nicht sagen kannst,  
aber Du kannst es lernen wie es geht.  
Es ist leicht.

Alles was Du brauchst ist Liebe.

Es gibt nichts, was Du nicht machen kannst.  
Niemanden, den Du nicht retten kannst.  
Du kannst nicht alles tun, aber Du kannst lernen  
rechtzeitig Du selbst zu sein  
Es ist leicht.

Alles was Du brauchst ist Liebe.

Es gibt nichts, was man nicht weiß.  
Nichts, was man nicht sieht,  
was sich nicht schon längst gezeigt hat.  
Nichts, was Du bist, sondern sein solltest.  
Es ist leicht.

Alles was Du brauchst ist Liebe.

aus: Vorläuferexemplar zu: Sielert, U.; Keil, S.; u. a.:

Sexualpädagogische Materialien für Jugendarbeit in Freizeit und Schule. Weinheim: Beltz 1993



## Voll mein Typ

### Thema: Idealvorstellungen

#### Hinweise:

Die Kleingruppen können geschlechts-homogen gebildet werden, um zuerst Profile zu finden und diese dann deutlicher mit den Vorstellungen des anderen Geschlechts vergleichen zu können.

#### Material:

Papier und Stifte

für:

alle

Alter: 13

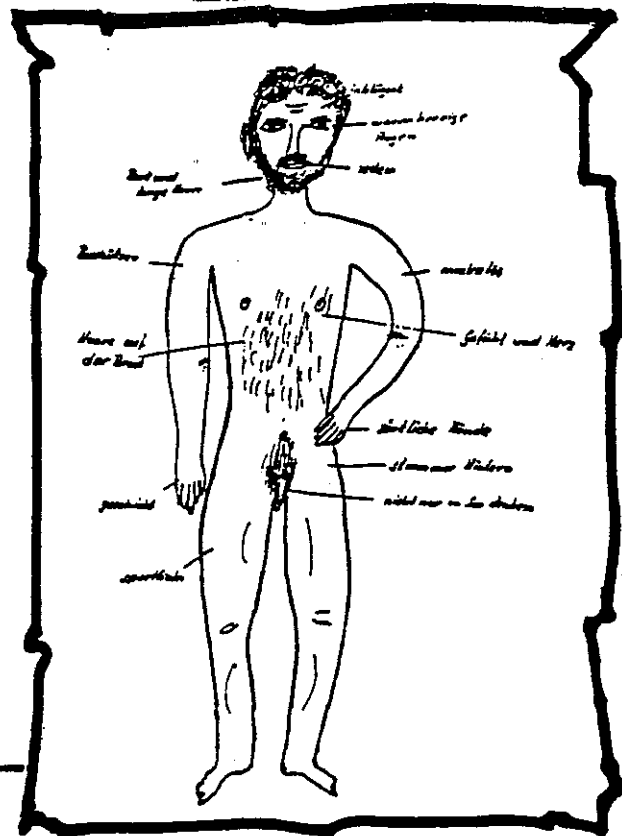
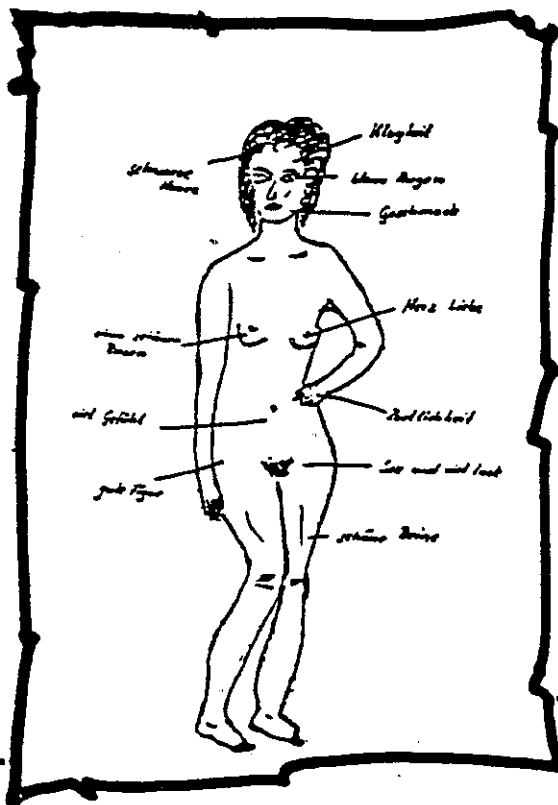
Dauer: 1 Std.

Es werden Kleingruppen gebildet. Alle sammeln zu folgenden Überbegriffen konkretere Inhalte: Kopf/ Geist, Herz/ Seele, Figur/ Äußeres, Sex/ Erotik.

Danach malt jede-r Jugendliche die Umrisse des Traumpartners/ der Traumpartnerin und ordnet dann Begriffe, die für ihn/ sie wichtig sind, entsprechend zu. Z.B.; "Sanfte Hände" an den Händen, "gefühlbetont" in die Nähe des Herzens, etc.

Nachdem die Jugendlichen so die für sie wichtigen Eigenschaften an die Figur gemalt haben, werden die Bilder in den Kleingruppen vorgestellt.

Im Anschluß daran werden im Plenum Jungen- und Mädchenbilder nebeneinandergelegt, nach Unterschieden und Gleichem gesucht und dies dann als Gesprächsanreiz genommen, um über unterschiedliche Partnervorstellungen bei Jungen und Mädchen zu reden.



aus: Vorläuferexemplar zu: Sielert, U.; Keil, S.; u. a.:

Sexualpädagogische Materialien für Jugendarbeit in Freizeit und Schule. Weinheim: Beltz 1993

## Liebeshaus

### Thema: Liebesvorstellungen

**Hinweise:**

Diese Übung läßt sich auch mit geschlechtshomogenen Gruppen durchführen, wobei die Mädchen- bzw. die Jungengruppe jeweils ein "Liebeshaus" baut.

**Material:**

Rechteckige Papierstreifen  
ca 5 x 20 cm, Stifte

**für:**

alle

Alter: 13

Dauer: 1 Std.

Die Gruppe wird zuerst in mehrere Kleingruppen aufgeteilt, pro Gruppe ca. fünf bis sechs Jugendliche. Dort werden dann Begriffe gesammelt, die für die Jugendlichen zu einer Liebesbeziehung gehören, wie z. B.: Geborgenheit, Sexualität, Treue, Offenheit, gutes Aussehen, Geld etc..

Nach der Phase des Sammelns und Beschriftens der Karten soll nun die Gruppe aus diesen Karten ein Haus bauen. Dabei versuchen sich die Jugendlichen darauf zu einigen, wo die einzelnen Begriffe in das Haus integriert werden.

Die Begriffe bekommen symbolischen Charakter: Was ist das Fundament einer Liebesbeziehungen? Was gehört eher an der Rand, vielleicht in der Garten? Was ist die Tür für ein Liebeshaus? usw.. Es ist wichtig, daß in den Kleingruppen über die Platzierung der Karten verhandelt wird.

Nachdem die Liebeshäuser gebaut worden sind, können die einzelnen Gruppen sie sich ansehen und mit den jeweiligen "Bauherren"/"Bauherrin" sprechen.

## Marmor, Stein und Eisen bricht

*Ref.:* Marmor, Stein und Eisen bricht,  
aber unsere Liebe nicht.  
Alles, alles geht vorbei,  
doch wir sind uns treu.

1. Weine nicht, wenn der Regen fällt, tam, tam, tam, tam  
Es gibt einen der zu dir hält, tam, tam, tam, tam

*Ref.:*

2. Kann ich einmal nicht bei dir sein, tam, tam, tam, tam  
Denk daran, du bist nicht allein, tam, tam, tam, tam.

aus: Vorläuferexemplar zu: Sielert, U.; Keil, S.; u. a.:

Sexualpädagogische Materialien für Jugendarbeit in Freizeit und Schule. Weinheim: Beltz 1993

## Die Liebes- Zielscheibe

Thema: Was macht Liebe aus?

*Hinweise:*

*Material:*

Plakatkarton und Stifte

*für:*

alle

*Alter:* 12

*Dauer:* 3/4 Std.

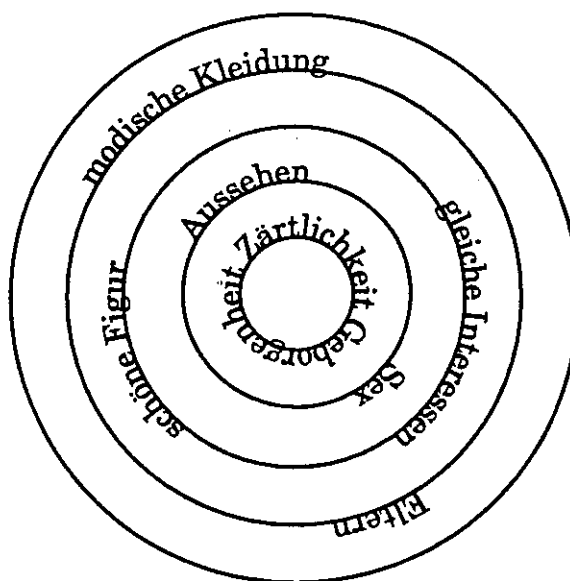
Es werden Kleingruppen zu je vier bis sechs Personen gebildet.

Sie erhalten einen großen Plakatkarton, auf den eine Zielscheibe mit mindestens 10 Ringen aufgemalt werden soll.

Danach werden in einem Brainstorming Begriffe gesammelt, die zum Thema "Liebe" gehören, dann in die Zielscheibe übertragen - das Wichtigste in die Mitte, die Begriffe, die weniger wichtig sind, nach außen.

Die Jugendlichen sollen sich darauf einigen, an welche Stelle welcher Begriff kommen soll; das Miteinander-Sprechen ist dabei das Wichtigste.

Eine sinnvolle Variation ist es, diese Übung in geschlechtshomogenen Gruppen durchzuführen, um dann anschließend die "Liebeszielscheiben" der Jungen und Mädchen miteinander zu vergleichen.



aus: Vorläuferexemplar zu: Sielert, U.; Keil, S.; u. a.:

Sexualpädagogische Materialien für Jugendarbeit in Freizeit und Schule. Weinheim: Beltz 1993

**Verliebt, verlobt, verheiratet****Thema: Ehe***Hinweise:**Material:*

Wandzeitungspapier und Stifte

*für:*

alle

*Alter:* 12*Dauer:* 1-2 Std.

In Kleingruppen, eventuell nach Geschlechtern getrennt, soll auf einem großen Stück Papier zusammengetragen werden, was zu einer guten Ehe gehört und wie sich eine schlechte Ehe auszeichnet. Dabei soll an alle Bereiche gedacht werden- was die Ehepartner zusammen machen, wie sie reden, was sie hoffen, wie sie sich in Alltagssituationen zueinander und anderen gegenüber verhalten.

Wenn geschlechtshomogene Gruppen gebildet worden sind, sollten die Ergebnisse der Mädchen und Jungengruppe(n) miteinander besprochen werden.

Für eine Plenumsrunde wären Fragen denkbar wie:

- \* Wie ist die Entwicklung der guten Ehe? Wie kommt es zu einer "schlechten Ehe"?
- \* Ist es Schicksal, wie sich eine Ehe entwickelt oder gibt es bestimmte Empfehlungen, deren Befolgung die positive Entwicklung einer Ehe garantieren?
- \* Kann eine schlechte Ehe gerettet werden? Wann sollten die Partner sich trennen oder scheiden lassen?
- \* Was haben Kinder von einer guten bzw. schlechten Ehe der Eltern?
- \* Kann man schon am Anfang, beim Kennenlernen und Verlieben, erkennen, wie eine spätere Ehe sich entwickeln wird?

**Gute Ehe**

Den Anderen  
sich selbst  
entwickeln lassen

Zusammenhalten  
Gemeinsame Hobbys

Zärtlichkeit

Schwierigkeiten  
überstehen

sich zuhören

Gegenseitiges Trösten

**Schlechte Ehe**

Aneinander vorbei  
leben

kein Spaß am Sex

Selbst-  
aufgabe

Auf dem Anderen  
rumhacken

sich betrügen

Die eigene schlechte

Laune ständig an dem Anderen  
ablassen

aus: Vorläuferexemplar zu: Sielert, U.; Keil, S.; u. a.:

Sexualpädagogische Materialien für Jugendarbeit in Freizeit und Schule. Weinheim: Beltz 1993

## Verliebte Jungs

### Thema: Verliebtsein

#### Hinweise:

Die Jungengruppe muß schon mal miteinander "gearbeitet" haben im Verlauf des Seminars oder der Freizeit und dadurch "angewärmt" sein, da das Thema sensibel ist und nicht durch "hartes", auf cool gemachtes Diskutieren entsprechend gewürdigt wird- eine Gefahr gerade bei den Jungen!

#### Material:

Comicbild für alle kopiert als Gesprächsanregung, Musik (z. B. "Verliebte Jungs" von Purple Schulz)

für:

Jungen

Alter: 12

Dauer: ½ Std. u.l.



Paul erwartete fieberhaft einen Anruf von Uschi und nahm schon mal den Hörer in die Hand.

Die Jungengruppe tauscht sich über ihre Erfahrungen beim Verliebtsein aus:

- \* Wie fühle ich mich, wenn ich verliebt bin?
- \* Was male ich mir aus, wie ich mich in Anwesenheit meiner Flamme verhalte?  
Was ist davon übrig, wenn sie tatsächlich da ist?

Der Erfahrungsaustausch kann mit entsprechender Musik untermalt werden.

aus: Vorläuferexemplarzu: Sielert, U.; Keil, S.; u. a.:

Sexualpädagogische Materialien für Jugendarbeit in Freizeit und Schule. Weinheim: Beltz 1993

**Brennendes Rot****Thema: Verliebtsein***Hinweise:**Material:*

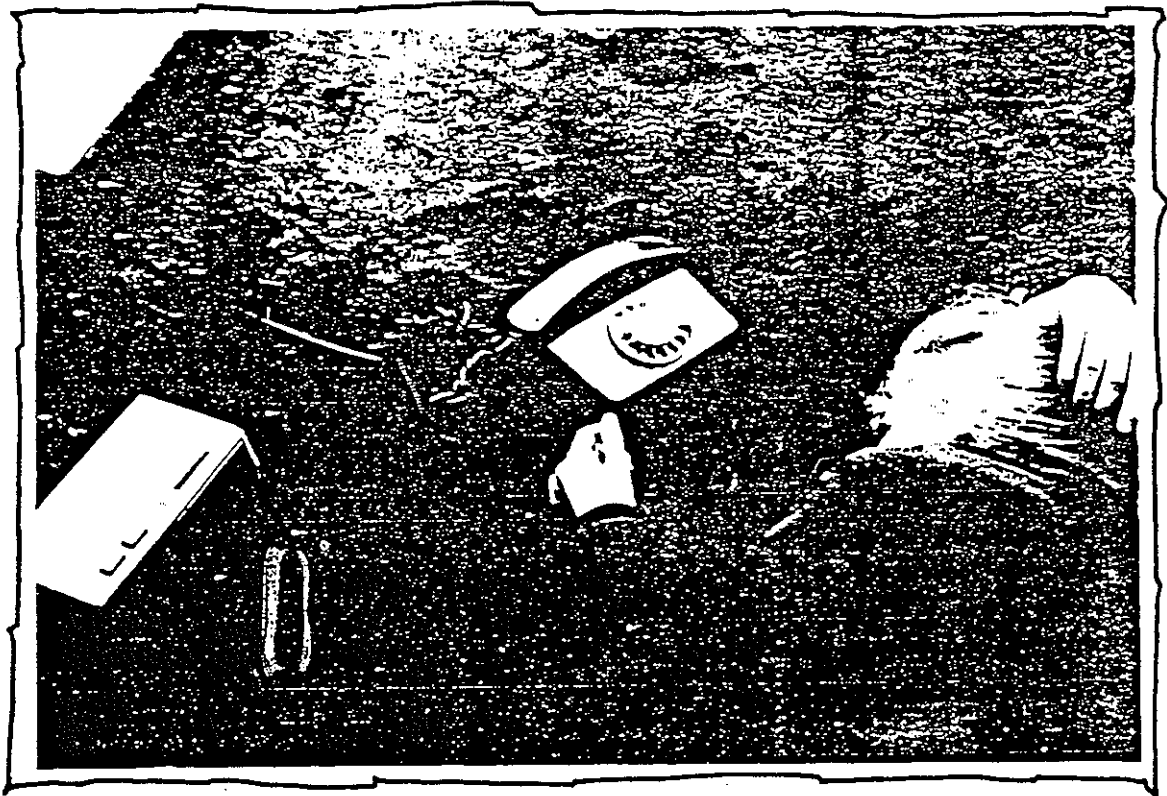
Foto als Gesprächsanlaß für alle  
kopiert, thematisch passende  
Musik

*für:*

Mädchen

*Alter:* 13*Dauer:* ½ Std. u.l.

Paul erwartete fieberhaft einen  
Anruf von Uschi und nahm schon  
mal den Hörer in die Hand.



Die Mädchengruppe tauscht sich über ihre Erfahrungen beim Verliebtsein aus:

- \* Wie fühle und benehme ich mich, wenn ich verliebt bin?
- \* Was male ich mir aus, wie ich mich in Anwesenheit meines Geliebten verhalte und was ist davon übrig, wenn er tatsächlich da ist?

Der Erfahrungsaustausch kann mit entsprechender Musik untermalt werden.

aus: Vorläuferexemplar zu: Sielert, U.; Keil, S.; u. a.:

Sexualpädagogische Materialien für Jugendarbeit in Freizeit und Schule. Weinheim: Beltz 1993