

Schüler und
Teilnehmer

Liebe, Sex und Zärtlichkeit

Ein Themenheft
für junge Erwachsene
und Bildungsanbieter

3
a Alphabetisierung
Arbeitswelt
Ausbildung

CHANCEN
erarbeiten

α Bundesverband
Alphabetisierung
und Grundbildung e.V.

„Liebe, Sex und Zärtlichkeit“

Aufbau des Themenheftes

Vorwort ⊕ S. 3

Liebe

1. Was ist verliebt sein? Was ist Liebe? ⊕ S. 4
2. Eine Beziehung und alles was dazu gehört ⊕ S. 40
3. Liebe kann man nicht erzwingen ⊕ S. 49

Sex und Zärtlichkeiten

1. Dein Körper – Der Körper des anderen ⊕ S. 52
2. Das erste Mal ⊕ S. 71
3. Verhütung ⊕ S. 105
4. Schwanger – was nun? ⊕ S. 128
5. Sexuell übertragbare Krankheiten ⊕ S. 137
6. Sexualisierte Gewalt ⊕ S. 159
7. Ärzte und Beratungsstellen ⊕ S. 169

Zum Schluss ⊕ S. 219

Lösungen ⊕ S. 212

Aufgaben ⊕ S. 186

Quiz S. 207

Glossar ⊕ S. 223

Hinweis zum Haftungsausschluss

Liebe Leserin, lieber Leser!

In diesem Themenheft erfährst Du etwas über Liebe, Sex und Zärtlichkeit.

Du bekommst Antworten auf Fragen, wie zum Beispiel:
Was ist Liebe?
Wie spreche ich meinen Schwarm an?
Muss ich Angst vor dem ersten Mal haben?
Welche Verhütungsmethoden gibt es?
Was kann mir beim Sex passieren?
Welche Rechte habe ich, wenn es um meine Sexualität geht?

Liebe und Sex spielen für viele Menschen eine große Rolle im Leben. Oft geht man erst einen langen Weg mit vielen Erfahrungen, bis man die große Liebe gefunden hat. Man lernt die positiven und negativen Seiten von Liebe und Sex kennen.

In diesem Heft stellen wir Dir die schönen Seiten von Liebe und Sex vor. Aber auch die Risiken und Nebenwirkungen von Sex und die traurigen Seiten von Liebe lernst Du kennen. Wir wünschen Dir viel Spaß mit dem Heft!

Dieses Heft bietet Dir Informationen und Anregungen, Dich mit dem Thema zu beschäftigen.

P.S.:

In diesem Heft geht es um Liebe, Sex und Zärtlichkeit. Zu diesen Themen gibt es viele englische Wörter. Die Wörter sind im Text grün markiert. Du kannst die Wörter anklicken. So gelangst Du direkt zum **Glossar**. Dort werden diese Wörter erklärt.

Einige grüne Wörter, führen Dich auch direkt zu den Kapiteln in diesem Heft.

Klingt kompliziert?
Probiere es einfach aus!

Auch im Internet gibt es viele Infos über Liebe, Sex und Zärtlichkeit. Einige Seiten haben wir für Dich gefunden. Auf diese Seiten kommst Du über die Wörter, die **grün und unterstrichen** sind.

Wir wünschen Dir nun viel Spaß beim Lesen und Diskutieren!

Informationen zum Haftungsausschluss

Liebe

1. Was ist verliebt sein? Was ist Liebe?

1. Was ist verliebt sein?
Was ist Liebe? ☺S. 5
- 1.1 Wen finden wir anziehend? ☺S. 12
- 1.2 Flirten ☺S. 19
- 1.3 Gute Orte
zum kennen lernen ☺S. 26
- 1.4 Ansprechen –
aber wie? ☺S. 29
- 1.5 Das erste Treffen ☺S. 35

1. Was ist verliebt sein? Was ist Liebe?

Bestimmt kennst Du das Gefühl:
Du hast Schmetterlinge im Bauch.
Du schwebst auf Wolke sieben.
Nichts kann Dir Deine Laune verderben.
Das ist das Gefühl, verliebt zu sein.
Für viele Menschen ist verliebt sein
das schönste Gefühl auf der Welt.



Wenn Du verliebt bist,
kannst Du meistens an nichts anderes denken,
als an Deinen **Schwarm**.



Und noch mehr Dinge können Dir zeigen:
Du bist verliebt.

Zum Beispiel:

- Du möchtest am liebsten jede Minute mit Deinem Schwarm zusammen sein.
- Du bist total aufgeregt, wenn Du Deinen Schwarm triffst.
- Du willst alles über Deinen Schwarm wissen.
- Manchmal fehlen Dir die Worte, wenn Du mit Deinem Schwarm zusammen bist.
- Jeder Abschied von Deinem Schwarm fällt Dir schwer.

Wann und in wen Du Dich verliebst,
kannst Du Dir nicht aussuchen.
Manchmal reicht ein Treffen
oder sogar nur ein Blick
und es ist um Dich geschehen.
Manchmal kennst Du die Frau
oder den Mann schon lange
und erst dann funkt es.
Hör Dir dazu dieses **Lied**¹ an:



1) <http://www.youtube.com/watch?v=6brmznmKWL4>

Bestimmt hast Du eine Vorstellung,
wie Dein Traummann oder Deine Traumfrau aussieht.
Und wenn Du ihm oder ihr über den Weg läufst,
ist es um Dich geschehen.
Oft sagen Menschen:
„Das ist Liebe auf den ersten Blick.“

Nur noch Augen
für die Liebe haben



Aber um zu wissen,
ob Du wirklich Deinen Traummann oder Deine Traumfrau
gefunden hast,
solltest Du ihn besser kennen lernen.
Es kommt ja nicht nur auf das Aussehen an.



Bei der Liebe kommt es nicht nur auf das Aussehen an.

Was hast Du von einem Partner der gut aussieht,
aber nicht nett zu Dir ist?

Deswegen sind auch die Eigenschaften
von einem Menschen wichtig.
Bei Eigenschaften geht es darum,
wie ein Mensch drauf ist.

Es gibt gute und schlechte Eigenschaften.
Hat die Person viele gute Eigenschaften?
Dann ist die Person zum Beispiel:

- treu
- aufmerksam
- verständnisvoll
- zuverlässig und
- ehrlich.

Hat die Person viele schlechte Eigenschaften?
Ist sie zum Beispiel:

- launisch
- arrogant
- aggressiv
- zickig
- unzuverlässig oder
- faul

Ein Mensch hat aber nicht nur gute
oder nur schlechte Eigenschaften.
Das wäre bestimmt auch langweilig.
Und wenn Du jemanden wirklich magst,
kannst Du auch mit seinen schlechten Eigenschaften leben.

Brauchst Du eine Lesepause?

Dann kannst Du [hier](#)² ein kleines Spiel spielen.
Mit Deiner Spielfigur sammelst Du Punkte
und versuchst Deine Gegner zu besiegen.

Bestimmt fragst Du Dich:

Wann wird aus Verliebtsein Liebe.
Um jemanden zu lieben,
solltest Du ihn länger kennen.
Liebe entwickelt sich oft langsam.

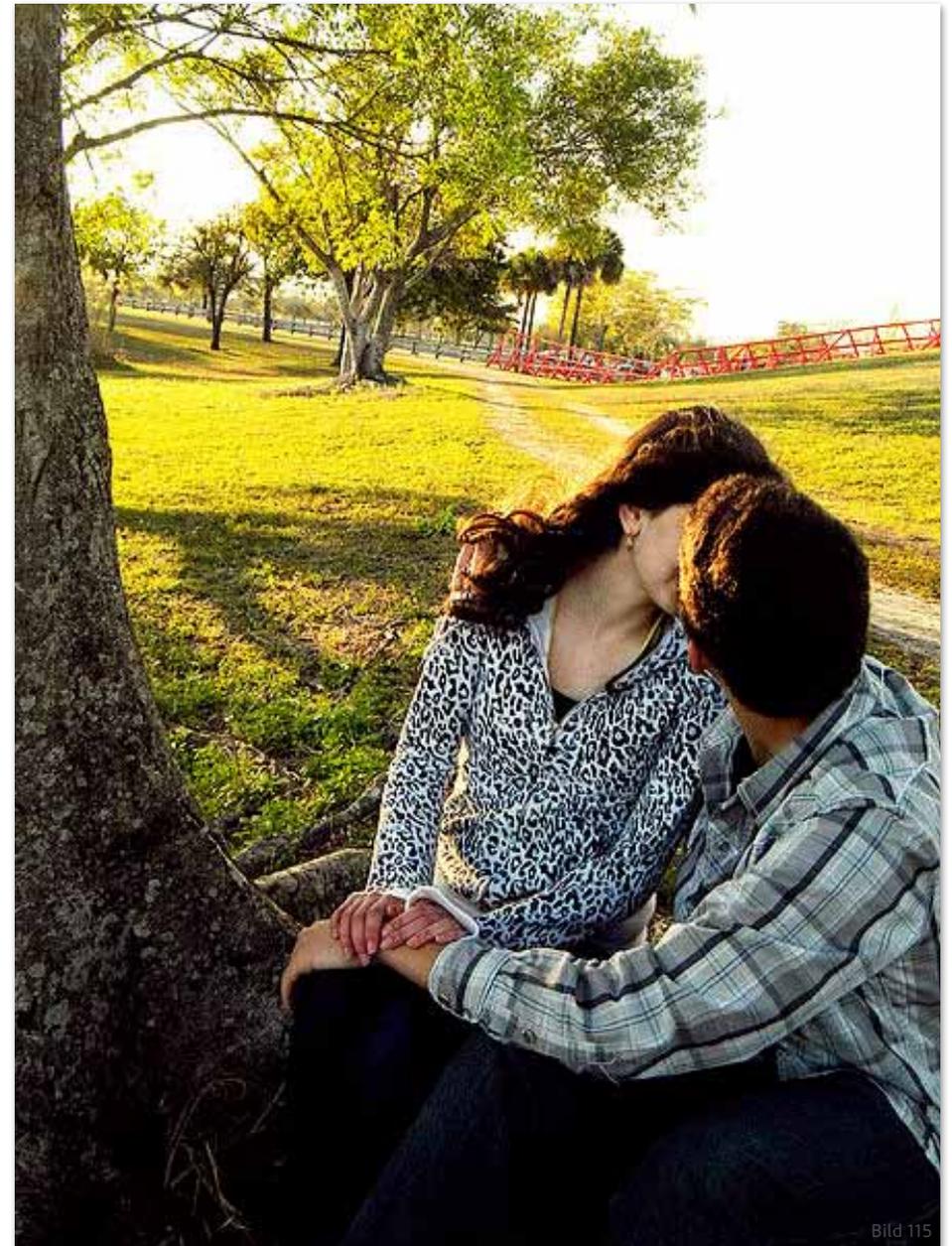
Oft verliebst Du Dich erst,
wenn Du schon einige Zeit mit jemandem zusammen bist.
Du weißt dann,
was der andere für Eigenschaften hat.
Und Du kannst Dir vorstellen,
lange mit ihm zusammen zu bleiben.
Auch wenn ihr euch mal streitet.
Du möchtest ihn nicht verlieren.
Du liebst ihn mit seinen guten und schlechten Eigenschaften.

Was weißt Du über Liebe?

Teste Dein Wissen [hier](#)³.



2) <http://www.loveline.de/mitmachen/spiele/amora/index.php>
3) <http://www.loveline.de/testedich/schongewusst/index.php?q=4>



Liebe muss wachsen.

Ist Sex gleich Liebe?

Viele Menschen sagen:

„Man kann Sex und Liebe nicht trennen!“

Für sie ist Sex und Liebe das Gleiche.

Sie sagen:

„Wenn man Sex hat,
liebt man sich auch.“

Andere Menschen sehen das anders.

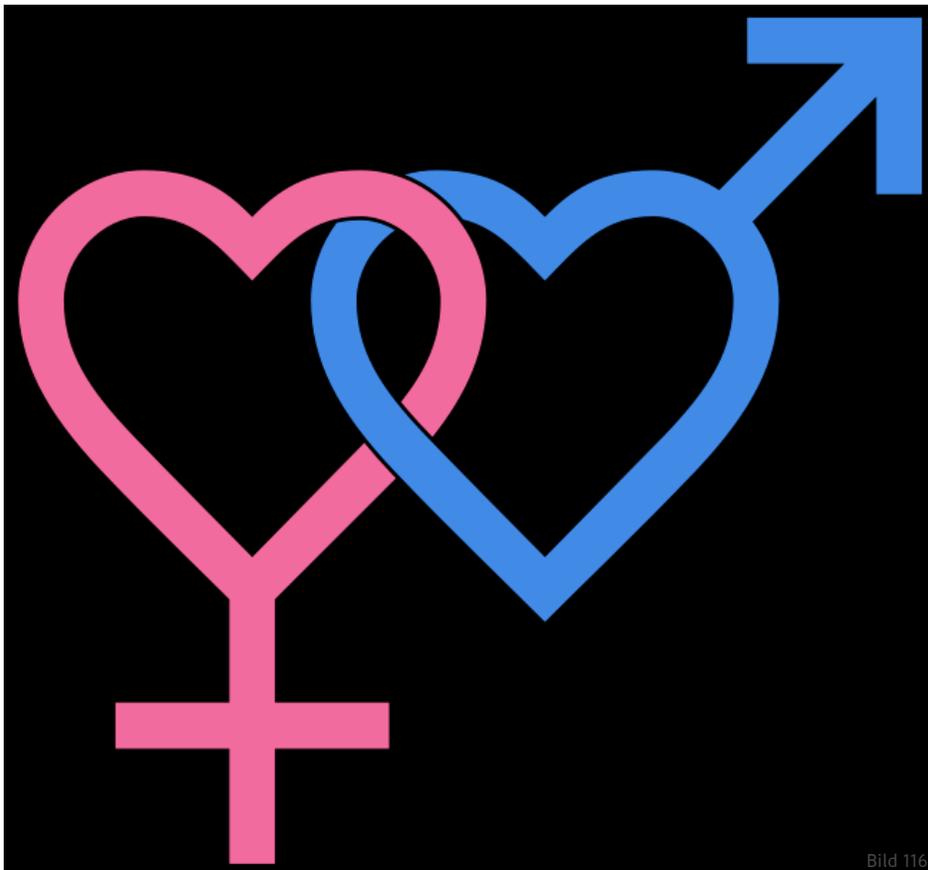
Sie sagen:

„Man kann auch miteinander schlafen
ohne sich zu lieben.

Um Sex zu haben,
muss man keine Beziehung führen.“

Keine der beiden Meinungen ist falsch.

Du kannst Dir selbst für Dich überlegen,
ob Du Sex und Liebe trennen kannst
oder nicht.



Sex und Liebe gehören zusammen?

Was denkst Du?

Aufgaben



a) Was kann Dir zeigen,
dass Du verliebt bist?
Bitte schreibe drei Punkte auf.



c) Beschreibe bitte,
wie Dein Traummann oder Deine Traumfrau aussieht.
Worauf achtest Du besonders?



b) Beschreibe bitte,
wie es sich anfühlt, verliebt zu sein.



d) Welche Eigenschaften bei einem Menschen findest Du gut?
Bitte begründe Deine Meinung.

Aufgaben

- e) Welche Eigenschaften bei einem Menschen findest Du schlecht?
Bitte erkläre, warum.

- g) Schau Dir bitte dieses [Video](#)⁴ an.



Die Kinder erzählen,
was für sie Liebe ist.
Bitte schreibe auf,
was Liebe für Dich ist.
Bitte vergleiche Deine Ideen mit den Meinungen der anderen.
Welche Unterschiede gibt es?

- f) Was ist für Dich Liebe?
Was ist störend für eine Liebe?

- h) Bitte teilt Eure Gruppe nach Frauen und Männern auf.
Die Frauen überlegen sich in der Gruppe fünf Fragen an die Männer.
Und die Männer sammeln fünf Fragen an die Frauen.
Bitte überlegt Euch fünf Fragen zum Thema Liebe,
die Ihr immer schon mal stellen wolltet.
Die Gruppen übergeben sich die Karten.
Die Frauen beantworten die Fragen von den Männern und
die Männer die von den Frauen.
Jede Gruppe sucht sich drei von den fünf Fragen aus und
beantwortet sie den anderen gemeinsam.

⁴) <http://www.youtube.com/watch?v=N1naG4CyB0I&feature=related>

Aufgaben



i) Suchsel:

Finde folgende Wörter:

LIEBE – SCHWARM – SCHMETTERLINGE – TRAUMMANN

SEX – TREFFEN - EIGENSCHAFT

Du findest die Wörter waagrecht
und senkrecht.



E	B	S	H	U	I	L	W	V	T	J	I	K	L	O
D	T	U	L	I	E	B	E	Z	T	S	Z	E	E	Z
H	E	J	U	D	T	C	M	H	R	D	R	V	S	D
S	C	H	M	E	T	T	E	R	L	I	N	G	E	W
X	F	A	Z	F	I	S	N	H	F	F	E	F	X	R
T	P	E	I	G	E	N	S	C	H	A	F	T	V	B
R	L	D	L	T	L	E	E	D	Z	S	Z	B	O	G
A	K	H	K	N	K	G	S	W	J	G	T	U	I	Z
U	I	J	S	E	A	Z	C	A	E	H	R	J	U	H
M	U	K	R	S	H	K	H	Q	F	U	E	R	J	J
M	J	P	D	W	T	D	W	F	W	K	F	S	Z	N
A	H	R	T	A	E	W	A	V	G	F	F	G	H	S
N	R	E	H	G	R	G	R	S	E	H	E	S	T	W
N	E	G	T	B	B	B	M	A	S	B	N	J	G	F



j) Wortschlangen:

Finde folgende Wörter in den Wortschlangen:

VERLIEBT – AUSSEHEN – GEFÜHLE - TRAUMFRAU

A	A	G
F	U	E
D	S	S
T	H	E
N	E	H

G	R	L
V	E	I
E	W	E
F	A	B
A	F	T

H	A	R
U	A	R
F	G	F
T	R	M
E	A	U

E	G	B
S	G	E
G	D	F
R	V	Ü
E	L	H

1.1 Wen finden wir anziehend?

Wen wir anziehend finden,
können wir uns nicht aussuchen.
Jeder Mensch hat seine eigene **sexuelle Orientierung**.
Sexuelle Orientierung heißt,
welches Geschlecht Du anziehend findest.
Ob Du Frauen magst,
oder ob Du Männer magst.
Vielleicht magst Du auch Frauen und Männer.

Aber egal, wen Du magst,
wichtig ist:
Kein Mensch kann sich seine **sexuelle Orientierung** aussuchen.
Wenn Du als Mann Männer magst,
ist das ok.
Und wenn Du als Frau Frauen magst,
ist das auch ok.
Und wenn Du Frauen und Männer magst,
ist das auch ganz normal.

Schau Dir dazu bitte dieses **Video**⁵ an:



5) <http://vimeo.com/9551254>

Es gibt drei verschiedene Formen
der sexuellen Orientierung:

- Heterosexualität**
- Homosexualität**
- Bisexualität**

Heterosexualität

Hetero bedeutet anders.

Heterosexualität heißt:

Du stehst auf das andere Geschlecht.
Als Mann stehst Du auf Frauen
und als Frau stehst Du auf Männer.



Heterosexualität bedeutet:
Auf das andere Geschlecht stehen.

Homosexualität

Homo bedeutet gleich.

Homosexualität heißt:

Du stehst auf das gleiche Geschlecht.

Als Mann stehst Du auf Männer
und als Frau stehst Du auf Frauen.

Männer, die auf Männer stehen
nennt man auch schwul.

Frauen, die auf Frauen stehen,
nennt man auch lesbisch.

Früher hat der Staat Homosexualität verboten.

Die Menschen haben gesagt:

Das ist nicht normal.

Sie konnten sich nicht vorstellen,
dass Männer auch Männer lieben
und Frauen Frauen lieben können.



Bild 117

Wenn Jungs auf Jungs stehen,
sind sie homosexuell.

Heute hat sich die Situation geändert.
Die Menschen sind offener für Sexualität geworden.

Homosexualität ist nicht mehr strafbar.

Schwule und Lesben dürfen heiraten
und ganz normal zusammenleben.

Trotzdem haben sie es oft nicht leicht
in der Gesellschaft.

Einige Menschen denken immer noch:
Das ist nicht normal.

Sie finden es ekelig,
wenn sie Schwule oder Lesben sehen.

Oft meiden sie Homosexuelle
oder schließen sie aus.

Deswegen ist es für Schwule und Lesben
oft schwer, sich zu **outen**.

Sie haben Angst,
dass andere Menschen sie nicht mehr mögen,
wenn sie sagen,
dass sie homosexuell sind.

Schau Dir dazu bitte
dieses [Video](#)⁶ an.



In vielen Städten gibt es Coming-Out-Gruppen.
Hier können Schwule und Lesben andere Menschen
kennen lernen,
die die gleichen Schwierigkeiten haben wie sie.
Sie können sich gegenseitig Mut machen,
sich nicht mehr zu verstecken.

6) http://www.youtube.com/watch?v=Eql000_tbNo

Bisexualität

Bisexualität heißt:

Du stehst auf beide Geschlechter.

Als Mann kannst Du auf eine Frau stehen,
aber auch auf einen Mann.

Als Frau kannst Du auf einen Mann stehen,
aber auch auf eine Frau.

Oder auf beide!

Aufgaben



a) Was heißt Homosexualität?



c) Warum denkst Du,
dass einige Menschen Angst haben, sich zu **outen**?
Bitte begründe Deine Meinung.



b) Was heißt Bisexualität?



d) Meinst Du,
dass Homosexuelle und Bisexuelle es im Alltag einfach haben?
Was meinst Du, wie andere Menschen auf sie reagieren?

Aufgaben



e) Wie würdest Du reagieren,
wenn zwei Männer in der Öffentlichkeit knutschen?



g) Bitte setzt Euch in Gruppen zusammen.
Wie findet Ihr es,
dass Homosexualität früher verboten war.
Darf man **Homosexualität** verbieten?
Schreibt bitte einige Punkte auf
und stellt sie den anderen vor.
Bitte begründet Eure Meinung.
Was meinen die anderen dazu?



f) Wie würdest Du reagieren,
wenn zwei Frauen in der Öffentlichkeit knutschen?
Bitte erkläre, warum Du so reagieren würdest.

Aufgaben



h) Bitte setzt Euch in Gruppen zusammen und schaut Euch dieses [Video](#)⁷ noch einmal an. Bitte beantwortet zusammen die Fragen dazu.



Was denkt Ihr über die Jungs am Anfang des Videos?
Wie findet Ihr das Verhalten der Frau am Bahnhof?
Was denkt Ihr über das unfreiwillige Outing von Madleine?
Wie findet Ihr das Verhalten der Schüler auf dem Schulhof?
Wie würdet Ihr in so einer Situation reagieren?



i) Verständnisfragen



Bitte beantworte die Fragen.
Es ist immer nur eine Antwort richtig.

1

Was heißt sexuelle Orientierung?

- a) auf welches Geschlecht Du stehst
- b) was Du beim Sex magst
- c) wo Du am liebsten Sex hast
- d) wie Du Sex findest

2

Was bedeutet hetero?

- a) gleich
- b) anders
- c) unterschiedlich
- d) verschieden

3

Was war früher verboten?

- a) Heterosexualität
- b) eine sexuelle Orientierung zu haben
- c) Homosexualität
- d) keine sexuelle Orientierung zu haben

4

Was heißt Homosexualität?

- a) Männer mögen Männer
- b) Männer mögen Frauen
- c) Frauen mögen Männer
- d) Männer mögen Männer und Frauen

5

Was gibt es in vielen Städten für Schwule und Lesben?

- a) Coming-In-Gruppen
- b) Coming-Out-Gruppen
- c) Coming-At-Gruppen
- d) Coming-To-Gruppen

7) http://www.youtube.com/watch?v=Eqlo0O_tbNo

Aufgaben



i) Suchsel:

Finde folgende Wörter:

GESCHLECHT – SCHWUL – ANGST – MÄDCHEN – BISEXUALITÄT

JUNGE – HOMOSEXUALITÄT

Du findest die Wörter waagrecht
und senkrecht.



G	Z	R	U	L	O	Q	E	B	N	M	Ä	P	Q	W
E	H	J	S	X	A	F	H	N	H	G	D	U	K	F
S	J	U	D	D	N	N	Z	C	Z	H	E	K	J	B
C	K	N	V	Ä	G	M	B	F	R	N	T	M	R	Z
H	T	G	T	L	S	G	T	M	Ä	D	C	H	E	N
L	D	E	S	K	T	D	R	L	F	B	I	L	F	U
E	B	E	V	S	B	S	W	H	N	M	I	P	K	K
C	Z	W	S	U	T	V	S	N	Z	K	T	Ü	U	T
H	N	Z	V	Z	T	S	H	G	T	G	R	F	Z	H
T	M	T	S	C	H	W	U	L	G	Ä	G	U	Ö	U
R	T	W	E	G	T	H	S	A	G	B	N	Z	T	E
H	O	M	O	S	E	X	U	A	L	I	T	Ä	T	H
D	F	W	G	B	S	W	Z	J	U	L	M	G	T	M
B	I	S	E	X	U	A	L	I	T	Ä	T	L	G	K

1.2 Flirten

Nette Worte, ein kurzes in die Augen schauen,
sich anlächeln...

Das alles kann Flirten sein.

Wenn Du mit einer Person flirtest,
zeigst Du:

Du hast Interesse an der Person
und möchtest sie kennen lernen.

Flirten kannst Du immer und überall.

In der Disco, im Bus, auf der Straße,
im Kino oder im Café.

Wenn beide Personen es wollen,
macht Flirten richtig Spaß.

Und vielleicht kannst Du durch einen Flirt
Deinen Traummann oder Deine Traumfrau kennen lernen.



Bild 120

Ein Lächeln ist oft der Anfang
von einem Flirt.



Viele Menschen flirten in der Disco.

Bild 121

Viele Menschen mögen einen Flirt lieber,
als doofe Anmachsprüche,
wie zum Beispiel:

„Ich habe meine Telefonnummer verloren.
Darf ich Deine haben?“

„Glaubst Du an Liebe auf den ersten Blick,
oder soll ich noch einmal reinkommen?“

„Du bist ja immer noch hier.
Warum liegst Du nicht schön längst
in meinem Bett?“

Ein Flirt ist nicht so aufdringlich,
wie ein blöder Anmachspruch.
Aber auch ein Flirt kann mal schief gehen.
Das ist aber nicht schlimm.
Vielleicht hatte die andere Person
einfach keine Lust zu flirten.
Oder Du warst einfach nicht ihr Typ.
Vielleicht klappt es ja beim nächsten Mal.

Welcher Flirt-Typ bist Du?
Finde es [hier](#)⁸ heraus.

8) <http://www.loveline.de/testedich/wiebistdu/index.php?q=5>



„Ist Dein Vater ein Dieb?
Denn er hat die Sterne vom Himmel geholt
und in Deine Augen gelegt.“

Manchen Menschen fällt es schwer, zu flirten.
Sie sind schüchtern
oder haben Angst,
einen Korb zu bekommen.
Leider gibt es keine Anleitung für das Flirten.
Aber es gibt ein paar Tipps,
die Du beim Flirten beachten kannst:

- ✓ Du musst nicht perfekt sein.
Sei Du selbst und verstelle Dich nicht.
- ✓ Es kommt nicht drauf an, was Du sagst,
sondern wie Du es sagst.
Ein „Hallo“ mit einem netten Lächeln
kommt immer gut an.

Und wenn alles nicht hilft,
kannst Du immer noch einfach gehen
und nett sagen:
Okay, ich muss dann auch mal wieder los.

Viele Menschen flirten auch im Internet.
Zum Beispiel in sozialen Netzwerken oder in Chats.
Dort kann man leicht zu anderen Menschen
Kontakt aufnehmen.
Viele Menschen sagen:
Im Internet kann man besser flirten,
weil man da [anonym](#) ist.
Es ist dann nicht so peinlich,
wenn man einen Korb bekommt.
Mehr über Flirten im Internet,
soziale Netzwerke und Chats
kannst Du [hier](#)⁹ lesen.

Den Film „10 Dinge über Frauen“ kannst Du Dir [hier](#)¹⁰ ansehen.
Darin gibt ein junger Mann anderen Männern Tipps, Frauen
besser zu verstehen.
Er erklärt, worauf Frauen besonders achten.
Der gleiche Mann hat den Film
„10 Dinge über Männer“ gedreht.
Darin erklärt er Frauen, wie Männer ticken.
Diesen Film findest Du [hier](#)¹¹.

9) <http://www.youtube.com/watch?v=scN6kFzliA>

10) <http://www.youtube.com/watch?v=scN6kFzliA>

11) <http://www.youtube.com/watch?v=iuHbNgccvWE&feature=channel>

Aufgaben



a) Was macht man beim Flirten?



e) Was kennst Du für Anmachsprüche?
Bitte schreibe drei auf.



b) Hast Du schon einmal geflirtet?



f) Was findest Du originell beim Flirten?



c) Was denkst Du:
An welchen Orten
kann man am besten flirten?



g) Findest Du es ok, zu flirten wenn Du selbst eine Beziehung hast?
Bitte begründe Deine Meinung.



d) Was sollte man beim Flirten machen?

Aufgaben



h) Bitte bildet zu dritt Gruppen und lest euch [diese Flirtregeln](#)¹² durch.

Was haltet Ihr von den Regeln?

Welche Tipps findet Ihr hilfreich?

Seht ihr es genauso wie die Leute,
die die Tipps geschrieben haben?



i) Bitte teilt Eure Gruppe nach Frauen und Männern auf.

Seht euch diese [zehn Flirttipps](#)¹³ im Internet an.

Was haltet Ihr von den Vorschlägen?

Bitte besprecht in Eurer Gruppe,
welche fünf Dinge Ihr beim Flirten empfehlen würdet.

Bitte stellt Eure Ergebnisse der anderen Gruppe vor.

Sind die Ideen ähnlich oder unterscheiden sie sich sehr?

12) <http://www.verfuehrung.info/flirtregeln.php>

13) <http://www.zehn.de/die-10-erfolgreichsten-flirt-tipps-281616-0>

Aufgaben



j) Bitte teilt Eure Gruppe nach Frauen und Männern auf.

Die Frauen sehen sich [das Video „10 Dinge über Frauen“](#)¹⁴ an.

Die Männer [das Video „10 Dinge über Männer“](#)¹⁵.

Bitte besprecht in Eurer Gruppe:

Was haltet Ihr von den Tipps im Video?

Seht ihr das genauso?

Glaubt Ihr, das Video hilft, das andere Geschlecht besser zu verstehen?

Für die Frauen: Welche zehn Tipps würdet Ihr Männern geben?

Für die Männer: Welche zehn Tipps würdet Ihr Frauen geben?

Bitte erklärt, warum Ihr es genauso oder anders seht und stellt der anderen Gruppe Eure Meinung vor.



k) Suchsel:

Finde folgende Wörter:

FLIRTEN – LÄCHELN – ANMACHSPRUCH – ANLEITUNG

DISCO – SPAß – INTERESSE

Du findest die Wörter waagrecht
und senkrecht.



F	L	I	R	T	E	N	H	J	R	S	F	S	W	Z
O	E	T	D	G	E	Z	N	G	A	D	D	F	E	K
S	F	U	G	F	Z	T	M	J	N	Q	N	I	Y	U
E	L	Ä	C	H	E	L	N	U	M	W	Z	N	X	F
G	W	D	B	E	H	R	L	P	A	F	T	T	Z	S
J	A	G	N	D	F	H	K	L	C	E	W	E	H	E
K	N	W	M	G	H	T	H	K	H	R	S	R	R	T
L	L	S	D	I	S	C	O	T	S	G	A	E	S	G
H	E	F	F	T	F	R	O	R	P	D	L	S	D	T
F	I	Z	B	D	H	T	P	F	R	G	K	S	Z	K
E	T	O	S	P	A	ß	A	J	U	R	O	E	M	O
D	U	K	D	H	R	Z	E	T	C	Z	I	K	H	G
C	N	E	S	T	H	H	G	O	H	H	R	L	T	N
D	G	W	S	R	F	T	B	I	D	D	T	O	F	F

14) <http://www.youtube.com/watch?v=scN6kFlziA>

15) <http://www.youtube.com/watch?v=iuHbNgccvWE&feature=channel>

Aufgaben



k) Wortschlangen:

Finde folgende Wörter in den Wortschlangen

LUST – PERFEKT – KORB – WORTE

G	H	H	B	G	R	D	E	R	G	N	N
L	U	N	R	O	F	K	T	G	S	W	G
F	S	D	R	K	S	E	D	D	W	O	F
E	T	R	F	W	E	F	R	E	R	R	B
S	D	D	A	E	T	J	G	P	E	T	D

1.3 Gute Orte zum kennen lernen



Viele Menschen lernen sich im Internet auf Flirt-Seiten kennen.



Oft trifft man die große Liebe, wenn man es am wenigsten erwartet.

Gute Orte zum kennen lernen gibt es überall. Vielleicht lernst Du jemanden auf Deiner Schule kennen. Oder ganz zufällig beim Einkaufen. Viele Menschen lernen sich heute sogar im Internet kennen.

Wo Du jemanden kennen lernst, kannst Du meistens nicht planen. Manchmal lernst Du jemanden kennen, wenn Du es am wenigsten erwartest. Aber wenn Du auf der Suche nach einer Freundin oder einem Freund bist, gehe am besten an Orte wo viele Menschen sind. Zum Beispiel in die Disco, auf ein Konzert oder auf Partys von Deinen Freunden. Die Stimmung ist dort meistens gut, die Menschen haben gute Laune und es ist leichter mit jemandem ins Gespräch zu kommen. Ihr könnt Euch über die Musik unterhalten oder zusammen etwas trinken.

Aufgaben



a) Was meinst Du:
Was sind gute Orte um jemanden kennen zu lernen?



d) Wie würdest Du jemanden,
der Dir gefällt,
auf einer Party ansprechen?



b) An welchen Orten hast Du schon einmal jemanden kennen gelernt?



e) Was würdest Du der Person sagen?



c) Wie kann man sich im Internet kennen lernen?

Aufgaben



f) Bitte setzt Euch in Gruppen zusammen.
Überlegt Euch,
an welchen Orten man jemanden gut kennen lernen kann.
Findet mindestens drei Orte.
Warum kann man hier besonders gut Leute kennen lernen?
Bitte begründet Eure Meinung
und stellt sie den anderen vor.



g) Suchsel:
Finde folgende Wörter:

ORTE – GESPRÄCH – STIMMUNG – KONZERT – EINKAUFEN
INTERNET – PARTY

Du findest die Wörter waagrecht
und senkrecht.



I	U	K	G	T	H	L	P	I	Z	J	E	O	I	G
N	Z	I	E	G	K	O	N	Z	E	R	T	T	L	N
T	N	O	S	T	J	Z	O	K	T	G	F	D	I	K
E	D	L	P	V	M	E	I	N	K	A	U	F	E	N
R	H	H	R	R	G	E	F	H	S	O	U	E	L	L
N	Z	U	Ä	W	G	W	T	O	D	U	I	F	R	D
E	Z	H	C	S	H	F	U	P	T	T	L	V	E	R
T	S	F	H	V	T	S	T	I	M	M	U	N	G	G
S	G	Q	W	F	T	B	N	M	T	D	E	T	G	D
O	R	T	E	K	D	P	L	W	U	Z	K	R	J	F
D	J	R	T	I	W	A	K	W	L	D	H	Z	U	W
O	K	T	H	J	Q	R	U	D	K	G	G	R	H	A
I	L	T	J	T	F	T	T	B	T	B	R	S	R	Z
Z	H	Z	N	R	V	Y	Z	M	T	D	W	C	Z	U

1.4 Ansprechen - aber wie?

Wenn Du jemanden ansprechen willst,
den Du toll findest,
erfordert das immer ein bisschen Mut.

Du weißt nicht genau,
was der andere über Dich denkt.
Mag er Dich?
Will er Dich kennen lernen?
Viele Menschen finden es schwer,
den ersten Schritt zu machen,
weil sie Angst haben,
dass sie eine Abfuhr bekommen könnten.
Leider gibt es kein Erfolgsrezept,
das Dir eine Abfuhr erspart.
Aber wenn Du Dir überlegst,
was Dir selbst gefällt,
kannst Du eigentlich gar nicht so schief liegen.
Wie würdest Du gerne angesprochen werden?
Was würdest Du gerne gesagt bekommen?
Welche Sprüche findest Du gut?

Auch wenn der erste Schritt immer Überwindung kostet,
solltest Du den Mut dazu haben.
Wenn Du zu lange wartest und hoffst,
kann das ganz schön frustrierend sein.
Denke einfach daran:
Du hast nichts zu verlieren!

Der erste Schritt muss nicht immer gleich ablaufen.
Der erste Schritt kann ein Lächeln sein
oder einfach nur Blickkontakt.



Blickkontakt ist ein erster Schritt
in die richtige Richtung.

Der erste Schritt kann auch ein lockerer Spruch sein
oder ein einfaches „Hallo, wie geht's?“
Wenn Du eine Frau ansprechen möchtest,
kannst Du ihr ein Kompliment machen.
Das mögen Frauen fast immer.
Zum Beispiel:
„Du bist hier heute wirklich die hübscheste Frau.“
Wenn Du Lust hast,
hör Dir dieses [Lied](#)¹⁶ zum Thema
„Kompliment“ an.



16) <http://www.youtube.com/watch?v=NDDRU-jGyHU>

Wenn Du einen Mann ansprechen möchtest,
kommt ein lockerer Spruch immer gut.
Zum Beispiel:
„Lust auf einen Drink?“
Männer finden es oft gut,
wenn auch einmal eine Frau die Initiative ergreift.
Am besten machst Du beim ersten Schritt das,
was Dir auch gefallen würde.
Dann musst Du Dich nicht verstellen.

Und wer macht den ersten Schritt?
Früher war es immer so:
Der Mann hat die Frau angesprochen
und sie eingeladen.
Zum Beispiel auf ein Getränk.
Einige Menschen sagen:
Das ist heute immer noch so.
Aber das stimmt nicht.
Wenn eine Frau einen Mann kennen lernen möchte,
kann die Frau ruhig den ersten Schritt machen.

Und natürlich darf der Mann
sich auch von der Frau einladen lassen.
Als Mann musst Du Dich nicht gezwungen fühlen,
den ersten Schritt zu machen und sie immer einzuladen.



Auch Mädchen dürfen den ersten Schritt machen.

Wie gehst Du mit einer Abfuhr um?

Leider kannst Du Dir nie sicher sein,
ob Dein erster Schritt gut ankommt.
Das Risiko,
eine Abfuhr zu bekommen,
hast Du immer.



Jeder bekommt
mal eine Abfuhr.

Wenn Du eine Abfuhr bekommst,
solltest Du das akzeptieren
und nicht persönlich nehmen.
Vielleicht hat der andere gerade einfach keine Lust
jemanden kennen zu lernen
oder hat einen festen Partner.
Es kann viele Gründe für eine Abfuhr geben.
Darüber solltest Du Dir aber nicht so viele Gedanken machen.
Sei stolz auf Dich:
Du hast den ersten Schritt gemacht.
Und wenn Du das einmal geschafft hast,
kannst Du das auch öfter schaffen.

Aufgaben



a) Was meinst Du?

Wer sollte beim Flirten den ersten Schritt machen?

Der Mann oder die Frau?

Oder ist das egal?



d) Bitte stelle Dir vor:

Deine beste Freundin oder Dein bester Freund bitten Dich um Hilfe.

Sie wollen eine romantische Nachricht an ihren **Schwarm** schreiben.

Nun sollst Du mit Ideen weiterhelfen.

Was würde drin stehen?

Bitte formuliere in 160 Zeichen eine romantische SMS.

Wer es möchte, kann seine SMS in der Gruppe vorstellen.



b) Was sind gute Orte, um sich kennen zu lernen?



c) Wie würdest Du jemandem eine Abfuhr geben?

Aufgaben



e) Bitte bildet zu zweit Gruppen.

Überlegt bitte, wie man gut mit einer Abfuhr umgeht.

Wie kann man reagieren, wenn einen die andere Person abblitzen lässt?

Wie kann ich damit umgehen, wenn alle Frauen oder Männer, auf die ich stehe, mich nicht wollen?



f) Bitte teilt Eure Gruppe nach Männern und Frauen auf.

Bitte überlegt Euch, was die schönsten Komplimente sind, die ihr jemals bekommen habt.

Bitte schreibt sie auf ein Plakat und besprecht, welches Ihr besonders schön findet.

Warum gefallen Euch bestimmte Komplimente besonders.

Bitte stellt Eure Ergebnisse den anderen vor.

Aufgaben



g) Suchsel:

Finde folgende Wörter:

ABFUHR – SPRUCH – KOMPLIMENT – ÜBERWINDUNG

SCHRITT – ANGST

Du findest die Wörter waagrecht
und senkrecht.



A	D	R	S	Z	Z	H	R	R	E	G	G	N	L	Ü
B	F	G	C	S	F	G	I	L	R	W	G	N	I	B
F	S	R	H	E	A	K	L	J	R	K	A	A	E	E
U	Z	E	R	S	N	R	E	I	T	O	W	F	B	R
H	W	G	I	S	G	X	R	E	F	M	D	S	E	W
R	A	X	T	H	S	R	G	A	A	P	H	F	S	I
E	R	J	T	A	T	G	D	S	F	L	G	B	K	N
S	D	B	F	N	C	D	R	G	B	I	E	S	E	D
G	N	N	W	D	T	K	U	I	W	M	Q	D	M	U
T	E	W	F	E	W	L	Z	U	J	E	B	Z	M	N
W	R	S	P	R	U	C	H	W	D	N	G	I	D	G
E	F	H	J	M	V	W	E	F	U	T	K	L	R	P
F	R	S	S	Q	T	W	Z	J	O	I	J	D	Z	O

Dass Du aufgeregt bist, ist ganz normal.
Du triffst Dich mit Deinem Schwarm
und Du möchtest,
dass er Dich mag.
Aber setze Dich nicht unter Druck.
Versuche Du selbst zu sein
und spiele dem anderen nichts vor.
Ziehe das an,
worin Du Dich am wohlsten fühlst.
Wenn Du nervös bist,
kannst Du Dir vor Eurem Treffen überlegen,
worüber Ihr reden könnt.
Oder was Du gerne von Deinem Schwarm wissen würdest.
Traue Dich ruhig, viele Fragen zu stellen.
Das zeigt:
Du hast Interesse an ihm.
Und vielleicht stellt Ihr fest:
Ihr habt die gleichen Hobbys.
Oder Ihr mögt die gleiche Musik.
Wenn Ihr gleiche Interessen habt,
findet Ihr schnell ein Gesprächs-Thema.

Wo Euer erstes Treffen stattfindet,
könnt Ihr Euch zusammen überlegen.
Viele Menschen gehen beim ersten Treffen ins Kino.
Im Kino kann man sich schnell näher kommen.



Bild 128

Im Kino kann man sich leicht näher kommen.

Wenn ein romantischer Film läuft,
kann man Händchen halten
oder den Arm umeinander legen.
Im Kino kann man sich aber nicht unterhalten.
Deswegen ist es schwer,
wenn Du mehr über den anderen erfahren möchtest.
Wenn Ihr Euch lieber unterhalten möchtet,
könnt Ihr Euch zum Beispiel in einem Café
oder in einer Bar treffen.
Oder Ihr macht einen Spaziergang.
Den könnt Ihr natürlich auch machen,
nachdem Ihr im Kino wart.
Dann habt Ihr beides.
Bestimmt fallen euch noch viele andere Ideen ein.
Seid einfach kreativ!

Aufgaben



a) Was würdest Du bei einem ersten Treffen anziehen?



d) Worüber würdest Du auf keinen Fall sprechen?
Bitte begründe Deine Meinung.



e) Was würdest Du bei einem ersten Treffen gerne machen?



b) Was würdest Du Deinen **Schwarm** gerne fragen?



f) Wo möchtest Du Dich treffen?



c) Bitte überlege Dir,
was gute Gesprächsthemen bei einem ersten Treffen sind.



g) Worüber möchtest Du Dich unterhalten?

Aufgaben



h) Was willst Du Deinen **Schwarm** fragen?
Bitte begründe Deine Meinung.



j) Was hältst Du von romantischen Filmen?
Was findest Du gut an romantischen Filmen?
Was stört Dich daran?



i) Stelle Dir bitte vor:
Beim ersten Date seht Ihr Euch einen romantischen Film an.
Wären diese drei Filme geeignet?
Bitte seht euch die drei Trailer an.
1. [Briefe an Julia](#)¹⁸
2. [Dirty Dancing](#)¹⁹
3. [Manhattan Love Story](#)²⁰
Welcher der drei Filme interessiert Dich am meisten?



k) Gibt es bei den Männern und Frauen in Deiner Gruppe unterschiedliche Meinungen zu romantischen Filmen?
Wo liegen Unterschiede und Gemeinsamkeiten?

18) <http://www.moviemaze.de/media/trailer/view/flash/49899/>

19) <http://www.youtube.com/watch?v=j1-pJCH6us4>

20) <http://tinyurl.com/6kk7p9f>

Aufgaben



l) Bitte setzt Euch zusammen und überlegt Euch, wie ein perfektes erstes Treffen aussieht. Wo würde es stattfinden? Worüber würdet Ihr sprechen? Was würdet Ihr machen? Schreibt Eure Punkte auf und stellt sie bitte den anderen vor.



m) Suchsel:
Finde folgende Wörter:

KINO – SPAZIERGANG – HOBBYS – MUSIK
FILM – BAR - INTERESSEN

Du findest die Wörter waagrecht und senkrecht.



Z	K	I	N	O	R	T	B	H	D	E	F	V	H	N
F	L	H	R	R	J	S	K	L	K	M	B	D	E	C
S	H	F	E	W	E	P	F	E	R	G	U	P	O	L
E	M	E	D	U	G	A	T	H	O	B	B	Y	S	H
F	U	R	T	J	H	Z	H	Z	Q	W	F	R	G	T
S	S	B	U	T	Z	I	E	U	H	T	Z	H	N	B
H	I	Z	U	T	R	E	G	I	B	B	F	R	G	J
K	K	N	Z	R	G	R	B	O	T	A	E	R	B	M
L	K	J	Z	T	R	G	O	D	T	R	U	U	U	R
W	U	K	H	T	F	A	L	G	E	Z	E	I	O	G
E	F	I	L	M	E	N	K	J	K	T	R	K	L	J
G	Z	K	I	H	U	G	G	Z	L	B	G	Z	H	G
K	U	M	L	T	T	J	T	J	Z	F	T	U	R	B
L	I	I	N	T	E	R	E	S	S	E	N	T	E	F

Liebe

**2. Eine Beziehung und
alles was dazu gehört**

2. Eine Beziehung und alles was dazu gehört

Eine Beziehung
ist ein neuer Abschnitt im Leben.



Bild 129

Wann und wo eine Beziehung anfängt, kann man oft nicht genau sagen. Einige Menschen verlieben sich, treffen sich, lernen sich besser kennen und werden dann ein Paar. Andere Menschen wissen schon früher: Wir wollen zusammen sein. Vielleicht beginnt eine Beziehung mit dem ersten Kuss. Vielleicht, wenn man sich das erste Mal sagt: „Ich liebe Dich!“ Egal, wann eine Beziehung anfängt, für Dich ist es immer ein neuer Abschnitt in Deinem Leben.

Du hast jetzt einen Freund oder eine Freundin und Ihr möchtet viel Zeit zusammen verbringen. Für viele Menschen ist die Liebe in einer Beziehung das Wichtigste. Sie sagen: „Wenn man sich wirklich liebt, kann einen nichts trennen.“



In einer Beziehung möchte man viel Zeit zusammen verbringen.

Aber oft lernst Du Deinen Partner erst in der Beziehung richtig kennen. Nach und nach stellst Du fest: Dein Partner hat auch Macken. Und die können Dir manchmal ganz schön auf die Nerven gehen! Deswegen musst Du aber nicht direkt Schluss machen. Man kann über alles reden. Und kein Mensch ist perfekt. Bestimmst hast Du auch ein paar Schwächen, die Deinen Partner stören. Wichtig in einer Beziehung ist: Seid immer ehrlich zueinander. Wenn Ihr darüber redet, was Euch an dem anderen stört, könnt Ihr Streit aus dem Weg gehen.



Nach dem Streit kommt die Versöhnung.

Wenn Ihr Euch doch einmal streitet, ist das nicht schlimm. Wie die Liebe gehört Streit zu jeder Beziehung dazu. Ihr könnt schließlich nicht immer gleicher Meinung sein. Und eine Versöhnung nach einem Streit kann oft sehr schön sein.

Es gibt aber auch Dinge, die eine Beziehung kaputt machen können, wenn sie sich ständig wiederholen.

Beziehungs-Killer sind zum Beispiel:

- ✓ Gewalt
- ✓ Lügen
- ✓ Fremdgehen
- ✓ sich gegenseitig die Freiheit nehmen
- ✓ etwas versprechen und nie halten
- ✓ respektlos sein
- ✓ dem anderen nicht richtig zuhören
- ✓ alles besser wissen wollen
- ✓ alles alleine entscheiden wollen
- ✓ zu viel Eifersucht
- ✓ immer dem anderen die Schuld geben

(Quelle: http://www.loveline.de/themen/?t=4_24_123)

Eine Beziehung zu beenden, ist fast immer sehr schwer.
Dir wird es nie leicht fallen,
Deinen Partner zu verlassen.
Ihr habt viel Zeit zusammen verbracht
und Euch geliebt.

Wenn eine Beziehung zu Ende ist,
ist das immer traurig.



Vielleicht möchtest Du Deinem Partner auch nicht weh tun.
Aber Du solltest ehrlich zu ihm sein.
Überlege Dir gut, ob es fair ist,
mit ihm zusammen zu bleiben,
wenn Du keine Liebe mehr für den Partner empfindest.



Liebe hält nicht
alles aus.



Liebeskummer tut weh.

Liebeskummer

Liebeskummer tut weh!
Wenn Du verlassen wirst,
hast Du das Gefühl, eine Welt bricht zusammen.
Du bist oft verzweifelt, traurig
und fühlst Dich alleine gelassen.

Am liebsten würdest Du Dich
in ein Mauseloch verkriechen
und nie wieder vor die Tür gehen.

Liebeskummer ist ein Gefühl
zwischen Trauer und Wut.
Am Anfang bist Du meistens todtraurig.
Dein Partner hat mit Dir Schluss gemacht,
obwohl Du ihn noch liebst.
Du fühlst Dich allein gelassen
und kannst nicht verstehen,
dass Eure Beziehung zu Ende ist.
Wahrscheinlich bist Du sehr enttäuscht.

Später kommt oft die Zeit,
in der Du auch wütend sein kannst.
Du verstehst nicht,
warum Dich Dein Partner nicht mehr geliebt hat.
Du bist sauer,
dass er Euch nicht noch eine Chance gegeben hat.

Jeder Mensch geht anders mit Liebeskummer um.
Vielleicht weinst Du sehr viel
und möchtest keinen Menschen sehen.
Oder Du schreibst Tagebuch
und suchst Trost bei Deinen Freunden.
Oder Du lenkst Dich mit Sport ab
und unternimmst viel mit Deinen Freunden.

Egal, wie Du mit Liebeskummer umgehst,
oft dauert es einige Zeit,
bis Du nicht mehr traurig bist.
Leider gibt es kein Heilmittel bei Liebeskummer.



Liebeskummer ist
ein schlimmes Gefühl.



Bild 136



Ablenkung hilft bei Liebeskummer.

Aber es gibt Tipps,
die den Liebeskummer ein bisschen leichter machen können.
Zum Beispiel:

- ✓ Wenn Dir danach ist,
weinst Du ruhig aus.
Du wirst sehen,
danach wird es Dir schon ein bisschen besser gehen.
- ✓ Rede viel mit Deinen Freunden über Deinen Kummer.
Es tut immer gut zu wissen:
Du bist nicht alleine.
- ✓ Lenke Dich ab.
Unternehm etwas mit Deinen Freunden.
Geht shoppen, ins Kino
oder auf eine Party.
- ✓ Versuche, Deinem Ex aus dem Weg zu gehen.
Ein Treffen mit ihm kann Deinen Liebeskummer
wieder schlimmer machen.

Wenn Du Liebeskummer hast,
hast Du oft das Gefühl:

„Es wird nie, nie wieder aufhören.“

Aber der Spruch stimmt oft:

„Die Zeit heilt alle Wunden.“

Je mehr Zeit vergeht,
desto weniger weh tut es.
Du musst dann meistens nicht mehr ständig
an Deinen Ex denken.
Du hast wieder Lust, neue Menschen kennen zu lernen.
Du möchtest wieder eine neue Liebe finden.
Viele Menschen sagen,
wenn sie eine neue Beziehung haben:
„Die Trennung war das Beste,
was mir passieren konnte.“

Aufgaben



a) Was sind für Dich Beziehungs-Killer?



d) Was kann den Liebeskummer leichter machen?



b) Worüber kann man sich in einer Beziehung streiten?



e) Bitte überlege Dir,
was Dir wichtig in einer Beziehung ist.
Bitte schreibe drei Punkte auf
und erkläre Deine Ideen. Bitte überlege Dir,
wie eine perfekte Beziehung für Dich aussieht.
Haben die Männer und Frauen in Deiner Gruppe gleiche Ideen aufgeschrie-
ben, was eine gute Beziehung ist?
Wo liegen die Unterschiede?
Was meinst Du woran das liegt?



c) Bitte erkläre,
was Liebeskummer ist.

Aufgaben



- f) Bitte teilt Eure Gruppe nach Frauen und Männern auf.
Sprecht darüber,
was man am besten gegen Liebeskummer machen kann.
Mit wem kann man darüber sprechen?
Und mit wem auf keinen Fall?
Bitte schreibt Eure Ergebnisse auf
und stellt sie den anderen vor.
Haben die Männer und Frauen in Deiner Gruppe gleiche Ideen aufgeschrieben, wie sie mit Liebeskummer umgehen?
Wo liegen die Unterschiede?
Was meinst Du, woran das liegt?



- g) Verständnisfragen:
Bitte beantworte die folgenden Fragen.



Es ist immer nur eine Antwort richtig.

1

Was ist für viele Menschen das wichtigste in einer Beziehung?

- a) Eifersucht
- b) Liebe
- c) Versöhnung
- d) Streit

2

Was ist ein Beziehungs-Killer?

- a) Liebe
- b) Ehrlichkeit
- c) Gewalt
- d) Treue

3

Was gehört zu jeder Beziehung dazu?

- a) Gewalt
- b) Streit
- c) Hass
- d) Fremdgehen

4

Was solltest Du bei Liebeskummer machen?

- a) Deinem Ex aus dem Weg gehen
- b) Deinem Ex zu einem Treffen überreden
- c) Dich viel mit Deinem Ex beschäftigen
- d) Deinen Ex hinterher laufen

5

Was kann Liebeskummer leichter machen?

- a) Fotos von Deinem Ex angucken
- b) Mit Deinen Freunden reden
- c) Viel alleine sein
- d) Mit Deinem Ex treffen

Aufgaben



h) Suchsel:
Finde folgende Wörter:

BEZIEHUNG – PARTNER – LIEBESKUMMER – STREIT – PAAR
MACKEN – LIEBE

Du findest die Wörter waagrecht
und senkrecht.



L	L	O	T	K	Z	I	R	R	E	G	G	N	L	U
B	E	Z	I	E	H	U	N	G	R	W	G	N	I	J
G	J	U	P	L	U	O	G	T	R	R	T	H	E	M
C	Z	E	O	S	T	R	E	I	T	Q	W	F	B	F
E	P	R	T	U	T	Q	W	H	F	G	B	R	E	G
F	A	G	U	M	G	D	P	A	A	R	H	F	S	G
J	R	J	K	A	W	V	E	O	D	R	G	B	K	Z
K	T	K	E	C	Q	B	F	M	A	S	C	R	U	F
G	N	N	W	K	W	K	H	F	L	O	Z	H	M	G
T	E	M	F	E	W	L	Z	U	J	F	B	Z	M	U
W	R	S	R	N	O	Q	L	I	U	F	H	D	E	K
E	T	A	T	T	I	L	I	E	B	E	N	M	R	P
F	R	S	Z	Q	T	W	Z	J	O	I	J	D	Z	O
F	E	D	H	W	R	F	T	L	O	U	S	D	N	H



i) Finde folgende Wörter in den Wortschlangen:

EIFERSUCHT – VERSÖHNUNG – HEILMITTEL – SCHLUSS

R	V	E
T	D	R
G	N	S
S	U	Ö
D	N	H

G	F	G
I	M	L
T	G	I
T	H	E
E	L	R

B	R	G
F	S	S
S	V	U
E	H	L
S	C	E

E	R	G
R	E	F
S	E	I
U	E	R
C	H	T

Liebe

**3. Liebe kann man
nicht erzwingen**

3. Liebe kann man nicht erzwingen



Bist Du gerade auf der Suche nach
einem Freund oder eine Freundin?
Du hast aber einfach kein Glück bei Deiner Suche?
Dann gib nicht auf!
Liebe kannst Du nicht erzwingen.
Wenn Du Dich in jemanden verliebst,
heißt das nicht:
Er ist auch in Dich verliebt.
Es kann dauern bis Du
den Richtigen oder die Richtige findest.

Wenn Du es darauf anlegst,
auszugehen um jemanden kennen zu lernen,
klappt das oft nicht.
Dann bist Du sicherlich enttäuscht und denkst Dir:
„Mist, jetzt hat es wieder nicht geklappt.
Ich will nicht mehr alleine sein!“
Das macht Dir unnötig Druck und zieht Dich runter.
Du solltest Geduld haben.
Oft triffst Du jemanden,
wenn Du es am wenigsten erwartest.

Aufgaben



a) Bei wem kann man sich Rat holen,
wenn es mit der neuen Liebe nicht klappt?



d) Wie kann man am besten einen neuen Partner finden?



b) Was würdest Du einem Freund raten,
der gerade kein Glück in der Liebe hat?



e) Was meinst Du?
Wenn man gerade eine Beziehung beendet hat,
wie viel Zeit sollte man sich lassen,
bevor man einen neuen Partner sucht?



c) Was meinst Du:
Warum kann man Liebe nicht erzwingen?
Bitte schreibe Deine Ideen auf.

Sex und
Zärtlichkeit

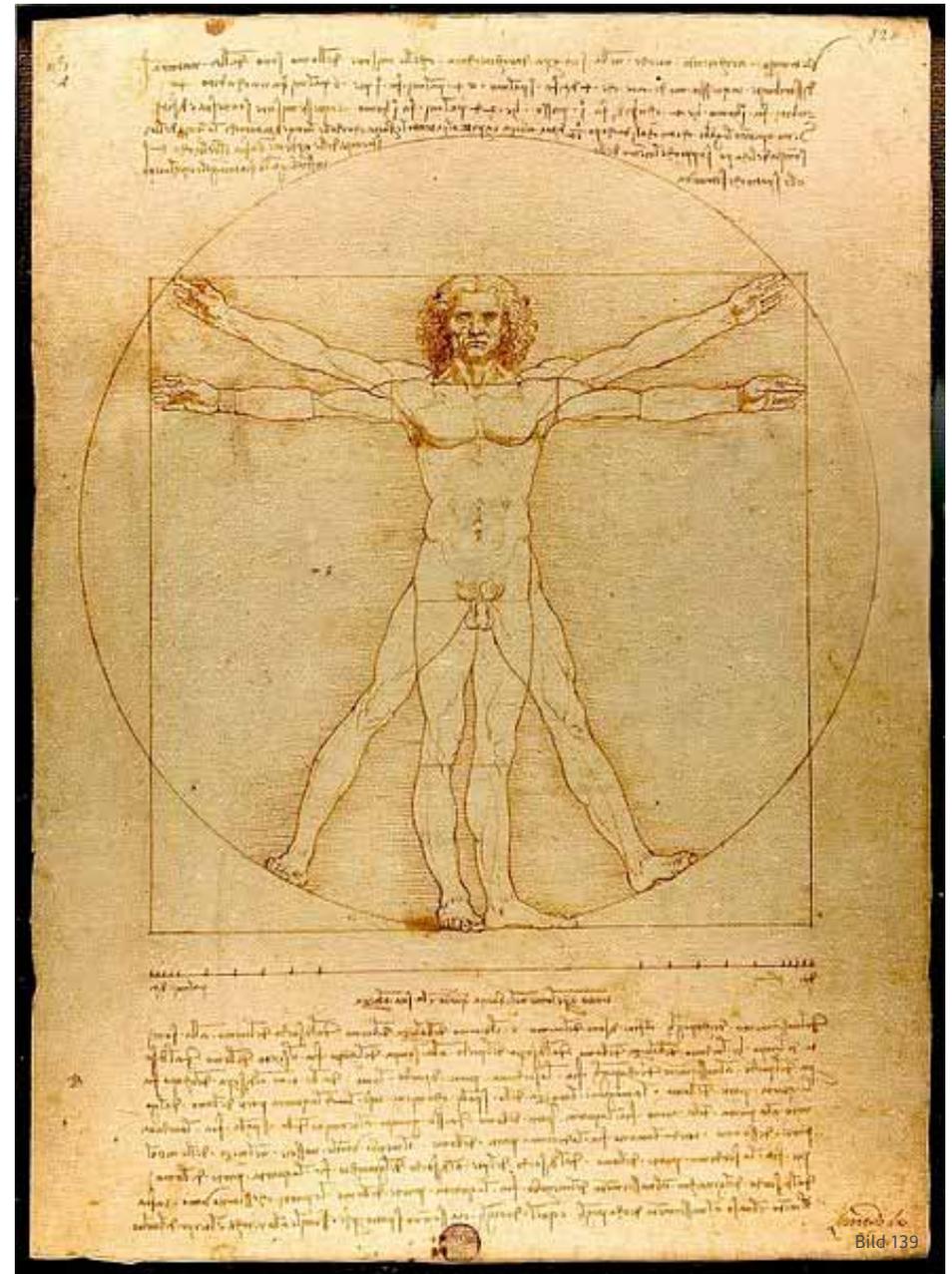
1. Dein Körper – der Körper des anderen

- 1. Dein Körper –
Der Körper des anderen ⊕ S. 53
- 1.1 Der weibliche Körper –
Die Geschlechtsorgane ⊕ S. 54
- 1.2 Der männliche Körper –
Die Geschlechtsorgane ⊕ S. 64

1. Dein Körper – Der Körper des anderen

Bestimmt weißt Du gut
über Deinen eigenen Körper Bescheid.
Du merkst,
wann Du gesund oder krank bist.
Du weißt,
was Deinem Körper gut tut
und was nicht.
Und Du weißt,
was Du beim Sex magst
und was nicht.

Aber weißt Du auch über den Körper
des anderen Geschlechts Bescheid?
Was mögen Frauen beim Sex?
Was mögen Männer beim Sex?
Wie sieht eine Scheide aus?
Wie sieht ein Penis aus?
Es ist auch wichtig
etwas über den Körper des anderen zu wissen.
Du kannst ihn dann besser verstehen.
Und Du weißt,
was er beim Sex mögen könnte.
Denn wenn beide richtig Spaß am Sex haben,
ist es besonders schön.



Was weißt Du über den Körper des anderen Geschlechts?

1.1 Der weibliche Körper – Die Geschlechtsorgane

Der weibliche Körper unterscheidet sich von dem männlichen Körper durch die Brust und die inneren und äußeren Geschlechtsorgane.

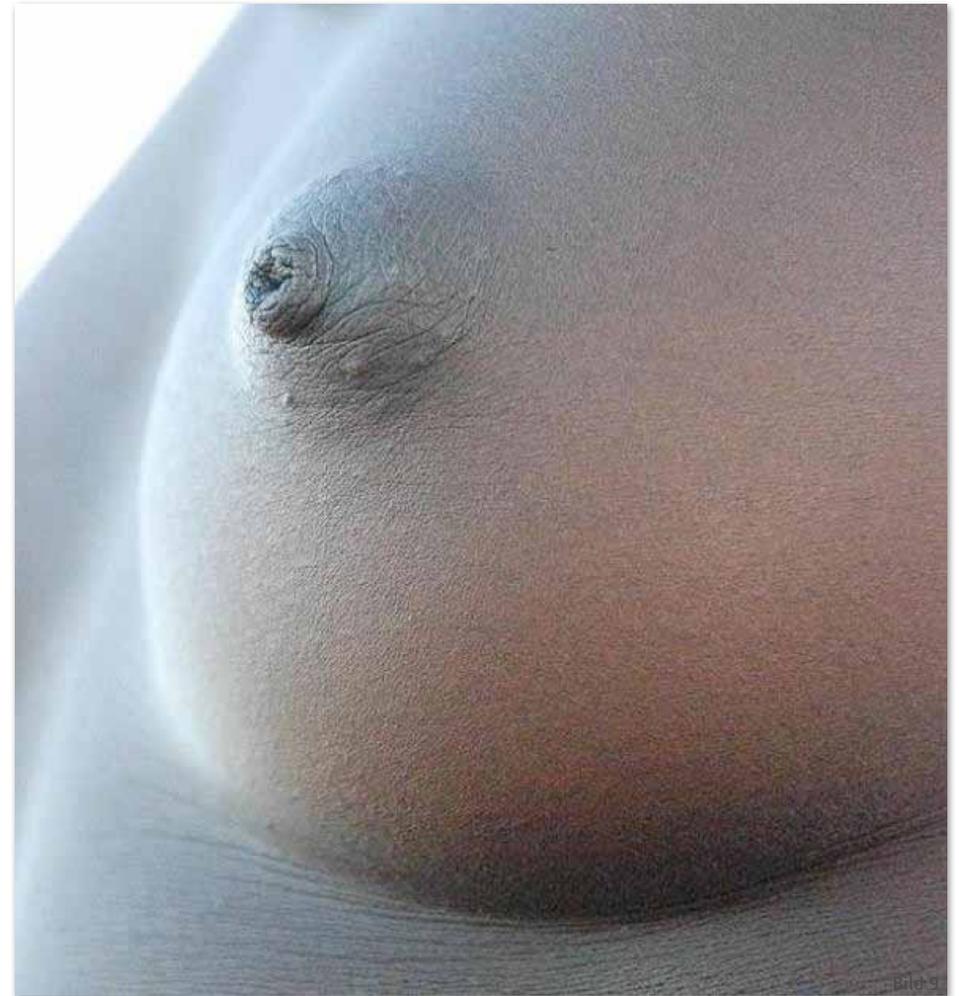
Die Brüste sind bei jeder Frau anders. Manche haben große Brüste, andere kleine Brüste. Manche haben längliche Brüste, andere haben rundliche Brüste. Manchmal ist sogar eine Brust ein wenig größer als die andere Brust. Das ist ganz normal.

Eine Brust besteht aus Milchdrüsen und Fettgewebe. Durch die Milchdrüsen kann eine Frau nach der Geburt ihr Baby **stillen**.

Die Brust gehört bei Frauen zu den erogenen Zonen. Erogene Zonen sind Stellen am Körper, die bei einer Berührung die Frau oder den Mann sexuell erregen können. Wenn eine Frau an der Brust berührt wird und sie das erregt, richten sich die Brustwarzen auf.



Das Symbol für die Weiblichkeit.



Die weibliche Brust

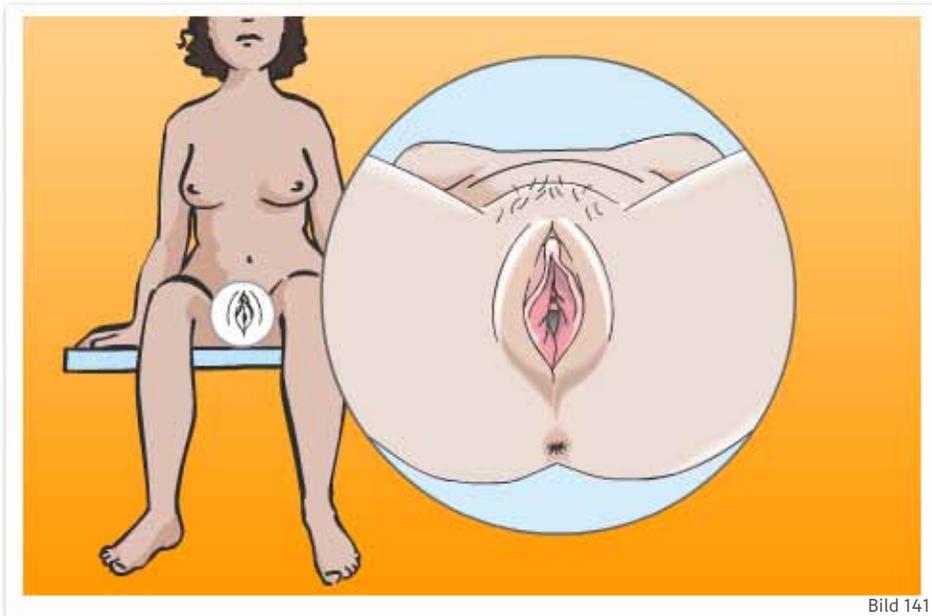


Bild 141

Die äußeren Geschlechtsorgane beim Mädchen

Die äußeren Geschlechtsorgane bei einer Frau sind:

- ✓ die großen Schamlippen
- ✓ die kleinen Schamlippen
- ✓ die Klitoris

Die äußeren Geschlechtsorgane liegen außerhalb des Körpers.

Das heißt:
Sie sind sichtbar.
Die äußeren Geschlechtsorgane der Frau nennt man auch Vulva.
Wie die Vulva aussieht, kannst Du [hier](#)²¹ sehen.
Die Vulva ist von den Schamhaaren bedeckt.
Manche Frauen rasieren sich die Schamhaare.
Das nennt man dann **Intim-Rasur**.

Die großen Schamlippen umschließen den Scheiden-Eingang.
Sie bestehen aus Fettgewebe und vielen Nerven.
Durch die vielen Nerven sind die Schamlippen sehr empfindlich.



Manche Mädchen rasieren sich die Schamhaare.

Die Schamlippen gehören zu den erogenen Zonen.
Wenn die Frau dort berührt wird und sexuell erregt ist, schwellen sie an.

21) http://www.loveline.de/themen/?t=1_3_3

Die kleinen Schamlippen sind zwischen den großen Schamlippen. Sie sind dünn und bei manchen Frauen größer als bei anderen. Die Klitoris kann man auch Kitzler nennen. Der Kitzler liegt oben zwischen den kleinen Schamlippen. Er fühlt sich an wie eine kleine Perle.

Viele Frauen finden es schön am Kitzler berührt zu werden. Wenn die Frau sexuell erregt ist, schwillt der Kitzler an und wird größer.

Die inneren Geschlechtsorgane bei einer Frau sind:

- ✓ die Scheide
- ✓ die Gebärmutter
- ✓ der Muttermund
- ✓ der Gebärmutterhals
- ✓ die Eierstöcke
- ✓ die Eileiter

Wie die inneren Geschlechtsorgane aussehen, siehst Du [hier](#)²².

Die Scheide kann man auch Vagina nennen. Die Scheide ist die Verbindung zur Gebärmutter. Du kannst sie Dir vorstellen, wie einen Schlauch. Sie besteht aus Muskeln und vielen Nerven. Aus der Scheide kommt Blut, wenn die Frau ihre **Menstruation** hat. Wenn eine Frau ein Baby bekommt, kommt das Baby durch die Scheide auf die Welt. Deswegen ist die Scheide sehr dehnbar. Wie ein Baby auf die Welt kommt, siehst Du in diesem [Video](#)²³.



22) <http://www.vomerwachsenwerden.de/center2.html>

23) <http://www.youtube.com/watch?v=BtAwMw6tRuc&feature=channel>

Viele Frauen finden es schön,
wenn man sie an der Scheide streichelt.
Oder mit den Fingern in die Scheide geht.
Wenn die Frau sexuell erregt ist,
sondert die Scheide Flüssigkeit ab.
Man sagt dann:
Die Frau wird feucht.
Durch die Flüssigkeit kann der Mann beim Sex
seinen Penis leichter in die Scheide einführen.

Die Gebärmutter liegt am Ende der Scheide.
Die Gebärmutter sieht ein bisschen so aus,
wie eine umgedreht Birne.

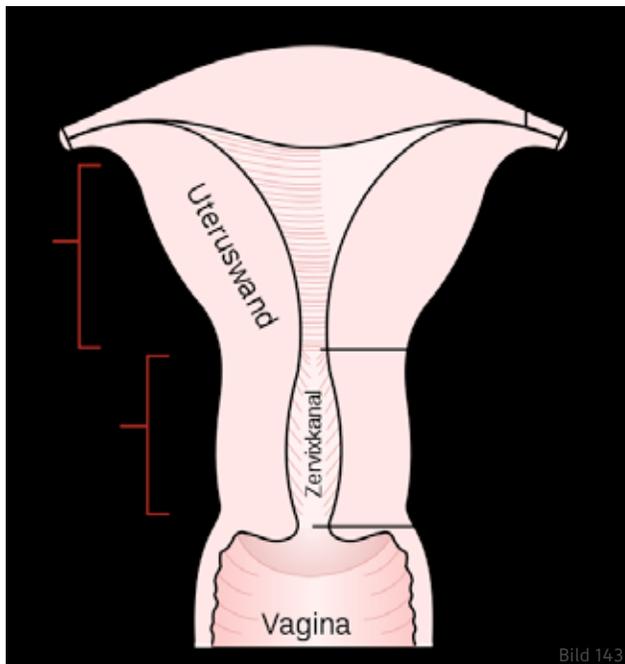


Bild 143

In der Gebärmutter
wächst das Baby.



Ultraschall-Bild

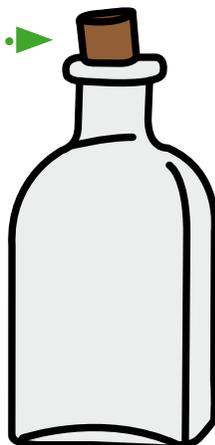
Sie ist ungefähr zwischen
sieben und neun Zentimetern groß.
Die Gebärmutter hat dicke Wände
mit vielen Muskeln.
Durch die Muskeln kann sich
die Gebärmutter ausdehnen.
Das ist wichtig,
wenn die Frau schwanger ist.
Das Baby wächst neun Monate in der Gebärmutter.
Die Gebärmutter muss dann mit dem Baby wachsen.

In der Gebärmutter befindet sich die Gebärmutter-Schleimhaut. Die Gebärmutter-Schleimhaut wird jeden Monat neu aufgebaut. Wenn die Frau nicht schwanger ist, wird die Schleimhaut abgestoßen und die Frau bekommt Ihre **Menstruation**. Man nennt den Prozess auch weiblichen Zyklus. Die Menstruation besteht aus der Schleimhaut, Blut und Scheiden-Flüssigkeit. Wie der weibliche Zyklus verläuft, kannst Du [hier](#)²⁴ sehen.

Der Muttermund ist der Eingang zur Gebärmutter.

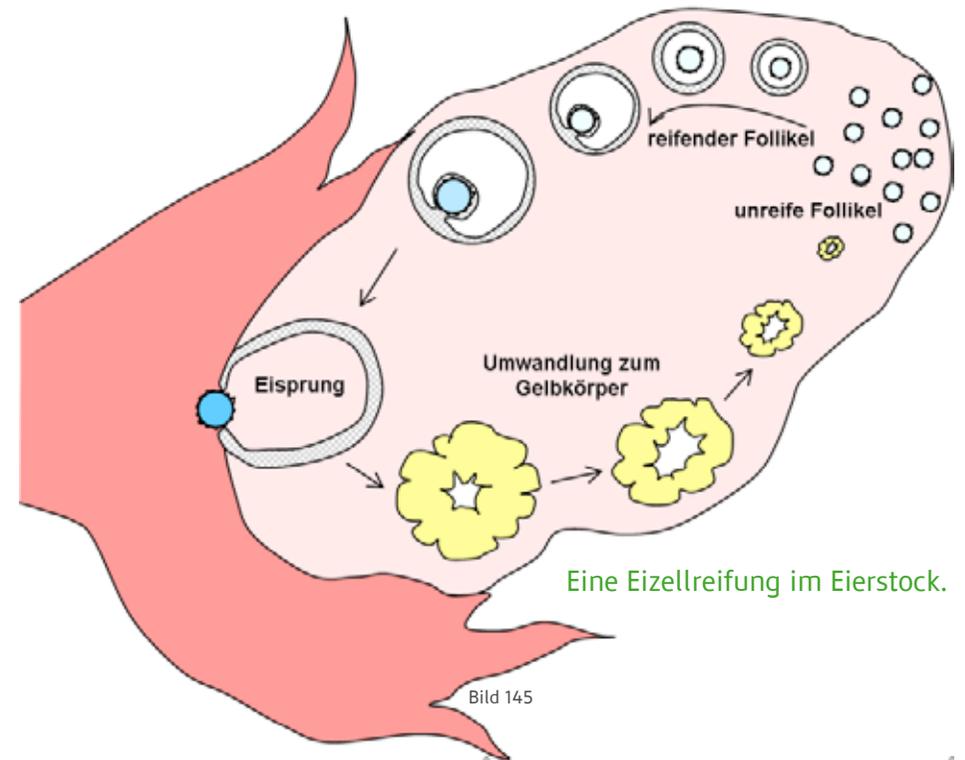
Der Muttermund ist so klein, dass nichts durch die Scheide in den Bauch rutschen kann. Bei der Geburt öffnet sich der Muttermund, damit das Baby auf die Welt kommen kann.

Der Gebärmutterhals ist die Verbindung zwischen dem Muttermund und der Gebärmutter. Im Gebärmutterhals befindet sich der **Zervixschleim**. Der Schleim verschließt den Eingang zur Gebärmutter wie ein Pfropf. Dadurch können keine Bakterien in die Gebärmutter kommen.



24) http://www.schule.at/experimente/_jury/Online-Experiment/41/zyklus_fertig/index.swf

Die Eierstöcke hängen an beiden Seiten neben der Gebärmutter. Jede Frau hat zwei Eierstöcke. Sie sind ungefähr so groß wie eine Pflaume. In jedem Eierstock sind sehr viele Eizellen.



Ein Mädchen hat bei seiner Geburt ungefähr 400.000 Eizellen in ihrem Eierstock. In dem Leben einer Frau reifen aber nur 400 bis 500 Eizellen aus. Der Rest bildet sich zurück. Die Eierstöcke produzieren außerdem die weiblichen Geschlechts-Hormone.

Die Eileiter verbinden die Eierstöcke mit der Gebärmutter. Sie sind ungefähr zehn bis fünfzehn Zentimeter lang. Durch den Eileiter wandert jeden Monat eine reife Eizelle zur Gebärmutter. Das dauert vier oder fünf Tage. Wenn Ihr beim Sex nicht verhütet, kann eine Samenzelle jetzt die Eizelle befruchten. Schau Dir dieses [Video](#)²⁵ dazu an.



Das heißt, Ihr könnt ein Baby zeugen.

In diesem Kapitel hast Du einige erogene Zonen einer Frau kennen gelernt. Es gibt aber noch mehr. Erogene Zonen können überall am Körper sein. Nicht nur an den Geschlechtsorganen. [Hier](#)²⁶ kannst Du sehen, wo noch mehr erogene Zonen bei einer Frau sein können. Wichtig ist: Nicht jede Frau ist gleich. Und nicht jede Frau mag das Gleiche beim Sex.

Tipp

... für den Mann:
Was Deine Freundin schön findet, kannst Du sie fragen oder beim Kuschneln im Bett selbst herausfinden. Du wirst ganz bestimmt merken, was sie mag.

25) <http://www.youtube.com/watch?v=-56ZrHcVCQQ&feature=related>

26) <http://www.lovetour.at/flash/koerperkarte.swf>

Aufgaben



a) Worin unterscheidet sich der weibliche Körper vom männlichen Körper?



e) Was kann passieren, wenn Ihr beim Sex nicht verhütet?



b) Was sind die äußeren Geschlechtsorgane bei einer Frau? Bitte schreibe sie auf.



c) Was sind die inneren Geschlechtsorgane bei einer Frau? Bitte schreibe sie auf.



d) Warum ist die Scheide sehr dehnbar?

Aufgaben

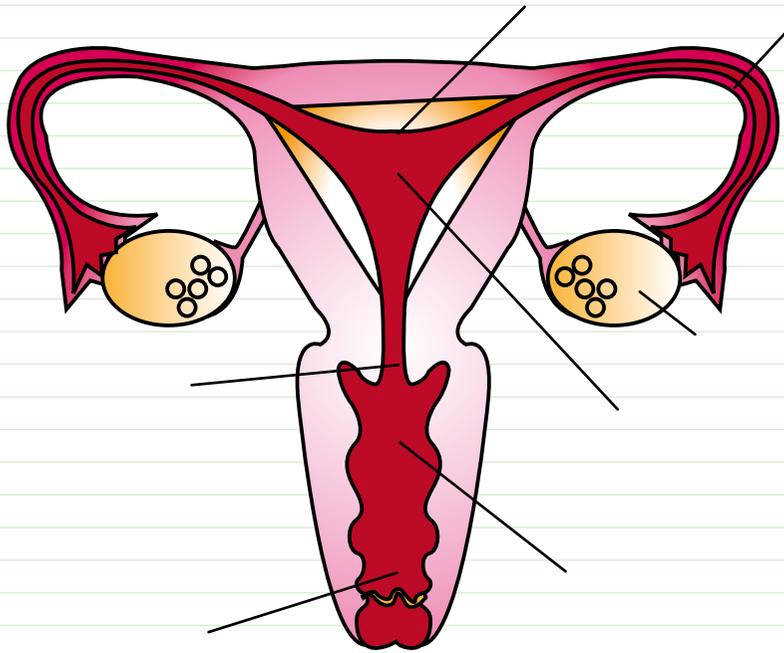


f) Bitte beschreibe,
was erogene Zonen sind.
Welche erogenen Zonen kennst Du?
Bitte schreibe zwei Beispiele auf.
Glaubst Du,
dass jede Frau die gleichen erogenen Zonen hat?
Bitte begründe Deine Meinung.

Bitte schreibe an das Bild,
wie die inneren Geschlechtsorgane heißen.



g) Bitte beschreibe,
wie der weibliche Zyklus verläuft.
Als Hilfe kannst Du Dir noch mal
diesen [Film](#)²⁷ ansehen.



27) http://www.schule.at/experimente/_jury/Online-Experiment/41/zyklus_fertig/index.swf

Aufgaben



h) Verständnisfragen:
Bitte beantworte die folgenden Fragen.



Es ist immer nur eine Antwort richtig.

1

Woraus besteht die Brust einer Frau?

- a) Milchdrüsen und Fettgewebe
- b) Haut und Knochen
- c) Haut und Fett
- d) Haut und Milch

2

Was ist eine erogene Zone?

- a) Stellen am Körper,
die keine Geschlechtsorgane sind
- b) Stellen am Körper,
die bei einer Berührung die Frau oder
den Mann sexuell erregen können
- c) Stellen am Körper,
die Frauen bei Männern sexy finden
- d) Stellen am Körper,
die Männer bei Frauen sexy finden

3

Was ist ein äußeres Geschlechts-Organ bei einer Frau?

- a) Gebärmutter
- b) Muttermund
- c) große Schamlippen
- d) Eierstock

4

Wie heißt es, wenn die Schamhaare rasiert sind?

- a) Körper-Rasur
- b) Geschlechts-Rasur
- c) Intim-Rasur
- d) Gesichts-Rasur

5

Wo liegt der Kitzler?

- a) zwischen den kleinen Schamlippen
- b) vor der Gebärmutter
- c) zwischen den großen Schamlippen
- d) in der Scheide

6

Wie kannst Du Dir eine Scheide vorstellen?

- a) wie eine Birne
- b) wie einen Schlauch
- c) wie eine Pflaume
- d) wie ein rundes Loch

7

Wo wächst das Baby im Körper einer Frau?

- a) im Eierstock
- b) in der Scheide
- c) in der Gebärmutter
- d) im Gebärmutterhals

8

Wie viele Eierstöcke hat eine Frau?

- a) einen
- b) zwei
- c) drei
- d) vier

Aufgaben



i) Suchsel:

Finde folgende Wörter:

SCHEIDE – VULVA – KITZLER – ZYKLUS – EIZELLE
MUTTERMUND - BABY

Du findest die Wörter waagrecht
und senkrecht.



S	K	L	B	A	B	Y	E	R	S	C	H	A	F	T
C	E	T	Z	H	S	W	D	E	A	S	S	D	U	I
H	T	R	S	E	I	Z	E	L	L	E	G	H	Z	K
E	F	G	Z	U	E	G	G	R	M	T	M	T	H	G
I	L	T	H	Z	D	E	T	F	T	U	U	R	V	F
D	A	E	F	T	S	R	B	W	F	T	T	E	F	R
E	J	S	D	G	V	U	L	V	A	A	T	Z	T	K
F	T	R	F	A	S	D	Z	A	V	H	E	F	S	I
D	E	Z	N	T	J	W	J	S	G	T	R	T	W	T
E	R	E	D	I	A	P	F	N	F	D	M	G	D	Z
D	Z	U	F	Z	G	E	B	G	B	R	U	H	T	L
G	T	J	I	Z	T	T	Z	R	D	E	N	S	U	E
K	Z	Z	Y	K	L	U	S	D	F	D	D	A	Z	R
F	Z	T	E	R	F	I	O	L	P	J	N	M	H	E

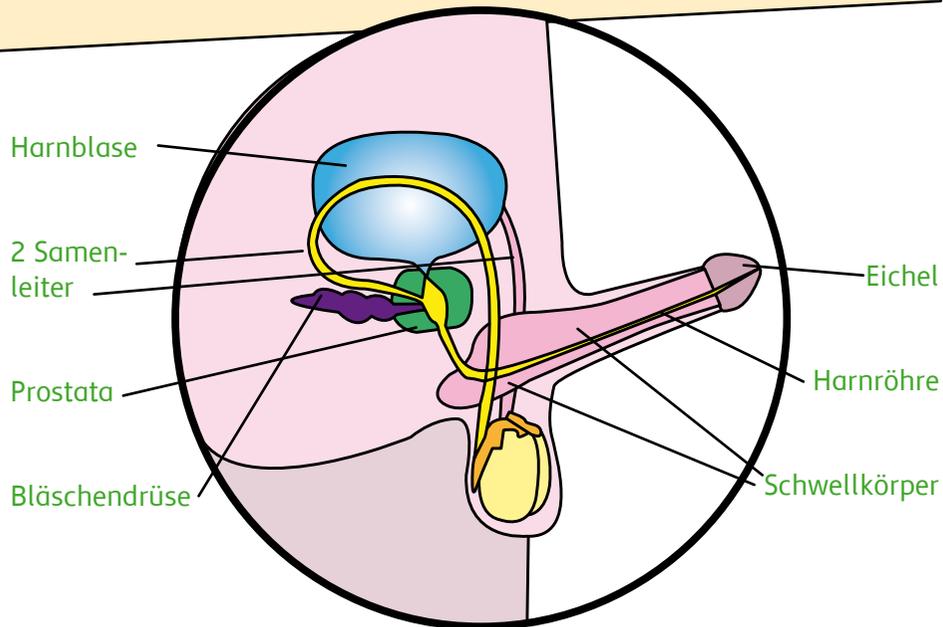
1.2 Der männliche Körper – Die Geschlechtsorgane

Ein Mann hat innere und äußere Geschlechtsorgane. Die äußeren Geschlechtsorgane sind:

- ✓ der Penis
- ✓ der Hodensack mit zwei Hoden

Der Penis besteht aus der Penisschaft, dem Penisschaft und der Eichel. Die Eichel ist die Spitze des Penis. Sie ist etwas dicker als der Rest vom Penis. Über der Eichel ist die Vorhaut.

Die Eichel ist sehr empfindsam. Viele Männer finden es sexuell erregend, wenn sie an der Eichel berührt, geküsst oder geleckert werden.



Der Penisschaft ist der Hauptteil des Penis. Der untere Teil des Penis ist die Penisschaft. Der Penis hat zwei Aufgaben. Aus einem schlaffen Penis kommt der Urin. Wenn der Penis steif ist, kommt aus ihm das Spermium heraus. Die meiste Zeit ist der Penis schlaff. Ein Mann geht ja auch öfter zum Klo, als dass er einen **Samenerguss** hat. Der Penis wird steif, wenn Blut in ihn hineinfließt. Man sagt dann: Der Mann hat eine Erektion. Blut fließt in den Penis, wenn der Mann sexuell erregt ist.

Der Penis ist eine erogene Zone. Die meisten Männer finden es schön, dort gestreichelt, geleckert oder geküsst zu werden.

Der Hodensack hängt hinter dem Penis.
In ihm befinden sich zwei Hoden.
Sie sind ungefähr so groß wie eine Pflaume.
Klicke auf das [Bild](#)²⁸,
um zu sehen,
wo die Hoden beim Mann sind.



Die Hoden haben zwei Aufgaben:
In den Hoden werden die Samenzellen
und wichtige Sexualhormone produziert.

Viele Männer finden es sexuell erregend,
an den Hoden sanft gestreichelt, geleck
oder geküsst zu werden.
Die Hoden sind sehr empfindlich.
Deswegen sollte man sehr sanft mit ihnen umgehen.

Die inneren Geschlechtsorgane
bei einem Mann sind:

- zwei Samenleiter
- zwei Bläschendrüsen
- die Prostata

Wie die inneren Geschlechtsorgane aussehen,
kannst Du [hier](#)²⁹ sehen,
wenn Du links auf „Die Geschlechtsorgane eines Jungen“
klickst.

28) http://www.loveline.de/themen/?t=2_6
29) <http://www.vomerwachsenwerden.de/center2.html>

Die Samenleiter führen von den Hoden
bis zur Prostata.
Die Samenleiter haben die Aufgabe,
bei einem [Samenerguss](#)
den Samen zu transportieren.

Die Bläschendrüsen kann man auch
Geschlechtsdrüsen nennen.
Die Drüsen produzieren ein Sekret.
Das Sekret vermischt sich bei sexueller Erregung
mit dem Sperma.



[Sperma von einem Menschen.](#)

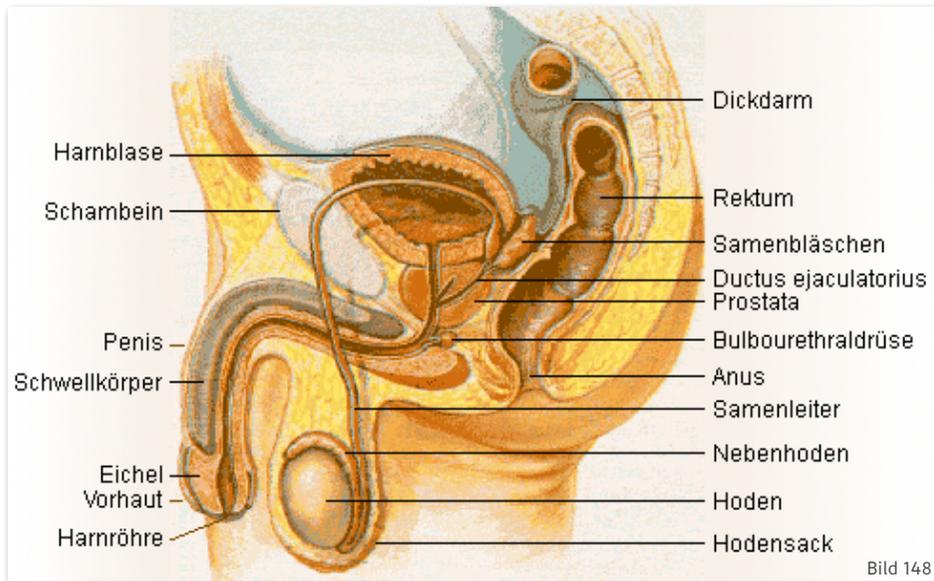


Bild 148

Die Prostata sieht aus wie eine Kastanie.

Die Prostata ist ungefähr so groß wie eine Kastanie.
 Sie liegt unterhalb der Harnblase.
 In der Prostata werden die Samenzellen
 mit einer Flüssigkeit vermischt.
 Diese Mischung ist das Sperma.

In diesem Kapitel hast Du
 einige erogene Zonen eines Mannes kennen gelernt.
 Es gibt aber noch mehr.
 Erogene Zonen können überall am Körper sein.
 Nicht nur an den Geschlechtsorganen.
[Hier](#)³⁰ kannst Du sehen,
 wo noch mehr erogene Zonen beim Mann sein können.

Tipp

Wichtig ist:
 Nicht jeder Mann ist gleich.
 Und nicht jeder Mann mag das Gleiche beim Sex.
 Was Dein Partner schön findet,
 kannst Du ihn fragen
 oder beim Kuscheln im Bett selber herausfinden.
 Du wirst ganz bestimmt merken,
 was er mag.

30) <http://www.lovetour.at/flash/koerperkarte.swf>

Aufgaben



a) Was sind die äußeren Geschlechtsorgane bei einem Mann?
Bitte schreibe sie auf.



d) Wann wird der Penis steif?



b) Was sind die inneren Geschlechtsorgane bei einem Mann?
Bitte schreibe sie auf.



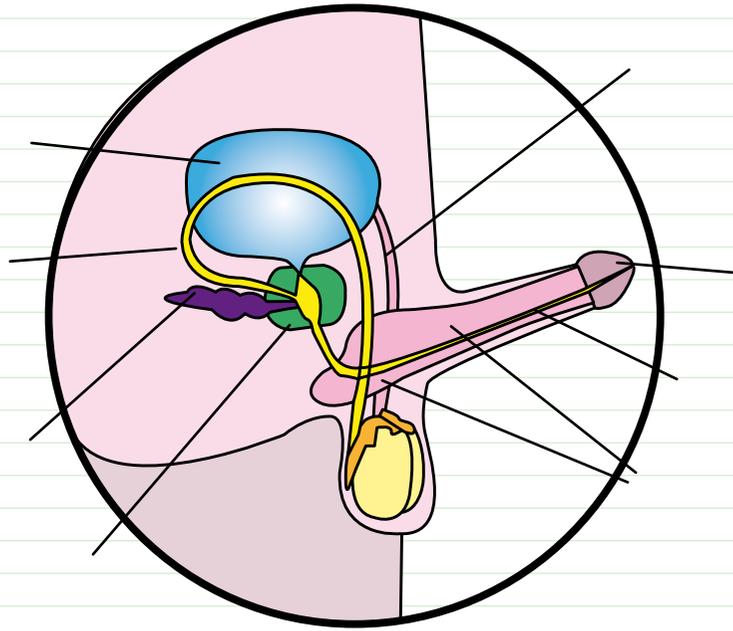
e) Was wird in den Hoden produziert?



c) Was sind die zwei Aufgaben des Penis?

Aufgaben

- f) Bitte schreibe an das Bild, wie die inneren und äußeren Geschlechtsorgane heißen.



- g) Bitte beschreibe, was passiert, wenn ein Mann sexuell erregt ist.

Aufgaben



h) Verständnisfragen:
Bitte beantworte die folgenden Fragen.



Es ist immer nur eine Antwort richtig.

1

Wie heißt die Spitze des Penis?

- a) Eichel
- b) Penis-Spitze
- c) Penis-Wurzel
- d) Prostata

2

Was ist über der Eichel?

- a) die Vorkappe
- b) die Überhaut
- c) die Vorhaut
- d) die Geschlechts-Haut

3

Wann wird der Penis steif?

- a) wenn Samen in ihn fließt
- b) wenn Blut in ihn fließt
- c) wenn Sperma in ihn fließt
- d) wenn Sekret in ihn fließt

4

Wo befindet sich der Hodensack?

- a) hinter der Prostata
- b) hinter der Eichel
- c) hinter dem Samenleiter
- d) hinter dem Penis

5

Wie kann man die Bläschendrüsen auch nennen?

- a) Samenzellen
- b) Geschlechtsdrüsen
- c) Penisdrüsen
- d) Eizelle

6

Wo befindet sich die Prostata?

- a) hinter den Hoden
- b) bei den Bläschendrüsen
- c) unterhalb der Harnblase
- d) am Penis

Aufgaben



i) Suchsel:

Finde folgende Wörter:

PENIS – EICHEL – SAMENZELLE – PROSTATA

HODEN – SPERMA - SEKRET

Du findest die Wörter waagrecht
und senkrecht.



F	V	Q	B	Z	K	T	S	P	E	R	M	A	S	F
G	E	T	Z	H	S	W	D	E	A	S	S	D	U	B
P	E	T	P	R	O	S	T	A	T	A	G	I	D	K
E	T	J	W	K	Z	N	J	L	R	Z	W	L	G	T
N	I	T	R	R	H	G	R	U	F	S	V	T	J	U
I	L	H	M	H	O	S	S	D	C	A	H	H	L	J
S	K	T	F	M	D	J	E	P	E	M	K	R	S	R
G	T	D	T	G	E	M	Z	U	U	E	Z	D	E	S
N	E	Z	N	T	N	W	J	S	G	N	R	T	K	T
D	D	T	H	E	K	K	K	D	K	Z	Z	G	R	R
R	H	E	D	S	Z	L	Z	R	U	E	G	K	E	D
H	R	E	I	C	H	E	L	J	J	L	D	Z	T	F
K	S	E	S	G	D	I	F	F	T	L	H	Z	U	H
D	U	K	S	R	F	B	O	Z	Z	E	J	U	K	M

Sex und
Zärtlichkeit

2. Das erste Mal

- 2. Das erste Mal [↻ S. 72](#)
- 2.1 Küssen und Petting [↻ S. 75](#)
- 2.2 Geschlechtsverkehr [↻ S. 81](#)
 - 2.2.1 Der Orgasmus [↻ S. 84](#)
 - 2.2.2 Stellungen beim Sex [↻ S. 91](#)
 - 2.2.3 Was gibt es noch? [↻ S. 98](#)

2. Das erste Mal

Das erste Mal Sex zu haben, ist meistens sehr aufregend. Einige haben Angst vor dem ersten Mal. Andere freuen sich auf das erste Mal Sex und wieder andere wollen das erste Mal einfach nur hinter sich bringen.

Fast jeder ist unsicher vor dem ersten Mal und macht sich Gedanken:
Bin ich schon bereit für Sex?
Tut es beim ersten Mal weh?
Hab ich den richtigen Partner für das erste Mal gefunden?
Kann ich was falsch machen beim Sex?
Kann ich mich ungeschickt anstellen?
Hat mein Partner vielleicht schon Erfahrungen und ich nicht?
Wie stehe ich dann da?

Wann man sich reif für das erste Mal fühlt, ist bei jedem anders. Es gibt keinen festen Zeitpunkt oder ein bestimmtes Alter. Auch die Wahl des Partners für das erste Mal ist bei jedem anders. Einige wollen ihren Partner erst lange kennen, bevor sie mit ihm schlafen. Andere möchten das erste Mal schnell hinter sich bringen.



Vertrauen beim ersten Mal ist wichtig.

Damit das erste Mal ein schönes Erlebnis für Dich wird, solltest Du Dir Zeit nehmen und Vertrauen zu Deinem Partner aufbauen. Je mehr Vertrauen zwischen Euch ist, umso wohler fühlst Du Dich und Du kannst das erste Mal genießen.

Wichtig beim ersten Mal ist: Fühl Dich nicht unter Druck gesetzt, nur weil Dein Partner Sex will. Wenn Du Dich noch nicht bereit fühlst, darfst Du „Nein“ sagen.

Aufgaben



a) Was meinst Du?
Warum ist der erste Sex so aufregend?



c) Bitte teilt Eure Gruppe nach Frauen und Männern auf.
Diskutiert diese Fragen:
Woran denken Männer und Frauen wenn sie an Sex denken?
Worauf achten Frauen besonders?
Worauf achten Männer besonders?
Bitte stellt Eure Ergebnisse der anderen Gruppe vor.
Was meinen sie dazu?



b) Was macht man sich für Gedanken
vor dem ersten Mal?

Aufgaben



d) Bitte setzt Euch in Gruppen zusammen.

Bitte diskutiert darüber,

warum Mädchen und Jungen ihr erstes Mal heute früher erleben,
als noch vor 40 Jahren.

Tragt Eure Ergebnisse zusammen

und stellt sie bitte den anderen vor.

2.1 Küssen und Petting



Ein Kuss ist ein Zeichen von Zuneigung.

Der erste Kuss ist immer was ganz Besonderes. Viele können sich ein Leben lang an ihren ersten Kuss erinnern. Ein Kuss zwischen zwei Menschen ist ein Zeichen von Zuneigung.

Er ist mit jedem Menschen anders. Ein Kuss kann kurz oder lang sein, mit oder ohne Zunge. Ein Zungenkuss hat meistens eine erotische und sexuelle Bedeutung. Wie ein erotischer Kuss aussehen kann, siehst Du zum Beispiel [hier](#)³¹:

31) http://www.youtube.com/watch?v=_tuDazgg5tY



Bestimmt hast Du schon einmal von **Petting** gehört. Petting heißt das gegenseitige Berühren und Küssen am ganzen Körper, ohne das es zum Geschlechtsverkehr kommt. Für viele Menschen ist Petting eine Möglichkeit, erste sexuelle Erfahrungen zu machen.

Beim **Petting** kannst Du Deinem Partner näher kommen, ohne direkt Sex zu haben. Ihr könnt dabei angezogen oder ganz nackt sein. Ihr könnt herausfinden, was Ihr schön und erregend findet. Lasst Euch viel Zeit, um Eure Körper gegenseitig zu entdecken. Ihr könnt alles miteinander machen, Hauptsache ist: Ihr fühlt Euch beide wohl dabei!

Beim Petting kommt man seinem Partner näher.

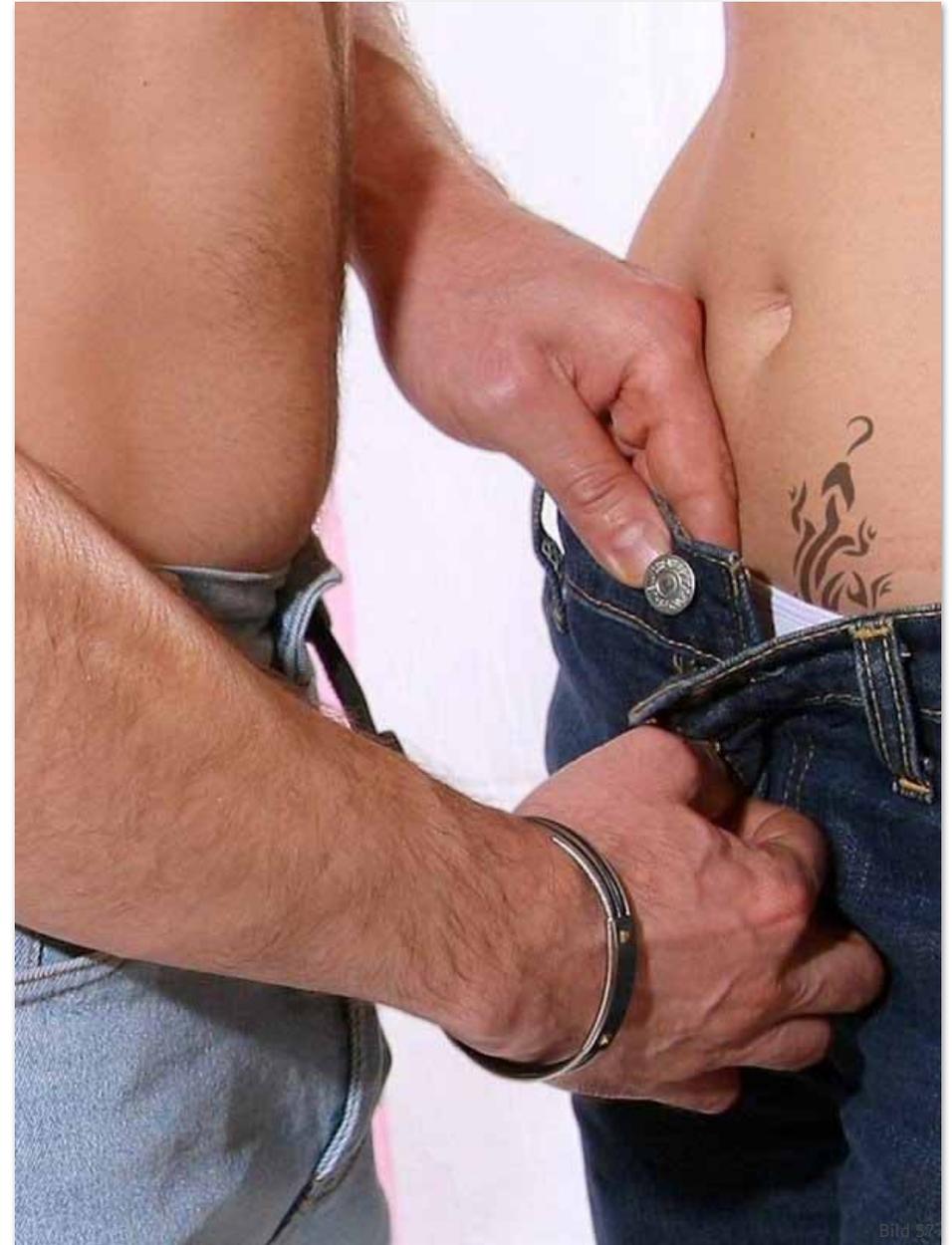


Man unterscheidet zwischen drei Arten von Petting:

- ✓ Soft Petting
- ✓ Medium Petting
- ✓ Heavy Petting.

Beim Soft Petting behält man die Kleidung an.
Man **stimuliert** die Geschlechtsteile durch die Kleidung.
Beim Medium Petting zieht man sich nicht ganz aus.
Meistens behält man die Unterwäsche an.
Beim Heavy Petting ist man ganz nackt
und stimuliert die Geschlechtsteile.

Durch **Petting** könnt Ihr das Vertrauen bekommen,
miteinander Sex haben zu wollen.
Wenn Ihr also beide soweit seid,
kann Petting ein schönes Vorspiel
für Geschlechtsverkehr sein.



Petting kann
ein schönes Vorspiel für Sex sein.

Wichtig beim Petting ist:

Auch wenn der Penis nicht in die Scheide kommt,
kann eine Frau beim Petting schwanger werden.
Zum Beispiel wenn der Mann Samen an seinem Finger hat
und damit an die Scheide kommt.
Schon durch ein kleines Tröpfchen Samen-Flüssigkeit,
kann die Frau schwanger werden.
Um auf Nummer sicher zu gehen,
könnt Ihr beim Petting ein Kondom benutzen.



Bild 58

Auch beim Petting
kann das Mädchen schwanger werden.

Aufgaben

 a) Wie wichtig findest Du es, dass Dein Partner gut küssen kann?

 d) Was ist Petting?

 b) Was findest Du besonders schön beim Küssen?

 e) Wie kann eine Frau beim Petting schwanger werden?

 c) Was stört Dich beim Küssen?

 f) Welche Filme kennst Du,
in denen romantische Küsse vorkommen?
Bitte zähle mindestens drei auf.

Aufgaben



g) Warum denkst Du,
haben viele Menschen erst Petting,
bevor sie das erste Mal Sex haben?
Bitte begründe Deine Meinung?



h) Bitte überlege Dir,
warum Petting Vertrauen
zwischen zwei Menschen schaffen kann.
Schreibe bitte drei Gründe auf.

Aufgaben



i) Suchsel:

Finde folgende Wörter:

KUSS – PETTING – SCHWANGER – VERTRAUEN

SEX – VORSPIEL – ZUNEIGUNG

Du findest die Wörter waagrecht
und senkrecht.



F	S	R	T	B	S	A	S	W	V	B	Z	J	V
D	K	U	S	S	R	W	E	B	M	C	U	M	E
J	K	L	P	O	V	O	R	S	P	I	E	L	R
A	Q	W	D	P	R	G	B	T	G	D	B	X	T
R	T	Z	U	E	I	O	H	S	K	B	C	R	R
W	A	S	X	T	N	C	X	E	X	D	V	B	A
A	S	E	F	T	B	T	G	X	K	L	O	I	U
J	V	K	L	I	Q	W	E	D	V	R	Z	H	E
A	S	D	G	N	M	B	V	G	Z	H	N	J	N
A	Q	W	E	G	R	G	H	J	L	M	N	V	C
Y	X	C	B	G	Z	F	D	Y	W	R	V	G	U
S	C	H	W	A	N	G	E	R	L	O	I	H	O
Q	W	E	F	B	H	J	U	K	J	U	M	V	N
F	Z	U	N	E	I	G	U	N	G	D	R	G	N



j) Wortschlangen:

Finde folgende Wörter in den Wortschlangen

ZUNGE – ZEICHEN – LEBEN – KONDOM

K	N	E
L	M	H
E	Z	C
W	E	I
Z	E	H

E	F	R
W	G	Z
E	B	N
E	B	E
L	H	J

Z	F	N
M	G	K
O	F	K
D	N	O
N	M	O

I	G	E
K	N	R
M	U	G
U	Z	H
N	Z	N

2.2 Geschlechtsverkehr

Miteinander schlafen, Liebe machen, Vögeln,
Sex haben...

Es gibt viele Wörter,
die für Geschlechtsverkehr stehen.
Bestimmt hast Du auch schon mal einige gehört.

Miteinander zu schlafen ist ein sehr intimer Moment
zwischen zwei Menschen.

Viele Menschen zeigen sich durch Sex
ihre Zuneigung oder ihre Liebe.
Sie genießen es,
sich so nah zu kommen.

Andere Menschen schlafen miteinander,
weil sie einfach Lust auf Sex haben.
Wenn zwei Menschen einmal einfach nur so aus Lust
miteinander schlafen,
nennt man das **One-Night-Stand**.
Oft passiert ein **One-Night-Stand**
nach einer Party.
Die Menschen haben Alkohol getrunken
und ihre Hemmungen sind nicht mehr so groß.
Meist ist keine Liebe im Spiel.



Alkohol lässt
Hemmungen sinken.

Bild 60

Aufgaben



a) Was kennst Du für Wörter für Geschlechtsverkehr?
Bitte schreibe fünf Beispiele auf.



c) Hier³² findest Du eine Übersicht mit Bezeichnungen für Sex. Leserinnen von jolie haben die schlimmsten Wörter für Sex gesammelt. Bitte teilt Eure Gruppe nach Frauen und Männern auf. Bitte seht Euch die Wörter an?
Wie findet Ihr die Bezeichnungen?
Was findet Ihr: Welches ist das schlimmste Wort für Sex?
Was findet Ihr: Welches ist das schönste Wort für Sex?
Finden Männer und Frauen unterschiedliche Wörter für Sex gut oder schlecht?
Was meint Ihr, woran das liegt?



b) Was ist ein One-Night-Stand?

32) <http://tinyurl.com/6x8br6c>

Aufgaben



d) Warum denkst Du,
passieren viele **One-Night-Stands**
nach einer Party?
Bitte begründe Deine Meinung.



e) Bitte setzt Euch in Gruppen zusammen.
Überlegt Euch Gründe,
die dagegen sprechen,
betrunken Sex zu haben
und begründet Eure Meinung.
Stellt Eure Ergebnisse bitte den anderen vor.

2.2.1 Der Orgasmus

Der Orgasmus ist der Höhepunkt der sexuellen Lust.

Einen Orgasmus kannst Du beim **Petting**, beim Sex oder bei der Selbstbefriedigung bekommen.

Jeder Mensch empfindet einen Orgasmus anders.

Einige Menschen sagen:

Es fühlt sich intensiv und wunderschön an.

Andere Menschen sagen:

Einen Orgasmus kann man nicht mit Worten beschreiben.

Viele Frauen sagen:

Wenn sie einen Orgasmus haben, vergessen sie alles um sich herum.

Sie sind einfach nur unglaublich glücklich.

Viele Männer sagen:

Wenn sie einen Orgasmus hatten, fühlen sie sich körperlich erleichtert.



Selbstbefriedigung – Sich selbst entdecken

Selbstbefriedigung nennt man auch Masturbation.

Selbstbefriedigung ist eine Möglichkeit seinen eigenen Körper zu entdecken und sich sexuell zu befriedigen.

Bei der Selbstbefriedigung streichelt man sich am ganzen Körper

oder nur da, wo man es am liebsten mag.

Männer legen meist bei sich selbst Hand an.

Viele Menschen benutzen auch technische Hilfsmittel, um sich selbst zu befriedigen.

Zum Beispiel einen Dildo oder einen Vibrator.

Mehr darüber kannst Du **hier** lesen.

Oft weiß man selbst am besten, was einem gefällt und wie man zum Orgasmus kommt.

Fantasie spielt eine große Rolle:

Man kann sich eine Person oder Handlung vorstellen, die man will.

Einige sehen es als Vorteil,

dass man dann zum Orgasmus kommen kann, wann man will.

Man muss keine andere Person fragen.

Für viele Menschen ist Selbstbefriedigung deswegen eine schöne Abwechslung zum Sex.

Nicht jeder Orgasmus fühlt sich gleich an.
Und nicht bei jeder sexuellen Handlung
bekommst Du automatisch einen Orgasmus.
Meistens bekommen Frauen beim Sex
nicht so schnell einen Orgasmus wie Männer.
Es gibt Untersuchungen,
die sagen:

Nur jede zweite Frau
bekommt regelmäßig einen Orgasmus.
Als Mann musst Du Dir also nicht sofort Gedanken machen,
wenn die Frau keinen Orgasmus bekommt.
Ihr könnt gemeinsam entdecken,
was Ihr gefällt.
Es kann hilfreich sein,
wenn Du mit dem Finger den Kitzler streichelst.
Oft finden Frauen das sehr erregend
und bekommen dadurch ein Orgasmus.
Wo der Kitzler bei einer Frau ist,
siehst Du [hier](#)³³.

Wenn Du mal keinen Orgasmus beim Sex hast,
musst Du Dir keine Gedanken machen.
Auch wenn es beim ersten Mal nicht richtig klappt im Bett,
ist das nicht schlimm.
Es kann viele Gründe geben,
warum es gerade heute mal nicht klappt.

Gründe sind zum Beispiel:

- Unsicherheit
- Angst, etwas beim Sex falsch zu machen
- zu wenig Vertrauen
- Anspannung
- Alkohol
- Stress
- Müdigkeit
- Unsicherheit



Betrunken lässt der Orgasmus
oft auf sich warten.

Oft lassen sich junge Menschen durch Erzählungen
von Freunden oder anderen Berichten verunsichern.
Sie denken:
Ich muss gut im Bett sein,
damit mein Partner mich mag.
Meine Freunde erzählen immer,
was sie alles im Bett machen.
Muss ich das auch machen?
Oder sie orientieren sich an Pornos
und glauben:
Pornos stellen die Realität dar.

33) http://www.loveline.de/themen/?t=1_3_3



Der Porno!

Porno ist eine Abkürzung für Pornographie.

In Pornos werden sexuelle Handlungen von einem oder mehreren Menschen gezeigt.

Pornos gibt es als Hefte, Bücher und Filme.

Viele Menschen nutzen sie, um Ihre sexuelle Fantasie anzuregen.

Einige Männer gucken sich Pornos an, wenn sie sich selbst befriedigen.

Sie finden Pornos sexuell erregend.

Pornos darf man offiziell erst schauen, wenn man 18 Jahre alt ist.

Der Grund dafür ist, dass Kinder und Jugendliche nicht denken sollen:

Die Sexualität in Pornos ist normal.

Pornos zeigen eine Sexualität, die es in der Realität nicht gibt. Zum Beispiel zeigen sie, dass man beim Sex immer einen Orgasmus hat oder Frauen Sex mit fünf Männern gleichzeitig wollen. Es gibt auch Pornos, in denen Gewalt beim Sex eine Rolle spielen. Auch das ist in der Realität nicht normal. Schau Dir dazu dieses [Video](#)³⁴ an:

Oft fühlen sich Frauen durch die Darstellung in Pornos unter Druck gesetzt. Sie denken: Sie müssen immer einen Orgasmus haben und jede Stellung mitmachen.



34) <http://www.youtube.com/watch?v=wMr7JyUVjLc>

Was passiert bei einem Orgasmus?

Wenn ein Mann einen Orgasmus hat, ziehen sich innerhalb von Sekunden die inneren Geschlechtsorgane zusammen.

Durch das mehrmalige Zusammenziehen der Prostata kommt es zu einem **Samenerguss**.

Nach dem Orgasmus wird der Penis langsam wieder schlaff.

Wenn eine Frau einen Orgasmus hat, zieht sich der vordere Teil der Scheide und die Gebärmutter mehrmals zusammen.

Einige Frauen können eine Ejakulation haben.

Das heißt:

Bei dem Orgasmus kommt aus der Scheide eine farblose und wässrige Flüssigkeit.

Aufgaben



a) Was ist ein Orgasmus?



d) Was zeigen Pornos?



b) Woran kann es liegen,
wenn man keinen Orgasmus bekommt.



e) Warum darf man Pornos erst ab 18 Jahren gucken?



c) Wofür ist die Abkürzung Porno?



f) Bitte erkläre,
was bei einer Frau im Körper passiert,
wenn sie einen Orgasmus hat.

Aufgaben

-  g) Bitte erkläre,
was bei einem Mann im Körper passiert,
wenn er einen Orgasmus hat.
-  i) Wie findest Du das [Video](#)³⁵?
Kannst Du verstehen,
dass David nach dem Sex so reagiert?
Was wird in dem Video über Pornos erzählt?
Wie würdest Du an Sophies Stelle reagieren,
als David das zweite Mal mit ihr schläft?

-  h) Was meinst Du, worin der Reiz in Pornos liegt?
Gucken mehr Männer oder mehr Frauen Pornos?
Was meinst Du, warum das so ist?

35) <http://www.youtube.com/watch?v=wMr7JyUVjLc>

Aufgaben

- j) Bitte teilt Eure Gruppe nach Frauen und Männern auf.
Bitte diskutiert in der Gruppe:
Wie viel erzählt Ihr über Euer Sex-Leben? Redet Ihr gerne mit Freunden darüber? Oder ist Euch das Thema zu persönlich?
Bitte stellt Euer Gruppenergebnis der anderen Gruppe vor.
Wenn Ihr die Antworten der Männer mit denen der Frauen vergleicht, was fällt Euch auf?

- k) Bitte setzt Euch in Gruppen zusammen und schaut Euch dieses [Video](#)³⁶ an.



- Bitte beantwortet die Fragen:
Warum denkt ihr,
dass vor allem Männer Pornos gucken?
Was sagen die Jugendlichen in dem Film,
warum sie Pornos gucken?
Denkt ihr,
bei Pornos kann man etwas lernen?
Warum glaubt ihr,
dass viele Jugendliche sich Pornos angucken?
Bitte begründet zu jeder Frage Eure Meinung.

36) <http://www.youtube.com/watch?v=cEHHuwl8LpU>

Aufgaben



l) Suchsel:

Finde folgende Wörter:

ORGASMUS – ALKOHOL – KITZLER – LUST

FINGER – UNSICHERHEIT - SCHEIDE

Du findest die Wörter waagrecht
und senkrecht.



Q	W	O	R	G	A	S	M	U	S	E	R	F	D	S
A	S	C	F	G	B	C	X	G	T	Z	H	S	J	K
L	O	U	J	B	G	C	D	S	X	Y	R	C	T	T
A	E	W	E	D	C	V	B	N	M	J	K	H	I	U
L	E	R	K	I	T	Z	L	E	R	T	Z	E	U	J
K	Q	W	E	T	G	B	N	H	J	U	J	I	U	J
O	G	H	F	A	S	D	F	H	L	B	N	D	M	J
H	H	F	I	D	E	R	F	V	U	H	Z	E	I	O
O	P	O	N	U	H	G	B	C	S	R	D	S	D	F
L	T	Z	G	U	I	K	H	N	T	F	R	D	S	W
E	Q	W	E	H	G	F	T	N	M	J	U	G	F	G
F	T	B	R	F	T	H	Z	J	K	L	O	P	P	O
Y	X	C	V	N	M	J	H	Z	G	F	D	G	B	G
G	U	N	S	I	C	H	E	R	H	E	I	T	H	J



m) Wortschlangen:

Finde folgende Wörter in den Wortschlangen

STRESS – JUNGE – SEKUNDEN – PENIS

Z	H	S
T	N	N
N	S	E
E	R	K
D	N	U

R	S	T
E	T	R
S	G	E
D	R	S
F	E	S

T	G	G
R	F	J
E	G	U
G	J	N
N	U	G

T	Z	H
E	N	I
P	A	S
E	S	V
I	S	B

2.2.2 Stellungen beim Sex

Es gibt viele verschiedene Stellungen in denen Menschen Sex haben können. Einige Beispiele findest Du [hier](#)³⁷. Bei jeder Stellung fühlt sich der Sex anders an. Einige Menschen haben eine Lieblings-Stellung. Sie spüren in dieser Stellung am meisten und bekommen einen intensiven Orgasmus. Einige Infos über die häufigsten Stellungen kannst Du hier lesen:



Bild 63

Missionarsstellung

Bei der Missionarsstellung liegt die Frau auf dem Rücken und der Mann liegt auf ihr. Der Penis gleitet von vorne in die Scheide. Viele Menschen mögen diese Stellung, weil sie sehr einfach ist und man sich angucken kann.



Bild 64

Reiterstellung

Bei der Reiterstellung liegt der Mann auf dem Rücken und die Frau sitzt auf dem Penis. Sie bewegt sich hoch und runter und kann bestimmen, wie tief der Penis in sie eindringt. Viele Frauen bekommen bei dieser Stellung einen Orgasmus.



Bild 65

Löffelchenstellung

Bei der Löffelchenstellung liegt der Mann auf der Seite hinter der Frau. Die Frau liegt auch auf der Seite. Der Penis dringt von hinten in die Scheide ein. Der Mann und die Frau bewegen sich nur wenig. Oft machen Paare diese Stellung, wenn sie nur wenig Platz haben. Zum Beispiel im Schlafsack.

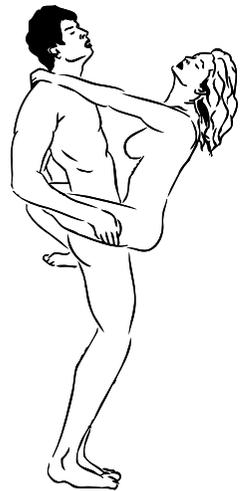
37) <http://www.gofeminin.de/m/liebe/sexstellungen.html>



Bild 66

Hündchenstellung

Bei der Hündchenstellung kniet die Frau wie ein Hund auf allen Vieren. Der Mann kniet hinter der Frau. Der Penis dringt von hinten in die Scheide ein. Viele Männer kommen bei dieser Stellung schnell zum Orgasmus.



Sex im Stehen

Beim Sex im Stehen steht der Mann und hebt die Frau hoch. Die Frau umklammert mit ihren Beinen die Hüfte des Mannes. Der Penis dringt von vorne in die Scheide ein. Bei dieser Stellung ist es wichtig Kraft und Geschick zu haben. Sonst kann es schnell passieren, dass der Mann das Gleichgewicht verliert. Dann fallen beide um und verletzen sich vielleicht dabei.



Wiegestellung

Bei der Wiegestellung sitzt die Frau auf den Schenkeln von dem Mann. Der Penis dringt von vorne in die Scheide ein. Die Frau kann in dieser Stellung bestimmen, wie weit der Penis in sie eindringt.

Beim Sex sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt. Es gibt unendlich viele Stellungen. Welche Stellung man beim Sex macht, hängt immer von der Lust und Laune ab.



Bild 67

Es gibt viele verschiedene Stellungen beim Sex.

Einige Sexstellungen findest Du [hier](#)⁴⁰. Ein Lexikon mit [Kamasutra](#)-Stellungen findest Du [hier](#)⁴¹.

40) <http://www.jolie.de/bildergalerien/sexstellungen-fuer-anfaenger-und-fortgeschrittene-242586.html>

41) <http://www.jolie.de/kamasutra-lexikon.html>

Neben verschiedenen Stellung, die man beim Sex ausprobieren kann, kann man auch an verschiedenen Orten Sex haben. Zum Beispiel in der Küche oder irgendwo draußen.. Viele Menschen finden es aufregend, außerhalb des Bettes Sex zu haben. Der Fantasie sind auch da keine Grenzen gesetzt.

Sex am Strand ist eine romantische Vorstellung.



Bild 74



Sex-Spielzeug

Ein Sex-Spielzeug ist ein Gegenstand, mit dem man sich oder seinen Partner sexuell erregen kann.

Sex-Spielzeug gibt es

schon seit vielen tausend Jahren.

Früher nannte man Sex-Spielzeug Hilfsmittel

Die Menschen haben sich damit beholfen, wenn sie Lust auf Sex hatten.

Heute benutzt man Sex-Spielzeug

nicht nur bei der Selbstbefriedigung,

sondern auch beim Sex mit seinem Partner.

Viele Menschen sagen:

Mit Sex-Spielzeug macht der Sex noch mehr Spaß.

Das bekannteste Sex-Spielzeug ist der Vibrator.

Ein Vibrator hat oft die Form eines Penis oder eine Fantasie-Form.

Wenn man den Vibrator anmacht, vibriert er.

Frauen können sich mit einem Vibrator selbst befriedigen.

Es gibt noch viel mehr Sex-Spielzeuge.

Auch für Männer gibt es eine große Auswahl.

Wie groß die Auswahl ist,

siehst Du [hier](#)⁴².

Sex-Spielzeuge kann man im Internet bestellen oder in Sex Shops kaufen.

42) <http://www2.funfactory.de/#!url=&flash=tag&value=/tags/3/products.xml&>



Vibrator in Penis-Form.

Bild 68



Vibratoren in einer Fantasie-Form.

Bild 69

Aufgaben



a) Was gibt es für Stellungen beim Sex?



d) Wie lange gibt es Sex-Spielzeug?



b) Was ist Sex-Spielzeug?



e) Wann benutzt man Sex-Spielzeug?



c) Wie hat man Sex-Spielzeug früher genannt?



f) Was ist das bekannteste Sex-Spielzeug?

Aufgaben



g) Bitte sieh Dir diesen Sextest „Blümchensex oder kleines Luder“⁴³ an.

Was hältst Du von solchen Tests?

Sind sie hilfreich für die Nutzer?

Wie findest Du die Fragen, die im Test gestellt werden?

Welche Fragen würdest Du ergänzen?

Bitte schreibe Deine Ideen kurz auf.



h) Was meint Ihr?

Ist Einkaufen in Sexshops ein reines Männerding?

Meint Ihr das Frauen dort auch einkaufen?

Gehen viele Paare gemeinsam dort shoppen?

Wo macht es wohl am meisten Spaß Sex-Spielzeuge zu kaufen?

43) http://www.freundin.de/Psychotest/Bluemchensex-oder-kleines-Luder_25986.html

Aufgaben



i) Bitte setzt Euch zu zweit zusammen.
Überlegt Euch,
an welchen Orten man Sex haben könnte.
Findet mindestens drei Orte.
Was gibt es für Vorteile,
was gibt es für Nachteile bei den Orten.
Wo ist Sex erlaubt und wo nicht?
Bitte begründet Eure Meinung
und stellt Eure Ergebnisse den anderen vor.



j) Was meinst Du?
Reden Männer und Frauen anders über Sex?
Worüber reden Frauen vor allem, wenn es um Sex geht?
Worüber reden Männer vor allem, wenn es um Sex geht?
Bitte schreibe Deine Idee auf.

Aufgaben



k) Suchsel:

Finde folgende Wörter:

FANTASIE – STELLUNGEN – LAUNE – GESCHICK

GRENZEN – FRAU – GLEICHGEWICHT

Du findest die Wörter waagrecht
und senkrecht.



R	E	R	T	Z	N	F	A	N	T	A	S	I	E	M
W	Q	S	R	E	R	T	Z	H	N	V	D	R	G	L
N	W	T	M	L	A	U	N	E	Y	X	F	T	G	N
S	M	E	K	L	O	I	Z	G	H	R	T	Z	R	U
H	G	L	J	U	Z	N	V	Z	H	H	M	K	E	L
K	L	L	L	R	T	Z	U	E	R	T	Z	U	N	H
A	S	U	V	C	V	B	N	M	H	J	U	J	Z	D
E	W	N	R	G	E	S	C	H	I	C	K	T	E	Z
H	G	G	N	H	G	F	R	T	H	G	J	R	N	E
W	W	E	G	H	F	T	B	H	J	B	G	Z	H	J
E	E	N	G	V	B	N	F	R	A	U	R	E	R	I
H	J	K	L	O	I	Z	H	B	V	C	D	X	Y	G
S	A	E	F	B	G	H	Z	J	K	I	L	I	K	U
G	L	E	I	C	H	G	E	W	I	C	H	T	U	I



m) Wortschlangen:

Finde folgende Wörter in den Wortschlangen

SCHENKEL – KRAFT – BEINE – SEX

Y	F	E
X	C	E
S	V	N
M	S	E
Z	N	X

W	E	W
R	A	F
K	R	T
I	K	G
K	Z	T

E	R	T
N	D	G
I	B	U
E	B	I
E	R	E

G	J	U
C	H	I
S	E	O
N	N	L
K	K	E

2.2.3 Was gibt es noch?

Neben den verschiedenen Stellungen,
in denen man Sex haben kann,
gibt es noch verschiedene Arten von Sex.
Es gibt Vaginal-Verkehr,
Oral-Verkehr
und Anal-Verkehr.

Vaginal-Verkehr

Beim Vaginal-Verkehr wird der Penis
in die Scheide eingeführt.
Vaginal-Verkehr bezeichnen viele
als die normale Form von Sex.
Wenn man von Sex spricht,
meint man meistens Vaginal-Verkehr.

Nur beim Vaginal-Verkehr können Pärchen
Kinder zeugen.
Um nicht schwanger zu werden,
müsst Ihr beim Vaginal-Verkehr verhüten.
Was es für Verhütungsmethode gibt,
kannst Du [hier](#) lesen.
Mit einem Kondom könnt Ihr Euch
vor sexuell übertragbaren Krankheiten schützen.
Zum Beispiel [HIV](#) oder [Chlamydien](#).

Oral-Verkehr

Beim Oral-Verkehr befriedigt man seinen Partner an den Geschlechtsteilen mit dem Mund.

Das heißt:

Bei einem Mann wird der Penis durch Lutschen und Saugen erregt.

Wenn der Mann zum Orgasmus kommt, bekommt er einen **Samenerguss**.

Die Frau sollte ein Kondom benutzt, wenn sie sich davor ekelt, den Samen im Mund zu haben.

Bei einer Frau werden die Klitoris und Schamlippen mit den Lippen und der Zunge **stimuliert**.

Wenn man einen Mann mit dem Mund befriedigt, nennt man das Fellatio.

Umgangssprachlich sagt man Blasen.

Wenn man eine Frau mit dem Mund befriedigt nennt man das Cunnilingus.

Umgangssprachlich sagt man Lecken.

Es gibt Menschen, die Oral-Verkehr sehr mögen. Aber es gibt auch Menschen, die gar nicht auf Oral-Verkehr stehen.

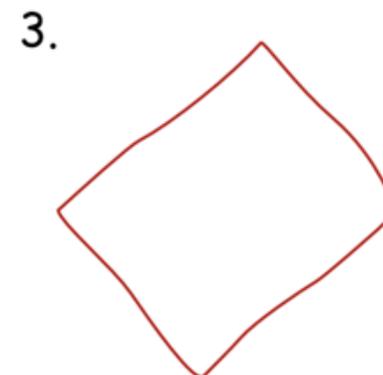
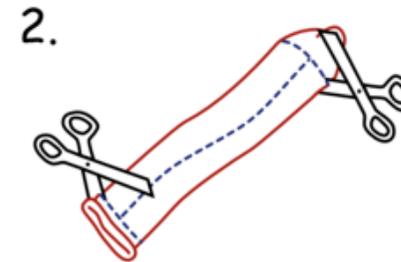
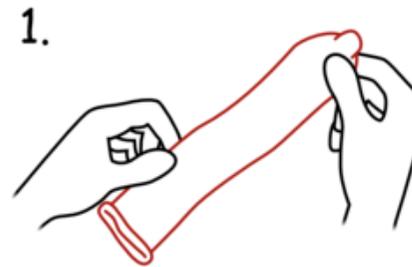
Deswegen ist wichtig:

Tue nur das, was Du auch selbst möchtest!

Auch beim Oral-Verkehr solltet Ihr verhüten, damit Ihr Euch nicht mit Krankheiten wie **Aids** oder **Chlamydien** ansteckt.

Ihr könnt ein Kondom benutzen oder ein **Dental Dam**.

Beim Oral-Verkehr kann man nicht schwanger werden.



Ein Dental Dam schützt vor sexuell übertragbaren Krankheiten.

Bild 71

Anal-Verkehr

Beim Anal-Verkehr wird der Penis in den After des Partners oder der Partnerin eingeführt. Das kann für beide sehr erregend sein. Beim Anal-Verkehr muss man sehr vorsichtig sein, weil der After nicht so dehnbar ist wie die Scheide. Als Hilfsmittel kann man Gleitgel benutzen. Gleitgel kannst Du im Drogerie-Markt oder in der Apotheke kaufen.

Es gibt Menschen, die Anal-Verkehr mögen. Aber es gibt auch viele Menschen, die nicht auf Anal-Verkehr stehen. Deswegen ist wichtig: Tue nur das, was Du auch selbst möchtest! Sprecht Euch gut ab und redet über Eure Wünsche und Grenzen.

Auch beim Anal-Verkehr kann man sich mit sexuell übertragbaren Krankheiten anstecken. Deswegen solltet Ihr immer ein Kondom benutzen.

Möchtest Du mehr über Sex erfahren? [Hier](#)⁴⁴ findest Du Berichte von Menschen, die über Ihre Erfahrungen berichten.

Auch beim Anal-Verkehr solltest Du Dich vor Krankheiten schützen.

44) <http://www.tagesspiegel.de/wissen/liebes-tagebuch/1027904.html>



Bild 73

Aufgaben



a) Wie nennt man Oral-Verkehr bei einem Mann?



d) Warum denkst Du,
mögen viele Menschen keinen Anal-Verkehr?
Bitte schreibe Deine Ideen auf und diskutiere sie mit den anderen.



b) Wie nennt man Oral-Verkehr bei einer Frau?



e) In manchen Staaten ist Oral- und Analverkehr gesetzlich verboten.
Was hältst Du davon, wenn der Staat diese Fragen regelt?



c) Wo kann man Gleitgel kaufen?

Aufgaben

f) Bitte schaut Euch dieses [Video](#)⁴⁵ an.



Was bekommt Ludo für Tipps?
Denkt Ihr, die Tipps für den Oral-Verkehr
treffen auf jede Frau zu?
Oder ist es bei jeder Frau anders?
Wie hättest Du an Ludos Stelle reagiert?
Wie findet Ihr es,
wenn Frauen offen über Sex reden?
Bitte begründet Eure Meinung.

45) <http://www.youtube.com/watch?v=QqcyvRKcWvA>

Aufgaben



g) Suchsel:
Finde folgende Wörter:

VERKEHR – PARTNER – FELLATIO – MUND
LIPPEN – ZUNGE – APOTHEKE

Du findest die Wörter waagrecht
und senkrecht.



A	S	D	C	G	T	Z	H	B	N	M	J	I	K	A
U	I	Z	H	G	F	E	D	S	V	H	J	K	L	P
N	U	L	H	G	D	S	Y	X	E	G	H	J	K	O
P	A	R	T	N	E	R	I	U	R	K	Z	L	O	T
W	E	R	T	Z	U	I	O	P	K	L	U	K	J	H
G	H	F	W	E	R	V	D	C	E	G	N	Z	K	E
A	S	E	F	G	B	H	Z	U	H	K	G	G	F	K
X	C	L	V	B	N	M	J	U	R	G	E	F	D	E
E	R	L	Z	U	I	O	K	H	C	D	E	T	N	V
P	O	A	W	M	U	N	D	D	F	G	B	H	U	K
R	T	T	T	Z	U	J	G	D	D	J	K	L	P	O
D	F	I	X	C	V	B	N	M	J	H	F	V	F	F
F	D	O	F	G	L	I	P	P	E	N	H	J	K	L
A	W	D	R	T	G	H	J	K	I	Z	B	J	V	J



h) Wortschlangen:
Finde folgende Wörter in den Wortschlangen

KRANKHEITEN – KLITORIS – PARTNERIN – MANN

A	P	U
R	P	A
N	M	R
I	H	T
R	E	N

K	R	A
H	K	N
N	H	K
E	T	H
E	I	E

I	L	E
T	K	W
O	R	I
E	U	S
K	J	H

N	H	M
A	N	N
N	A	V
H	M	E
H	M	G

Sex und
Zärtlichkeit

3. Verhütung

- 3. Verhütung ↻ S. 106
- 3.1 Das Kondom ↻ S. 109
- 3.2 Die Anti-Baby-Pille ↻ S. 114
- 3.3 Der Vaginal-Ring ↻ S. 119
- 3.4 Das Verhütungs-Pflaster ↻ S. 122
- 3.5 Weitere Verhütungsmethoden ↻ S. 125

3. Verhütung

Wenn Du mit Deinem Freund
oder Deiner Freundin schlafen möchtest,
ist es wichtig,
dass Ihr Euch überlegt,
welche Verhütungsmethode Ihr benutzen wollt.
Verhütung schützt vor einer Schwangerschaft.
Schon beim ersten Mal
kann die Frau schwanger werden.
Mit Kondomen kannst Du Dich
Vor Geschlechtskrankheiten schützen.

Es gibt viele verschiedene Verhütungsmethoden.
Für jeden gibt es eine passende Methode.
Gut ist auch,
wenn Ihr Euch zusammen überlegt,
wie Ihr verhüten möchtet.
Dann wisst Ihr beide genau Bescheid.

Einige denken,
dass **Koitus interruptus** eine Verhütungsmethode ist.
Das ist aber falsch.
Koitus interruptus heißt Rückzieher.
Beim Sex heißt das:
Der Mann zieht vor dem **Samenerguss**
den Penis aus der Scheide.
Es können aber schon vor dem Samenerguss
Spermien in die Scheide gelangen.
Das heißt:
Auch dann kann die Frau schwanger werden.
Deswegen ist der Rückzieher
keine sichere Verhütungsmethode.



Bild 149

Ein Kondom schützt vor Geschlechts-Krankheiten.

Aufgaben

 a) Wovor schützen Dich Verhütungsmethoden?

 c) Was bedeutet Koitus interruptus?

 b) Was kennst Du schon für Verhütungsmethoden?

 d) Warum ist Koitus interruptus keine sichere Verhütungsmethode?
Bitte erkläre.

Aufgaben

 e) Welche Verhütungsmethoden würdest Du Deinen Freunden empfehlen, wenn sie über Verhütung nachdenken?

 g) Wie würdest Du als Elternteil Deinem Kind erklären, warum Verhütung wichtig ist?

 f) Findest Du Eltern sollten mit ihren Kindern über Verhütung sprechen?

3.1 Das Kondom



Das Kondom besteht aus ganz dünnem Gummi. Oben an der Spitze ist ein kleiner Hohlraum. Der heißt Reservoir. Dort sammelt sich nach dem **Samenerguss** das Sperma.

Das Kondom verhindert, dass Sperma in die Scheide gelangt. Sperma kann schon vor dem Samenerguss aus dem Penis austreten. Deswegen ist wichtig: Das Kondom schon vor der ersten Berührung mit der Scheide abzurollen. Wie das geht siehst Du [hier](#)⁴⁶. Das Kondom ist nur sicher, wenn Du es richtig anwendest.

46) http://www.loveline.de/themen/?t=3_19_76

Hier sind Fehler, die Du auf jeden Fall vermeiden solltest:

- ✓ Das Kondom beschädigen. Das kann schnell beim Öffnen der Packung passieren. Mit langen Fingernägeln oder
- ✓ Piercings sollte man vorsichtig sein. Das Kondom zu schnell überziehen statt überzurollen.
- ✓ Das Kondom falsch rum aufsetzen. Die Rolle zum abrollen muss außen sein.
- ✓ Das Kondom zu spät anzuwenden. Zum Beispiel, wenn der Penis schon in der Scheide war.
- ✓ Das Kondom aufsetzen, ohne die Luft aus dem Hohlraum herauszudrücken.
- ✓ Das Kondom beim Herausziehen aus der Scheide nicht festhalten.
- ✓ Das Kondom anwenden, obwohl das Haltbarkeitsdatum abgelaufen ist.

(Quelle: http://www.loveline.de/themen/?t=3_19_78)



Beim Öffnen der Verpackung musst Du vorsichtig sein, damit das Kondom nicht kaputt geht.

Aufgaben

Kondome kannst Du fast überall kaufen.
In Apotheken, Kaufhäusern, Drogeriemärkten
und Tankstellen.
Egal, ob Du als Frau oder Mann Kondome kaufst:
Dir braucht das überhaupt nicht peinlich sein.
Fast alle Menschen haben Sex.
Und wenn Du Kondome kaufst, zeigst Du Verantwortung.
Denn Du schützt Dich und Deinen Partner.
Und ganz bestimmt reagiert der Verkäufer
locker und unauffällig.
Ganz anders als in diesem [Video](#)⁴⁷.



Im Drogerie-Markt bekommst Du Kondome.

47) <http://www.youtube.com/watch?v=XEe2t3nRB9U>

 a) Was hältst Du von diesem Video?

 b) Wie findest Du die Verkäuferin?

 c) Wie findest Du die Reaktionen der anderen Kunden?
Bitte begründe Deine Meinung!

10 Kondome kosten etwa 6 Euro.
Kondome gibt es in vielen Farben,
Größen und Strukturen.
Manchmal gibt es sogar verschiedene Geschmacksrichtungen.
Zum Beispiel Erdbeere.
Das kann die Sache zum Beispiel
beim Oralverkehr interessanter machen.
Welche Du kaufst,
ist Geschmackssache.
Einen Überblick über
verschiedene Kondome findest Du [hier](#)⁴⁸.
Achte bitte immer darauf,
dass Du sicherheitsgeprüfte Kondome kaufst.
Die erkennst Du daran,
dass ein CE auf der Verpackung steht.
Dort findest Du auch das Haltbarkeitsdatum.

Viele Menschen nutzen Kondome beim Sex.
Wenn man es richtig anwendet,
ist es eine sichere Verhütungsmethode.
Es ist die einzige Verhütungsmethode,
die der Mann aktiv benutzen kann.
Und es hat keine Nebenwirkungen.
Das Kondom schützt vor einer Schwangerschaft
und vor Geschlechtskrankheiten.

Tipp

Vielleicht solltest Du immer ein Kondom dabei haben.
Zum Beispiel im Portmonee.
Denn man weiß ja nie, was so kommt...
Und sicher willst Du vorbereitet sein, wenn es soweit ist.
Ansonsten gibt es in vielen Gaststätten
Automaten mit Kondomen.

Hast Du Lust auf ein kleines Spiel?
Dann klicke [hier](#)⁴⁹.

48) <http://www.durex.com/de-DE/Products/Condoms/pages/CondomHomepage.aspx>

49) <http://www.loveline.de/mitmachen/spiele/kondomi/index.ph>

Aufgaben



a) Woraus besteht ein Kondom?



d) Wo kannst Du Kondome kaufen?
Bitte schreibe drei Beispiele auf.



b) Was ist die Aufgabe des Reservoirs?



e) Was solltest Du beim Kondom-Kauf beachten?



c) Wovor schützt ein Kondom?

Aufgaben



f) Bitte erkläre,
wie man ein Kondom richtig anwendet.



h) Wie sollte eine Frau oder wie sollte ein Mann reagieren,
wenn der Partner keine Lust hat, beim Sex ein Kondom zu benutzen?



g) Was meinst Du:
Ist es Sache der Frau oder vom Mann,
beim Sex an das Kondom zu denken?
Bitte begründe Deine Meinung.



i) Bitte schaue Dir [hier](#)⁵⁰
die verschiedenen Kondom-Sorten an.
Wie viele Sorten gibt es?
Was sind die Unterschiede?
Was meinst Du, warum es so unterschiedliche Kondome gibt?

50) <http://www.durex.com/de-DE/Products/Condoms/pages/CondomHomepage.aspx>

3.2 Die Anti-Baby-Pille

Die Anti-Baby-Pille wird kurz Pille genannt. Die Pille ist eine Verhütungsmethode, die viele Frauen benutzen.

Die Pille enthält künstliche weibliche Hormone.

Die Hormone verhindern, dass die Frau schwanger wird. Das tun sie auf dreifache Weise:

- ✓ In den Eierstöcken wird der Eisprung unterdrückt.
- ✓ Der Schleim vor dem Gebärmutterhals wird fester. Das Sperma kann so nicht in die Gebärmutter gelangen.
- ✓ Die Schleimhaut in der Gebärmutter wird verändert. So kann sich keine befruchtete Eizelle einnisten.

Die Pillen-Packung besteht aus 21 oder 22 Tabletten.

Das ist immer unterschiedlich.



Die Pille

Bild 2

In Deutschland gibt es 50 verschiedene Pillen. Sie sind unterschiedlich dosiert.

Das heißt:

Sie beinhalten eine unterschiedliche Menge an Hormonen.

Welches die richtige Pille für die Frau ist, entscheidet der Frauenarzt.

Er verschreibt die Pille.



Bild 153

Welche Pille die richtige ist, entscheidet der Arzt.

Die Pille muss jeden Tag und zur gleichen Uhrzeit genommen werden. Damit man die Pille nicht vergisst, kann man sich einen Zettel an den Spiegel kleben. Oder man kann einen Alarm im Handy stellen.

Wenn die Packung leer ist, kommt eine Pause. Die Pause dauert sechs oder sieben Tage. In diesen Tagen bekommt die Frau ihre Periode. Man sagt dazu auch: Blutung oder Tage. Danach fängt man eine neue Packung an.

Die Pille sollte man jeden Tag zur gleichen Uhrzeit nehmen.



Bild 152

**Was ist,
wenn die Frau eine Pille vergisst?**

Wenn eine Pille vergessen wird,
muss man sie im Normalfall innerhalb
von 12 Stunden nachnehmen.

Die Frau muss die nächste Pille
dann wieder zur gleichen Zeit nehmen.

Wenn die Frau die Pille mehr als 12 Stunden später nimmt als
sonst üblich, verhütet die Pille nicht mehr sicher.

Um nicht schwanger zu werden,
muss der Mann ein Kondom benutzen.

Auch Medikamente können
die Wirkung der Pille beeinflussen.



Bild 155

Vorsichtig: Medikamente können
die Wirkung der Pille beeinflussen.

Das heißt,
wenn die Frau Schmerzmittel
oder **Antibiotika** nimmt,
muss der Mann auch ein Kondom benutzen.
Welches Medikament die Wirkung der Pille beeinflusst,
kannst Du in der Verpackungsbeilage lesen.
Die Pille bekommt die Frau
beim Frauenarzt verschrieben.
Nach einem Gespräch
und einer Untersuchung
entscheidet der Frauenarzt,
welches die richtige Pille für die Frau ist.

Die Pille bekommt
man nur mit einem Rezept
in der Apotheke.



Mit dem Rezept bekommt man die Pille
in der Apotheke.
Die Pille kostet zwischen 30 und 60 Euro.
Frauen die unter 20 Jahre alt sind,
bekommen die Pille von der Krankenkasse bezahlt.

Die Pille wird von vielen Mädchen und Frauen genommen.

Wenn man sie regelmäßig nimmt, verhütet die Pille sehr sicher.

Die Pille kann Nebenwirkungen haben.

Das sind zum Beispiel:

- Blutungsstörungen
- Brustspannen
- Kopfschmerzen
- Gewichtszunahme
- Thrombose-Gefahr

Die Nebenwirkung treten aber nur selten auf.

Die Pille schützt vor einer Schwangerschaft.

Sie schützt aber nicht vor Geschlechtskrankheiten.

Tipp

Wenn Du gerne die Pille nehmen möchtest, kannst Du das Deiner Ärztin oder Deinem Arzt ganz offen sagen.

Du kannst aber auch erst mit Deiner Mutter darüber reden und zusammen überlegen, ob die Pille das Richtige für Dich ist.

Aufgaben



a) Was meinst Du:
Wie alt sollte ein Mädchen mindestens sein, bevor es die Pille nimmt?



e) Bitte erkläre,
wie die Pille wirkt?



b) Wo bekommt man die Pille?



f) Bitte erkläre,
was man machen muss,
wenn man eine Pille vergisst.



c) Wie teuer ist die Pille?



d) Was kann die Pille für
Nebenwirkungen haben?

Aufgaben



g) Wie würdest Du reagieren, wenn Dich Deine 15-jährige Schwester fragt, ob sie die Pille nehmen soll?



h) Bitte setzt Euch zu zweit zusammen.
Überlegt Euch, was für Vor- und Nachteile es bei der Pille als Verhütungsmethode gibt.
Bitte schreibt jeweils zwei Vor- und Nachteile auf.
Bitte stellt Eure Ergebnisse den anderen vor.

3.3 Der Vaginal-Ring



Der Vaginal-Ring wird kurz Ring genannt.
Der Ring besteht aus weichem Kunststoff.

Den Ring führt man in die Scheide ein.
Fast wie ein Tampon.
In der Scheide gibt er Hormone ab.
Schau Dir dieses [Video](#)⁵¹ dazu an.

Die Hormone verhindern den Eisprung.
Frauen können sich den Ring selbst einsetzen und wieder entfernen.
Wie das geht, siehst Du [hier](#)⁵².
Der Ring bleibt 21 Tage in der Scheide.
Danach kommt eine Woche Pause.
In der Zeit bekommt die Frau ihre Periode.
Dann wird ein neuer Ring eingesetzt.
Den Ring bekommt die Frau vom Frauenarzt verschrieben.
Mit dem Rezept kann man den Ring in Apotheken kaufen.
Drei Ringe kosten ca. 50 Euro.

Der Ring hat nur wenige Nebenwirkungen.
Sie treten nur selten auf.
Nebenwirkungen sind zum Beispiel:

- Kopfschmerzen
- Ausfluss aus der Scheide

Der Ring ist laut Experten eine sehr sichere Verhütungsmethode.
Er schützt vor einer Schwangerschaft, aber nicht vor Geschlechtskrankheiten.

51) <http://www.youtube.com/watch?v=mQVJVFRIfpw>

52) <http://www.planet-liebe.de/verhuetung/hormonelle-verhuetungsmethoden/nuvaring.htm>

Aufgaben

 a) Woraus besteht der Vaginal-Ring?

 d) Wie teuer sind Vaginal-Ringe?

 b) Wie wirkt der Ring?

 e) Was kann der Ring für Nebenwirkungen haben?

 c) Wo bekommt man den Ring?

Aufgaben

- f) Bitte schreibe in kurzen Worten, wie man den Ring anwendet.

- h) Setzt Euch bitte zu zweit zusammen und schaut Euch dieses [Video](#)⁵³ nochmal an.



Bitte erklärt mit Hilfe des Videos, wie der Ring im Körper der Frau wirkt. Schreibt Eure Ergebnisse auf.

- g) Welche Vorteile und Nachteile siehst Du bei der Verhütung mit Ringen?

53) <http://www.youtube.com/watch?v=mQVJVFRIfpw>

3.4 Das Verhütungs-Pflaster . . .

Das Pflaster wirkt mit Hormonen.
Es sieht aus
wie ein ganz normales Pflaster.



Die Frau klebt sich das Pflaster
auf die Haut.
Dort gibt es Hormone ab.
Das Pflaster kann man auf den Bauch,
den Po, den Oberarm oder
den Oberschenkel kleben.
Bitte nicht auf die Brust kleben,
weil das Brustgewebe empfindlich auf Hormone reagiert.
Das Pflaster wird nach sieben Tagen gewechselt.
Nach 21 Tagen kommt eine Woche Pause.
In der Zeit bekommt die Frau
ihre Periode.
Das Pflaster wird vom Frauenarzt verschrieben.
Mit dem Rezept
kann man es in der Apotheke kaufen.
Es kostet ca. 40 Euro.

Das Pflaster kann Nebenwirkungen haben.
Das sind zum Beispiel:

- Kopfschmerzen
- Blutungsstörungen
- Übelkeit

Experten sagen:
Wenn das Pflaster richtig angewendet wird,
ist es eine sehr sichere Verhütungsmethode.
Es schützt vor Schwangerschaft,
aber nicht vor Geschlechtskrankheiten.

Bild 4

Aufgaben

 a) Wie wirkt das Pflaster?

 c) Wie oft muss man das Pflaster wechseln?

 b) Wo sollte eine Frau das Pflaster hin kleben, damit es wirkt?

 d) Wie teuer ist das Pflaster?

Aufgaben



e) Bitte überlege Dir,
warum das Verhütungs-Pflaster nicht vor Geschlechtskrankheiten schützt.
Bitte schreibe Deine Ergebnisse auf
und begründe Deine Meinung.



f) Bitte setzt Euch zu zweit zusammen.
Überlegt Euch, was es für Vor- und Nachteile
bei dem Pflaster als Verhütungsmethode gibt.
Bitte schreibt jeweils zwei Vor- und Nachteile auf.
Stellt Eure Ergebnisse den anderen vor.

3.5 Weitere Verhütungsmethoden

Das **Kondom**,
die **Pille**,
der **Vaginal-Ring**
und das **Verhütungs-Pflaster**
sind Verhütungsmethoden,
die besonders für Mädchen und junge Frauen geeignet sind.
Sie sind leicht anzuwenden
und haben keinen so großen Einfluss auf den Körper,
wie andere Verhütungsmittel.
Dazu zählt zum Beispiel die Spirale.
Sie muss vom Frauenarzt eingesetzt werden,
was für viele Frauen schmerzhaft ist.
Außerdem besteht die Gefahr,
dass die Spirale die Frau unfruchtbar machen kann.
Das heißt:
Sie kann nicht mehr schwanger werden.
Deswegen ist die Spirale eine Verhütungsmethode
für ältere Frauen.

Möchtest Du mehr über weitere Verhütungsmethoden wissen,
dann schau Dich [hier](#)⁵⁴ um.

54) http://www.loveline.de/themen/?t=3_25

Aufgaben



a) Welche Verhütungsmethoden sind vor allem für junge Frauen geeignet?



c) Bitte schau Dir [hier](#)⁵⁵ die Informationen über das Hormonstäbchen an. Überlege Dir, welche Vor- und Nachteile das Hormonstäbchen als Verhütungsmethode hat.



b) Warum sind diese Verhütungsmethoden vor allem für junge Frauen geeignet?



d) Wem würdest Du das Hormonstäbchen als Verhütungsmethode empfehlen? Jungen Frauen oder älteren Frauen? Bitte begründe Deine Meinung.

55) http://www.loveline.de/themen/?t=3_25_113

Sex und
Zärtlichkeit

4. Schwanger
– was nun?

4. Schwanger – was nun? ↻ S. 129
4.1 Ungewollte Schwangerschaft ↻ S. 130

4. Schwanger – was nun?

Bist Du schwanger?

Oder vermutest Du, schwanger zu sein?

Wenn Du Dir nicht sicher bist,

kannst Du Dir in der Apotheke oder in der Drogerie einen Schwangerschaftstest kaufen.

Er kann Dir Klarheit verschaffen.

Egal, ob Du gewollt schwanger bist oder ungewollt.

Ob Du minderjährig bist,

oder Dein Partner nicht zu Dir steht.

Wichtig ist, dass Du weißt:

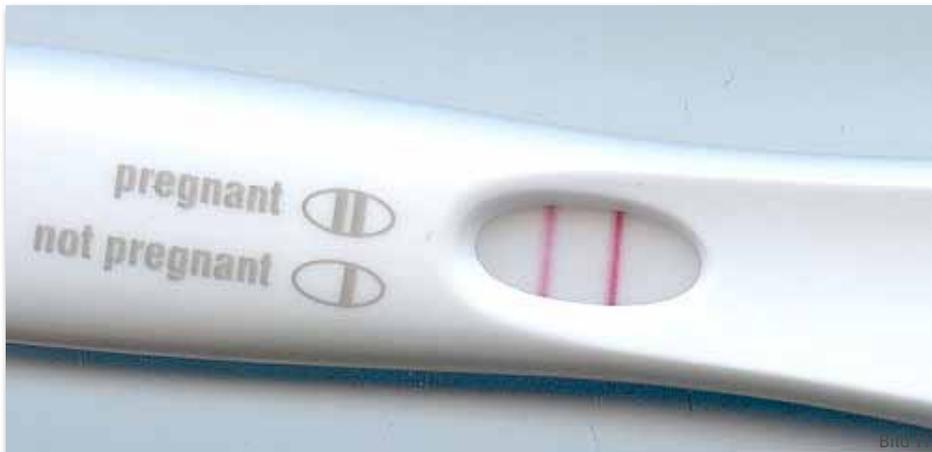
Es gibt immer eine Lösung.



Wenn du mehr über Kinderwunsch, Schwangerschaft, Geburt und dem Leben mit Kindern wissen möchtest, siehe Dir das Themenheft „Eltern werden“ mal an:



Ein positiver Schwangerschafts-Test



113) <http://www.chancen-erarbeiten.de/download/themenhefte/eltern.html>

4.1 Ungewollte Schwangerschaft



Ein Baby verändert das ganze Leben.

Wenn Du ungewollt schwanger bist, ist das immer erst einmal ein Schock. Und das ist auch ganz normal. Ein Baby verändert Dein ganzes Leben und Du weißt nicht, ob Du das schon möchtest oder nicht.

Eine ungewollte Schwangerschaft stellt Dich immer vor die Entscheidung: Möchte ich das Baby behalten oder nicht?

Wenn Du Dir ein Leben mit einem Baby noch nicht vorstellen kannst, hast Du mehrere Möglichkeiten:

- Abtreibung
- Adoption
- Pflegschaft

Die Abtreibung

Eine Abtreibung nennt man auch Schwangerschaftsabbruch. Bei einer Abtreibung wird Deine Schwangerschaft absichtlich abgebrochen.

Für Frauen, die ungewollt schwanger sind, ist eine Abtreibung ein Weg, sich gegen ihr Baby zu entscheiden.

Wenn Du schwanger bist und Dein Baby nicht behalten kannst oder möchtest, kannst Du über eine Abtreibung nachdenken. Sich für eine Abtreibung zu entscheiden, ist nicht leicht.

Deswegen solltest Du diese Entscheidung nicht alleine treffen.

Rede mit Deinen Eltern, Freunden und Deinem Partner.

Wenn Dein Partner nicht der Vater des Babys ist, solltest Du auch mit ihm reden.

Es ist auch sein Baby und er darf Dir seine Meinung sagen.



Rede auch mit dem Vater Deines Babys über Deine Entscheidung.

Die letzte Entscheidung triffst Du aber alleine.
Nur Du kannst Dich für
oder gegen eine Abtreibung entscheiden.

Wenn Du Dich für eine Abtreibung entschieden hast,
solltest Du so schnell wie möglich zu einem Arzt
und zu einer Beratungsstelle gehen.
Eine Abtreibung darf man nämlich nur bis zur
zwölften Schwangerschaftswoche machen.

Eine Beratungsstelle für Schwangerschaftsabbruch
ist pro familia.
Wo eine Stelle von pro familia in Deiner Nähe ist,
siehst Du [hier](#)⁵⁷.

Mehr über das Thema Abtreibung,
kannst Du [hier](#)⁵⁸ lesen.



Bis zur zwölften Schwangerschaftswoche
darf man abtreiben.

57) <http://www.profamilia.de/angebote-vor-ort.html>

58) <http://tinyurl.com/3o2w2pu>

Die Adoption

Wenn für Dich eine Abtreibung nicht in Frage kommt,
aber Du Dein Baby nicht behalten möchtest,
kannst Du es zur Adoption frei geben.

Das heißt:

Du gibst Dein Baby nach der Geburt zu **Adoptiveltern**.

Es gibt viele Paare,
die keine Kinder bekommen können.
Oft möchten solche Paare Kinder adoptieren.
Die Kinder wachsen dann bei den Paaren auf,
als wären es ihre eigenen Kinder.

Wenn Du Dein Baby zur Adoption frei geben möchtest,
solltest Du vor der Geburt mit dem Jugendamt sprechen.
Das Jugendamt sucht die Paare aus,
die ein Kind adoptieren dürfen.

Mehr über das Thema Adoption
kannst Du [hier](#)⁵⁹ lesen.

59) <http://www.familien-wegweiser.de/wegweiser/stichwortverzeichnis,did=101234.html>

Die Pflegschaft

Wenn für Dich keine Abtreibung,
aber auch keine Adoption in Frage kommt,
kannst Du Dein Baby in eine Pflegefamilie geben.
Bei einer Pflegefamilie hast Du die Möglichkeit,
Dein Kind oft zu sehen
und eine Beziehung zu ihm aufzubauen.
In welche Familie Dein Baby kommt,
entscheidet das Jugendamt.

Wenn Du Dich nach einiger Zeit in der Lage fühlst,
Dich selbst um Dein Kind zu kümmern,
hast Du die Möglichkeit, es wieder zu Dir zu nehmen.
Das musst Du aber mit dem Jugendamt absprechen.
Das Jugendamt entscheidet,
ob Dein Kind bei Dir gut versorgt ist oder nicht.

Jede der drei Möglichkeiten hat
einen großen Einfluss auf Dein Leben.
Es ist ganz normal,
dass Dir diese sehr wichtige Entscheidung schwer fällt.
Damit Du nicht alleine vor dieser schwierigen Entscheidung
stehst,
solltest Du mit jemandem darüber reden.
Das müssen nicht immer Deine Eltern sein.
Wenn Du erst einmal lieber mit einer Freundin
reden möchtest
oder mit Deinem Partner,
ist das Deine Entscheidung.
Wenn Du erst einmal nicht willst,
dass in Deinem Umfeld jemand
von Deiner Schwangerschaft weiß,
kannst Du zu einer Beratungsstelle gehen.
Dort kannst Du alle Fragen stellen,
die Dir auf dem Herzen liegen.
Und die Berater versuchen
zusammen mit Dir eine Lösung für Deine Probleme zu finden.
Du musst dem Berater nicht Deinen Namen sagen,
wenn Du lieber **anonym** bleiben möchtest.
Du kannst auch zusammen mit Deinen Eltern
zu einer Beratungsstelle gehen.
Beratungsstellen gibt es in fast jeder Stadt
und eine Beratung ist immer kostenlos.
Wo es eine Beratungsstelle in Deiner Nähe gibt,
kannst Du **hier**⁶⁰ sehen.

60) <http://www.schwanger-unter-20.de/index.php?id=2833>

Aufgaben

-  a) Vor welcher Entscheidung steht man, wenn man ungewollt schwanger ist?
-  c) Welche drei Formen der Adoption gibt es?
-  b) Was gibt es für Möglichkeiten, wenn man sein Baby nicht behalten kann?
-  d) Bitte finde heraus, wo es eine Beratungsstelle in Deiner Nähe gibt.
-  e) Was hältst Du von den drei Möglichkeiten Abtreibung, Adoption und Pflegschaft? Bitte begründe Deine Meinung.

Aufgaben



f) Was sind die Vorteile und Nachteile von Abtreibung, Adoption und Pflegschaft?

Bitte schreibe die Vorteile und Nachteile in kurzen Worten auf.



g) Bitte setzt Euch in Gruppen zusammen.

Redet darüber,

was es für die Mutter und den Vater heißt,
das Kind zur Adoption freizugeben.

Denkt dabei auch an das Wohl des Kindes.

Bitte begründet Eure Meinung

und stellt die Ergebnisse den anderen vor.

Aufgaben



h) Suchsel:

Finde folgende Wörter:

ADOPTION - JUGENDAMT – ABTREIBUNG – BABY

SCHWANGERSCHAFT – PFLEGSCHAFT – ENTSCHEIDUNG

Du findest die Wörter waagrecht
und senkrecht.



A	D	B	T	H	D	B	J	K	I	P	P	J	S	R
D	K	A	B	T	R	E	I	B	U	N	G	G	K	L
S	W	D	O	L	H	T	D	G	J	V	X	D	B	M
S	C	H	W	A	N	G	E	R	S	C	H	A	F	T
Q	R	V	J	Z	D	Y	U	K	P	I	J	F	R	S
G	E	N	T	S	C	H	E	I	D	U	N	G	J	A
S	R	O	X	B	G	M	B	C	Y	S	V	N	M	D
G	G	J	C	S	R	H	B	D	R	B	V	H	C	O
G	N	C	Y	X	V	X	H	V	D	A	M	F	R	P
J	D	T	B	M	G	N	G	C	D	B	V	D	H	T
L	A	S	C	H	N	D	V	Y	D	Y	F	B	D	I
J	U	G	E	N	D	A	M	T	X	B	X	F	H	O
Y	G	E	N	M	X	C	V	D	C	Y	V	D	J	N
D	D	P	F	L	E	G	S	C	H	A	F	T	M	G

Sex und
Zärtlichkeit

5. Sexuell übertragbare Krankheiten

- 5. Sexuell übertragbare Krankheiten ☉S. 138
- 5.1 HIV ☉S. 139
- 5.2 Hepatitis ☉S. 147
- 5.3 Pilzerkrankungen ☉S. 150
- 5.4 Chlamydien und
weitere sexuell
übertragbare Krankheiten ☉S. 156

5. Sexuell übertragbare Krankheiten

Es gibt viele Krankheiten,
die man beim Sex bekommen kann.
Sie heißen:
Sexuell übertragbare Krankheiten
oder Geschlechtskrankheiten.
Sie werden vor allem
beim Sex übertragen.
Deswegen ist es wichtig,
sich vor ihnen zu schützen.
Beim Sex kann man
sich nur mit Kondomen schützen.



Bild 17

Das Kondom schützt vor
Geschlechts-Krankheiten.

Die Geschlechtskrankheiten unterscheiden sich
durch die **Symptome**
und die Übertragungsmöglichkeiten.

5.1 HIV

Von HIV oder Aids hast Du bestimmt schon einmal gehört. Oft laufen im Fernsehen Werbespots. Sie informieren zum Thema Aids. Zum Beispiel diese hier: [Film 1](#)⁶¹, [Film 2](#)⁶², [Film 3](#)⁶³



Oder in Deiner Stadt hängen Plakate, die auf das Thema Aids aufmerksam machen.



Bild 19

- 61) http://www.youtube.com/watch?v=_EdWFHhtJ00&feature=related
- 62) <http://www.youtube.com/watch?v=-vtEq7IFNME&feature=related>
- 63) <http://www.youtube.com/watch?v=9pSPfgvjtl&feature=related>



Bild 20

Was ist HIV?

HIV nennt man das Virus,
das Aids auslöst.

Man sagt:

Das Virus ist der Erreger von Aids.

Die Abkürzung HIV heißt auf Deutsch:
Menschliches Immun-Schwäche-Virus.
Das Virus greift das **Immunsystem** an.

Das heißt:

Man kann schneller krank werden,
als ganz gesunde Menschen.

Jeder Mensch kann sich
mit dem Virus anstecken.

Oft dauert es viele Jahre,
bis das Virus die Krankheit Aids auslöst.
Mit Medikamenten kann man
den Ausbruch von Aids hinauszögern.

Aber woher weiß man,
ob man sich angesteckt hat?
Ob man das HIV-Virus in sich trägt,
kann man bei einem Aids-Test herausfinden.
Jeder Mensch kann selbst entscheiden,
ob und wann er einen HIV-Test machen möchte.



Die Aids-Schleife
als Symbol gegen Aids

Du kannst zu jeder Zeit einen Test machen.
Du solltest aber wissen:
HIV-Viren kann man erst drei Monate
nach der Ansteckung im Blut sehen.
Deswegen lasse am besten erst ein Test machen,
wenn Du Dir sicher bist:
Du hast Dich in den letzten drei Monaten
nicht angesteckt,
weil Du keinen Sex hattest
oder immer mit Kondom verhütet hast.

Wo kannst Du einen Test machen lassen?
Wenn Du einen **anonymen** Test
machen lassen willst,
kannst Du zu einem Gesundheitsamt gehen.
Dort brauchst Du nicht Deinen Namen nennen.
Ein Gesundheitsamt gibt es in jeder Stadt.
Wo das Gesundheitsamt in Deiner Stadt ist,
kannst Du **hier**⁶⁴ sehen.
Du kannst auch zu Deinem Hausarzt gehen,
um einen Test machen zu lassen.



Die Blutabnahme beim Aids-Test

64) http://www.gesundheitsamt.de/alle/behoerde/ga/d/index_m.htm

Was kann man tun?

Aids ist eine tödliche Krankheit.
Gegen Aids gibt es keine Impfung.
Und es gibt kein Heilmittel.
Es gibt Medikamente,
die den Ausbruch von Aids
hinaus zögern können.
Sie verhindern,
dass sich die Viren weiter vermehren.



Tabletten können
den Ausbruch
von Aids hinauszögern.

Bild 23

Und sie stärken das **Immunsystem**.
Die Medikamente muss man
sein ganzes Leben lang einnehmen.

Wie kann man sich schützen?

Aids ist eine Krankheit,
die zum Beispiel durch Sex übertragen wird.
Das heißt:
Man kann sich beim Sex mit Aids anstecken.
Um Dich vor einer Ansteckung beim Sex zu schützen,
solltest Du Kondome benutzen.
Nur die können Dich schützen.
Mit Sex ist nicht nur der Vaginal-Verkehr gemeint.
Auch beim Oral-Verkehr
oder Anal-Verkehr kannst Du Dich anstecken.

Mit Aids kannst Du Dich aber nicht nur
beim Sex anstecken.
Aids wird auch durch Blut übertragen.
Das heißt,
wenn infiziertes Blut in Deinen Körper kommt.
Das kann zum Beispiel passieren,
wenn infiziertes Blut in eine Wunde
an Deinem Körper kommt.
Bei Menschen, die Drogen nehmen,
passiert die Übertragung oft
durch infizierte Spritzen.



Benutzte Spritzen
können Aids übertragen.

Bild 24

Aber auch davor kannst Du Dich schützen.
Wenn Du Spritzen benutzen musst,
achte darauf:
Die Nadel muss unbenutzt sein.
Und wenn Du von jemandem weißt,
dass er Aids hat,
vermeide es,
mit seinem Blut in Kontakt zu kommen.

Du musst aber keine Angst
vor Menschen haben, die Aids haben.
Du kannst ganz normal mit ihnen umgehen.
Es gibt viele Situation,
bei denen Du Dich nicht anstecken kannst.
Zum Beispiel:

- ✓ beim Küssen
- ✓ beim gemeinsamen Essen
- ✓ beim Hände schütteln
- ✓ beim Zusammenwohnen
- ✓ beim Niesen
- ✓ beim Toilettenbesuch
- ✓ beim Schwimmbadbesuch
- ✓ und noch vieles mehr.

Übrigens:
Auch durch Insektenstiche kannst Du Dich
nicht mit Aids anstecken.



Beim Küssen
kannst Du Dich nicht
mit HIV anstecken.

Bild 25

Eine Mücke kann kein HIV übertragen.



Bild 26

Aufgaben



a) Was ist HIV?



c) Wie kann man sich vor HIV schützen?



b) Wie kann man sich mit HIV anstecken?



d) Was kann man gegen HIV machen?

Aufgaben



e) Wo kann man einen HIV-Test machen lassen?



h) Wie findest Du es,
dass Stars in der Werbung über das Thema Aids informieren?
Bitte begründe Deine Meinung.
Welchen Star findest Du besonders überzeugend?
Wofür setzt Dein Star sich ein?



f) Bei welchen Situationen kann man sich nicht mit HIV anstecken?



i) Setzt Euch bitte in Gruppen zusammen.
Bitte guckt Euch [hier](#)⁶⁵ unter dem Punkt „TV und Kino“ die vier Werbespots zum Thema Aids an.
Sucht Euch einen Spot aus,
der Euch am besten gefällt.
Was findet ihr gut an dem Spot?
Bitte begründet Eure Meinung.



g) Kann man sich beim Küssen mit HIV anstecken?

65) <http://www.machsmitt.de/kampagne/medien/index.php>

Aufgaben



- j) Überlegt Euch einen eigenen Info-Film zum Thema Aids.
Schreibt bitte Eure Ideen auf
und stellt sie den anderen vor.
Was ist die Hauptaussage?
Würdet Ihr einen Promi einbauen?
Wenn ja, welchen?



- k) Verständnisfragen:
Bitte beantworte die folgenden Fragen.



Es ist immer nur eine Antwort richtig.

1

Was heißt die Abkürzung HIV auf Deutsch?

- a) Menschliches Immun-Schwäche-Virus
- b) Menschliche Immun-System-Schwächung
- c) Gefährliches, ansteckendes Virus
- d) Aids auslösendes Virus

2

Woher weiß man, ob man sich mit Aids angesteckt hat?

- a) Man bekommt Ausschlag im Gesicht.
- b) Man muss sein Blut bei einem Aidstest testen lassen.
- c) Man bekommt Symptome, wie bei einer Grippe.
- d) Einem wird oft schwindelig.

3

Wie kann man sich mit Aids anstecken?

- a) beim Küssen
- b) beim Händeschütteln
- c) beim Sex
- d) beim Toilettenbesuch

4

Wie kann man sich beim Sex vor Aids schützen?

- a) mit der Pille
- b) gar nicht
- c) mit dem Verhütungs-Ring
- d) mit einem Kondom

5

**Wodurch kann Aids noch übertragen werden,
außer durch Sex?**

- a) durch Spucke
- b) durch Blut
- c) durch Wasser
- d) durch Tränenflüssigkeit

Aufgaben



l) Suchsel:

Finde folgende Wörter:

AIDS – VIRUS – KRANKHEIT – BLUT

ANSTECKUNG – ANGST – SPRITZE

Du findest die Wörter waagrecht
und senkrecht.



E	W	E	A	N	S	T	E	C	K	U	N	G	Z	U
J	D	B	Z	F	N	D	A	X	V	H	Z	N	M	J
R	A	I	D	S	X	C	H	U	E	Z	F	L	G	V
G	K	L	O	V	X	S	E	F	G	B	H	K	B	N
G	X	D	V	G	K	R	A	N	K	H	E	I	T	V
A	S	D	A	D	C	G	K	L	G	V	D	R	C	B
N	T	R	D	B	G	J	M	G	B	C	S	L	P	I
G	D	F	V	B	H	G	D	W	D	X	P	N	J	L
S	D	E	V	Q	S	D	C	B	N	X	R	K	G	B
T	Z	I	I	T	B	L	U	T	D	L	I	Z	O	C
Q	W	D	R	H	S	V	H	Z	S	D	T	F	J	F
R	Q	W	U	T	G	C	B	H	D	S	Z	E	G	R
S	D	G	S	J	Z	D	V	N	M	Z	E	F	J	G
R	G	S	G	Z	I	T	M	G	N	M	J	U	G	F



m) Wortschlangen:

Finde folgende Wörter in den Wortschlangen

IMPfung – DROgen – MEDIkamente – TEST

D	B	Z
R	O	R
N	G	T
M	E	N
G	D	E

N	T	E
E	M	G
M	A	X
E	K	B
D	I	U

V	M	E
N	U	F
G	K	P
G	I	M
M	C	S

U	T	S
L	T	E
N	M	S
B	S	T
X	E	R

5.2 Hepatitis

Hepatitis ist eine Entzündung der Leber.

Es gibt verschiedene Formen der Hepatitis. Damit man sie besser unterscheiden kann, werden sie mit Buchstaben gekennzeichnet.

Es gibt Hepatitis A,

Hepatitis B

Hepatitis C

Hepatitis D

und Hepatitis E.

Die Formen unterscheiden sich durch die Ansteckungswege und den Krankheitsverlauf.

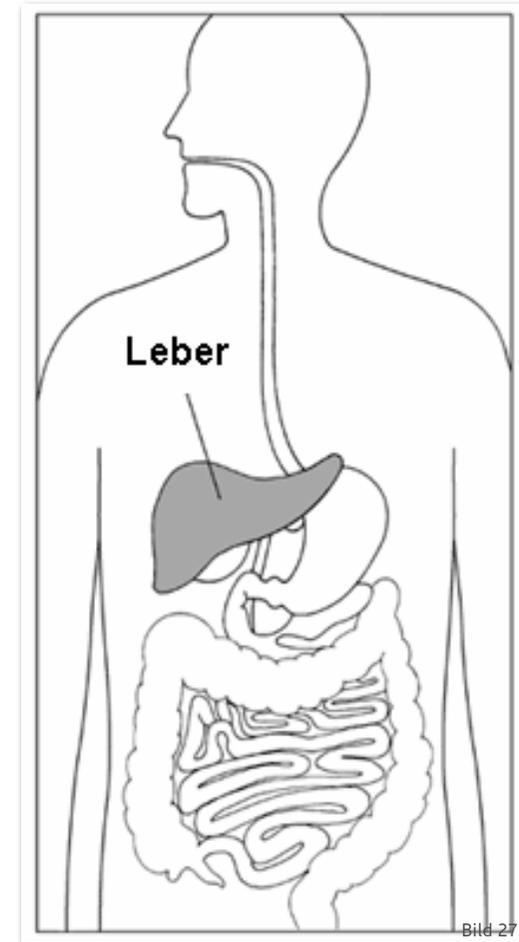
Hepatitis A kann man zum Beispiel bekommen, wenn man dreckiges Wasser trinkt.

Hepatitis B kann beim Sex übertragen werden.

In Deutschland kommen am häufigsten Hepatitis A, Hepatitis B und Hepatitis C vor.

Möchtest Du mehr über die verschiedenen Hepatitis-Formen wissen und wie man sich vor ihnen schützen kann?

Dann schaue [hier](#)⁶⁶.



Die Leber

66) <http://www.onmeda.de/krankheiten/hepatitis.html>

Aufgaben



a) Was ist Hepatitis?



c) Wodurch unterscheiden sich die verschiedenen Formen?



b) Welche verschiedenen Formen von Hepatitis gibt es?



d) Welche Formen von Hepatitis kommen in Deutschland am häufigsten vor?

Aufgaben



e) Bitte informiere Dich [hier](#)⁶⁷ über Hepatitis B.
Schreibe bitte auf,
wie man sich mit Hepatitis B anstecken kann
und stelle Dein Ergebnis den anderen vor.



f) Bitte setzt Euch in Gruppen zusammen.
Sucht Euch bitte [hier](#)⁶⁸ eine Form von Hepatitis raus
und schreibt wichtige Informationen dazu auf.
Achtet vor allem auf Informationen
zum Ansteckungsweg und dazu, wie man sich schützen kann.
Bitte stellt Eure Ergebnisse den anderen vor.

67) <http://tinyurl.com/43thut6>

68) <http://www.onmeda.de/krankheiten/hepatitis.html>

5.3 Pilzkrankungen

Bestimmt hast Du schon einmal von Pilzkrankungen gehört. Pilzkrankungen können überall auf der Haut auftreten.



Ein Pilz am Rücken.

Wenn Du schnell Medikamente gegen sie nimmst, sind sie nicht gefährlich. Sie haben nur unangenehme Beschwerden.

Was sind Pilzkrankungen?

Wenn eine Pilzkrankung an den Geschlechtsorganen auftritt, zählt man sie zu den Geschlechtskrankheiten. Eine Pilzkrankung können Männer und Frauen bekommen. Häufiger sind aber Frauen betroffen. Frauen bekommen oft einen Pilz, wenn der pH-Wert in der Scheide sich verändert. Der pH-Wert gibt den Säuregrad im Körper an. Wenn der Wert sich verändert, kann es zu Krankheiten kommen. Mehr zum pH-Wert kannst Du [hier](#)⁶⁹ nachlesen. Der pH-Wert in der Scheide ist im sauren PH-Bereich. Wenn sich der Wert verändert und in den neutralen Bereich kommt, können sich Pilze leicht vermehren. Der pH-Wert kann sich durch unterschiedliche Einflüsse verändern.

69) <http://www.zentrum-der-gesundheit.de/ph-wert.html>

Einflüsse sind zum Beispiel:

- ✓ Stress
- ✓ Hormon-Schwankungen
- ✓ zu enge Unterwäsche mit hohem Polyesteranteil
- ✓ zu viel Intimhygiene
- ✓ ein schwaches Immunsystem



Wenn eine Frau einen Pilz hat, merkt sie das an unterschiedlichen **Symptomen**.

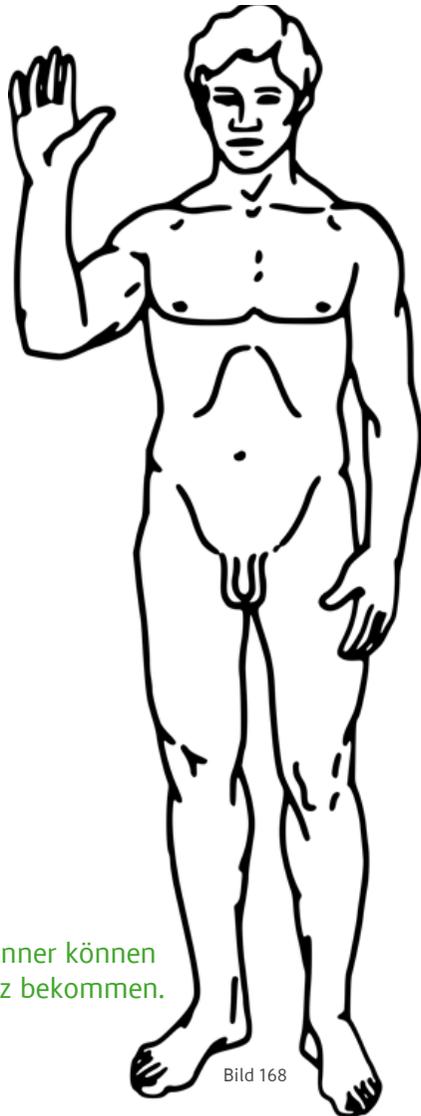
Symptome bei einer Frau sind zum Beispiel:

- ✓ Jucken und Brennen an der Scheide
- ✓ weißlicher Ausfluss
- ✓ Schmerzen beim Wasserlassen
- ✓ Rötungen an der Scheide

Bist Du Dir nicht sicher, ob Du einen Pilz hast? [Hier](#)⁷⁰ kannst Du einen Test machen.

70) <http://tinyurl.com/2vcysf>

Auch Männer können einen Pilz bekommen.
Sie sind dafür aber nicht so anfällig wie Frauen.
Männer können einen Pilz bekommen, wenn ihr **Immunsystem** schwach ist.



Auch Männer können einen Pilz bekommen.

Bild 168

Oder sie können sich beim Sex mit einem Pilz anstecken.
Die **Symptome** bei einer Pilzerkrankung bei Männern sind zum Beispiel:

- Ausfluss
- Jucken und Brennen an der Eichel und Vorhaut
- Schmerzen beim Wasserlassen

Mehr zum Thema Pilzerkrankungen bei Männern findest Du [hier](#)⁷¹.

71) <http://tinyurl.com/kta2jv>

Was kann man tun?

Du hast den Verdacht,
einen Pilz zu haben?
Gehe am besten sofort zum Arzt.
Frauen gehen zum Gynäkologen.
Männer gehen zum Urologen.
Der Arzt verschreibt Dir dann das richtige Medikament.
Frauen bekommen oft
ein Kombi-Präparat verschrieben.
Wie Du dieses Medikament anwendest,
siehst Du [hier](#)⁷².

Bei Männern verschreibt der Arzt
oft ein Gel oder eine Creme.
Diese müssen auf die Eichel aufgetragen werden.

Wichtig ist:

Schäme Dich nicht,
wenn Du eine Pilzerkrankung hast.
Fast jeder Mensch
hat einmal im Leben einen Pilz.
Und je schneller Du zum Arzt gehst,
desto schneller bist Du die unangenehmen **Symptome** los.

Wie kann man sich schützen?

Pilze können beim Sex übertragen werden.
Wenn Du oder Dein Partner einen Pilz haben,
solltet Ihr beim Sex ein Kondom benutzen.
Beim Oralsex bei der Frau
solltet Ihr ein **Dental Dam** benutzen.

Ihr solltet so lange ein Kondom benutzen,
bis die Behandlung gegen den Pilz zu Ende ist.

Beim Sex kannst Du Dich
mit einem Kondom
vor einem Pilz schützen.



72) <http://tinyurl.com/3ahj9qw>

Aufgaben



a) Was sind die **Symptome** bei Frauen, wenn sie einen Pilz haben?



d) Was bekommen Frauen oft für ein Medikament vom Arzt verschrieben?



b) Was sind die Symptome bei Männern, wenn sie einen Pilz haben?



e) Was bekommen Männer oft für ein Medikament vom Arzt verschrieben?



c) Durch welche Einflüsse kann sich der pH-Wert in der Scheide verändern?



f) Zu welchem Arzt gehen Frauen mit Pilzerkrankungen?



g) Zu welchem Arzt gehen Männer mit Pilzerkrankungen?

Aufgaben



h) Bitte beschreibe,
wie man ein Kombi-Präparat anwendet.



j) Was sollten Paare beim Sex beachten,
wenn einer von ihnen eine Pilzerkrankung hat?
Schreibe einige Stichworte dazu auf.



i) Was meinst Du:
Wie können sich Männer und Frauen gut vor Pilzerkrankungen schützen?



k) Bitte überlege,
warum Frauen öfter eine Pilzerkrankung bekommen als Männer.
Bitte schreibe Deine Ergebnisse auf
und begründe Deine Meinung.

Aufgaben



l) Suchsel:

Finde folgende Wörter:

PILZ – SYMPTOME – ARZT – UROLOGE

BRENNEN – KONDOM – CREME

Du findest die Wörter waagrecht
und senkrecht.



W	E	C	G	T	H	N	U	R	O	L	O	G	E	T
T	D	V	Z	U	I	G	D	S	D	V	A	W	D	F
D	A	P	I	L	Z	J	L	J	K	U	B	Z	H	V
G	H	J	V	X	V	N	M	V	N	L	R	K	H	N
F	X	A	S	C	D	R	H	S	R	G	E	D	B	D
A	C	R	E	M	E	R	G	Y	R	G	N	K	L	O
S	Q	W	D	V	B	N	T	M	T	U	N	O	P	K
A	S	C	V	B	G	D	V	P	N	M	E	U	K	L
Z	E	F	V	S	D	V	R	T	R	G	N	G	B	B
F	A	R	Z	T	G	H	F	O	E	R	S	C	W	Q
W	S	V	X	C	V	B	Y	M	B	N	M	U	T	G
D	F	W	E	S	G	H	Z	E	I	O	K	H	Z	U
F	D	E	S	V	B	H	U	H	F	R	S	D	F	V
R	V	R	K	O	N	D	O	M	E	O	P	I	Z	N



m) Wortschlangen:

Finde folgende Wörter in den Wortschlangen

HAUT – SCHEIDE – IMMUNSYSTEM – SCHMERZEN

E	D	I
G	D	E
D	V	H
S	S	C
J	I	E

G	W	R
R	V	T
T	R	H
U	A	U
T	H	N

E	N	G
Z	R	H
R	E	A
S	M	I
C	H	T

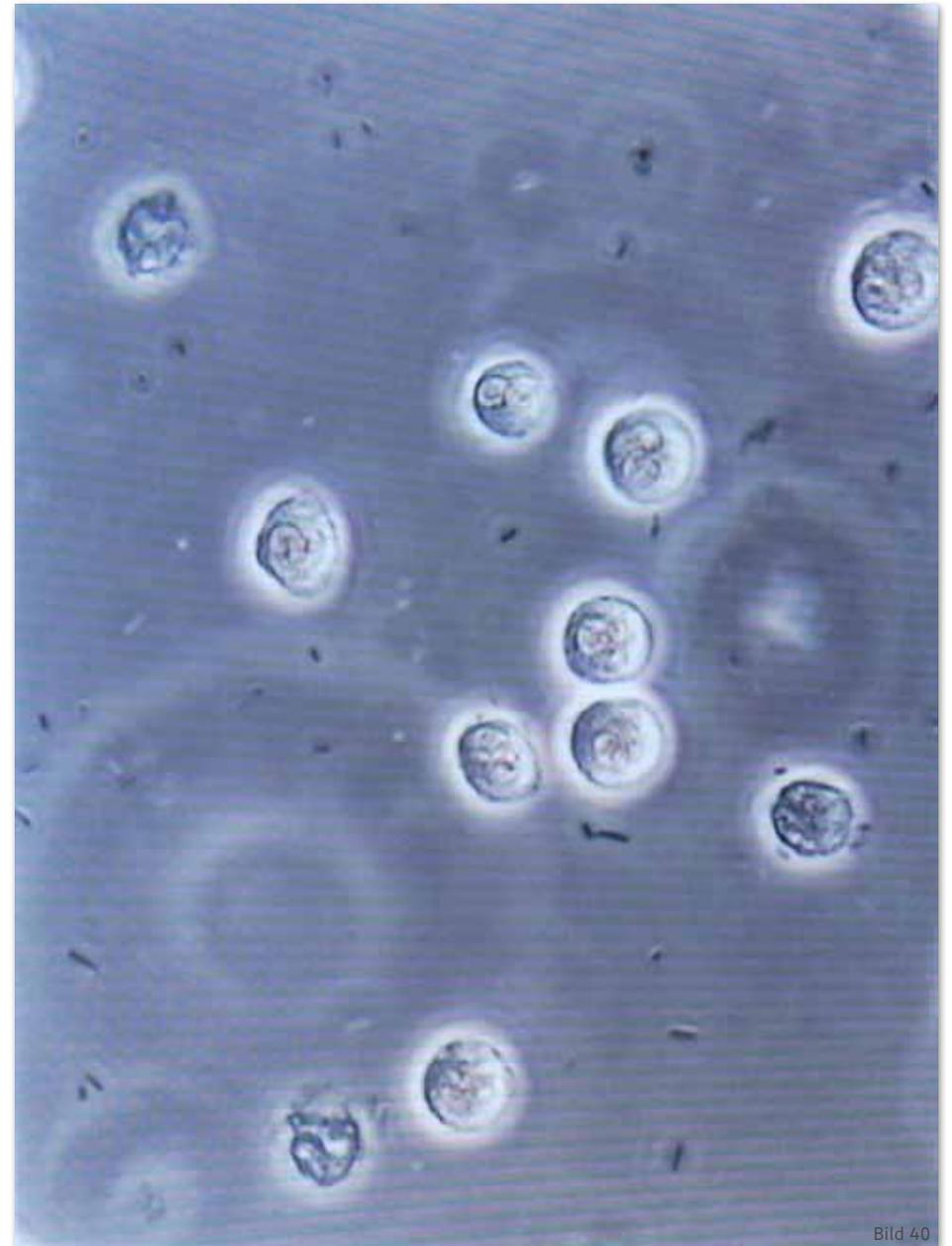
U	E	M
Z	T	H
I	S	N
M	Y	S
M	U	N

5.4 Chlamydien und weitere sexuell übertragbare Krankheiten

Neben HIV, Hepatitis und Pilzkrankungen gibt es noch weitere sexuell übertragbare Krankheiten. Es gibt zum Beispiel Chlamydien. Bestimmt hast Du schon einmal davon gehört. Chlamydien sind die am häufigsten sexuell übertragenen Krankheits-Erreger. Jedes Jahr stecken sich viele Menschen mit Chlamydien an. Chlamydien sind Bakterien.

Sie werden nur beim Sex übertragen. Deswegen kann man sich auch nur vor ihnen schützen, wenn man beim Sex ein Kondom benutzt.

Möchtest Du mehr über weitere sexuell übertragbare Krankheiten wissen, dann schaue [hier](#)⁷³.



Chlamydien sind Bakterien.

73) <http://www.loveline.de/shop/downloadpdf.php?ID=40>

Aufgaben



a) Was sind Chlamydien?



c) Wie kann man sich vor Chlamydien schützen?



b) Was kennst Du für sexuell übertragbare Krankheiten?

Aufgaben



d) Bitte schaue Dir [hier](#)⁷⁴ das Kapitel „Wie kann ich mich schützen“ an.
Bitte schreibe auf,
wie man sich vor sexuell übertragbaren Krankheiten schützen kann
und was man dabei beachten muss.



e) Bitte gucke Dir [hier](#)⁷⁵
die verschiedenen sexuell übertragbaren Krankheiten an.
Bitte schreibe auf,
worin sich die verschiedenen Krankheiten unterscheiden.
Wie kann man sich mit der Krankheit anstecken?
Wie kann man sich vor ihr schützen
und wie sollte man sie behandeln?

74) <http://www.loveline.de/shop/downloadpdf.php?ID=40>

75) <http://www.loveline.de/shop/downloadpdf.php?ID=40>

Sex und
Zärtlichkeit

6. Sexualisierte Gewalt

- 6. Sexualisierte Gewalt [☉ S. 160](#)
- 6.1 Sexualität und Deine Rechte [☉ S. 160](#)
- 6.2 Vergewaltigung [☉ S. 165](#)

6. Sexualisierte Gewalt

Sexualität gehört zum Leben von jedem Menschen. Mit einer Person Sex zu haben oder ihre Zärtlichkeit zu spüren, ist sehr schön.

Viele Menschen zeigen sich durch Sex und Zärtlichkeit Ihre Zuneigung füreinander.



Zärtlichkeiten austauschen ist ein Zeichen von Zuneigung.

Aber es gibt auch **negative** Seiten von Sexualität. Sexualität ist nur solange schön, wie beide Menschen es wirklich wollen. Sobald ein Mensch von einem anderen Menschen zum Sex oder zu sexuellen Handlungen gezwungen wird, ist es eine Straftat.

6.1 Sexualität und Deine Rechte

Jeder Mensch hat das Recht, seine Sexualität selbst zu gestalten. Das heißt:
Er darf das machen, was ihm gefällt.
Er darf sich zum Beispiel selbst befriedigen.
Und er darf Sex mit anderen Erwachsenen haben. Das darf er aber nur so lange, wie er einen anderen Menschen zu nichts zwingt. Sex und sexuelle Handlungen müssen immer freiwillig sein.

Für Dich heißt das:
Dein Körper gehört Dir.
Du entscheidest selbst, wer Dich berühren darf und wer nicht. Niemand darf Dich zu etwas zwingen. Kein Fremder, keine Person aus Deiner Familie oder aus Deinem Freundeskreis. Du hast immer das Recht „Nein“ zu sagen.



Dein Körper gehört Dir.

!?

Nein!

Trau Dich, laut „Nein“ zu sagen!
Wenn Dich jemand gegen Deinen Willen berührt
oder Dich anders belästigt:
Trau Dich, laut „Nein“ zu sagen!

Feuer!

Wenn Du in der Öffentlichkeit von jemandem belästigt wirst,
schreie am besten laut: „Feuer!“

Viele Menschen reagieren nicht auf Hilfe-Schreie.
Sie denken:

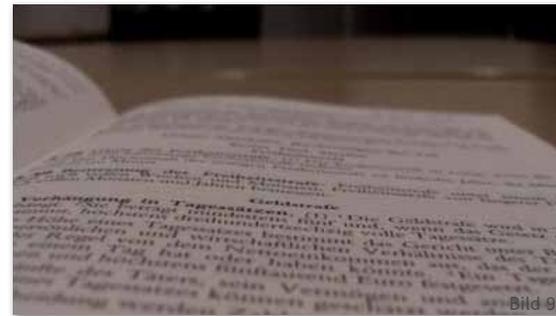
Da streiten sich zwei.

Da möchte ich mich
nicht einmischen.

Wenn jemand Feuer schreit,
gucken die Menschen.

Meistens flüchtet der Täter dann.

Jeder Mensch,
der einen anderen zu sexuellen Handlungen
oder zu Sex zwingt,
macht sich strafbar.
Man nennt das sexuellen Missbrauch.
Eine Person zu Sex zu zwingen,
nennt man auch **Vergewaltigung**.



Im Straf-Gesetz-Buch steht:
Sexueller Missbrauch
ist strafbar.

Manchmal werden Kinder
oder Jugendliche von Älteren
sexuell missbraucht.

In Deutschland passiert das jedes Jahr
ungefähr 15.000 Kindern und Jugendlichen.
Die **Dunkelziffer** ist aber vermutlich noch höher.
Viele Menschen trauen sich nicht zu sagen:
"Ich bin sexuell missbraucht worden."

Es ist ihnen peinlich.

Oft glauben sie:

Sie sind selbst schuld.

Daher schämen sie sich oft.

Deswegen zeigen sie den Täter
nicht bei der Polizei an.



Viele Opfer zeigen die Täter
nicht bei der Polizei an.

Der Täter kommt
ohne eine Strafe davon.
Schau Dir dazu
dieses [Video](#)⁷⁴ an:



Die meisten Menschen denken:
Sexueller Missbrauch findet statt,
wenn ein Menschen einen anderen Menschen
an den Geschlechtsorganen berührt.
Oder ihn zum Vaginal-Sex,
Oral-Sex
oder Anal-Sex zwingt.
Das alles ist sexueller Missbrauch.
Sexueller Missbrauch ist aber noch viel mehr.
Zum Beispiel:

- ✓ Jemanden gegen seinen Willen nackt fotografieren.
- ✓ Jemanden zwingen, einen Porno anzugucken.
- ✓ Jemanden zwingen, anderen beim Sex zu zugucken.
- ✓ Jemanden im Chat mit sexuellen Wörtern bedrängen und ihm Nacktfotos zu zuschicken.



Auch im Chat kann man
sexuell belästigt werden.

74) <http://tinyurl.com/3utuxh9>

Wichtig

Wichtig ist:
Nach jedem Fall von sexuellem Missbrauch
sollte das Opfer zur Polizei gehen.

Aufgaben



a) Was verstehst Du unter sexuellem Missbrauch?



c) Wie viele Kinder und Jugendliche werden jährlich Opfer von sexuellem Missbrauch?



b) Wer wird oft Opfer von sexuellem Missbrauch?



d) Warum gehen viele Opfer nicht zur Polizei?

Aufgaben



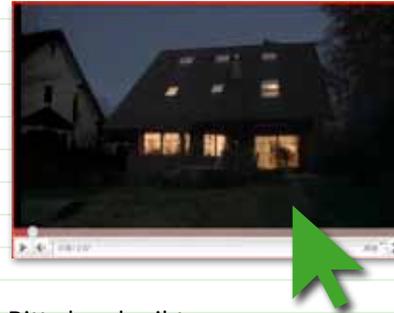
e) Bitte beschreibe:
Welche Rechte hast Du,
wenn es um Sexualität geht?



f) Was meinst Du?
Warum werden Kinder und Jugendliche
oft Opfer von sexuellem Missbrauch?
Bitte begründe Deine Meinung.



g) Bitte setzt Euch in Gruppen zusammen
und schaut Euch dieses [Video](#)⁷⁵ an:



Bitte beschreibt,
worum es in dem Video geht.
Bitte überlegt Euch,
warum der Junge in dem Video
seinen Eltern nichts erzählt hat.
Was würdest Du ihm raten?
Wie denkt Ihr,
kann man Kinder vor sexuellen Missbrauch schützen?
Bitte begründet Eure Meinung.

75) <http://www.youtube.com/watch?v=2uedvq-cA38>

6.2 Vergewaltigung

Vergewaltigung heißt:
Ein Mensch zwingt einen
anderen Menschen zum Vaginal-Sex,
Oral-Sex
oder Anal-Sex.

Meistens kommt es bei einer Vergewaltigung
auch zu körperlichen Verletzungen.



Bild 95

Oft kommt es
bei einer Vergewaltigung
auch zu körperlichen
Verletzungen.

Bei Vergewaltigungen sind Mädchen und Frauen
oft die Opfer.
Sie sind körperlich oft nicht so stark wie Männer
und können sich nicht so gut wehren.
Aber es gibt auch Männer,
die von Frauen oder Männern vergewaltigt werden.
Mehr dazu kannst Du [hier](#)⁷⁶ lesen.

76) <http://www.maennerschmerz.com/mannalsopfer.htm>

Die Opfer von einer Vergewaltigung
leiden oft sehr lange unter der Tat.
Sie haben psychische Störungen.
Psychische Störungen sind zum Beispiel:

- ✓ Depressionen
- ✓ Selbstmordgedanken
- ✓ Schlafstörungen
- ✓ Alpträume
- ✓ Panikattacken
- ✓ sexuelle Probleme
- ✓ Ess-Störungen

Die meisten Opfer können sich nicht selbst helfen.
Deswegen ist es wichtig,
sich Hilfe zu suchen.
In den meistens Städten gibt es
Beratungsstellen.
Dort können Opfer hingehen und sich helfen lassen.
Zum Beispiel zu pro familia.
[Hier](#)⁷⁷ kannst Du sehen,
wo es pro familia in Deiner Nähe gibt.



Bild 96

Auf der Seite von pro
familia kannst Du nach
Beratungs-Stellen
in Deiner Nähe suchen.

77) <http://www.profamilia.de/index.php?id=4>

Viele Opfer schämen sich.
Ihnen ist es peinlich,
mit jemandem über die Vergewaltigung zu sprechen.
Für sie ist es leichter,
wenn sie am Telefon mit jemandem reden können und ihren
Namen nicht sagen müssen.
In Deutschland gibt es Telefon-Nummern,
bei denen die Opfer **anonym** Hilfe bekommen.

Wichtig

Wichtig ist:
Das Opfer einer Vergewaltigung
sollte zur Polizei gehen.

Die Nummern sind zum Beispiel:

 [Die Nummer gegen Kummer](https://www.nummergegenkummer.de)⁷⁸
0800 – 1110333

 [Opfer-Telefon](https://www.weisser-ring.de/internet/opferhilfe/index.html)⁷⁹
116 006

 [Sprechen hilft](http://www.sprechen-hilft.de/)⁸⁰
0800 – 22 55 530



78) <https://www.nummergegenkummer.de/cms/website.php>

79) <https://www.weisser-ring.de/internet/opferhilfe/index.html>

80) <http://www.sprechen-hilft.de/>

Aufgaben



a) Was weißt Du über das Thema Vergewaltigung?



c) Wo können Opfer einer Vergewaltigung anrufen, um Hilfe zu bekommen?



b) Was meinst Du:
Was ist für die Opfer einer Vergewaltigung besonders schwierig?



d) Was meinst Du?
Wie sollte sich ein Opfer am besten verhalten, wenn es von einem Vergewaltiger angegriffen wird?
Bitte begründe Deine Meinung und diskutiere mit den anderen.

Aufgaben

- e) Warum denkst Du, ist es wichtig, dass die Opfer einer Vergewaltigung sich Hilfe suchen? Worauf sollten die Berater besonders achten? Was sind sinnvolle Fragen, die die Berater den Opfern stellen können? Bitte begründe Deine Meinung.

- f) Was denkst Du: Warum fällt es vielen Opfern leichter am Telefon über die Vergewaltigung zu sprechen? Bitte begründe Deine Meinung.

- g) Bitte setzt Euch in Gruppen zusammen und schaut Euch die ersten 3:36 Minuten von diesem [Video](#)⁸¹ an.



- Bitte beantwortet diese Fragen zu dem Video:
Was lernen die Frauen in dem Kurs?
Wie sollen die Frauen sich wehren, wenn sie zu Boden gedrückt werden?
Warum sollen die Frauen dem Angreifer auf die Ohren schlagen?
Was erzählt der Trainer über den Kurs?
Was berichten die Frauen über den Kurs?
Was denkt Ihr:
Ist es sinnvoll, dass Frauen Selbstverteidigungskurse besuchen?
Bitte begründet Eure Meinung.

81) <http://www.youtube.com/watch?v=I2O-TIAks1c>

Sex und
Zärtlichkeit

7. Ärzte und Beratungsstellen

7. Ärzte und Beratungsstellen [☺ S. 170](#)

7.1 Frauenarzt [☺ S. 170](#)

7.2 Männerarzt [☺ S. 175](#)

7.3 Beratungsstelle [☺ S. 181](#)

7. Ärzte und Beratungsstellen

Ärzte und Beratungsstellen sind die richtigen Ansprechpartner, wenn Du Fragen und Probleme rund um Deinen Körper hast. Aber auch wenn Du bei anderen Problemen nicht weiter weißt, können Dir Mitarbeiter von Beratungsstellen weiterhelfen.



Bei Fragen kann Dir ein Arzt oder eine Beratungs-Stelle weiterhelfen.

7.1 Frauenarzt

Der Frauenarzt ist ein Arzt extra für den weiblichen Körper. Der Frauenarzt heißt auch Gynäkologe. Zum Frauenarzt geht man nicht nur, wenn man krank ist. Auch in Sachen Verhütung und Sexualität ist der Frauenarzt der richtige Ansprechpartner.

Der Frauenarzt kann Deine Fragen in Sachen Verhütung beantworten.



Bild 76

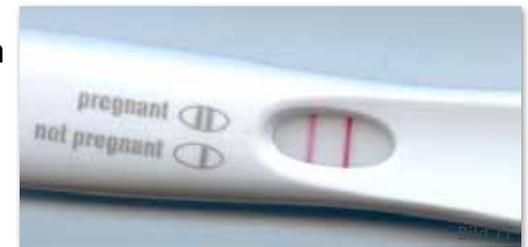
Wann ist es Zeit den Frauenarzt aufzusuchen?

Viele Mädchen gehen zum ersten Mal zum Frauenarzt, wenn sie die Pille oder ein anderes Verhütungsmittel brauchen.

Aber auch körperliche Beschwerden können Gründe für einen ersten Besuch beim Frauenarzt sein. Körperliche Beschwerden sind zum Beispiel:

- Unterleibs-Schmerzen
- mit 16 Jahren noch keine Regel
- Schmerzen in der Brust
- Brennen, Jucken oder Ausschlag im **Intimbereich**
- Schmerzen beim Sex
- Angst, schwanger zu sein

Wenn Du schwanger bist, solltest Du zum Frauenarzt gehen.



Spätestens wenn Du 20 Jahre alt bist,
solltest Du regelmäßig zum Frauenarzt gehen.
Regelmäßig heißt einmal im Jahr.
Das ist wichtig,
damit der Arzt gucken kann,
ob bei dir körperlich alles in Ordnung ist.

Bevor Du zum Frauenarzt gehst,
solltest Du Dir überlegen,
zu welchem Arzt Du gerne gehen möchtest.
Möchtest Du lieber zu einem Mann
oder zu einer Frau gehen.
Du kannst Deine Mutter, Deine Schwester
oder Freundinnen fragen,
ob sie Dir einen Arzt empfehlen können.
Oder Du guckst im [Telefonbuch](#)⁸²
oder im Internet,
wo es Frauenärzte in Deiner Nähe gibt.
Im Internet kannst Du
zum Beispiel [hier](#)⁸³ gucken.

Wichtig

Wichtig ist:

Du solltest Dich bei Deinem Arzt wohl fühlen.

Berät der Arzt gut?

Geht der Arzt auf Deine Fragen ein?

Nimmt der Arzt sich Zeit für Dich?

Erklärt er Dir gut, was er untersucht und rausfindet?

Wenn Du Dich bei Deinem ersten Besuch unwohl fühlst,
kannst Du Dir einen anderen Arzt suchen.

Das ist kein Problem

und Du bist niemandem Rechenschaft schuldig.

Wie die Untersuchung beim Frauenarzt abläuft,
kannst Du [hier](#)⁸⁴ lesen.

Die ganze Untersuchung dauert
nicht länger als fünf Minuten.

Ein guter Arzt erklärt Dir

bei der Untersuchung genau, was er macht.

Wenn Du während der Untersuchung Fragen
oder Schmerzen hast,

sollest Du den Arzt direkt ansprechen.

Je mehr Du weißt,

umso weniger Angst hast Du.

82) <http://www.dastelefonbuch.de/>

83) <http://www.frauenaerzte-im-netz.de/aerzte>

84) http://www.loveline.de/themen/?t=8_47_53

Aufgaben



a) Was ist ein Frauenarzt?



e) Was macht ein guter Arzt während der Untersuchung?



b) Kennst Du einen anderen Begriff für Frauenarzt?



f) Bitte erkläre Schritt für Schritt, wie eine Untersuchung beim Frauenarzt abläuft.



c) Wie oft sollte eine Frau ab dem 20. Lebensjahr zum Frauenarzt gehen?



d) Wo kann man einen Frauenarzt finden?

Aufgaben



g) Wie oft gehst Du zum Arzt?



j) Bitte setzt Euch in Gruppen zusammen.

Bitte überlegt Euch,

was für Euch bei einem Arzt wichtig ist.

Nach welchen Punkten sucht Ihr Euren Arzt aus.

Bitte begründet Eure Meinung.



h) Was meinst Du: Wann ist ein Arztbesuch sinnvoll?



i) Wie wichtig findest Du Vorsorgeuntersuchungen?

Bitte begründe Deine Meinungen.

Aufgaben



k) Suchsel:

Finde folgende Wörter:

FRAUENARZT – ANGST – UNTERSUCHUNG

BRUST – ABSTRICH – GESUNDHEIT – REGEL

Du findest die Wörter waagrecht
und senkrecht.



A	F	E	V	C	D	R	G	B	T	H	J	U	K	G
B	D	F	G	H	J	A	N	G	S	T	A	Q	W	E
S	E	F	B	T	H	J	K	O	I	U	Z	U	T	S
T	D	F	C	V	X	R	E	S	D	F	V	N	F	U
R	F	R	G	A	S	D	F	G	H	J	K	T	N	N
I	Q	A	Z	K	M	D	F	Z	F	S	D	E	J	D
C	W	U	L	B	R	U	S	T	R	F	C	R	H	H
H	D	E	P	R	Q	W	Q	T	G	V	V	S	N	E
T	A	N	O	H	W	S	G	H	B	N	B	U	M	I
T	C	A	J	R	E	C	E	M	N	H	N	C	I	T
G	V	R	N	R	E	G	E	L	J	Z	H	H	O	N
D	H	Z	V	H	G	D	E	D	K	U	Z	U	P	R
R	J	T	Y	C	B	G	D	V	M	O	G	N	L	G
T	M	V	B	T	H	T	Y	X	D	V	C	G	V	B



l) Wortschlangen:

Finde folgende Wörter in den Wortschlangen

FRAGEN – SCHMERZEN – INTERNET – SCHWESTER

T	Z	G
T	H	B
E	N	R
G	I	E
F	N	T

G	E	N
B	G	F
G	A	B
F	R	C
M	N	B

N	T	T
E	G	F
Z	G	F
R	E	M
S	C	H

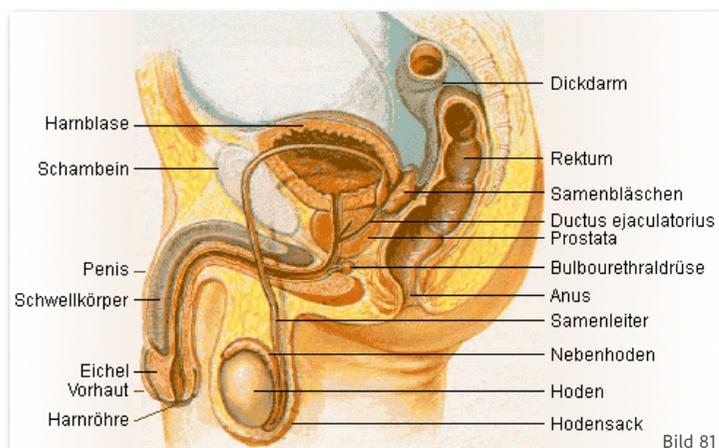
E	R	F
W	E	S
W	H	C
E	D	R
S	T	E

7.2 Männerarzt

Im Gegensatz zum Frauenarzt, ist der Urologe nicht nur für Männer da. Auch Frauen können zum Urologen gehen. Zum Beispiel wenn sie eine Blasenentzündung haben.

Wann ist es Zeit, als Mann den Urologen aufzusuchen?

Für Jungs gibt es hierfür kein bestimmtes Alter,



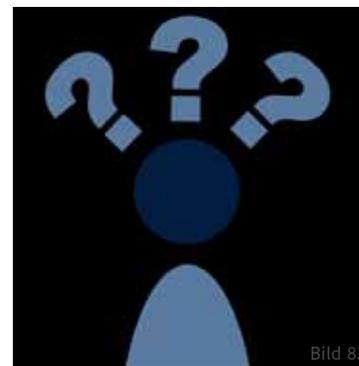
Bei Schmerzen an den Geschlechts-Organen ist der Urologe der richtige Ansprech-Partner.

Auf jeden Fall solltest Du zum Urologen gehen, wenn Du Beschwerden an den Geschlechtsorganen hast.

Beschwerden sind zum Beispiel:

- Schmerzen beim Wasserlassen
- Schmerzen beim Sex
- Veränderungen im Hoden
- Brennen und Jucken am Penis
- Ausschlag im Intimbereich

Bevor Du zum Urologen gehst, solltest Du Dir überlegen, zu welchem Arzt Du gerne gehen möchtest. Möchtest Du lieber zu einem Mann oder zu einer Frau gehen.



Möchtest Du einen Mann oder eine Frau als Arzt?

Du kannst im [Telefonbuch](#)⁸⁵ oder im Internet gucken, wo es Urologen in Deiner Nähe gibt. Im Internet kannst Du zum Beispiel [hier](#)⁸⁶ gucken.

Wichtig

Wichtig ist:
Du solltest Dich wohl bei Deinem Arzt fühlen.
Wenn Du Dich bei Deinem ersten Besuch unwohl fühlst, kannst Du Dir einen anderen Arzt suchen.
Das ist kein Problem und Du bist niemanden Rechenschaft schuldig.

85) <http://www.dastelefonbuch.de/>

86) <http://www.urologenportal.de/urologensuche.html>

Wie die Untersuchung beim Urologen abläuft,
kannst Du [hier](#)⁸⁷ lesen.

Die Untersuchung dauert meistens
nur ein paar Minuten.
Ein guter Arzt erklärt Dir,
was er bei der Untersuchung macht.
Wenn Du Fragen
oder Schmerzen während der Untersuchung hast,
sollest Du den Arzt direkt ansprechen.
Je mehr Du weißt,
umso weniger Angst hast Du.

87) <http://www.lovetour.at/urologen.htm>

Aufgaben



a) Was gibt es für Gründe, zum Urologen zu gehen?



b) Wie leicht würde es Dir fallen, zum Urologen zu gehen?



c) Fällt es Dir leicht, mit dem Arzt über intime Themen zu reden?

Aufgaben



d) Bitte erkläre Schritt für Schritt, wie eine Untersuchung beim Urologen abläuft.



f) Was meinst Du: Wann ist ein Arztbesuch sinnvoll?



e) Wie oft gehst Du zum Arzt?



g) Wie wichtig findest Du Vorsorgeuntersuchungen? Bitte begründe Deine Meinungen.

Aufgaben



h) Bitte erkläre,
warum es wichtig ist, zum Arzt zu gehen,
wenn man eine Geschlechtskrankheit hat.
Was kann passieren, wenn man nicht zum Arzt geht?
Was kann beim Sex passieren?
Bitte schreibe Deine Antworten auf.

Aufgaben



i) Suchsel:

Finde folgende Wörter:

UROLOGE – HODEN – BESCHWERDEN – AUSSCHLAG

JUCKEN – FRAGEN – FRAUEN

Du findest die Wörter waagrecht
und senkrecht.



A	U	S	S	C	H	L	A	G	D	G	B	Z	J	V
G	N	V	C	R	B	G	H	M	J	U	M	B	V	G
T	F	G	X	B	T	U	R	O	L	O	G	E	D	B
T	X	B	F	B	T	N	V	A	S	E	R	Z	N	U
R	H	S	F	V	B	Z	J	N	V	X	E	E	F	X
V	O	B	G	B	U	I	O	P	Z	T	R	N	R	M
T	D	A	S	J	U	C	K	E	N	Q	W	E	A	H
E	E	T	Z	U	I	O	P	L	K	J	H	G	G	D
D	N	A	S	D	F	G	H	J	K	I	U	Z	E	T
Q	W	E	R	F	G	H	J	U	Z	T	G	B	N	T
Y	X	F	R	A	U	E	N	V	F	B	H	M	H	N
H	A	S	D	R	G	T	H	U	N	X	C	C	B	R
Q	W	E	F	V	G	T	Z	H	N	B	V	G	T	H
B	E	S	C	H	W	E	R	D	E	N	G	J	K	L



j) Wortschlangen:

Finde folgende Wörter in den Wortschlangen

ARZT – UNTERSUCHUNG – EICHEL - ABSTRICH

C	H	U
U	U	N
S	R	G
U	E	E
N	T	R

H	I	I
C	E	I
Z	U	C
E	I	H
E	L	E

A	T	Z
R	Z	I
F	T	K
G	T	Z
T	A	R

S	R	T
A	B	H
R	S	H
D	T	C
G	R	I

7.3 Beratungsstellen

Eine Beratungsstelle ist eine Einrichtung, an die Du Dich wenden kannst, wenn Du Fragen oder Probleme hast. Zum Beispiel zu Sexualität oder Krankheiten. Die Beratung ist kostenlos und Du kannst **anonym** bleiben. Das heißt, Du musst nicht Deinen Namen sagen. Beratungsstellen haben außerdem eine Schweigepflicht.



Bild 84

Beratungs-Stellen unterliegen der Schweige-Pflicht.

Sie dürfen mit niemandem über Dein Problem reden. Du musst also keine Angst haben: Deine Eltern oder Andere werden nicht von Deinem Problem erfahren.



Bild 85

Nicht mit jedem Problem geht man zu einer Beratungs-Stelle.

Warum geht man zu einer Beratungsstelle?

Nicht jedes Problem, das Du hast, erfordert den Gang zu einer Beratungsstelle. Meistens sprichst Du mit Freunden oder Deinen Eltern und Ihr findet zusammen eine Lösung für Dein Problem. Zum Beispiel bei Liebeskummer.

Menschen,
die zu einer Beratungsstelle gehen,
haben verschiedene Gründe dafür.
Viele haben ein Problem,
über das sie nicht mit Menschen
in ihrem Umfeld reden wollen.
Ihnen ist ihr Problem peinlich.
Ein Problem kann zum Beispiel sein,
wenn eine Frau von einem **One-Night-Stand** schwanger ist.
Andere Gründe,
warum Menschen zu einer Beratungsstelle gehen,
sind zum Beispiel:

- Freunde und Familie
können ihnen nicht weiterhelfen
- sie möchten eine professionelle Beratung
- sie haben keinen,
mit dem sie reden können
- sie sehen keinen Ausweg mehr aus ihrer Situation.

Bei einer Beratungsstelle arbeiten Menschen,
die Dir professionell helfen können.
Sie kennen sich mit Deinem Problem aus
und können Dich unterstützen.
Die Menschen,
die in einer Beratungsstelle arbeiten sind:

- Sozialarbeiter oder
- Pädagogen oder
- Psychologen oder
- Mediziner

88) <http://www.gib-aids-keine-chance.de/beratung/index.php>

89) http://www.rainbowline.ch/neueSite/LesBiSchwulTrans_Beratung.html

90) <http://www.drobs-dortmund.de/>

91) http://www.zartbitter.de/content/index_ger.html

Welche Beratungsstelle ist die richtige?

In Deutschland gibt es sehr viele Beratungsstellen.
Zu welcher Beratungsstelle Du gehst,
hängt von Deinem Problem ab.
Die meisten Beratungsstellen haben eine
bestimmte Ausrichtung.
Das heißt:
Sie beschäftigen sich mit bestimmten Problemen.
Themenbereiche einer Beratungsstelle
sind zum Beispiel:

- **Aids**⁸⁸
- **Homosexualität**⁸⁹
- **Drogen**⁹⁰
- **Sexualisierte Gewalt**⁹¹
- **Schulden**⁹²
- **Eheprobleme**⁹³
- **Schwangerschaft**⁹⁴



Bild 87



Bild 86

Auf den Seiten kannst Du Dich über die verschiedenen
Themen informieren.

Bevor Du zu einer Beratungsstelle gehst,
kannst Du Dich telefonisch erkundigen,
ob Du bei der Beratungsstelle richtig bist.
Und Du kannst einen Termin
für ein Gespräch vereinbaren.



Bild 88

Telefonisch
kannst Du
einen Termin
vereinbaren.

Auf dieser **Seite**⁹⁵ kannst Du die passende Beratungsstelle
in Deiner Nähe finden.

92) <http://www.meine-schulden.de/schuldnerberatung>

93) <http://www.paarberatung-dortmund.de/?gclid=CPeGmNutyagCFU2GzAodY3U0oQ>

94) <http://www.profamilia.de/>

95) <http://www.dajeb.de/suchmask.php>

Aufgaben



a) Wann geht man zu einer Beratungsstelle?



d) Bitte suche im Internet drei Beratungsstellen in Deiner Nähe zu dem Thema „Liebe und Sex“.
Schreibe bitte auf,
welche Ausrichtung die Beratungsstellen haben.



b) Was für Leute arbeiten bei einer Beratungsstelle?



e) Bitte überlege Dir Probleme,
mit denen Menschen eine Beratungsstelle aufsuchen könnten.
Zu welcher Beratungsstelle müssten sie mit dem Problem gehen?
Schreibe sie bitte auf
und stelle Deine Ideen den anderen vor.

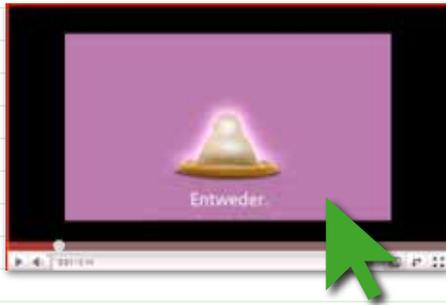


c) Was heißt es,
dass man **anonym** bleibt?

Aufgaben



- f) Eine bekannte Beratungsstelle ist „Pro Familia“.
Bitte guckt Euch dieses [Video](#)⁹⁶ von „Pro Familia“ an.



Setzt Euch bitte in Gruppen zusammen
und beantwortet die Fragen.

Stellt Eure Ergebnisse bitte den Anderen vor.

Was denkt Ihr ist die Ausrichtung von Pro Familia?

Was für Probleme haben Menschen,
die sich an Pro Familia wenden?

96) <http://www.youtube.com/watch?v=w5YryeP0EIU>

Aufgaben



j) Suchsel:

Finde folgende Wörter:

PROBLEM – AIDS – AUSRICHTUNG – NAME

ELTERN – HILFE – EINRICHTUNG

Du findest die Wörter waagrecht
und senkrecht.



A	F	G	R	F	B	G	H	Z	T	G	D	C	X	D
G	E	I	N	R	I	C	H	T	U	N	G	G	V	G
S	R	B	N	N	G	T	H	A	S	D	F	G	H	J
Q	W	E	R	T	Z	U	I	K	J	H	G	F	D	S
E	A	R	A	U	S	R	I	C	H	T	U	N	G	G
K	I	L	K	H	F	E	R	T	Z	H	V	C	S	E
T	D	Q	W	E	D	F	V	B	N	M	J	Z	H	H
G	S	F	H	I	L	F	E	K	O	I	K	H	E	D
Z	F	E	D	B	H	J	M	B	H	N	J	T	L	T
F	A	Q	W	E	R	F	G	V	B	A	H	N	T	T
G	Q	W	E	D	F	V	B	N	M	M	G	H	E	H
P	L	K	I	U	J	G	T	U	J	E	Z	Z	R	Z
Q	W	P	R	O	B	L	E	M	T	Z	U	I	N	N
Q	W	D	V	B	C	R	G	H	N	M	K	U	H	G



k) Wortschlangen:

Finde folgende Wörter in den Wortschlangen

MEDIZINER – DROGEN – FREUNDE – SCHULDEN

F	G	H	R	M	E	N	N	D	S	T	N
V	N	U	R	E	D	U	U	E	D	G	E
G	E	J	F	R	I	R	E	H	C	S	D
O	N	E	R	E	Z	F	Z	N	H	C	L
R	D	R	E	N	I	R	F	M	N	H	U

Aufgaben

Die Themen Liebe, Sex und Zärtlichkeit sind sehr spannend und vielseitig. Es lohnt sich, darüber ins Gespräch zu kommen. Und es gibt ganz unterschiedliche Meinungen dazu. Daher haben wir Dir hier einige Fragen und Aufgaben zusammengestellt, bei denen ein Austausch mit anderen sicher interessant ist.

Viel Spaß beim Beantworten!

Aufgaben



1. Mein Traum-Partner

Methodenvorschlag: Die Aufgabe kann als Diskussionsimpuls über Beziehungen dienen. Nachdem die Gruppen ihre Ergebnisse vorgestellt haben, können Sie gemeinsam überlegen, wo es Unterschiede zwischen Frauen und Männern gibt. Was ist Frauen wichtig?
Was ist Männern wichtig?

Bitte teilt Eure Gruppe in Frauen und Männer auf und beantwortet die Fragen.

Stellt Eure Ergebnisse den anderen vor.

Stellt Euch Eure Traumfrau oder Euren Traummann vor.

Tragt Eure Ideen unten ein.

Stellt Eure Ergebnisse den anderen vor.

Aufgaben

MEIN TRAUMMANN

Darüber sollte ich
mit meinem Partner reden können...

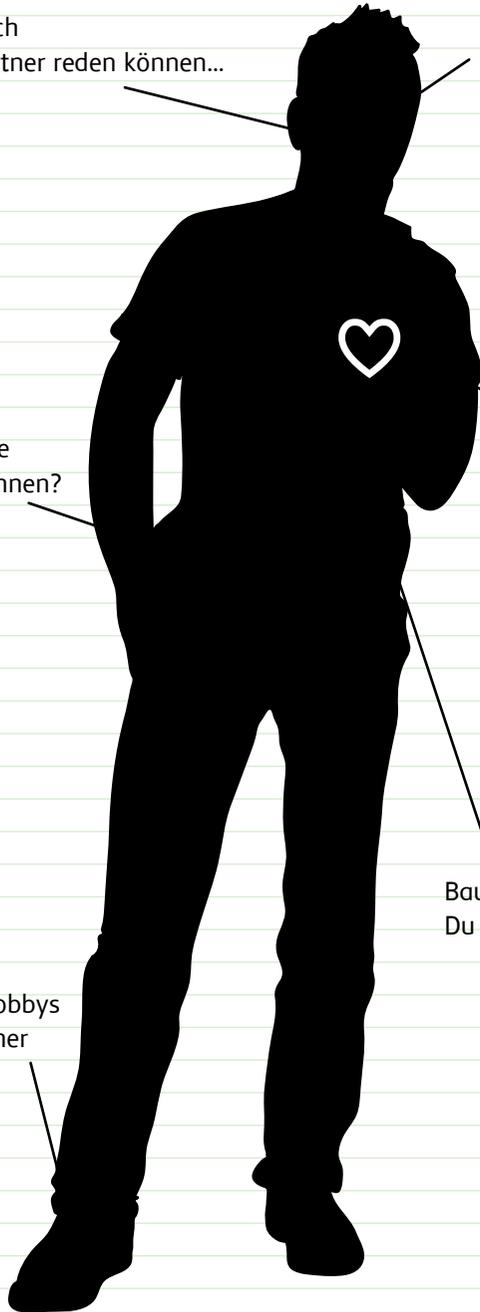
Kopf: Was sollte
Dein Partner im Kopf haben?

Hand: Was sollte
Dein Partner können?

Herz: Welche Charakter-
eigenschaften sollte
Dein Partner haben?

Bauch: Worauf achtest
Du bei Look, Style und Körper?

Füße: Welche Hobbys
sollte Dein Partner
haben?



MEINE TRAUMFRAU

Darüber sollte ich
mit meinem Partner reden können...

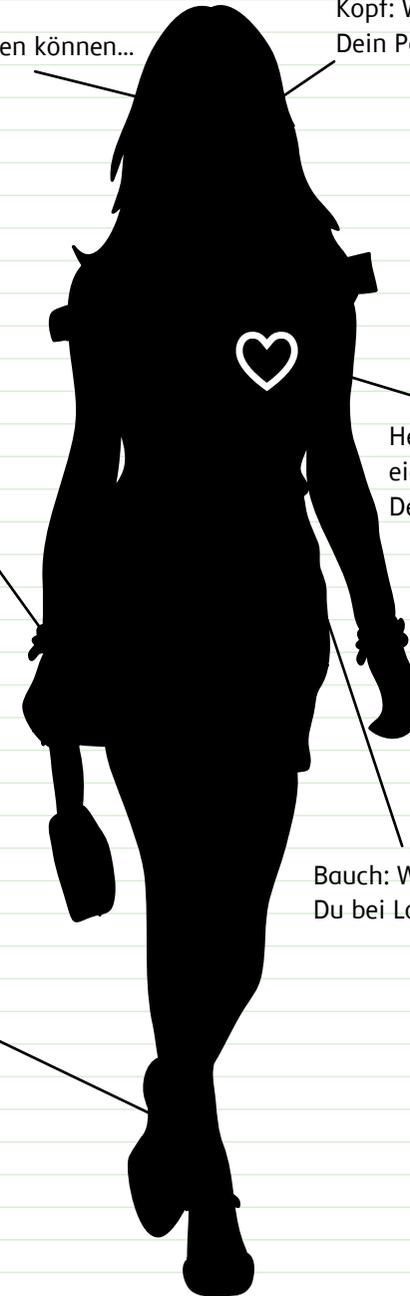
Kopf: Was sollte
Dein Partner im Kopf haben?

Hand: Was sollte
Dein Partner können?

Herz: Welche Charakter-
eigenschaften sollte
Dein Partner haben?

Bauch: Worauf achtest
Du bei Look, Style und Körper?

Füße: Welche Hobbys
sollte Dein Partner
haben?



Aufgaben



3. Liebes-Lotto

Methodenvorschlag: Nachdem jeder einzelne Lernende die Aufgabe für sich gelöst hat, können Sie zusammen die Ergebnisse sammeln. Stellen Sie zur Diskussion, warum einige Eigenschaften öfter genannt werden als andere. Beantworten Frauen und Männer die Fragen anders? Welche Eigenschaften werden besonders häufig genannt? Welche spielen keine Rolle?

Bitte schaue Dir die 49 Eigenschaften genau an.
Überlege Dir, welche Eigenschaften Dir bei Deinem Partner wichtig sind.
Kreuze bitte genau sechs an.

<input type="checkbox"/> humorvoll	<input type="checkbox"/> hilfsbereit	<input type="checkbox"/> schlau
<input type="checkbox"/> optimistisch	<input type="checkbox"/> geduldig	<input type="checkbox"/> kinderlieb
<input type="checkbox"/> treu	<input type="checkbox"/> lustig	<input type="checkbox"/> tolerant
<input type="checkbox"/> verständnisvoll	<input type="checkbox"/> mutig	<input type="checkbox"/> ehrlich
<input type="checkbox"/> interessiert	<input type="checkbox"/> lieb	<input type="checkbox"/> offen
<input type="checkbox"/> verlässlich	<input type="checkbox"/> attraktiv	<input type="checkbox"/> zuvorkommend
<input type="checkbox"/> höflich	<input type="checkbox"/> kompromissbereit	<input type="checkbox"/> einfühlsam
<input type="checkbox"/> tüchtig	<input type="checkbox"/> unabhängig	<input type="checkbox"/> selbstständig
<input type="checkbox"/> fleißig	<input type="checkbox"/> ruhig	<input type="checkbox"/> erfolgreich
<input type="checkbox"/> fordernd	<input type="checkbox"/> älter	<input type="checkbox"/> jünger
<input type="checkbox"/> dünn	<input type="checkbox"/> lebhaft	<input type="checkbox"/> stark
<input type="checkbox"/> sexy	<input type="checkbox"/> selbstbewusst	<input type="checkbox"/> zielstrebig
<input type="checkbox"/> tierlieb	<input type="checkbox"/> schweigsam	<input type="checkbox"/> gutaussehend
<input type="checkbox"/> gutherzig	<input type="checkbox"/> bescheiden	<input type="checkbox"/> freundlich
<input type="checkbox"/> aufrichtig	<input type="checkbox"/> großzügig	<input type="checkbox"/> gepflegt
<input type="checkbox"/> aufmerksam	<input type="checkbox"/> zärtlich	<input type="checkbox"/> spontan
<input type="checkbox"/> intelligent		

Aufgaben



4. Deine Einstellung zu Liebe, Sex und Zärtlichkeit

Methodenvorschlag: Schneiden Sie die Fragekärtchen aus, sodass keine Frage doppelt beantwortet werden kann. Jede Gruppe darf sich drei Fragen (oder wie es von der Anzahl am besten passt) aussuchen und beantworten. Die Vorstellung der Ergebnisse erfolgt in der Großgruppe und kann als Gesprächsimpuls dienen.

Bitte teilt Euch in Gruppen auf.
Schaut Euch die verschiedenen Fragen an
und sucht Euch drei aus,
die Ihr beantworten wollt.
Stellt Eure Ergebnisse den anderen vor.

Aufgaben

Sollten Männer auch über Gefühle reden?	Welche Umgebung findest Du ideal für Sex?	Kann man sich beim Chatten verlieben?	Was macht Dich eifersüchtig?	Was geht beim Sex für Dich gar nicht?	Hast Du schon Mal einen Liebesbrief geschrieben?
Sollte man direkt beim ersten Date knutschen?	Wie viele Sex-Partner sollte man in seinem Leben insgesamt haben?	Hast Du Angst vor HIV?	Wie oft kann ein Mann am Tag Sex haben?	Welchen Star findest Du supersexy?	Wie findest Du Prostitution?
Was hältst Du von Pornos?	Geht Sex ohne Liebe?	Ist Aussehen wichtiger als Charakter?	Was ist die fairste Art, mit Deinem Partner Schluss zu machen?	Mit wem redest Du über Sex?	Wer sollte beim Sex oben liegen?
Sollten Männer mit ihren Freundinnen angeben?	Heiraten – ist das noch in?	Kann man einem ansehen, wenn man Sex hatte?	Wann fängt für Dich Fremdgehen an?	Ist Verhütung Männer- oder Frauensache?	Was macht eine Liebesbeziehung für Dich aus?
Kann man Schwule und Lesben am Aussehen erkennen?	Welches Wort aus der Sexuelsprache gefällt Dir richtig gut?	Was ist für Dich ein richtig blöder Anmachspruch?	Wie würdest Du gerne angemacht werden?	Wie würdest Du reagieren, wenn Dein bester Freund/Deine beste Freundin sich als homosexuell outet?	Wie viel Erfahrung im Bett sollte Dein Partner haben?
Wenn man zusammen ist, wie lange sollte man warten bevor man zusammen zieht?	Wer sollte den ersten Schritt machen – der Mann oder die Frau?	Dein One-Night-Stand endet mit einer Schwangerschaft. Was tust Du?	Was hältst Du von One-Night-Stands?	Wie ist es, verliebt zu sein?	Was wäre, wenn Du Dich in einen Außenseiter verlieben würdest?

Aufgaben



5. Was tust du, wenn...?

Methodenvorschlag: Erörtern Sie in der Kursgruppe die unten stehenden kniffligen Situationen. Jede Gruppe sucht sich eine Situation aus und beantwortet die Frage. Bei der Vorstellung der Ergebnisse können Sie zu Diskussionen anregen.

Bitte setzt Euch in Gruppen zusammen.

Lest Euch die verschiedenen Situationen durch.

Bitte sucht Euch eine Situation aus und beantwortet die Frage.

Stellt Eure Ergebnisse den anderen vor.

1. Stell Dir vor, Du bist auf einer Party.

Du hast eine interessante Frau

oder einen cool aussehenden Mann entdeckt.

Ihr habt Euch auch schon mal angeschaut.

Du würdest gerne Kontakt aufnehmen,

bist aber ein bisschen schüchtern.

Was könntest Du tun?

Aufgaben

2. Du möchtest mit Deiner Freundin oder Deinem Freund intim werden. Zuhause wird es schwierig, weil Deine Eltern sehr neugierig sind. Wo könntet Ihr stattdessen hingehen?

3. Eine Frau hat sich von ihrem Freund getrennt. Da hört sie von anderen, dass er intime Fotos von ihr ins Internet gestellt hat. Was könnte sie tun?

Aufgaben

4. Stell Dir vor, ein Paar ist gerade erst zusammen gekommen.

Sie treffen sich bei ihr.

Beim Fernsehen fangen sie an zu knutschen.

Es geht immer mehr zur Sache.

Ihr wird klar, was er will.

Sie will aber nicht mit ihm schlafen,

weil ihr das noch zu früh ist.

Gleichzeitig hat sie Angst,

wenn sie nun „Nein“ sagt,

ihn zu verlieren.

Was soll sie machen?

5. Ein Mädchen hat ihren Traumtyp gefunden.

Sie würde gerne mit ihm intim werden.

Aber sie hat Angst,

dass er vor seinen Freunden

mit ihren gemeinsamen Stunden

angeben will und alles rumerzählt.

Sie will nicht als Schlampe dastehen.

Was könnte sie tun?

Aufgaben

6. Deine 13-jährige Schwester erzählt Dir,
dass sie jemanden im Chat kennen gelernt hat.
Sie will ihn treffen.
Was denkst Du dazu?
Und was würdest Du ihr raten?

7. Ein Mann hat sich total in eine Frau verliebt.
Bei einer Party traut er sich das erste Mal, sie anzusprechen.
Sie reden lange miteinander.
Er ist aber total betrunken.
Er kann sich am nächsten Tag
nicht mehr richtig an das Gespräch erinnern.
Er vermutet, dass er ziemlichen Mist erzählt hat.
Er ruft sie an und sie ist total sauer.
Wie kann er die Situation gerade biegen?

Aufgaben

8. Du wachst morgens auf und bist überrascht.
Denn du liegst bei jemand anderem im Bett.
Du kannst Dich nicht richtig an die letzte Nacht erinnern.
Und Du weißt so gut wie nichts über die andere Person.
Wie kannst Du die Situation auffangen?

Aufgaben



6. Talkshow

Methodenvorschlag: Bei der Präsentation der Gruppe können Sie das Publikum aktiv in laufende Diskussionen mit einbeziehen. Achten Sie darauf, dass die Gruppen sich nur Sachthemen aussuchen, damit die einzelnen Teilnehmer bei „peinlichen“ Themen ihre Intimsphäre wahren können und nicht bloßgestellt werden.

Bitte teilt Euch in zwei Gruppen auf.

Bitte überlegt Euch zusammen ein Thema, zu dem Ihr eine Talkshow machen wollt.

Es sollte um ein Thema aus dem Bereich „Liebe, Sex und Zärtlichkeit“ gehen.

Wählt einen aus Eurer Gruppe aus, der den Moderator spielt.

Fünf andere spielen die Gäste.

Stellt bitte ein paar Fragen zu Eurem Thema zusammen, über die die Gäste diskutieren können.

Setzt Euch vorne zusammen und spielt Eure Talkshow den anderen vor.

Wie finden die anderen Eure Show?

Was hat ihnen gefallen?

Was war nervig?

Aufgaben



7. Begriffe erklären

Methodenvorschlag: Diese Aufgabe können Sie als Denk- und Schreibübung nutzen. Welche Assoziationen haben die Lerner? Welche Begriffe werden besonders häufig gewählt? Wie stark unterscheiden sich die Ideen von den Begriffen?

Bitte bildet kleine Gruppen.

Sucht Euch aus den rechts stehenden Begriffen zwei aus.

Was fällt Euch zu Euren Worten ein?

Bitte schreibt zu jedem Begriff fünf Ideen auf.

Sexmonster

Tampon

Zungenkuss

Aids

Heiratsantrag

Reizwäsche

Vorspiel

Erogene Zone

Kondom

Petting

Anmache

Das erste Mal

One-Night-Stand

Penisgröße

Knutschfleck

große Brüste

Verehrer

Porno

Selbstbefriedigung

Oral-Verkehr

Flirten

Sex-Spielzeug

Sex-Shop

Romantik

Striptease

Viagra

Kondomautomat

Blümchen-Sex

Brustbehaarung

Sex im Freien

Sexualekundeunterricht

Knackarsch

Ex-Freund

Sixpack-Bauch

Pille

„Ich kann immer!“

Aufgaben



8. Typisch Frau, typisch Mann

Methodenvorschlag: Sie können diese Aufgabe auf Plakaten bearbeiten lassen. Teilen Sie Zeitungen und Zeitschriften aus und lassen sie die Lernenden typische Gegenstände für Frauen und Männer ausschneiden und auf das Plakat kleben. Die Plakate können von jeder Gruppe vorgestellt werden. Die Aufgabe eignet sich auch für Gruppen, in denen zwischen Mädchen und Jungen Kommunikationsschwierigkeiten herrschen. Welche Geschlechterstereotypen herrschen vor? Welche Gegenstände werden übereinstimmend als „typisch Mann“ oder „typisch Frau“ klassifiziert? Wie kommt es zu diesen Zuordnungen?

Bitte setzt Euch zu zweit zusammen und überlegt Euch zusammen vier Gegenstände, die „typisch Mann“ oder „typisch Frau“ sind. Bitte erklärt kurz, warum eure Gegenstände männer- oder frauentypisch sind. Schreibt Eure Ideen auf. Bitte vergleicht Eurer Ergebnis mit den anderen.



9. Das erste Treffen

Methodenvorschlag: Nach der Vorstellung der Ergebnisse können Sie mit der gesamten Gruppe überlegen, wo es Gemeinsamkeiten bzw. Unterschiede bei den Fragen der Frauen und Männer gibt. Worauf achten Frauen beim ersten Treffen? Worauf achten Männer beim ersten Treffen? Hier können gegenseitige Lerneffekte angestoßen werden.

Bitte teilt Eure Gruppe in Männer und Frauen auf. Jede Gruppe überlegt sich zusammen fünf Fragen, die das erste Treffen mit dem Schwarm betreffen. Welche Fragen würdet Ihr Eurem Schwarm beim ersten Treffen stellen? Was wollt ihr auf jeden Fall vom Schwarm wissen? Wenn Ihr fertig seid, stellt Eure Fragen der anderen Gruppe und umgekehrt. Wenn Ihr die Antworten der Frauen und der Männer vergleicht: Wie viele Übereinstimmungen gibt es? Welche Fragen findet Ihr besonders gut?

Typisch Mann	Typisch Frau
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.

Aufgaben



10. Heiratsantrag

Methodenvorschlag: Sprechen Sie mit der Gruppe zunächst über das Heiraten an sich – ob die Teilnehmer sich für die Zukunft ein Leben in einer Ehe vorstellen können, ob sie aus ihrem Familien- oder Bekanntenkreis Beispiele von langfristig funktionierenden Beziehungen kennen oder ob sie ein Zusammenleben ohne Heirat besser finden. Im Anschluss an die Aufgaben können Sie mit den Teilnehmern reflektieren, was ihnen bei der Aufgabebearbeitung leicht bzw. schwer fiel und ob sie genaue Vorstellungen darüber haben, wer wie einen Antrag zu machen hätte.

Überlege für Dich:

Du bist mit Deinem Freund / Deiner Freundin

schon lange genug zusammen

und möchtest ihm / ihr jetzt einen Heiratsantrag machen.

Wie könntest Du das machen?

Welchen Ort würdest Du wählen?

Was würdest Du sagen?

Was würdest Du tun,

damit Dein Partner den Antrag auch ganz bestimmt annimmt?

Schreibe Deine Ideen auf.

Berichtet einander von Euren Ideen.

Wer hat den romantischsten Vorschlag?

Welche ist die originellste Idee?



11. Weitere Aufgaben und Denkanstöße

Hier findest Du zu einigen Kapiteln zusätzliche Aufgaben und Denkanstöße.



Kapitel 1.2

a) Zwei Jungs haben im Internet ein Video über die dümmsten Anmachsprüche zusammen gestellt. Ihr findet es [hier](#)⁹⁷.

Bitte teilt Eure Gruppen nach Männern und Frauen auf und seht Euch das Video an.

Welche Sprüche findet Ihr besonders schlecht?

Welche findet Ihr witzig?

Bitte überlegt euch zusammen jeweils drei gute und drei schlechte Anmachsprüche und schreibt sie auf.

Bitte stellt sie der anderen Gruppe vor.

97) http://www.youtube.com/watch?v=ytInGY2B_5A

Aufgaben



b) Bitte teilt Eure Gruppe nach Männern und Frauen auf und seht Euch dieses [Video](#)⁹⁸ an.
Was haltet Ihr von den Anmachstrategien?
Welche Tipps würdet Ihr Sulaiman geben?



d) Bitte teilt eure Gruppe nach Frauen und Männern auf.
Bitte vergleicht einen Flirt im Alltag und einen Flirt im Internet?
Wo liegen die Vorteile beim Internetflirt?
Wo liegen die Nachteile beim Internetflirt?
Was meint Ihr?
Flirten Menschen im Internet und im Alltag gleich?
Wo liegen die Unterschiede?
Meint Ihr, Facebook trägt dazu bei,
dass mehr Menschen sich verlieben und zusammenkommen?



c) Bitte setzt Euch in Gruppen zusammen.
Diskutiert darüber,
was gute Anmachsprüche und was schlechte Anmachsprüche sind.
Bitte begründet Eure Meinung
und stellt sie den anderen vor.

98) <http://www.youtube.com/watch?v=TAezHABx4FM>

Aufgaben



Kapitel 2

g) Bitte teilt Eure Gruppe nach Frauen und Männern auf.
Überlegt Euch bitte, ab wann für Euch Fremdgehen beginnt?
Wie bewertet Ihr es,
wenn der Partner betrunken mit einer anderen Person rumknutscht?
Bitte sammelt Eure Meinungen und stellt sie der anderen Gruppe vor.



h) Bitte teilt Eure Gruppe nach Frauen und Männern auf.
Bitte überlegt Euch, wie man dem besten Freund oder der besten Freundin helfen kann,
wenn man das Gefühl hat,
dass die Person in der Beziehung unglücklich ist.
Sollte man Tipps geben?
Sollte man sich raushalten?
Wie stark darf man sich einmischen und seine Meinung sagen?
Was geht gar nicht?
Bitte sammelt Eure Ideen und stellt sie der anderen Gruppe vor.

Aufgaben



i) Bitte teilt Eure Gruppe nach Frauen und Männer auf.

Diskutiert in Euren Gruppen:

Wie wichtig ist das erste Mal?

Was passiert, wenn es nicht so gut läuft?

Bitte stellt Eure Ergebnisse der anderen Gruppe vor.

Welche Unterschiede gibt es bei den Antworten der beiden Gruppen?



Kapitel 2.2.2

j) Bitte teilt Eure Gruppe nach Frauen und Männern auf.

Bitte überlegt Euch in Eurer Gruppe Antworten auf diese Fragen:

Was haltet Ihr von Sexspielzeug?

Macht es Spaß?

Nervt es?

Oder findet Ihr sowas unnormal?

Bitte erläutert Eure Antwort und stellt sie der anderen Gruppe vor.

Aufgaben



k) Bitte teilt Eure Gruppe in Frauen und Männer auf.

Für die Männer: Bitte seht Euch die Sex-Tipps aus den beiden Frauenzeitschriften [Glamour](#)⁹⁹ und [Jolie](#)¹⁰⁰ an.

Für die Frauen: Bitte seht Euch die Sex-Tipps aus den beiden Männerzeitschriften [Mens Health](#)¹⁰¹ und [GQ](#)¹⁰² an.

Was haltet Ihr von den Sex-Tipps in den Zeitschriften?

Wie interessant findet Ihr die Themen?

Wie hilfreich sind die Tipps?

Was meint Ihr?

Sind die Themen, die besprochen werden, tatsächlich die Themen, die Männer und Frauen am meisten interessieren?

Welche Unterschiede seht Ihr, wenn Ihr die Sex-Themen in den Frauen- und Männerzeitschriften vergleicht?

Wenn ihr die vier Seiten von [Glamour](#)¹⁰³, [Jolie](#)¹⁰⁴, [Mens Health](#)¹⁰⁵ und [GQ](#)¹⁰⁶ vergleicht, welche gefällt Euch am besten?

Bitte begründet Eure Meinung.



Kapitel 6.2

l) Bitte schau Dir auf dieser [Seite](#)¹⁰⁷ die Spots für Frauen und Männern an.

Wie findest Du die Spots?

Was denkst Du:

Helfen sie dabei,

dass die Opfer mit einer Person über ihr Problem sprechen?

99) <http://www.glamour.de/liebe/sex-tipps>

100) <http://www.jolie.de/liebe-sex-605.html>

101) <http://www.menshealth.de/sex.30.htm>

102) <http://www.gq-magazin.de/articlesbytag/Sextipps/0/>

103) <http://www.glamour.de/liebe/sex-tipps>

104) <http://www.jolie.de/liebe-sex-605.html>

105) <http://www.menshealth.de/sex.30.htm>

106) <http://www.gq-magazin.de/articlesbytag/Sextipps/0/>

107) <http://www.sprechen-hilft.de>

Quiz

- A
- B
- C

Bitte beantworte die Fragen.
Es ist immer nur eine Antwort richtig.

1

Was heißt sexuelle Orientierung?

- a) auf welches Geschlecht Du stehst
 b) was Du beim Sex magst
 c) wo Du am liebsten Sex hast
 d) wie Du Sex findest

2

Was bedeutet hetero?

- a) gleich
 b) anders
 c) unterschiedlich
 d) verschieden

3

Was war früher verboten?

- a) Heterosexualität
 b) eine sexuelle Orientierung zu haben
 c) Homosexualität
 d) keine sexuelle Orientierung zu haben

4

Was heißt Homosexualität?

- a) Männer mögen Männer
 b) Männer mögen Frauen
 c) Frauen mögen Männer
 d) Männer mögen Männer und Frauen

5 **Was gibt es in vielen Städten für Schwule und Lesben?**

- a) Coming-In-Gruppen
- b) Coming-Out-Gruppen
- c) Coming-At-Gruppen
- d) Coming-To-Gruppen

6 **Was ist für viele Menschen wichtig in einer Beziehung?**

- a) Eifersucht
- b) Liebe
- c) Versöhnung
- d) Streit

7 **Was ist ein Beziehungs-Killer?**

- a) Liebe
- b) Ehrlichkeit
- c) Gewalt
- d) Treue

8 **Was gehört zu jeder Beziehung dazu?**

- a) Gewalt
- b) Streit
- c) Hass
- d) Fremdgehen

9 **Was solltest Du bei Liebeskummer machen?**

- a) Deinem Ex aus dem Weg gehen
- b) Deinem Ex zu einem Treffen überreden
- c) Dich viel mit Deinem Ex beschäftigen
- d) Deinen Ex hinterher laufen

10 **Was kann Liebeskummer leichter machen?**

- a) wenn Du Dir Fotos von Deinem Ex anguckst
- b) wenn Du viel mit Deinen Freunden redest
- c) wenn Du viel alleine bist
- d) wenn Du Dich mit Deinem Ex triffst

11 **Woraus besteht die Brust bei einer Frau?**

- a) Milchdrüsen und Fettgewebe
- b) Haut und Knochen
- c) Haut und Fett
- d) Haut und Milch

12 **Was ist eine erogene Zone?**

- a) Stellen am Körper, die keine Geschlechtsorgane sind
- b) Stellen am Körper, die bei einer Berührung die Frau oder den Mann sexuell erregen können
- c) Stellen am Körper, die Frauen bei Männern sexy finden
- d) Stellen am Körper, die Männer bei Frauen sexy finden

13 **Was ist ein äußeres Geschlechts-Organ bei einer Frau?**

- a) Gebärmutter
- b) Brust
- c) große Schamlippen
- d) Eierstock

14 **Wie heißt es, wenn die Schamhaare rasiert sind?**

- a) Körper-Rasur
- b) Geschlechts-Rasur
- c) Intim-Rasur
- d) Gesichts-Rasur

15 **Wo liegt der Kitzler?**

- a) zwischen den kleinen Schamlippen
- b) vor der Gebärmutter
- c) zwischen den großen Schamlippen
- d) in der Scheide

16 **Was kannst Du Dir eine Scheide vorstellen?**

- a) wie eine Birne
- b) wie ein Schlauch
- c) wie eine Pflaume
- d) wie ein rundes Loch

17 **Wo wächst das Baby im Körper einer Frau?**

- a) im Eierstock
- b) in der Scheide
- c) in der Gebärmutter
- d) im Gebärmutterhals

18 **Wie viele Eierstöcke hat eine Frau?**

- a) einen
- b) zwei
- c) drei
- d) vier

19 **Wie heißt die Spitze des Penis?**

- a) Eichel
- b) Penis-Spitze
- c) Penis-Wurzel
- d) Prostata

20 **Was ist über der Eichel?**

- a) die Vorkappe
- b) die Überhaut
- c) die Vorhaut
- d) die Geschlechts-Haut

21 **Wann wird der Penis steif?**

- a) wenn Samen in ihn fließt
- b) wenn Blut in ihn fließt
- c) wenn Sperma in ihn fließt
- d) wenn Sekret in ihn fließt

22 **Wo befindet sich der Hodensack?**

- a) hinter der Prostata
- b) hinter der Eichel
- c) hinter dem Samenleiter
- d) hinter dem Penis

23 **Wie kann man die Bläschendrüsen auch nennen?**

- a) Samenzellen
- b) Geschlechtsdrüsen
- c) Penisdrüsen
- d) Eizelle

24

Wo befindet sich die Prostata?

- a) hinter den Hoden
- b) bei den Bläschendrüsen
- c) unterhalb der Harnblase
- d) am Penis

25

Was heißt die Abkürzung HIV auf Deutsch?

- a) Menschliches Immun-Schwäche-Virus
- b) Menschliche Immunsystem-Schwächung
- c) Gefährliches, ansteckendes Virus
- d) Aids auslösendes Virus

26

Woher weiß man, ob man sich mit Aids angesteckt hat?

- a) man bekommt Ausschlag im Gesicht
- b) man muss sein Blut bei einem Aids-Test testen lassen
- c) man bekommt Symptome wie bei einer Grippe
- d) einem wird oft schwindelig

27

Wie kann man sich mit Aids anstecken?

- a) beim Küssen
- b) beim Händeschütteln
- c) beim Sex
- d) beim Toiletten-Besuch

28

Wie kann man sich beim Sex vor Aids schützen?

- a) mit der Pille
- b) gar nicht
- c) mit dem Verhütungs-Ring
- d) mit einem Kondom

29

Wodurch kann Aids noch übertragen werden, außer durch Sex?

- a) durch Spucke
- b) durch Blut
- c) durch Wasser
- d) durch Tränenflüssigkeit

Lösungen: 1a, 2b, 3c, 4a, 5b, 6b, 7c, 8b, 9a, 10b, 11a, 12b, 13c, 14c, 15a, 16b, 17c, 18b, 19a, 20c, 21b, 22d, 23b, 24c, 25a, 26b, 27c, 28d, 29b

Zum Schluss

Puh,
das waren eine Menge Informationen!

Haben sie Dir geholfen?
Weißt Du nun mehr zu den Themen „Liebe, Sex und Zärtlichkeit“?

Du merkst vielleicht:
Das ist für viele ein sehr wichtiges Thema.
Und zudem ist es auch sehr vielseitig.
Wenn man es richtig anstellt und man sich gut verständigt,
kann man viel Spaß haben.
Es gibt viel zu entdecken.
Man kann viel ausprobieren.
Es gibt viele Meinungen und Tipps.
Und Du kannst Dich mit anderen darüber austauschen.

Wir hoffen, das Heft hat Dir gefallen!

Wenn Du möchtest,
kannst Du uns [hier](#)¹⁰⁸ schreiben,
wie Dir das Heft gefallen hat.
Was fandest Du gut?
Und was nicht?
Wir freuen uns auf Deine Meinung.

107) Schreibe eine Mail an a.brinkmann@alphabetisierung.de

Lösungen

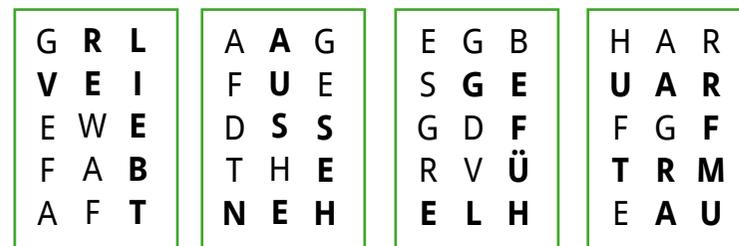
Liebe – Kapitel 1:

Suchsel (S. 11)



LIEBE – SCHWARM – SCHMETTERLINGE – TRAUMMANN –
SEX – TREFFEN - EIGENSCHAFT

Wortschlangen (S. 11)



VERLIEBT

AUSSEHEN

GEFÜHLE

TRAUMFRAU

Liebe – Kapitel 1.1:

Quiz (S. 17)

1a, 2b, 3c, 4a, 5b

Suchsel (S. 18)

G	Z	R	U	L	O	Q	E	B	N	M	Ä	P	Q	W
E	H	J	S	X	A	F	H	N	H	G	D	U	K	F
S	J	U	D	D	N	N	Z	C	Z	H	E	K	J	B
C	K	N	V	Ä	G	M	B	F	R	N	T	M	R	Z
H	T	G	T	L	S	G	T	M	Ä	D	C	H	E	N
L	D	E	S	K	T	D	R	L	F	B	I	L	F	U
E	B	E	V	S	B	S	W	H	N	M	I	P	K	K
C	Z	W	S	U	T	V	S	N	Z	K	T	Ü	U	T
H	N	Z	V	Z	T	S	H	G	T	G	R	F	Z	H
T	M	T	S	C	H	W	U	L	G	Ä	G	U	Ö	U
R	T	W	E	G	T	H	S	A	G	B	N	Z	T	E
H	O	M	O	S	E	X	U	A	L	I	T	Ä	T	H
D	F	W	G	B	S	W	Z	J	U	L	M	G	T	M
B	I	S	E	X	U	A	L	I	T	Ä	T	L	G	K

GESCHLECHT – SCHWUL – ANGST – MÄDCHEN
 BISEXUALITÄT – JUNGE – HOMOSEXUALITÄT

Liebe – Kapitel 1.2:

Suchsel (S. 24)

F	L	I	R	T	E	N	H	J	R	S	F	S	W	Z
O	E	T	D	G	E	Z	N	G	A	D	D	F	E	K
S	F	U	G	F	Z	T	M	J	N	Q	N	I	Y	U
E	L	Ä	C	H	E	L	N	U	M	W	Z	N	X	F
G	W	D	B	E	H	R	L	P	A	F	T	T	Z	S
J	A	G	N	D	F	H	K	L	C	E	W	E	H	E
K	N	W	M	G	H	T	H	K	H	R	S	R	R	T
L	L	S	D	I	S	C	O	T	S	G	A	E	S	G
H	E	F	F	T	F	R	O	R	P	D	L	S	D	T
F	I	Z	B	D	H	T	P	F	R	G	K	S	Z	K
E	T	O	S	P	A	ß	A	J	U	R	O	E	M	O
D	U	K	D	H	R	Z	E	T	C	Z	I	K	H	G
C	N	E	S	T	H	H	G	O	H	H	R	L	T	N
D	G	W	S	R	F	T	B	I	D	D	T	O	F	F

GESCHLECHT – SCHWUL – ANGST – MÄDCHEN
 BISEXUALITÄT – JUNGE – HOMOSEXUALITÄT

Wortschlangen (S. 25)

G	H	H
L	U	N
F	S	D
E	T	R
S	D	D

D	E	R
K	T	G
E	D	D
F	R	E
J	G	P

B	G	R
R	O	F
R	K	S
F	W	E
A	E	T

G	N	N
S	W	G
W	O	F
R	R	B
E	T	D

LUST

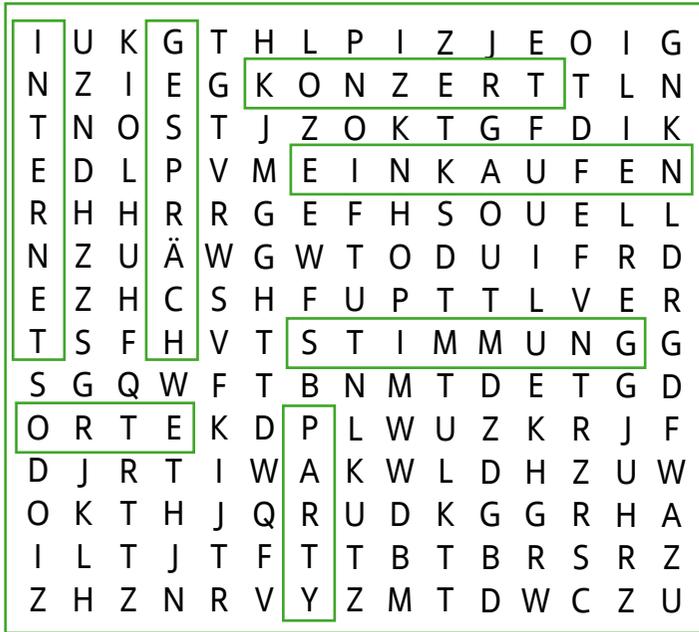
PERFEKT

KORB

WORTE

Liebe – Kapitel 1.3:

Suchsel (S. 28)



ORTE – GESPRÄCH – STIMMUNG – KONZERT – EINKAUFEN – INTERNET – PARTY

Liebe – Kapitel 1.4:

Suchsel (S. 28)



ABFUHR – SPRUCH – KOMPLIMENT – ÜBERWINDUNG – SCHRITT – ANGST

Liebe – Kapitel 1.5:

Suchsel (S. 28)



KINO – SPAZIERGANG – HOBBYS – MUSIK – FILM – BAR - INTERESSEN

Liebe – Kapitel 2:

Verständnisfragen:

1b, 2c, 3b, 4a, 5b

Suchsel (S. 48)



BEZIEHUNG – PARTNER – LIEBESKUMMER – STREIT – PAAR – MACKEN – LIEBE

Wortschlangen (S. 48)

E R G	R V E	G F G	B R G
R E F	T D R	I M L	F S S
S E I	G N S	T G I	S V U
U E R	S U Ö	T H E	E H L
C H T	D N H	E L R	S C E

EIFERSUCHT

VERSÖHNUNG

HEILMITTEL

SCHLUSS

Sex und Zärtlichkeit – Kapitel 1.1:

Verständnisfragen (S. 62)

1a, 2b, 3c, 4c, 5a, 6b, 7c, 8b

Suchsel (S. 63)

S	K	L	B	A	B	Y	E	R	S	C	H	A	F	T
C	E	T	Z	H	S	W	D	E	A	S	S	D	U	I
H	T	R	S	E	I	Z	E	L	L	E	G	H	Z	K
E	F	G	Z	U	E	G	G	R	M	T	M	T	H	G
I	L	T	H	Z	D	E	T	F	T	U	U	R	V	F
D	A	E	F	T	S	R	B	W	F	T	T	E	F	R
E	J	S	D	G	V	U	L	V	A	A	T	Z	T	K
F	T	R	F	A	S	D	Z	A	V	H	E	F	S	I
D	E	Z	N	T	J	W	J	S	G	T	R	T	W	T
E	R	E	D	I	A	P	F	N	F	D	M	G	D	Z
D	Z	U	F	Z	G	E	B	G	B	R	U	H	T	L
G	T	J	I	Z	T	T	Z	R	D	E	N	S	U	E
K	Z	Z	Y	K	L	U	S	D	F	D	D	A	Z	R
F	Z	T	E	R	F	I	O	L	P	J	N	M	H	E

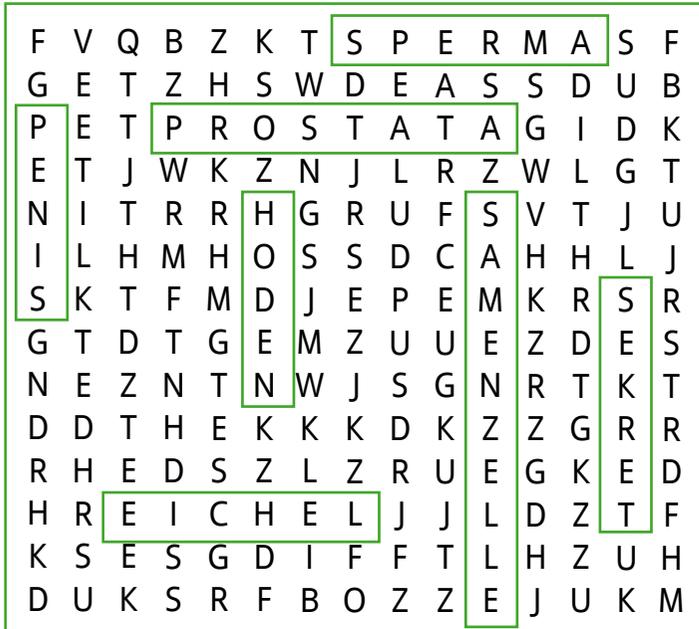
SCHEIDE – VULVA – KITZLER – ZYKLUS – EIZELLE
MUTTERMUND - BABY

Kapitel 1.2:

Verständnisfragen (S. 62)

1a, 2c, 3b, 4d, 5b, 6c

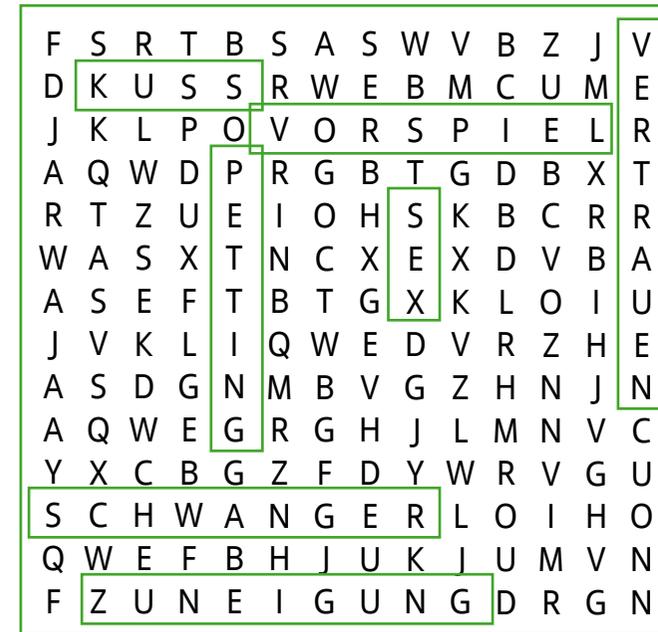
Suchsel (S. 70)



PENIS – EICHEL – SAMENZELLE – PROSTATA – HODEN – SPERMA - SEKRET

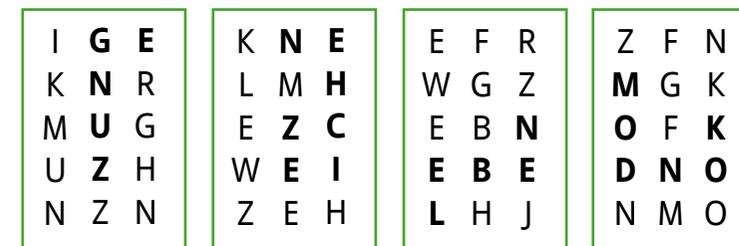
Kapitel 2.1:

Suchsel (S. 70)



KUSS – PETTING – SCHWANGER – VERTRAUEN – SEX – VORSPIEL – ZUNEIGUNG

Wortschlangen (S. 70)



ZUNGE

ZEICHEN

LEBEN

KONDOM

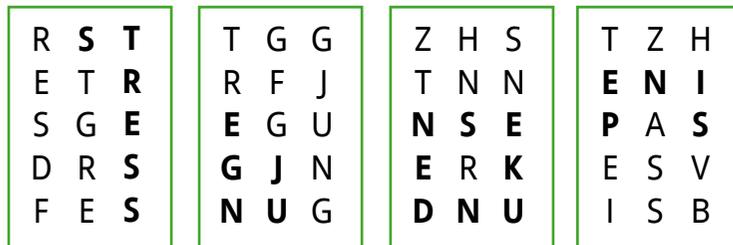
Kapitel 2.2.1:

Suchsel (S. 90)



ORGASMUS – ALKOHOL – KITZLER – LUST – FINGER – UNSICHERHEIT - SCHEIDE

Wortschlangen (S. 90)



STRESS JUNGE SEKUNDEN PENIS

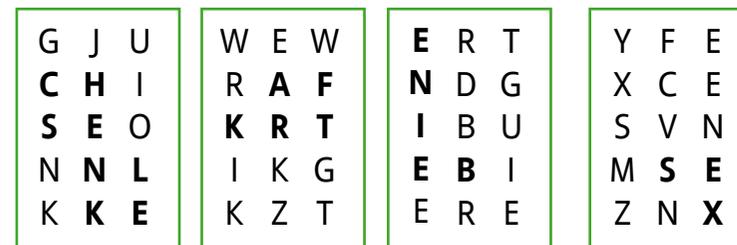
Kapitel 2.2.2:

Suchsel (S. 97)



FANTASIE – STELLUNGEN – LAUNE – GESCHICK – GRENZEN – FRAU
GLEICHGEWICHT

Wortschlangen (S. 97)



SCHENKEL KRAFT BEINE SEX

Kapitel 2.2.3:

Schwedenrätsel (S. 104)

Suchsel (S. 103)

A	S	D	C	G	T	Z	H	B	N	M	J	I	K	A
U	I	Z	H	G	F	E	D	S	V	H	J	K	L	P
N	U	L	H	G	D	S	Y	X	E	G	H	J	K	O
P	A	R	T	N	E	R	I	U	R	K	Z	L	O	T
W	E	R	T	Z	U	I	O	P	K	L	U	K	J	H
G	H	F	W	E	R	V	D	C	E	G	N	Z	K	E
A	S	E	F	G	B	H	Z	U	H	K	G	G	F	K
X	C	L	V	B	N	M	J	U	R	G	E	F	D	E
E	R	L	Z	U	I	O	K	H	C	D	E	T	N	V
P	O	A	W	M	U	N	D	D	F	G	B	H	U	K
R	T	T	T	Z	U	J	G	D	D	J	K	L	P	O
D	F	I	X	C	V	B	N	M	J	H	F	V	F	F
F	D	O	F	G	L	I	P	P	E	N	H	J	K	L
A	W	D	R	T	G	H	J	K	I	Z	B	J	V	J

VERKEHR – PARTNER – FELLATIO – MUND – LIPPEN – ZUNGE – APOTHEKE

Wortschlangen (S. 90)

K	R	A	I	L	E	A	P	U	N	H	M
H	K	N	T	K	W	R	P	A	A	N	N
N	H	K	O	R	I	N	M	R	N	A	V
E	T	H	E	U	S	I	H	T	H	M	E
E	I	E	K	J	H	R	E	N	H	M	G

KRANKHEITEN

KLITORIS

PARTNERIN

MANN

⁶ O				¹ P	E	T	T	I	N	G				
R											³ K	U	S	S
G					⁹ F				¹⁰ I					
A			⁷ K	A					N					⁸ R
S			O	N					T					E
M			N	T					E					A
U			D	A					R					L
S			O	S					N					I
			M	I					E					T
				E					T					Ä
														T
⁴ V	I	B	R	A	T	O	R							
										⁵ P	O	R	N	O
² A	L	K	O	H	O	L								

Kapitel 4.1:

Suchsel (S. 136)

A	D	B	T	H	D	B	J	K	I	P	P	J	S	R
D	K	A	B	T	R	E	I	B	U	N	G	G	K	L
S	W	D	O	L	H	T	D	G	J	V	X	D	B	M
S	C	H	W	A	N	G	E	R	S	C	H	A	F	T
Q	R	V	J	Z	D	Y	U	K	P	I	J	F	R	S
G	E	N	T	S	C	H	E	I	D	U	N	G	J	A
S	R	O	X	B	G	M	B	C	Y	S	V	N	M	D
G	G	J	C	S	R	H	B	D	R	B	V	H	C	O
G	N	C	Y	X	V	X	H	V	D	A	M	F	R	P
J	D	T	B	M	G	N	G	C	D	B	V	D	H	T
L	A	S	C	H	N	D	V	Y	D	Y	F	B	D	I
J	U	G	E	N	D	A	M	T	X	B	X	F	H	O
Y	G	E	N	M	X	C	V	D	C	Y	V	D	J	N
D	D	P	F	L	E	G	S	C	H	A	F	T	M	G

ADOPTION - JUGENDAMT – ABTREIBUNG – BABY – SCHWANGERSCHAFT
PFLEGSCHAFT – ENTSCHEIDUNG

Kapitel 5.1:

Verständnisfragen (S. 145):

1a, 2b, 3c, 4d, 5b

Suchsel (S. 146)

E	W	E	A	N	S	T	E	C	K	U	N	G	Z	U
J	D	B	Z	F	N	D	A	X	V	H	Z	N	M	J
R	A	I	D	S	X	C	H	U	E	Z	F	L	G	V
G	K	L	O	V	X	S	E	F	G	B	H	K	B	N
G	X	D	V	G	K	R	A	N	K	H	E	I	T	V
A	S	D	A	D	C	G	K	L	G	V	D	R	C	B
N	T	R	D	B	G	J	M	G	B	C	S	L	P	I
G	D	F	V	B	H	G	D	W	D	X	P	N	J	L
S	D	E	V	Q	S	D	C	B	N	X	R	K	G	B
T	Z	I	I	T	B	L	U	T	D	L	I	Z	O	C
Q	W	D	R	H	S	V	H	Z	S	D	T	F	J	F
R	Q	W	U	T	G	C	B	H	D	S	Z	E	G	R
S	D	G	S	J	Z	D	V	N	M	Z	E	F	J	G
R	G	S	G	Z	I	T	M	G	N	M	J	U	G	F

AIDS – VIRUS – KRANKHEIT – BLUT – ANSTECKUNG – ANGST – SPRITZE

Wortschlangen (S. 146)

V	M	E	D	B	Z	N	T	E	U	T	S
N	U	F	R	O	R	E	M	G	L	T	E
G	K	P	N	G	T	M	A	X	N	M	S
G	I	M	M	E	N	E	K	B	B	S	T
M	C	S	G	D	E	D	I	U	X	E	R

IMPfung

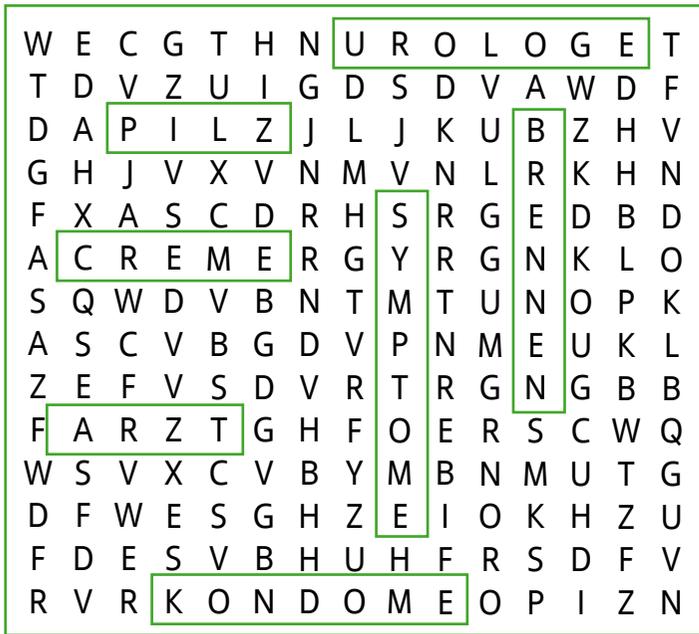
DROGEN

MEDIKAMENTE

TEST

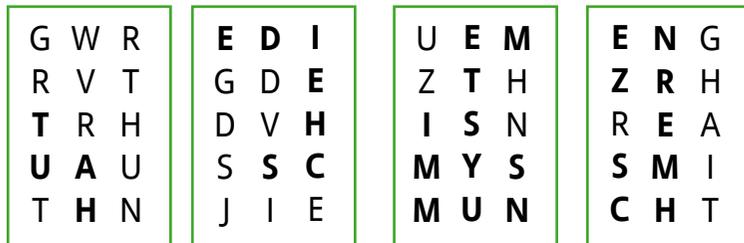
Kapitel 5.3:

Suchsel (S. 155)



PILZ – SYMPTOME – ARZT – UROLOGE – BRENNEN – KONDOM – CREME

Wortschlangen (S. 155)



HAUT SCHEIDE IMMUNSYSTEM SCHMERZEN

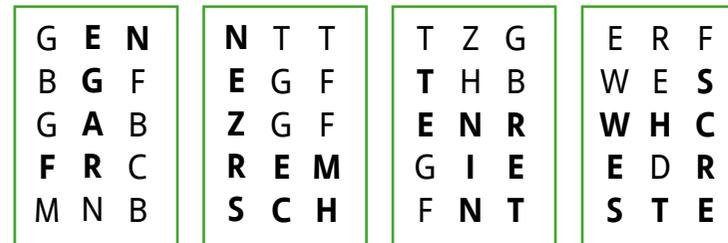
Kapitel 7.1:

Suchsel (S. 174)



FRAUENARZT – ANGST – UNTERSUCHUNG – BRUST – ABSTRICH – GESUNDHEIT
REGEL

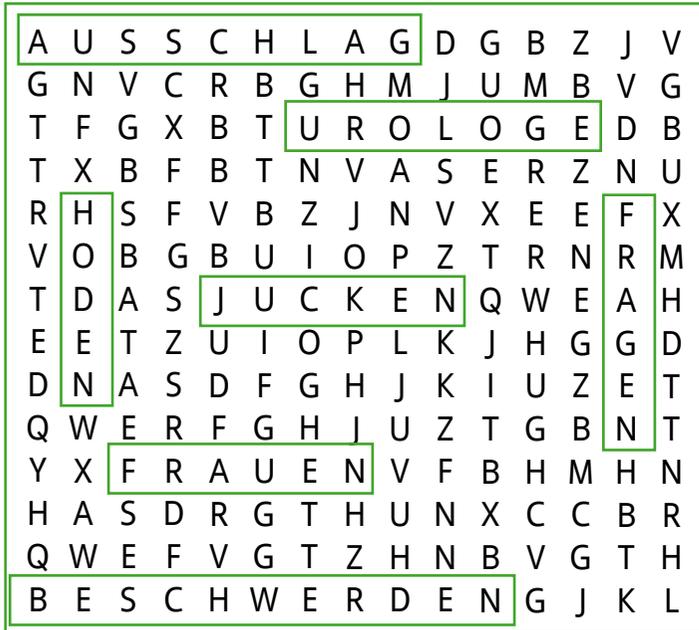
Wortschlangen (S. 174)



FRAGEN SCHMERZEN INTERNET SCHWESTER

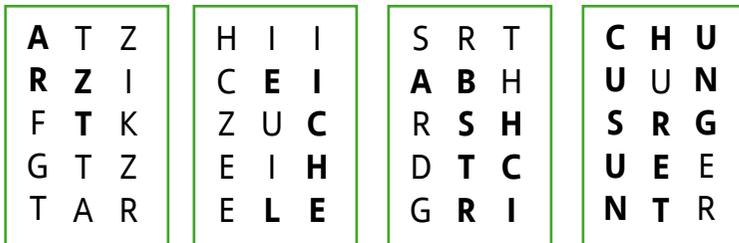
Kapitel 7.2:

Suchsel (S. 180)



UROLOGE – HODEN – BESCHWERDEN – AUSSCHLAG – JUCKEN – FRAGEN
FRAUEN

Wortschlangen (S. 180)



ARZT EICHEL ABSTRICH UNTERSUCHUNG

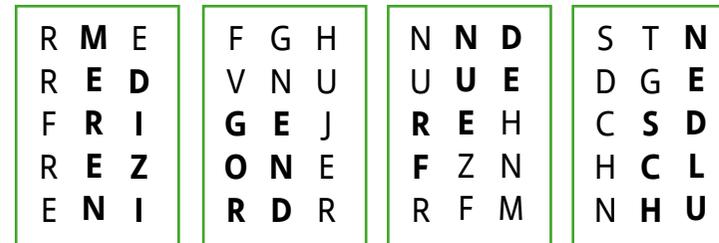
Kapitel 7.2:

Suchsel (S. 185)



PROBLEM – AIDS – AUSRICHTUNG – NAME – ELTERN – HILFE – EINRICHTUNG

Wortschlangen (S. 185)



MEDIZINER DROGEN FREUNDE SCHULDEN

Glossar

Adoptiveltern

In Deutschland gibt es viele Paare,
die Kinder adoptieren wollen.
Oft können sie selbst keine Kinder bekommen.
Wenn sie ein Kind bei sich aufnehmen,
sind sie die Adoptiv-Eltern von diesem Kind.
Sie haben dann die gleichen Rechte,
als wäre es ihr eigenes Kind.

Anonym

Wenn Du anonym bist,
heißt das:
Du hältst Deinen Namen geheim.
Wenn Du zum Beispiel zu einer Beratungsstelle gehst,
musst Du nicht Deinen richtigen Namen sagen.
Oder Du musst gar keinen Namen sagen.
Viele Menschen fühlen sich sicherer,
wenn sie anonym sind.
Einigen ist ihr Problem peinlich.
Sie möchten nicht,
dass jemand davon erfährt.

Antibiotika

Ein Antibiotikum ist ein Medikament gegen Infektions-Krankheiten. Infektions-Krankheiten sind zum Beispiel:

- Grippe
- Hirnhaut-Entzündung
- Syphilis
- Tripper

Das Medikament kann man nur mit einem Rezept von einem Arzt kaufen.



Bild 98

Bisexualität

Bisexualität heißt:
Du stehst auf beide Geschlechter.
Als Mann stehst Du auf eine Frau,
aber auch auf einen Mann.
Als Frau stehst Du auf einen Mann,
aber auch auf eine Frau.

Coming-Out-Gruppe

In Coming-Out-Gruppen können Schwule und Lesben andere kennen lernen, die die gleichen Schwierigkeiten haben wie sie. Sie können sich gegenseitig Mut machen, sich nicht mehr zu verstecken.

Dental Dam

Ein Dental Dam ist ein dünnes Tuch aus Latex. Beim Oral-Verkehr legt man es auf die Scheide. Das Dental Dam schützt dann vor sexuell übertragbaren Krankheiten. Wie Du ein Dental Dam selbst machen kannst, siehst Du in diesem [Video](http://www.youtube.com/watch?v=R31ad2Wu858)¹⁰⁸.

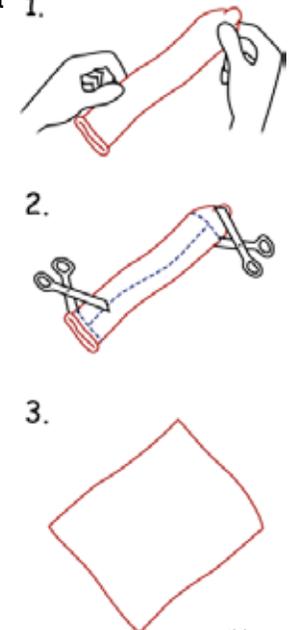


Bild 175

108) <http://www.youtube.com/watch?v=R31ad2Wu858>

Depression

Eine Depression ist eine Krankheit.

Die **Symptome** von Depressionen sind:

- Stimmungsschwankungen
- Schlafstörungen
- Antriebslosigkeit
- Unruhe
- Appetitlosigkeit
- Selbstmord-Gedanken

Mehr über Depressionen erfährst Du in diesem **Video**^{XXX}.



Dunkelziffer

Dunkelziffer nennt man die Zahl, die nicht mit in einer Statistik aufgeführt wird.

Zum Beispiel:

Durch Untersuchungen weiß man:

30.000 Menschen in Deutschland sind schon einmal missbraucht worden.

Aber nicht jeder Mensch in Deutschland traut sich zu sagen:

„Ich bin missbraucht worden.“

Das heißt:

Eigentlich sind mehr als 30.000 Menschen in Deutschland missbraucht worden.

Diese unbekanntere Zahl, die wahrscheinlich höher liegt als die offizielle Zahl, nennt man Dunkelziffer.

Heterosexualität



Hetero bedeutet anders.

Heterosexualität heißt:

Du stehst auf das andere Geschlecht.

Als Mann stehst Du auf Frauen

und als Frau stehst Du auf Männer.

XXX) <http://www.youtube.com/watch?v=oLppMI9rwjo&feature=related>

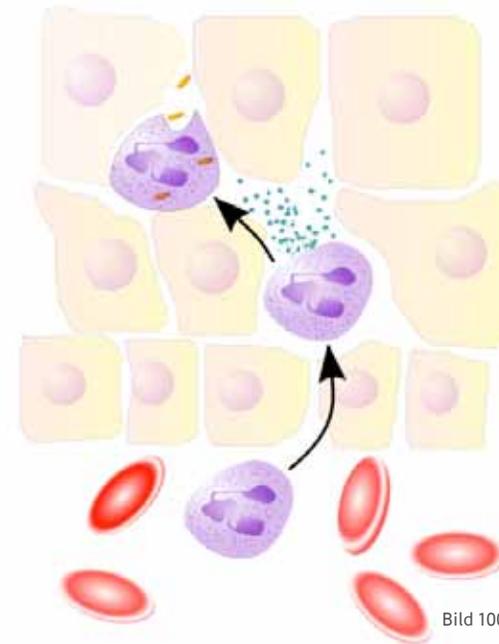
Homosexualität

Homo bedeutet gleich.
Homosexualität heißt:
Du stehst auf das gleiche Geschlecht.
Als Mann stehst Du auf Männer
und als Frau stehst Du auf Frauen.
Männer, die auf Männer stehen
nennt man auch schwul.
Frauen, die auf Frauen stehen,
nennt man auch lesbisch.



Immunsystem

Das Immunsystem ist das Abwehrsystem eines Menschen.
Das Immunsystem schützt den Menschen vor Krankheiten.
Wenn das Immunsystem schwach ist,
wird der Mensch schneller krank.
Ein Immunsystem besteht aus Zellen,
die das Eindringen von Schädlingen verhindern.



Indirekt

Indirekt ist das Gegenteil von direkt und heißt:

Etwas passiert auf Umwegen.

Zum Beispiel:

Man spricht jemanden nicht direkt an, sondern lässt ihm über eine andere Person etwas ausrichten.

Initiative

Die Initiative ergreifen, heißt:
Man macht den ersten Schritt.

Inkognito

Inkognito heißt:
Man verheimlicht seine wahre Identität.

Intimbereich

Intimbereich heißt der Teil des Körpers, wo die Geschlechtsorgane sind.
Bei der Frau ist das die Vulva.
Bei dem Mann ist das der Penis.

Intim-Rasur

Intim-Rasur heißt:

Die vollständige oder teilweise Entfernung der Schamhaare.
Viele Menschen finden es schön, wenn die Schamhaare rasiert werden.

Kamasutra

Der Name Kamasutra bedeutet übersetzt:
Leitfaden der Liebe.
Das Kamasutra ist eine Art Handbuch für Sex.
In ihm werden verschiedene Sexstellungen und Sextechniken beschrieben.

Koitus interruptus

Koitus interruptus heißt:
Beim Geschlechtsverkehr zieht der Mann vor dem **Samenerguss** seinen Penis aus der Scheide der Frau.
Viele Menschen denken:
Die Frau kann dann nicht schwanger werden.
Das stimmt aber nicht!
Schon vor dem Samenerguss kann Spermia in die Scheide kommen.

Menstruation



Menstruation nennt man auch die Regel oder die Tage einer Frau.
Eine Frau bekommt die Menstruation normalerweise einmal im Monat.
Die erste Menstruation bekommt ein Mädchen ungefähr zwischen 10 und 16 Jahren.
Bei der Menstruation wird Schleimhaut abgeschieden, die sich in der Gebärmutter befindet.
Die Gebärmutter-Schleimhaut wird jeden Monat neu aufgebaut.
Wenn die Frau nicht schwanger ist, wird die Schleimhaut abgeschieden und die Frau bekommt Ihre Menstruation.
Man nennt den Prozess auch weiblichen Zyklus.
Die Menstruation besteht aus der Schleimhaut, Blut und Scheiden-Flüssigkeit.
Wie der weibliche Zyklus verläuft, kannst Du [hier](#)¹¹⁰ sehen.

Negativ



Negativ ist das Gegenteil von positiv.
Wenn etwas negativ ist, heißt das:
Es ist schlecht oder schlimm.

One-Night-Stand



One-Night-Stand heißt:
Sex-Abenteuer nur für eine Nacht.
Oft passieren One-Night-Stands nach einer Party.
Die Menschen haben Alkohol getrunken und ihre Hemmungen sind nicht mehr so groß.
Meist ist keine Liebe im Spiel.

110) http://www.schule.at/experimente/_jury/Online-Experiment/41/zyklus_fertig/index.swf

Outen

Outen heißt:
Man gibt etwas über sein Sexualleben preis.
Zum Beispiel:
Wenn ein Mann schwul ist,
sagt er:
„Ich bin schwul“.
Das heißt,
er outet sich.
Oft fällt es Menschen schwer, sich zu outen.
Sie haben Angst:
Wie reagieren die anderen auf mein Outing?
Mehr erfährst Du in diesem [Video](#)¹¹¹:



111) <http://www.youtube.com/watch?v=kyEgdGbjrq0>

Petting

Petting ist eine Art,
Sex zu haben,
ohne miteinander zu schlafen.
Das heißt:
Man streichelt und küsst sich am ganzen Körper,
ohne dass der Penis in die Scheide kommt.
Auch beim Petting kann man einen Orgasmus bekommen.
Viele Menschen machen Petting,
bevor sie miteinander schlafen.
Petting ist dann das Vorspiel
für den Geschlechtsverkehr.

Polyesteranteil

Polyester ist ein Kunststoff.
Viele Sachen bestehen aus Polyester:
Zum Beispiel:

- Plastikflaschen
- Lebensmittel-Verpackungen
- CDs
- Kleidung, wie zum Beispiel Unterwäsche



Bild 108

Samenerguss

In der Fachsprache nennt man den Samenerguss auch Ejakulation.

Wenn ein Mann einen Orgasmus hat, kommt Samenflüssigkeit aus seinem Penis. Das nennt man dann Samenerguss.

Schwarm

Jemanden, den man toll findet, nennt man Schwarm. Man kann auch sagen: Man schwärmt für jemanden.

Sexuelle Orientierung

Die sexuelle Orientierung beschreibt, auf welches Geschlecht ein Mensch steht. Wenn ein Mann auf einen anderen Mann steht, nennt man seine sexuelle Orientierung homosexuell. Wenn eine Frau oder ein Mann auf das andere Geschlecht stehen, nennt man das heterosexuell. Wenn ein Mensch auf Frauen und Männer steht, nennt man das bisexuell.



Soziale Einrichtung

Eine soziale Einrichtung bietet Hilfedienste für Menschen an, die sich nicht alleine helfen können. Soziale Einrichtungen sind zum Beispiel:

- Beratungsstellen
- Altenheime
- Aids-Hilfe
- Krankenhäuser

Stillen

Stillen heißt:
Eine Mutter gibt ihrem Kind
Milch durch ihre Brust.
Wie eine Frau ein Baby stillt,
kannst Du in diesem [Video](#)¹¹² sehen.



Stimulieren

Stimulieren
Stimulieren heißt erregen.
Wenn man beim Sex den Partner
an bestimmten Körperstellen berührt,
kann ihn das erregen.

Symptome

Ein Symptom ist ein Zeichen für eine Krankheit.
Bestimmte Symptome weisen
auf bestimmte Krankheiten hin.
Zum Beispiel:
Das Symptom „Ohrenschmerzen“
weist auf eine Mittelohr-Entzündung
oder auf Mumps hin.
Ein Symptom kann aber auch immer
auf mehrere Krankheiten hinweisen.
Welche Krankheit ein Mensch hat,
kann nur ein Arzt sagen.

Thrombose

Thrombose ist,
wenn ein Blutgerinnsel
ein Blutgefäß im Körper verschließt.
Oft kommt eine Thrombose in den Beinen vor.
Das Bein schwillt an und wird schwer.
Bei Verdacht auf Thrombose
sollte man sofort zum Arzt gehen.



112) <http://www.youtube.com/watch?v=74KAwus5GFY&feature=related>

Umgangssprachlich

Umgangssprache ist das Gegenteil von der Standardsprache.

Umgangssprache nennt man auch Alltagssprache.

Man formuliert die Standardsprache in eine Alltagssprache.

Das heißt:

Man nutzt die Sprache im täglichen Leben.

Zum Beispiel:

Mädchen	Mädel
Waffe	Wumme
Personalauswei	Perso
Meine Eltern	meine Alten
sich ausruhen/entspannen	Chillen

Zervixschleim

Der Zervixschleim entsteht im Gebärmutterhals.

Während des Zyklus der Frau verändert sich der Schleim.

Während der unfruchtbaren Tage ist er klebrig.

Er verschließt den Muttermund.

Während der fruchtbaren Tage wird er dünner und durchlässig.

Die Spermazellen können so

leichter in die Gebärmutter gelangen.



Bild 107

Vaginal-Sekret

Wenn eine Frau sexuell erregt ist, sondern ihre Drüsen in der Scheide ein Sekret ab.

Das Sekret nennt man Vaginal-Sekret.

Beim Geschlechtsverkehr kann der Penis

durch das Sekret leichter in die Scheide eindringen.

Bildnachweis

Nr.	Link	Autor	Lizenzart
1	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Kondom.jpg&filetimestamp=20061020140144	Flegmus	GNU-Lizenz
2	http://de.wikipedia.org/wiki/Datei:Antibabypille.jpg	Matthew Bowden	Der Urheber gestattet jedermann jede Form der Nutzung, unter der Bedingung der angemessenen Nennung seiner Urheberschaft.
3	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:NuvaRing_compressed.jpg&filetimestamp=20070725233730	Sakky	Gemeinfreiheit
4	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Placebo_verh%C3%BCtungspflaster.jpg&filetimestamp=20070503112914	Yellowfish	Creative Commons Namensnennung-Weitergabe
9	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:African_Breast_SG.jpg	Sascha Grabow	GNU-Lizenz für freie Dokumentationen
10	http://www.flickr.com/photos/alpha-one/125859612/	Torsten Mangner	Creative Commons
11	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Pregnancy_test_result.jpg&filetimestamp=20070321012254	Klaus Hoffmeier	public domain
17	http://tinyurl.com/2duqh3u	Auke Creutz	GNU-Lizenz für freie Dokumentation
18	http://www.flickr.com/photos/donauya/188821234/		Creativ Commons
19	http://www.flickr.com/photos/7608317@N06/1090863019/	miserany24	Creative Commons
20	http://www.flickr.com/photos/7891209@N04/1759977520/	gynti_46	Creativ Commons
21	http://www.flickr.com/photos/sassy-mom/4375937402/	sassy mom	Creative Commons
22	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Blutabnahme_01.jpg	JHeuser	GNU Free Documentation License
23	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Medikamente.jpg	Würfel	Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0 Unported
24	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Einweg-Kunststoffspritze_mit_Einweg-Kan%C3%BCle.jpg	Gary Luck	GNU Free Documentation License
25	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:French_Kiss.JPG&filetimestamp=20061015184200	KoS	GNU-Lizenz für freie Dokumentation
26	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Aedes_aegypti_biting_human.jpg&filetimestamp=20071212031822	US Department of Agriculture	public domain
27	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Leber.png	Penarc	Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0 Unported

37	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Oberfl%C3%A4chlicher_Hautpilz.jpg	Root	Creativ Commons
38	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Pr%C3%A9servatif_enroul%C3%A9.jpg	Béa	public domain
40	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Bacteriuria_pyuria_2.jpg	Steven Fruitsmaak	GNU Free Documentation License
54	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Tih_s2_juh_3.jpg	Superstylo	public domain
55	http://de.wikipedia.org/wiki/Datei:French_Kiss.JPG	KoS	GNU-Lizenz für freie Dokumentation
56	http://www.flickr.com/photos/lac-eslice/5575147353/in/photostream/	LaCesLice	Creative Commons
57	http://piqs.de/fotos/38635.html	josef325	Creative Commons
58	http://de.wikipedia.org/wiki/Datei:Ritex_Siegelbriefchen.jpg	Ritex Gummiwarenfabrik GmbH	Creative Commons Namensnennung-Weitergabe unter gleichen Bedingungen Deutschland
60	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Wodka_gorbatschow.jpg	Christian „VisualBeo“ Horvat	GNU Free Documentation License
62	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Jimbeam-green.jpg&filetimestamp=20090906125335	N-Lange.de	creative Commons Namensnennung-Weitergabe unter gleichen Bedingungen
63	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Missionary_style.svg&filetimestamp=20080113061405	Rama	Creative Commons-Lizenz
64	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Cg_position.svg&filetimestamp=20080329093413	Rama	Creative Commons-Lizenz
65	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Spoon-sex-position.jpg&filetimestamp=20050121161401	Rama	Creative Commons-Lizenz
66	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Doggy_Sex_Position.png&filetimestamp=20070401030646	Rama	Creative Commons-Lizenz
67	http://www.theoriginof.com/kamasutra.html		screenshot
68	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Wibrator.jpg	Kelson	Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0 Unported
69	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Designvibratoren.jpg	Eva K.	GNU Free Documentation License
71	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Condom-dam.png	cyberdoktor.de	Creative Commons
72	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Gleitmittel_Personal_Lubricants.jpg&filetimestamp=20090305111022	Eva K.	GNU Free Documentation License
73	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Rolled_up_pink_condom.jpg	hsedolivia	Creative Commons Attribution 3.0 Unported license.

74	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Usedomer_Strand.jpg&filetimestamp=20100223144838	Pascal Willuhn	Creative Commons-Lizenz	100	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:NeutrophilerAktion.png&filetimestamp=20061007191949	Uwe Thormann	GNU-Lizenz für freie Dokumentation
75	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Blue_question_mark.png	Lifeisunfair	public domain	105	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Gay_kiss.jpg	see ming lee	Creative Commons Attribution-Share Alike 2.0 Generic license.
76	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Piada4.jpg	Lucio Luiz	GNU Free Documentation License	106	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Operation_Medizin.jpg&filetimestamp=20100811085759	Stefan Kühn	GNU-Lizenz für freie Dokumentation
77	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Pregnancy_test_result.jpg&filetimestamp=20070321012254	Klaus Hoffmeier	gemeinfrei	107	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Cervical_mucus1.jpg&filetimestamp=20070102224302	Acaparadora	Creative Commons-Lizenz
81	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Male_anatomy_de.png&filetimestamp=20060613153603	Lennert B	GNU-Lizenz für freie Dokumentation	108	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Wasserflasche.jpg&filetimestamp=20100322202707	Kirschblut	gemeinfrei
82	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:At_a_loss.svg	George Shuklin	GNU Free Documentation License	109	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Legs_1.jpg?uselang=de	Pedro Simões	Creative Commons-Lizenz
84	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Pictogramm_silence.svg&filetimestamp=20090521184028	Matthias M.	gemeinfrei	111	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Married_Couple.jpg	Shiemay 47	public domain
85	http://www.pixelio.de/media/257701	Maren Beßler / pixelio.de	Creative Commons	112	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Drawn_love_hearts.svg	Editor at Large	public domain
86	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Feuille_de_cannabis_barr%C3%A9e.jpg	Toubabmaster	Creative Commons	113	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Aimee.svg	Morburre	GNU Free Documentation License
87	http://de.wikipedia.org/wiki/Datei:Red_Ribbon.svg	Gary van der Merwe	GNU-Lizenz für freie Dokumentation	114	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:MissEarth2007Court.png&filetimestamp=20080523150819	Paul Chin	Creative Commons-Lizenz
88	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:SANY2147.JPG&filetimestamp=20100916184741	Luca 001	unbeschränktes Nutzungsrecht ohne jegliche Bedingungen	115	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Just_love_2.jpg	Michelle Ararat	Creative Commons Attribution 2.0 Generic license
89	http://www.sxc.hu/photo/1141554	tanli	GNU-Lizenz	116	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Heterosexual_symbol_two_hearts.svg	AnonMoos	public domain
90	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Girl_silhouette.svg	Liftarn	public domain	117	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Gay_Couple_Savv_and_Pu-eppi_02.jpg&filetimestamp=20061222205959	Torsten Seiler from Cologne	Creative Commons-Lizenz Namensnennung-Weitergabe unter gleichen Bedingungen 2.0 US-amerikanisch (nicht portiert) lizenziert.
91	http://www.pixelio.de/media/110788	Sascha Sebastian / pixelio.de	Creative Commons	118	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Tih_s2_juh_3.jpg&filetimestamp=20070618022536	Superstylo	Gemeinfreiheit
93	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Polizei-Schriftzug_gr%C3%BCn-silber.JPG	Mattes	public domain	119	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Oxa2.jpg&filetimestamp=20050819130254	Fabio Di Lorenzo	GNU-Lizenz für freie Dokumentation
94	http://www.flickr.com/photos/the-starshine/677058968/	Sarah C	Creative Commons	120	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Smile!.jpg	Ernesto Perales Soto	Creative Commons Attribution 2.0 Generic license
95	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Haematome.jpg?uselang=de	Saluk	gemeinfrei	121	http://www.sxc.hu/photo/1280072	blary54	Public-domain-Lizenz
96	http://www.profamilia.de/outputdb/10Beratungsstellen_&_Med_Zentren/10/354		Screenshot	122	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Photography_is_in_my_heart.jpg	Nina Matthews	Creative Commons Attribution 2.0 Generic license
97	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Modernes_Telefon.jpg&filetimestamp=20050508143547	SebastianWilken	GNU-Lizenz für freie Dokumentation	124	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:PORTRAIT_YONI.JPG	Yoniroch	GNU Free Documentation License
98	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:NOVAMOXIN_antibiotic.jpg	Bmramon	GNU Free Documentation License				

125	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Emo_girl_01.jpg	José Serrano	Creative Commons Attribution 2.0 Generic license		
126	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Face-sad.svg?uselang=de	The people from the Tango! project	gemeinfrei		
127	http://www.flickr.com/photos/bob406/872050051/	Robert Jack Will	Creative Commons		
128	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Football_match_in_cinema.jpg&filetimestamp=20060621114750	Frankie Roberto	gemeinfrei		
129	http://www.piqs.de/fotos/36036.html	Anyblue	CreativeCommons Namensnennung-slizenz		
130	http://www.piqs.de/fotos/search/liebe/3050.html	Steve Evans	Creative Commons Namensnennung-slizenz		
131	http://www.flickr.com/photos/helge-at/269532509/	Helge F.	Creative Commons		
132	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Broken_Heart_symbol.svg	Nevit Dilmen	Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0 Unported license		
133	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Tear.jpg	NessaLand	Creative Commons Attribution 2.0 Generic license		
134	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Sadness.jpg	Sasha Wolff	Creative Commons Attribution 2.0 Generic license		
135	http://www.piqs.de/fotos/search/alle-ine/42224.html	hendrikboese	CreativeCommons Namensnennung-slizenz		
136	http://www.piqs.de/fotos/search/medizin/90561.html	Heinz Has-selberg	CreativeCommons Namensnennung-slizenz		
137	http://www.piqs.de/fotos/search/party/33712.html	duesi	CreativeCommons Namensnennung-slizenz		
138	http://www.piqs.de/fotos/search/herz/88826.html	Barbara Unter-berger	CreativeCommons Namensnennung-slizenz		
139	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Da_Vinci_Vitruve_Luc_Viatour.jpg	Luc Viatour	public domain		
140	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Symbol_venus.svg&filetimestamp=20081101142851	AnonMoos	GNU-Lizenz für freie Dokumentation		
141	http://www.loveline.de/themen/?t=1_3_3		Screenshot		
142	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Nass-Trocken-Rasierer.jpg&filetimestamp=20080513050004	Gmhofmann	Public Domain		
143	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Gray1167_de.svg	Mysid	Public domain		
145	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Vorgaenge_im_eierstock.png&filetimestamp=20080729124220	Lanzi	GNU-Lizenz für freie Dokumentation		
146	http://www.piqs.de/fotos/search/freunde/65396.html	larosa	CreativeCommons Namensnennung-slizenz		
147	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Human_semen_in_petri_dish2.jpg&filetimestamp=20080818140001	Jchoi30	gemeinfrei		
148	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Male_anatomy_de.png	Lennert B	Creative Commons		
149	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Kondom.jpg&filetimestamp=20061020140144	Flegmus	GNU-Lizenz für freie Dokumentation		
150	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Durex_Kondom.jpg	Auke Creutz	GNU Free Documentation License		
151	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Dermatology_products.jpg&filetimestamp=20050731182833	quadell	GNU-Lizenz für freie Dokumentation		
152	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Radiocontrolledclock.jpg&filetimestamp=20060408205423	Stefan Kühn	GNU-Lizenz für freie Dokumentation		
153	http://www.piqs.de/fotos/search/arzt/25536.html	canonier	CreativeCommons Namensnennung-slizenz		
154	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Apotheke.jpg&filetimestamp=20070813102734	joho345	gemeinfrei		
155	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:NOVAMOXIN_antibiotic.jpg	Bmramon	GNU Free Documentation License		
156	http://www.piqs.de/fotos/search/baby/52181.html	Daniel Faßbender	CreativeCommons Namensnennung-slizenz		
157	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Linea_nigra.jpg&filetimestamp=20060312191622	Jeremy Kemp	gemeinfrei		
162	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Father_and_son_27.jpg&filetimestamp=20060910084027	Onkelbo	GNU-Lizenz für freie Dokumentation		
167	http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:BikiniBottom-red-20030625.jpg&filetimestamp=20080403184044	Raymond	Creative-Commons-Lizenz		
168	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Pioneer_plaque_line-drawing_of_a_human_male.svg	OldakQuill	public domain		
175	http://commons.wikimedia.org/wiki/File:Condom-dam.png	cyberdoktor.de	Creative Commons		

Haftungsausschluss

Der Bundesverband Alphabetisierung und Grundbildung e.V. hat weder Einfluss auf Gestaltung und Inhalte der hier verlinkten Seiten, noch macht er sich deren Inhalte zu Eigen.

Urheber- und Kennzeichenrecht

Der Herausgeber dieser Materialien ist bestrebt, in allen Publikationen die Urheberrechte der verwendeten Bilder, Grafiken, Tondokumente, Videosequenzen und Texte zu beachten, von ihm selbst erstellte Bilder, Grafiken, Tondokumente, Videosequenzen und Texte zu nutzen oder auf lizenzfreie Grafiken, Tondokumente, Videosequenzen und Texte zurückzugreifen.

Alle innerhalb des Internetangebotes genannten und ggf. durch Dritte geschützten Marken- und Warenzeichen unterliegen uneingeschränkt den Bestimmungen des jeweils gültigen Kennzeichenrechts und den Besitzrechten der jeweiligen eingetragenen Eigentümer. Allein aufgrund der bloßen Nennung ist nicht der Schluss zu ziehen, dass Markenzeichen nicht durch Rechte Dritter geschützt sind!

Das Copyright für veröffentlichte, vom Autor selbst erstellte Objekte bleibt allein beim Autor der Seiten. Eine Vervielfältigung oder Verwendung solcher Grafiken, Tondokumente, Videosequenzen und Texte in anderen elektronischen oder gedruckten Publikationen ist ohne ausdrückliche Zustimmung des Autors nicht gestattet.