



LIEBES
LEBEN

DAS
MITMACH
PROJEKT

Handbuch

»LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt«

Begleitmaterial zum langfristigen
Einsatz des Materialkoffers an Schulen



»LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt«

Dieses Handbuch gehört:

Name und Adresse der Einrichtung oder (Schul-)Stempel einfügen

Verantwortliche Ansprechpersonen für »LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt«:

Namen der entsprechenden Kolleg*innen einfügen

Bei Rückfragen zu »LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt« wenden Sie sich gerne an:

Internetseite

www.liebesleben.de/das-mitmachprojekt

LLMP-Hotline des BIÖG für Lehr- und Fachkräfte

Tel.: 0221 8992 700

Mo. bis Fr.: 9-16 Uhr

Oder schreiben Sie eine E-Mail an:

info@liebesleben.de

Liebe Lehr- und Fachkräfte,

Sie oder Ihre Kolleg*innen haben im Rahmen von »LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt« (LLMP) an einer Schulung teilgenommen. Daraufhin hat Ihre Einrichtung nun die Materialien und Methoden zu allen sechs Themenmodulen von LLMP in Form des Materialkoffers erhalten. Mit diesem Material können Sie die Themen auf vielfältige Weise in Ihrer Arbeit mit den Jugendlichen platzieren und die Methoden langfristig anwenden.

Begleitend zum Materialkoffer von LLMP steht Ihnen das Handbuch als Unterstützung zur Verfügung. Es enthält eine Sammlung von Informationen, Denkanstößen und Tipps sowie Arbeitsblätter und Kopiervorlagen, die Ihnen dabei helfen,

- Veranstaltungen oder Unterrichtseinheiten zu planen,
- Hürden in der Kommunikation zu überwinden,
- Inhalte zu vertiefen und sich sicherer im Umgang mit sensiblen Themen zu fühlen,
- Kolleg*innen zu informieren und einzubinden und
- motiviert zu bleiben, die Materialien zu nutzen und LLMP langfristig in Ihrer Schule zu verankern.

Die Inhalte des Handbuchs sind auf die Arbeit mit Schüler*innen und die Integration der Methoden in den Schulalltag aus schulinterner Perspektive ausgerichtet. Doch auch für externe Fachkräfte bietet das Handbuch wertvolle Tipps für die Arbeit an Schulen.

Hinweis zur Nutzung

Lassen Sie das Handbuch zusammen mit den anderen Materialien langfristig im Koffer. So können Sie mit Ihren Kolleg*innen, die den Materialkoffer bereits nutzen oder nutzen möchten, wertvolle Tipps und Ideen teilen und den Wissenstransfer untereinander fördern. Je nach Bedarf können Sie das Handbuch immer wieder verwenden, relevante Seiten kopieren oder durch weitere Informationen, interessante Links oder Kontaktadressen ergänzen. Nutzen Sie QR-Codes und Links, um aktuelle Arbeitsmaterialien online herunterzuladen oder weitere Informationen zu erhalten.

Wir wünschen Ihnen für Ihre pädagogische Arbeit viel Freude und gutes Gelingen!

Das »LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt«-Team des Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit

DAS
MITMACH
PROJEKT



LIEBES
LEBEN



Inhalt



I. Einführung	6
Hintergrund des Projekts	7
Ziele und Grundhaltung des Projekts	9
Die sechs Themenmodule	10
II. Umsetzung in der Praxis	12
Planung und Vorbereitung - wie fange ich an?	13
Umsetzungsstrategien und Varianten in der Koffernutzung	15
A. Einsatz der Materialien im Unterricht	15
Möglichkeiten zur Einbindung der Module in den Unterricht und bei Aktionstagen	16
B. Parcours-Veranstaltung im Rahmen eines Projekttag	19
Differenzierungsmöglichkeiten: Anpassung an unterschiedliche Voraussetzungen	20
Hürden meistern: Zeit, Räume, Material, Kollegium, Eltern ...	22
Kooperation mit regionalen Beratungs- und Bildungsangeboten	24
III. Sexuelle Gesundheit stärken, Haltung entwickeln	26
Schule als Ort zur Förderung sexueller Gesundheit	27
Die Rolle als Lehr- und innerschulische Fachkraft	28
Mit Schüler*innen über Sexualität sprechen	29
Vielfalt, Differenz und Diskriminierung im Schulkontext	30
Schutzkonzepte zur Prävention sexualisierter Gewalt	32
Professionell handeln bei Offenbarungen und Verdacht	33
IV. Strukturelle Verankerung in der Schule	36
Schulinterne Kommunikation und Organisation des Projekts	38
Öffentlichkeitsarbeit - Aktionen und Präsenz im Schulalltag	39
Einbindung der Erziehungsberechtigten	40
Verstetigungshaus - Beispiel	41
Quellen	42
Anhang und Materialien	44
Material und Kopiervorlagen	45
Checkliste: Schulinterne Kommunikation und Organisation des Projekts	51
Fachliche Informationen und kostenloses Infomaterial	52
FAQs	54

I. Einführung

»LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt« (LLMP) ist ein interaktives, kostenfreies Angebot des Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit (BIÖG)¹ für weiterführende Schulen zur Förderung der sexuellen Gesundheit und zur Prävention von HIV und anderen sexuell übertragbaren Infektionen (Sexually transmitted infections - STI). Das Projekt wird in Kooperation mit dem Verband der Privaten Krankenversicherung e.V. (PKV) umgesetzt und ist neben vielfältigen weiteren Präventionsangeboten des BIÖG eine Maßnahme der Initiative »LIEBESLEBEN«.

Was Sie in diesem Kapitel erwartet

Einblicke in:

- den Hintergrund und die Historie des Projekts
- die Ziele und Grundhaltungen des Projekts
- die Themenmodule von LLMP

Hintergrund des Projekts

Das Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG) verfolgt das Ziel, sexuelle Gesundheit in der Bevölkerung zu stärken - insbesondere durch die Prävention von HIV und anderen sexuell übertragbaren Infektionen (STI). Diese Aufgabe ist auch fest im schulischen Bildungsauftrag verankert und in den Lehrplänen der Bundesländer berücksichtigt. Jugendliche haben ein Recht auf altersgerechte, wissenschaftlich fundierte Informationen zu Sexualität, Schutz und Selbstbestimmung. Hier setzt »LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt« an: Es unterstützt Schulen dabei, ihren Bildungsauftrag zu erfüllen, und bringt die Themen sexuelle Gesundheit sowie HIV- und STI-Prävention zielgruppengerecht in den Schulalltag ein.

Um eine möglichst große Zahl von Schulen bundesweit zu erreichen und die Nachhaltigkeit der Themen sicherzustellen, verfolgt das Projekt zwei Ansätze:

1. **Länderverstetigung:** Gemeinsam mit und in dem jeweiligen Bundesland wird eine landesspezifische Train-the-Trainer-Fortbildungsstruktur etabliert, die schulische Lehr- und Fachkräfte stärkt und mit außerschulischen Fachkräften vernetzt.
2. **Parcours-Veranstaltung:** Einzelne weiterführende Schulen haben die Möglichkeit, von einem interaktiven Parcours zu profitieren, den geschulte Fachkräfte moderieren. Die Lehrkräfte und (außer-)schulischen Fachkräfte erhalten zudem eine Fortbildung, um sie im Umgang mit den Themen zu stärken und Vernetzung anzuregen.

Das Projekt ist mit den Anforderungen der Rahmenlehrpläne verknüpft und bietet Schulen eine Unterstützung bei der Umsetzung von Aktivitäten zur Förderung der sexuellen Gesundheit sowie der HIV- und STI-Prävention. Das Projekt wurde partizipativ entwickelt und wird fortlaufend durch eine umfassende Evaluation begleitet, um Qualität und Wirkung zu sichern.



Sexuelle Gesundheit

Sexuelle Gesundheit meint laut der Weltgesundheitsorganisation (WHO) das körperliche, emotionale, mentale und soziale Wohlbefinden mit Blick auf die Sexualität - einen positiven und respektvollen Umgang mit Sexualität und sexuellen Beziehungen sowie die Möglichkeit, angenehme und sichere sexuelle Erfahrungen zu machen, frei von Zwang, Diskriminierung und Gewalt.

¹ Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) wurde am 13. Februar 2025 per Ministererlass umbenannt in Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG).

Einbettung und Entwicklung von »LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt«

2016

Aus der Dachmarke
»GIB AIDS KEINE CHANCE«
entsteht die Initiative
»LIEBESLEBEN«



Launch des neuen
»LIEBESLEBEN«-
Webportals
www.liebesleben.de

2016-2018

Partizipative Entwicklung eines
schulischen Präventionsprojekts
mit Lehr- und Elternverbänden,
Expert*innen, außerschulischen
Fachkräften, politischen
Entscheidungsträgern und
Jugendlichen



2019

Vier Erprobungs-
einätze der
Parcours-
Veranstaltung in
unterschiedlichen
Schulformen



2020

Start des neuen
Präventionsprojekts für den
Einsatz in Schulen:
»LIEBESLEBEN - Das
Mitmach-Projekt«



2023

Erste Länderverstärkung
von »LIEBESLEBEN -
Das Mitmach-Projekt«



Ziele und Grundhaltung des Projekts

»LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt« (LLMP) bietet interaktive, niedrighschwellige Methoden und Materialien, die Sie flexibel in unterschiedlichen Lernsettings mit Jugendlichen einsetzen können. Die fächerübergreifende Konzeption der Materialien berücksichtigt neben körperlichen und biologischen Aspekten der Sexualität auch deren soziale, emotionale und mentale Komponente - und unterstützt so eine ganzheitliche Auseinandersetzung mit dem Thema Sexualität.

Die unterschiedlichen Zielgruppen profitieren im Rahmen des Projekts auf vielfältige Weise von zielgruppengerechter Wissensvermittlung, Kompetenzaufbau und spezifischen Unterstützungsangeboten:

Die Jugendlichen

- erhalten Handlungskompetenzen und Wissen zu Themen der sexuellen Gesundheit, um sich und andere vor HIV und anderen sexuell übertragbaren Infektionen (STI) zu schützen,
- bauen beim Sprechen über Sexualität vorhandene Hemmschwellen ab,
- setzen sich mit sexueller Selbstbestimmung und der medialen Darstellung von verschiedenen Sexualitäten auseinander,
- entwickeln ein Grenzen achtendes, respektvolles und verantwortungsvolles Verhalten gegenüber sich selbst und anderen und
- erfahren, wo sie verlässliche Informationen und bei Bedarf Hilfe erhalten können.

Die schulischen Lehr- und Fachkräfte

- erhalten vom BIÖG ein abgestimmtes Angebot zur Förderung der sexuellen Gesundheit im Setting Schule,
- lernen die Methoden und Materialien von »LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt« in einer praxisorientierten Fortbildung kennen und erwerben Kompetenzen, um die Themen altersgerecht, zeitgemäß und nachhaltig zu vermitteln,
- erhalten für den dauerhaften Einsatz in der Schule den Materialkoffer und
- werden bei der Vernetzung mit regionalen Fachstellen unterstützt.

Die außerschulischen Fachkräfte

- machen sich und ihr Beratungs- und Präventionsangebot im Setting Schule bekannt und fördern so die Vernetzung zwischen Schule und externen Fachstellen,
- lernen die Methoden und Materialien von »LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt« in einer praxisorientierten Fortbildung kennen und erwerben Kompetenzen, um die Themen altersgerecht, zeitgemäß und nachhaltig zu vermitteln,
- erweitern ihr Portfolio um interaktive Methoden und Materialien zur ganzheitlichen Förderung sexueller Gesundheit und
- vereinbaren kooperativ und bedarfsorientiert mit der Schule weitere eigenständige Veranstaltungen für Klassen.

»LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt« setzt zur Umsetzung dieser Ziele auf Offenheit, Sexualityfreundlichkeit, Respekt, Fürsorge und Verantwortung. Es fördert eine inklusive Lernumgebung, in der Vielfalt anerkannt und Diskriminierung aktiv entgegengewirkt wird. Ziel ist es, allen Jugendlichen einen geschützten Raum für eine respektvolle und selbstbestimmte Auseinandersetzung mit Sexualität zu bieten - unabhängig von sexueller Orientierung, Geschlechtsidentität und Lebensweise.

Vielfalt im Blick:

Wie kann ich sensibel mit Unterschiedlichkeit in meiner Klasse umgehen?

Antworten und Anregungen finden Sie im Kapitel zu »Vielfalt, Differenz und Diskriminierung im Schulkontext« auf Seite 30.

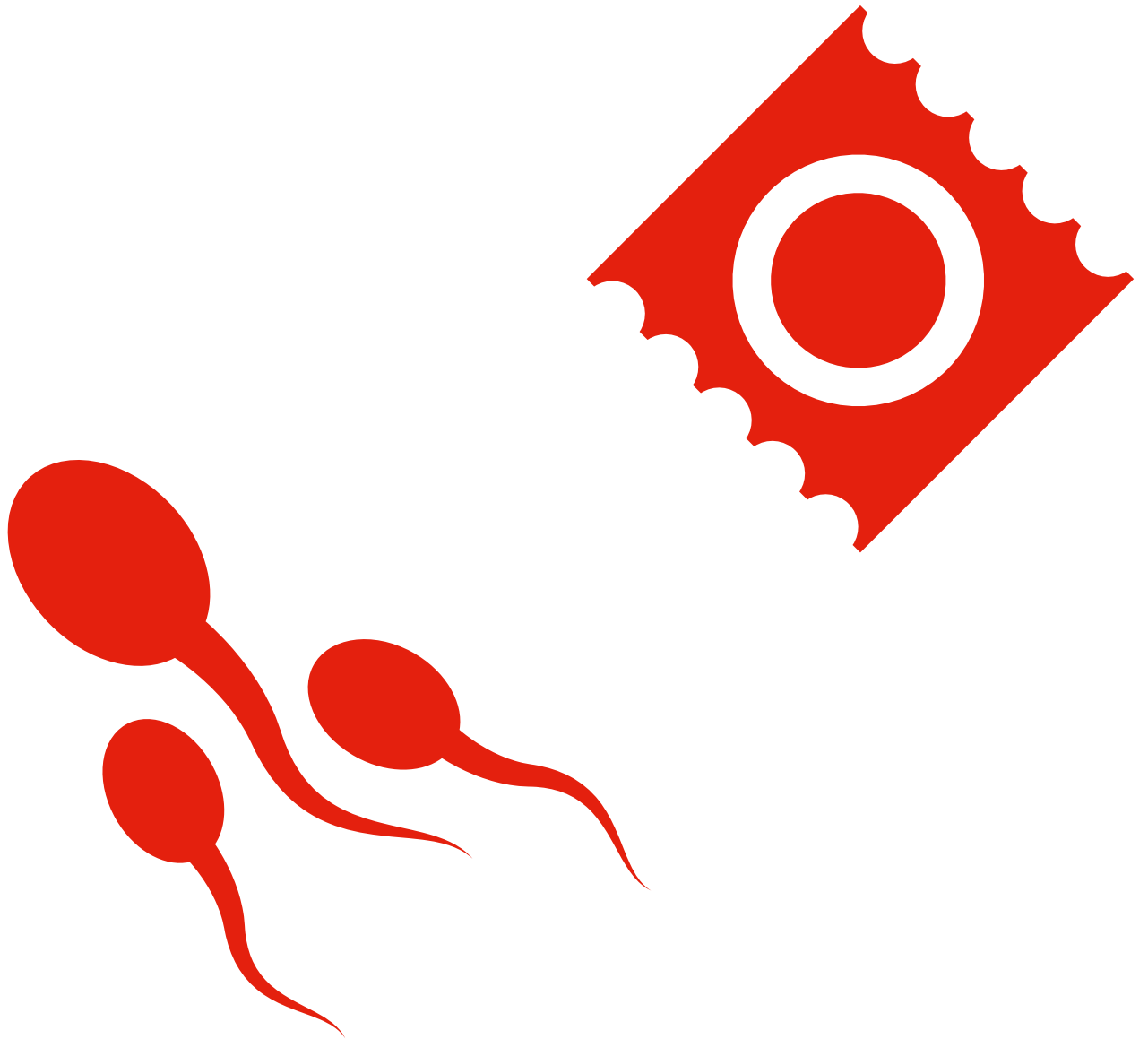


Die sechs Themenmodule

Die **Themenmodule** von »LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt« (LLMP) vermitteln Informationen, Haltungen und Handlungskompetenzen für den persönlichen Umgang mit den verschiedenen Aspekten der HIV- und STI-Prävention sowie der sexuellen Gesundheit. Die sechs Themenmodule sind Bestandteil der Parcours-Veranstaltung und des Materialkoffers des Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit (BIÖG). Zusätzlich finden Sie die Methoden und Materialien als PDF-Dokument zum Ausdrucken auf unserer Website: www.liebesleben.de/das-mitmachprojekt/material



Scannen Sie den QR-Code, um auf die Materialien und aktualisierte Methoden des Projekts zuzugreifen.



II. Umsetzung in der Praxis

Der Einsatz der Materialien gelingt besonders gut, wenn er niedrigschwellig, differenziert und gut vorbereitet erfolgt. Je nach schulischem Setting – ob im Fachunterricht, in Projektformaten oder als Aktionstag – lassen sich die Inhalte flexibel anpassen und passgenau in den Unterrichtsalltag integrieren. Dabei spielen sowohl die Altersgruppe als auch die Rahmenbedingungen eine zentrale Rolle.

Was Sie in diesem Kapitel erwartet

Praxisnahe Impulse und Handlungshilfen für:

- den Einstieg in die Planung und Vorbereitung, zum Beispiel die richtige Medien-, Materialien- und Methodenauswahl für Ihre spezifische Zielgruppe
- verschiedene Einsatzmöglichkeiten der Materialien (Projekttag, im Unterricht oder als Parcours-Veranstaltung)
- eine differenzierte und inklusive Umsetzung, zum Beispiel im Hinblick auf Förderbedarfe und (sexuelle) Vorerfahrungen
- den konstruktiven Umgang mit Herausforderungen im Schulalltag
- die Zusammenarbeit mit externen Fach- und Beratungsstellen

Planung und Vorbereitung – wie fange ich an?

Eine gute Vorbereitung ist entscheidend, um die Inhalte von »LIEBESLEBEN – Das Mitmach-Projekt« (LLMP) im Schulkontext sensibel, altersgerecht und inklusiv zu vermitteln. Sie schafft die Grundlage für einen respektvollen und sicheren Raum, in dem Schüler*innen sich informieren, austauschen und Fragen stellen können – ohne Angst vor Scham, Ausgrenzung oder Diskriminierung. Die folgenden Hinweise unterstützen Sie dabei, Ihre Themenwahl, Didaktik und das Setting bewusst und reflektiert zu gestalten.

Klären Sie im Vorfeld, ob und welche Informationen Sie an Eltern weitergeben möchten. Informieren Sie sich zudem über geeignete Beratungs- und Anlaufstellen, die bei persönlichen Fragen oder Unterstützungsbedarf – auch anonym – kontaktiert werden können. Zudem sollten Sie wissen, wie Sie in sensiblen Situationen handeln, etwa bei einem Coming-out oder bei der Offenbarung von Gewalterfahrungen. Sowohl vorschnelles Handeln als auch Verharmlosungen bestimmter Situationen können gravierende Folgen für die betroffenen Schüler*innen und die Schule haben.

Bei der Themen- und Medienauswahl sind das Alter der Schüler*innen und ihre Erfahrungshintergründe, aber auch wissenschaftliche Erkenntnisse, etwa zur psychosexuellen Entwicklung oder aus repräsentativen Befragungen (z. B. LIEBESLEBEN-Studie), entscheidend. Aber auch andere Aspekte, wie das Geschlecht oder interkulturelle Faktoren sind zu berücksichtigen. Dabei stehen unter Umständen individuelle Bedürfnisse Einzelner dem vereinbarten

Gruppenkonsens entgegen. Die Balance zwischen notwendiger Aufklärung und der Vermittlung, dass einerseits über sexualitätsbezogene Themen gesprochen werden kann, Sexualität andererseits etwas zu Schützendes, Intimes ist, bleibt herausfordernd.

Tauschen Sie sich mit Kolleg*innen darüber aus, welche Themenschwerpunkte in welchem Schuljahr angemessen sind und in welchen Fächern diese bearbeitet werden können. Auch ist zu empfehlen, im Vorfeld auf die Gestaltung der Rahmenbedingungen zu achten: Ist ein Stuhlkreis oder sind Tischgruppen möglich? Gibt es gegebenenfalls Ausweichräume (z. B. Teestube), die allein durch den Wechsel eine andere Atmosphäre schaffen? Der Einsatz vielfältiger Materialien jenseits des Schulbuchs, wie zum Beispiel des Koffers, bietet einen multisinnlichen Zugang. Bitte bedenken Sie bereits bei der Vorbereitung, dass Sie nicht auf Augenhöhe mit Ihren Schüler*innen kommunizieren können, aber dass Sie für eine achtsame, respektvolle und diskriminierungsarme Atmosphäre sorgen können.

Überlegen Sie auch vorab, was für Sie wichtig ist, um Inhalte vermitteln zu können. Welche methodisch-didaktische Vorgehensweise entspricht Ihrem Lehrstil? In der Praxis haben sich unterschiedliche Methoden bewährt. Interaktive Methoden und Austauschgespräche in Klein- oder Tischgruppen ermöglichen es, dass sich mehr Schüler*innen beteiligen, dass sie miteinander sprechen, sich weniger unsicher oder beschämt fühlen und voneinander lernen.

Gleichzeitig bieten sie Rückzugsmöglichkeiten. Bei mehrstündigen Projekten empfiehlt sich ein Wechsel der Sozialformen - von Klein-, Diskussions- oder Themengruppen über Einzelarbeit zum Brainstorming im Plenum. Bestimmte, vor allem körperbezogene Themen, wie pubertäre Veränderungen oder »das erste Mal« können für viele Jugendliche in geschlechtshomogenen Gruppen einfacher zu besprechen sein - sei es aus religiösen Gründen, aus Scham oder Schüchternheit. Eine solche Einteilung kann es einigen Schüler*innen erleichtern, Fragen zu stellen und sich aktiv zu beteiligen. Gleichzeitig kann eine strikte binäre Einteilung aber auch Nachteile bringen und ist etwa für trans*, inter* oder non-binäre* Jugendliche problematisch. Hier sollten Sie sensibel und auf Basis Ihrer Erfahrungen abwägen. Wenn eine Gruppeneinteilung vorgenommen wird, sollte diese vorübergehend und möglichst offen und inklusiv gestaltet sein. Um niemanden zu zwingen, sich einer Geschlechter-kategorie zuzuordnen, mit der sich die Person nicht identifiziert, können statt geschlechtsspezifischer Bezeichnungen thematische Umschreibungen gewählt oder Öffnungen erlaubt werden, wie zum Beispiel:

»Wir bieten zwei Gruppen an: Eine beschäftigt sich mit den körperlichen Veränderungen in der Pubertät, die typischerweise bei Menschen mit Eierstöcken auftreten, die andere mit denen, die bei Menschen mit Hoden auftreten.«

»Ihr könnt selbst entscheiden, in welcher Gruppe die besprochenen Inhalte für euch am relevantesten sind.«

»Jede Person sollte sich wohlfühlen. Falls ihr Fragen zur Gruppeneinteilung habt oder euch unsicher fühlt, kommt bitte zu mir.«

Andere Themen wiederum, wie etwa Schutz, Beziehungen oder gesellschaftliche Normen und Werte profitieren besonders vom Dialog in heterogenen Gruppen. Dieser Austausch trägt zu einem geschlechtersensiblen Miteinander und interkulturellem Lernen bei. Sie sollten daher stets abwägen, ob eine geschlechtsspezifische Gruppeneinteilung tatsächlich notwendig ist und wie sie inklusiv gestaltet werden kann. Die Methoden von »LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt« sind so konzipiert, dass sie auch in geschlechtsheterogenen Gruppen gut funktionieren und allen Jugendlichen eine offene, respektvolle und selbstbestimmte Auseinandersetzung mit den Themen ermöglichen.



Umsetzungsstrategien und Varianten in der Koffernutzung

Damit Ihre geplanten Veranstaltungen passgenau auf Ihre eigenen Bedürfnisse und Erwartungen abgestimmt stattfinden können, finden Sie im Folgenden einige Tipps und Tricks. Diese sollen Sie dabei unterstützen, die Module, Methoden und Materialien des LLMP-Koffers flexibel einzusetzen. Wie Ihre persönliche Umsetzung in der Praxis aussieht, kann sehr vielfältig sein – hier sind Ihnen keine Grenzen gesetzt.

Die Veranstaltungen lassen sich grob in zwei Varianten unterteilen:

- A. Anwenden einzelner Methoden im Unterricht/ in einer Gruppe (siehe Seite 15)
- B. Mehrstündige Veranstaltung mit einer Klasse/ Gruppe und mehreren Modulen/Methoden bis zur größeren Parcours-Veranstaltung mit mehreren Fachkräften – Projekttag/Klassenfahrt oder Ähnliches (siehe Seite 19)

Die Varianten können auch miteinander kombiniert werden, indem beispielsweise in einer Klassenstufe eine Parcours-Veranstaltung und in einer anderen eine mehrstündige Veranstaltungsreihe stattfindet.

Wie lassen sich Stationen gut kombinieren?

Im Allgemeinen lässt sich je nach Zielgruppe und Fokusthema eine Vielzahl an Kombinationsmöglichkeiten finden. Hier zwei Beispiele:

- Die Module »Schutz und Safer Sex« und »HIV und andere STI« ergänzen sich thematisch sehr gut, wenn man beispielsweise zum Thema HIV und sexuell übertragbare Infektionen (STI) im Biologieunterricht arbeiten möchte.
- Die Methode »Das Leben ist bunt«, die unter anderem körperliche Vielfalt thematisiert, ergänzt inhaltlich sowohl die Stationsbox »Körper und Gefühle« als auch das Thema »Vielfalt und Respekt«.

Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf: Schaffen Sie neue thematische Zusammenhänge, verknüpfen Sie Methoden neu miteinander und binden Sie all dies in Ihre eigenen Materialien ein.

A. Einsatz der Materialien im Unterricht

Die Methoden von »LIEBESLEBEN – Das Mitmach-Projekt« (LLMP) können Sie einzeln im Unterricht einsetzen – im regulären Fachunterricht oder fächerverbindend. Zudem bieten mögliche Aktionswochen oder besondere Tage einen Anlass, bestimmte Themen im Unterricht zu platzieren.

Die Tabelle² auf der folgenden Seite gibt Ihnen zunächst eine orientierende Übersicht darüber, wie die Themen von »LIEBESLEBEN – Das Mitmach-Projekt« in den Unterricht eingebunden werden können. Der Fokus liegt auf relevanten fachlichen Bezügen der Schulfächer der Sekundarstufen I und II; die Materialien können ebenso gut auch in Förderschulen im Schwerpunkt Lernen, Sprache und emotionale und soziale Entwicklung eingesetzt werden. Die Übersicht dient als Impuls, um die Themen von »LIEBESLEBEN – Das Mitmach-Projekt« systematisch und fachlich

fundiert im Schulalltag zu verankern. Für die Arbeit der Klassenleitung, der Schulsozialarbeiter*innen und Vertrauenslehrkräfte können bedarfsorientiert alle Module von Interesse sein.

Wichtig ist, dass das Material generell fachübergreifend und fächerverbindend einsetzbar ist. Je nach Ziel, Thema und Ausrichtung der Reflexionsfragen können auch auf den ersten Blick nicht verwandte Themen aufgegriffen werden. Das Modul »Körper und Gefühle« könnte beispielsweise im Sportunterricht mit dem Fokus auf Nähe und Distanz integriert werden. Oder Sie lassen das Rollenspiel zum Thema »Freundschaft und Beziehung« auf Englisch durchführen. Am Ende dieses Unterkapitels finden Sie den Einsatz eines einzelnen Themenmoduls exemplarisch für den fächerverbindenden Unterricht Biologie/Ethik im Themenfeld »Körper und Gefühle«.

² Diese Zusammenstellung erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Die tatsächliche Umsetzung und curriculare Einbindung kann je nach Bundesland, Schulform und Schulcurriculum deutlich variieren. Die Tabelle versteht sich als fachlich-inhaltliche Orientierungshilfe.

Möglichkeiten zur Einbindung der Module in den Unterricht und bei Aktionstagen

Themenmodul	Schulfächer	Anknüpfung an fachliche Inhalte	Aktionswochen/Anlässe
Schutz und Safer Sex	z. B. Biologie, Gesundheit, Ethik, Religion	Biologie/Gesundheit: z. B. Gesundheit, Prävention, Immunsystem, Infektionen (z. B. HIV, HPV), Sexualerziehung Ethik/ Religion: z. B. Verantwortung, Selbstbestimmung, Schutzrechte	z. B. Welt-AIDS-Tag (1. Dez.), Welt-HPV-Tag (4. März), Welttag der sexuellen Gesundheit (4. Sep.)
Freundschaft und Beziehung	z. B. Ethik, Religion, Deutsch, Sozialkunde, Pädagogik, Gesundheit	Ethik/Religion: z. B. Werte und Normen, zwischenmenschliche Beziehungen Deutsch: z. B. Kommunikationskompetenz, narrative Texte zu Beziehungsthemen Sozialkunde: z. B. soziale Rollen, Familie, Beziehungen Gesundheit: Determinanten von Gesundheit, psychosoziale Gesundheit	z. B. Valentinstag (14. Feb.), Feministischer Kampftag (8. März), Safer Internet Day (Februar), Woche der Seelischen Gesundheit (Okt.), Internationaler Tag der Familienvielfalt (1. Sonntag im Mai)
Körper und Gefühle	z. B. Biologie, Gesundheit, Ethik, Sport, Deutsch	Biologie/Gesundheit: z. B. Pubertät, körperliche Entwicklung, Hormone, psychosoziale Gesundheit Ethik: z. B. Emotionen, Selbstwahrnehmung Sport: z. B. Körperbewusstsein, Selbstbild Deutsch: Ausdrucksfähigkeit, Selbstreflexion, mediale Darstellungen	z. B. Welt-HPV-Tag (4. März), Girls' Day und Boys' Day (meistens im April), Welttag der Intergeschlechtlichkeit/Intersex Awareness Day (26. Okt.)



Themenmodul	Schulfächer	Anknüpfung an fachliche Inhalte	Aktionswochen/Anlässe
HIV und andere STI	z.B. Biologie, Gesundheit, Ethik, Religion, Sozialkunde	Biologie/Gesundheit: z.B. Übertragungswege, Prävention, Immunsystem, Infektionskrankheiten Ethik / Religion: z.B. Verantwortung, Solidarität	z.B. Welt-AIDS-Tag (1. Dez.), Welt-HPV-Tag (4. März), Welttag der sexuellen Gesundheit (4. Sep.)
Sexualität und Medien	z.B. Medienbildung, Deutsch, Ethik, Informatik, Gesellschaftslehre	Medienbildung: z.B. Umgang mit digitalen Medien, Datenschutz Deutsch: z.B. Analyse von Medieninhalten Ethik: z.B. Medienethik, Verantwortung Informatik: digitale Kommunikation, Sicherheit	z.B. Safer Internet Day (Februar), Medienkompetenztag
Respekt und Vielfalt	z.B. Ethik, Religion, Gesellschaftslehre, Politik, Deutsch, Gesundheit	Ethik/Religion: z.B. Toleranz, Menschenrechte, Diversität, Werte und Normen Gesellschaftslehre/Politik: z.B. Demokratiebildung, Antidiskriminierung Deutsch: z.B. Literatur zu Vielfaltsthemen, innerer Monolog Gesundheit: Determinanten von Gesundheit, psychosoziale Gesundheit	z.B. Deutscher Diversity-Tag (Mai), Pride Month (Juni), IDAHOBIT (17. Mai), Tag zum Schutz vor sexualisierter Gewalt (25. Nov.), Internationale Woche gegen Rassismus, Internationaler Tag der Familienvielfalt (1. Sonntag im Mai), Tag für Sichtbarkeit von trans* Personen/Trans Day of Visibility (31. März), Bisexual Awareness Week (Sep.), Coming Out Day (11. Okt.), Internationaler Intersex Awareness Day (26. Okt.), Trans Day of Remembrance (20. Nov.), Internationaler Tag der Menschen mit Behinderungen (3. Dez.)



Sensibler Einsatz der Methoden

Achten Sie darauf, die Methoden präventiv einzusetzen. Sie eignen sich nicht unmittelbar nach belastenden Ereignissen oder persönlichen Offenbarungen und insbesondere nicht zur Aufarbeitung dieser Situationen. In solchen Fällen sollte zunächst die Unterstützung der betroffenen Person im Vordergrund stehen. Die Themen können zu einem späteren Zeitpunkt erneut aufgegriffen werden, sobald sich die Situation stabilisiert hat.

Unterrichtsbeispiel - Themenmodul »Körper und Gefühle«

Das Unterrichtsziel in diesem Beispiel ist eine kritische Reflexion gesellschaftlicher Normen von Schönheit und die Wertschätzung von Vielfalt anhand der Methoden des Themenmoduls »Körper und Gefühle«. Für den Einsatz der Methoden in einer fächerverbindenden Einheit von Biologie und Ethik kann im beispielhaft skizzierten Rahmen eine Reihe von Lernzielen erreicht werden:

Lerngruppe	Klassenstufe 8, 25 Schüler*innen
Zeitlicher Umfang	90 Minuten
Fach	Biologie oder fächerverbindende Einheit zwischen Biologie und Ethik
Lernziele	Die Schüler*innen <ul style="list-style-type: none">• setzen sich kritisch mit gesellschaftlichen Schönheitsnormen und -idealen auseinander,• erkennen Vielfalt als Normalität und lernen, diese wertschätzend zu akzeptieren,• stärken ihre psychosoziale Gesundheit, indem sie Strategien für einen positiven Umgang mit sich selbst und anderen entwickeln.
Bezug zu Bildungsstandards	Bildungsstandards Biologie für den mittleren Schulabschluss: Der Mensch als Lebewesen: Sexualbildung und Diversität, Pubertät und Fortpflanzung (KMK 2024, Seite 33 f.)
Methoden und Materialien aus dem LLMP-Koffer	Themenmodul: »Körper und Gefühle«, Körperkarten der Methode »Das Leben ist bunt«



B. Parcours-Veranstaltung im Rahmen eines Projekttag

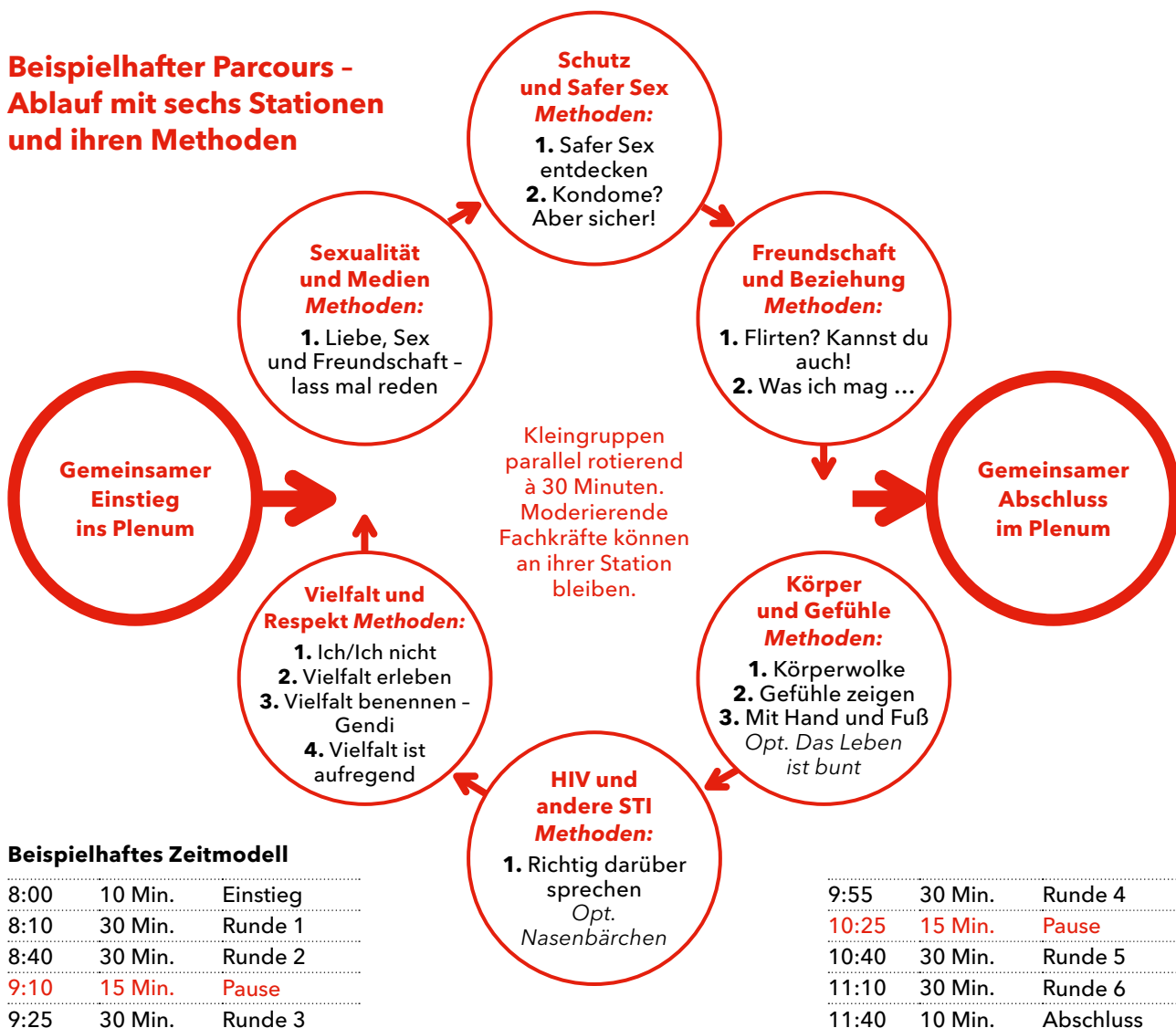
Die Methoden von »LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt« (LLMP) lassen sich im Rahmen eines Projekttag auch als größere Parcours-Veranstaltung umsetzen. Planen Sie dafür im Vorfeld, wie viele moderierende Lehr- und/oder Fachkräfte zur Verfügung stehen, wie viele Themenstationen Sie besetzen möchten, welche Methoden pro Station zum Einsatz kommen und mit wie vielen Jugendlichen Sie gleichzeitig in Kleingruppen arbeiten können.

In Regelschulen sind bis maximal 15 Jugendliche je Gruppe sowie Umsetzungszeiten zwischen 30 und 45 Minuten je Station möglich beziehungsweise empfehlenswert. Bei Durchführungszeiten von mehr als 30 Minuten pro Station kann es sich anbieten, die Durchführung des Parcours auf zwei Tage aufzuteilen, insbesondere wenn Sie das Projekt nicht innerhalb eines Ganztagskonzepts umsetzen. Informationen zur inklusionsgerechten Umsetzung finden Sie weiter unten in diesem Kapitel.

Wenn Sie alle sechs Themenstationen besetzen möchten, können Sie sich für Regelschulen an dem hier vorgestellten beispielhaften Zeitmodell orientieren. Falls Sie alle Stationen einsetzen wollen, aber nur vier Fachkräfte haben, können Sie mit vier (größeren) Gruppen arbeiten - in jeder Runde bleiben dann jeweils zwei der sechs Stationen frei. Wenn Sie weniger Zeit haben, entfallen eine oder mehrere Stationen und damit eine oder mehrere der 30-minütigen Runden.

Der gemeinsame Start erfolgt im Plenum. Nach einer kurzen Einführung gehen die Jugendlichen in Gruppen mit der Stationsmoderation zu ihrer ersten Station. Nach 25 Minuten ertönt ein akustisches Vorseignal (Gong o.Ä.) als Hinweis für die Moderation, zum Ende zu kommen. Mit dem Wechselsignal fünf Minuten später wechseln alle Gruppen in Uhrzeigerrichtung zur nächsten Station. Zum Schluss kommen alle Gruppen im Plenum wieder zusammen.

Beispielhafter Parcours - Ablauf mit sechs Stationen und ihren Methoden






Differenzierungsmöglichkeiten: Anpassung an unterschiedliche Voraussetzungen

Jugendliche bringen unterschiedliche Voraussetzungen mit – sei es im Hinblick auf Bildung, Sprache, Vorerfahrungen, Teilhabechancen oder ihre körperliche und emotionale Entwicklung. Um allen Jugendlichen eine möglichst passende Auseinandersetzung mit Themen rund um sexuelle Gesundheit zu ermöglichen, bieten die Methoden zahlreiche Hinweise zur Differenzierung und Anpassung. Die folgenden Überlegungen unterstützen Sie dabei, die Inhalte gezielt auf die Bedürfnisse Ihrer Gruppe abzustimmen – von der Auswahl geeigneter Methoden und Materialien über die Steuerung der inhaltlichen Tiefe bis hin zu praktischen Aspekten der Umsetzung. Konkrete Empfehlungen zur Differenzierung der Methodenanwendung finden Sie zudem in den **Methodenbeschreibungen** selbst.

- **Materialauswahl nach Vorerfahrung**

Das Material ermöglicht eine abgestufte Differenzierung nach Vorerfahrungen im Bereich Beziehung und Sexualität. Bei den meisten Methoden steht Material zur Auswahl, das mit 1, 2 oder 3 weißen Punkten gekennzeichnet ist:

- 3 Punkte  – für alle geeignet, für Jugendliche mit und ohne (sexuelle) Vorkenntnisse und Erfahrungen
- 2 Punkte  – gegebenenfalls nicht für alle geeignet, sondern für Jugendliche mit teilweise ersten (sexuellen) Vorkenntnissen und Erfahrungen
- 1 Punkt  – nicht für alle geeignet, sondern – für Jugendliche mit (sexuellen) Vorkenntnissen und Erfahrungen

- **Reduktion der Methode**

Umfang und Tiefe einzelner Methoden können bei Bedarf reduziert werden – zum Beispiel durch die Auswahl einzelner Teilaspekte oder eine begrenzte Materialauswahl. In der Methode **»Safer Sex entdecken«** lässt sich beispielsweise die Anzahl der Verhütungsmittel und der Safer-Sex-Methoden begrenzen.

- **Steuerung der inhaltlichen Tiefe**

Die Reflexionsfragen in den Methodenbeschreibungen helfen, den inhaltlichen Anspruch je nach Gruppe zu steuern. Sie bieten Impulse zur Vertiefung oder Vereinfachung und ermöglichen eine alters- und entwicklungsgerechte Umsetzung.

- **Vereinfachung durch anschauliche und haptische Zugänge**

Für Gruppen mit geringer Lesekompetenz oder einem niedrigeren Abstraktionsvermögen eignen sich Methoden mit starkem Bild- und Handlungsbezug. Visuelle Materialien wie die Körperkarten »Das Leben ist bunt« oder haptische Elemente wie bei »Flirten? Kannst du auch!« erleichtern den Zugang. Auch das Vorlesen oder Vorspielen von Szenarien kann das Verständnis fördern und emotionales Einfühlen unterstützen.

- **Schwerpunkte setzen**

Je nach Bedarf lassen sich thematische Schwerpunkte setzen: Im Modul **»Körper und Gefühle«** können Sie zum Beispiel gezielt auf den achtsamen Umgang mit Grenzen eingehen oder Schönheitsideale als Fokusthema wählen – auch durch die Auswahl einzelner Methoden oder eine bewusst reduzierte Umsetzung.

- **Anpassungen der Gruppengröße**

In Gruppenarbeitsphasen kann es sinnvoll sein, kleinere Gruppen zu bilden. Auch im Kontext von Parcours-Veranstaltungen (Variante B) eignen sich kleinere Gruppen insbesondere bei Schüler*innen mit sonderpädagogischem Förderbedarf (z. B. sechs bis acht Personen statt bis zu zwölf). Auch kann hier die Anzahl der Gruppen reduziert werden.

- **Zeitliche Anpassungen**

Durch methodische Reduktion und Vereinfachung lässt sich der zeitliche Umfang flexibel gestalten. Bei der Umsetzung von Parcours-Veranstaltungen (Variante B) kann die Dauer einzelner Stationen angepasst werden – etwa auf 25 Minuten verkürzt werden bei bestehendem Förderbedarf. Zusätzlich sollten längere oder häufigere Wechsel- und Erholungspausen eingeplant werden. Für Jugendliche mit Förderbedarf im Schwerpunkt geistige Entwicklung empfiehlt sich eine reduzierte Tagesstruktur mit zwei Stationen à 60 bis 75 Minuten und anschließender Nachbereitung.

Nutzen Sie Ihr Wissen über die Gruppe, um Methoden auszuwählen, die motivieren und stärken – und reflektieren Sie zugleich mögliche Risiken wie Überforderung oder das (Re-)Produzieren von Ausgrenzung.

Hürden meistern: Zeit, Räume, Material, Kollegium, Eltern ...

Im Folgenden finden Sie eine Übersicht über die Herausforderungen, die Ihnen bei der Umsetzung Ihrer geplanten Veranstaltungen begegnen können, und eine Liste mit Lösungsvorschlägen, die notwendige Voraussetzungen und potenzielle Hindernisse benennt.

Mögliche Herausforderungen

Lösungsvorschläge

Schulorganisation: Zeitliche und personelle Ressourcen, Motivation, Relevanz im Kollegium ...

- Projekte, die schulübergreifend sind, haben bessere Chancen, umgesetzt zu werden
- Prozesse werden von Anfang an partizipativ gestaltet und von der Schulleitung unterstützt
- Sexualerziehung ist Bestandteil des schulischen Bildungsauftrags und Inhalt der Lehrpläne
- Zunächst die motivierten Lehrkräfte ansprechen und das Material vorstellen und dann Stück für Stück auch alle anderen ins Boot holen
- Gründung einer AG/Planungsgruppe
- Fächerübergreifend arbeiten, indem Klassenlehrkräfte miteinbezogen werden
- Schulsozialarbeit ansprechen
- Externe Fachkräfte einladen
- Ältere Schüler*innen miteinbeziehen und als »Expert*innen« schulen
- Schaffung von Kooperationen mit Universitäten/Hochschulen: Studierende (z. B. der Sexualpädagogik und anderer verwandter Bereiche) können angefragt werden (ggf. müssen diese auch ein Praxismodul belegen)

Verfügbarkeit und Rahmenbedingungen der Räume

- Klassenräume, die Aula oder Sporthallen könnten genutzt werden
- Frühzeitige Planung, um Verfügbarkeit der Räume sicherzustellen
- Große Räume gegebenenfalls teilen
- Spezialräume nutzen, zum Beispiel Räume der Schulsozialarbeit

Kofferorganisation

- Es gibt einzelne Personen, die sich für den Verleih und die Vollständigkeit des Koffers verantwortlich fühlen
- Digitale Buchungssysteme für die Materialien sind denkbar
- Digitalisierung des Materials, um ständigen Zugriff zur einfachen Vorbereitung der Lehrkräfte zu gewährleisten
- Fotos der einzelnen Stationen des Materialkoffers

Nicht ausreichend Material vorhanden; Materialien sind defekt oder fehlen

- Nachbestellungen, zum Beispiel von Kondomen, über BIÖG möglich
- Material eigenständig vervielfältigen oder Online-Material zum Ausdrucken nutzen
- Für die Kondomschule zusätzliche schulinterne Penis-Modelle nutzen oder dazukaufen
- Genitalmodelle und Körpervielfalts-Karten kaufen (Finanzierung ggf. über Förderverein)
- Bei defekten und fehlenden Materialien: Kontaktaufnahme über die LLMP-Hotline für Lehr- und Fachkräfte: 0221 8992 700 oder per E-Mail: info@liebesleben.de

Aktualisierung von Materialien

- Auf der Website »LIEBESLEBEN – Das Mitmach-Projekt« finden Sie weitere/neue Methoden und Überarbeitungen
- Kontaktaufnahme über die LLMP-Hotline für Lehr- und Fachkräfte: 0221 8992 700

Arbeit mit großen Gruppen

- Methoden wie die Kugellagermethode anwenden: Freies Sprechen und aktives Zuhören in der ganzen Gruppe werden trainiert und die Fixierung auf die Lehrkraft wird aufgehoben, sodass Methoden auch in großen Gruppen effektiv genutzt werden können
- Methoden müssen teilweise adaptiert werden, damit sie alleine mit einer Klasse umgesetzt werden können
- Im Team arbeiten/Kolleg*in dazuholen
- Gruppe teilen

Bedenken/Vorurteile von Eltern

- Informationsschreiben im Voraus
- Einladung zu einer Informationsveranstaltung, gegebenenfalls mit externen Fachkräften

Optische Gestaltung

- Dekoration von Schüler*innen gestalten lassen, gegebenenfalls Fächer und AGs wie die Kunst-AG miteinbeziehen

Wissensstand und Hintergrundwissen

- Die Teilnehmenden der Schulung verbreiten ihr Wissen in der Schule weiter. Lehrkräfte übernehmen unterschiedliche Stationen, je nach thematischem/fachlichem Fokus
- Austausch zwischen Kolleg*innen im Rahmen von beispielsweise Fachschaftstreffen oder anderen Gremien, um den LLMP-Koffer auch Personen, die nicht an der Schulung teilgenommen haben, näherzubringen und Hemmschwellen abzubauen
- Hinzuziehen von Fachliteratur und Online-Materialien, zum Beispiel über www.liebesleben.de/fachkraefte
- Weiterführende Fortbildungen und Fachberatungen nutzen
- Nutzen Sie Beratungsstellen, zum Beispiel die Fachberatung des BIÖG bei Fragen zum Thema geschlechtliche und sexuelle Vielfalt (0221 89 92 876, Mo. bis Do.: 12-16 Uhr)
- Bei Fragen zum Einsatz der Methoden und Materialien: Kontaktaufnahme über die LLMP-Hotline für Lehr- und Fachkräfte (0221 8992 700)

Hemmschwellen der Schüler*innen

- Möglichst sichere Räume schaffen, zum Beispiel durch Gesprächsregeln
- Freiwilligkeit und Rückzug ermöglichen
- Externe Fachkräfte und ältere Schüler*innen miteinbeziehen
- Entspannte Atmosphäre schaffen, zum Beispiel durch Spiele oder Raumdekoration
- Im Vorfeld schon verschiedene Dinge ansprechen, um die Jugendlichen zu den Themen hinzuführen
- Scham anerkennen und Grenzen achten
- Alle als Lernende begreifen

Kooperation mit regionalen Beratungs- und Bildungsangeboten

Zur langfristigen Realisierung des Projekts an Ihrer Schule spielen (insbesondere regionale) außerschulische Fachstellen eine zentrale Rolle. Diese können Sie personell bei Ihren Vorhaben entlasten. Fachkräfte im Bereich HIV- und STI-Prävention können Sie beispielsweise in der Umsetzung der Themenmodule »Schutz und Safer Sex« oder »HIV und andere STI« unterstützen. Gleichzeitig können Sie die Kontaktdaten Ihrer Fachberatungsstellen vor Ort als direkte Anlaufstelle an Ihre Schüler*innen vermitteln. Bauen Sie Ihr Netzwerk aus und setzen Sie unterschiedliche Schwerpunkte in Ihrer Arbeit. Nutzen Sie die Tabelle, um Ihre Netzwerkkontakte an zentraler Stelle zu sammeln.

Name der Beratungsstelle und Adresse	Schwerpunkt des Angebots /An wen richtet sich das Angebot?	Gab/Gibt es bereits eine Kooperation?	Kontakt (Name, E-Mail und Telefon)	Kommentare zur Zusammenarbeit



III. Sexuelle Gesundheit stärken, Haltung entwickeln

Die Auseinandersetzung mit Sexualität in der Schule erfordert mehr als Wissen - sie lebt von Haltung, Sprache und einem reflektierten Umgang. Lehr- und Fachkräfte übernehmen hierbei eine besondere Verantwortung: Sie schaffen Räume für Vertrauen, fördern respektvolle Beziehungen und leisten damit einen wichtigen Beitrag zum Schutz und zur sexuellen Gesundheit von Jugendlichen.

Was Sie in diesem Kapitel erwartet

Grundlagen und Impulse zur:

- Bedeutung der Schule für die Förderung sexueller Gesundheit
- Rolle der Lehr- und Fachkräfte
- sensiblen Kommunikation über Sexualität mit Jugendlichen
- wertschätzenden Auseinandersetzung mit Vielfalt und Differenz
- Entwicklung von Schutzkonzepten in der Schule
- professionellen Reaktion bei Offenbarungen oder Verdachtsmomenten

Schule als Ort zur Förderung sexueller Gesundheit

Schule ist ein zentraler Lern- und Lebensort für Kinder und Jugendliche - hier verbringen sie einen großen Teil ihrer Zeit, entwickeln soziale Beziehungen und setzen sich mit wichtigen Themen ihrer persönlichen Entwicklung und mit gesellschaftlichen Normen und Werten auseinander.

Durch die Konfrontation mit Meinungen und Erwartungen anderer überprüfen und entwickeln Jugendliche dort ihre eigenen Kommunikations-, Verhaltens- und Einstellungsmuster. Die Persönlichkeitsentwicklung in der Pubertät ist eng mit vielen relevanten sexualitätsbezogenen Themen verknüpft, wie etwa Identitätsbildung, Körperveränderungen, Körperbild, Beziehungen oder Intimität. Die Vermittlung schulischer Sexualerziehung beschränkt sich daher nicht allein auf den Biologieunterricht, sondern ist als ein übergreifendes Querschnittsthema zu betrachten.

In einer Schulklasse kommen Heranwachsende aus unterschiedlichen sozialen Kontexten, mit verschiedenen persönlichen Kompetenzen und biografischen Erlebnissen zusammen. Einige sind zum Beispiel in relativ stabilen Beziehungen aufgewachsen, während andere Trennungen oder Gewalt erlebt haben. Die Förderung sexueller Gesundheit im schulischen

Kontext ermöglicht gesellschaftliche Teilhabe, unabhängig von Herkunft, Religion, Geschlecht und/oder sozialem Status. Ein schulisches Projekt bietet jungen Menschen die Chance, in einer sicheren und respektvollen Umgebung mehr über Sexualität, Schutz, sexuelle Rechte und zwischenmenschliche Beziehungen zu lernen und sich mit ihren eigenen Werten und Normen und denen anderer auseinanderzusetzen.

Im Schulalltag ist sexuelle Bildung in ein komplexes System des Für- und Miteinanders eingebunden. Nur wenn dieser von gegenseitigem Respekt, Zuhören und Achtsamkeit gegenüber eigenen Gefühlen, denen der anderen und Offenheit für unterschiedliche Denkweisen, Liebes- und Lebensformen gegeben ist, kann Lernen und persönliche Weiterentwicklung gut gelingen. Dieses Ziel wird am effektivsten dadurch erreicht, dass Schule ein »sicherer Ort« für alle ist. Um dies zu gewährleisten, benötigt jede Schule nicht nur ein Schutzkonzept, sondern bestenfalls auch einen fächerübergreifenden »roten Faden«, zum Beispiel in Form eines sexualpädagogischen Konzepts, damit der gesetzliche Bildungsauftrag zu diesen Themenbereichen gut umgesetzt und sexuelle Gesundheit ganzheitlich gefördert werden kann.

Die Rolle als Lehr- und innerschulische Fachkraft

Die Anforderungen an Lehrkräfte im Kontext der Sexualerziehung sind stetig gestiegen – hinsichtlich der Themenvielfalt oder der Erwartungshaltung der Eltern und auch des Kollegiums oder mit Blick auf die gesellschaftlichen Entwicklungen und Voraussetzungen. Im schulischen Kontext ist zu bedenken, dass die Schüler*innen dort nicht wählen können, ob sie sich für das Thema interessieren oder ob sie bereit sind, sich mit anderen darüber auszutauschen. Deshalb ist es wichtig, bei der Planung die folgenden Überlegungen zu berücksichtigen: dass es einerseits ein (un-)ausgesprochenes Interesse geben kann, andererseits das Thema Sexualität jedoch auch in unauflösbaren Widersprüchen für alle Beteiligten stehen kann. Schüler*innen sind es gewohnt, Leistungsbewertungen ausgesetzt zu sein. Beim Sprechen über Körper, Beziehungen und Sexuelles kann das jedoch an Grenzen stoßen, denn es ist vom Aufbau eines Vertrauensverhältnisses abhängig. Außerdem gilt es, die Balance zwischen Intimität und Veröffentlichung, Nähe und Distanz und der Vermittlung von Wissen versus Schutz vor Fremdbestimmung und Diskriminierung zu finden. Dabei sollten Sie gruppendynamische Aspekte und Ihre Rolle als Lehrkraft nicht unterschätzen. Die Herausforderung besteht darin, eine vertrauensvolle Atmosphäre zu schaffen, in der die Schüler*innen keine Angst vor Vorurteilen, Stigmatisierung oder Diskriminierung haben müssen. Ohne diese vertrauensvolle Basis wird der Lernerfolg gering bleiben.

Die Steuerung des Themas und der Lerngruppe sowie der Schutz vor abwertenden, diskriminierenden Äußerungen vonseiten einzelner Schüler*innen liegt stets und alleinverantwortlich in Ihren Händen. Deshalb wählen Sie das Setting, die Methoden, das didaktische Vorgehen und Ihre Rolle im Prozess so, dass auch Sie sich damit wohl – und sicher fühlen. Unterstützung können Sie zum Beispiel von Beratungsstellen vor Ort erhalten (siehe Infobox). Sie als Lehrperson stehen vor der Herausforderung, einerseits Vertrauen aufbauen zu müssen, um über diese sensiblen Themen sprechen zu können.

Andererseits besteht die Gefahr, dass vonseiten der Schüler*innen Projektionen stattfinden oder Fantasien über Ihr Privat- und Sexuelleben ausgelöst werden, gerade wenn Sie sich als Person mitbringen und so unter Umständen auch an Autorität verlieren. Reflektieren Sie daher im Vorfeld Ihre eigene Haltung zu dem Thema, das Sie bearbeiten, und bereiten Sie sich auf (persönliche) Fragen vonseiten der Schüler*innen vor. Seien Sie sich bewusst, wo Sie Ihre Grenze setzen und wie Sie darauf reagieren, ohne die Fragenden vor den Kopf zu stoßen, auch wenn es sich womöglich um eine Provokation zum Austesten Ihrer Person handelt.

Die Herausforderungen beim Thema Sexualität in der Schule im Blick haben:

- Die Schüler*innen sind nicht freiwillig im Raum.
- Sie haben sich das Thema nicht ausgesucht, sondern es wird – wenn auch aus nachvollziehbar wichtigen Gründen – gesetzt.
- Die Atmosphäre in der Klasse und die Rahmenbedingungen sind nur geringfügig zu beeinflussen.
- Sie als Lehrperson sollten sich Ihrer Rolle, Ihrer Verantwortung und der damit verbundenen Grenzen stets bewusst sein und sich je nach gewähltem Setting als Wissensvermittler*in, Moderator*in oder Impulsgeber*in verstehen.

Sexualerziehung ohne die Einbeziehung von Medien, die Schüler*innen zu diesen Themenfeldern konsumieren, ist inzwischen undenkbar. Der Erwerb von Medienkompetenz zählte schon immer zu den schulischen Aufgaben. Und er hat auch wichtigen Anteil an der Förderung sexueller Gesundheit. Um diese Themen angemessen bearbeiten zu können, ist es notwendig, über eigene Medienkenntnisse zu verfügen, kritische Reflexionen dazu anzubieten sowie die Expertise der Schüler*innen miteinzubeziehen. Auf Seite 45 finden Sie Reflexionsfragen, die Ihnen einen bewussteren Zugang zu Haltungs- und Rollenfragen ermöglichen können.



Unterstützungsmöglichkeiten durch externe Kooperationen

Die Zusammenarbeit mit externen Fachorganisationen, die sich auf bestimmte Themen wie Sexualität und Medien oder Gewaltprävention spezialisiert haben, kann hilfreich sein. Diese bieten Ihnen Beratung zu persönlichen Anliegen, aber auch zur methodisch-didaktischen Vermittlung oder direkte Kooperationen an, indem sie einen Teil des Unterrichts übernehmen. Eine Kooperation entbindet Sie nicht von Ihrem Bildungsauftrag, sondern ist stets als Ergänzung zu verstehen. Konkrete Absprachen zwischen den Kooperationspartner*innen haben sich in der Praxis jedoch bewährt und tragen zur Nachhaltigkeit bei. Auf Seite 24 finden Sie ein Unterstützungstool, in dem Sie Ihre Kontakte zu regionalen Beratungs- und Bildungsangeboten festhalten können.

Mit Schüler*innen über Sexualität sprechen

Das Reden über Sexualität ist kontextabhängig und die Sprachstile variieren erheblich, je nachdem mit wem, in welcher Situation oder über welches Thema Sie mit jemandem sprechen. Wenn in der Schule über Sexualität gesprochen wird, spielt der Sprachstil eine große Rolle. Wählen Sie eine sachliche, respektvolle Sprache, um einen angemessenen Austausch zu gewährleisten. Jugendliche untereinander oder in Abgrenzung zu Erwachsenen benutzen meist eine informellere und lockerere Sprache, die in verschiedenen sozialen Kontexten, wie in Pausen oder unter Freund*innen, auch humorvoll, provokant, bisweilen auch unangemessen sein kann. Diese eignet sich häufig nicht für den Unterricht, in dem es um die Vermittlung von Wissen oder die Auseinandersetzung über ernste Themen wie einvernehmliche Beziehungen, Aufklärung und Verantwortung geht. Diese unterschiedlichen Sprachstile sollten Sie berücksichtigen, um eine Brücke zwischen den verschiedenen Kommunikationswelten zu schlagen und so ein effektives Lernen und eine offene Auseinandersetzung mit sexuellen Themen zu ermöglichen. Gleichzeitig ist es wichtig, dass Sie sich in Ihrer eigenen Sprache wohlfühlen und authentisch bleiben, da nur so eine vertrauensvolle und glaubwürdige Gesprächsbasis geschaffen werden kann.

Achten Sie darauf, nicht nur über das Thema zu referieren, sondern miteinander ins Gespräch zu kommen. Treffen Sie deshalb zu Beginn einer Unterrichtsreihe oder eines Projekts gemeinsam Vereinbarungen, die alle respektieren können. Definieren Sie soziale und kommunikative Regeln, mit denen sich alle wohl, sicher und geschützt fühlen (siehe Infobox). Erklären Sie den Schüler*innen, warum diese Regeln immer, aber beim Thema Sexualität und Beziehungsgestaltung besonders sensibel sind.

Oft stellen Jugendliche Fragen, hinter denen sich mehr verbirgt, oder sie sprechen über Anliegen oder Probleme von Freund*innen, die (auch) ihre eigenen sind. Diese Komplexität zu entschlüsseln und sensibel darauf zu reagieren, bleibt herausfordernd. Weisen Sie die Schüler*innen darauf hin, dass sie selbst entscheiden müssen, ob und welche Fragen sie in welchem Rahmen stellen. Bieten Sie ihnen an, dass es auch immer die Möglichkeit gibt, im Anschluss an den Unterricht Fragen persönlicherer Natur zu stellen, die vielleicht für den Unterricht unpassend erscheinen. Machen Sie ihnen ein Angebot, an wen sie sich in solchen Fällen wenden können. Das müssen nicht immer Sie selbst sein. Aber vielleicht sind Sie mit Beratungsstellen vernetzt oder es gibt Vertrauenslehrkräfte oder Schulsozialarbeiter*innen an Ihrer Schule, die bereit sind, auch sexualitätsbezogene Fragen zu beantworten. Am besten klären Sie das bereits im Vorfeld.

Die Schüler*innen bringen aus unterschiedlichen Gründen (soziales Umfeld, religiöse Zuordnung, Bildungszugänge in der Familie etc.) verschiedene Sprachstile mit, die sich so im Unterricht abbilden und Vielfalt sichtbar machen. Sie können den Schüler*innen unbekannte Begriffe altersentsprechend erklären, Mythen und Halbwissen entkräften. Gleichzeitig ist es notwendig, zu bestimmten Wörtern eine Orientierung zu geben. Vielfalt in einem angemessenen Rahmen, auch in der Sprache, ermöglicht Begegnung und Kreativität unter den Schüler*innen. Der Wortschatz, der im biografischen Verlauf – meistens im familiären Kontext – erworben wurde, gehört zur Individualität einer Person. Auch hilft es, wenn Sie im Vorfeld erforschen, welche Herkunft bestimmte Wörter haben und was sie übersetzt bedeuten. Sprache kann nicht per se in gut oder schlecht eingeteilt werden. Sie ist etwas Lebendiges, unterliegt dem Zeitgeist und unterschiedlichen Einflussfaktoren. Eine Bewertung der Sprache, die auch bisweilen mit Rückschlüssen auf die Schüler*innen und deren Familien einhergehen und zu Vorurteilen und Diskriminierungen führen können, ist unangebracht. Vielmehr geht es um eine Erweiterung der Kompetenzen sowohl im Reden als auch im Handeln.

Kommunikation findet immer statt, auch wenn nicht gesprochen wird. Der nonverbalen Kommunikation kommt eine ebenso große Bedeutung zu wie der sprachlichen Kommunikation. Das gilt insbesondere für Themen, die die eigenen Gefühle, Erlebnisse oder die Privatsphäre berühren. In den meisten Fällen drückt die Körpersprache, wie zum Beispiel Gestik oder Mimik, mehr aus als die verbale Sprache. Auch dieser Aspekt sollte beim Sprechen über Sexualität mitberücksichtigt werden. So können Schüler*innen beispielsweise im Frontalunterricht besser »untertauchen« als in einer Kleingruppe, wenn ihnen das Thema unangenehm oder peinlich ist.



Beispielhafte soziale und kommunikative Regeln:

- Einander zuhören
- Fragen sind erlaubt
- Lachen ist erlaubt
- Auslachen ist verboten
- Freiwilligkeit: Schüler*innen entscheiden selbst, in welchem Maß sie sich beteiligen und was sie teilen
- Ich-Form verwenden: Wir sprechen über uns selbst, nicht über die anderen
- Was Mitschüler*innen teilen, wird nicht weitererzählt.

Vielfalt, Differenz und Diskriminierung im Schulkontext

Menschen sind unterschiedlich. Und das ist gut so.

Stellen Sie sich vor, alle Menschen wären gleich: gleiche Herkunft, gleiche Fähigkeiten, gleiche Lebensweise. Eine solche Vorstellung zeigt schnell, wie wertvoll Vielfalt ist. Denn wir alle bringen unterschiedliche Eigenschaften, Erfahrungen, Perspektiven und Lebensrealitäten mit – und genau das bereichert unsere Gesellschaft und unseren schulischen Alltag.

Diese Diversität wertzuschätzen und als selbstverständlichen Teil unseres Zusammenlebens anzuerkennen, ist ein wichtiger Schritt im Leben. Doch nicht alle Merkmale, Identitäten oder Lebensweisen werden gesellschaftlich gleich respektiert. Einige gelten als »normal«, »wünschenswert« oder werden sichtbar gefördert – andere hingegen werden ausgegrenzt, abgewertet oder unsichtbar gemacht.

Dabei haben alle Menschen etwas Grundlegendes gemeinsam: das Recht auf ein würdevolles Leben – frei von Diskriminierung und mit gleichen Chancen auf Teilhabe. Für die Schule bedeutet das konkret: das Recht auf einen gleichberechtigten Zugang zu Bildung, auf einen Alltag ohne Diskriminierung, auf Schutz vor Gewalt und auf Unterstützung bei der Entwicklung eines positiven Selbstbilds.

Unterschiede zwischen Menschen bestehen zwar zum Beispiel biologisch, kulturell oder sozial – doch ihre gesellschaftliche Bedeutung wird sozial und kognitiv hergestellt. Manche Merkmale, die als gesellschaftlich relevant gelten, dienen zur Kategorisierung. Sie werden oft in Gegensatzpaaren (wir/andere, jung/alt etc.) gedacht, um sich in der sozialen Welt zurechtzufinden. Werden diese Unterscheidungen jedoch mit Bewertungen verknüpft, können sie zur Grundlage für Hierarchien werden – etwa in Form von Rassismus, Sexismus oder anderen Diskriminierungsformen. Diese Hierarchisierungen beeinflussen, wer welchen Zugang zu Ressourcen wie Wertschätzung, Bildungsaufstieg, Mitbestimmung oder finanzielle Sicherheit hat – und wer nicht.

Oft geht es dabei nicht nur um ein einzelnes Merkmal – vielmehr wirken Unterschiede auch zusammen: Die meisten Menschen profitieren von bestimmten sozialen Kategorien oder Merkmalen und sind zugleich in anderen Bereichen benachteiligt. Intersektionalität beschreibt genau dieses Zusammenwirken. Diskriminierungen treten selten isoliert auf, sondern überschneiden sich – und können sich gegenseitig verstärken. Deshalb ist es wichtig, sie gemeinsam zu betrachten, um gesellschaftliche Ungleichheiten in ihrer Komplexität zu erkennen und wirksam dagegen vorzugehen – auch im schulischen Kontext.



Was bedeutet Diskriminierung?

Im schulischen Alltag werden Begriffe wie »Benachteiligung«, »Ungerechtigkeit« oder »unfaire Behandlung« häufig verwendet – nicht immer jedoch im Sinne von Diskriminierung.

Eine Diskriminierung im rechtlichen Sinne ist die Ungleichbehandlung einer Person aufgrund einer (oder mehrerer) gesetzlich geschützter Diskriminierungskategorien ohne einen sachlichen Grund, der die Ungleichbehandlung rechtfertigt. Ausschlaggebend ist die Wirkung, nicht die Intention. Die Merkmale, wie zum Beispiel Geschlecht, Lebensalter oder Religion, können tatsächlich oder zugeschrieben sein.

Diskriminierung ist eng verbunden mit der Konstruktion von Gruppen, denen bestimmte Eigenschaften verallgemeinernd zugeschrieben werden. Diese werden in ein »Wir« und »die Anderen« eingeteilt und sind gesellschaftlich oft mit Bewertung versehen.

Diskriminierung wirkt auf unterschiedlichen Ebenen und hat etwa auch Bedeutung, wenn es um Gesundheit geht. Sie kann sich aus individuellen Vorurteilen speisen und zum Beispiel in verletzenden Handlungen, Bevorzugungen oder Benachteiligungen äußern. Aber auch in Gesetzen, Institutionen, in der medialen Darstellung und der Sprache werden Ungleichbehandlungen wirksam. Diskriminierung wird durch gesellschaftlich geteilte und reproduzierte Bilder, Diskurse und Bewertungen aufrechterhalten und legitimiert.

Diskriminierung und Schule

Warum ist das Thema Diskriminierung für Sie als pädagogisch tätiger Mensch wichtig?

Schule soll ein Raum sein, der allen Menschen gleiche Chancen ermöglicht und ein sicherer Ort ist, an dem junge Menschen mit Freude lernen und wachsen können. Einen Großteil ihrer Zeit verbringen Jugendliche in der Schule. Dort setzen sie sich mit Normen und Werten der Gesellschaft auseinander. Sie befinden sich zudem in einer wichtigen Phase der Persönlichkeitsentwicklung und es formt sich ihr Weltbild. Für viele Jugendliche sind Sie Begleiter*in und Vorbild. Sie können den Schüler*innen positive Identifikationsmöglichkeiten und Unterstützung bieten. Studien belegen jedoch auch, dass in der Schule immer wieder Diskriminierung passiert. Abgesehen davon, dass Diskriminierung gesetzlich verboten ist und ein Recht auf Schutz vor Diskriminierung in diversen Gesetzen wie dem Allgemeinen Gleichbehandlungsgesetz (AGG), dem Grundgesetz und in Landes- sowie Schulgesetzen verankert ist, hat Diskriminierung in der Schule massive Folgen. Betroffene Personen können ein geringeres Selbstwertgefühl entwickeln, die Schule wird als ein unsicherer Raum empfunden und gemieden, Lernbereitschaft und Leistungen können sich verringern. Zudem führen Diskriminierungserfahrungen zu Stress und gefährden die psychische und physische Gesundheit.

Was können Sie tun?

Sie als Lehr- oder Fachkraft haben die Möglichkeit, zu handeln und Veränderungen anzustoßen, um einen diskriminierungssensibleren und -ärmeren Raum zu schaffen. Dafür ist es notwendig, auch das eigene Verhalten als Lehrperson zu reflektieren. Sätze wie »Diskriminierung gibt es bei uns nicht« spiegeln die Realität nicht wider. Vielmehr braucht es eine (selbst-)kritische Beschäftigung mit der eigenen Identität und das Hinterfragen eigener Werte und Normvorstellungen. Das kann herausfordernd sein, denn es gibt keine schnellen Rezepte und Widersprüche müssen ausgehalten werden. Antidiskriminierung ist ein lebenslanger Lernprozess.

Überlegen Sie, welche Bevorzugungen und Ausschlüsse an Ihrer Schule und in Ihrer Unterrichtspraxis stattfinden. Treten Sie aktiv dagegen ein und ermöglichen Sie Jugendlichen, so ein positives Selbstbild zu entwickeln. Denn alle haben ein Recht auf positive Entfaltung ihrer Identität. Es ist jedoch nicht möglich zu vermitteln, dass alle wertvolle Menschen sind, wenn gleichzeitig etwa Abwertung und Geringschätzung gegenüber Gruppen akzeptiert wird, denen die Jugendlichen angehören.

Passiert Diskriminierung, ist Ihre Reaktion von großer Bedeutung, gewissermaßen ein Zeichen für alle. Das Signal sollte sein: Rückmeldungen können gegeben werden und sie werden ernst genommen. Es wird hingeschaut. Betroffene werden unterstützt. Diskriminierung wird nicht geduldet und hat Konsequenzen.

»Das, was du gerade gesagt hast, kann verletzen und ausgrenzen. Wie können wir so miteinander sprechen, dass sich alle respektiert fühlen?«

Lassen Sie sich beraten, welche Möglichkeiten genutzt werden können, um Jugendliche mit Diskriminierungserfahrungen zu stärken. Um Jugendlichen Unterstützung geben zu können, informieren Sie sich und hören Sie zu, wenn es um Erfahrungen geht, die Sie selbst nicht machen.

Wenn Sie selbst Diskriminierung erleben, ist das ebenso wenig in Ordnung. Achten Sie auf Ihre Grenzen, suchen Sie sich Verbündete, schaffen Sie sich Räume des Austauschs oder der Erholung. Wertschätzen Sie aber auch Ihre Stärken, die sich daraus ergeben. Die Schule sollte auch für Ihren Schutz und für Unterstützung sorgen.

Die eigene Position reflektieren

Im Anhang finden Sie Reflexionsfragen zum Thema Diskriminierung (siehe Seite 45 ff.). Die Vorlage zur Übung »Power-Flower« unterstützt Sie zusätzlich dabei, Ihre eigene gesellschaftliche Positionierung kritisch zu reflektieren.

Schutzkonzepte zur Prävention sexualisierter Gewalt

Die Bundesinitiative »Schule gegen sexuelle Gewalt« der Unabhängigen Beauftragten der Bundesregierung für Fragen des sexuellen Kindesmissbrauchs (UBSKM) unterstützt bereits seit einigen Jahren Schulleitungen und Kollegien dabei, ein jeweils passgenaues Schutzkonzept für die eigene Schule zu entwickeln. Alle Bundesländer haben sich an der Initiative beteiligt und Maßnahmen zum Schutz der Schüler*innen vor sexualisierter Gewalt umgesetzt. Viele Schulen haben sich auf den Weg zur Entwicklung eines Schutzkonzepts gemacht oder setzen dies bereits sehr engagiert und wirksam um.

Bei der Entwicklung von Schutzkonzepten bieten alle Bundesländer ihren Schulen Hilfestellungen an. Unter www.schule-gegen-sexuelle-gewalt.de finden Sie viele hilfreiche Informationen und Materialien sowie Ihre jeweiligen Ansprechpersonen auf Landesebene, die Ihnen bundeslandspezifische Unterstützung vermitteln können.

Unterstützung bei der Schutzkonzeptentwicklung im Kontext des Antimissbrauchsgesetzes

Am 1. Juli 2025 trat das Gesetz zur Stärkung der Strukturen gegen sexuelle Gewalt an Kindern und Jugendlichen (Antimissbrauchsgesetz) in Kraft. Durch das Gesetz erhält das Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG) den Auftrag, bundesweit die Prävention und den Schutz von Kindern und Jugendlichen vor sexueller Gewalt und Ausbeutung auszubauen. Dafür entwickelt das BIÖG in Zusammenarbeit mit den Ländern und unter Einbezug der oder des Unabhängigen Beauftragten für Fragen des sexuellen Kindesmissbrauchs (UBSKM) wissenschaftlich abgesicherte und bundeseinheitliche Angebote, Materialien und Medien. Bei der Erstellung werden im Kinder- und Jugendschutz tätige Institutionen und Verbände, Fachstellen und zentrale Verbände im Kinder- und Jugendbereich, insbesondere im Bereich des Sports, der kulturellen Bildung und Freizeitgestaltung, beteiligt. Ziel ist es, pädagogische Fachkräfte besser aufzuklären, zu qualifizieren und Institutionen bei der Entwicklung, Anwendung und Umsetzung wirksamer Schutzkonzepte zu unterstützen. Überall dort, wo sich Kinder und Jugendliche aufhalten, auch außerhalb von Einrichtungen, werden Konzepte zum Schutz vor Missbrauch und Ausbeutung verbindlich.

Leitfaden für Kinderschutz in der Schule

Die Kultusministerkonferenz (KMK) hat im Frühjahr 2023 den Leitfaden für »Kinderschutz in der Schule - Leitfaden zur Entwicklung und praktischen Umsetzung von Schutzkonzepten und Maßnahmen gegen sexuelle Gewalt an Schulen« veröffentlicht. Auf der Seite der KMK finden Sie den Leitfaden mit konkreten und praxisnahen Materialien, die sich individuell an die einzelne Schule anpassen und ausdrucken lassen: <https://www.kmk.org/aktuelles/artikelansicht/leitfaden-fuer-schutzkonzepte-und-massnahmen-gegen-sexuelle-gewalt-an-schulen-vorgestellt.html>



Ein Schutzkonzept orientiert sich in der inhaltlichen Ausgestaltung an den im Leitfaden der KMK vorgeschlagenen Bausteinen, wie zum Beispiel »Leitbild«.

Verankerung von LLMP in Ihrem schulischen Schutzkonzept

Wenn Sie im Rahmen von »LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt« (LLMP) an Ihrer Schule Maßnahmen zur Förderung sexueller Gesundheit umsetzen und nun auch mit den LLMP-Materialien arbeiten, tragen Sie aktiv zur Umsetzung zentraler Prinzipien eines Schutzkonzepts bei. Die Materialien fördern nicht nur das Fachwissen und die persönlichen Kompetenzen von Schüler*innen, sondern stärken auch Lehr- und Fachkräfte im sicheren Umgang mit Themen rund um Sexualität und Beziehung. Sie unterstützen damit ein offenes Gesprächsklima und einen respektvollen Umgang im schulischen Alltag.

Vermutlich ist auch an Ihrer Schule die Entwicklung eines Schutzkonzepts bereits Thema oder in Planung. Informieren Sie sich bei der Schulleitung oder im Kollegium, wer hierfür als Ansprechperson benannt ist.

Prüfen Sie, ob sich in Ihrem Schutzkonzept die Bausteine »Präventionsangebote«, »Kooperation« und »Fortbildung« sinnvoll durch den dauerhaften Einsatz der LLMP-Materialien ergänzen lassen.

Professionell handeln bei Offenbarungen und Verdacht

In der Umsetzung der Methoden kann es sein, dass Sie von Schüler*innen zu unterschiedlichen Themen ins Vertrauen gezogen werden. Neben dem schulischen Schutzkonzept, das erste Informationsquelle für Handlungsoptionen bei Interventionsfällen sein sollte, finden Sie hier Vorschläge zum weiteren Vorgehen.

Die Themen, die im Rahmen von »LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt« angesprochen werden, können bei Jugendlichen Fragen aufwerfen und Gefühle, wie zum Beispiel Unsicherheit, auslösen. Sie könnten eine erste Ansprechperson sein. Vertrauensvolles Sprechen über Identität, Körper oder Grenzen kann Schüler*innen befähigen und ermutigen, sich bei Bedarf Unterstützung zu holen. Dabei kann es auch zur Offenlegung von Gewalterfahrungen kommen. Gewalterfahrungen werden hier weit gefasst und können beispielsweise Vernachlässigung, Nichtbeachtung, Gaslighting, Erpressung, Norm- und Gruppendruck, Mobbing, Diskriminierung, Beleidigungen, Grenzverletzungen, sexuelle Übergriffe und physische Angriffe bedeuten. Die folgenden Hinweise sollen Ihnen bei den ersten Schritten etwas mehr Sicherheit geben. Beachten Sie dabei aber auch Ihre eigenen Grenzen und holen Sie sich bei Bedarf Unterstützung.

Wenn Sie von Schüler*innen ins Vertrauen gezogen werden, dann haben sie mögliche Angst und Scham überwunden und mutig einen Anlauf unternommen, um sich Hilfe zu holen. Sehen Sie dies als Vertrauensbeweis und begegnen Sie diesem Schritt mit Aufmerksamkeit und Respekt. Bedanken Sie sich für das entgegengebrachte Vertrauen.

»Danke, dass du mir das erzählst. Das ist bestimmt nicht leicht. Wir schauen gemeinsam, was jetzt hilfreich ist.«

Sie haben nun die Chance und Verantwortung, die Rat suchende Person ernst zu nehmen, eine Hilfestellung zu bieten oder an geeignete Stellen zu verweisen. Ihre Reaktion hat Einfluss darauf, ob der*die Jugendliche Unterstützung erfährt und sich auch in Zukunft Hilfe suchen wird.

Im Erstgespräch ist es wichtig, Ruhe zu bewahren. Auch wenn Sie den Impuls haben, sofort handeln zu wollen, sollten Sie erst einmal offen und nicht wertend zuhören. Versuchen Sie nicht zu »ermitteln«, was wirklich passiert ist. Machen Sie sich frei von dem Druck, sofort eine Lösung zu finden, Ratschläge zu geben oder handeln zu müssen. Wichtig ist eher, die nächsten Gespräche gemeinsam abzustimmen und die notwendigen Schritte offen zu kommunizieren.



Sofortinterventionen

In manchen Situationen, die auch unabhängig von »LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt« an Schulen auftreten, sind Sofortinterventionen notwendig, etwa bei Suizidankündigungen oder auch bei der Ankündigung von konkreten Gewalttaten. Vergewissern Sie sich daher, wie das konkrete Vorgehen hierzu in Ihrer Schule aussieht.

Nehmen Sie die Schilderungen ernst und fragen Sie nach, was die Rat suchende Person in diesem Moment braucht oder wobei sie Ihre Unterstützung wünscht (z. B. feste Ansprechperson, Ruhe und Entlastung im Schulalltag, emotionaler Beistand, Weitervermittlung an Beratung oder Therapie, geschützter Raum im Schulkontext, Information über Hilfsangebote).

»Ich höre dir zu und es ist gut, dass du dich meldest. Wir holen uns, wenn du magst, gemeinsam Unterstützung - du bist damit nicht allein.«

Signalisieren Sie Fürsorge und holen Sie weitere Informationen ein. Ordnen Sie das Gehörte ein:

»Das, was dir passiert ist, ist nicht in Ordnung. Du trägst keine Schuld. Du hast ein Recht auf Hilfe.«

Verweisen Sie an Beratungsstellen. Es ist sinnvoll, eine regelmäßig aktualisierte Liste mit Beratungsstellen vorliegen zu haben, die Sie der*dem Jugendlichen empfehlen können. Bleiben Sie im Kontakt mit der Person und fragen Sie insbesondere danach, wie sie sich fühlt. Versuchen Sie, Ihre eigenen Gefühle (die Sie möglicherweise verunsichern oder auch überwältigen) nicht auf die junge Person zu übertragen.

Holen Sie insbesondere bei (sexualisierter) Gewalterfahrung fachliche Beratung ein (z. B. Kinderschutzfachkraft, Jugendamt, schulpyschologischer Dienst) und stimmen Sie das weitere Vorgehen transparent ab. Geben Sie die Ihnen anvertrauten Informationen nicht ohne das Einverständnis der Person weiter. Teilen Sie den Jugendlichen jedoch auch mit, wenn andere Personen hinzugezogen werden sollten oder Sie Verschwiegenheit aus rechtlichen Gründen nicht garantieren können.

Machen Sie sich zu erfolgten Gesprächen Notizen. Dokumentieren Sie den Prozess sorgfältig und möglichst beschreibend. Die Dokumentation sollte vertraulich behandelt werden.

Sie können nicht alles wissen und alleine schaffen. Ihre Kompetenz- und Verantwortungsbereiche haben Grenzen. Sie sollten aber bereit sein, offen zu sprechen und zu reflektieren, sich zu informieren, weiterzubilden und bei Bedarf professionelle Unterstützung zu holen. Es ist sinnvoll, dass alle, die mit den Materialien von »LIEBESLEBEN – Das Mitmach-Projekt« arbeiten, die schulinternen Regelungen und Verweisungswege sowie die rechtlichen Vorgaben kennen. Schulische und pädagogische Fachkräfte können sich jederzeit an verschiedene fachkompetente Beratungsstellen oder Hilfetelefone wenden. Wenn Sie unsicher sind, ob Sie die Situation »richtig« eingeschätzt haben, berät Sie eine Kinderschutzfachkraft oder insoweit erfahrene Fachkraft anonym und kostenfrei. Diese finden Sie zum Beispiel beim Jugendamt, bei städtischen oder freien Trägern oder in Fachberatungsstellen.

Bei Anhaltspunkten auf eine Gefährdung des Kindeswohls nehmen Sie eine (anonyme) Fachberatung, zum Beispiel durch eine erfahrene Fachkraft, in Anspruch – auch dann, wenn Sie »nur« unsicher in der Einschätzung von Situationen sind. Verlassen Sie sich auf Ihr »ungutes Gefühl«. Die Fachkraft hilft bei der Situations- und Risikoeinschätzung und berät zu möglichen Hilfen oder (nötigen) Schutzmaßnahmen. Informieren Sie auch im Rahmen Ihrer Meldepflicht Ihre Schulleitung und halten Sie sich an die Verfahrensschritte und Verweisungsketten nach den aktuellen Standards Ihrer Schule (Notfallordner/Kriseninterventionsplan/Schutzkonzept) oder Ihres Schulamts.



Beratungsanspruch

Personen, die beruflich in Kontakt mit Kindern oder Jugendlichen stehen, haben bei der Einschätzung einer Kindeswohlgefährdung im Einzelfall gegenüber dem örtlichen Träger der Jugendhilfe Anspruch auf Beratung durch eine insoweit erfahrene Fachkraft.³

Nutzen Sie dieses Handbuch auch, um wichtige Kontakte im Kapitel »Kooperation mit regionalen Beratungs- und Bildungsangeboten« zu notieren (siehe Seite 24).

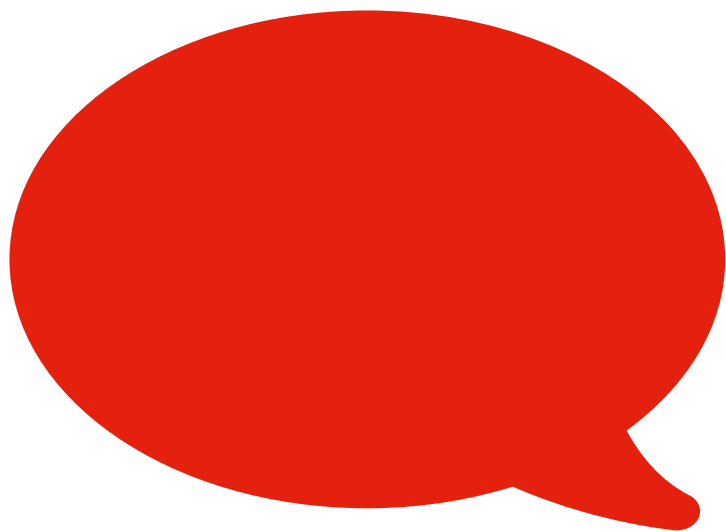
Sorgen Sie auch gut für sich. Beziehen Sie eine*n Kolleg*in oder eine vertraute Person ein. Sprechen Sie über Ihre eigenen Gefühle und Unsicherheiten und holen Sie sich einen Blick von außen ein. Präventiv sollten an der Schule Abläufe und Verantwortlichkeiten in Fällen von Offenlegungssituationen transparent gemacht werden (z. B. im Rahmen eines Schutzkonzepts). Auch die Möglichkeit zu Fallbesprechungen im Team oder Supervision kann einzelne Personen entlasten. Schreiben Sie Geschehnisse und Gedanken auf. Dies dient nicht nur der Dokumentation, sondern auch dazu, innerlich Abstand zu gewinnen. Sorgen Sie bewusst für Erholung und Regeneration.



Weiterführende Links

www.trau-dich.de
www.schule-gegen-sexuelle-gewalt.de
www.beauftragte-missbrauch.de
www.was-ist-los-mit-jaron.de
www.kinderschutzbund.de

³ Sozialgesetzbuch (SGB) – Achstes Buch (VIII) – Kinder- und Jugendhilfe § 8b Absatz 1 Fachliche Beratung und Begleitung zum Schutz von Kindern und Jugendlichen



IV. Strukturelle Verankerung in der Schule

Eine positive sexuelle Entwicklung von Schüler*innen zu begleiten und ihr allgemeines Wohlbefinden sowie ihre Gesundheit zu fördern, ist eine anspruchsvolle Aufgabe. Sie erfordert eine strukturelle Verankerung sowie die gezielte Verzahnung verschiedener Maßnahmen im schulischen Alltag - konkret: die Themen von »LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt« (LLMP) in das gesamte Schulteam und in zahlreiche Bereiche des schulischen Lebens einzubinden - vom Fachunterricht und von der Klassenleitung über Beratung und Schulleitung bis hin zur gelebten Schulkultur.

Was Sie in diesem Kapitel erwartet

Praxisnahe Hilfestellungen zur:

- schulinternen Zusammenarbeit, inklusive einer Checkliste, die Sie bei Ihrem Vorgehen unterstützt
- Öffentlichkeitsarbeit und Sichtbarmachung des Projekts innerhalb der Schule und nach außen
- Elternarbeit und gelingenden Kommunikation mit Sorgeberechtigten
- Verknüpfung aller relevanten Bereiche, um die Nachhaltigkeit der Maßnahmen zu fördern - veranschaulicht anhand eines beispielhaft ausgefüllten Verstetigungshauses (siehe Hinweisbox)

Eine leere Vorlage des Verstetigungshauses zur individuellen Anpassung an Ihre Schule finden Sie im Anhang unter »Material und Kopiervorlagen« auf Seite 50.




Hinweis:

In diesem Handbuch wird das Setting Schule in Form eines »Hauses« bildhaft dargestellt, in dem alle »Bewohner*innen« (Ihr Kollegium und Ihre Schüler*innen) zusammenarbeiten und schulexterne Personen (Erziehungsberechtigte, Expert*innen, Fachkräfte etc.) als »Gäste« eingeladen werden - Sie machen es gemeinsam zu einem sexualfreundlichen, normkritischen und diskriminierungssensiblen Haus und fördern die sexuelle Gesundheit der Schüler*innen.

Schulinterne Kommunikation und Organisation des Projekts

Die Einführung von »LIEBESLEBEN – Das Mitmach-Projekt« (LLMP) erfordert eine koordinierte, respektvolle und sensibel abgestimmte Zusammenarbeit des schulinternen Teams, damit Schüler*innen auf eine umfassende und informierte Weise unterstützt werden können. Hier sind einige Schritte und Tipps, wie Sie als Team dabei effektiv zusammenarbeiten können:

- **Projektteam aufbauen:** Auch wenn möglichst alle Akteur*innen der Schule mitziehen sollten, kann es sinnvoll sein, ein LLMP-Team zusammenzustellen, das die Einbindung der Themen und Materialien koordiniert und voranbringt.
- **Interdisziplinäre Zusammenarbeit:** Die ganzheitliche Förderung sexueller Gesundheit erfordert die Zusammenarbeit verschiedener Fachbereiche. Bringen Sie möglichst alle Bereiche und Funktionen innerhalb der Schule zusammen und schaffen Sie eine Plattform für eine effektive Kommunikation zwischen den verschiedenen Fachleuten (z.B. Vertrauenslehrkräfte, Schulpsycholog*innen, Schulsozialarbeiter*innen, Fachlehrkräfte, Schulleitung, AGs).
- **Klare Rollen und Verantwortlichkeiten:** Klären Sie die Verantwortlichkeiten jedes Teammitglieds. Wer ist für welche Aufgaben zuständig? Wer übernimmt beispielsweise die Organisation des Materialkoffers? Dies vermeidet Missverständnisse und Doppelarbeit.
- **Klare Zielsetzungen definieren:** Definieren Sie klare Ziele für Ihre Art der Einbindung der Materialien von LLMP. Was möchten Sie erreichen? Welche Themen sollen abgedeckt werden? Dies hilft der Schulgemeinschaft, auf eine gemeinsame Vision hinzuarbeiten.
- **Kommunikation und Planung:** Setzen Sie regelmäßige Meetings an, um den Fortschritt zu besprechen, Herausforderungen zu identifizieren und Lösungen zu erarbeiten. Planungstreffen helfen dabei, den Überblick zu behalten.
- **Wissensmanagement und Sensibilisierung:** Sorgen Sie dafür, dass zentrale Kolleg*innen über das Projekt und den Materialkoffer informiert sind und die Bedeutung des Themas sexuelle Gesundheit verstehen. Stellen Sie das Projekt beispielsweise im Rahmen von Schulkonferenzen oder Dienstbesprechungen vor. Darüber hinaus kann Ihre Schule interne Schulungen oder Workshops anbieten, um das Bewusstsein für sexuelle Gesundheit nachhaltig zu stärken.
- **Ganzheitliches Konzept:** Integrieren Sie die Ziele, die Grundhaltung zum Thema und die pädagogisch-didaktischen Prinzipien in ein Konzept. Kann LLMP an bestehende Schulkonzepte oder das Leitbild anknüpfen (z. B. als Teil des Schutzkonzepts, siehe Seite 32)? Eine Analyse des Status quo kann helfen, Bereiche des Schulalltags zu identifizieren, in denen sexuelle Gesundheit noch stärker eingebunden und gefördert werden kann.
- **Empathische Kommunikation:** Das Thema kann unterschiedlich persönlich sein. Tauschen Sie sich mit Kolleg*innen aus, stellen Sie Fragen und teilen Sie Ihre Bedenken und Anregungen. Eine empathische und respektvolle Kommunikation ist von großer Bedeutung. Unterstützen Sie sich gegenseitig.
- **Zusammenarbeit mit externen Expert*innen:** Falls erforderlich, ziehen Sie externe Expert*innen von lokalen Beratungsstellen oder Online-Ressourcen von überregionalen Fachstellen zur Unterstützung hinzu, um sicherzustellen, dass die Informationen und Ansätze aktuell und sachgerecht sind.
- **Bereitstellung von Ressourcen:** Erstellen Sie gemeinsam weitere Unterrichts- oder Infomaterialien und Listen mit Beratungsstellen für die Schüler*innen. Die Vielfalt der Perspektiven im Team kann hierbei sehr hilfreich sein. Nutzen Sie Broschüren, Flyer oder Poster, um das Thema sichtbar zu machen.
- **Schüler*innenbeteiligung:** Berücksichtigen Sie die Meinungen und Bedürfnisse der Schüler*innen, zum Beispiel bei der Themen- und Methodenauswahl. Dies kann wertvolle Impulse liefern und die Akzeptanz erhöhen.
- **Erziehungsberechtigte einbeziehen:** Überlegen Sie im Team, in welchem Umfang und auf welche Weise Erziehungsberechtigte in Ihre Arbeit zum Thema sexuelle Gesundheit eingebunden werden können – von der reinen Informationsweitergabe bis hin zur aktiven Mitwirkung.
- **Evaluation und Feedback:** Implementieren Sie regelmäßige Feedbackschleifen. Damit lassen sich Anpassungen vornehmen und die einzelnen Prozessschritte kontinuierlich verbessern.



Im Anhang finden Sie eine praktische Checkliste, die Sie in der schulinternen Umsetzung des Projekts unterstützt. Diese stellt eine Ergänzung zum Verstetigungshaus dar, das sich ebenfalls im Anhang (Seite 51-52) befindet.

Öffentlichkeitsarbeit - Aktionen und Präsenz im Schulalltag

»LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt« kann über den Unterricht hinaus Strahlkraft entfalten. Mit kreativen Ideen stärken Sie das Bewusstsein für sexuelle Gesundheit - sichtbar, nachhaltig und wirkungsvoll. Hier finden Sie praktische Anregungen, wie Sie das Projekt bekannt machen und die Schulgemeinschaft bei der Sichtbarmachung einbinden können.

Im Schulgebäude: Präsenz zeigen



- Infotisch oder Thementisch im Eingangsbereich oder in der Schulbibliothek einrichten
- Flyer, Postkarten oder Plakate an gut sichtbaren Orten (z. B. Aushänge, Pinnwände, Lehrer*innenzimmer) platzieren, Give-aways und Infomaterialien mit dem LIEBESLEBEN-Logo (z. B. für Schüler*innen oder Eltern) bei www.liebesleben.de bestellen oder ausdrucken

Im Unterricht und an Projekttagen: Kreativität nutzen



- Fächerübergreifende Projekte, zum Beispiel Theaterstücke, Ausstellungen oder Filmprojekte zum Thema sexuelle Gesundheit
- Aktionen rund um Thementage wie den Welt-AIDS-Tag (1. Dez.), den Welttag für sexuelle Gesundheit (4. Sep.) oder den Internationalen Tag gegen Homo-, Bi-, Inter-, Trans- und Asexuellenfeindlichkeit (17. Mai)
- Schüler*innenzeitung, Projektzeitung oder Plakataktionen zum Mitgestalten anbieten

In der Schulbibliothek: Wissen ansprechend aufbereiten



- Themenecke mit Broschüren, Büchern und LIEBESLEBEN-Materialien
- Aktionsregale zu wechselnden Schwerpunkten wie »Körper und Gefühle« oder »Respekt und Vielfalt«

Digital und medial: Aufmerksamkeit generieren



- Projektvorstellung auf der Schulwebsite oder im Schulblog, zum Beispiel auch mit den Online-Bannern von LIEBESLEBEN
- Beiträge in schulischen Social-Media-Kanälen - kurze Posts, Videos oder Storys
- Schulinterner Newsletter oder Elternbriefe zur Information und Einbindung der Erziehungsberechtigten

Gemeinsam stark: Schulöffentlichkeit und Netzwerk einbinden



- Elternabende oder Infoveranstaltungen zu Themen der sexuellen Gesundheit
- Kooperation mit externen Fachstellen sichtbar machen (z. B. durch gemeinsame Aktionen oder Beratungsangebote)
- Kulturelle Events (z. B. Kunstausstellung, Poetry Slam) als Anlass für Austausch und Begegnung nutzen

Setzen Sie auf die Vielfalt der Kanäle - von analog bis digital, von kreativ bis informativ, um das Thema sexuelle Gesundheit nachhaltig und sichtbar an Ihrer Schule zu verankern. So fördern Sie nicht nur das Interesse Ihrer Schüler*innen, sondern tragen auch zu einer offenen, wertschätzenden Schulkultur bei.

Einbindung der Erziehungsberechtigten

Die schulische Sexualerziehung ergänzt die der Erziehungsberechtigten zu Hause. Ein Austausch zwischen diesen beiden ist notwendig und förderlich. Eine vertrauensvolle Zusammenarbeit mit den Erziehungsberechtigten unterstützen Sie dadurch, dass Sie Ihr Konzept zur Förderung sexueller Gesundheit rechtzeitig transparent machen.

Bedenken Sie in der Kommunikation mit den Erziehungsberechtigten, dass auch diese in vielfältigen Familienkonstellationen leben und ihre eigenen Zugänge zu Fragen rund um Sexualität, Geschlechterrollen, sexueller Orientierung und auch HIV/STI mitbringen. Respektieren Sie diese. Hinterfragen Sie auch hier Ihre eigenen Bewertungen und möglicherweise bestehenden Vorannahmen.

Das Urteil des Bundesverfassungsgerichts vom 21. Dezember 1977 regelt die Sexualerziehung in Schulen bis heute, wobei auch hier das Zusammenspiel zwischen Schule und Elternhaus hervorgehoben wird. Es legt dar, dass Eltern das Recht auf individuelle Sexualerziehung gemäß Artikel 6 Absatz 2 GG haben. Dennoch darf beziehungsweise muss der Staat im Rahmen seines Bildungsauftrags (Artikel 7 Absatz 1 GG) Sexualerziehung in Schulen durchführen. Dabei muss die schulische Sexualerziehung verschiedene Wertvorstellungen berücksichtigen und das Erziehungsrecht der Eltern sowie deren religiöse Überzeugungen respektieren. Die Zustimmung der Eltern ist nicht erforderlich, solange diese Grundsätze gewahrt werden. Eltern haben jedoch einen Anspruch darauf, über den Inhalt und die Methoden der schulischen Sexualerziehung informiert zu werden.

Infoabend und Infoschreiben

Es ist das Recht der Erziehungsberechtigten, eine Information zu den geltenden Richtlinien, Inhalten und Methoden der Sexualerziehung in Ihrer Schule zu erhalten. Die Erziehungsberechtigten können ihre Erfahrungen, Anregungen und Bedenken in die schulische Arbeit einbringen. Bei Infoabenden können Sie Literatur und Medien, die Sie verwenden, vorstellen und in einen Austausch mit den Erziehungsberechtigten gehen. Sie können über Veranstaltungen mit externen Fachkräften (z. B. Sexualpädagog*innen) informieren und die Erziehungsberechtigten zu Angeboten einladen.

Wenn Sie einen Infoabend anbieten möchten, können Sie eine Fachstelle in Ihrer Umgebung ansprechen. Die Referierenden werden mit Ihnen den Ablauf und die Inhalte gemeinsam abstimmen.

Sollten Sie ein Infoschreiben zu »LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt« (LLMP) an die Erziehungsberechtigten schreiben, können Sie gerne Textbausteine aus den FAQs in diesem Handbuch nutzen und individuell anpassen.

Ihre Präventions- und Aufklärungsarbeit sollte in eine offene und akzeptierende Grundhaltung eingebettet sein. Eine angstfreie Atmosphäre erleichtert das Sprechen über Sexualität. Das fällt nicht immer leicht und braucht Übung. Es gelingt am besten, wenn Sie sich im Team und mit der Schulleitung darüber verständigen, wie Sie die Kommunikation - sowohl mit Schüler*innen als auch mit Erziehungsberechtigten - zu dem Thema gestalten möchten. Verbinden Sie zum Beispiel die Information zum aktuellen Lehrplan auch mit einer Information zur sexualpädagogischen Grundhaltung der Schule.



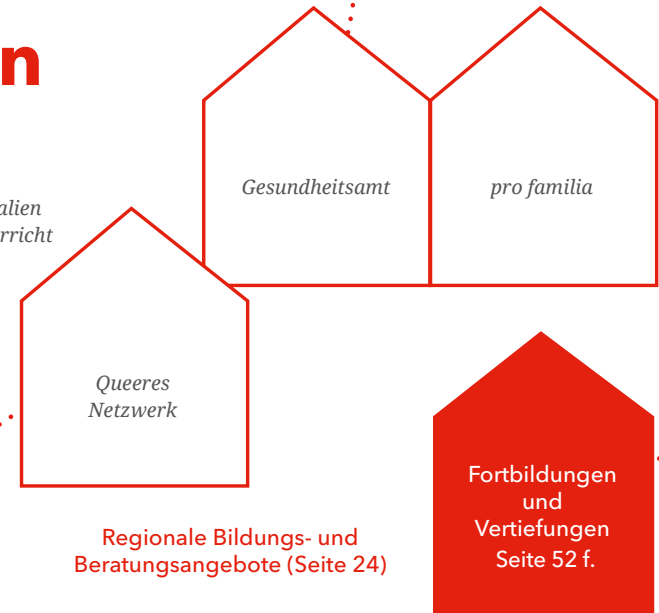
Kommunikation mit Erziehungsberechtigten:

Im Anhang finden Sie Reflexionsfragen zum Thema Kommunikation mit Erziehungsberechtigten (siehe Seite 45).

»LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt« in der Wolkenschule verankern

<p>LLMP sichtbar machen (S. 39)</p> <p>Presse Einladung in der Lokalpresse zur Projektwoche</p> <p>Website Projekt auf der Website platzieren und Berichte über Einsätze der Materialien ergänzen</p> <p>Plakate und Give-aways Flyer und Plakate auslegen und aufhängen (Öffentliche Flure und Lehrerzimmer, LLMP-Ecke in der Bibliothek) Weitere Ideen</p>	<p>Schulform Gesamtschule</p> <p>Stufen oder Klassen 5.-13. Klasse</p> <p>Besonderheiten</p>
<p>LLMP an Ihrer Schule umsetzen (S. 12)</p> <p>Erstellung eines Leitfadens zur Implementierung von LLMP an der Wolkenschule</p> <p>Kollegium in der Dienstbesprechung über Materialien und Einsatzmöglichkeiten informieren</p> <p>Einrichtung eines (vorübergehenden) LLMP-Raums: Hier werden alle Stationen aufgebaut und Lehrkräfte können den Raum mit ihren Klassen besuchen; Schüler*innen können ihn selbstständig aufsuchen</p> <p>Durchführung einer LLMP-Projektwoche (z. B. mit zeitlicher Nähe zum Welt-AIDS-Tag, Pride Month, Internationalen Tag zur Beseitigung von Gewalt gegen Frauen ...)</p> <p>Einbettung der Materialien und Methoden in den Fachunterricht (Ethik, Biologie, Religion, Gesellschaftslehre ...) oder in Klassenleiterstunden</p>	<p>Schulpsycholog*innen</p> <p>Schulsozialarbeiter*innen</p> <p>Fachlehrkräfte</p> <p>Schulleitung Die Schulleitung unterstützt das Projekt ideell und strukturell. Einbindung von LLMP ins Schutzkonzept der Schule.</p> <p>Weitere wie AGs etc. AGs (z. B. zu den Themen Diversität, politische Bildung ...) werden in die Gestaltung der Aktionen einbezogen.</p>

Unterstützung in der Umsetzung der Materialien und Methoden im Unterricht und in Projektwochen



LLMP gemeinsam gestalten (S. 39)



Schutzkonzepte, Interventionen und Vielfalt (ab Seite 30) | Sexuelle Gesundheit in Schule stärken (ab Seite 27)

Infoschreiben zur Projektwoche, Elternabende, Einbindung der Elternvertretungen

Quellen

- Antidiskriminierungsstelle des Bundes (Hrsg.). (2019). Diskriminierung an Schulen erkennen und vermeiden. Praxisleitfaden zum Abbau von Diskriminierung in der Schule. https://www.antidiskriminierungsstelle.de/SharedDocs/downloads/DE/publikationen/Leitfaeden/leitfaden_diskriminierung_an_schulen_erkennen_u_vermeiden.pdf?__blob=publicationFile&v=6
- Barriuso-Ortega, S., Fernández-Hawrylak, M., & Heras-Sevilla, D. (2024). Sex education in adolescence: A systematic review of programmes and meta-analysis. »Children and Youth Services Review«, 166, 107926. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2024.107926>
- Bremer, V., Dudareva-Vizule, S., Buder, S., an der Heiden, M., & Jansen, K. (2017). Sexuell übertragbare Infektionen in Deutschland: Die aktuelle epidemiologische Lage. »Bundesgesundheitsblatt - Gesundheitsforschung - Gesundheitsschutz«, 60(9), 948-957. <https://doi.org/10.1007/s00103-017-2590-1>
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (2021a). »Reference Kit Factsheet 1: CSE and sexual behaviour«. https://whocc.bioeg.de/fileadmin/user_upload/BZgA_Reference_Kit_Factsheet_1_CSE_and_sexual_behaviour.pdf
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). (2021b). »Repräsentativstudie ›Jugendsexualität - 9. Welle«. <https://shop.bioeg.de/bzga-repraesentativstudie-jugendsexualitaet-9-welle/>
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). (2021c). »Infoblatt Jugendsexualität - Neunte Welle«. https://www.bioeg.de/fileadmin/user_upload/PDF/pressemitteilungen/daten_und_fakten/Infoblatt_Jugendsexualitaet_Neunte_Welle_barrierefrei.pdf
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA). (2021d). »Im Fokus: Einstieg in das Sexualleben. Jugendsexualität 9. Welle. BZgA-Faktenblatt.«. <https://shop.bioeg.de/pdf/13316308.pdf>
- European Centre for Disease Prevention and Control (ECDC). (n. a.). »STI cases on the rise across Europe«. <https://www.ecdc.europa.eu/en/news-events/sti-cases-rise-across-europe>.
- Fonner, V. A., Armstrong, K. S., Kennedy, C. E., O'Reilly, K. R., & Sweat, M. D. (2014). School based sex education and HIV prevention in low- and middle-income countries: A systematic review and meta-analysis. »PLOS ONE«, 9(3), e89692. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0089692>
- Huch, S., & Lücke, M. (Hrsg.). (2015). Sexuelle Vielfalt im Handlungsfeld Schule: Konzepte aus Erziehungswissenschaft und Fachdidaktik. Bielefeld: transcript. <https://doi.org/10.14361/9783839429617>
- Kultusministerkonferenz (KMK) (2024): Bildungsstandards NATURWISSENSCHAFTEN: Biologie, Chemie, Physik. Sekundarstufe I. Online via: https://www.kmk.org/fileadmin/Dateien/pdf/Bildung/Qualitaet/ImplBroschuere_BiSta_NATURWISSENSCHAFTEN_2024-06-06.pdf (Abruf: 20.12.2024).
- Liebscher, D., Fritzsche, H., Karawanskij, S., Pates, R., & Schmidt, D. (2010). »Antidiskriminierungspädagogik: Konzepte und Methoden für die Bildungsarbeit mit Jugendlichen«. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften. <https://doi.org/10.1007/978-3-531-92011-5>
- Martin, B., & Nitschke, J. (2017). »Sexuelle Bildung in der Schule«. Stuttgart: Verlagshaus W. Kohlhammer.
- Riegel, C. (2016). »Bildung - Intersektionalität - Othering: Pädagogisches Handeln in widersprüchlichen Verhältnissen«. Bielefeld: transcript.
- Scherr, A., El-Mafaalani, A., & Yüksel, G. (Hrsg.). (2017). »Handbuch Diskriminierung«. Wiesbaden: Springer Fachmedien.
- Selb, R., Klaper, K., Buder, S., Bremer, V., Heuer, D., & Jansen, K. (2023). Epidemiologie und Resistenzlage der Gonorrhö in Deutschland im Jahr 2022. »Epidemiologisches Bulletin«, 2023 (45), 3-20. <https://doi.org/10.25646/11749>
- sexalog.de. (n. a.). »Sexuelle Bildung in den Schulgesetzen und Rahmen-Richtlinien der Bundesländer«. <https://www.sexalog.de/fachwissen/rahmenplaene-der-bundeslaender>
- Staeck, L. (2012). »Sexualerziehung konkret: Unterrichtsmaterialien für die Klassen 4-10«. Baltmannsweiler: Schneider Verlag Hohengehren.
- Wazlawik, P., Beavin, J. H., & Jackson, D. D. (2016). Menschliche Kommunikation. Bern: Hans Huber Verlag.

Anhang und Materialien

Material und Kopiervorlagen

Reflexionsfragen für Lehrkräfte

Um in der Präventionsarbeit und Gesundheitsförderung niemanden durch unbedachte Äußerungen zu verletzen oder unbewusste Bewertungen weiterzugeben, ist es sinnvoll, sich mit den eigenen Ansichten, Werten und gegebenenfalls auch Vorurteilen auseinanderzusetzen. Folgende Fragen helfen dabei und geben zudem Anstoß, über den eigenen Werdegang, wichtige biografische Stationen und die eigenen Erfahrungen nachzudenken. Denn unsere Prägung durch Sozialisation und Umwelt fließt auch in die pädagogische Arbeit ein. Dabei geht es nicht darum, sich als »gute« oder »schlechte« Lehrkraft zu bewerten, sondern unbewusste Einflussfaktoren und mögliche Auswirkungen im Umgang mit Schüler*innen bewusst zu machen.

Weitere Hinweise zur Rolle als schulische Fachkraft finden Sie ab Seite 29.

Reflexion im Kontext Sexualität:

- Welche Normen und Werte wurden mir von meinem Umfeld vermittelt?
- Welche Erfahrungen, Sätze oder Menschen haben mich geprägt? Und wie?
- Mit welchen Bildern von Geschlecht bin ich aufgewachsen? Was galt etwa als männlich und weiblich?
- Welche Rolle spielt mein eigenes Geschlecht für mich? Wann habe ich mich das erste Mal als Mädchen oder Junge, non-binär*, trans* oder inter* wahrgenommen?
- Welche Einstellung habe ich zur Vielfalt sexueller Orientierungen?
- Welche Vorstellungen habe ich von sexueller Gesundheit?
- Wie offen kann ich über Sex reden? Und wo liegen meine Grenzen?
- Welche Werte hinsichtlich sexueller Gesundheit möchte ich den Schüler*innen vermitteln?
- Welche Ressourcen ziehe ich aus meinen Erfahrungen für meine pädagogische Arbeit?
- Auf welche Fragen, Hindernisse oder Widerstände könnte ich bei den Schüler*innen treffen - und warum bestehen diese?

Reflexion Diskriminierung im Schulalltag:

- In welchen Situationen und an welchen Orten im Schulalltag nehme ich Diskriminierung wahr? Welche Formen von Diskriminierung sind das?
- Für welche Diskriminierungsformen bin ich besonders sensibel? Welche übersehe ich eher? Für welche möchte ich zukünftig aufmerksamer sein?
- Habe ich die im Blick, die von Diskriminierung betroffen oder gefährdet sind? Wie kann ich sie unterstützen?

- Habe ich eine Vermutung, warum sich ein*e Schüler*in diskriminierend verhält?
- Was kann ich tun, um nicht diskriminierend zu handeln?
- Wie kann ich alle dazu ermutigen, sich gegen diskriminierendes Verhalten zu stellen und solidarisch für andere einzutreten?
- Welche Begriffe verwende ich im schulischen oder kollegialen Alltag für bestimmte Gruppen? Was drücken diese Begriffe aus?
- Wie beeinflussen meine Positionierungen die Beziehung zu Schüler*innen?
- Wie kann ich meine Rolle nutzen, um Vielfalt zu stärken und schulisches Miteinander gerechter zu gestalten?

Reflexion Kommunikation mit Erziehungsberechtigten:

- Wie vielfältig sind die Konstellationen, in denen meine Schüler*innen aufwachsen und sich bewegen?
- Respektiere ich - im Sinne von Vielfalt - die Sicht von Erziehungsberechtigten, die sich in Hinblick auf Sexualität an eigenen (religiösen beziehungsweise [sub-]kulturellen) Normen orientiert? Habe ich Vorbehalte gegenüber bestimmten Lebensweisen? Warum ist dies so?
- Auf welche Fragen oder Widerstände könnte ich bei den Erziehungsberechtigten treffen - und warum könnten diese bestehen?
- Welche Sprache und Umgangsformen wünsche ich mir von den Erziehungsberechtigten, wenn ich sie über mein Vorhaben zum Thema Sexualerziehung einbinden möchte? Wie kann ich ihnen meinen Wunsch vermitteln?
- Welche Unsicherheiten spüre ich, wenn ich an die Kommunikation mit den Erziehungsberechtigten denke? Brauche ich Unterstützung von meinem Team oder auch von externen Fachstellen?

Power-Flower: Eine Methode zur Reflexion von Vielfalt, Differenz und Privilegien im Schulkontext

Die Power-Flower dient als Werkzeug zur persönlichen Reflexion über die eigene gesellschaftliche Positionierung und die damit verbundenen Privilegien oder Benachteiligungen. Ziel ist, Sie für Ungleichheiten in der Gesellschaft zu sensibilisieren und einen verantwortungsvollen Umgang mit den eigenen Privilegien zu fördern. Auf den nächsten Seiten finden Sie das Arbeitsblatt »Power-Flower« als Kopiervorlage und zur Illustration eine beispielhaft befüllte Version.

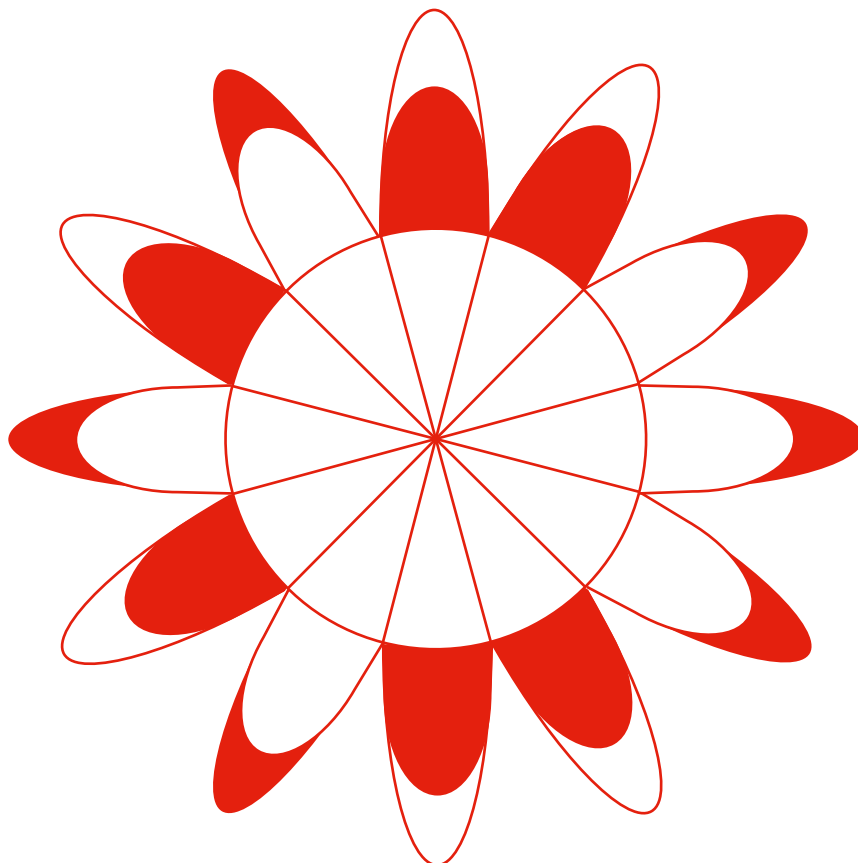
Dauer ca. 30-60 Minuten (je nach Reflexionstiefe)

Material Arbeitsblatt »Power-Flower« oder leere Blätter, Stifte

Format Selbstreflexion (optional auch im kollegialen Austausch einsetzbar)

Lern- und Reflexionsziele:

- Auseinandersetzen mit und Sensibilisieren für Ungleichheiten in der Gesellschaft
- Bewusstwerden eigener Privilegien und gesellschaftlicher Positionierungen sowie der Komplexität von Identität
- Fördern des kritischen und verantwortungsvollen Umgangs mit der eigenen Position
- Fördern von Empathie und Sensibilität für andere Lebensrealitäten
- Reflektieren der Bedeutung eigener Erfahrungen für die pädagogische Praxis



Durchführung (einzeln)

1. Vorbereitung (5 Min.):

Lesen Sie das Kapitel »Vielfalt, Differenz und Diskriminierung im Schulkontext«. Machen Sie sich mit der Struktur der Power-Flower vertraut. Jedes Blütenblatt steht für eine gesellschaftliche Kategorie (z. B. Geschlecht, Alter, finanzielle Situation, Bildungshintergrund, körperliche Verfasstheit etc.).

2. Ausfüllen der Power-Flower (10-15 Min.):

Färben Sie für jede Kategorie ein, ob Sie sich in dieser Dimension eher privilegiert (inneres Blatt) oder benachteiligt (äußeres Blatt) erleben. Ergänzen Sie bei Bedarf weitere relevante Dimensionen.

3. Reflexion (15-30 Min.):

Gehen Sie anschließend in eine strukturierte Selbstreflexion. Hier sind mögliche Leitfragen, die Sie für die Selbstreflexion nutzen können, ebenso wie die zuvor gelisteten auf Seite 45:

- Wie war es für mich, mich selbst in Kategorien einzuordnen? Was fiel mir leicht, was war eher unangenehm?
- Gab es beim Ausfüllen oder Nachdenken Irritationen? Welche? Könnten sie auf Wahrnehmungslücken oder Entwicklungsmöglichkeiten hinweisen?
- Was hat mich an meinen Ergebnissen überrascht?
- Habe ich mich schon einmal bewusst mit meinen Privilegien oder meinen eigenen Diskriminierungserfahrungen auseinandergesetzt? Welche Gefühle hat das ausgelöst?
- Welche meiner gesellschaftlichen Zugehörigkeiten beruhen auf eigenen Entscheidungen, welche wurden mir zugeschrieben (z. B. durch Geburt, Herkunft, Aussehen)?
- Welche Teile meiner Identität sind mir besonders wichtig?
- In welchen Bereichen erlebe ich Privilegien? In welchen eher Benachteiligung?
- Inwiefern beeinflussen diese Zugehörigkeiten meine Erfahrungen im Alltag und im beruflichen Kontext?
- Welche Dimensionen (Blütenblätter) prägen mein berufliches beziehungsweise pädagogisches Handeln besonders? Und wie?
- Welche Perspektiven nehme ich möglicherweise als »normal« oder »gegeben« an?
- In welchen Situationen im Alltag kategorisiere ich Menschen (z. B. unbewusst)? Welche Kategorien nutze ich und warum?
- Welche Zugehörigkeiten sind veränderbar? Welche bleiben stabil? Welche Auswirkungen hat das?
- Inwiefern würde ich meine eigene Power-Flower als repräsentativ für mein Kollegium, meine Schulumgebung oder die Gesellschaft sehen - und inwiefern nicht?

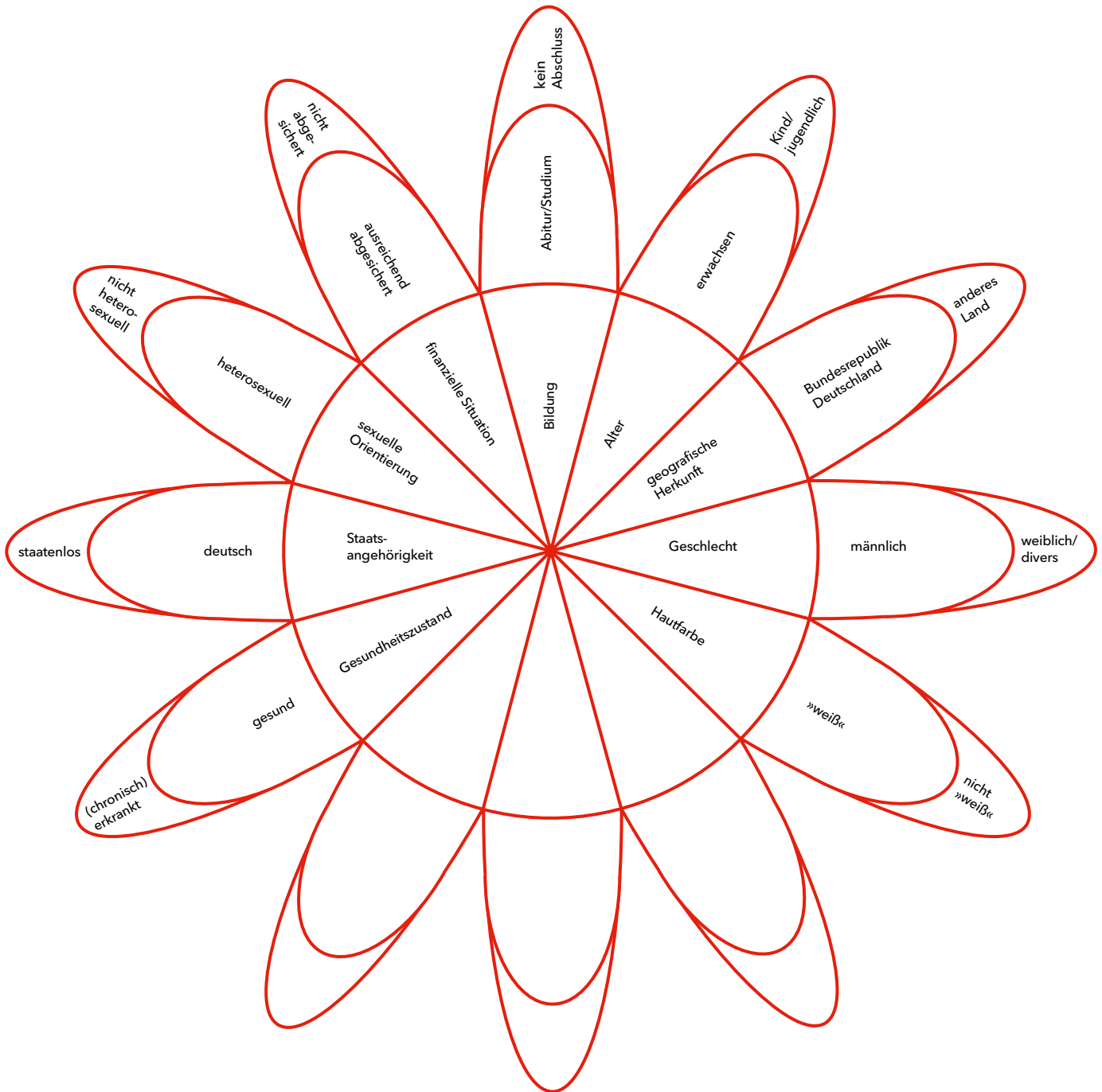
Didaktischer Hinweis

Die Power-Flower ist ein machtreflexives Werkzeug. Sie dient nicht dazu, Schuldgefühle zu erzeugen, sondern dazu, Handlungsspielräume zu erkennen und pädagogisches Handeln bewusster und gerechter zu gestalten. Sie eignet sich besonders für Lehrkräfte, die in vielfaltssensiblen Kontexten arbeiten oder dies anstreben, und sollte in einem Rahmen durchgeführt werden, der Selbstreflexion ermöglicht - ohne Leistungsdruck oder Bewertung.

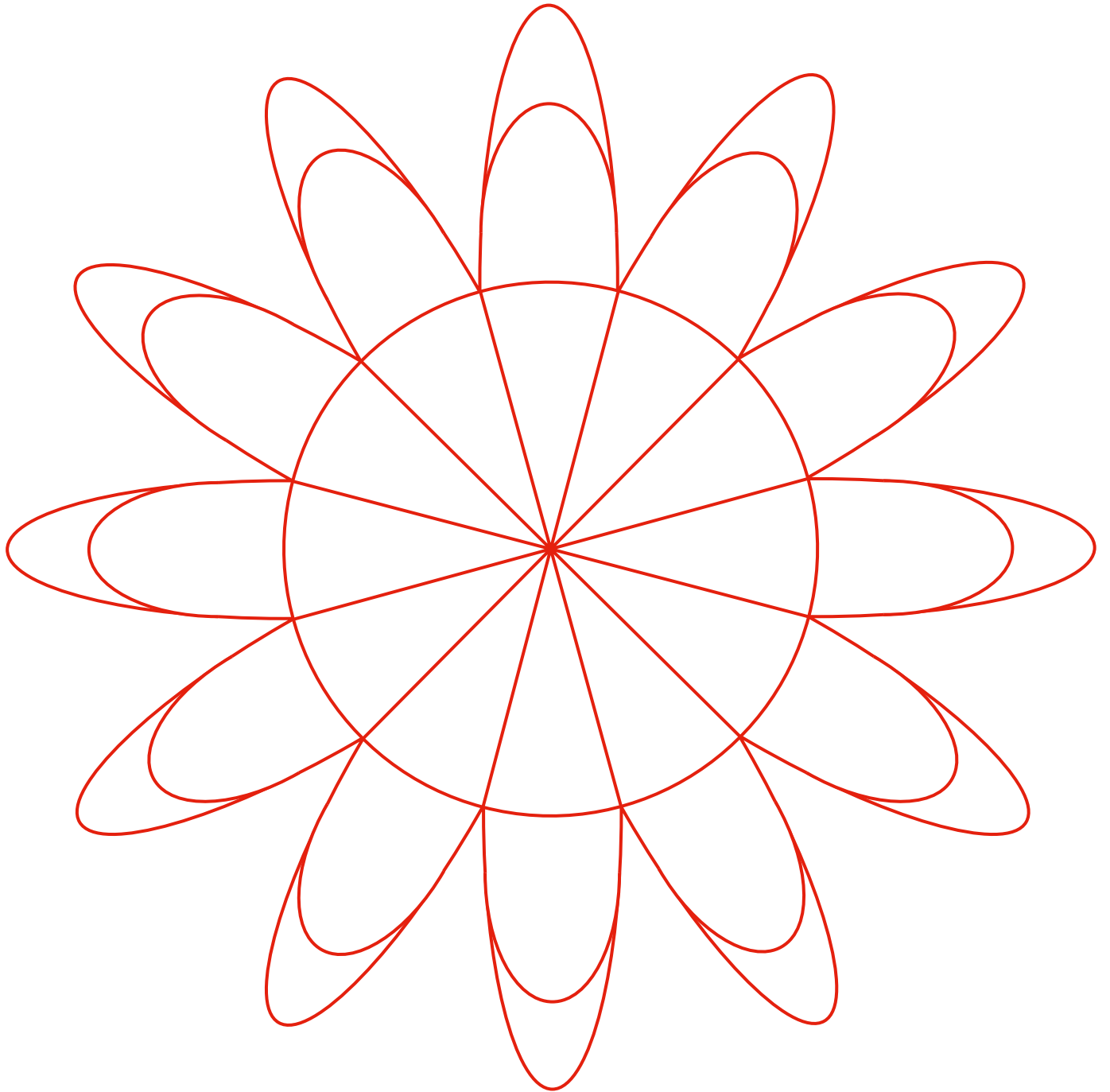
Wenn die Anwendung der Methode starke emotionale Reaktionen oder ein Gefühl der Überforderung auslöst, brechen Sie die Durchführung ab und holen bei Bedarf Unterstützung oder fachliche Beratung ein.



Beispiel für eine ausgefüllte Power-Flower



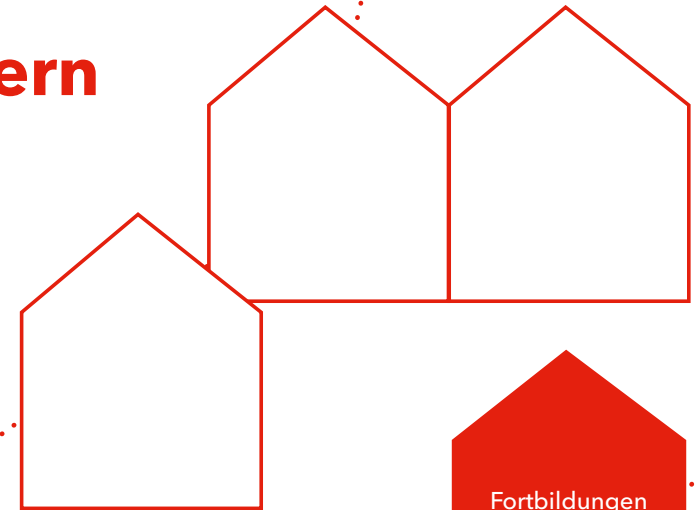
Kopiervorlage Power-Flower



»LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt« in der.. verankern

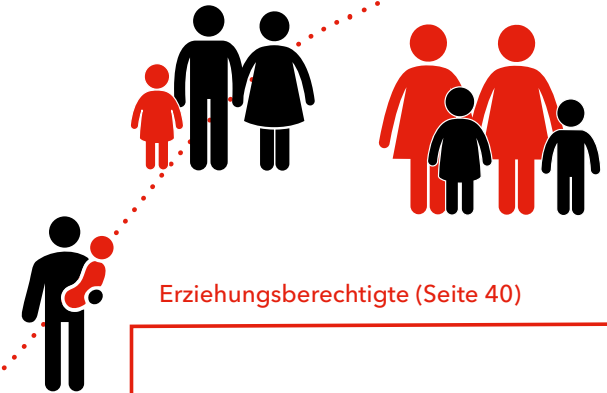
LLMP sichtbar machen (S. 39) Presse Website Plakate und Give-aways Weitere Ideen	Schulform Stufen oder Klassen Besonderheiten
LLMP an Ihrer Schule umsetzen (S. 12)	Schulpsycholog*innen Schulsozialarbeiter*innen Fachlehrkräfte Schulleitung Weitere wie AGs etc.

LLMP gemeinsam gestalten (S. 39)

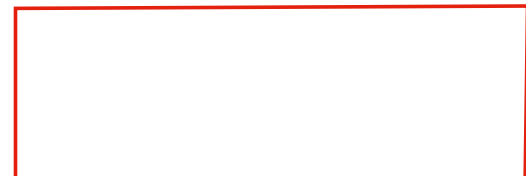


Regionale Bildungs- und Beratungsangebote (Seite 24)

Fortbildungen und Vertiefungen (Seite 52 f.)



Erziehungsberechtigte (Seite 40)



Checkliste: Schulinterne Kommunikation und Organisation des Projekts

Diese Checkliste unterstützt Sie bei der Implementierung und nachhaltigen Umsetzung von »LIEBESLEBEN – Das Mitmach-Projekt« an Ihrer Schule.

 Maßnahme	Bemerkung (z. B. Verantwortlichkeiten, Umsetzung)
<input type="checkbox"/> Ein LLMP-Projektteam wurde gebildet, das die Einbindung der Themen und Materialien koordiniert.	
<input type="checkbox"/> Die interdisziplinäre Zusammenarbeit zwischen verschiedenen Fachbereichen ist etabliert.	
<input type="checkbox"/> Rollen und Verantwortlichkeiten im Team sind klar definiert.	
<input type="checkbox"/> Ziele für die Einbindung der LLMP-Materialien sind festgelegt.	
<input type="checkbox"/> Regelmäßige Treffen zur Planung und Reflexion finden statt.	
<input type="checkbox"/> Zentrale Kolleg*innen sind über das Projekt informiert und für die Themen sensibilisiert.	
<input type="checkbox"/> Ein schulisches Gesamtkonzept wurde entwickelt oder LLMP in bestehende Konzepte integriert.	
<input type="checkbox"/> Die Kommunikation im Team verläuft wertschätzend und respektvoll. Gegenseitige Unterstützung ist gewährleistet.	
<input type="checkbox"/> Externe Expert*innen und Fachstellen sind allen relevanten Kolleg*innen bekannt und werden bei Bedarf hinzugezogen.	
<input type="checkbox"/> Unterrichts- und Informationsmaterialien wurden erstellt oder angepasst und stehen Kolleg*innen sowie Schüler*innen zur Verfügung.	
<input type="checkbox"/> Die Perspektiven der Schüler*innen werden in Planung und Umsetzung bestmöglich berücksichtigt (z. B. bei Themen- oder Methodenauswahl).	
<input type="checkbox"/> Die Form der Einbeziehung der Erziehungsberechtigten ist im Team abgestimmt.	
<input type="checkbox"/> Evaluationen und Feedbackschleifen zur Weiterentwicklung werden regelmäßig durchgeführt und dokumentiert.	

Fachliche Informationen und kostenloses Infomaterial

Auf den folgenden zwei Seiten finden Sie eine Linksammlung mit fachlichen Informationen und kostenlosen Infomaterialien zu unterschiedlichen Schwerpunkten der sexuellen Gesundheit. Die verlinkten Websites wurden vonseiten des Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit (BIÖG) ausgewählt und erfüllen relevante Standards hinsichtlich Qualität, Sicherheit und Zugänglichkeit (Stand: 2025). Die Liste stellt nur eine Auswahl dar und erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Bestellung BIÖG-Infomaterial und Give-aways

shop.bioeg.de

Online-Angebot

Über den BIÖG-Shop können Broschüren, Flyer, Unterrichtsmaterialien und Give-aways kostenfrei bestellt oder heruntergeladen werden. Die Materialien eignen sich zur Unterstützung von Aufklärungsarbeit und Präventionsprojekten. • shop.bioeg.de

Fachliche Informationen, Material und Beratung zu sexueller und geschlechtlicher Vielfalt

LIEBESLEBEN - Es ist deins. Schütze es.

Online- und Beratungsangebot

Die zentrale Website des BIÖG informiert über Themen der sexuellen Gesundheit, etwa zu sexueller und geschlechtlicher Vielfalt sowie zu HIV- und STI-Prävention. Sie bietet praxisnahe Informationen, Materialien und Hintergrundwissen für pädagogische Fachkräfte, Lehrkräfte und Interessierte. • www.liebesleben.de

LIEBESLEBEN - Methodenfinder

Online-Angebot

Der Methodenfinder bietet eine große Auswahl praxiserprobter Methoden, mit denen Themen der sexuellen Gesundheit - insbesondere zur HIV- und STI-Prävention - in unterschiedlichen Bildungskontexten behandelt werden können. www.liebesleben.de/methodenfinder

sexualaufklaerung.de

Online-Angebot

Das Fachportal des BIÖG stellt umfangreiche Informationen und Materialien zur Sexualaufklärung, Familienplanung und Sexualpädagogik bereit. Es richtet sich an Lehrkräfte, pädagogisch Tätige sowie Fachkräfte aus dem Gesundheitsbereich. • www.sexualaufklaerung.de

loveline.de

Online-Angebot

Die Plattform richtet sich an Jugendliche und vermittelt altersgerechte Informationen rund um Liebe, Sexualität, Körper und Beziehungen. Sie stärkt die Selbstbestimmung und unterstützt den offenen Umgang mit Fragen zur Sexualität. • www.loveline.de

aidshilfe.de

Online- und Beratungsangebot

Die Deutsche Aidshilfe informiert über HIV, Hepatitis und andere sexuell übertragbare Infektionen (STI). Sie bietet Aufklärung, Selbstlernangebote und den Zugang zu Beratungs- und Unterstützungsangeboten vor Ort. • www.aidshilfe.de

zanzu.de

Online-Angebot

Das BIÖG-Angebot bietet leicht verständliche Informationen zur sexuellen Gesundheit in 14 Sprachen. Es eignet sich besonders für mehrsprachige und inklusive Settings sowie für Fachkräfte in der Beratung. www.zanzu.de

familienplanung.de

Online-Angebot

Das Informationsangebot des BIÖG bündelt Themen zu Verhütung, Schwangerschaft, Kinderwunsch und Familienplanung. Es bietet verständliche Erklärungen und Materialien zur Unterstützung von Beratung und Aufklärung. • www.familienplanung.de

pro familia

Online- und Beratungsangebot

Pro familia bietet Fachinformationen und bundesweit Beratungen zu Sexualität, Partnerschaft, Schwangerschaft und Familienplanung. Das Angebot richtet sich an Jugendliche, Erwachsene und Fachkräfte und unterstützt durch Informationen und persönliche Gespräche. • www.profamilia.de

Fachliche Informationen, Material und Beratung zu sexueller und geschlechtlicher Vielfalt

LIEBESLEBEN - Beratung

Online- und Beratungsangebot

Fachinformationen, Materialien sowie Online- und Telefonberatung zu Vielfalt und zum Schutz vor sogenannten Konversionsbehandlungen. Das Angebot richtet sich an Jugendliche, Erwachsene und Fachkräfte und umfasst einen Beratungsfinder.

Tel.: 0221 89 92 876

Mo. bis Do.: 12-16 Uhr

www.liebesleben.de/beratung

Lambda Online

Online- und Beratungsangebot für Jugendliche

Lambda bietet jungen queeren Menschen Unterstützung, Austausch und Vernetzung.

www.lambda-online.de

Fachliche Informationen, Material und Beratung zu Medienkompetenz und Schutz vor digitaler Gewalt

HateAid

Online- und Beratungsangebot

HateAid unterstützt Menschen, die von digitaler Gewalt, Hassrede oder sexualisierter Online-Gewalt betroffen sind. Das Angebot umfasst rechtliche Informationen, Beratung und praktische Hilfen zur digitalen Selbstsicherheit. • www.hateaid.org

Juuuport

Online-Beratungsplattform

Auf der Plattform beraten ausgebildete Jugendliche andere Jugendliche anonym und kostenlos zu Problemen im Internet - etwa bei Cybermobbing, Sexting oder Datenschutz. Die Beratung erfolgt niedrigschwellig und auf Augenhöhe. • www.juuuport.de

Ins-Netz-gehen.de

Online- und Beratungsangebot

Das Portal bietet Informationen, Materialien und Beratungsangebote zu Sicherheit, Risiken im Netz und Cybermobbing. Es richtet sich an Jugendliche, Eltern und Fachkräfte. • www.ins-netz-gehen.de

Fachliche Informationen, Material und Beratung zum Schutz vor sexualisierter Gewalt

Multiplikatoren.trau-dich.de

Online-Angebot

Die Website bietet Materialien zur Prävention sexueller Gewalt und zur Stärkung der Selbstbestimmung von Kindern im Alter von 8 bis 12 Jahren. Das Angebot richtet sich an Lehr- und Fachkräfte, die Kinder beim Thema Schutz vor Übergriffen begleiten. www.multiplikatoren.trau-dich.de

Hilfe-Portal Missbrauch

Telefon- und Online-Beratung

Das Hilfe-Portal bietet anonyme und kostenfreie Beratung bei sexualisierter Gewalt. Es informiert über rechtliche und psychosoziale Unterstützung und vermittelt an regionale Fachstellen weiter.

Tel.: 0800 22 55 530

(Mo., Mi., Fr. 9-14 Uhr; Di., Do. 15-20 Uhr)

www.hilfe-portal-missbrauch.de

Beauftragte für Fragen des sexuellen Kindesmissbrauchs

Online-Angebot

Die Beauftragte informiert umfassend zu Schutzkonzepten, Präventionsmaßnahmen und Hilfsangeboten. Sie unterstützt Institutionen und Fachkräfte bei der Entwicklung und Umsetzung wirksamer Schutzstrategien. • www.beauftragte-missbrauch.de

Weitere anonyme und kostenlose Beratungsstellen

Anonyme Telefonberatung zu HIV/AIDS und anderen STI des BIÖG

Telefonisches Beratungsangebot

Anonyme telefonische Beratung zu HIV, AIDS und anderen sexuell übertragbaren Infektionen durch das BIÖG • Tel.: 0221 89 20 31

(Mo. bis Do. 10-22 Uhr, Fr. bis So. 10-18 Uhr)

www.liebesleben.de/beratung

Nummer gegen Kummer

Telefon- und Online-Beratung

Das Angebot bietet vertrauliche und kostenlose Unterstützung für Kinder, Jugendliche und Eltern bei Sorgen, Problemen und familiären Konflikten. Die Beratung erfolgt anonym und ohne Terminvergabe.

Kinder- und Jugendtelefon:

116 111 (Mo. bis Sa. 14-20 Uhr)

Elterntelefon: 0800 111 0 550

(Mo. bis Fr. 9-11 Uhr, Di. bis Do. 17-19 Uhr)

www.nummergegenkummer.de

Krisenchat & Jugendnotmail

Online-Beratung für Kinder und Jugendliche

Krisenchat und Jugendnotmail bieten anonyme und kostenlose Soforthilfe bei akuten Krisen, psychosozialen Belastungen oder Gewalt- und Missbrauchserfahrungen. Beide Angebote sind niedrigschwellig und rund um die Uhr erreichbar.

www.krisenchat.de • www.jugendnotmail.de



FAQs

In der Kommunikation mit Erziehungsberechtigten zu Themen der sexuellen Gesundheit werden oftmals Fragen, Unsicherheiten oder sogar Widerstände geäußert. Hier kann es hilfreich sein, auf Angebote für Eltern zu verweisen, etwa auf www.liebesleben.de/eltern.

Für wiederkehrende Anliegen ist es gegebenenfalls nützlich, sich Argumentationsbausteine zurechtzulegen. Nutzen Sie die Antworten gerne als Textbausteine für Ihre Arbeit.

»Wozu eine Aufklärung zu HIV, STI und sexueller Gesundheit?«

STI sind sexuell übertragbare Infektionen. Die Infektion mit Chlamydien ist die **häufigste sexuell übertragbare Infektion** in Deutschland. Sie wird durch Bakterien verursacht. Betroffen sind vor allem Jugendliche und junge Erwachsene. Die Infektionszahlen zu Hepatitis und Syphilis steigen. Weiterhin gibt es zum Beispiel Hepatitis B und C, Herpes genitalis, Trichomonaden und Gonorrhö (Tripper) (Bremer et al. 2017).

Im Gegensatz zu HIV sind die meisten STI heilbar, wenn sie frühzeitig erkannt und medizinisch behandelt werden. Ohne Behandlung können sie die Gesundheit aber auf Dauer schädigen. Sie können zu Unfruchtbarkeit führen und das Risiko einer HIV-Infektion deutlich erhöhen.

Wer sich, seine*n (Sex-)Partner*in jetzt oder zukünftig vor STI schützen will, muss Bescheid wissen. Und auch in der Lage sein und sich trauen, in intimen Situationen Schutzmöglichkeiten anzusprechen. Außerdem sollte man wissen, wo man sich bei Bedarf beraten und ärztlich behandeln lassen kann.

Sexuelle Gesundheit umfasst weit mehr als HIV- und STI-Prävention. Sexuelle Gesundheit meint, eine positive und respektvolle Haltung zu Sexualität und zu sexuellen Beziehungen zu entwickeln. Und die Möglichkeit zu haben, sichere und wohltuende sexuelle Erfahrungen zu machen, frei von Zwang, Diskriminierung und Gewalt. So definiert die WHO, die Weltgesundheitsorganisation »sexuelle Gesundheit«. Sexuelle Gesundheit lässt sich nur erlangen und erhalten, wenn die sexuellen Rechte aller Menschen geachtet, geschützt und erfüllt werden.

»Was sagt das Kultus-/Bildungsministerium unseres Bundeslandes zu »LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt?«

Ausgewählte Landesministerien für Kultus/Bildung und Gesundheit, Lehrer*innen- und Elternverbände, Fach- und Beratungsstellen, Wissenschaft und Forschung sowie Jugendliche waren an der Entwicklung der Materialien von »LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt« beteiligt. Die Kultus-/Bildungsministerien vieler Bundesländer unterstützen aktiv das Projekt.

Der richtige Zeitpunkt: »Ist das nicht zu früh in Klasse xy?«

Sexualerziehung ist Teil des schulischen Bildungsauftrags. Kinder und Jugendliche haben damit das Recht auf eine altersgemäße Sexuaufklärung. Das Thema ist in den Lehrplänen und Bildungsstandards unterschiedlicher Schulformen und -stufen entwicklungsangemessen verankert.

Ziel ist ein selbstbestimmter und verantwortlicher Umgang mit Sexualität. Dies gelingt am besten, wenn Sexualität als fester Bestandteil von Gesundheit thematisiert wird und wir offen darüber diskutieren können. Gemeinsam ist hierfür ein gesellschaftliches Klima zu schaffen, das sexualfreundlich und offen gegenüber unterschiedlichen Lebensstilen, Orientierungen, Einstellungen und Werten ist. Es regt zur selbstbestimmten und selbstbewussten Kommunikation an.

Die Erfahrungen des Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit (BIÖG)⁴ aus mehr als 20 Jahren gesundheitlicher Aufklärung im Bereich HIV-/STI-Prävention und Sexuaufklärung und seine Repräsentativbefragung zur Jugendsexualität der 14- bis 25-Jährigen in Deutschland zeigen, dass

⁴ Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) wurde am 13. Februar 2025 per Ministererlass umbenannt in Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG).



eine seriöse und altersgerechte Informationsvermittlung zu diesen Themen nicht zu früheren sexuellen Kontakten führt (BZgA 2021). Richtige und umfassende Informationen stärken vielmehr die Kompetenzen für einen bewussten und verantwortungsvollen Umgang mit der eigenen Sexualität (Rutgers 2017).

»LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt« richtet sich an Schüler*innen aller Schulformen im Alter von 12 bis 18 Jahren. Welche Altersstufen die Schule zu welchen Themen wann einbezieht, entscheidet sie mit Blick auf die Rahmenlehrpläne beziehungsweise schulischen Curricula.

Inhalte und Botschaften: »Was vermitteln Sie unseren Kindern?«

Der Materialkoffer von »LIEBESLEBEN - Das Mitmach-Projekt« umfasst sechs Themenstationen: Schutz und Safer Sex, Freundschaft und Beziehung, Körper und Gefühle, HIV und andere STI, Vielfalt und Respekt, Sexualität und Medien.

Die Themen sind so angelegt, dass die Inhalte, Methoden und Materialien sich inhaltlich sowie mit Blick auf den Entwicklungsstand und den Kompetenzerwerb für Jugendliche verschiedener Schulformen und Altersstufen leicht auswählen und kommunikativ anpassen lassen. Die Themen vertiefen auch den Rahmenlehrplan des Landes beziehungsweise des Schulcurriculums.

Die Botschaften orientieren sich an der Initiative LIEBESLEBEN des BIÖG. Diese ist Teil der Strategie der Bundesregierung zur Eindämmung von HIV, Hepatitis und anderen sexuell übertragbaren Infektionen. Diese hat das Bundeskabinett am 6. April 2016 verabschiedet.

Ziele und Nutzen für die Jugendlichen: »Was haben unsere Kinder denn davon?«

- Sie sind über STI-Symptome, Risiken und Nichtrisiken sowie Schutzmaßnahmen informiert und sind motiviert, sich und andere zu schützen, zum Beispiel durch die richtige Anwendung von Kondomen.
- Sie bauen beim Sprechen über sensible und tabuisierte Themen zur Sexualität Hemmschwellen ab und erhalten Hilfen, um noch sprachfähiger zu werden, offen und wertschätzend zu kommunizieren.
- Sie werden in ihrer Selbstakzeptanz und sexuellen Selbstbestimmung gestärkt.
- Sie setzen sich kritisch mit Normen von Sexualität und Körpern sowie medialen Darstellungen verschiedener Sexualitäten auseinander.
- Sie entwickeln ein selbstbewusstes, grenzachtendes und verantwortungsvolles Handeln, sich selbst und anderen gegenüber.
- Sie üben sich in einem respektvollen, solidarischen und nicht diskriminierenden Umgang mit von STI betroffenen Menschen und zwischen Menschen verschiedener Identitäten und Orientierungen.
- Sie erfahren, an wen sie sich bei Bedarf im Gesundheits-, Beratungs- und Hilfesystem wenden können.



Impressum

Herausgegeben vom Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG), 50819 Köln,
im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit, gefördert durch die Bundesrepublik
Deutschland, in Kooperation mit dem Verband der Privaten Krankenversicherung e. V.



Bundesinstitut für
Öffentliche Gesundheit



Verband der Privaten
Krankenversicherung

Text

Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG)
Sinus - Büro für Kommunikation GmbH
Unter Mitarbeit von Beate Martin, Münster,
Institut für Sexualpädagogik (Seite 13; 27-29)

Redaktion

Sina Vogt, Simone Richter
Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG)

Gestaltung

neues handeln AG

3. Auflage (Stand: 2025)

Diese Broschüre wird vom BIÖG kostenlos abgegeben.
Sie ist nicht zum Weiterverkauf bestimmt.

Alle Rechte vorbehalten.



[liebesleben.de](https://www.liebesleben.de)