

# Konzept sexuelle Bildung



# Wer wir sind



<https://unsplash.com/de/fotos/text-yAGNjU4rtss>

Die AIDS-Hilfe Potsdam e.V. (folgend AHP) ist eine **Beratungsstelle zur sexuellen Gesundheit**. Der Verein bietet Beratung und Information zu allen Fragen rund um die Themen **HIV/Aids, sexuell übertragbaren Infektionen und zu sozial-rechtlichen Belangen**: persönlich, telefonisch, oder online und dabei immer anonym und kostenfrei.

Auch Schulen können dabei auf die Expertise der AHP zurückgreifen: Die *Handreichung für das übergreifende Thema Sexualerziehung / Bildung für sexuelle Selbstbestimmung* empfiehlt ausdrücklich, dass **externe Fachkräfte wie die AHP** zur Ergänzung des schulischen Unterrichts eingeladen werden dürfen<sup>1</sup>. Daher führt die AHP sexuelle Bildung in Schulen, Berufsschulen und im Jugendfreizeitbereich durch und bietet dort **zielgruppenspezifische Workshops** an.

<sup>1</sup> [https://bildungsserver.berlin-brandenburg.de/fileadmin/bbb/themen/Sexualerziehung/HR\\_Sexualerziehung\\_final\\_20240821.pdf](https://bildungsserver.berlin-brandenburg.de/fileadmin/bbb/themen/Sexualerziehung/HR_Sexualerziehung_final_20240821.pdf)

# Unser Verständnis von Sexualität

Wir verfolgen eine **sexpositive und wertschätzende Haltung**, die Menschen in ihrer **Vielfalt** anerkennt und bestärkt. Sexualität begreifen wir nicht ausschließlich als etwas Körperliches, sondern als ein **ganzheitliches Zusammenspiel von Körper, Gefühlen, Gedanken und persönlichen Überzeugungen**.

Sexuelle Bildung ist für uns ein **lebenslanger Lernprozess**. Sexualität verändert sich im Laufe des Lebens – sie ist dynamisch, individuell und von vielen Faktoren geprägt. Dabei steht für uns auch die **Lustfreundlichkeit** im Mittelpunkt: Sexualität darf Freude machen, erfüllend sein und soll selbstbestimmt gelebt werden.

Statt mit erhobenem Zeigefinger treten wir unseren Teilnehmenden mit **Offenheit und Respekt** gegenüber. Wir schaffen einen Raum, in dem vielfältige Vorstellungen von Sexualität, Liebe und Beziehungsformen ebenso Platz haben wie individuelle Wege im Umgang mit dem eigenen Risikomanagement in Bezug auf HIV/STI und Elternschaft.

Ein zentrales Anliegen unserer Arbeit ist es, **negative Bilder von Scham und Schuld in Bezug auf HIV/STI zu hinterfragen und zu verändern**. Wir möchten vermitteln, dass sexuell übertragbare Infektionen ein Teil sexueller Aktivität sein können – ohne moralische Bewertung.

Wir verstehen Sexualität, Geschlecht, sexuelle Orientierung, Liebe und Beziehung als ein Spektrum, in dem **jeder Mensch seinen Platz hat** – unabhängig von Normen oder gesellschaftlichen Erwartungen.



<https://unsplash.com/de/fotos/scrabble-kacheln-mit-liebe-sex-und-sexualitat-XgESJ8Jdqyk>

# Ziele unserer Arbeit

Zentraler Ausgangspunkt unserer Arbeit ist das **Recht auf sexuelle Selbstbestimmung**. Wir möchten Menschen darin bestärken, ihre Sexualität **selbstbestimmt, informiert und frei von Scham** leben zu können. Ein wesentliches Ziel ist es daher, **Schamgefühle aufzubrechen** und Räume zu schaffen, in denen offen über Sexualität, Körper, Beziehungen und Gefühle gesprochen werden kann. Damit leisten wir auch einen Beitrag zur **Enttabuisierung** und zur **Emanzipation** von gesellschaftlichen Normen und Zwängen.



<https://unsplash.com/de/fotos/eine-frau-tragt-einen-weiss-roten-rock-tGukmc6VoxU>

Wir begleiten **Kinder und Jugendliche auf ihrem Weg ins Erwachsenenleben**, indem wir ihnen altersgerechtes Wissen vermitteln, Fragen aufgreifen und sie darin stärken, eigene Entscheidungen zu treffen. Unsere Workshops setzen bereits ab der **6. Klasse** an – also zu Beginn der Pubertät – um junge Menschen frühzeitig in ihrer Entwicklung zu unterstützen.

Ein weiterer Schwerpunkt unserer Arbeit ist die **HIV-Prävention** sowie die Aufklärung zu **sexuell übertragbaren Infektionen**, ungewollten Schwangerschaften und Verhütung. Dabei geht es uns nicht nur um Wissensvermittlung, sondern um die **Stärkung von Entscheidungs- und Handlungskompetenz** im Umgang mit Risiken und eigenen Bedürfnissen.

Gleichzeitig wollen wir durch sachliche Information, Sensibilisierung und Stärkung der Selbstbestimmung auch einen Beitrag zum **Schutz vor sexuellen Übergriffen und Grenzverletzungen** leisten.

# Unser Angebot

Jeder Workshop kann aus den nachfolgenden Bausteinen zusammengesetzt werden.

Unabhängig von den gewählten Bausteinen beginnt jeder Workshop mit einer Vorstellungsrunde und Einstiegsmethode und schließt mit Kondome abrollen und einer Feedbackrunde ab.

## Vorstellungsrunde & Einstiegsmethode

### Pubertät (6. Klasse)

- Anatomie
- Körperveränderungen
- Menstruation
- Geschlechterstereotype

### Pubertät (7. Klasse)

- Anatomie
- Menstruation & Zyklus

### Liebe & Beziehung

- Gefühle
- Gesunde Beziehungen
- Beziehungsmodelle

### HIV & Aids

- Begriffsklärung
- Übertragungswege
- Schutzmöglichkeiten

### Verhütung

- Verhütungsmittel
- Vor- und Nachteile
- (ungewollte) Schwangerschaft

### Grenzen & Konsens

- Begriffsklärung
- Grenzen wahrnehmen und kommunizieren
- Über Sexualität sprechen

### Pornographie

- Begriffsklärung
- Rechtlicher Rahmen
- Dekonstruktion von Normvorstellungen

### STIs

- Begriffsklärung
- Übertragung, Diagnose, Behandlung
- Schutzmöglichkeiten

## Kondome abrollen & Abschlussrunde

# Unsere Rahmenbedingungen

Unsere Workshops zur sexuellen Bildung finden in einem **geschützten Rahmen** statt, der den Teilnehmenden Offenheit, Sicherheit und Vertrauen ermöglicht. Dafür arbeiten wir grundsätzlich **ohne Anwesenheit von Lehrkräften**, um eine möglichst unbefangene Gesprächsatmosphäre zu schaffen. Ein geschützter Rahmen bedeutet für uns auch die Wahl eines **geeigneten Raumes**, der Diskretion gewährleistet und einen störungsfreien Ablauf ermöglicht.

Alle Teilnehmenden begegnen uns auf **freiwilliger Basis** – niemand wird zur aktiven Teilnahme gedrängt. Dabei gilt für uns eine **Verschwiegenheitspflicht**: Persönliches, das im Workshop geteilt wird, bleibt im Raum.

Gemäß § 12 Absatz 3 des Brandenburgischen Schulgesetzes sind Schulen verpflichtet, die **Eltern über Ziel, Inhalt und Formen der Sexualerziehung rechtzeitig zu informieren**. Daher obliegt es der Schule, die Eltern vorab über unsere Workshops zu unterrichten.

Im Anschluss an den Workshop erfolgt eine **Rückmeldung an die begleitende Lehrkraft**, bei der jedoch ausschließlich inhaltliche und organisatorische Aspekte angesprochen werden – keine persönlichen Aussagen von Teilnehmenden.

Die Inhalte und Methoden unserer Workshops werden **zielgruppenspezifisch** angepasst und orientieren sich an Alter, Lebensrealitäten und Vorkenntnissen der Teilnehmenden. Dabei setzen wir auf eine **Methodenvielfalt**, die unterschiedliche Zugänge ermöglicht und sowohl kognitive als auch emotionale Ebenen anspricht.

Unsere Workshops dauern in der Regel **180 Minuten (4 Unterrichtsstunden)**. Nach Absprache sind auch kürzere Workshops mit einer Mindestlänge von 90 Minuten möglich. Pro Workshop berechnen wir 75€. Wir erheben keine Fahrtkosten.

Um die Qualität unserer Arbeit zu sichern, führen wir regelmäßig **Team-Reflexionen** durch und nehmen an **Fortbildungen** teil.