



2.3 Das erste Mal

Kompetenzen

Die Schüler*innen überprüfen ihre Ansprüche an erste Sexualkontakte und eine Partnerschaft. Sie vergleichen die Erwartungen an eine Partnerschaft in unterschiedlichen kulturellen Bezügen und trainieren emotionale Perspektivübernahmen. Sie kennen den Zusammenhang zwischen fehlendem Vertrauen und Ängsten und fordern unabhängig vom Geschlecht einen verantwortungsvollen und selbstbewussten Umgang mit Sexualität.



Hinweise

- Auch wenn nach neuesten Studien zur Jugendsexualität der erste Geschlechtsverkehr meist nicht vor dem 16. Lebensjahr erfolgt, ist dennoch in einer Klasse mit sehr unterschiedlichen sexuellen Erfahrungen der Schüler*innen zu rechnen. Umso wichtiger ist der Hinweis auf ein behutsames Miteinander und eine größtmögliche Toleranz gegenüber unterschiedlichen Meinungen. Zudem gilt, dass niemand zu einer Stellungnahme genötigt werden darf. Dies sollte auch für die Gruppenarbeitsphasen gelten.
- Die Einteilung der Klasse in sechs Gruppen sollte die Lehrkraft den Schüler*innen überlassen. Sie sollte nur eingreifen, wenn die Gruppengrößen sehr unterschiedlich sind oder einzelne Schüler*innen ausgegrenzt werden.



Vorbereitung / Material

- **M1–M7** in Gruppenstärke kopieren (mind. 6 Kopien je Material)
- pro Gruppe 1 leere Folie, Folienstifte



Verlauf

Einstieg

- Die Lehrkraft bittet die Klasse, sich in sechs Gruppen (drei bis sechs Schüler*innen) aufzuteilen.
- Jede Gruppe erhält eines der Arbeitsblätter **M2–M7**.

Erarbeitung 1 (Gruppenarbeit)

- Die Gruppen bearbeiten gemeinsam das Arbeitsblatt. Erst wenn die einzelnen Aufgaben ausreichend diskutiert wurden, erhält jede Gruppe die Fragen zur Auswertung (**M1**), eine Folie sowie Folienstifte.
- Die Gruppe beantwortet die Fragen auf der Folie.

Sicherung 1 (Schüler*innen-Aktivität)

- Die Lehrkraft entscheidet über die Reihenfolge der Gruppenvorträge. Die vortragende Gruppe liest zunächst die bearbeitete Geschichte vor und stellt der Klasse danach die auf Folie notierten Ergebnisse ihrer Arbeitsphase vor. Eine Diskussion sollte an dieser Stelle vermieden werden, da die unterschiedlichen Verhaltensweisen in einer späteren Arbeitsphase diskutiert werden können.
- Die Namen der in den Geschichten agierenden „Paare“ werden zusammen mit den von den Gruppen erarbeiteten Überschriften und Schlüsselwörtern an der Tafel notiert.



Hinweise für Lehrpersonen

Erarbeitung 2 (Unterrichtsgespräch)

- Die Schüler*innen finden Gemeinsamkeiten und Unterschiede zwischen den einzelnen Geschichten und sprechen über die unterschiedlichen Ängste, die in den sechs Geschichten direkt oder indirekt thematisiert werden.
- Diese Phase endet mit der Erarbeitung des Zusammenhangs zwischen Ängsten und fehlendem Vertrauen.

Sicherung 2 (Unterrichtsgespräch, Mindmap, Schüler*innen-Aktivität)

- Die von den Schüler*innen genannten Ängste werden auf einer Seitentafel (oder einer Folie) in Form einer Mindmap unter der Überschrift „Ängste beim ersten Mal“ gesammelt. Unter der Mindmap wird als Lösung der Satz „Kein Trauen ohne Vertrauen!“ notiert.
- Die Schüler*innen fassen in einem eigenen kurzen Text die Bedeutung dieses Satzes unter der Überschrift „Wann ist der ‚richtige Zeitpunkt‘ für den ersten Sex?“ in ihrem Heft zusammen.

Vertiefung / ggf. Hausaufgabe

- Die Schüler*innen schreiben eine Fortsetzung ihrer Geschichte.
- Sie recherchieren im Internet zu folgenden Fragen: Ab wann darf man Sex haben? Wer darf mit wem Sex haben? (Jugendschutzgesetz)
Mögliche Quelle: https://www.profamilia.de/fileadmin/publikationen/Jugendliche/deine_sexualitaet_deine_rechte.pdf (Stand: 5. Juni 2018)



Auswertung einer Geschichte zu Thema „Das erste Mal“

Aufgaben

- 1 Fasst die Geschichte mit eigenen Worten kurz auf der Folie zusammen.
- 2 Wer hat Angst? Wovor oder vor wem?
- 3 Wer hat Vertrauen? Zu wem? Warum?
- 4 Geht es in der Geschichte auch um Verantwortung? Begründet eure Meinung.



Katja und Tino

Katja (16) stammt aus einem sehr religiösen Elternhaus. Die Eltern haben ihr eingeschärft, dass Sex vor der Ehe auf keinen Fall stattfinden darf. Sie soll „unberührt“ in die Ehe gehen. Nun hat sie sich in Tino verliebt. Sie kennt ihn bereits seit einigen Jahren, weil er in ihre Parallelklasse geht. Sie fand ihn immer sehr nett und auch ihre Eltern kennen ihn, da er oft mit ihr zusammen

5 Hausaufgaben gemacht hat. Aber so richtig gefunkt hat es erst vor einigen Monaten auf einer Schülerparty. Sie haben oft miteinander getanzt und viel gelacht. Zum Abschied hat Tino sie ganz zärtlich in den Arm genommen und dann haben sie sich geküsst. Seitdem schwebt Katja wie auf einer rosa Wolke. In der Schule tun beide so, als würden sie sich kaum kennen. Katja hat Angst, dass ihre Eltern ihr den Kontakt zu Tino verbieten könnten. Heute hat Tino sie mal wieder

10 zu Hause besucht. Ihre Eltern mussten überraschend weg und die beiden sind plötzlich allein im Haus. Sie sitzen in Katjas Zimmer auf dem Sofa, küssen und streicheln sich und plötzlich fängt Tino an, sie ganz vorsichtig ausziehen. Katja will eigentlich auch mehr als nur Küssen, aber auf einmal fängt sie an zu weinen.

„Bitte“, sagt sie leise. „Bitte nicht, ich habe solche Angst!“ ...

Aufgaben

- 1 Lest die Geschichte aufmerksam durch und unterstreicht Schlüsselwörter.
- 2 Wendet die Begriffe „Angst“ und „Vertrauen“ auf die Geschichte an.



Maren und John

Maren ist erst 15, sieht aber älter aus und ist schon in der 9. Klasse. Sie hat schon für den einen oder anderen Jungen geschwärmt, aber so richtig verliebt war sie noch nie. Und wenn, dann war es schon vorbei, bevor sie den Jungen richtig kennengelernt hatte. Aber diesmal ist alles anders. Bei einer Sportveranstaltung hat sie John kennengelernt. Er ist bereits 18, ein klasse Sportler und

5 sieht toll aus. Alle Mädchen drehen sich nach ihm um. Maren hatte ihn nach dem Spiel angesprochen und ihn zu einem Eis eingeladen und er war mitgegangen. Sie war unbeschreiblich glücklich, als er ihr Komplimente zu ihrem Aussehen machte und sich mit ihr für ein weiteres Treffen verabredete. Seitdem hat sie ihn ein paar Mal gesehen und sie haben sich jedes Mal wilder geküsst und gestreichelt. Heute holt er sie mit dem Auto ab und fährt mit ihr in den Wald.

10 Dort knutschen die beiden im Auto und er fängt an, sie ausziehen.

Maren sagt: „Warte doch. Ich weiß nicht, ob ich das schon will. Außerdem habe ich Angst, schwanger zu werden. Hast du denn ein Kondom dabei?“

John lacht: „Wieso? Ich kann doch nicht schwanger werden! Nun komm, stell dich nicht so an. Sex gehört doch wohl dazu und es wird schon nichts passieren!“ ...

Aufgaben

- 1 Lest die Geschichte aufmerksam durch und unterstreicht Schlüsselwörter.
- 2 Wendet die Begriffe „Angst“ und „Vertrauen“ auf die Geschichte an.



Das erste Mal: Beate und Linus

Beate und Linus

Beate und Linus sind beide 16. Sie kennen sich schon ein paar Monate und unternehmen in ihrer Freizeit viel zusammen. Ihre Freunde machen schon Sprüche, wenn sie zusammen auftauchen:

„Na, da ist ja wieder unser Liebespaar!“

Aber außer ein paar Küssen und ein bisschen Streicheln war da noch nicht viel. Beate möchte

- 5 gern mit Linus schlafen. Sie vertraut ihm und hat sich über Verhütung informiert. Sie glaubt, dass sie den ersten Schritt machen muss, weil sich Linus nicht traut.

Linus hat längst gespürt, dass Beate mehr möchte und ihm geht es eigentlich auch so, aber er hat Angst, dass er beim ersten Mal etwas falsch machen könnte und dann die Freundschaft, die ihm so wichtig ist, zu Ende sein könnte. Er schaut sich zu Hause einige Pornofilme an, um das

- 10 richtige Verhalten zu lernen. Aber die Filme stoßen ihn eher ab und verunsichern ihn nur noch mehr. Außerdem ist er nicht so gebaut wie die Männer in den Filmen. Als er das nächste Mal mit Beate allein ist und die beiden wieder einmal miteinander schmusen, schafft er es endlich, seine Ängste auszusprechen ...

Aufgaben

- 1 Lest die Geschichte aufmerksam durch und unterstreicht Schlüsselwörter.
- 2 Wendet die Begriffe „Angst“ und „Vertrauen“ auf die Geschichte an.



Das erste Mal: Marion und Sascha



Marion und Sascha

Marion ist schon 19 und immer noch Jungfrau. Alle ihre Freundinnen haben schon feste Beziehungen und ihren ersten Sex bereits hinter sich. Nur Marion ist über ein bisschen Knutschen nicht hinausgekommen. Sie hat Angst, sich zu blamieren, wenn es in den Gesprächen mal wieder um Sex geht. Sie geht das Problem nun ganz sachlich an: Sie hat sich vor ein paar

- 5 Wochen die Pille verschreiben lassen, um auf keinen Fall schwanger werden zu können. Dann geht sie abends in die Disco in ihrer Nachbarschaft und schaut sich nach einem Jungen um, der ohne Begleitung da ist. Sie lernt Sascha kennen. Er ist bereits 25 und hat offenbar schon Erfahrung mit Beziehungen. Sie flirtet heftig mit ihm, trinkt ein paar Gläser Wodka und flüstert ihm zwischen ein paar langen Küssen zu, dass ihre Eltern nicht zu Hause sind und sie ein großes
- 10 Bett hat.

„Super“, sagt Sascha, „dann kann der Abend ja bei dir weitergehen!“

Eng umschlungen verlassen die beiden die Disco und gehen zu Marion ...

Aufgaben

- 1 Lest die Geschichte aufmerksam durch und unterstreicht Schlüsselwörter.
- 2 Wendet die Begriffe „Angst“ und „Vertrauen“ auf die Geschichte an.



Cora und Martin

Cora und Martin sind beide 17. Sie kennen sich schon sehr lange, haben immer schon viel miteinander unternommen und verstehen sich gut. Seit ein paar Wochen haben sich Coras Gefühle verändert: Sie hat plötzlich „Schmetterlinge im Bauch“, wenn sie Martin sieht, und auch er scheint nicht mehr so unbefangen wie am Anfang. Besonders deutlich zu spüren war das

5 gestern auf einer Party. Coras Freundin hat es natürlich bemerkt und sagt: „Ihr habt euch ineinander verliebt. Das ist doch toll!“

Cora möchte gern mit Martin schlafen, aber sie hat Angst. Sie hatte noch nie Sex mit einem anderen Menschen, da sie körperliche Besonderheiten hat: Ihre Klitoris ist ziemlich groß und ihre Scheide ist sehr kurz. Sie hat eigentlich keine Angst davor, dass Martin sie auslachen könnte, aber

10 sie weiß nicht genau, ob sie es ihm vorher sagen soll oder lieber nicht. Vielleicht geht es ja gar nicht richtig oder es tut weh. Außerdem weiß sie, dass sie keine Kinder bekommen kann. Das sollte Martin vielleicht auch wissen, damit er keine Angst hat, dass sie schwanger werden könnte. Vielleicht traut sie sich ja heute Abend, mit ihm zu sprechen ...

Aufgaben

- 1 Lest die Geschichte aufmerksam durch und unterstreicht Schlüsselwörter.
- 2 Wendet die Begriffe „Angst“ und „Vertrauen“ auf die Geschichte an.



Mia und Lara

Mia und Lara sind beide 15. Sie kennen sich schon seit dem Kindergarten. Ihre Eltern sind befreundet und auf vielen Familienfesten haben die beiden miteinander gespielt. Beide sind im Sportverein und haben viele gemeinsame Hobbys. Seit einiger Zeit hat sich ihre Beziehung allerdings verändert. Wenn die anderen Mädchen sich nach Jungs umschaute und darüber

5 redeten, wen sie besonders süß finden, haben sich Mia und Lara oft verstohlen angesehen und waren immer ein bisschen verlegen. Vor ein paar Wochen waren sie nach dem Sport Arm in Arm nach Hause gegangen und plötzlich hatte Lara Mia zu sich herangezogen und sie auf den Mund geküsst. Mia war erst völlig überrascht, aber dann merkte sie, dass sie den Kuss erwiderte und sich glücklich fühlte. Seitdem haben sie in der Schule den Kontakt vermieden, weil sie sich vor

10 blöden Sprüchen ihrer Klassenkamerad*innen fürchten.

Heute ist Lara mal wieder bei Mia zum Abendessen eingeladen. Mias Eltern haben Karten für ein Konzert und wünschen den beiden einen schönen Abend. Sie sitzen in Mias Zimmer, hören Musik und haben Kerzen angezündet.

„Damit es richtig romantisch ist“, sagt Mia zu Lara und schaut sie zärtlich an ...

Aufgaben

- 1 Lest die Geschichte aufmerksam durch und unterstreicht Schlüsselwörter.
- 2 Wendet die Begriffe „Angst“ und „Vertrauen“ auf die Geschichte an.