



Leseprobe aus König und Brörken, Die Welt der Sexualität,
ISBN 4019172400101 © 2023 Beltz Juventa in der Verlagsgruppe Beltz, Weinheim Basel
<http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=4019172400101>

Die Bild- und Wissenskarten

Es gibt insgesamt 55 Karten.

Jede Karte beschreibt einen Begriff aus dem vielfältigen Bereich der Sexualität.

Jede Karte hat auf der einen Seite ein Bild.

Und auf der anderen Seite eine Erklärung in Einfacher Sprache.

Auf der Text-Seite finden Sie einen QR-Code.

Dieser QR-Code führt zu einer Internet-Seite.

Auf der Internet-Seite kann man sich den Text vorlesen lassen.

Es gibt vier verschiedene Kategorien:

Beziehung, Vielfalt, Körper, Sex

Auf der letzten Seite ist eine Übersicht mit allen Wörtern.



Warum gibt es die Karten?

Die Idee für die Karten entstand in der Zusammen-Arbeit mit erwachsenen Menschen mit Behinderung.

Denn Sexualität, Liebe und Partnerschaft sind wichtige Themen. Für alle Menschen.

Aber in der Sexualität gibt es viele schwere Wörter.

Und es gibt viele schwere Inhalte.

Damit mehr Menschen die Wörter und Inhalte verstehen können, brauchen wir einfache Erklärungen und Bilder.

Wir brauchen Erklärungen und Bilder, welche die vielen verschiedenen Seiten von Sexualität zeigen. Denn Menschen leben und lieben vielfältig. Und Menschen mit Behinderung haben das Recht, diese Vielfalt zu entdecken!



Für wen sind die Karten?

Die Karten sind für alle Menschen.

Für alle, die neugierig sind.

Für alle, die mehr über Sexualität wissen möchten.

Für alle, die schwere Wörter und Sätze schlecht verstehen.

Für alle, die Erklärungen brauchen und suchen.

Für alle, die Anregung brauchen, um über Sexualität zu sprechen.

Die Karten sind aber auch für Menschen,
die andere Menschen begleiten und unterstützen.

Oder für Menschen aus der Bildungs-Arbeit.

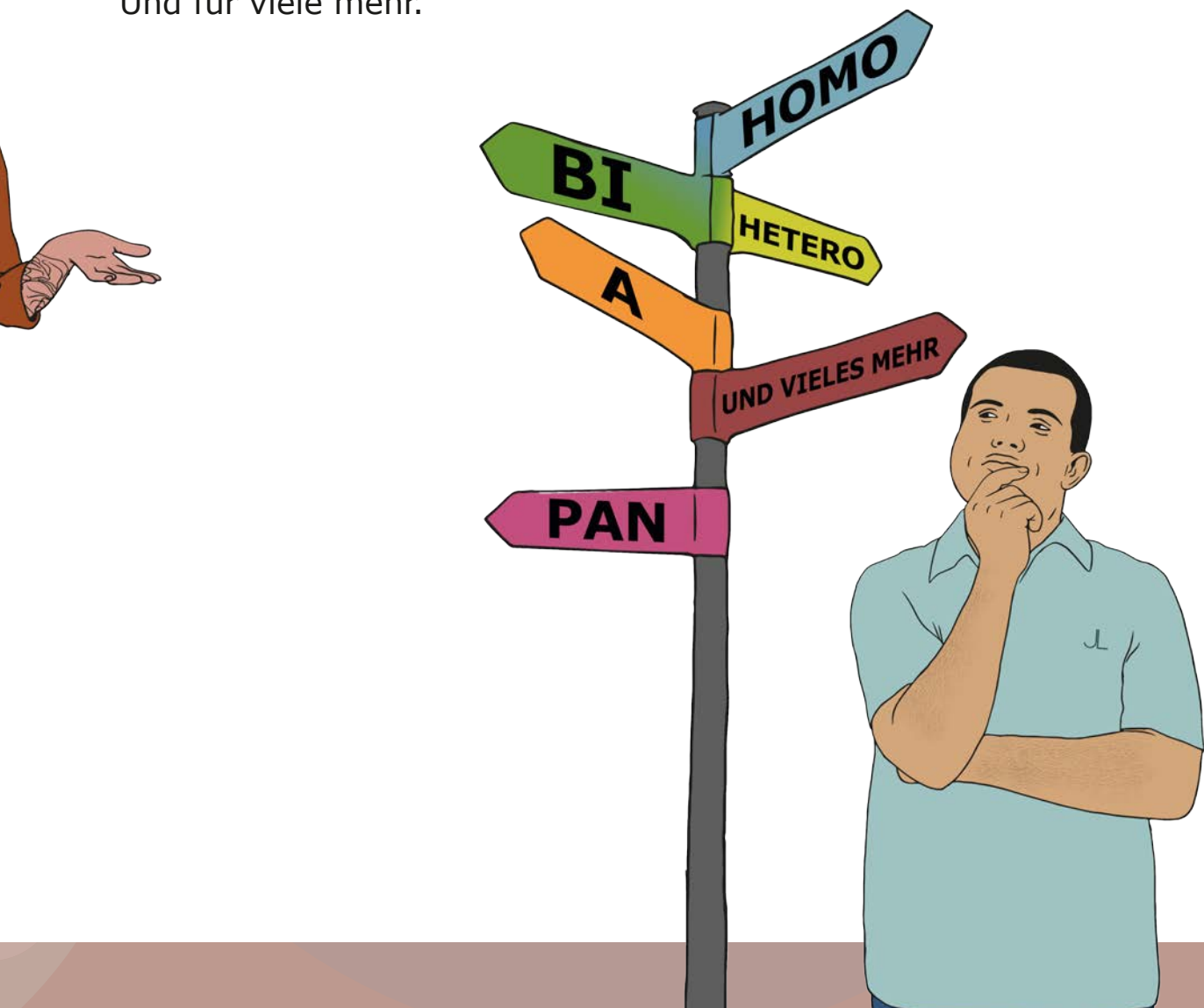
Zum Beispiel:

Für Menschen aus der Sozialen Arbeit.

Für Erzieher*innen, Heilerziehungspfleger*innen, Altenpfleger*innen,
Pädagog*innen oder Lehrer*innen.

Aber auch für Eltern, für Studierende und für Auszubildende.

Und für viele mehr.





Wie kann man die Karten nutzen?

Die Karten kann man für verschiedene Situationen nutzen:

- für die Gruppen-Arbeit
- für Einzel-Gespräche und Beratungen
- für den Unterricht, ein Seminar oder für andere Bildungs-Räume
- für eine gemeinsame Reflexion und Diskussion
- für die Präventions- und Aufklärungs-Arbeit
- für ein erstes Gespräch über Sexualität
- für sich selbst, zum Kennen-Lernen und zum Lernen
- und für vieles mehr.

Über die Karten können verschiedene Fragen gestellt werden:

- Was siehst du auf dem Bild?
- Was könnte das bedeuten?
- Kennst du das? Oder kommt dir etwas bekannt vor?
- Wie denkst du darüber? Ist das gut oder schlecht?
- Was sind deine Erfahrungen?
- Hast du noch weitere Fragen zu dem Thema?
- Fehlt dir was in der Beschreibung?
- Fällt dir noch etwas anderes ein?

Es gibt noch viele weitere Fragen und Möglichkeiten.

Schreiben Sie uns bitte,
wenn Sie weitere Ideen für die Arbeit mit den Karten haben.

Haben die Karten Grenzen?

Ja!

Wenn wir über Sexualität sprechen,
sprechen wir über etwas Einzigartiges und Besonderes.
Jeder Mensch fühlt und lebt die eigene Sexualität anders.

Auf 55 Karten können wir die Vielfalt von Menschen
nicht umfassend darstellen.

Wir können die Vielfalt von Geschlecht nicht umfassend darstellen.

Wir können die Vielfalt von Identitäten nicht umfassend darstellen.

Wir können die Vielfalt von Gefühlen nicht umfassend darstellen.

Wir können die Vielfalt von Sexualitäten nicht umfassend darstellen.

Die Karten können nur einen kleinen Einblick in die Welt der Sexualität bieten.

Auch unsere Sprache hat Grenzen.

Denn Sprache kann für Menschen unterschiedliche Bedeutungen haben.

Zum Beispiel:

Wir suchen eine gute Erklärung für den Begriff „Geschlechtliche Identität“.

Einige Menschen sagen dazu: Das gefühlte Geschlecht.

Andere Menschen sagen dazu: Das erlebte Geschlecht.

Wir haben unterschiedliche Menschen nach ihrer Meinung gefragt.

Und wir haben unterschiedliche Antworten bekommen.

Wir haben darüber diskutiert.

Und haben uns dann für bestimmte Worte und Erklärungen entschieden.

Wir wissen:

Unsere Worte und unsere Sprache sind nicht für jeden Menschen passend.

Manche Personen werden sich durch die Karten nicht angesprochen fühlen.

Trotzdem nehmen wir gerne Kritik, Ideen und Vorschläge an.

Möchten Sie uns etwas mitteilen?

Dann schreiben Sie uns eine Nachricht unter: info@jensundlaura.de

Karten-Übersicht

| Beziehung 10 Wörter | Vielfalt 15 Wörter | Körper 17 Wörter | Sex 13 Wörter |
|-------------------------------|--------------------------------|---|--|
| Liebe | Vielfalt | Sexuelle Gesundheit | Kuss |
| Freundschaft | Sexualität | Geschlechts- Organe | Sex |
| Liebes-Beziehung | Sexuelle Rechte | Vulva | Selbst- Befriedigung |
| Familie | Sexuelle Orientierung | Vagina | Petting |
| Liebes-Kummer | Hetero- und Homo-Sexualität | Vaginal-Kranz | Sexuelle Lust |
| Über Sex sprechen | lesbisch und schwul | Klitoris | Sex-Stellungen und Sex-Praktiken |
| Konsens | Bi-Sexualität | Gebär-Mutter, Ei-Leiter und Eier-Stöcke | Oral-Sex |
| Das 1. Mal Sex | Pan-Sexualität | Brüste | Anal-Sex |
| Orgasmus | A-Sexualität | Penis | Sex-Spielzeug |
| Affäre und Fremd-Gehen | Sexuelle Identität | Penis-Vorhaut | Sexting |
| | queer | Hoden | Pornografie |
| | trans* | inter* | Sexuell übertragbare Krankheiten |
| | nicht-binär | Zyklus | Verhütung |
| | cis-Frau und cis-Mann | Periode | |
| | Biologisches Geschlecht | Ausfluss | |
| | | Ei-Zelle und Samen-Zelle | |
| | | Sperma | |



Freundschaft

Freundschaft gibt es zwischen Menschen.
Es gibt Freundinnen und Freunde.
Es gibt auch beste Freundinnen und beste Freunde.
Es gibt lange und kurze Freundschaften.
Es gibt Freundinnen und Freunde, die sich oft sehen.
Es gibt Freundinnen und Freunde, die weit weg voneinander wohnen.
Und sich nicht oft sehen.
Jede Freundschaft ist unterschiedlich.

Freundschaften werden oft so beschrieben:
Freund*innen verstehen und mögen sich.
Freund*innen treffen sich und unternehmen etwas zusammen.
Freund*innen erzählen sich Geheimnisse.
Freund*innen hören sich zu.
Freund*innen helfen sich.
Freund*innen erzählen sich, wie es ihnen geht.
Freund*innen sind immer füreinander da.
Und vieles mehr.
Freund*innen können sich aber auch streiten.
Und unterschiedliche Meinungen haben.

Freundschaft gibt es auch zwischen Menschen und Tieren.
Zum Beispiel:
eine Freundschaft mit einem Haustier.
Es gibt Menschen, die sagen:
Mein Hund ist mein bester Freund!

Das ist wichtig: Jeder Mensch kann Freundschaft anders fühlen.
Freundschaft ist nicht für jeden Menschen gleich.
Und es gibt einen Unterschied zwischen Freundschaft und Liebe.
Das ist manchmal schwer zu trennen.





Über Sex sprechen



Sex ist ein sehr persönliches Thema.

Deswegen reden die meisten Menschen nur wenig darüber.

Viele Menschen reden nur mit bestimmten Personen darüber.

Das können Freund*innen oder Partner*innen sein.

Das sind Menschen, denen man vertraut und die man gut kennt.

Denn für Menschen kann das Thema peinlich und unangenehm sein.

Trotzdem ist es wichtig, über Sex zu sprechen.

In einer Beziehung kann man über Wünsche und Bedürfnisse sprechen.

Aber auch über Grenzen und Schwierigkeiten.

Zum Beispiel:

Wo möchte ich gerne angefasst werden?

Welche Berührungen mag ich gar nicht?

Gemeinsam kann man heraus-finden,

ob man die gleichen Vorstellungen von Sex hat.

In einer Beziehung ist es manchmal schwer, über Sex zu sprechen.

Denn man hat Angst,

jemanden zu verletzen oder verletzt zu werden.

Auch in einer Freundschaft kann man über Sex sprechen.

Manchmal möchte man sich austauschen und sich beraten.

Manchmal möchte man schöne Erfahrungen erzählen.

Manchmal möchte man auch von schlechten Erfahrungen erzählen.

Einigen Menschen tut es gut, über Sex zu reden.

Manche Menschen möchten über Sex lieber mit fremden Personen sprechen.

Es gibt bestimmte Beratungs-Stellen für Sexualität und Partnerschaft.

Es gibt auch Sexual-Therapeut*innen.

Es gibt auch Menschen, die möchten überhaupt nicht über Sex sprechen.

Das ist auch in Ordnung.

Jede*r darf darüber selbst entscheiden.



Orgasmus

Ein Orgasmus ist eine Körper-Reaktion.

Man sagt dazu auch: Höhepunkt.

Einen Orgasmus erlebt man beim Sex.

Beim Sex mit einer anderen Person oder auch bei Selbst-Befriedigung.

Manche Körper-Stellen sind sehr empfindlich.

Zum Beispiel:

Die Vulva und vor allem die Klitoris.

Der Penis und vor allem die Eichel.

Es gibt noch mehr empfindliche Körper-Stellen.

Häufig bekommen Menschen einen Orgasmus,
wenn sie diese Körper-Stellen länger berühren und massieren.

Beim Orgasmus passiert etwas mit dem Körper.

Das Herz kann schneller schlagen.

Der ganze Körper kann sich anspannen und manchmal auch zucken.

Manche Menschen spüren das nur in einzelnen Körper-Teilen.

Manche Menschen stöhnen beim Orgasmus.

Beim Orgasmus passiert auch etwas mit den Gefühlen.

Viele Menschen spüren eine starke Lust, Glück und Befriedigung.

Nach dem Orgasmus fühlen sich viele Menschen entspannt.

Manche schlafen danach auch bald ein.

Jeder Mensch erlebt einen Orgasmus anders.

Es gibt auch Menschen, die nur sehr selten einen Orgasmus haben.

Oder Menschen, die nie einen Orgasmus haben.

Diese Menschen können trotzdem lustvollen und schönen Sex haben.





lesbisch

Lesbisch sein ist eine sexuelle Orientierung.

Lesbisch bedeutet:

Eine Frau findet Frauen sexuell anziehend.

Eine Frau verliebt sich in Frauen.

Und möchte eine Beziehung haben.

Oder eine Frau möchte mit Frauen Sexualität haben.

Ein anderes Wort dafür ist:

Homo-Sexualität.

Eine Frau kann sagen:

Ich bin lesbisch.

Oder:

Ich bin homo-sexuell.

schwul

Schwul sein ist eine sexuelle Orientierung.

Schwul bedeutet:

Ein Mann findet Männer sexuell anziehend.

Ein Mann verliebt sich in Männer.

Und möchte eine Beziehung haben.

Oder ein Mann möchte mit Männern Sexualität haben.

Ein anderes Wort dafür ist:

Homo-Sexualität.

Ein Mann kann sagen:

Ich bin schwul.

Oder:

Ich bin homo-sexuell.

