

DAS
ERSTE
MAL

ÜBERLEGE IN RUHE UND SPÜRE IN DICH HINEIN:

01: FÜR DAS ERSTE MAL WÜNSCHEN SICH JUNGS ...

02: FÜR DAS ERSTE MAL WÜNSCHEN SICH MÄDCHEN ...

03: VOR DEM ERSTEN MAL BEFÜRCHTET MAN, DASS ...

04: FÜR DAS ERSTE MAL IST MAN BEREIT, WENN ...

05: MAN FREUT SICH AUF DAS ERSTE MAL, WEIL ...

?: WEITERE FRAGEN:

BIST
DU
BEREIT
FÜR
SEX?

ÜBERLEGE IN RUHE UND SPÜRE IN DICH HINEIN:

- Visualisiere deine Gefühle – in einer der beiden Skizzen – zu den Fragen:

01: BIN ICH IM KOPF BEREIT FÜR SEX ?

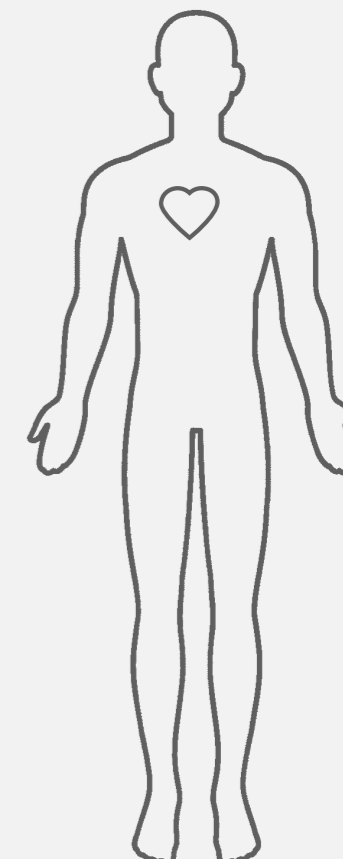
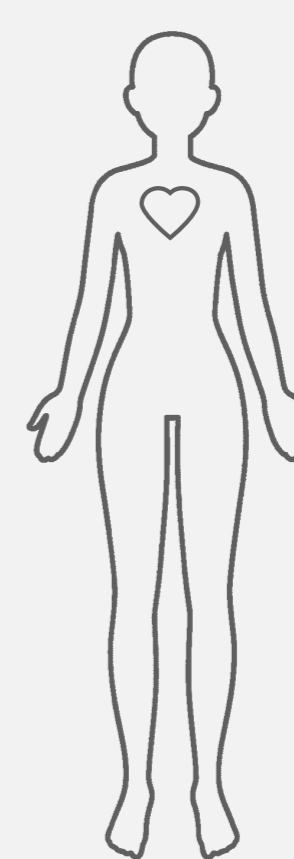
02: BIN ICH IM HERZEN BEREIT FÜR SEX ?

03: IST MEIN KÖRPER BEREIT FÜR SEX ?

- Verwende bitte in den jeweiligen Bereichen KOPF / HERZ / KÖRPER die für dich richtige Farbe:
ROT bedeutet NEIN / EHER NEIN.
GELB bedeutet UNSICHER.
GRÜN bedeutet JA.



Steh zu dir selbst!
Du darfst Nein sagen!
Du darfst auch deine Meinung ändern!

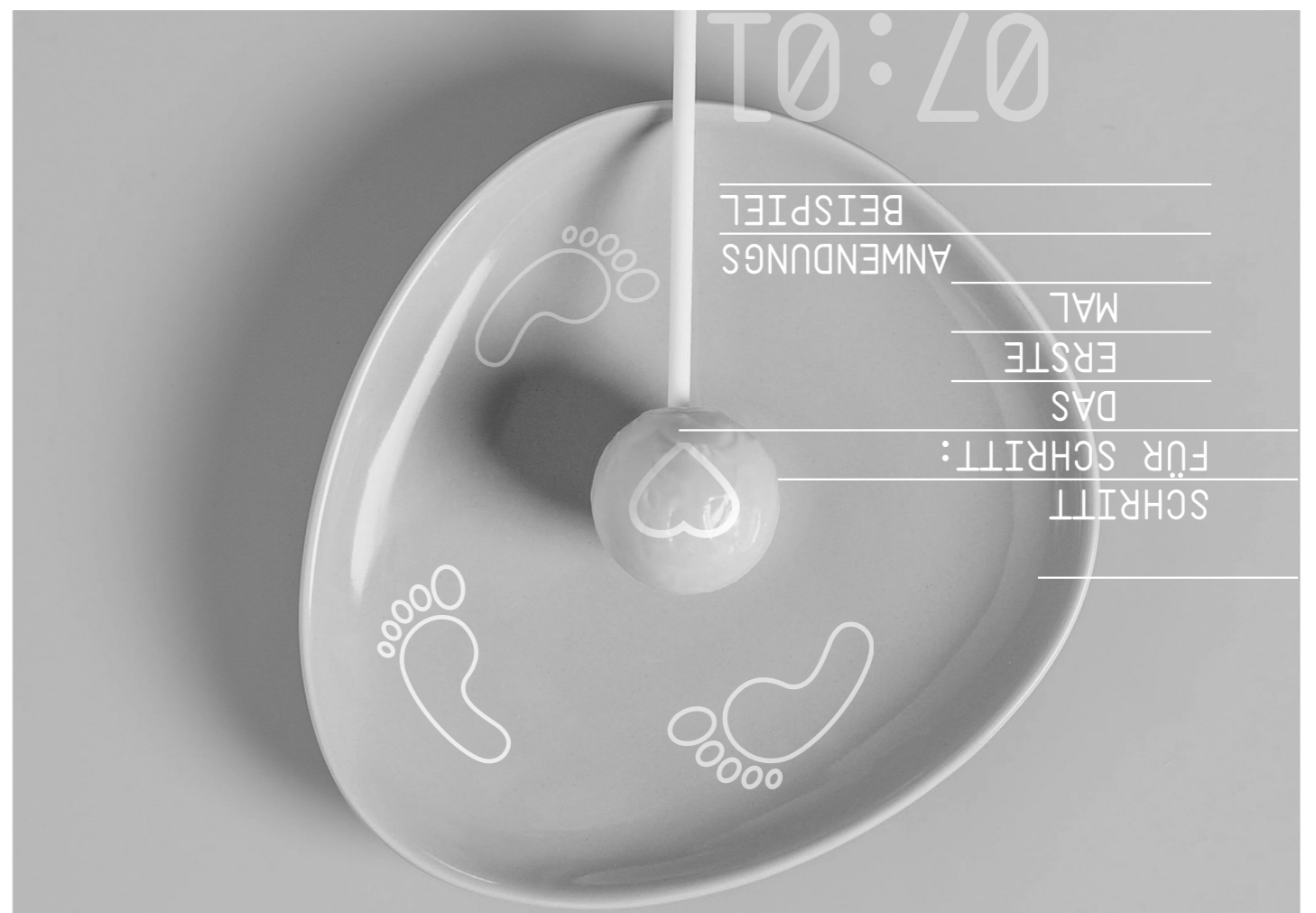




WELCHE
SCHRITTE
KANN MAN
SICH
VOR
DEM
ERSTEN MAL
ÜBERLEGEN?

- Aus den Arbeitsblättern **DAS ERSTE MAL** und **BIN ICH BEREIT FÜR SEX?** ergeben sich Erwartungen, Wünsche und Sorgen. Diese sollt ihr in die Fußabdruck-Vorlagen schreiben.
- Pro Fußabdruck nur eine Aussage/Sorge.
- Die Fußabdruck-Vorlagen **SCHRITT FÜR SCHRITT** aneinander legen.
- Anschließend wird besprochen, welche Schritte man sich aus eurer Sicht überlegen kann.





07:01 DAS ERSTE MAL - SCHRIFFT FÜR SCHRIFFT

REFLEXIONSFRAGE 01:

Welche Schritte sind vor dem ersten Mal nötig?

REFLEXIONSFRAGE 02:

Wie fühlt es sich an, wenn man nicht bereit ist, den nächsten Schritt zu gehen?

REFLEXIONSFRAGE 03:

Wie reagiert man als Partner_in, wenn das Gegenüber den nächsten Schritt nicht gehen möchte?

REFLEXIONSFRAGE 04:

Wie kann man Überredungsversuche, den nächsten Schritt zu gehen, erwidern?

- Wir lieben uns doch.
- Vertraust du mir nicht?
- Heute ist eine gute Gelegenheit! ...

REFLEXIONSFRAGE 05:

Wie kann man sich verhalten, wenn man im Nachhinein merkt, dass man einen Schritt zu weit gegangen ist?

07:01 DAS ERSTE MAL - ANWENDUNGSBEISPIEL:



Kopf, Herz und Körper sollten bereit dafür sein. (s. Arbeitsblatt 01)



Welche Wünsche, Anliegen, Befürchtungen hast du? Sprich im Vorhinein mit dem/der Partner_in darüber.



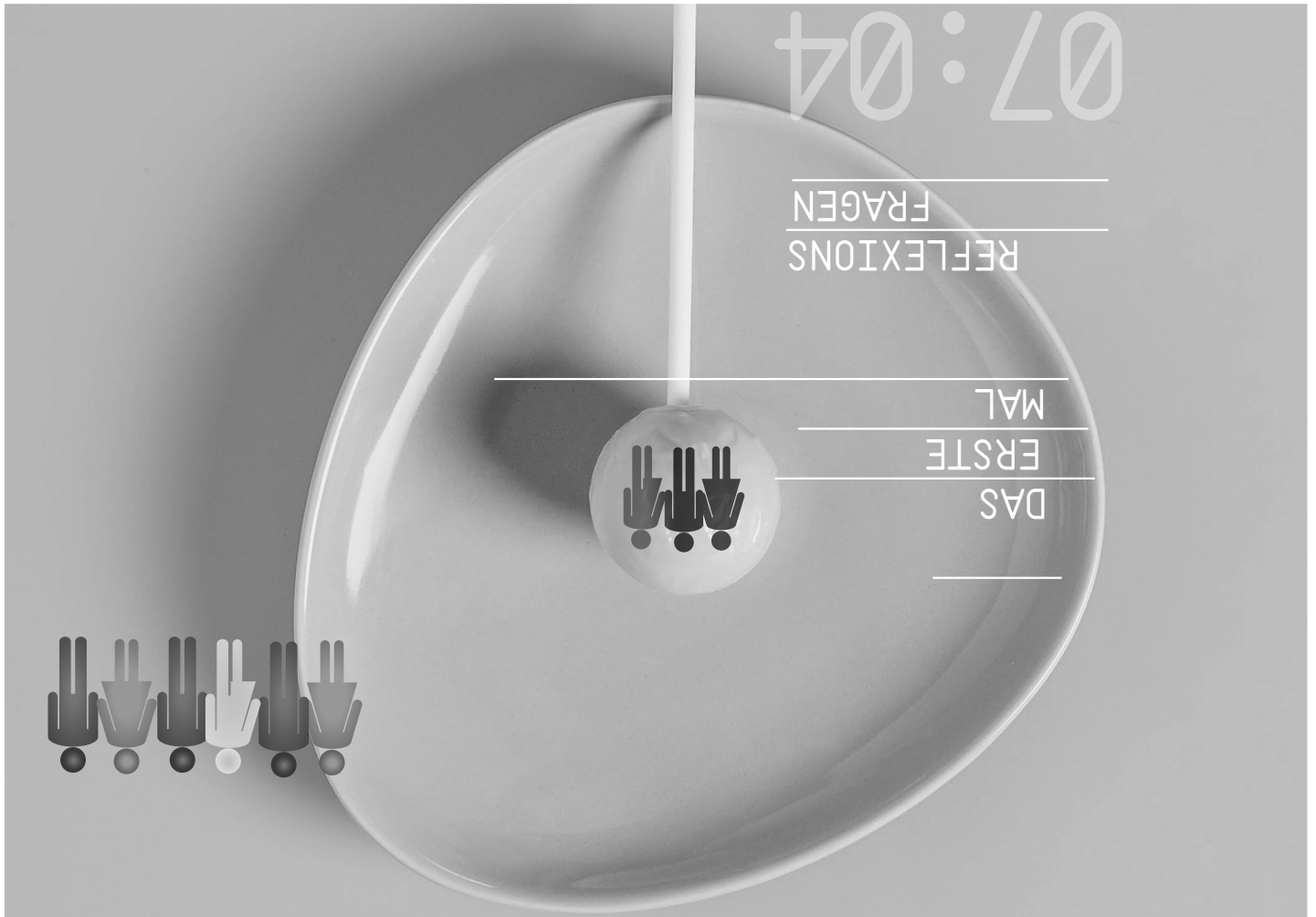
Sprecht über Verhütung und sucht eine für euch beide passende Methode aus.



Was mache ich, wenn ich einen Schritt zu weit gegangen bin?



Trefft gemeinsam Vorbereitungen (Atmosphäre, Ort...)



07:04 DAS ERSTE MAL - WILLST DU NICHT DOCH?

REFLEXIONSFRAGE 01:

Wie ist es euch beim Ausarbeiten der Überredungsversuche gegangen?

REFLEXIONSFRAGE 02:

War es schwierig, die Überredungsversuche abzuwehren?

REFLEXIONSFRAGE 03:

Wie erging es jenen, die überreden sollten?

REFLEXIONSFRAGE 04:

Entspricht das Überreden eurem Naturell?

REFLEXIONSFRAGE 05:

Wie reagiert ihr normalerweise, wenn euch jemand hartnäckig versucht zu überreden?

REFLEXIONSFRAGE 06:

Wo und wann versucht man im Alltag seine Mitmenschen zu überreden?