

## Station 10: Über Sex reden

1. Seht euch die folgenden Aussagen über Sexualität an. Sprecht in eurer Dreiergruppe darüber, ob ihr diesen Aussagen zustimmt oder nicht:
  - Jede Frau will erobert werden
  - Jungs mit Kondomen in der Tasche wollen Sex
  - Beim ersten Mal wird man nicht schwanger
  - Homosexuelle sind krank
  - Wenn man betrunken ist, geht man leichtsinniger sexuelle Beziehungen ein
  - Echte Liebe ist mehr als nur Sex
2. Vier der Aussagen sind definitiv falsch. Findet heraus, welche das sind und begründet, warum sie falsch sind!
3. Auf Seite 2 findest du noch einige Tipps, wie du auch in prekären Situationen über Verhütung oder Sex sprechen kannst und deutlich machen kannst, was dir persönlich wichtig ist!

# **ACHTUNG, RISIKO!**

## **SO BRINGST DU VERHÜTUNG INS SPIEL**

### **Das ist riskant:**

- # Du gibst dich dem Sex gedankenlos hin und verzichtest auf Verhütung.
- Wenn du Pech hast, hast du dir eine sexuell übertragbare Infektion (STI) eingefangen, wirst ungeplant schwanger oder Vater.

### **Die Situation: Lust-Attacke**

Du bist heftig verknallt oder hast plötzlich totale Lust auf Sex?

#### **Das ist verantwortungsvoll:**

- # Du hast ein Kondom dabei, wie immer.

#### **Das ist riskant:**

- # Du denkst, dass die Lust dich so heftig sowieso nie erwischen kann. Oder du glaubst, dass „schon nichts passieren wird“.

### **Die Situation: Partylaune**

Die Party ist super, deine Stimmung bestens. Du traust dich, jemanden anzusprechen, den du noch nicht so gut kennst. Aber wie regelst du nun die Verhütung mit der/dem sexy Unbekannten?

#### **Das ist verantwortungsvoll:**

- # Du bist auf alles vorbereitet. Auf Partys und im Urlaub hast du immer ein Kondom dabei.

### **Die Situation: Du kannst nicht Nein sagen.**

Ihr habt euch gerade kennengelernt und knutscht heftig herum. Plötzlich will die oder der andere mehr ... du aber eigentlich noch nicht.

#### **Das ist verantwortungsvoll:**

- # Du nimmst deine innere Stimme ernst. Du sagst klar und deutlich, dass du nicht willst! Wenn ihr wirklich gut zusammenpasst, wird deine Partnerin oder dein Partner das auch respektieren!

#### **Das ist riskant:**

- # Du ignorierst deine Gefühle. Später fühlst du dich hilflos oder ausgeleert. Den Sex kannst du nicht mehr genießen. In solchen Momenten auch noch an Verhütung zu denken, ist schwer.

**Tu es:** Nimm das Kondom raus, pack es aus und zieh es dir oder deinem Partner über! Oder du sprichst die Sache an. Manchmal muss man sich auch einfach durchsetzen.

### **Ansprechen:**

- # Hast du Kondome dabei?
- # Lass uns mal eben noch eine Sache klären ...
- # Zeig mal, wie die (Kondome) aussehen.
- # Lass mal auspacken.
- # Nehmen wir dein oder mein Kondom?
- # Sag mal, wer von uns zieht (jetzt) eigentlich das Kondom über?

### **Shopping-Tipp:**

Schmalere Kondome gibt es nicht in jeder Drogerie. Du kannst sie im Internet bestellen. Schmale Kondome sind zum Beispiel:

- # Amor Young (49 mm)
- # on! little tiger (49 mm)
- # worlds best – slim line (49 mm)
- # Erotim slimfit (49 mm)

\* Die genannten Marken sind nur Beispiele und keine Werbung für das Produkt. Weitere Infos auch unter [LOVELINE.de](http://www.LOVELINE.de).

### **Durchsetzen:**

- # Ich will echt nicht jetzt schon Mutter oder Vater werden!
- # Ich habe meine Prinzipien – ohne Kondom läuft bei mir gar nichts!
- # Sorry, ich zieh mich jetzt an! Ich will nicht schwanger werden.
- # Sorry, aber ohne Gummi läuft nichts! Ich will keinen Tripper oder eine andere STI.

**Übrigens:** „Kondom oder kein Sex!“ – Mädchen oder auch Jungen, die ihren Partner schon mal vor diese Wahl gestellt haben, sagen: Jungs benutzen lieber ein Kondom, als zu verzichten.