



Co-funded by
the European Union



let's sign about səx

Anleitungen und
Arbeitsblätter

VERHALTEN

Projektnummer: **2023-2-AT01-KA220-YOU-000180341**

Finanziert von der Europäischen Union. Die geäußerten Ansichten und Meinungen sind jedoch ausschließlich die der Autor(en) und spiegeln nicht notwendigerweise die der Europäischen Union oder der Europäischen Bildungs- und Kulturbehörde (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden.



Inhaltsübersicht

EINLEITUNG	3
Arbeitsblatt – Eisbrecher "Hand an"	4
PowerPoint – Notizen und Handouts	5
Vereinbarungen – Regeln für Werkstätten (Folie 5)	5
Sozialökologisches Modell (Folien 09-11)	5
Health Belief Model (Folien 12-14)	14
Strategien zur Förderung positiver und respektvoller Verhaltensweisen (Folien 15 – 18)	25
Rückmeldungen	33



EINLEITUNG

Hier findest du Material, das du entsprechend dem Unterrichtsplan für das Training verwenden kannst. Wir haben bereits Beispiele für die praktischen Übungen vorbereitet. Du kannst die Beispiele selbst ergänzen oder ersetzen.

- ✓ zusätzliche Informationen für die PowerPoint-Folien (ausführliche Erklärungen, Vorschläge).
- ✓ Arbeitsblätter, die du für die Aktivitäten brauchst.
- ✓ Informations- und Reflexionsblätter für ein tiefgehendes Verständnis

Hinweis:

- Verwende Gebärdensprache als Hauptsprache
- Beachte die Gehörlosenkultur, Werte und Gemeinschaft
- Taubheit wird nicht als etwas betrachtet, das man "beheben" sollte, sondern als Unterschied zu Hören gesehen.



Arbeitsblatt – Eisbrecher "Hand an"

Flirten

eifersüchtig sein

verliebt sein / herzliches Lächeln

**verlegen sein,
Schüchternheit zeigen**

(z. B. ich bin verliebt und wage es nicht, das zu
sagen)



PowerPoint – Notizen und Handouts

Vereinbarungen – Regeln für Werkstätten (Folie 5)

"Share the Air" unterstreicht die Bedeutung von Inklusivität und der Schaffung von Raum für andere – oft ruhige und zögerliche – Teilnehmer. Es ist jedermanns Verantwortung, Wege zu finden, wie jeder seine Ideen und Gedanken zum Workshop beitragen kann.

Sozialökologisches Modell (Folien 09-11)

Das sozial-ökologische Modell (SEM) ist sehr effektiv, weil es Themen betrachtet,

(z. B. "Coming-out")

- **Nicht nur als individuelle Entscheidung**, sondern als eine
- **Ein Prozess, der von mehreren Ebenen beeinflusst wird.**

Insbesondere für gehörlose Jugendliche spielen zusätzliche Faktoren wie Gebärdensprache, Gemeinschaftszugehörigkeit, Kommunikationsbarrieren in Familien und institutionelle Strukturen eine große Rolle.

Individuelle Ebene (Wissen, Gefühle, Identität)

Interpersonelle Ebene (Familie, Freunde, Gleichaltrige)

Institutionelle Ebene (Schule, Internat, Clubs)

Gemeinschaftsebene (Gehörlosengemeinschaft, religiöse Gruppen, LGBTQIA+-Gemeinschaft)

Gesellschaftliche Ebene (Gesetze, Normen, Diskriminierung)



Aktivität mit dem Beispiel "Comingout"

Trainer sammeln:

- Was bedeutet das Coming-out für gehörlose junge Menschen?
- Welche zusätzlichen Hürden gibt es?

Beispiele:

- o Kommunikationsbarrieren bei hörenden Familien
- o Fehlender Zugang zu queeren Informationen in der Gebärdensprache
- o Doppelter Minderheitenstatus (gehörlos + LGBTQIA+)

Finde weitere Beispiele auf allen Ebenen:



Informationsblatt – Sozialökologisches Modell

1. Einzelniveau

- Selbstakzeptanz
- Identitätsentwicklung
- Angst vor Ablehnung
- Zugang zu Informationen in DGS

Praktisches Beispiel:

Rollenspiel in der Gebärdensprache:

"Ich glaube, ich bin lesbisch/schwul/bi."

Reflexionsfragen für Trainer:

- Welche inneren Konflikte werden offensichtlich?
- Welche Ressourcen können gestärkt werden?

Methoden:

- Emotionsbarometer (visuell)
- Personalausweise, Emotionskarten
- Video-Erfahrungsberichte von gehörlosen queeren Erwachsenen, Szenario-Videos, Erklärvideos



2. Beziehung. Interpersonelle Ebene (Familie & Gleichaltrige)

Hier liegt oft die größte Herausforderung.

Besonderes Merkmal gehörloser junger Menschen:

Viele haben hörende Eltern.

Die Kommunikation über intime Themen ist oft begrenzt.

Eltern sind mit Gebärdensprachen oder LGBTQ+-Themen möglicherweise nicht vertraut.

Praktische Übung für Trainer:

Szenarioarbeit:

Gruppe A: Unterstützende Eltern

Gruppe B: Überforderte Eltern

Gruppe C: Ablehnende Eltern

Analyse:

- Welche Reaktionen sind verletzend?
- Welche sind befähigend?
- Welche Dolmetscher-/Sprachbarrieren spielen eine Rolle?

Traineraufgabe:

Wie können junge Menschen vorbereitet sein?

Erstelle eine Liste sicherer Personen

Entwickle einen Coming-out-Plan

Alternativen zu direkten Gesprächen (Videochat, ...)



3. Institutionelle Ebene (z. B. Schule, Ausbildungszentrum, Jugendzentrum)

Fragen an Trainer:

- Gibt es sichtbare LGBTQ+-Signale?
- Gibt es Kontaktpersonen, die sich mit Gebärdensprache auskennen?
- Ist Diskriminierung eindeutig sanktioniert?

Praktisches Beispiel:

Führe eine "Schul- oder Organisationskontrolle" durch:

Erstelle eine Checkliste:

- Ist das Regenbogensymbol sichtbar?
- Gibt es geschlechtsneutrale Toiletten?
- Gibt es eine Anti-Mobbing-Politik?
- Sind Materialien in Gebärdensprache verfügbar?

Was sind eure Ideen für eine Checkliste?

Beispiel für ein Rollenspiel:

Mobbing-Situation nach dem Coming-out



4. Gemeinschaftsebene (Gehörlosengemeinschaft, LGBTQA+ ...)

Die Gehörlosengemeinschaft kann:

- Ein sicherer Ort sein
- Aber auch normativ/konservativ sein

Reflexionsfragen:

- Welche Normen gibt es in der Gemeinschaft?
- Wie sichtbar sind queere gehörlose Vorbilder?

Praktische Idee:

Erstelle eine Netzwerkkarte:

- Welche queeren Dienstleistungen sind in Gebärdensprache verfügbar?
- Gibt es Vorbilder?

Traineraufgabe:

Recherchiere lokale Kontakte (z. B. queere Gehörlosengruppen).



5. Soziale Ebene (Gesetze, Normen, Diskriminierung)

Themen:

Rechtliche Lage

Antidiskriminierung

Zugang zu barrierefreier Gesundheitsversorgung

Diskussionsbeiträge:

"Was nützt das Recht auf Gleichheit, wenn Informationen nicht zugänglich sind?"

Auch das UN-Übereinkommen über die Rechte von Menschen mit Behinderungen kann hier aufgenommen werden.



Hausaufgabe: Entwickle in Zukunft dein eigenes Trainingsprogramm

Ideen für dich, wie du in Zukunft deine eigene Trainingseinheit mit dem Sozial-Ökologischen Modell gestalten kannst

1. Aufwärmen (15 Min.)

Visuelle Mindmap: "Was bedeutet Coming-out?"

2. Eingabe-SEM (15 Min.)

Präsentiere das Modell – visuell als Kreismodell.

3. Gruppenarbeit (30 Min)

Jeder Gruppe wird ein Level zugewiesen und entwickelt:

- Risiken
- Schutzfaktoren
- Interventionsideen

4. Transfer (20 Min.)

Wie kann ich als Trainer:

Eine sichere Umgebung schaffen?

Auslöser vermeiden?

Interpretative Sensibilität einbauen?

5. Fazit (10 Min.)

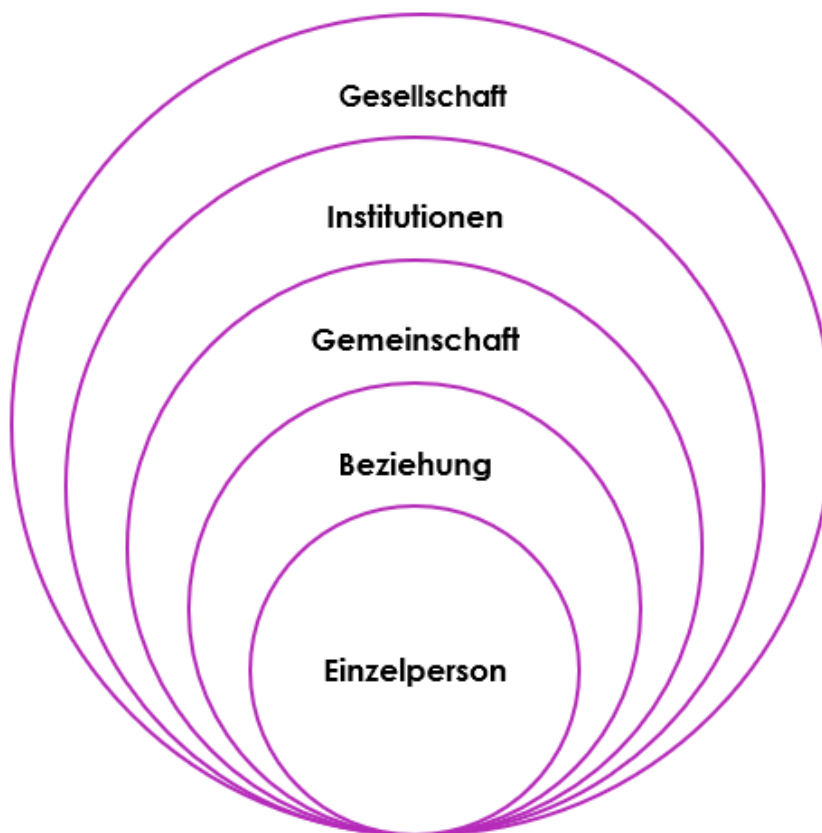
Ressourcenrunde: "Was nehme ich mit mir?"



Diagramm: Sozialökologisches Modell



Sozial-ökologisches Modell





Health Belief Model (Folien 12-14)

Info: Das Modell hilft Ausbildern, die Gedanken, Ängste und Hindernisse hinter dem Verhalten gehörloser Jugendlicher zu verstehen – insbesondere wenn der Zugang zu Informationen begrenzt ist.

Prinzipiell funktioniert das Modell auf zwei Ebenen:

= wahrgenommene Vorteile

= wahrgenommene Hindernisse

Dieses Modell eignet sich hervorragend, um mögliche Verhaltensweisen bei jungen Menschen aktiv zu analysieren.

Gerade wenn es um schwierige Themen geht, sollten gehörlose junge Menschen die Möglichkeit haben, über ihr Verhalten nachzudenken und ihr Verhalten zu üben.



Kurzer Überblick: Health Belief Model (HBM)

Das HBM besteht aus folgenden Komponenten:

1. Wahrgenommene Anfälligkeit – Wie verletzlich fühle ich mich?
2. Wahrgenommene Schwere – Wie schlimm wären die Konsequenzen?
- 3. Wahrgenommene Vorteile – Was sind die Vorteile von Schutz?**
- 4. Wahrgenommene Barrieren – Was hält mich davon ab?**
5. Hinweise zum Handeln – Was motiviert mich, konkrete Maßnahmen zu ergreifen?
6. Selbstwirksamkeit – Vertraue ich mir selbst, Schutz richtig zu nutzen?

Für gehörlose junge Menschen müssen alle Komponenten visuell und sprachlich zugänglich und kulturell sensibel vermittelt werden.



Aktivität: Anwendung des HBM für das Thema "Schutz beim Geschlechtsverkehr"

Einführung (Bewusstseinsbildung)

Frage an Trainer:

"Warum benutzen gehörlose junge Menschen manchmal keinen Schutz, obwohl sie wissen, dass er wichtig ist?"

Einfache Version

Wahrgenommene Vorteile – Was sind die Vorteile eines Schutzes?

Wahrgenommene Barrieren – Was hält mich davon ab?

Sammle Antworten – strukturiere sie dann mit dem HBM.

Wahrgenommene Vorteile

Wahrgenommene Barrieren



Informationsblatt – Gesundheitsmodell (HBM)

Wahrgenommene Anfälligkeit

"Könnte mir das wirklich passieren?", *Wie verletzlich fühle ich mich?*

Viele junge Menschen glauben:

- "Ich sehe gesund aus."
- "Ich kenne die Person."
- "Wir sind verliebt."

Besonders unter gehörlosen jungen Menschen:

- Fehlender Zugang zu barrierefreien Informationen über sexuell übertragbare Infektionen (STI)
- Mythen in Peer-Gruppen
- Wenige Sexualaufklärungsangebote in DGS

Praktische Übung für Trainer:

Zeige visualisierte Risikoszenarien (z. B. Karten mit Situationen).

Beispiel:

- "Erstes Mal mit einer neuen Person."
- "Langfristige Beziehung ohne Tests."
- "Party, Alkohol."

Trainer analysieren:

- Wo unterschätzen junge Menschen ihr Risiko?



- Wie kann Risiko ohne angstbasierte Aufklärung kommuniziert werden?

Wahrgenommene Schwere

"Wie schlimm wäre es?"

Themen:

- HIV
- Weitere sexuell übertragbare Infektionen
- Ungewollte Schwangerschaft
- Emotionale Folgen

Wichtig:

Nicht dramatisieren, sondern die Situation realistisch darstellen.

Praktische Idee:

"Konsequenzbaum" (visuell auf einem Flipchart):

- Medizinische Folgen
- Soziale Folgen
- Emotionale Folgen

Reflexionsfrage:



Wie erkläre ich medizinische Begriffe in einfacher Gebärdensprache? Tipp: Schau dir das LSAS-Videotoolkit an.



Wahrgenommene Vorteile

"Was sind die konkreten Vorteile von Schutz?"



Inhalte für Trainer:

Schutz bedeutet:

- Sicherheit
- Selbstbestimmung
- Respekt
- Weniger Stress danach
- Vertrauen in Beziehungen
- Schutz vor sexuell übertragbaren Infektionen (STI)
- Schutz vor Schwangerschaft

Übung

Gruppenarbeit:

Formuliere Vorteile in Gebärdensprache, die für gehörlose Jugendliche geeignet sind.

Beispiel:

Statt von: "Verringerung des Übertragungsrisikos"

→ *"Ich kann entspannter sein."*



→ "Ich kümmere mich um mich selbst."

→ "Ich respektiere meinen Körper."

Wichtig:

Formuliere Vorteile sowohl emotional als auch praktisch.



Wahrgenommene Barrieren

"Was hält mich auf?"



Bitte sei hier besonders gründlich – das ist oft der entscheidende Faktor.

Typische Barrieren im Allgemeinen:

- "Es fühlt sich nicht so gut an."
- Peinlichkeit beim Kauf
- Kein Kondom verfügbar
- Partner will nicht
- Alkohol
- Gruppendruck

Spezifische Hürden für gehörlose Jugendliche:

1. Kommunikation:

- Schwierigkeiten, über Schutz zu sprechen
- Fehlender Wortschatz in DGS

2. Zugang:

- Gesundheitsinformationen nicht zugänglich
- Beratung ohne Gebärdensprachfähigkeiten

3. Scham:



- Kleine Gemeinschaft → Angst vor Klatsch und Tratsch

4. Abhängigkeit:

- Weniger Selbstwirksamkeit bei Verhandlungen



Praktische Übung: "Barrieremauer"

Trainer sammeln alle möglichen Barrieren auf Karten.

Dann wird für jede Barriere eine Lösung entwickelt.

Beispiel:

Barriere: "Partner sagt: Ich mag keine Kondome."

→ Lösung: Übe Kommunikationsstrategien

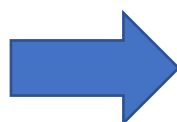
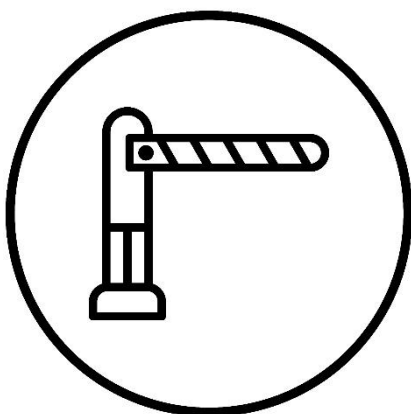
→ Rollenspiel "Nein sagen und dabei bleiben"

Barriere: "Peinlich, sie zu kaufen"

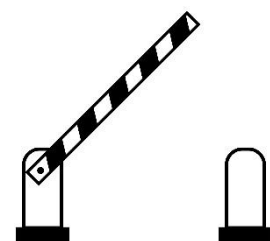
→ Lösung: Online bestellen

→ Verkaufsautomaten verwenden

→ Geh mit einem Freund oder einer Freundin.



21





Selbstwirksamkeit

"Fühle ich mich selbstbewusst genug, um das zu tun?"

Das ist entscheidend!

Wissen allein reicht nicht aus.

Junge Menschen müssen sich sicher fühlen bei:

- Kondome korrekt zu verwenden
- Über Schutz zu sprechen
- Grenzen setzen
- Nein sagen

Praktisches Beispiel:

Demonstration mit Modellen + praktische Übungen (in sicherer Umgebung).

Rollenspiel:

- "Wie beginne ich das Gespräch über Schutz?"
- "Was sage ich, wenn mich jemand unter Druck setzt?"



Trainer reflektieren:

Wie schaffe ich eine sichere Atmosphäre?

Hinweise zum Handeln

"Was erinnert mich genau daran?"

Mögliche Hinweise:

- Kondome im Raum sichtbar
- Gespräche mit Gleichaltrigen
- Schulworkshop
- Social-Media-Video in DGS
- Erinnerung nach dem Trinken von Alkohol

Praktische Idee:

Junge Menschen entwickeln ihre eigenen Erinnerungsstrategien:

- "Wenn ich rausgehe, nehme ich *Schutz mit*."
- *Buddy-System*



Reflexion für Trainer

- Welche meiner eigenen Werte beeinflussen meine Einstellung zur Sexualität?
- Kann ich Schutz positiv und stärkend kommunizieren?
- Weiß ich, wie man STIs in einfacher Gebärdensprache erklärt?
- Bin ich mit barrierefreien Beratungsangeboten vertraut?



Fazit: Warum das Health Belief Model hier nützlich ist

Das HBM zeigt, dass

Junge Menschen nutzen Schutz nicht nur wegen ihres Wissens,
sondern wenn sie:

- ✓ sich gefährdet fühlen
- ✓ die Konsequenzen ernst nehmen
- ✓ die Vorteile sehen
- ✓ Hindernisse überwinden
- ✓ sich selbstwirksam fühlen

Besonders für gehörlose junge Menschen müssen Trainer

Sie bauen systematisch Barrieren ab – sprachliche, soziale und strukturelle.





Strategien zur Förderung positiver und respektvoller Verhaltensweisen (Folien 15 – 18)

Strategien zur Förderung positiver und respektvoller Verhaltensweisen in sexuellen Kontexten – Zusammenarbeit mit dem Interkulturellen Leitermodell (Lars Olsson)

Hauptbotschaft:

Die Interkulturelle Leiter ist ein Entwicklungsinstrument, kein moralisches Urteilssystem.

Es ist ein Werkzeug

– um Eskalationsstufen zu erkennen, angemessen einzugreifen und Respekt sowie positive Kommunikation zu fördern.

- nicht nur zu lernen, zu reagieren, sondern die Situation systematisch mit Lars Olssons Interkultureller Leiter anzugehen.

- Strategien kennen, um die Gruppe "eine Stufe höher" zu begleiten.

Definition der Stufen: - Informationsblatt



Positive Leiter

1 Toleranz

"Ich kann Unterschiede tolerieren."

→ Unterschiede werden akzeptiert, aber noch nicht aktiv wertgeschätzt.

2 Akzeptanz

"Unterschiede sind berechtigt."

→ Andere Lebensweisen werden als gleichwertig anerkannt.

3 Respekt

"Ich behandle dich als Gleichgestellten."

→ Aktive Anerkennung von Würde und Rechten.

4 Gegenseitiges Verständnis

"Ich versuche, deine Perspektive zu verstehen – und du meine."

→ Dialog, Perspektivwechsel.

5 Vielfalt feiern

"Unterschiede bereichern uns."

→ Vielfalt wird aktiv geschätzt und sichtbar gemacht.



Negative Leiter

1 Fehlwahrnehmung

"Sie sind seltsam."

2 Stereotypisierung

"Die sind alle so."

3 Vorurteil

"Es gibt immer Probleme mit ihnen."

4 Diskriminierung

Ausgrenzung, Abwertung.

5 Konflikt / Feindseligkeit

Offener Konflikt oder Aggression.



Aktivität

Methode 1: Leiter im Raum

- Jeder Schritt wird auf Karten auf dem Boden geschrieben und/oder gezeichnet.
- Du liest Situationen vor.
- Die Jugendlichen positionieren sich.



Methode 2: Leiter auf einem Flipchart

- Jeder Schritt wird auf ein Flipchart geschrieben und/oder gezeichnet.
- Du liest Situationen vor.
- Positioniere dich mit Klebepunkten.



Szenario: (für Rollenspiel/Diskussion):

"Ein junger Mensch zeichnet: "Schwul zu sein ist falsch!"

Gruppenreaktionen: Einige lachen, andere sagen nichts, eine Person zieht sich zurück."

Frage zur Reflexion des Trainers:



- Wie würdest du die Aussage und die Reaktionen einordnen:
"Wo würdest du jede Reaktion auf der negativen Leiter einordnen?"
- Welche Gruppendynamik findet statt?
- Was passiert, wenn der Trainer nicht eingreift?

Wichtiger Punkt: Konzentriere dich auf die Strukturanalyse, nicht auf **moralisches Urteil**.

Einsicht: Ohne Moderation rutschen Gruppen oft automatisch nach unten.

Visualisiere Reaktionen (Beispiel):

- Lachen → Stereotypisierung / Negative Leiter
- Stille → Toleranz / Positive Leiter (neutral)
- Rückzug → Diskriminierung (Beginn der sozialen Ausgrenzung)





Rollenkarten

Rolle 1

Ein junger Mensch mit einer Haltung gegen Homosexualität

Gebärden: "Schwul zu sein ist falsch!"

Rolle 2

Lachende Teilnehmer

Teilnehmer, die über die Aussage lachen

Rolle 3

Stille Teilnehmer

Beteiligte reagieren nicht

Rolle 4

Zurückgezogener Teilnehmer

Teilnehmer, der unwohl wirkt und sich zurückzieht

Rolle 5

Trainer/Facilitator

Leitet die Diskussion, moderiert, greift ein



Interventionskarten für Rollentrainer/Moderatoren

Diese Interventionen sind Vorschläge. Du kannst weitere Interventionen hinzufügen.

Aktuelles Verhalten	Leiterstufe	Intervention
"Schwul zu sein ist falsch"	Vorurteil	Stopp: "Aussagen, die anderen schaden, sind hier nicht erlaubt."
Lachen	Stereotypisierung	Frag: "Warum findest du das lustig?" Lass uns das gemeinsam erkunden."
Stille	Toleranz / Neutralleiter	Führe die Perspektive ein: "Wie könnte sich das für andere anfühlen?", ermutige das Gespräch aus der Perspektive
Rückzug	Beginn der sozialen Ausgrenzung	Schaffe einen sicheren Raum: Melde dich bei zurückgezogenen Teilnehmern, bestätige Gefühle.
Positive Dynamiken	Respekt / gegenseitiges Verständnis	Ermöglichung gegenseitiger Fragen und Perspektiveeinnehmen.
Höchster positiver Wert	Vielfalt feiern	Geschichtenerzählen oder Gruppenaktivitäten zur Feier von Vielfalt; queere gehörlose Vorbilder zeigen (Videos oder ein Vorbild einladen)



Reflexionsfrage / Gruppenanalyse

Welche Leiter ist für mich persönlich am schwierigsten?

Welche sofortige Maßnahme werde ich ergreifen?

Welche Interventionen haben gut funktioniert, welche nicht?

Welche langfristige Strategie werde ich umsetzen?





Co-funded by
the European Union



Rückmeldungen

Was war heute eine wichtige neue Erkenntnis?

Was war für mich nützlich?

Was werde ich daraus mitnehmen?