



Berührungen angemessen & unangemessen



**Kofinanziert von der
Europäischen Union**

2023-2-AT01-KA220-YOU-000180341

Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen der Autorin oder des Autors bzw. der Autorinnen oder Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der OeAD-GmbH wider. Weder die Europäische Union noch die OeAD-GmbH können dafür verantwortlich gemacht werden.

let's sign about s₃x



Diese Materialien wurden mit finanzieller Unterstützung von Abakus Erasmus+ als Teil des Projekts Let's Sign About S₃X erstellt.

Die Materialien dürfen nicht ohne Erlaubnis verbreitet werden.

Entwickelt von Freya, z. s., www.freya.live

Die Materialien von Freya wurden vom Projektteam noch ergänzt um Leichter-Lesen-Einträge und Infos zu vorhandenem Video-Material.



**Co-funded by
the European Union**

Infos für Trainer*innen



Dieses Icon zeigt dir, dass die Informationen von den Trainer*innen im Workshop gebärdet werden.



Dieses Icon zeigt dir, dass es **ÖGS-Video-Material** dazu im LSAS-Lexikon gibt.



Dieses Icon zeigt dir, dass es ein **Arbeitsblatt für die Teilnehmer*innen** gibt.

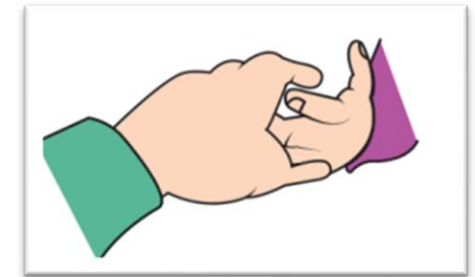
**Wie weißt du,
ob eine Berührung angemessen ist?**



Unterschiedliche Möglichkeiten

Berührung ist,

- wenn eine Person sich selbst berührt.
- wenn eine Person eine andere berührt.
- Oder sie berühren sich gegenseitig.



Es ist möglich, verschiedene Teile des menschlichen Körpers zu berühren.

Normalerweise benutzen wir unsere Hände für Berührungen



Es ist möglich, verschiedene Teile des menschlichen Körpers zu berühren.

Normalerweise benutzen wir unsere Hände für Berührungen



Worauf müssen wir achten?

Worauf müssen wir achten?



Die Stellen am Körper, an denen uns jemand berühren kann, hängen zum Beispiel davon ab:

Wer berührt uns?

Du kannst an verschiedenen Stellen von einem Arzt, den Eltern, Freunden oder einem Fremden berührt werden.

Warum will uns jemand berühren?

Wir verwenden unterschiedliche Berührungen, wenn wir einen Freund oder eine Freundin begrüßen oder wenn wir einen Fremden begrüßen. Das hängt von den Umständen ab.

Worauf müssen wir achten?



Wie wir uns im **Moment** fühlen.

Wir müssen nicht immer in der richtigen Stimmung sein, um berührt zu werden.

Manchmal kann es angenehm und manchmal unangenehm sein.

Wo wir uns **gerade** befinden.

Du kannst deinen Partner / deine Partnerin
in der Öffentlichkeit und im Privaten
unterschiedlich berühren

Worauf müssen wir achten?



Wenn wir nicht wissen oder uns unsicher sind,
ob wir jemanden berühren dürfen,
fragen wir am besten

„Kann ich dich umarmen?“ oder
„Kann ich deine Hand halten?“

**Es ist gut zu wissen, welche Art von Berührung wir
und die Menschen um uns herum mögen.**

Grenzen



Jeder hat andere Bereiche, in denen man ihn oder sie berühren kann.
Das ist in Ordnung.

Wir sagen, dass jeder seine eigenen Grenzen hat,
Die respektiert werden müssen.

Manche Menschen mögen es, berührt zu werden.
Manche Menschen mögen überhaupt keine Berührungen.

Grenzen



- Es ist wichtig, dass du mit deinen Berührungen niemanden verletzt.
- Berührungen sollten angenehm sein.
- Es ist auch gut, einige Berührungen privat zu halten, wo du allein bis /
- oder wo du alleine seid.

Intim-Bereich



- Der Intimbereich befindet sich normalerweise unter der Kleidung (Unterwäsche oder Badebekleidung).
- Als Intimbereich gelten in der Regel der Penis oder die Vulva, das Gesäß, die Brüste oder die Brust.
- Intimbereiche können auch Gesicht und Mund sein.
- Für manche Menschen gibt es jedoch noch
- weitere intime Stellen, zum Beispiel Schultern, Beine usw.

intim
persönlich
innig
Vertraut
privat



- Es ist wichtig zu wissen, dass unser Körper uns gehört und jeder seine eigenen Entscheidungen über ihn trifft.
- Dazu gehört auch die Entscheidung, wem man erlaubt, ihn zu berühren.





- Es ist wichtig zu wissen, dass unser Körper uns gehört und jeder seine eigenen Entscheidungen über ihn trifft.
- Dazu gehört auch die Entscheidung, wem man erlaubt, ihn zu berühren.
- Wir können NEIN sagen, wenn wir berührt werden, selbst von Menschen, die wir gut kennen, sogar von Mitgliedern unserer Familie.





Es gibt aber auch Menschen, die diese Berührungen genießen.

Das nennt man **BDSM**.

Respekt ist ein wichtiges Wort und es ist gut, sich daran zu erinnern.

Der Unterschied zwischen BDSM und schlechten/unangemessenen Berührungen ist die **Zustimmung**.

Das bedeutet, dass die Personen mit diesen Berührungen **einverstanden** sind.

respektieren

achten

BDSM

engl. Abkürzung für
die sexuelle Praktik

- Bondage
- Dominanz,
- Sadismus
- Masochismus



Respekt bedeutet, dass wir die Wünsche der anderen Person verstehen und wissen, wie wichtig sie für jemanden sind.

Zum Beispiel:

- Mich törnt es an, wenn ich einen Klaps auf das Gesäß bekomme.
- Mein Partner / meine Partnerin tut das nicht.
- Ich respektiere das und verlange es nicht.

Übung - Selbstreflexion

mein Körper



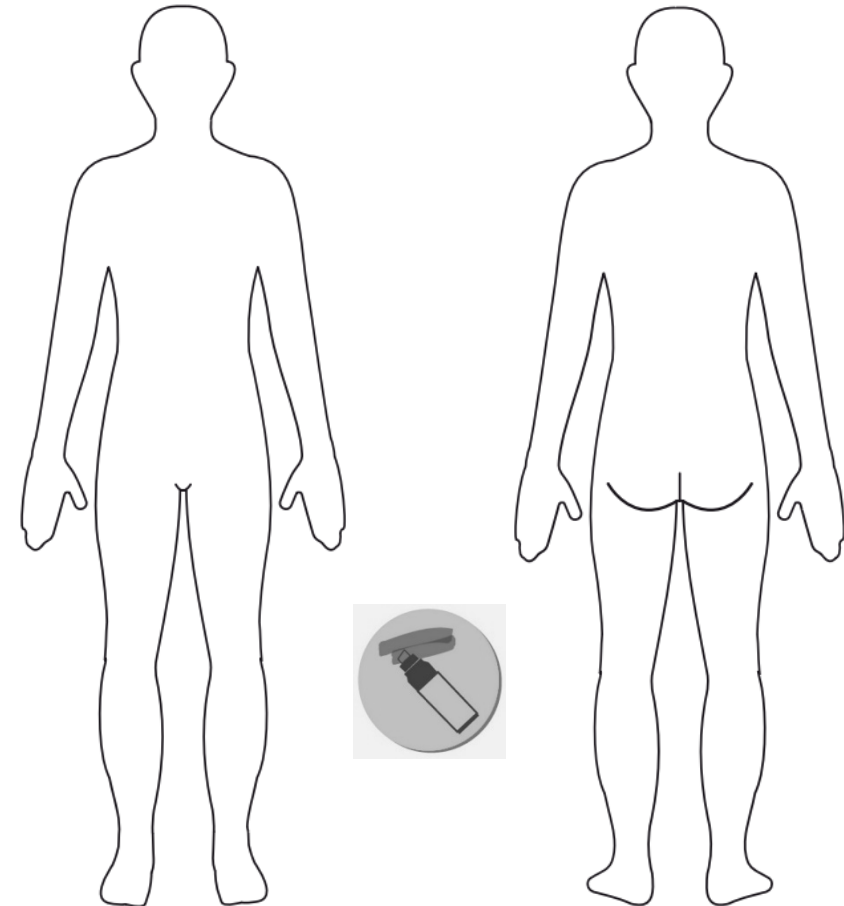
Einzelübung



Unterschiedliche Versionen:

- sich selbst berühren
- Person, die ich liebe
- fremde Person

An welchen Stellen kannst du berührt werden,
an welchen nicht?



Diskussion