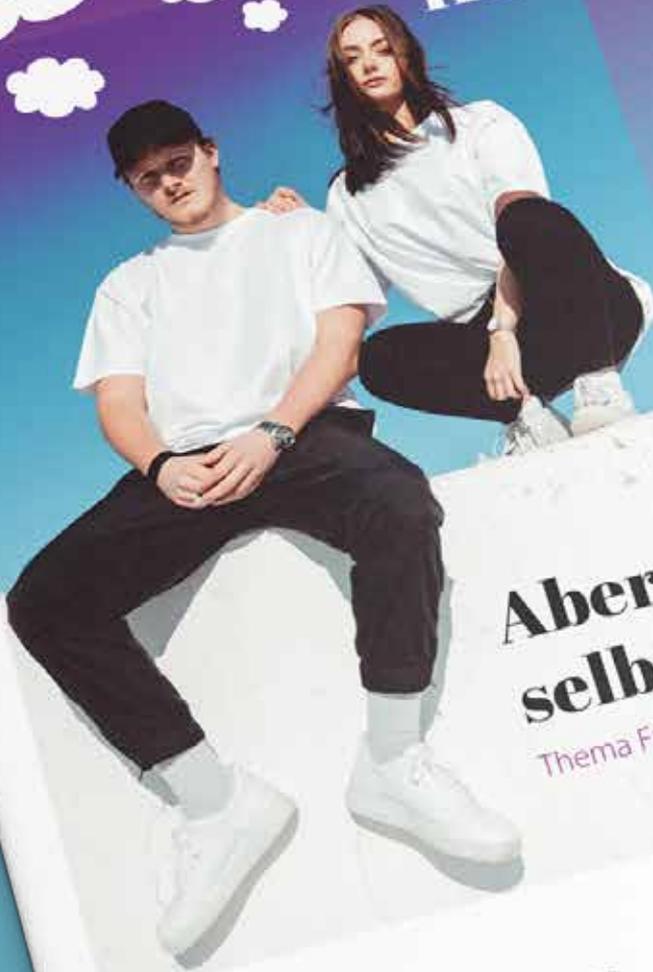


Dezember 2021

63. Jahrgang

zeitbild
WISSEN

Später mal Kinder haben!



Aber ist das selbstverständlich?

Thema Fruchtbarkeit im Unterricht

Durchgeführt von

zeitbild
STIFTUNG

In Zusammenarbeit mit

zeitbild

ögff
Österreichische
Gesellschaft für
Sexualwissenschaft



Hilfe & Unterstützung
bei ungewollter Kinderlosigkeit

**Digital
Update für
Lehrkräfte**

Durchgeführt von:

zeitbild
stiftung

In Zusammenarbeit mit:

zeitbild



Hilfe & Unterstützung
bei ungewollter Kinderlosigkeit

Inhalt

Warum ist Fruchtbarkeit in der Sexuellen Bildung relevant?	3
Interview mit Dr. Johanna Degen	4
Tipps für Ihre Bildungsarbeit	5
FAQ: Die häufigsten Fragen von Lehrkräften	6
Vier beispielhafte Unterrichtsstunden	8
Fruchtbarkeit – keine Selbstverständlichkeit	8
Unerfüllter Kinderwunsch – Wie fühlt sich das an?	9
Der weibliche Zyklus	10
Fruchtbarkeit des Mannes	11
Überblick behalten: Links und Literatur	12

Liebe Kolleginnen und Kollegen,

die allermeisten Jugendlichen wollen später Kinder haben, verfügen aber über geringe Kenntnisse hinsichtlich ihrer reproduktiven Fähigkeiten und Gesundheit. Das bundesweite Bildungsprojekt „Später mal Kinder haben! Aber ist das selbstverständlich?“ unterstützt Lehrkräfte dabei, das Thema auf eine ansprechende Weise im Unterricht zu behandeln und das Wissen der Jugendlichen über ihre gesundheitlichen Voraussetzungen und biologischen Vorgänge zu festigen.

Das vorliegende Digital Update entstand auf Grundlage von durch Zeitbild durchgeführten Lehrkräftefortbildungen. Wir haben daraus praxisrelevante Inhalte sowie Antworten auf häufig gestellte Fragen aufbereitet und mit Informationen und Ideen zur Didaktik ergänzt. Hintergrundwissen zum Thema und Arbeitsblätter für Ihren Unterricht finden Sie unter

www.zeitbild-stiftung.de/projekte/fruchtbarkeit-und-reproduktive-gesundheit
sowie unter <https://jugend-und-gesundheit.de/fruchtbarkeit>.

Wir wünschen Ihnen viel Freude und Erfolg bei Ihrem Unterricht!

Ihre Zeitbild-Redaktion



Die Sozialpsychologin Dr. Johanna Degen ist als Wissenschaftlerin an der Europa-Universität Flensburg im Bereich Psychologie tätig. Zu ihren Forschungsschwerpunkten gehören Sexualaufklärung, Online-Dating-Verhalten und Beziehungskonstellationen. Neben der Arbeit als Wissenschaftlerin ist sie als Paartherapeutin tätig und gründete das Wissenstransferprojekt „Teach Love“. Dort entwickelt sie Weiterbildungen für Lehrkräfte für einen zeitgemäßen Sexualekundeunterricht.

Warum ist Fruchtbarkeit in der Sexuellen Bildung relevant?

Kinderkriegen gehört für die große Mehrzahl der Menschen zum gelungenen Lebensentwurf dazu. Die weitreichende Bedeutung wird aber meist erst dann bewusst, wenn es nicht klappt. Ungewollte Kinderlosigkeit wirkt sich oft jahrelang negativ auf Menschen und Paare aus. Dies betrifft unter anderem das Selbstbild, die geschlechtliche Rolle und die Beziehungen. Dabei spielen Hilflosigkeit, Versagensgefühle, Scham, Tabuisierung und Handlungs lähmung eine Rolle. Die meisten Menschen trifft die Situation, keine eigenen Kinder bekommen zu können, unvorbereitet. Sexuelle Bildung kann hier einen wichtigen Beitrag leisten.

Dabei macht es Sinn, als Lehrkraft das Thema Fruchtbarkeit von sich aus anzusprechen, denn Jugendliche fragen dazu eher wenig. In ihrer aktuellen Lebenswelt stellen sich eher Fragen nach Pornokonsum, Pornosucht, Online-Dating, Social-Media-Nutzung und Sexpraktiken. Aber: Erwachsene dürfen und müssen sogar Themen einführen, von denen die Jugendlichen noch



nicht wissen, dass sie über die Lebensspanne relevant werden – sie haben den Überblick und tragen die Verantwortung für eine ganzheitliche Sexuelle Bildung.

Ziel Sexueller Bildung sollte es sein, soziales Bewusstsein zu erweitern und die individuelle Handlungs- und Beziehungskompetenz zu erhöhen. Dazu zählen Kenntnisse zur sozialen und individuellen Bedeutung und zur Biologie der Fruchtbarkeit und zu Auswirkungen und Chancen des Lebensstils. Außerdem sollten die Jugendlichen die institutionalisierten Wege und Anlaufstellen sowie die medizinischen Möglichkeiten der Reproduktionsmedizin kennen.

Umfassende Sexuelle Bildung hat das entscheidende Potenzial, etwas für den Einzelnen und für das Kollektiv positiv zu verändern. Dann wächst das Bewusstsein, dass es normal ist, dass nicht jeder und jede ganz selbstverständlich Kinder kriegen kann. So können Menschen kollektive und individuelle Handlungskompetenz entwickeln.

„Sexuelle Bildung wird oft als Herausforderung erlebt“

Interview mit Dr. Johanna Degen

Zeitbild: Wo sehen Sie die größten Schwierigkeiten für Lehrkräfte in der Sexuellen Bildung?

Johanna Degen: Sexuelle Bildung wird in der Praxis oft als Herausforderung erlebt. Es fehlt an Aus- und Weiterbildung, an Material, oder aber die Lebensrealitäten der Jugendlichen wirken befremdlich. Viele Lehrkräfte wünschen sich heute, sie selbst wären besser auf Sexualität und Beziehung vorbereitet worden.

ZB: Was kann in dieser Situation helfen?

JD: Es ist wichtig, sich mit den Themen umfassend selbst auseinanderzusetzen, die eigene Haltung zu reflektieren, sowie eigene Erfahrungen aufzuarbeiten. Sexuelle Bildung ist politisch-normativ aufgeladen. Das Spannungsfeld streckt sich von Konservatismus, der Abstinenzlehre und dem Wunsch, Sexuelle Bildung ins Elternhaus zurückzuverlagern, bis hin zu neo-emanzipatorischer Aufklärung, bei der es nicht sexpositiv, divers, und bunt genug zugehen kann. Dazwischen verorten sich liberal-gemäßigte und viele weitere Haltungen. Es ist hilfreich, sich klarzumachen, wo man selbst sich verortet und dies auch anzunehmen. Eine absolute Stärke einer paradigmengreifenden, werte- und emotionenbasierten Sexuellen Bildung ist es, wenn sich die Lehrkraft bewusst ist, wo sie steht und die jeweils anderen Haltungen verstehen und respektieren kann. So umgeht man einerseits vorschnelle Provokation, andererseits die Herausforderung, es moralisch endgültig richtig zu machen.

ZB: Was kann man tun, wenn Jugendliche bereits von unrealistischen, einengenden oder problematischen Konzepten geprägt sind?

JD: Wichtig ist zu wissen und zu berücksichtigen, dass Präkonzepte, also Voreinstellungen von Jugendlichen, nicht aus sich selbst heraus überwunden werden können. In Gruppendiskussionen verfestigen sich soziale Rollen. Es bedarf folglich akzeptierender und behutsamer Korrektur und Angebote zu anderen Denkrichtungen durch die Erwachsenen.

ZB: Die Gesellschaft trägt an junge Menschen viele Erwartungen und Beurteilungen heran, die teilweise sogar widersprüchlich sind. Wie geht man damit am besten um?

JD: Widersprüche müssen Sie nicht auflösen, stattdessen dürfen Sie diese kompetent, ruhig und fragend in die Mitte stellen. Wieso ist es cool, lange jung, ungebunden und kinderlos zu sein? Wo gilt das in der Gesellschaft (auch geografisch)? Wieso ist es gleichzeitig bedrohlich, weil Einsamkeit um sich greift, viele sich funktionierende Beziehungen wünschen und es sich schickt, auch in puncto Reproduktion Potenz zu beweisen? Wie können wir mit derlei Ambivalenzen umgehen? Solche Fragen können ergebnisoffen diskutiert werden.



Zuversichtlich und selbstbewusst Sexuelle Bildung unterrichten

Tipps für Ihre Bildungsarbeit von Dr. Johanna Degen

Vertrauen schaffen - Persönlichkeit zeigen

Das Vertrauen zwischen Schülerinnen und Schülern und Ihnen als Lehrperson ist ausschlaggebend. Es zeigt sich, dass Jugendliche denjenigen Personen Glauben schenken, denen sie eine eigene sexuelle Potenz zutrauen und die es schaffen, Vertrauen über Nähe aufzubauen. Es darf daher auch mal persönlich zugehen, wenn Sie das mögen, ohne Ihre Resilienz zu riskieren. Alternativ können Sie ungeniert, zuversichtlich und fröhlich über Dritte und Fallbeispiele sprechen.

Werte vermitteln

Es geht heute weniger darum, Jugendliche zu liberalisieren, sondern auf Werte und Wertdiskussionen zu fokussieren. Wichtig ist die Entwicklung eines guten Kontakts zum eigenen Körper und Unterstützung dabei, spüren zu lernen, was man möchte und mag und was nicht. In einem Kontext, in dem theoretisch „alles geht“ sind das unerlässliche Kompetenzen für ein gesundes Sexualleben. Wenn Sie wertebasierte Sexuelle Bildung anstreben, müssen Sie sich nicht sorgen, zu sexualisieren. Jugendlichen fehlt es nicht an technischen Informationen oder liberalem Wissen über Möglichkeiten: Sie konsumieren frühzeitig Pornografie und provozieren auch mal mit persönlichen Fragen oder Kraftausdrücken. Es geht um den Kontakt zum Selbst, und um Werte: In welcher Welt will ich leben und wie trage ich dazu bei? Was bedeutet das für mich und meine direkten Aushandlungen? Hier sind Sie als Lehr- und Vertrauensperson gefragt.

Neue Themen einführen

Am einfachsten gelingt das Einführen von nicht erfragten Themen, indem selbst fragend formuliert wird: „Wenn ich überlege, ich hätte gerne früher gewusst,

wie ...!“ Alternativ können Sie über Dritte sprechen. Am konkreten Fallbeispiel wird die Bedeutung greifbar, und Schülerinnen und Schülern fallen dann zusätzlich auch eigene Beispiele aus dem sozialen Umfeld ein.

Auf Provokationen reagieren

Es empfiehlt sich, über gezielte Provokationen hinwegzusehen, nicht zu dramatisieren oder zu sanktionieren. Stattdessen sollten Sie versuchen, herauszufinden, welcher Bedarf und welche grundlegende Problemstellung der provokanten Aussage zugrunde liegt. Hinter (fast) jeder technisch-provokanten Frage steht ein Wertediskurs, der aufgegriffen werden kann. Oft geht es um soziale Zuschreibungen, um Bedeutung, das eigene Bedürfnis danach, erkannt zu werden, Akzeptanz und Beziehung zu erleben sowie missverständliche Ambivalenzen zu überwinden.

Die eigene Haltung reflektieren

Unabhängig davon, welche Einstellung man selbst zu sexuellen Themen und sexueller Bildung hat - sie kann dann gelingen, wenn Sie nach vorne stellen, dass es um Werte, Sicherheit, Gesundheit, Kompetenz geht, und zwar paradigmengreifend. Auch Eltern erreichen Sie mit einer informierten und akzeptierenden Haltung über Milieus, Kulturen und politische Einstellung hinweg. Kommunikativ lohnt es sich, explizit zu machen, dass Sie die gängigen Sorgen kennen und berücksichtigen, dass Sie weder sexualisieren noch überfordern wollen und stattdessen Werte und Kompetenz zentral stellen. Wer paradigmengreifend lehrt, kann gelassen, selbstbewusst und zuversichtlich seine Position als legitim neben anderen stehend vermitteln, ohne auszuschließen und zu diskriminieren. Das macht Sie zur/m spürbaren, positionierten Begleiterin/ Begleiter. Das ist gut für soziale Dynamiken, Elternarbeit, die Vermittlungssituation und die eigene Resilienz.

Die häufigsten Fragen von Lehrkräften

Sie finden hier eine Auswahl der Fragen, die während der Lehrkräftefortbildungen am häufigsten gestellt wurden.

Was ist eine Regenbogenfamilie?

Bei einer Regenbogenfamilie sind die Eltern gleichgeschlechtlich. Entweder zwei Frauen oder zwei Männer leben also mit ihren Kindern als Familie zusammen, die Eltern müssen dabei nicht verheiratet sein. Die Kinder sind entweder adoptiert oder eine*r der Partner*innen ist leiblicher Elternteil und der/die andere hat adoptiert (Stiefkindadoption). Immer häufiger wird der Begriff auch für Familien mit trans-identitären Eltern und alternativen Familienkonstellationen genutzt, wenn beispielsweise zwei homosexuelle Paare (jeweils eins männlich, eins weiblich) die Elternschaft teilen. In Abgrenzung dazu spricht man von Regenbogenkindern, wenn ein Baby nach einer vorherigen Fehl- oder Totgeburt zur Welt kommt.

Was bedeutet eigentlich „regretting motherhood“?

Regretting Motherhood (deutsch: die Mutterschaft bereuen) ist ein Konzept, dem sich Frauen zuordnen, die ihre Rolle als Mutter negativ erleben und es (nicht nur temporär) bereuen, Mutter geworden zu sein. Das Konzept geht auf eine 2015 veröffentlichte Studie zurück, in der die Soziologin Orna Donath Interviews mit Müttern vorstellte, die laut eigener Aussage ihre Mutterschaft bereuen. Auf Social Media und in zahlreichen Artikeln und

Dokumentationen werden seitdem Erfahrungsberichte geteilt und diskutiert.

Welchen Einfluss hat Sport auf die Fruchtbarkeit bei Frau und Mann?

Sport wirkt sich positiv auf die Fruchtbarkeit von Frauen und Männern aus, denn ausreichend Bewegung gehört zu einem gesunden Lebensstil. Schwere körperliche Belastungen wie zum Beispiel Extremsport können allerdings den Hormonhaushalt durcheinanderbringen und damit bei Frauen zu Zyklusstörungen und bei Männern zu einem Samenqualitätsverlust führen. Dies ist negativ für die Fruchtbarkeit.

Immer wieder werden dabei die gesellschaftlich zugeschriebene Mutterrolle und mütterliche Eigenschaften sowie Überforderung und Fremdbestimmtheit durch Kinder thematisiert. Auch nachfolgende Studien zeigen, dass Frauen vor allem dann Reue entwickeln, wenn sie mit der Verantwortungs- und Arbeitslast der Carework alleingelassen werden. Dort zeichnet sich auch ein positiver Lösungsansatz ab, zum einen kann enttabuisiert werden, zum anderen präventiv darauf vorbereitet werden, wie Elternschaft gemeinsam geplant und bewerkstelligt werden kann.

Können Trennungskinder und Kinder in Patchworkfamilien psychisch gesund aufwachsen?

Ja! Die Trennung der Eltern ist für Kinder in den allermeisten Fällen eine belastende Erfahrung. Ein Verbleiben in einer hochkonfliktären Familie kann aber mitunter noch belastendere Folgen für die Beteiligten haben. Familien können, wenn ihnen ein guter Umgang mit der Situation gelingt, ihre Kinder auffangen und ihnen ein stabiles, liebevolles Umfeld bieten, in dem die Kinder ihre Gefühle ausdrücken können. Von einer Patchworkfamilie spricht man, wenn mindestens ein Elternteil ein Kind aus einer früheren Beziehung in eine neue Familie mitbringt. Zwar ist die Trennungsrate höher als bei nicht-Patchworkfamilien, aber das bedeutet nicht, dass ein gesundes und glückliches Aufwachsen nicht möglich ist.

In letzter Zeit hört man immer wieder Kritik an der Pille. Ist sie gesundheitsschädlich?

Wie fast jedes Medikament kann auch die Antibabypille Nebenwirkungen verursachen, über die man sich vor der Einnahme informieren sollte. Am besten ist ein Gespräch mit der Ärztin oder dem Arzt, die/der die Pille verschreibt, denn sie ist rezeptpflichtig. Gesundheitsschädlich ist sie aber im Normalfall nicht. Manche Mädchen und Frauen fühlen sich durch die Einnahme allerdings unwohl, so dass sie lieber auf andere Verhütungsmethoden umsteigen. Auch hier ist medizinische Beratung grundsätzlich sinnvoll. Übrigens: Es stimmt nicht, dass eine Frau nur schwer schwanger wird, wenn sie vorher lange die Pille genommen hat.

Ich empfinde oft, dass Kinderlosigkeit von Frauen immer noch ein Tabu ist. Wie kann man damit umgehen?

Viele gewollt kinderlose Frauen berichten davon, dass sie Unverständnis und Ablehnung begegnen. Ihre Entscheidung, keine Kinder zu bekommen, werde oft hinterfragt, ihnen werde Egoismus vorgeworfen und prophezeit, dass sie die Kinderlosigkeit irgendwann bereuen würden. Kinderlose Männer berichten dagegen nicht von solchen gesellschaftlichen Verurteilungen. Um einen guten Umgang mit den eigenen Entscheidungen und konträren gesellschaftlichen Erwartungen zu finden, kann es hilfreich sein, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen und/oder sich professionell beraten zu lassen.

Ist Jugendlichen Familie überhaupt noch wichtig?

Ja, Familie ist jungen Menschen wichtig. Das zeigt zum Beispiel die Shell Jugendstudie 2019 deutlich. Die meisten Jugendlichen haben ein gutes Verhältnis zu ihren Eltern und nennen gute Freunde, vertrauensvolle Partnerschaft und ein gutes Familienleben als die wichtigsten Aspekte für ihr Leben. Auch einen Kinderwunsch äußern über zwei Drittel der Befragten, etwa ein Fünftel ist sich noch nicht sicher. Studien zu Zukunftsvorstellungen von Kindern zeigen in einer deutlichen Mehrheit das Bestreben eines Lebens mit Familie und Nachwuchs.

Sind Sigmund Freuds Theorien zur Sexualität noch aktuell?

Rund 80 Jahre nach Freud sind seine Theorien bereits vielfach kommentiert und auch kritisiert worden. Ein enormer Wissenszuwachs hat in der Psychologie stattgefunden, oft gestützt durch empirische Studien. Deshalb ergibt es Sinn, sich Themen mithilfe von moderner Literatur zu erarbeiten. Nichtsdestotrotz sind Freud und einige seiner Aussagen noch heute vielen Menschen bekannt, denn sie haben unser Verständnis von der Psyche und der sexuellen Entwicklung nachhaltig geprägt. Allein deshalb ist eine Beschäftigung mit ihm auch heute noch spannend. Bekannte Phänomene, wie der Penisneid oder Ödipuskomplex werden heute meist nur noch modifiziert angewendet.

Was ist Endometriose?

Endometriose ist eine Erkrankung, bei der sich Gewebe, das der Gebärmutter Schleimhaut ähnlich ist, an Stellen des Körpers ansiedelt, wo es nicht hingehört, zumeist im Bauchraum. Dies kann zu starken Schmerzen und anderen Symptomen führen, oftmals besonders zur Zeit der Monatsblutung.

Was bedeutet „in vitro“?

Der Begriff „in vitro“ ist lateinisch und bedeutet „im (Reagenz-)Glas“. Ein Experiment, eine Reaktion oder ein medizinischer Eingriff findet außerhalb des Körpers in einem Laborbehälter statt. Im Gegensatz dazu bezeichnet „in vivo“ die Ausführung „im Lebendigen“, also direkt im lebenden Körper. Der Begriff „in vitro“ wird oft im Zusammenhang mit künstlicher Befruchtung benutzt: Bei der In-vitro-Fertilisation (IVF) werden der Frau Eizellen entnommen und mit Spermien in einer Schale zusammengebracht. Nach der Befruchtung werden ein bis zwei befruchtete Eizellen in die Gebärmutter übertragen.

Wer bezahlt die künstliche Befruchtung?

Die Untersuchungen, um herauszufinden, was die Ursache für den unerfüllten Kinderwunsch ist, bezahlen sowohl gesetzliche als auch private Krankenkassen vollständig. Für die eigentliche Kinderwunschbehandlung werden die Kosten unter bestimmten Voraussetzungen anteilig von den Krankenkassen übernommen. Zusätzlich können seit einigen Jahren sowohl verheiratete als auch nicht verheiratete heterosexuelle Paare staatliche Unterstützung im Rahmen der Bund-Länder-Initiative „Hilfe und Unterstützung bei ungewollter Kinderlosigkeit“ beantragen und so ihren Eigenanteil an den Behandlungskosten reduzieren.

Was verbirgt sich hinter dem Phänomen der „mutlosen Mädchen“?

Den Begriff „mutlose Mädchen“ hat der Psychiater Michael Schulte-Markwort in seinem 2022 erschienenen Buch geprägt. Er bezeichnet eine Minderheit von Mädchen und jungen Frauen, die dem Autor in seiner psychiatrischen Praxis begegnen und die durch ihre Kraft- und Perspektivlosigkeit auffallen – sie erscheinen entmutigt. Eine mögliche Erklärung sieht dieser in fehlenden Frauenvorbildern, die ihr Leben gleichberechtigt und nicht von Beruf und Familie erschöpft leben.

Vier beispielhafte Unterrichtsstunden

Jahrgangsempfehlung: 7-10

Fruchtbarkeit – keine Selbstverständlichkeit

25 Prozent der 20-50-Jährigen in Deutschland sind ungewollt kinderlos. Die Jugendlichen erfahren, welche Gründe das haben kann und welche Rolle der individuelle Lebensstil beim Thema Fruchtbarkeit spielt.



Informationen zum Einstieg

...im Zeitbild WISSEN „Später mal Kinder haben! Aber ist das selbstverständlich?“ auf Seite 12-13

Material

Arbeitsblatt 4 aus dem Zeitbild WISSEN „Später mal Kinder haben! Aber ist das selbstverständlich?“

Methoden/Sozialform

- Ideensammlung
- Einordnen in Kategorien
- Textverständnis
- Einzelarbeit und Partnerarbeit

Stundenverlauf

Einstieg

- Schüler*innen schätzen lassen, wie häufig sich die Ursache für ungewollte Kinderlosigkeit von Paaren bei welchem Partner finden lässt
- Notieren der Schätzungen, anschließend Auflösung an der Tafel

Vorwissen sammeln

- Welche Ursachen für ungewollte Kinderlosigkeit kennt ihr? Betrifft sie die Frau, den Mann oder beide?

Arbeit mit Material

- Zeitbild WISSEN Arbeitsblatt 4: Lebensstil und Fruchtbarkeit
- Bearbeitung von Aufgabe 1 in Partnerarbeit, vorherige gemeinsame Klärung unbekannter Begriffe
- Tabelle mit der zu Anfang durchgeführten Sammlung ergänzen

Textarbeit – emotionale Anbindung

- die Schüler*innen suchen sich einen der beiden Texte auf dem Arbeitsblatt aus und lesen ihn
- Sie notieren Stichpunkte zu den Themen „Ausgangssituation“, „Ängste“, „mögliche Lösungen“
- Zusammentragen der Ideen

Abschluss

Festhalten der Kernpunkte

- Unerfüllter Kinderwunsch liegt statistisch zu gleichen Teilen bei beiden Geschlechtern.
- Es gibt medizinische Ursachen und Gründe, die auf den individuellen Lebensstil zurückzuführen sind.
- Eine frühe Beschäftigung mit der eigenen Fruchtbarkeit hilft dabei, informierte Entscheidungen zum eigenen Leben zu treffen.

Jahrgangsempfehlung: 9-10

Unerfüllter Kinderwunsch – Wie fühlt sich das an?

Wie sich ungewollte Kinderlosigkeit anfühlen kann und welchen Einfluss Fruchtbarkeit und Unfruchtbarkeit auf die Lebensplanung haben, sind Themen, deren Relevanz für ihr eigenes Leben Jugendlichen oft nicht klar ist.



Informationen zum Einstieg

...im Zeitbild WISSEN „Später mal Kinder haben! Aber ist das selbstverständlich?“ auf Seite 4-5 und auf Seite 14-15

...auf www.quarks.de/gesundheit/medizin/das-solltest-du-ueber-kuenstliche-befruchtungen-wissen (insbesondere der blaue Kasten Samenspende versus Eizellspende)

Material/Methoden

Sprechen über Gefühle: Es bietet sich an, die gesamte Stunde in einem Stuhlkreis durchzuführen. Jede/r Schüler/in braucht Blatt und Stift.

Kopie von Seite 15 aus dem Zeitbild WISSEN „Später mal Kinder haben! Aber ist das selbstverständlich?“

Stundenverlauf

Einstieg

- Schüler*innen beantworten in Stichworten für sich nacheinander die folgenden Fragen:
„Stell dir vor, du bzw. deine Freundin bekommt vom Arzt/von der Ärztin die Nachricht, dass du/sie schwanger bist/ist. Wie würdest du dich fühlen?“
„Stell dir vor, ein Arzt/eine Ärztin teilt dir mit, dass du niemals leibliche Kinder haben kannst. Wie würdest du dich fühlen?“
- Anschließend Sammlung der Reaktionen an der Tafel/in einem Mindmap/Poster
- Zeigen des Videos www.youtube.com/watch?v=koKisFEqRzA

Diskussion des Videos, bei Bedarf anhand folgender Fragen als Anstöße

- Sowohl Filipe als auch Doreen sprechen von Schuldgefühlen, wenn sie an ihren unerfüllbaren Wunsch nach leiblichen Kindern denken. Warum? Stimmt du dieser Einschätzung zu?
- Welche Erfahrungen machen die beiden in der Kinderwunschklinik und wie erleben sie die Behandlung?
- Welche besondere Angst hatte Doreen, nachdem sie erfahren hat, dass sie keine Eizellen mehr hat?
- Wie sehen die Zukunftspläne des Paares aus?

Von der emotionalen auf die biologische Ebene

- Austeilen der Kopien, zeigen des blauen Kastens auf der Webseite www.quarks.de/gesundheit/medizin/das-solltest-du-ueber-kuenstliche-befruchtungen-wissen digital oder als Kopie
- Lesen des lila Kastens „In Deutschland verbotene Methoden“ und der Argumente im blauen Kasten unter der Fragestellung: Warum sind diese Methoden verboten? Wie denkt ihr darüber?

Abschluss: Hausaufgabe

Es gibt verschiedene medizinische Methoden, um ungewollt kinderlosen Paaren zu helfen. Welche der auf Seite 15 vorgestellten (in Deutschland legalen) Methoden hätte dem Paar aus dem Video helfen können? Warum ist es bei Doreen dafür zu spät?

Jahrgangsempfehlung: 7-10

Der weibliche Zyklus

Frauen sind nicht jederzeit fruchtbar. Ob sie schwanger werden können, hängt vom Zeitpunkt ihres Zyklus ab, denn dieser bestimmt die fruchtbaren und unfruchtbaren Tage.



Informationen zum Einstieg

... im Zeitbild WISSEN „Später mal Kinder haben! Aber ist das selbstverständlich?“ auf Seite 6-7 und im Zeitbild WISSEN „Endo... was??? Zyklus, Fruchtbarkeit und Endometriose im Unterricht“ auf Seite 4-5

Material

- Internetzugang
- Weißes Blatt und Zeichenutensilien

Methoden/Sozialform

- Ideensammlung
- Einordnen in Kategorien
- Textverständnis
- Grafikverständnis und Reproduktion
- Einzelarbeit und Partnerarbeit

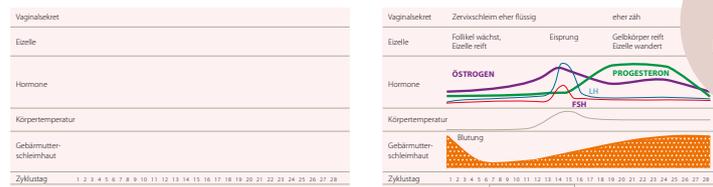
Stundenverlauf

Einstieg/Vorwissen sammeln

- Antwortsammlung zur Frage: Was verändert sich alles während des weiblichen Zyklus?
- Mögliche Antworten: Körpertemperatur, Stimmung/Wohlbefinden/Leistungsfähigkeit, Vaginalsekret, Hormonlevel, Gebärmutter-schleimhaut, Eizelle/Follikel/Gelbkörper

Grafik erstellen

- Die Schüler*innen bereiten ein DIN A4-Blatt vor:



Zum Vergrößern bitte klicken

Hinweis: Eine Zykluslänge von 28 Tagen ist ein Durchschnittswert. Längen von 21-35 Tagen sind möglich und vollkommen normal!

- Vervollständigen der Grafik mit Hilfe dieser Links:
 - Film: www.youtube.com/watch?v=pcpRSs9lu9E
 - Webseite: www.frauenaerzte-im-netz.de/familienplanung-verhuetung/natuerliche-familienplanung/weiblicher-zyklus-wann-sind-die-fruchtbaren-tage
 - Webseite: www.loveline.de/themen/maedchen/meine-menstruation/der-monatszyklus

Zusammentragen der Ergebnisse

- Gemeinsames Besprechen/Kontrolle der Eintragungen
- Markieren der fruchtbaren Tage

Abschluss

Festhalten der Kernpunkte

- Der Zyklus einer Frau dauert ungefähr 28 Tage und hat fruchtbare und unfruchtbare Tage.
- Hormone steuern die Veränderungen im Körper.
- Während des Zyklus bereitet der Körper sich auf eine mögliche Schwangerschaft vor. Wenn sie nicht eintritt, kommt es zur Abstoßung der vorher aufgebauten Gebärmutter-schleimhaut – der Regelblutung.

Jahrgangsempfehlung: 9-10

Fruchtbarkeit des Mannes

Bei einem Drittel aller ungewollt kinderlosen Paare liegt der Grund beim Mann. Mit einem gesunden Lebensstil kann die Fruchtbarkeit positiv beeinflusst werden. Wenn es auf natürlichem Weg nicht funktioniert, können in manchen Fällen medizinische Methoden helfen.



Informationen zum Einstieg

... im Zeitbild WISSEN „Später mal Kinder haben! Aber ist das selbstverständlich?“ auf Seite 8-9 und auf Seite 15

... auf www.informationsportal-kinderwunsch.de/kiwu/behandlung/kuenstliche-befruchtung

... www.familienplanung.de/tese-mesa

Material

- Video www.youtube.com/watch?v=9-f1v3e2p30
- Arbeitsblatt 2 aus dem Zeitbild WISSEN „Später mal Kinder haben! Aber ist das selbstverständlich?“

Methoden/Sozialform

- Video und Grafik, Informationen übertragen
- Textarbeit
- Gruppenarbeit

Stundenverlauf

Einstiegsaufgabe

Mithilfe des Videos www.youtube.com/watch?v=9-f1v3e2p30 füllen die Schüler*innen zu zweit den oberen Teil des Arbeitsblatts 2 aus. Gemeinsame Kontrolle der Ergebnisse und eventuell Zuhilfenahme von Seite 9 aus dem Zeitbild WISSEN „Später mal Kinder haben! Aber ist das selbstverständlich?“

Textarbeit

- in Gruppenarbeit beschäftigen sich die Schüler*innen mit den Methoden ICSI, MESA und TESE
 - Einfache Texte: www.informationsportal-kinderwunsch.de/kiwu/behandlung/kuenstliche-befruchtung
 - Schwierigere Texte: www.familienplanung.de/tese-mesa
- Stichpunkte aufschreiben zu den Fragen: Wie funktioniert das Verfahren? Bei welchem medizinischen Problem hilft das Verfahren?
- Gemeinsames Besprechen der Ergebnisse

Abschluss

Festhalten der Kernpunkte

- Grundzüge der Anatomie der männlichen Geschlechtsorgane.
- Wenn auf natürlichem Weg keine Kinder gezeugt werden können, können in manchen Fällen medizinische Methoden helfen. Je nach Problemlage bieten sich verschiedene Techniken an.

Links und Literatur

Sexuelle Bildung im Schulunterricht

- <https://schule.loveline.de/unterricht/pubertaet-maedchen/5-fruchtbarkeit>
<https://schule.loveline.de/unterricht/pubertaet-jungen/5-fruchtbarkeit>
Seiten der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung mit kostenlosen Angeboten zur Sexualerziehung in der Schule - getrennt nach Mädchen und Jungen
- www.jugend-und-gesundheit.de
Sammlung von Material und Informationen für Jugendliche, Eltern, Lehrkräfte und medizinisches Personal zu jugendrelevanten gesundheitlichen Themen
- <https://teach-love.de>
Weiterbildungen für Lehrkräfte und Multiplikator*innen zu zeitgemäßer sexueller Aufklärung im Unterricht, Anbindung an Universitätsforschung
- www.aeggf.de
Webseite der Ärztlichen Gesellschaft zur Gesundheitsförderung e.V. unter anderem mit dem Angebot zu Schulbesuchen durch Ärztinnen und Ärzte

Informationen für Jugendliche

- www.doctorial.de
Alphabetisch geordnete Informationen von Ärzt*innen zu Liebe, Sex und Gesundheit
- www.loveline.de
Das Jugendportal rund um Sex, Identität und Beziehung der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
- www.zanzu.de
Onlineguide „Mein Körper in Wort und Bild“ in 13 Sprachen

Impressum

Das Digital Update zum Unterrichtsthema Fruchtbarkeit und reproduktive Medizin entstand mit Förderung durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ). Gesamtherstellung: Zeitbild Verlag und Agentur für Kommunikation GmbH, Rumfordstraße 9, 80469 München. V. i. S. d. P.: Bernd

www.informationsportal-kinderwunsch.de

Internetplattform der Bundesinitiative „Hilfe und Unterstützung bei ungewollter Kinderlosigkeit“ des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) zum Thema Kinderwunsch. Hier gibt es ausführliche Informationen zu Ursachen, Behandlung, Beratung und Unterstützung. Eine Suchmaschine erleichtert das Finden finanzieller Fördermöglichkeiten. Viele Erfahrungsberichte und Expertengespräche in Form von Videos und Podcasts ergänzen die Seite.

Beratung

- www.bzga.de/service/beratungsstellen/sexualitaet-partnerschaft-und-verhuetung
Adressensammlung der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
- www.familienplanung.de/beratung
Informationsangebot mit Beratungsstellensuche der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung
- www.dajeb.de
Webseite der Deutschen Arbeitsgemeinschaft für Jugend- und Eheberatung e.V.

Bücher

- Benjamin Scholz: jungsfagen – Alles, was du über deinen Körper, Sex und Pubertät wissen musst, Hamburg 2019.
- Sheila de Liz: Girl on Fire – Alles über die „fabelhafte“ Pubertät, Hamburg 2022.
- Carsten Müller: Sex ist wie Brokkoli nur anders – Ein Aufklärungsbuch für die ganze Familie, München 2020.

Woischnik. Fachliche Beratung: Dr. Johanna Degen. Bildnachweis: Teach Love: S. 3 (unten); istockFoto: S. 3 (oben), S. 4. Die enthaltenen Texte sind urheberrechtlich geschützt. Eine kommerzielle Nutzung ist nicht gestattet. Wir erklären mit Blick auf die genannten Internet-Links, dass wir keinerlei Einfluss auf die Gestaltung und Inhalte der Seiten haben und uns die Inhalte nicht zu eigen machen.

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend