

Meine Biographie

Name _____

Versuche, den Biographiefragebogen so gut es geht auszufüllen. An manche Dinge - besonders diejenigen vor dem 3. Lebensjahr - kannst Du dich nicht (mehr) erinnern. Frage deshalb Deine Eltern und bitte sie, Dir beim Ausfüllen des Biographiefragebogens zu helfen.

Besondere Ereignisse sind zum Beispiel: Kinderkrankheiten, Unfälle, Krankenhausaufenthalte, Todesfälle in der Familie (z.B. Großeltern), Trennung der Eltern, Geburt von Geschwistern, Kindergarteneintritt, Einschulung, Umzüge, Auslandsreisen, Beginn oder Ende von guten Freundschaften, Eintritt in einen Sportverein oder Beginn eines besonderen Hobbies, Musikinstrumentes, erste Verliebtheit, Dein erstes selbst gelesenes Buch, Dein erstes Tor im Fußball o.a., Deine größte Freude oder Deine größte Enttäuschung,

Wie verlief die Schwangerschaft?	
Bist Du zum geplanten Termin auf die Welt gekommen, zu früh, zu spät?	
Geburtsdatum und Uhrzeit (Sternzeichen und Aszendent?)	
Wo bist Du geboren worden (im Krankenhaus, zuhause ...)?	
Verlief die Geburt komplikationslos?	

<p>War Dein Vater bei der Geburt dabei?</p>	
<p>Wie verliefen die ersten Tage und Wochen nach der Geburt?</p>	
<p>Mit ungefähr wie viel Monaten hast Du gelernt zu greifen, zu krabbeln, Dich auf den Rücken zu drehen, zu sitzen, hochzuziehen, zu gehen...?</p>	
<p>Wann hast Du erste Laute, Wörter, Sätze gesagt...?</p>	
<p>Welches waren Deine ersten Wörter?</p>	
<p>Weitere besondere Ereignisse im 1.Lebensjahr?</p>	

besondere Ereignisse im 2.Lebensjahr?	
besondere Ereignisse im 3.Lebensjahr?	
besondere Ereignisse im 4.Lebensjahr?	
besondere Ereignisse im 5.Lebensjahr?	
besondere Ereignisse im 6.Lebensjahr?	
besondere Ereignisse im 7.Lebensjahr?	

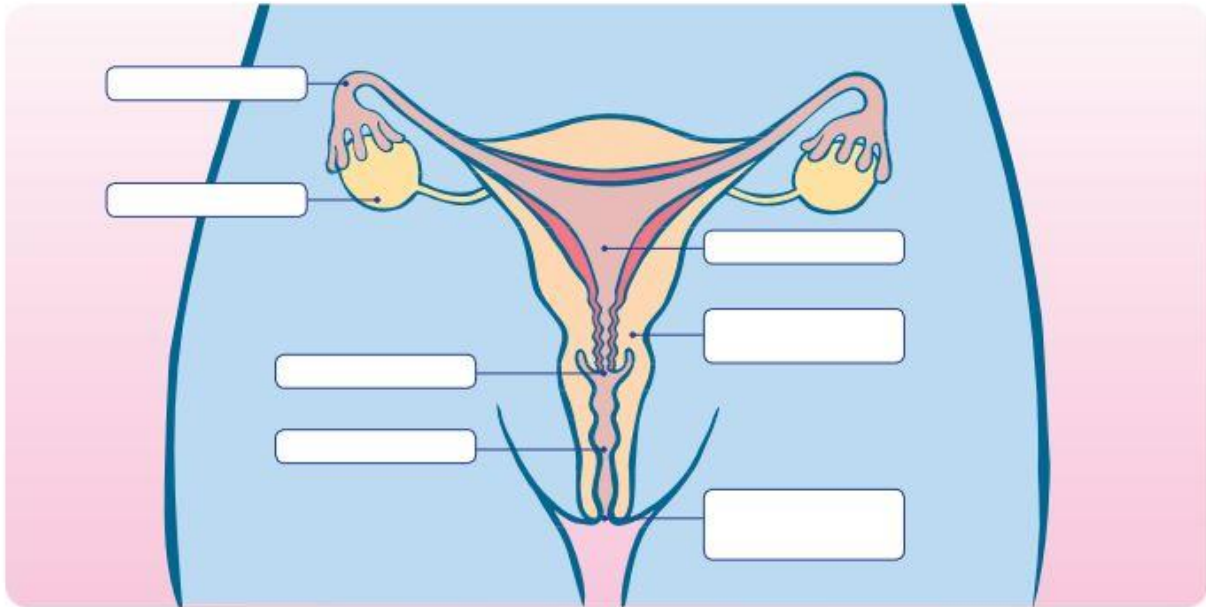
besondere Ereignisse im 8.Lebensjahr?	
besondere Ereignisse im 9.Lebensjahr?	
besondere Ereignisse im 10.Lebensjahr?	
besondere Ereignisse im 11.Lebensjahr?	
besondere Ereignisse im 12.Lebensjahr?	
besondere Ereignisse im 13.Lebensjahr?	
besondere Ereignisse im 14.Lebensjahr?	
besondere Ereignisse im 15.Lebensjahr?	

Diesen Fragebogen füllst Du für Dich aus. Deine Lehrer werden ihn nicht lesen, wenn Du nicht willst. Wenn Du willst, kannst Du dich mit Deinen Freunden in der Klasse darüber austauschen.

1. Sucht Euch jeweils einen Partner oder eine Partnerin (Mädchen/Mädchen und Junge/Junge, falls es nicht aufgeht, kann auch eine Dreiergruppe dabei sein.)
2. Lest Euch zu zweit die Geschichte „Vier Freunde auf Klassenfahrt“ durch (oder Ihr habt sie schon gemeinsam mit der ganzen Klasse gelesen).
3. Von Eurer Lehrerin/Eurem Lehrer erhalten die Mädchen das gelbe Plakat „Hallo, ich bin eine Eizelle“, die Jungen das grüne Plakat „Hallo, ich bin eine Samenzelle“ (farbig in DinA3 Format).
4. Lest Euch das Plakat jeweils gut durch. Versucht, jeden der 8 Entwicklungsschritte zu verstehen. Bei Unklarheiten fragt Ihr bei Eurem Lehrer/Eurer Lehrerin nach.
5. Erstellt ein eigenes DinA-2 Plakat für eine Referat. Zeichnet darauf groß die Gebärmutter mit den Eierstöcken, in denen der Befruchtungsvorgang zwischen Ei- und Samenzelle abläuft. Tragt die 8 Stationen ein und notiert dazu jeweils einige kurze Stichwörter (eine Zeichnung dazu könnt Ihr auch machen, wenn Ihr wollt). Erlaubt sind kleine Stichwörter auf einen Zettel.
6. Sprecht Euch untereinander ab, wer welchen Schritt erzählt (1-4, 5-8 oder immer abwechselnd). Übt Euren Partnervortrag zu zweit. Klappt es? Könnt Ihr alle 8 Schritte einigermaßen sicher vortragen ohne abzulesen?
7. Trefft Euch mit zwei anderen des gleichen Geschlechts und haltet Euch gegenseitig den Vortrag.
8. Trefft Euch mit zwei anderen des anderen Geschlechts und haltet Euch gegenseitig den Vortrag.

1. Beschrifte

Weibliche Geschlechtsorgane Frontansicht

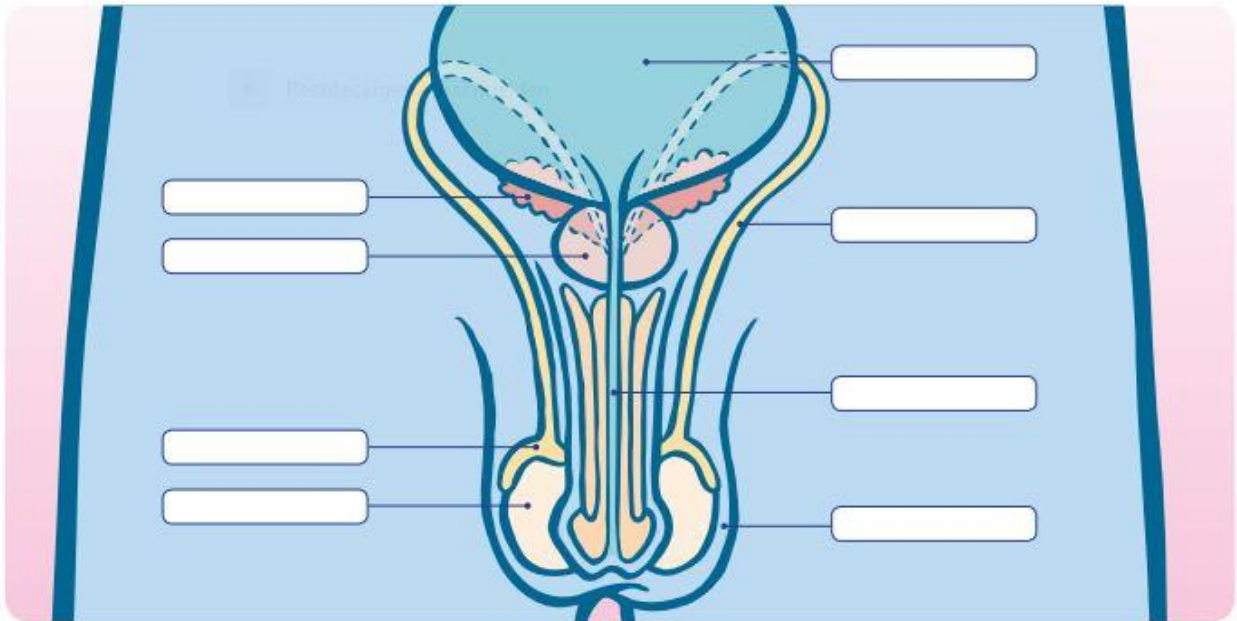


Weibliche Geschlechtsorgane Seitenansicht



1. Beschrifte

Männliche Geschlechtsorgane Frontansicht



Männliche Geschlechtsorgane Seitenansicht



1. Wenn Du ein Mädchen bist, lies Dir den Bericht von Martina durch, wenn Du ein Junge bist, lies Dir den Bericht von Jan durch.

2. Bildet getrennte Mädchen- und Jungengruppen und diskutiert in kleiner Runde (4-5) über den Erlebnisbericht. Was kommt Euch bekannt vor, was nicht? Habt Ihr ähnliche Erfahrungen gemacht, welche weiteren Erfahrungen bezüglich Körper, Verliebtsein, Eltern, usw. habt Ihr gemacht?

3. Lest Euch den zweiten Bericht des jeweils anderen Geschlechts durch.

4. Setzt Euch wieder in Eure Mädchen- und Jungengruppe und diskutiert auch über den zweiten Bericht. Was ist neu für Euch, könnt Ihr Martina, bzw. Jans Erlebnisse nachvollziehen? Erkennt Ihr Verhaltensweisen wieder, die Ihr bei anderen Jungen oder Mädchen auch schon erlebt habt.

5. Wenn Ihr mögt, dann setzt Euch doch jetzt mit einer Jungen-, bzw. Mädchengruppe zusammen und unterhaltet Euch gemeinsam (Jungen und Mädchen) über Eure Erkenntnisse und Erfahrungen. Schafft Ihr das?

Erlebnisbericht Mädchen Pubertät

Martina (20 Jahre) erzählt, wie sie diese Zeit erlebt hat:



Gerade in der Zeit, als sich mein Körper stark verändert hat, ich ab und zu begutachten wollte, was so passiert oder ich heimlich Mamas Schminksachen ausprobiert habe, hat es mich tierisch genervt, wenn meine Eltern oder mein kleiner Bruder auf einmal ins Bad gestürzt kamen. "Martina kriegt 'nen Busen!",

hat mein Bruder einmal gerufen. Da habe ich ihm sofort einen Hausschuh hinterher geworfen und die Tür hinter mir zugesperrt. Das habe ich ab dann immer gemacht.

Auch in meinem eigenen Zimmer musste ich mir meinen Freiraum erkämpfen, vor allem wenn ich gerade mit meiner besten Freundin Sarah telefoniert oder gechattet habe oder meinem Tagebuch etwas anvertrauen wollte - zum Beispiel über den süßen Jan aus meiner Klasse! Meine Mutter wollte immer genau wissen, was los ist, wie es mir geht und so weiter. Manchmal bin ich dann richtig ausgeflippt, was mir oft kurz danach wieder leid tat. Die Hormone hatten mich voll im Griff! Aber es hat wirklich gedauert, bis meine Eltern und mein Bruder akzeptiert haben, dass sie anklopfen müssen, bevor sie in mein Zimmer kommen, und dass sie eben warten müssen, bis ich im Bad fertig bin. Solche Auseinandersetzungen muss wohl jeder in der Pubertät ertragen. Aber glaub' mir, Eltern sind lernfähig!

Mit meiner Zahnsperre, meinen Pickeln und meinem flachen Busen war ich damals mit meinem Aussehen echt total unzufrieden. Überall im Fernsehen und in Zeitschriften sahen die Frauen total klasse aus mit einem schlanken Body, tollen Haaren und super Klamotten. Nur ich war ein hässliches Entlein! Meine Freundin Sarah hat mich verstanden und gemeinsam haben wir dann immer davon geträumt, wie es wohl wäre, wenn wir superschön und berühmt wären. Oder wenn wir einen Superstar als Freund hätten. Natürlich ist auch jetzt mein Körper noch nicht mein Traumbody, aber ich denke, er ist ganz okay. Lass' mich dir von einem Ereignis erzählen, das mir viel Selbstsicherheit gebracht hat...



Auf unserer Klassenfahrt in der 8. Klasse gab es am Abschlussabend eine Disko. Am Anfang saßen nur wir Mädchen zusammen und haben über die albernsten Jungs gequatscht. Aber dann war auf einmal Paartanz angesagt. Da kam Chris auf mich zu und fragte mich ins Ohr, ob ich mit Jan tanzen wollte. "Will er wirklich mit mir tanzen oder ist das ein Scherz? Die hübsche Tini würde sicher auch mit ihm tanzen! Warum fragt er mich nicht selbst? Habe ich genug Deo draufgemacht oder muffle ich?" - 1.000 Fragen schwirrten in meinem Kopf herum, bis mich meine Freundin Sarah grinsend in die Hüfte boxte: "Klar will sie!", sagte sie und schob mich Chris hinterher. Der Tanz war das schönste, was ich bis dahin erlebt hatte. So nah war ich vorher noch keinem Jungen gewesen, mein ganzer Körper knisterte. Noch am

gleichen Abend fragte mich Jan, ob ich mit ihm gehen wollte. Ich konnte es gar nicht glauben, ich hatte meinen ersten Freund!

Obwohl es mir sehr peinlich war, wollte ich meinen Eltern natürlich von Jan erzählen. Meine Mutter freute sich total, mein Vater wurde etwas still und ging dann - nach einem nachdrücklichen Blick meiner Mutter - aus dem Raum. "Na dann lass uns mal in Ruhe reden - so unter Frauen!", sagte meine Mutter. Ich wusste, was jetzt kommen würde: ein peinliches Fragespiel über Sex, Treue, Pille, Schwangerschaft und so weiter, Dinge, die ich schon lange wusste und über die ich überhaupt nicht reden wollte - vor allem nicht mit meiner Mutter! Aber denkste!

Anstatt mir peinliche Fragen zu stellen, begann meine Mutter ganz offen von ihren Erfahrungen zu erzählen: von ihrem ersten Freund, wann sie begann, die Pille zu nehmen und andere intime Dinge. Ich musste feststellen, dass ich vieles über Sex und Verhütung tatsächlich noch nicht oder nicht genau wusste. Danach erzählte ich ihr von Jan und versprach, ihn ihr bald vorzustellen. Am Ende unserer Unterhaltung zog meine Mutter eine Broschüre aus einer Schublade. Sie meinte, ich könnte dort alles noch mal in Ruhe nachlesen und sie natürlich auch immer fragen, wenn etwas unklar sei. Obwohl mich meine Mutter an diesem Tag "aufgeklärt hatte", kam es mir überhaupt nicht so vor und ich fühlte mich in keinsten Weise peinlich berührt.

Natürlich gab es auch danach noch einige Streitigkeiten mit meinen Eltern, besonders über das Ausgehen, die Schule oder Kleidung, aber trotzdem fühlte ich mich von ihnen nach diesem Gespräch als "erwachsenwerdende Frau" anerkannt. Ein kleiner Tipp: Versuche, mit deinen Eltern, einer älteren Schwester oder einer Freundin über deine Fragen und Probleme zu sprechen. Oft ist so ein Gespräch einfacher, als man denkt!

Erlebnisbericht Junge Pubertät

Jan (21 Jahre) erzählt, wie er diese Zeit erlebt hat:

So mit 13 Jahren wusste ich gar nicht, wo ich hingehörte. Mein Körper veränderte sich sehr stark: Ich wuchs in die Höhe, bekam einen starken, muskulösen Oberkörper und hatte Hautprobleme - aber nur Pickel, keine Akne wie andere Jungs meiner Klasse. Eigentlich hätte alles gut gepasst. Aber irgendwie fühlte ich mich unter Druck, noch besser, stärker und beliebter zu sein.

Besonders in der Schule wollte ich zu den "Coolen" gehören und wollte vor meinen Kumpels gut dastehen. Da kam es gut an, wenn man vor dem Lehrer ab und zu mal eine große Klappe riskierte - egal was dann in der Zeugnisbemerkung stand. Bei Sportwettkämpfen musste ich immer der Beste sein, was mir natürlich viel Ansehen eingebracht hat. In der Schule war es gar nicht cool, unter den Guten zu sein. Man galt schnell als Streber oder Freak. Da gab es zu Hause schon öfter mal Stress, wenn ich wieder mit einer fünf in Englisch nach Hause kam - nur weil ich vorher lieber mit meinen Kumpels im Schwimmbad oder im Jugendtreff war, anstatt für den Test zu lernen.



Etwas später, so mit 16 Jahren ungefähr, da ging das noch etwas weiter. Man musste sich in der Clique immer wieder beweisen und besonders "erwachsen" sein. In dieser Zeit habe ich einige Dinge getan, die ich heute ganz schön dumm finde. Meine Kumpels und ich haben vor der Schule geraucht (Rauchen durfte man damals noch mit 16 Jahren) und wir haben ab und zu auf Partys Alkohol getrunken. Du kannst dir sicher vorstellen, welchen Ärger es zu Hause gab, als meine Eltern mich mit meinem ersten Rausch von einer Party abholen mussten!

Mit meinen Eltern gab es sowieso viel Stress und ich weiß noch, dass ich damals oft aggressiv und fies war. Manchmal haben wir heftig gestritten und ich habe sie so beleidigt, dass sie mir Weggehverbot erteilt haben! Das hat mich noch wütender gemacht. Einmal habe ich mit ihnen

gestritten, weil einige Jungs aus meiner Klasse den Führerschein machten und ein Motorrad zum 16. Geburtstag bekamen. Da wollte ich natürlich unbedingt mithalten. Und was sagten meine Eltern: "Vor dem Haus ist die Bushaltestelle. Du brauchst kein Motorrad und das Geld dafür haben wir auch nicht!" Ich bin tierisch ausgeflippt und habe sie angeschrien, dass ich mich dann nie wieder in der Schule blicken lassen könnte! Danach hat mir meine Pöbelei auch wieder leid getan, weil ich wusste, dass wir uns wirklich kein Motorrad leisten konnten. Aber zu meinen Eltern gehen und mich entschuldigen, das ging irgendwie nicht.

Damals wusste ich nicht wirklich, dass meine aggressiven Ausraster auch stark mit meinen Hormonen zu tun hatten, sonst hätte ich vielleicht gesagt: "Hey, liebe Eltern, es tut mir echt leid, dass ich so gemein bin, aber es liegt auch an meinen Hormonen - das ist ganz normal in der Pubertät!" Vielleicht hätten sie mich ein wenig besser verstanden und wir hätten weniger gezofft. Übrigens: Mit dem Rauchen habe ich mittlerweile aufgehört. Und ich empfehle dir, erst gar nicht damit anzufangen. Damit tust du deiner Gesundheit einen riesigen Gefallen - und du sparst dir viel Geld! Und wenn du erst mal richtig abhängig bist, ist es schon schwierig, die Sucht wieder loszuwerden.



In meiner Klasse gab es da so ein Mädchen, das mir total gut gefiel. Martina war ihr Name. Sie war richtig witzig und nett. Immer wenn ich sie sah, wurde mir ganz anders: Mein ganzer Körper begann zu kribbeln und ich redete wirres Zeug, wenn ich sie traf - so kam es mir jedenfalls vor. Ich glaube, ich war in sie verknallt. Aber ich wusste nicht, wie sie mich fand. Und wie sollte ich sie fragen, ob sie mich mag, ohne mich zum Narren zu machen - vielleicht mochte sie mich ja gar nicht und würde sich mit ihren Freundinnen über mich lustig machen?

Dann waren wir auf Klassenfahrt. Das war in der 8. Klasse. Bei der Disko habe ich dann meinen ganzen Mut zusammengenommen und sie über meinen Freund Chris fragen lassen, ob sie mit mir tanzen wollte - im Nachhinein wirklich albern. Ich wollte, dass es möglichst unverfänglich ist. Die Frage, ob sie mit mir tanzen will, heißt ja noch lange nicht, dass

ich auf sie stehe. Also nix zu verlieren, dachte ich. Aber so weit kam es nicht, denn sie wollte mit mir tanzen. Wir tanzten den ganzen Abend lang miteinander und kurz darauf waren wir richtig zusammen!

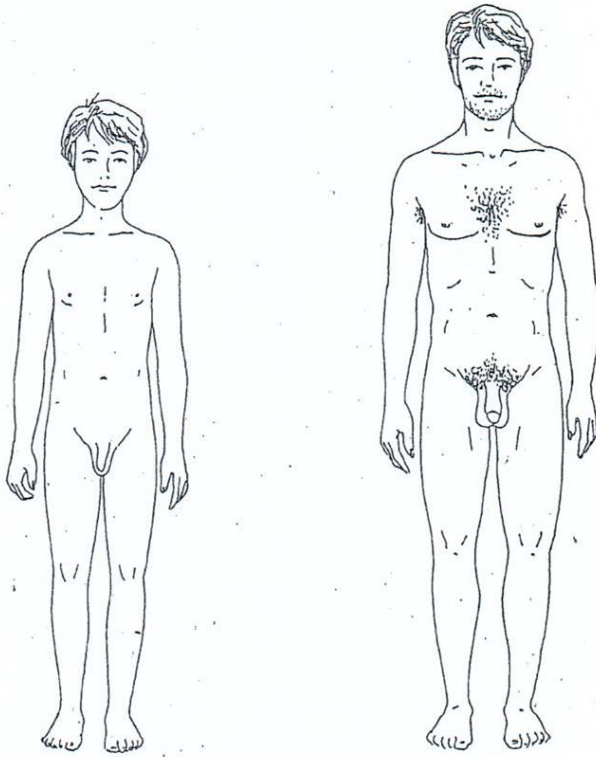
Martina war meine erste Freundin. Deswegen hatte ich natürlich noch keinerlei Erfahrung, wie man eine Beziehung führt und wie das alles so abläuft. Für Martina war ich auch der erste Freund und wir haben viele Dinge zusammen das erste Mal erlebt: Händchenhalten unter den Augen unserer Mitschüler und Lehrer, Knutschen und uns körperlich näher kommen. Über meine Freundin, Treue, Sex, Verhütung und die ganzen Sachen wollte ich damals nicht mit meinen Eltern reden. Das war mir unangenehm. Und in der Schule hatten wir über das Thema auch nicht so richtig ausführlich gesprochen. Das war den Lehrern irgendwie peinlich.



Zum Glück kannte sich mein Freund Chris ganz gut aus. Er hatte nämlich einen großen Bruder, mit dem er bei seiner ersten Freundin über die ganzen Dinge gesprochen hatte. Es war für mich sehr wichtig, dass ich mit jemandem über meine Unsicherheit sprechen konnte und dem ich meine Fragen stellen konnte. Wenn auch du Fragen hast, sprich unbedingt mit einem Freund, Bruder oder älteren Bekannten darüber, wenn deine Eltern nicht die Richtigen für so ein Gespräch sind. Das hilft sehr und gibt dir Sicherheit für die Beziehung mit deiner Freundin.

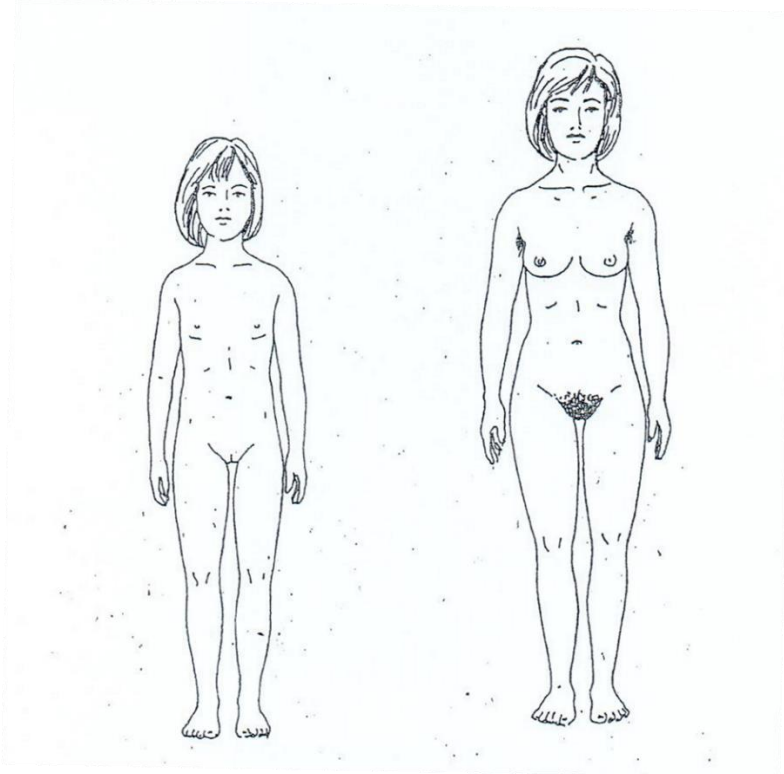
Und noch eins zum Abschluss: Hab' keine Angst vor deinen Gefühlen oder Unsicherheiten - das geht jedem so. Wenn du die richtige Freundin hast, ist es gar nicht so schwer, sich gegenseitig auch intime Sachen anzuvertrauen und darüber zu sprechen!

Körperliche Veränderungen beim Jungen



Kennzeichne auf der Zeichnung durch Einkreisen die Stellen, an denen sich das Äußere des Jungen verändert und beschreibe kurz die Veränderungen:

Körperliche Veränderungen beim Mädchen



Kennzeichne auf der Zeichnung durch Einkreisen die Stellen, an denen sich das Äußere des Jungen verändert und beschreibe kurz die Veränderungen:

Sexualisierte Gewalt

1. Lies Dir die folgenden Fakten durch:

Jede dritte Frau in Europa hat als Erwachsene körperliche oder sexuelle Gewalt erfahren. Das ist das Ergebnis einer EU-Studie aus dem Jahr 2014, bei der 42 000 Frauen befragt wurden. Deutschland liegt im Mittelfeld: 35 Prozent haben hier seit ihrem 15. Lebensjahr mindestens einmal sexuelle oder körperliche Gewalt erlebt, sind also geschlagen, getreten, geohrfeigt, begrabscht, genötigt oder zum Sex gezwungen worden. Eine von zwanzig Frauen wird demnach vergewaltigt, eine von zehn erlebt andere Formen sexueller Gewalt. 2004 kam eine vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) herausgegebene repräsentative Untersuchung zu noch drastischeren Zahlen: Fast jede siebte Frau in Deutschland wird demnach vergewaltigt oder sexuell genötigt.

(Quelle: Sueddeutsch-online, 26.4.2016)

Weitere Zahlen und Fakten

1. Rund 25% der in Deutschland lebenden Frauen ist körperliche oder sexualisierte Gewalt (oder beides) durch aktuelle oder frühere Beziehungspartnerinnen oder -Partner widerfahren.
2. Nur 5% der Sexualstraftaten werden angezeigt. Laut der Studie „Lebenssituation, Sicherheit und Gesundheit von Frauen haben nur 8% der Frauen, die sexualisierte Gewalt erlebt haben, die Polizei eingeschaltet.
3. Da nicht wenige Frauen mehrfach sexualisierte Gewalt erlebt haben, liegt die Quote der polizeilich angezeigten sexuellen Gewalthandlungen bei unter 5%.
4. Jährlich werden ca. 8.000 Vergewaltigungen in Deutschland angezeigt.
5. Damit kommen in Deutschland jährlich 9,85 angezeigte Vergewaltigungen auf 100.000 Einwohnerinnen und Einwohner. Das entspricht dem unteren Mittelfeld im europäischen Vergleich. Schwedens Meldequote ist deutlich höher (46,4 Anzeigen auf 100.000).
6. Von 100 angezeigten Vergewaltigungen enden im Schnitt nur 13 mit einer Verurteilung. Jährlich sind es etwas mehr als 1.000 Verurteilungen bei 8.000 Anzeigen in Deutschland.

7. Damit liegt die Verurteilungsquote bei 13%. Diese Verurteilungsquote ist im europäischen Ländervergleich unterdurchschnittlich

8. Falsche Beschuldigungen sind marginal. Entgegen der weit verbreiteten Stereotype, wonach die Quote der Falschanschuldigungen bei Vergewaltigung beträchtlich ist, liegt der Anteil bei nur 3%. Auch in anderen Ländern ist das Problem der Falschanschuldigung marginal und rangiert zwischen 1-9%.

9. Sexuelle Gewalt wird durch Männer verübt. Untersuchungen belegen, dass sexuelle Gewalt bis zu 99 Prozent von Männern verübt wird; der Anteil von Frauen als Täterinnen beträgt unter 1 Prozent.

10. Ein ähnliches Verhältnis ergibt sich bei sexueller Belästigung: In 97% der Fälle gehen die Belästigungen von männlichen Personen und in nur 2% der Fälle von weiblichen Personen aus.

(Quelle: Terre des Femmes, Menschenrechte für die Frau e.V.)

2. Lies Dir die folgenden Aussagen durch und überlege, wie Du persönlich dazu stehst?

- Mit jemandem zu schmusen, verpflichtet zu nichts.
- Küssen ist immer okay.
- Mädchen, die freizügig gekleidet sind, müssen sich nicht wundern, wenn sie belästigt werden.
- Jungen haben einen starken Sexualtrieb, der bei Drang befriedigt werden muss.
- Mädchen äussern sich zwiespältig: Sie sagen zwar Nein, meinen aber Ja.
- Jungen verschaffen sich unter Jungen Achtung, wenn sie über ihre Eroberungen berichten.
- Wenn man ein Paar ist, dann hat ein Junge/Mann das Recht, mit dem Mädchen/der Frau Sex zu haben.
- Ein verheirateter Mann hat ein Recht, mit seiner Frau zu schlafen.
- Für Frauen ist es leicht, Männer wegen sexueller Belästigung oder Vergewaltigung anzuzeigen.

3. Diskutiert in der Klasse über die Aussagen und Eure Meinungen dazu.