METHODE

1, 2 oder 3

Kurzbeschreibung
Fragespiel zum Thema HIV/Aids und Safer Sex. Es gibt drei Antwortmöglichkeiten. Die Gruppenmitglieder müssen sich für eine Antwort entscheiden und sich auf Feld 1, 2 oder 3 stellen.

Themen
Safer Sex — Schutzmöglichkeiten

Methode
Bewegungsspiel

Alter
ab 12 Jahren

Zielgruppe
gemischtgeschlechtlich

Zeit
15 Minuten

Gruppengröße
ab 12 Personen

Setting
geschlossene Gruppe

Materialien
• 1, 2 oder 3-Fragekarten (s. Anhang)
• 3 Frisbee-Scheiben
• Edding oder 3 Notizzettel
• ggf. Kreide oder Klebeband

Ziele
• Sich über HIV/Aids informieren
• Sich eine eigene Meinung bilden
• Kennenlernen, Auseinandersetzen und Akzeptieren anderer Meinungen

Anhänge
„1,2 oder 3“- Fragekarten

Ablauf
Beschriften Sie jeweils eine Frisbee mit den Zahlen 1,2 und 3 (mit kleinen Zetteln oder Edding).
Ordnen Sie die Frisbees in einem Dreieck an. Wenn Sie viel Platz zur Verfügung haben, legen Sie die Frisbee-Scheiben auf Tische, Bänke oder Kästen - auch Geräte aus der Turnhalle eignen sich sehr gut!
Wählen Sie das Mobiliar je nach vorhandener Raum- und Gruppengröße aus. Alle Gruppenmitglieder sollten darauf/ darin Platz finden, sie dürfen aber ruhig „etwas enger zusammenrücken“.
Für den Fall, dass Sie keinen großen Raum zur Verfügung haben, können Sie auch mit Kreide oder

Klebeband drei Bereiche abstecken

Die Gruppenmitglieder befinden sich in der Mitte des Dreiecks. Lesen Sie der Gruppe eine 1,2 oder 3-Fragekarte mit den dort angegebenen drei Antwortmöglichkeiten vor. Fordern Sie die Gruppenmitglieder auf, sich – ohne miteinander zu reden – für eine Antwortmöglichkeit zu entscheiden. Die Gruppenmitglieder müssen sich je nachdem für welche Antwortmöglichkeit sie sich entschieden haben, auf Tisch/Feld 1, 2 oder 3 begeben. Besprechen Sie im Anschluss die Fragen und gegebenen Antworten/ Meinungen mit der Gruppe.

Hinweise/Erfahrungen

Bei den Meinungsfragen gibt es kein „richtig“ oder „falsch“. Sie können aber die Antworten über Fragen eingrenzen. Ideen für solche Fragen stehen auf den entsprechenden 1,2 oder 3-Fragekarten.

Die Spieldauer variiert je nachdem, wie viele 1,2 oder 3-Fragekarten Sie vorlesen. Die Fragekarten enthalten auch Meinungsfragen. Wenn Sie tief in die Antworten auf die Meinungsfragen einsteigen, kann sich die Spieldauer verlängern.

1, 2 oder 3 – Fragen

Wie schützt du dich vor HIV?

1. **Mit einem Kondom**
   (Richtig! Kondome schützen richtig angewendet vor einer Ansteckung mit HIV.)
2. **Durch „Coitus interruptus“ = „rausziehen, bevor es kommt“**
   (Das schützt leider nicht vor einer HIV-Ansteckung und übrigens auch nicht vor Schwangerschaft!)
3. **Durch eine ärztliche Untersuchung**
   (Das hilft dir leider nicht: Schützen kann ein Arzt bzw. eine Ärztin dich nicht, er bzw. sie kann nur untersuchen, ob ihr euch in der Vergangenheit angesteckt habt.)

Wann ist deiner Meinung nach der richtige Zeitpunkt, um über den Schutz vor HIV zu sprechen?

1. **Nach dem „ersten Mal“**
   (Wieso erst dann? Und wie habt ihr euch geschützt beim Sex?)
2. **Beim Petting**
   (Immerhin noch bevor ihr miteinander schlaft. Aber wollt ihr das Petting nicht genießen? Warum sprecht ihr dann nicht vorher darüber?)
3. **Vor dem Ersten Mal**
   (Gute Idee. Und wie fangt ihr so ein Gespräch am besten an?)

„Treue ist der beste Schutz vor Aids“. Was meinst du zu dieser Aussage?

1. **Ja**
   (Wenn zwei Menschen absolut 100 % treu/monogam sind und vorher auch einen HIV-Test gemacht haben, ist Treue ein sehr guter Schutz – aber auch nur dann …)
2. **Nein**
   (Wieso nicht? – Wenn jemand schon vorher angesteckt ist, würde Treue in der Partnerschaft nicht schützen, oder?)
3. **Vielleicht**
   (Wie meint ihr das?)

Dein Freund/deine Freundin mag kein Kondom benutzen, da „nichts zwischen euch stehen soll“. Wie verhältst du dich?

1. **Dann schlafe ich nicht mit ihm/ihr.**
   (Klare Haltung, Respekt. Gäbe es aber noch Alternativen? Zum Beispiel miteinander vorher zum Test zu gehen, wenn beide wirklich 100 % treu sind?)
2. **Dann schlafe ich halt so mit ihm/ihr, ich will ihn/sie nicht enttäuschen.**
   (Und das Risiko gehst du dann wirklich ein? Ist es dir das wirklich wert? Und was ist mit deiner Gesundheit?)
3. **Ich versuche noch mal, mit ihm/ihr zu reden und wir müssen gemeinsam eine sichere Lösung finden.**
   (Spannend! Und wie könnte die aussehen?)

Ein guter Freund/eine gute Freundin erzählt dir, dass er/sie glaubt, schwul/lesbisch zu sein. Wie reagierst du?

1. **Gelassen, ist ja nichts dabei.**
   (Und freust du dich für ihn/sie oder wie geht es dir damit?)
2. **Verwundert, das habe ich nicht bemerkt.**
   (Woran hättest du das merken können?)
3. **Entsetzt, das hätte ich nie erwartet.**
   (Wieso hättest du das nicht erwartet? Was wäre denn so schlimm daran?)

Du bist fremdgegangen. Würdest du mit deinem Partner/deiner Partnerin darüber sprechen?

1. **Auf jeden Fall, sonst fühle ich mich schlecht.**
   (Respekt! Und was könnte dann passieren?)
2. **Entscheide ich in der Situation.**
   (Und wovon hängt das ab?)
3. **Auf keinen Fall, ich behalte es für mich.**
   (Wieso? Was würdest du befürchten, wenn du es erzählst? Was ist mit einem Ansteckungsrisiko?)

1, 2 oder 3 – Fragen

Stell dir vor, ein Jugendlicher ist HIV-infiziert und möchte in euren Verein/eure Gruppe!

1. **Dann sollte er/sie offen von der Ansteckung erzählen.**
   (Was würde eurer Meinung nach dann passieren?)
2. **Er/sie sollte lieber nichts sagen, da die Eltern sie/ihn bestimmt rausekeln würden.**
   (Muss er/sie das also ganz für sich behalten?)
3. **Er sollte das am besten nur der Gruppenleitung erzählen.**
   (Und wie würde der Gruppenleiter/die Gruppenleiterin dann damit umgehen?)

Stell dir vor, dein Arzt diagnostiziert bei dir eine sexuell übertragbare Infektion (STI). Würdest du mit deiner Partnerin/ deinem Partner darüber sprechen?

1. **Ja, so schnell wie möglich.**
   (Richtig! Es ist wichtig, dass die Partnerin/ der Partner so schnell wie möglich von der Infektion erfährt, selbst einen Arzt aufsucht und eine eigene Infektion abklären lässt und ggf. eine Behandlung erhält.)
2. **Nein, das ist meine Sache und geht sie/ ihn nichts an.**
   (Doch! Sexuell übertragbare Infektionen (STI) gehen beide Partner etwas an, denn es geht um die Gesundheit beider. Sprich mit deiner Partnerin/ deinem Partner, auch wenn es dir schwer fällt.)
3. **Nein, wir sind doch gerade erst zusammengekommen und wollen mit dem Sex noch warten, also kann ich mich auch ohne ihr/sein Wissen behandeln lassen.**
   (Leider werden einige STI schon beim Vorspiel übertragen. Darum ist es wichtig, dass auch der Partner oder die Partnerin Bescheid weiß und sich untersuchen lässt, auch wenn ihr noch keinen Geschlechtsverkehr hattet.)

Was sind die typischen Symptome einer sexuell übertragbaren Infektion (STI)?

1. **Brennen und Jucken im Genitalbereich, Ausfluss und Brennen beim Pinkeln.**
   (Stimmt. Das sind typische Anzeichen für viele STI)
2. **Müdigkeit, Appetitlosigkeit, Übelkeit, Bauchschmerzen, Fieber.**
   (Stimmt Dies sind typische Symptome für eine akute Hepatitis-Infektion)
3. **Kleine Bläschen, Geschwüre und Warzen im Genitalbereich.**
   (Stimmt. Geschwüre sind typische Symptome für Syphilis. Bläschen sind typische Symptome für Herpes. Warzen sind typische Symptome für Feigwarzen)

Wie kann man das Risiko einer Übertragung vor sexuell übertragbaren Infektionen (STI) verringern?

1. **Gar nicht, gegen Viren und Bakterien hat man keine Chance.**
   (Stimmt nicht. Es gibt einige Möglichkeiten, sich vor einer Infektion zu schützen.)
2. **Durch Benutzung von Kondomen.**
   (Stimmt. Der wichtigste Schutz vor einer Ansteckung beim Sex sind Kondome. Wenn Ihr folgende Regeln beachtet, könnt ihr das Ansteckungsrisiko reduzieren:
   - *beim Vaginal-, Anal- und Oralverkehr Kondome benutzen,*
   - *den Kontakt mit sichtbar veränderten Haustellen wie Bläschen und Warzen vermeiden,*
   - *keine Körperflüssigkeiten wie Sperma, Scheidensekret, Blut, Eiter und andere Ausscheidungen aufnehmen)*
3. **Durch eine Impfung.**
   (Gegen Hepatitis A und B und gegen HPV kann man sich impfen lassen. Gegen die anderen STI gibt es keine Impfung).