

Der Verhütungsmittelkoffer

Das Anschauungsmaterial für die sexualpädagogische Arbeit in Schulen,
Jugendeinrichtungen und in der Erwachsenenbildung

Der Verhütungsmittelkoffer entstand bereits in den 1970er Jahren aus der praktischen Arbeit der sexualpädagogischen MitarbeiterInnen von PRO FAMILIA. Aus Gründen der Aktualität haben sich die Aufmachung des Koffers, die Zusammenstellung und der Inhalt in den letzten 50 Jahren laufend verändert.

Der Koffer enthält heute fast alle wichtigen Verhütungsmittel und anderes Anschauungsmaterial zur Sexualerziehung. Aus der Praxis wissen wir, dass es für Jugendliche, aber auch für Erwachsene, wichtig ist, die Gegenstände zusätzlich zur Erklärung von Verhütungsmitteln **ansehen** und **anfassen** zu können. Da die Menstruation und die Schwangerschaft thematisch mit der Aufklärung und der Fruchtbarkeit zusammenhängen, enthält der Koffer auch dazu Anschauungsmaterial.

INHALT

- ◆ Zum Thema Verhütung und den verschiedenen Methoden:
 - Ein Klassensatz Kondome und Sachets Gleitmittel
 - Holzpenis, PVC Penis und Kondomposter zum Erklären der Kondome
 - Female Kondoms mit Infoblatt (das Kondom für die Frau aus Polyurethan)
 - Eine Spirale (IUD)
 - Ein Poster der „Pillenpackungen“ (1961 bis 2011)
 - ein Caya Diaphragma, ein Caya Gel (mit Applikator)
 - Tabellen und Informationsmaterial zur Temperaturmethode (Sympto-Thermal Methode)
 - Muster „Oral Safe“ Latexschutztücher
 - Hormonellen Ring (Nuva® Ring) Muster zur Demonstration
 - Ein Kondomposter
- ◆ Zum Thema „Selbstuntersuchung“ oder Frauenarztbesuch
 - Ein Spekulum aus Kunststoff
 - Ein Schwangerschaftstest
- ◆ Zum Thema Menstruation:
 - einige Tampons, Binden, Slip – Einlagen
 - Menstruationsschwämme
 - Tulipa Menstruationskappe (Muster)
- ◆ Informationsmaterial:
 - Hinweise zur Anwendung des Koffers („Kessel Mappe“)
 - PRO FAMILIA Broschüren
 - Verschiedene Broschüren über Verhütung und Sexualität, z. B. von der BzGA, Aids Hilfe, usw.
 - Literaturhinweise
 - Bestelladressen für Infomaterial und Verhütungsmittel

Der Koffer selbst ist aus langlebigem Material und kann über Jahre immer wieder benutzt und bei Bedarf erneut befüllt werden.

*(Hormonelle Kontrazeptiva, wie z.B. die Pille, Hormonpflaster, Hormonimplantat, hormonelle Spiralen oder der hormonale Ring sind Arzneimittel und dürfen nur gegen Rezept und nicht an Jugendliche zu Anschauungszwecken abgegeben werden.)

Hinweise zur Anwendung des Koffers:

Jugendzeitschriften und Online Medien klären heute mehr denn je Heranwachsende auch über Fragen der Verhütung auf. Die Aufklärung auf der 'Straße' spielt eine ebenso große Rolle. Mit 'auf der Straße' ist eher negativ der Austausch zwischen Jugendlichen gemeint. Wir halten diesen Erfahrungsaustausch für positiv und wichtig.

Zwischen der Theorie und der praktischen Lebenserfahrung liegt jedoch auch der Schritt, etwas zu begreifen. Je genauer ein Mensch verstanden hat, wie sein Körper 'funktioniert' und auf welchem Weg er Einfluss auf die Fruchtbarkeit nehmen kann, desto sicherer wird sie oder er eine ungewollte Schwangerschaft vermeiden können. Daher empfehlen wir, neben der verbalen Erklärung und dem Verteilen von Broschüren, die Verhütungsmittel anschaulich zu erklären. Dies wird besonders deutlich am Beispiel der Spirale (IUP). Obwohl über 2 Millionen Frauen damit verhüten, haben viele der Anwenderinnen noch nie eine Spirale gesehen oder gar in der Hand gehabt. Arzt oder Ärztin haben sie eingelegt und später wieder entfernt. Die exakte Wirkungsweise der Spirale blieb den Frauen dabei oftmals mehr oder weniger unklar. Aber auch bei Kondomen, welche die meisten Menschen kennen, gibt es wichtige Anwendungshinweise, die Fehler vermeiden können.

Grundsätzlich gilt es, die Wirkungsweise aller Verhütungsmittel und Methoden so anschaulich und verständlich wie möglich zu erklären. Familienplanung und Verhütung erfordert in die natürliche Fruchtbarkeit der Menschen einzugreifen. Wie Fruchtbarkeit 'funktioniert' wissen viele Jugendliche, aber auch Erwachsene, häufig nicht exakt zu benennen. Die Grauzone des Halbwissens ist groß, trotz der breiten Abhandlung sexueller Themen in den Medien. Daher ist es wichtig, zunächst die Fruchtbarkeit, d.h. den weiblichen Zyklus und den männlichen Anteil dabei, zu erklären.

Darauf aufbauend können dann alle sogenannten natürlichen Methoden (Schleimstruktur- und Basaltemperaturmethode) erklärt werden.

Alle anderen chemischen und mechanischen (Barriere-) Methoden bauen auf diesem Wissen auf.

Auch das Verständnis für die 'Pille' baut auf diesem Wissen über den Zyklus auf.

Je besser ein Mensch diese Kenntnisse über seinen Körper und seine Fruchtbarkeit verstanden hat, desto sicherer wird er dieses Wissen für sich und sein Leben anwenden können.

Familienplanung gibt die Möglichkeit zu entscheiden, wie viele Kinder, mit wem und zu welchem Zeitpunkt, eine Frau und ein Mann bekommen wollen. Familienplanung hat auch großen Einfluss auf die gesamte Lebensgestaltung, die Armut und den Wohlstand eines Lebens. Aus diesem Grund sollte Familienplanung und Verhütung einen festen Platz in der Aufklärung haben.

Wir wissen heute, dass es auf absehbare Zeit keine revolutionären Erfindungen auf dem Verhütungssektor geben wird. Die Mittel und Anzahl der Forschungen in diesem Bereich sind gering. Auch zukünftige Generationen werden sich vermutlich noch mit der Frage: 'Welche Verhütungsmethode passt zu mir?' beschäftigen müssen.

Auch von daher sind die im Koffer enthaltenen Mittel weiterhin von Bedeutung.

Jugendliche, die heute am Beginn ihres fertilen Lebens stehen, werden daher diese Kenntnisse mindestens 30 Jahre in der „fruchtbaren Phase“ ihres Lebens nutzen können. Aktuelle Veränderungen, z. B. das CAYA Diaphragma, integrieren wir laufend in den Koffer.

Was Sie noch wissen sollten, bevor Sie mit dem Thema beginnen:

Es gibt kein optimales Verhütungsmittel. Der oft geäußerte Wunsch nach 100%iger Sicherheit ist nicht erfüllbar.

Die Wahl und die Anwendung von Verhütungsmitteln und Methoden hängen stark von folgenden Faktoren ab:

- vom Wissen und Umsetzen dieses Wissens
- der Lebenssituation
- Art der Beziehung
- Häufigkeit und Möglichkeiten (bei Jugendlichen) des Geschlechtsverkehrs
- Akzeptanz einer Methode (von beiden Beteiligten)
- Verträglichkeit einer Methode (z.B. bei Allergien)
- Kenntnisse über Reaktionen des Körpers
- finanzielle Bedingungen (Verhütung kostet meistens Geld)
- sexuelle Erfahrungen und vieles mehr.

Die Anwendung eines Verhütungsmittels oder einer Methode bedeutet immer eine Anstrengung, wird u. U. als unbequem oder gar als Störung des Empfindens erfahren. Es muss hervorgehoben werden, dass die Empfängnisregelung - will frau/man keine Kinder haben - eine absolute Notwendigkeit ist, die es emotional zu akzeptieren gilt

Eine unsichere Verhütung und die Angst schwanger zu werden, beeinträchtigt nach wie vor bei vielen Frauen und Paaren die sexuelle Erlebnisfähigkeit. Eine sichere Kenntnis aller gegebenen Möglichkeiten kann daher für viele Menschen auch eine erfüllte Sexualität bedeuten. Aus der Beratung unerwünscht schwangerer Frauen wissen wir, welcher wichtigen Anteil Fruchtbarkeit in der Gestaltung von Partnerschaft hat. Unerwünschte Schwangerschaften können durch besseres Wissen um die Fruchtbarkeit reduziert werden. Noch so sichere Verhütungsweisen werden jedoch nicht verhindern, daß Menschen Fehler machen oder keine Verhütung anwenden. Ein nicht geringer Teil der fertilen Bevölkerung nutzt keine Verhütungsmöglichkeiten, obwohl sie vorhanden sind.

Positiv ist anzumerken, daß die Zahl der unerwünschten Schwangerschaften und der Schwangerschaftsabbrüche bei Frauen unter 20 Jahren in Deutschland in den letzten Jahrzehnten ständig abgenommen hat. Im Vergleich mit den USA oder Schweden verhüten Jugendliche in der Bundesrepublik wesentlich besser. Wir können daher schon heute die erfolgreichen Auswirkungen der Aufklärungsarbeit der letzten drei Jahrzehnte erkennen und nachweisen.

Die Verhütungsmittel, der Schwangerschaftstest sowie die Tampons und Binden, die der Koffer enthält, sind zum Auspacken, Betrachten und Anfassen gedacht.

Die Sicherheit im Umgang mit den Mitteln ist ein wichtiges Ziel, das die Arbeit mit dem Koffer haben soll.

Deshalb werden mit der Zeit einige Verhütungsmittel ramponiert oder auch entwendet werden. In diesem Falle können Sie diese Verhütungsmittel gerne bei uns nachbestellen.

Eine der ca. 165 PRO FAMILIA Beratungsstellen in Ihrer Nähe hilft Ihnen gerne bei der Vorbereitung des Themas. Bei einigen Beratungsstellen sind auch sexualpädagogische MitarbeiterInnen tätig, die in Schulen oder Jugendeinrichtungen Ihre Aufklärungstätigkeit unterstützen.

Literaturhinweise:

Kostenlose Broschüren zur Empfängnisregelung, Broschüren für Jugendliche, und Eltern auch in verschiedenen Sprachen, bei:

Bundeszentrale für Gesundheitliche Aufklärung, Köln
www.bzga.de

PRO FAMILIA Bundesverband e. V.
Stresemannallee 3
60596 Frankfurt
Tel.: 069-26957790

www.profamilia.de
Broschüren finden Sie unter www.profamilia.de/publikationen
Beratung für Jugendliche unter: www.profamilia.sextra.de

Der komplette Inhalt des Koffers, das Nachfüllset, oder auch bestimmte einzelne Bestandteile können ebenfalls nachbestellt werden bei:

KESSEL medintim GmbH
Nordendstr. 82
64546 Mörfelden-Walldorf
Tel.: 06105-203720
Fax.: 06105- 2037 221
www.medintim.de

e-mail: service@medintim.de