



Einleitung

Pornografie ist in unserer Gesellschaft ein Tabuthema – das heisst, es wird nur selten offen darüber gesprochen. Gleichzeitig ist sie Teil des Alltags vieler Menschen. Auch Jugendliche kommen häufig damit in Kontakt – manchmal bewusst, oft aber auch zufällig. Die James-Studie 2024 zeigt zum Beispiel, dass rund die Hälfte der befragten Jugendlichen bereits einmal pornografisches Material auf dem Handy angeschaut hat.

Diese Unterrichtseinheit soll dazu anregen, über Pornografie ins Gespräch zu kommen und sich kritisch damit auseinanderzusetzen. Dabei geht es auch darum, über eigene Werte, Vorstellungen und persönliche Grenzen nachzudenken. Im Mittelpunkt stehen Fragen wie:

- Reizt oder interessiert dich Pornografie? Warum ja/nein?
- Welche Risiken gibt es, und wie kann man damit umgehen?
- Und was finde ich persönlich? Ist Pornos schauen ganz normal?

Bei den nachfolgenden Aufgaben musst du nichts von dir preisgeben. Wenn du keine Erfahrung mit dem Thema hast, ist das völlig in Ordnung.

Ziele

- Du kannst erklären, was Pornografie bedeutet und was diesbezüglich erlaubt/nicht erlaubt ist.
- Du kannst die positiven und negativen Aspekte von Pornografie aufzeigen.
- Du denkst kritisch darüber nach, inwiefern sich Pornografie und reale Sexualität unterscheiden.
- Du entwickelst deine eigene Haltung zu Pornografie weiter und überlegst, wo deine Grenzen sind.
- Du weisst, wo du bei Fragen oder Problemen betreffend Pornografie Informationen findest oder Unterstützung holen kannst.

Die Aufgaben im Überblick



 **Wichtig:** Wenn du schwierige Erfahrungen mit diesem Thema gemacht hast und deswegen unangenehme Gefühle wie Scham, Trauer, Angst oder Wut empfindest, zögere nicht, dir Unterstützung und Begleitung zu holen. Wende dich an eine dir vertraute Bezugsperson aus deinem Umfeld oder an eine der hilfreichen Adressen, die im folgenden Dokument findest: [PDF Unterstützungsangebote](#)



Aufgabe 1: **Pornos schauen – ganz normal?**



Ihr startet gemeinsam mit der Lehrperson in diese Einheit.
Sie moderiert die Diskussion.

Jede:r von euch erhält eine Spielfigur. Die Lehrperson stellt euch eine Frage. Ihr antwortet, indem ihr eure Figur auf eine der vier Sprechblasen stellt (siehe Folgeseite). Anschliessend diskutiert ihr eure Wahl:

- Warum habt ihr eure Spielfigur so gesetzt?
Was sind eure Gedanken dazu?
- Könnt ihr die Argumente der anderen nachvollziehen?
Habt ihr Fragen dazu?



JA

ICH
WEISS
NICHT

?

DAZU
KANN ICH
KEINE AUSSAGE
MACHEN

NEIN



Aufgabe 2: **Was Menschen über Pornos denken**

Teil 1: Schaut euch den ersten Teil (00:00 bis 05:07) aus der Strassenumfrage an:

 **«Let's talk about Porno»** | [klicksafe.de](https://www.klicksafe.de)

Notiert dabei, welche Aussagen die Interviewten über Pornos machen. Benutzt dazu die Zettel mit den farbigen Rahmen, auf denen ihr die Aussagen gleich einordnen könnt.

grün = eher positive Aussagen, rot = negative/kritische Aussagen und türkis = Tipps und weitere Aussagen. (Kopiervorlagen siehe Folgeseiten)

Wichtig: Bewahrt die Zettel auf – ihr werdet sie später wieder brauchen.

Teil 2:  **Besprecht eure Zuordnungen der Aussagen mit der Lehrperson. Diskutiert anschliessend folgende Fragen dazu:**

- Was geht euch durch den Kopf?
- Welche Themen oder Fragen betreffend Pornografie beschäftigen euch?
- Findet ihr es wichtig, über Pornografie zu sprechen? Warum ja/nein?



eher positive Aussage _____

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

eher positive Aussage _____

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

eher positive Aussage _____

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

eher positive Aussage _____

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



negative/kritische Aussage _____

negative/kritische Aussage _____

negative/kritische Aussage _____

negative/kritische Aussage _____



Tipps und weitere Aussagen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Tipps und weitere Aussagen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Tipps und weitere Aussagen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Tipps und weitere Aussagen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Aufgabe 3: **Was ist erlaubt und was verboten?**

Pornos sind ein Thema, das viele Jugendliche beschäftigt – sei es aus Neugier, aufgrund von Erfahrungen im Internet oder durch Gespräche mit anderen. Doch was ist erlaubt oder verboten?

Teil 1: Notiert auf der nächsten Seite eure Antworten auf folgende Fragen:

Was sagt das Gesetz in der Schweiz?

1. Darfst du Pornos schauen?
2. Darfst du pornografische Fotos oder Videos an andere weiterschicken?
3. Welche Formen von Pornografie sind für alle Menschen verboten?

Teil 2: Kontrolliert nun mit Hilfe von Fachinformationen eure Antworten:

 **Darf ich Pornos schauen?** | SRF school > Aufgeklärt | 2:48

 **Pornos und das Gesetz** | lilli.ch

 **Liebe, Körper, Sex** | feel-ok.ch

Abschnitt «Pornografie ist ...» und Abschnitt «Gesetz über den Konsum von Pornografie»



Wenn ihr euch nicht sicher seid, ob ihr die Fragen korrekt beantwortet habt, fragt eure Lehrperson nach den Lösungen.



Aufgabe 4: **Warum schauen Menschen Pornos?**

Was steckt eigentlich dahinter, wenn Menschen Pornos schauen?
Neugierde, Gruppendruck oder einfach nur Spass und Unterhaltung?

Teil 1: Um dieser Frage nachzugehen, nehmt ihr die grünen Karten von Aufgabe 2 zur Hand und besprecht folgende Fragen:

- Was sagen Menschen, warum sie Pornos schauen?
- Könnt ihr weitere Gründe nennen?
- Gibt es Gründe, die vor allem bei Jugendlichen eine Rolle spielen?

Teil 2: Lest nun den kurzen Fachtext auf der nächsten Seite und besprecht anschliessend, ob es Aspekte gibt, die für euch neu sind.



Aufgabe 4, Fachtext: **Was sagt die Wissenschaft zur Pornonutzung von Jugendlichen?**

Zur Frage, wie oft Jugendliche Pornografie konsumieren, liefern Studien unterschiedliche Ergebnisse. Das liegt unter anderem daran, wie die Fragen genau gestellt wurden und wie viele Jugendliche an den Studien teilgenommen haben.

Eindeutig ist jedoch, dass es auffällige Unterschiede zwischen den Geschlechtern gibt. So geben Jungen deutlich häufiger als Mädchen an, Pornos zu schauen. Laut der James-Studie von 2024 haben 52 % der befragten Jungen und 16 % der befragten Mädchen schon Pornovideos oder -bilder gesehen.

Pornos zu schauen kann laut Forschung positive Effekte haben. So zeigen Studien, dass sie dabei helfen können, sexuelle Erregung zu empfinden, den eigenen Körper besser kennenzulernen und mehr über Sexualität zu erfahren. Auch Rollenbilder und Vorstellungen von Sexualität können erweitert werden.

Ob das tatsächlich geschieht, hängt jedoch von vielen Faktoren ab, beispielsweise von der Art der konsumierten Pornos.

Wichtig ist auch, dass Jugendliche Pornografie sehr unterschiedlich erleben. Was für die einen spannend oder anregend ist, kann andere eher abschrecken oder abstossen. Und: Nicht alle Jugendlichen schauen Pornos – und das ist genauso okay wie der Konsum von Pornos. Beides ist «normal» und in Ordnung.

Die wissenschaftlichen Untersuchungen weisen jedoch auch auf Risiken hin. Damit setzt ihr euch in weiteren Aufgaben vertiefter auseinander.

Quellen:  Brückmann, T. & Theunert, M. (2024). Jugend und Pornografie. Eine Wissensübersicht.

 Külling-Knecht, C. et al. (2024). JAMES – Jugend, Aktivitäten, Medien – Erhebung Schweiz. Zürich: Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften.



Aufgabe 5: **Warum schicken sich Jugendliche Pornos weiter?**

Teil 1: Vielleicht habt ihr auch schon ungefragt pornografische Filme oder Bilder zugeschickt oder gezeigt bekommen. Es kann sein, dass euch das unangenehm war. Möglich ist aber auch, dass ihr das lustig oder spannend findet. Oder ihr hattet positive und negative Gefühle gleichzeitig.

Hört euch dazu die Stimmen von Jugendlichen an und besprecht dann:

Was würdet ihr auf die Frage «Warum versenden Jugendliche Pornos?» antworten?

 **Pornos auf Kinderhandys** | srf.ch (2:55 bis 3:49)



Aufgabe 5: Fortsetzung | **Warum schicken sich Jugendliche Pornos weiter?**

Teil 2: **Stellt euch die folgende Situation vor und diskutiert die Fragen dazu:**

Farima und Paul sind beide in einem Chat ihres Vereins Streetskate. Als sie zusammen im Schwimmbad sind, entdeckt Farima ein Dickpic im Chat. Finn hat es gepostet. Es dauert nicht lange und zwei weitere Kolleg:innen, Eda und Janosch, posten ein weiteres Nacktbild und einen kurzen Film, in dem man zwei Personen beim Sex sieht. Verschiedene Chatmitglieder kommentieren mit Lachsmilys und «Daumen hoch».

1. Was könnten Farima und Paul denken und fühlen?
2. Wie könnten sie mit der Situation umgehen?
3. Was würdet ihr machen?
4. Was, aus eurer Sicht, müssten die Eltern von Farima und Paul ihren Kindern sagen?

Notiert eure Antworten auf der nächsten Seite.



1. Was könnten Farima und Paul denken und fühlen?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Wie könnten sie mit der Situation umgehen?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

3. Was würdet ihr machen?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

4. Was, aus eurer Sicht, müssten die Eltern von Farima und Paul ihren Kindern sagen?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Aufgabe 6: **Mögliche Risiken von Pornos unter der Lupe**

Ihr habt bereits über die möglichen negativen Folgen von Pornografie diskutiert und auch erfahren, welche kritischen Gedanken Menschen dazu äussern. Nun werdet ihr der Frage nach den Risiken von Pornos noch vertieft nachgehen.

Teil 1: Nehmt dafür die roten Karten von Aufgabe 2 hervor und unterstreicht/markiert die Aussagen, die aus eurer Sicht die grössten Risiken für Jugendliche darstellen, wenn sie Pornos schauen. Diskutiert anschliessend, ob ihr weitere Risiken für Jugendliche seht, und notiert sie auf neuen Karten. (siehe [Kopiervorlage auf der Folgeseite](#) ▼)

Teil 2: Lest anschliessend den Fachtext auf der nächsten Seite und beantwortet folgende Fragen:

- Stimmen eure Risiken mit den Risiken aus dem Fachtext überein?
- Gibt es Aussagen, die gemäss dem Fachtext nicht richtig sind?
- Gibt es Aussagen, die nicht mit dem Fachtext überprüft werden konnten?



weitere Risiken _____

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

weitere Risiken _____

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

weitere Risiken _____

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

weitere Risiken _____

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Aufgabe 6, Fachtext | **Welche Risiken sind mit dem Konsum von Pornografie verbunden?**

Es gibt einige Studien zum Pornokonsum von Jugendlichen und den damit verbundenen Risiken. Die Ergebnisse sind jedoch nicht immer eindeutig und einheitlich. Das hängt einerseits mit der Art der Befragung und andererseits damit zusammen, dass es teilweise schwierig ist, eindeutige Zusammenhänge zwischen Pornokonsum und dem Denken oder Verhalten junger Menschen zu belegen. Im Folgenden sind die wichtigsten Erkenntnisse zusammengefasst.

Rechtliches Risiko

Bei der Weitergabe pornografischer Inhalte (z. B. Videos oder Nacktbilder) kann man sich strafbar machen – vor allem, wenn man unter 16 Jahre alt ist. Das gilt auch, wenn man solche Inhalte in einer Gruppe oder einem Chat weiterleitet. Die rechtlichen Folgen können sehr ernst sein und reichen von einem Gespräch mit der Polizei bis hin zu einer Anzeige.

Auswirkungen auf das Bild von Männern und Frauen

In vielen Pornos werden Frauen und Männer in festen Rollen gezeigt: Männer werden aktiv und bestimmend dargestellt, während Frauen oft wie Sexobjekte behandelt werden. Studien zeigen: Wer häufig Pornos konsumiert, kann ein weniger gleichberechtigtes Bild von Männern und Frauen entwickeln. Einige Forscher:innen fanden zudem heraus, dass sich das gegenseitig verstärken kann. Wer bereits eine eher sexistische Einstellung hat, schaut eher solche Pornos. Das regelmässige Schauen solcher Inhalte kann diese Einstellung dann noch verstärken. Es gibt jedoch auch Studien, die diesen Zusammenhang nicht eindeutig bestätigen können.

Einfluss auf das Sexualverhalten

Oft wird vermutet, dass Pornografie zu lockereren Einstellungen gegenüber Sexualität führen kann, beispielsweise zu mehr Gelegenheitssex oder riskanterem Verhalten. Einige Studien sehen diesen Zusammenhang bei Jungen. Andere Untersuchungen zeigen jedoch, dass die Mehrheit der Jugendlichen beim ersten Sex in einer Beziehung ist und dabei auch verhütet.

Fortsetzung Fachtext ▼



Verunsicherung und Leistungsdruck

Mehrere Studien berichten, dass sich Jugendliche – vor allem Jungen – durch Pornos unter Druck gesetzt fühlen. Sie denken, sie müssten beim Sex besonders «gut» oder erfahren sein. Das kann zu Unsicherheit führen, da Pornos oft unrealistische Erwartungen an den eigenen Körper und die Sexualität vermitteln.

Zusammenhang mit Gewalt

Einige Studien fanden Hinweise darauf, dass ein häufiger Konsum von (gewaltvollen) Pornos bei Jungen mit aggressivem Verhalten oder sexueller Belästigung zusammenhängt. Ausserdem berichteten Mädchen, die häufig Pornos konsumierten, etwas öfter von sexualisierter Gewalt und Grenzüberschreitungen. Es ist jedoch unklar, ob Pornos dieses Verhalten verursachen oder ob Jugendliche mit entsprechenden Tendenzen eher solche Inhalte schauen.

Suchtentwicklung

Die grosse Mehrheit der Jugendlichen konsumiert Pornografie in gesundem Mass. Einige entwickeln jedoch eine Pornosucht. Der Fachbegriff dafür ist «Pornografie-Nutzungsstörung». Wie alle Süchte kann sie zu grossen Problemen führen und das Wohlbefinden sowie die Lebensmöglichkeiten stark einschränken.

Zusammenfassung

Wie ihr in Aufgabe 4 bereits gesehen habt, kann Pornografie positive Auswirkungen auf Jugendliche haben. Gleichzeitig müssen die verschiedenen Risiken und negativen Auswirkungen ernst genommen werden. Insbesondere die rechtlichen Folgen sowie die negativen Auswirkungen auf sexuelle Sicherheit und Geschlechtervorstellungen sind zu beachten. Wichtig ist, darüber zu sprechen und kritisch darüber nachzudenken, was ich selbst möchte und was mir guttut bzw. nicht guttut. In diesem Punkt sind sich viele Forschende und Fachpersonen einig.

Quellen:  Brückmann, T. & Theunert, M. (2024). Jugend und Pornografie. Eine Wissensübersicht.

 Ewert, K. & Demann, J. (2023). Drang nach Pornografie. Das solltest du über «Pornosucht» wissen.



Aufgabe 7: **Ist Sex in Pornos real?**

Teil 1: Um etwas genauer über den Unterschied zwischen Pornos und realem Sex nachzudenken, schaut euch folgenden Videoausschnitt an:

 **Erste Liebe** | SRF school (19:00 bis 24:57)

Diskutiert zusammen:

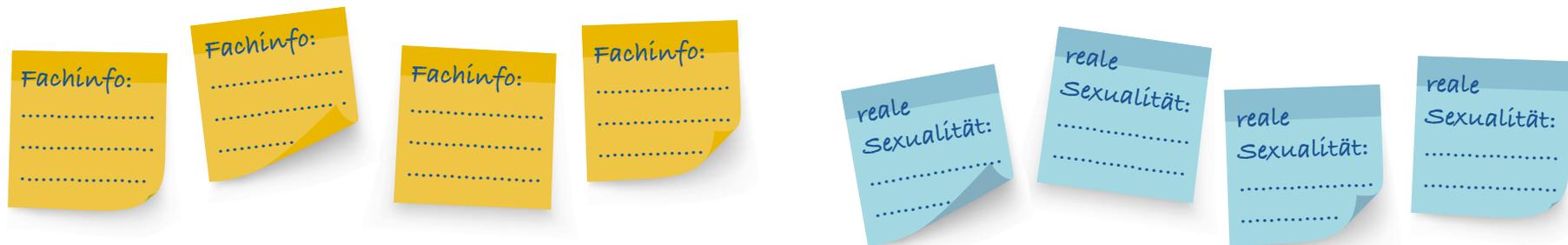
- Was sagen die Personen im Video über Pornos?
- Wie empfinden die Personen Pornos im Vergleich zur echten Sexualität?

Teil 2: Lest nun die Aussagen zu Pornos auf den Vorderseiten der Karten, die ihr von eurer Lehperson erhält. Diskutiert zuerst Aussage um Aussage in der Gruppe, ohne auf die Rückseiten zu schauen. In einer zweiten Phase vergleicht ihr eure Überlegungen mit den Fachinformationen auf der Rückseite der Karten.



Aufgabe 7: Fortsetzung | **Ist Sex in Pornos real?**

Teil 3: Notiert abschliessend auf gelben Zetteln, was gemäss den Fachinformationen eher für Pornos gilt und auf blauen Zetteln, was reale Sexualität ausmacht.



Teil 4:  **Diskutiert eure Erkenntnisse aus den Aufgaben 6 und 7 mit der Lehrperson. Besprecht gemeinsam mit ihr folgende Fragen:**

- Was könnte passieren, wenn man nur über Pornos lernt, wie Sex funktioniert?
- Was unterstützt Jugendliche dabei, dass Pornos keinen negativen Einfluss auf ihre Sexualität und ihre Rollenbilder (Vorstellungen von Mann und Frau) nehmen?



Aufgabe 8: **Und ich?**

Diese Aufgabe ist privat. Nimm dir einen Moment Zeit und denke über die Fragen nach. Falls du dich mit Mitschüler:innen darüber austauschen möchtest, ist das natürlich in Ordnung. Wichtig ist, dass du gut überlegst, was du erzählen möchtest und was nicht.

- Wie denkst du persönlich über Pornos?
- Wie fühlst du dich, wenn das Thema Pornografie aufkommt? Bist du zum Beispiel neugierig, verunsichert, genervt, peinlich berührt oder fühlst du etwas ganz anderes?
- Hast du das Gefühl, du solltest Pornos schauen, weil es andere tun, oder interessiert es dich von dir aus?
- Was stellst du dir unter einer gesunden Beziehung vor, und passt das zu dem, was du über Pornografie gehört, gesehen und gelernt hast?
- Weisst du, wo du bei offenen Fragen oder Problemen betreffend Pornografie Hilfe bekommst?

Weiterführende Informationen:

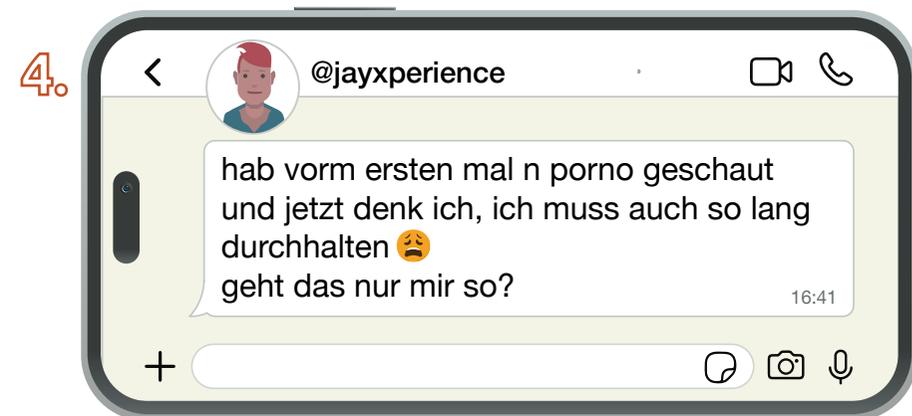
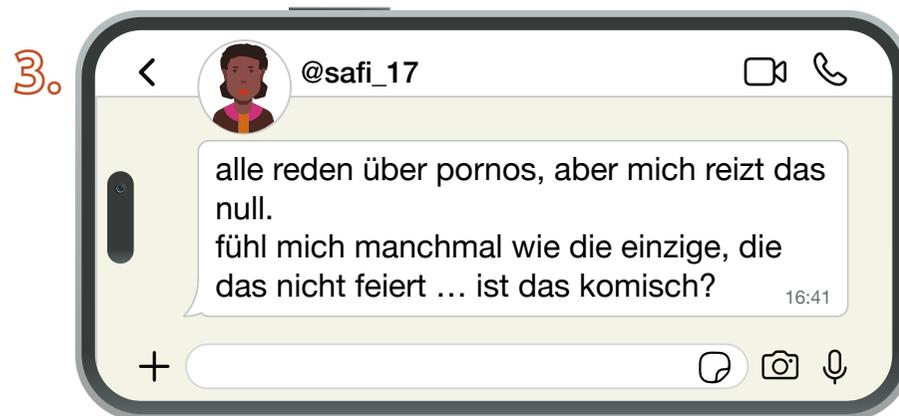
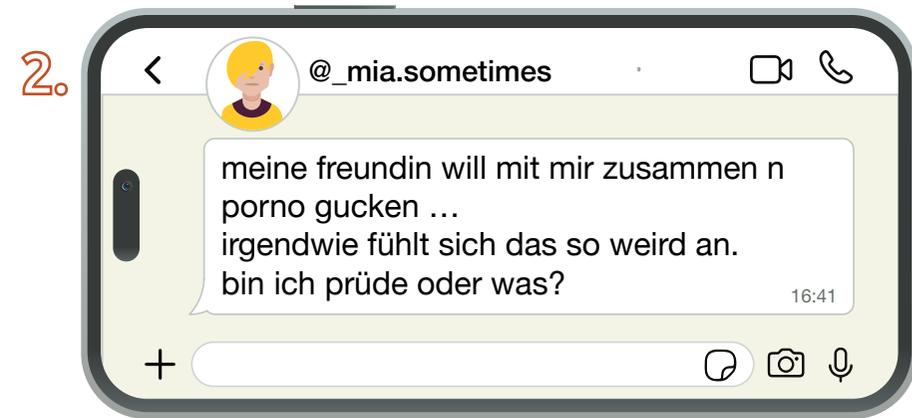
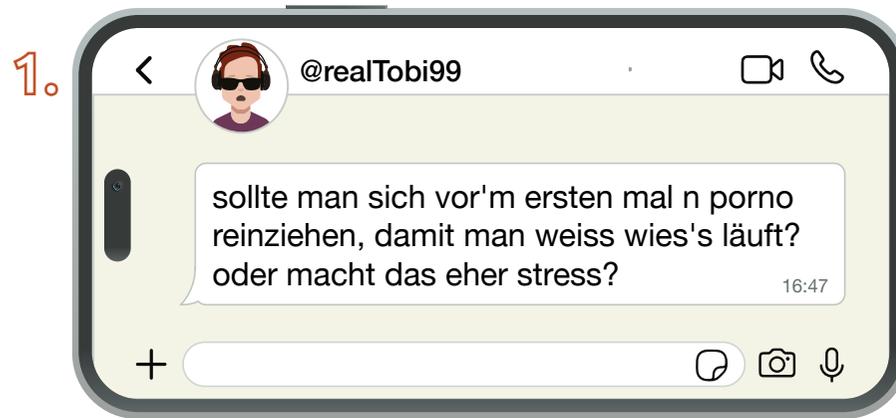
- Hier findest du ein paar Tipps für den Umgang mit Pornografie.**
- Du fragst dich, wann jemand zu viele Pornos schaut? Hier erfährst du mehr darüber.**
- Infos zu Sexualität, Verhütung, Beziehung, Gewalt, Körperfragen und persönlichen Problemen**

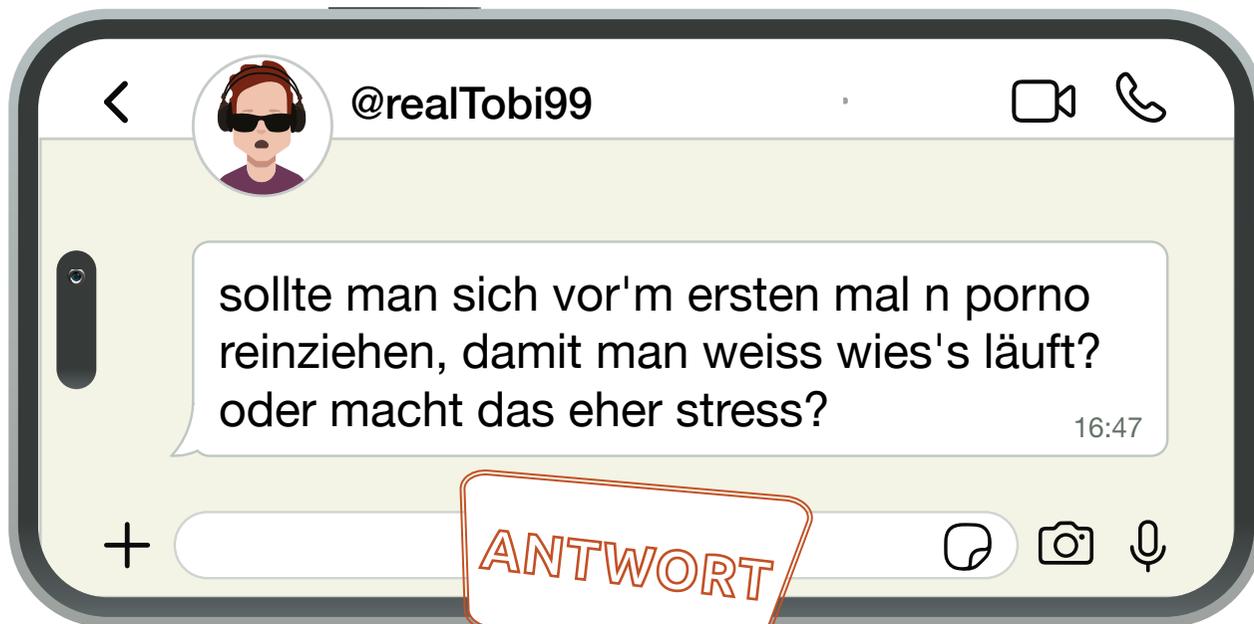


Aufgabe 9: Ratgeberrunde

Ihr seid ein Team von Ratgeber:innen, an das sich Jugendliche mit Fragen zu Liebe und Sexualität wenden können. Euch erreichen folgende Chatnachrichten – siehe unten: Was würdet ihr den Jugendlichen antworten oder raten?

Jede:r von euch wählt eine Frage aus und notiert die Antwort. (siehe Folgeseiten)
Anschliessend stellt ihr eure Antworten in der Gruppe vor und diskutiert sie.





1.

.....

.....

.....

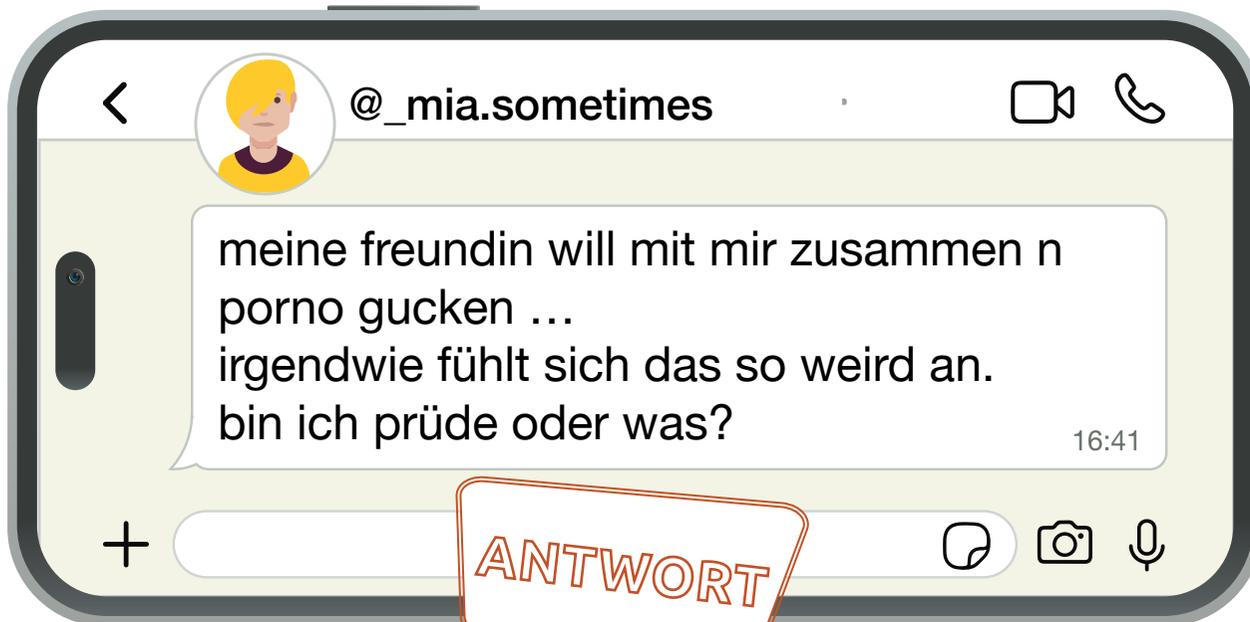
.....

.....

.....

.....

.....



2.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



3.

.....

.....

.....

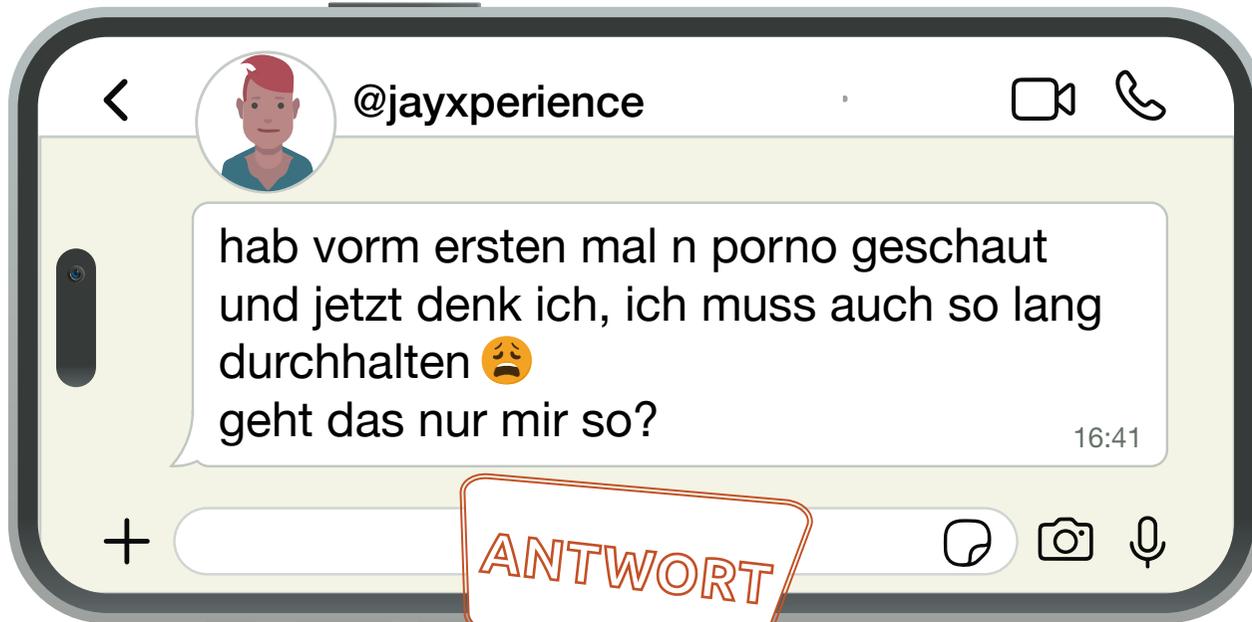
.....

.....

.....

.....

.....



4.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

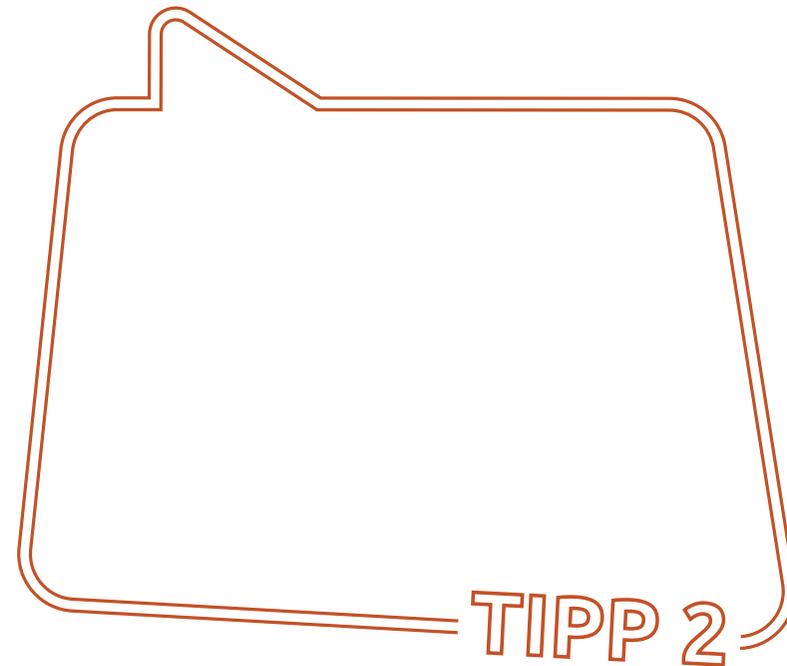
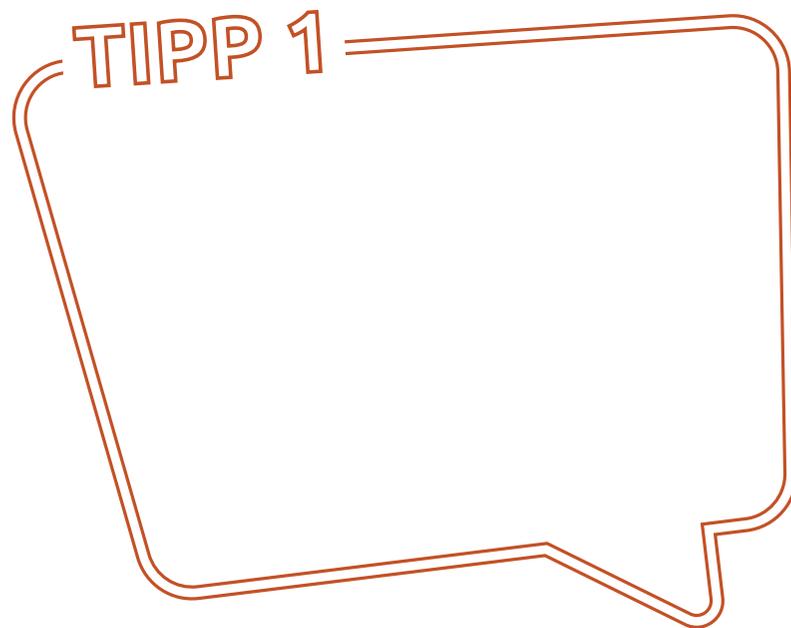


Aufgabe 10: **Tipps für den Umgang mit Pornografie**

Arbeitet in der Gruppe 5 bis 7 Tipps für den Umgang mit Pornografie für Jugendliche heraus. Gibt es Aspekte, die ihr besonders wichtig findet?



Stellt die Tipps eurer Lehrperson vor. Besprecht abschliessend gemeinsam die leitende Frage: «Ist Porno schauen ganz normal?»



weitere Tipps ▼



TIPP 3

TIPP 6

TIPP 4

TIPP 5

TIPP 7



Aufgabe 11: **Kurzpräsentation in der Klasse**

1. Was sind die wichtigsten Erkenntnisse aus eurer Auseinandersetzung mit dem Thema?
2. Was davon dürfen bzw. müssen alle Mitschüler:innen wissen?
Worüber sollten alle nachdenken und diskutieren?
3. Habt ihr offene Fragen, die ihr mit der Klasse besprechen möchtet?

Bereitet entlang dieser Fragen eine 5- bis 10-minütige Präsentation für die Klasse vor. Die Form der Präsentation ist euch überlassen. Hier sind einige Anregungen:

- Ihr gestaltet ein Plakat, das entlang der drei Fragen strukturiert ist.
- Ihr bereitet ein Expert:inneninterview vor, in dem die Expertin/der Experte (gespielt von einer/einem von euch) die Fragen beantwortet.
- Ihr erstellt eine digitale Präsentation, in der ihr die wichtigsten Erkenntnisse vorstellt.
- Ihr wählt eine interaktive Form, in der ihr die Fragen von den Mitschüler:innen beantworten lässt (z. B. auf drei Plakaten, die im Zimmer aufgehängt werden). Abschliessend ergänzt ihr die Überlegungen der Mitschüler:innen mit eurer Expertise.
- ...