

LITERATURLISTE PUBERTÄT

Abteilung Beratung – Vielfalt, Gesundheit und Prävention
Arbeitsbereich Sexualerziehung & Gender

Leitung

Beate Proll

Telefon: 040 – 42 88 42 – 740

beate.proll@li.hamburg.de

Assistent der Leitung

Stefan Tollmann

Telefon: 040 – 42 88 42 – 742

stefan.tollmann@li.hamburg.de

Ansprechpartnerin Sexualerziehung und Gender/Mädchenpädagogik

Eleonora Cucina

Telefon: 040 – 42 88 42 – 741

eleonora.cucina@li.hamburg.de

Ansprechpartner Gender/Jungenpädagogik

Marcus Thieme

Telefon: 040 – 42 88 42 – 743

marcus.thieme@li.hamburg.de

Dr. Ayhan Taşdemir

Telefon: 040 – 42 88 42 – 743

ayhan.tasdemir@li.hamburg.de

Ansprechpartner:in Sexuelle und geschlechtliche Vielfalt

Jerry Liara Mutlu

Telefon: 040 – 42 88 42 – 452

jerryliara.mutlu@li.hamburg.de

Funktionspostfach

sexualerziehung-gender@li.hamburg.de

Literaturliste Pubertät

Stand: Oktober 2023

Dies ist eine Auswahl der zum Thema erschienenen Bücher und Broschüren. Bitte entscheiden Sie im Hinblick auf Ihre Schülerschaft und den curricularen Vorgaben, welche der Materialien Sie benutzen wollen. [Link zu den Hamburger Bildungsplänen](#).

Falls Sie unsicher sind, können Sie sich bei uns beraten lassen.

Alle Bücher und Unterrichtsmaterialien können ausgeliehen werden. Der Bestand wird fortlaufend aktualisiert.

Auf unserer Internetseite finden Sie weitere Informationen und Verweise auf Materialien zu unterschiedlichen Themenfeldern der Sexualerziehung. Zudem finden Sie weitere Hinweise und Informationen zum Thema Sexualerziehung auch auf anderen [Literaturlisten](#).

Hinweis:

Falls Sie Fragen oder Anregungen zur Literaturliste haben, wenden Sie sich bitte an stefan.tollmann@li.hamburg.de.

INHALT

BÜCHER UND FACHZEITSCHRIFTEN für ELTERN und PÄDAGOG_INNEN	2
BÜCHER für KINDER und JUGENDLICHE	6
INTERNET/INFOMATERIALIEN	8

BÜCHER UND FACHZEITSCHRIFTEN für ELTERN und PÄDAGOG_INNEN

Pubertät für alle

Claudia Arp, David Arp: Pubertät in Sicht. So begleiten Sie Ihr Kind zwischen 9 und 13

Brunnen Verlag, 5. Auflage, 2020

Kinder werden heute schneller „groß“ als noch vor einer Generation. Die Pubertät kann sich schon bemerkbar machen, wenn die Kinder gerade einmal im zweiten Schuljahr sind. Das Alter zwischen 9 und 13 gilt als die „übersehenen Jahre“. Dieses Buch setzt auf den Beziehungsfaktor. Und verrät, wie Sie Ihrem Kind die nötige Geborgenheit und Sicherheit, aber auch die nötige Freiheit geben, damit es den Übergang ins Jugendalter selbstbewusst meistert.

Anne Berngruber/Nora Gaupp (Hrsg.): Erwachsenwerden heute

W. Kohlhammer Verlag, 1. Auflage 2021

Was macht das Erwachsenwerden Jugendlicher und junger Erwachsener heutzutage eigentlich aus? Das Buch geht dieser Frage nach, indem es die Lebenslagen und vielfältigen Formen des Ausprobierens, der Identitätsentwicklung und des Selbstständigwerdens junger Menschen verständlich aufbereitet.

Dr. Judith Bildau: Mit meiner Tochter durch die Pubertät. Wie du sie unterstützt, wie du loslässt, wie ihr in Kontakt bleibt

Humboldt Verlag, 1. Auflage, 2021

Die Frauenärztin zeigt, wie ein gelassener Umgang mit typischen Stresssituationen gelingt. Die wertvollen Alltagstipps und medizinischen Informationen zeigen, wie Familien sicher durch die aufregende Zeit der Pubertät kommen.

Michael J. Bradley: Ausnahmezustand Pubertät

TRIAS, 1. Auflage, 2018

In der Pubertät sind junge Menschen extremem Stress ausgesetzt: Überbelastung in Schule und Freizeit, Schlafmangel und permanente Reizüberflutung durch Smartphone, Soziale Medien und Co. Laut dem Autor sind nur resiliente Jugendliche ausgeglichen und fühlen sich den Herausforderungen des Lebens gewachsen. Mit einfachen und wirkungsvollen Methoden können Eltern Ihrem Kind, das nötige Werkzeug vermitteln, das es braucht, um auch mit Schwierigkeiten und Rückschlägen umzugehen.

Don Dinkmeyer sen. et.al.: Step. Das Elternbuch. Leben mit Teenagern

Beltz Verlag, Weinheim, 7. Auflage, 2017

„STEP `Leben mit Teenagern´ hilft Eltern, den erzieherischen Herausforderungen auch und gerade während der Teenagerjahre gerecht zu werden und eine bessere Beziehung mit ihrem Teenager aufzubauen – sowohl bei normalen Alltagsschwierigkeiten als auch bei größeren Erziehungsproblemen.“ (Prof. K. Hurrelmann)

Melanie Hubermann: Leuchtturmeltern. Wie wir Kinder in der Pubertät Orientierung geben

dtv Verlagsgesellschaft, 1. Auflage, 2021

Die Familientherapeutin erklärt anhand von Fallbeispielen aus ihrer Praxis, wie das Konzept der New-Authority Eltern helfen kann, gut in Kontakt mit sich zu kommen, eine starke Präsenz auszustrahlen, Regeln und Strukturen einzuführen sowie Konflikte konstruktiv zu lösen. So werden sie zu Leuchttürmen, die in der Lage sind, ihre Kinder gut durch die Pubertät zu navigieren.

Inke Hummel: Miteinander durch die Pubertät . Gelassener begleiten, weniger streiten, in Kontakt bleiben

Humboldt Verlag, 1. Auflage 2020

Eltern und Kind können ein Team bleiben selbst in diesen stürmischen Zeiten. Die erfahrene Pädagogin zeigt, wie ein entspanntes Familienleben mit Teenagern gelingt. Ihre alltagstauglichen Tipps und Lösungen sind hilfreich, stärken die Verbindung zwischen Eltern und Kind und funktionieren auch im turbulenten Familienalltag.

Klaus Hurrelmann, Gudrun Quenzel: Lebensphase Jugend. Eine Einführung in die sozialwissenschaftliche Jugendforschung (Grundlagentexte Soziologie)

Beltz Juventa, Weinheim, 14. Auflage, 2022.

Dieses Buch ist eine Einführung in die sozialwissenschaftliche Jugendforschung. Es nimmt eine Analyse der Phase »Jugend« im menschlichen Lebenslauf vor. Für diese Analyse werden insbesondere soziologische und psychologische Theorien herangezogen. Außerdem spielen erziehungswissenschaftliche und gesundheitswissenschaftliche Aspekte eine große Rolle.

Jesper Juul: Es gibt keine unerreichbaren Jugendlichen! Wie wir mit unseren Jugendlichen in Beziehung bleiben. Unterstützung während der Pubertät.

Kösel Verlag, 1. Auflage, 2023

Jasper Juul empfiehlt im Umgang mit unseren Jugendlichen, die eigene Haltung zu überdenken. Er argumentiert leidenschaftlich dafür, kein Kind »schwierig« zu machen oder es gar aufzugeben. Selbst mit Heranwachsenden, die komplett aus der Norm ausscheren, ist immer noch ein echter Dialog möglich. Eltern, Schulen und alle, die mit ihnen zu tun haben, müssen ihre Verantwortung wahrnehmen, statt diese an die Kinder abzugeben. Schon vor der Pubertät ist eine Beziehung auf Augenhöhe gefragt: Wenn sich Erwachsene als gelassene Sparringspartner anbieten, können sie Kinder und Jugendliche wieder erreichen und vertrauensvoll und einfühlsam ins Leben begleiten.

Jesper Juul: Pubertät – wenn Erziehen nicht mehr geht: Gelassen durch stürmische Zeiten

Penguin Verlag, 3. Auflage, 2020

In der Pubertät braucht es neue Wege für ein Miteinander, denn Erziehung wie in Kindertagen nützt nichts mehr: dieses Buch basiert auf einem Intensivseminar, in dem

Eltern und Jugendliche gemeinsam mit dem Familientherapeuten Lösungen für ihre Probleme erprobten. Orientierung, die weiterhilft.

Angela Kling, Eckhard Spethmann. Pubertät. Der Ratgeber für Eltern. Mit 10 goldenen Regeln durch alle Phasen

Humboldt, 2. Auflage, 2016.

Dieser Ratgeber bietet Eltern einen roten Faden, der sie durch alle Phasen der Pubertät führt. Der Alltag mit einem pubertierenden Kind ist häufig nervenaufreibend. Zehn goldene Regeln und das Pubertäts-ABC helfen bei den täglichen Auseinandersetzungen und unterstützen bei dem, was Eltern sowieso richtig machen.

Lars Halse Knepe. Im Kopf eines Teenagers

DUDEN Verlag, 1. Auflage, 2021

Das Buch ist ein Leitfaden für Eltern, die wissen wollen, was in der Pubertät in Körper, Kopf und Herz der Kinder geschieht und wie Eltern sie besser verstehen und ihnen wirklich helfen können. Mit seinem einzigartigen Einblick in die Welt vieler verschiedener junger Menschen erzählt der Autor Eltern - sachkundig, klug und witzig - von unterschiedlichem Generationenwissen, harten Anforderungen sowie schwankenden Emotionen.

PÄDAGOGIK 12'18 – Pubertät

Das Heft PÄDAGOGIK 12'18 bietet in einem ausführlichen Themenschwerpunkt Pubertät praxisnahe Informationen und Materialien zur Gestaltung von Unterricht und Schule.

Elisabeth Raffauf: Die tun nichts, liegen da und wachsen. Was in der Pubertät hilft

Patmos Verlag, 5. Auflage, 2022

Die Autorin erzählt in ihrem Ratgeber wahre Pubertätsgeschichten, die mit einem Augenzwinkern dazu einladen, sich an die eigenen Chaosjahre zu erinnern. Das hilft enorm, die heutigen Jugendlichen in ihrem Zwiespalt zwischen Anlehnungsbedürfnis und Rebellion zu verstehen und die eigene Elternrolle neu zu erkunden.

Felicitas Römer: Mama, chill mal. Pubertät uns trotzdem gut drauf.

Patmos Verlag, 2. Auflage, 2017

Monster? Kaktus? Nein: Jugendliche in der Pubertät sind nicht nur ruppige Stinkstiefel. Auch wenn nicht immer alles »easy« ist: Panik vor der Pubertät ist nicht nötig. Felicitas Römer, selbst Mutter von inzwischen erwachsenen Kindern, zeigt: Wenn Eltern bereit sind, alte Denkweisen und eingefahrene Verhaltensmuster aufzugeben, ist die Pubertät für alle eine große Chance, sich selbst positiv zu verändern. Mit liebevollem Blick und vielen praktischen Tipps beschreibt Felicitas Römer, wie Eltern entspannt durch die Pubertät ihrer Kinder kommen. So können Eltern immer öfter, wenn der Nachwuchs auffordert: »Chill mal!«, locker antworten: »Aber gerne!«.

Jan-Uwe Rogge: Pubertät. Loslassen und Halt geben

rororo, 11. Auflage, 2010

Der Autor hat sein Standardwerk um neue Themen erweitert und hilft, den Umgang miteinander in einer schwierigen Zeit einfacher zu machen, damit der Nervenkrieg sich in Grenzen hält und das Familienleben nicht zum Abenteuer wird. Er zeigt, wie Eltern lernen, loszulassen und Halt zu geben, und Kinder lernen, loszulassen und auf eigenen Füßen zu stehen.

Anna Sliwka: Pädagogik der Jugendphase. Wie Jugendliche engagiert lernen. Hintergründe und Praxiswissen.

Beltz Verlag, 1. Auflage 2018

Weltweit zeigen Studien einen Einbruch der Lernmotivation im frühen Jugendalter. Dies führt bei vielen Jugendlichen zu verschlechterten Schulleistungen und zu Schulumüdigkeit. Der Grund für dieses »Motivationsloch«: Schule und Unterricht reagieren bislang zu wenig auf die starken kognitiven und sozial-emotionalen Veränderungen in der Jugendphase – und auf den großen Umbruch in der Lebenswelt der Jugendlichen, die Digitalisierung. Hier setzt das Buch an: Die Autorin arbeitet die aktuelle Forschung zum Lernen im Jugendalter anschaulich und praxisrelevant auf. Anhand von Studien und Schulbeispielen, auch aus erfolgreichen Ländern wie Kanada, Singapur und Finnland, zeigt sie, wie lehrerzentrierter, instruktiver Unterricht und neue Formen des forschenden und ko-konstruktiven Lernens Hand in Hand gehen können – damit Schule Jugendlichen und Lehrkräften wieder Freude macht.

Pubertät geschlechterspezifisch

Gisela Gille: Mädchen fragen – Mütter wissen. Das Infobuch für Mütter von Mädchen ab 11 Jahren

Springer Verlag, 1. Auflage, 2020

Die frühe Pubertät ist eine ideale Zeit für vertrauensvolle Gespräche zwischen Mutter und Tochter. Doch können Mütter ihren Töchtern nur das vermitteln, was sie selbst wissen, erfahren haben und was sie als Frau repräsentieren. Die Autorin erklärt, welche faszinierenden Vorgänge und Veränderungen während der Pubertät im Mädchenkörper stattfinden, warum Mädchen so und nicht anders darauf reagieren und warum die Mutter für eine gelingende Pubertät so wichtig ist.

Reinhard Winter: Jungen brauchen klare Ansagen. Ein Ratgeber für Kindheit, Schule und die Wilden Jahre

Beltz Verlag, 1. Auflage, 2019

Klare Ansagen helfen Jungen, einen guten Start ins Leben zu finden. Viele ihrer vermeintlichen Schwächen wie Aggressivität oder »Null-Bock-Haltung« verwandeln sich in Stärken, wenn Eltern ihnen klar und auf Augenhöhe begegnen. Der bekannte Jungenexperte Reinhard Winter setzt dort an, wo Eltern in ihrer Rolle unsicher werden: Wie finde ich eindeutige Worte und Regeln? Wie lenke ich die Energie meines Jungen in konstruktive Bahnen? Wie leben wir als Familie Bindung und ermöglichen unserem Sohn trotzdem größtmögliche Freiheit? Winter bietet Lösungen, Inspirationen und jede Menge Tipps für Familienleben, Schule, Sport und Freizeit. Seine Hinweise hat er für die 5. Auflage komplett aktualisiert und erweitert, u.a. zu den Themen psychische Entwicklung, Rollenkonflikte, Sexualität, Umgang mit Smartphone & Co.

Reinhard Winter: Jungen in der Pubertät: In Beziehung bleiben, wenn alles anders wird

Beltz Verlag, 1. Auflage, 2020

Der bekannte Jungen-Experte Reinhard Winter gibt Antworten auf alle Pubertätsfragen, die speziell mit Jungen entstehen. Er beschreibt, welche fantastischen Prozesse in Gehirn und Körper vor sich gehen, und arbeitet die zehn wichtigsten Dinge heraus, über die Eltern mit ihren Söhnen reden können, damit die neue Balance zwischen Bindung und Loslassen gelingt: Gemeinsam über Vertrauen und Aggression nachdenken, über Medien und Risikoverhalten, Sucht und Sex – das stärkt Jugendliche (und ihre Eltern) für das Erwachsenwerden.

BÜCHER für KINDER und JUGENDLICHE

Nina Brochmann, Ellen Stokken Dahl: Schamlos schön. Klartext über Pubertät, wirre Gefühle und den Mut, du selbst zu sein

Dressler Verlag, 3. Auflage, 2020

Absolut unverblümt, einfühlsam und humorvoll erklären die Autorinnen Mädchen und jungen Frauen, was genau in der Pubertät passiert. Sie geben Tipps, verraten Geheimnisse und stehen mit Rat und Tat zur Seite. Informativ und zugleich ungewöhnlich erfrischend. Altersempfehlung für Mädchen ab 12 Jahre.

Lizzie Cox: Nur für Boys. Alles was du wissen musst

Ravensburger Buchverlag, 3. Auflage, 2018

Verständlich und unverkrampft beantwortet dieses Buch alle Fragen, die sich Jungen in der Pubertät stellen: zu Liebe, Sexualität, Verhütung, Schutz vor Krankheiten, aber auch Mobbing, das Verhältnis zu Eltern und Freunden, Rechte und Pflichten - kein wichtiges Thema bleibt hier unbehandelt.

Lizzie Cox: Nur für Girls. Alles was du wissen musst

Ravensburger Buchverlag, 3. Auflage, 2018

Mädchen in der Pubertät erhalten in diesem Buch Antworten auf alle wichtigen Fragen zu Liebe, Sexualität, Verhütung, Selbstvertrauen, Körperwahrnehmung, Essstörungen, Schutz vor Krankheiten, aber auch Mobbing, Beziehungen zur Familie, Rechte und Pflichten - all diese Themen werden unverkrampft und kompetent erläutert.

Ilona Einwohlt: Gucken Verboten! Das (fast) geheime Aufklärungsbuch

FISCHER Sauerländer Verlag, 2. Auflage, 2017

In diesem Aufklärungsbuch finden die Leser:innen alle wichtigen Informationen zum Thema Pubertät und Sexualität locker, frech und vor allem verständlich und verständnisvoll. Antworten auf ihre Fragen finden die Leser:innen in sachlich fundierten Erklärtexten. Altersempfehlung ab 9 Jahren.

Katharina von der Gathen: Klär mich auf. 101 echte Kinderfragen rund um ein aufregendes Thema

Klett Kinderbuch, 12. Auflage, 2014

Die Autorin hat Fragen aus einem anonymen Briefkasten gefischt, den sie verwendet, um mit Grundschulkindern über Körper, Liebe und Sexualität zu sprechen. Dieses Aufklärungsbuch versammelt 101 dieser Fragen und gibt Antworten darauf – warmherzig und mit viel Gespür für das, was Kinder wirklich wissen wollen.

Robie H- Harris: Total normal – Was du schon immer über Sex wissen wolltest

Beltz&Gelberg, 1. Auflage, 2017

Liebe und Sex sind Themen, die Kinder an der Grenze zur Pubertät brennend interessieren. Dieses Aufklärungsbuch erklärt, informiert und regt zu gemeinsamen Gesprächen über den Körper an. Zu allen Fragen gibt dieses Buch Antworten auf das, was Mädchen und Jungen schon immer über Sex wissen wollten. Natürlich auch dabei sind aktuelle Themen wie sexuelle Inhalte im Internet und die Vielfalt von Geschlechtsidentitäten.

Jan von Holleben, Antje Helms: Kriegen das eigentlich alle?

Die besten Antworten zum Erwachsenwerden

Gabriel Verlag, 1. Auflage, 2022

Frei nach dem Motto: "Man kann nur schützen, was man schätzt" gibt dieses Buch Antworten auf siebzig brennende Fragen von Mädchen und Jungen zum Thema Pubertät und erste Liebe. Für den Einsatz in der Schule. Altersempfehlung: ab 11 Jahre (nicht für die Grundschule geeignet).

Dela Kienle, Melanie Garanin: Für Mädchen. Pubertät, Körper und Gefühle

Carlsen Verlag, 1. Auflage, 2018

Mit offenen Worten schreibt die Autorin über Körper und Gefühle, erste Male und eigenes Timing, über Risiken, Erwartungen und falsche Rollenbilder. Mit einem Experten-Interview.

Gina Loveless, Laurie Johnston: So überlebst du die Pubertät

Loewe Verlag, 1. Auflage 2022

Ein inklusives Aufklärungs- und Ratgeberbuch für alle (zukünftigen) Pubertierenden und Interessierten. Dieses Buch zeigt dir nicht nur, wie du die Pubertät überlebst, sondern auch wie großartig sie für dich sein kann.

Lydia Meyer: Sex und so. Ein Aufklärungsbuch für alle

Ullstein Taschenbuch, 1. Auflage, 2020

Frei von Wertungen finden Jugendliche und junge Erwachsene in diesem Buch einen leichten Zugang zu komplexen Themen wie Sex, Gender, gesellschaftlichen Normen und Selbstliebe und erhalten Einblick in die Geschichten von Menschen, die sich getraut haben, ihren eigenen Weg zu gehen. Ein wichtiges Buch, das Orientierung bietet und Mut macht, genauso zu leben wie man sich fühlt - und nicht wie andere es von einem erwarten.

Stephan Sigg: Echt?Jetzt! Mein Navi durch den Alltagsdschungel

Tyrolia Verlag, 1. Auflage 2018

Stephan Sigg beleuchtet in diesem Buch rund 15 Situationen, die junge Menschen unweigerlich betreffen und gibt in seinen erfrischenden, unkonventionellen Texten Anregungen, die in Entscheidungssituationen weiterhelfen. Altersempfehlung: ab 13 Jahren.

Benjamin Scholz, Dorthe Landschulz: Jungsfragen. Alles, was du über deinen Körper und das Erwachsenwerden wissen musst

Rowohlt Taschenbuch, 3. Auflage 2019

Aufklärung für die Generation Internet: Der Youtuber beantwortet locker, witzig und informativ alle Fragen von Jungen in der Pubertät. Dazu versammelt er viele O-Töne und Fallgeschichten.

Linn Skaber: Being Young. Uns gehört die Welt

Rowohlt Taschenbuch, 1. Auflage, 2020

Die Autorin hat Teenager zu ihrem Leben befragt: Wie fühlt man sich heute als junger Mensch? Was ist das Beste an dieser Zeit zwischen Kindheit und Erwachsensein – und was das Schlimmste? Wovor hast du Angst, was macht dich froh? Wie siehst du deine Eltern? Und was ist dein größter Traum? Aus diesen Interviews ist eine beeindruckende Sammlung von authentischen, literarischen Monologen geworden, in denen die wunderbar-schreckliche Zeit der Pubertät auf eindringliche und tief berührende Weise eingefangen wird.

Christian Thielemann, Horst Hellmaier: Für Jungs. Pubertät, Körper und Gefühle

Carlsen Verlag, 1. Auflage, 2018

Ein Ratgeber für Jungs über wichtige Themen beim Erwachsenwerden, in lockerem, aber respektvollem Ton geschrieben.

Rosa Wetscher: GEOLino Extra / GEOLino extra 96/2022 - Pubertät: Monothematisches Themenheft für kleine Abenteurer Broschüre – 1. März 2023

Erste Liebe - Sie verdreht euch den Kopf, lässt Herzen höherschlagen, Bart, Brüste und Pickel wachsen und oft auch die Probleme daheim oder in der Schule: die Pubertät. Von dieser verrückten, aufregenden, unvergesslichen Zeit erzählt GEOLINO EXTRA. Es geht um den Körper, der einem plötzlich fremd wird, um Chaos im Kopf, ums Küssen und um eine Hamburger Hip-Hop-Klasse, die selbst geschriebene Songs auf die Bühne bringt. Pubertät macht auch ungeheuer aktiv und kreativ. Außerdem wird berichtet, wie Mädchen und Jungen in anderen Ecken der Erde diese Phase erleben. Und im Test kann man herausfinden, welcher Liebeskummer-Typ man ist.

Hannah Witton: Untendrumherumreden – Alles über Liebe und Sex

Carlsen Verlag, 1. Auflage, 2018

Ein kunterbunter Mix aus unterhaltsamen Anekdoten, klugen Kommentaren und zahlreichen hilfreichen Tipps, bei dem man sich einfach das herauspicken kann, was einen interessiert. Altersempfehlung ab 14 Jahren.

INTERNET/INFOMATERIALIEN

3.1. für Eltern/Lehrkräfte

Das Portal der Bundeszentrale für Gesundheit und Aufklärung (BZgA) bietet registrierten Lehrkräften umfangreiche Informationen, aktuelle Erkenntnisse aus Wissenschaft und Praxis sowie Materialien und Methoden für die fächerübergreifende Sexualerziehung.

www.schule.loveline.de

ajs-Kompaktwissen Jungen und Sexualität

Das achtseitige Falblatt liefert aktuelle und wichtige Grundlagen zur Thematik. Es nimmt die sexuelle Gesundheit von Jungen in den Blick und geht auf deren psychosexuelle Entwicklung bis zur Pubertät ein. Vertiefend werden die Bereiche Medien und Sexualität, sexualisierte Gewalt gegen Jungen und sexuell grenzverletzendes Verhalten von Jungen aufgegriffen. Die Broschüre schließt mit Empfehlungen für die Praxis.

<https://www.ajs-bw.de/artikeldetail.php?variant-id=69&id=24-jungen-und-sexualitat#a4031>

ajs-Kompaktwissen Mädchen und Sexualität

Das achtseitige Falblatt liefert aktuelle und wichtige Grundlagen zur Thematik. Es nimmt die sexuelle Gesundheit von Mädchen in den Blick und geht auf deren Aufbau einer Geschlechtsidentität ein. Vertiefend werden die Bereiche Familiäre Beziehungserfahrungen, Aufklärung und Geschlechterrollen Link ergänzen

<https://www.ajs-bw.de/artikeldetail.php?variant-id=66&id=23-madchen-und-sexualitat#a4031>

3.2. für Jugendliche:

Das Jugendportal der Bundeszentrale für Gesundheit und Aufklärung (BZgA) zu Liebe, Partnerschaft, Sexualität und Verhütung. Mit übersichtlichen Artikeln zu verschiedenen Themen, einem umfangreichen Lexikon und Antworten auf von Jugendlichen oft gestellte Fragen. Videos, Umfragen und Wissensspiele ergänzen das Angebot.

www.loveline.de

Die folgenden Broschüren können über die Bundeszentrale für Gesundheit und Aufklärung (BZgA) kostenlos bezogen werden: www.bzga.de

Über Sexualität reden... Zwischen Einschulung und Pubertät

Ein Ratgeber für Eltern zur kindlichen Sexualentwicklung im Grundschulalter

Über Sexualität reden... Die Zeit der Pubertät

Ein Ratgeber für Eltern zur kindlichen Sexualentwicklung in der Pubertät

sex 'n' tips – Geschlechter: Mädchen? Junge? Oder?

Ein Ratgeber für Jugendliche zu geschlechtliche Identitäten und Geschlechterrollen

sex 'n' tips – Jungenfragen

Informationen über Körperentwicklung und Sexualität für Jungen und junge Männer in der Pubertät

sex 'n' tips – Mädchenfragen

Informationen über Körperentwicklung und Sexualität für Mädchen und junge Frauen in der Pubertät

sex 'n' tips – Körper und Gesundheit

Informationen über Körperentwicklung, Sexualität, Gesundheit und Körperpflege für Jugendliche in der Pubertät

sex' n' tips – Die erste Liebe

Informationen über die verwirrenden Gefühle in der Pubertät und die Erfahrung der ersten Liebe

sex'n tips – Wo die Liebe hingefällt

Eine Broschüre für Jugendliche zum Thema sexuelle Orientierung (Homo- und Bisexualität) und Coming-Out

Aufregende Jahre – Jules Tagebuch

Informationen für Mädchen von 10-15 Jahren über die Zeit der Pubertät mit körperlichen Veränderungen, Gefühlschaos, erster Liebe, Verhütung und Freundschaft.