

Inhalt

Einleitung Jede Menge Fragen

Körperliche Veränderungen,
Heranwachsen, Sex und
Gesundheit 9

Teil 2 Unser Körper

6 Der Körper des Menschen 19
Verschiedenste Körper
7 Außen und innen 22
Die weiblichen Geschlechtsorgane
8 Außen und innen 25
Die männlichen Geschlechtsorgane
9 Ausdrücke 28
Über Körper und Sex reden

Teil 1 Was ist Sex?

1 Mädchen oder Junge, 10
weiblich oder männlich
Sex und Geschlecht
2 Kinder zeugen 11
Geschlechtliche Fortpflanzung
3 Starke Gefühle 12
Sexuelles Verlangen
4 »Liebe machen« 14
Geschlechtsverkehr
5 So oder so 16
Heterosexualität und
Homosexualität

Teil 3 Pubertät

10 Signale und 30
Veränderungen
Pubertät und Hormone
11 Ein Ei unterwegs 32
Weibliche Pubertät
12 Die Reise des Spermias 37
Männliche Pubertät
13 Nicht alles auf einmal! 41
Heranwachsen und körperliche
Veränderungen

14 Noch mehr Veränderungen Auf den eigenen Körper achten	43
15 Mal so und mal so – Gefühle fahren Achterbahn Neue und veränderte Gefühle	45
16 Total normal Onanie (Selbstbefriedigung)	48

Teil 4

Familien und Kinder

17 Ganz verschiedene Familien Für Babys und Kinder sorgen	50
18 Elterliche Anweisungen Die Zelle: Gene und Chromosomen	52
19 Sich körperlich nahe sein Kuscheln, Küssen, Berühren und Geschlechtsverkehr	54
20 Vor der Geburt Die Schwangerschaft	58
21 Eine aufregende Reise! Die Geburt	62

22 So geht es auch! Andere Möglichkeiten, zu Kindern und einer Familie zu kommen	66
---	----

Teil 5

Entscheidungen

23 Im Voraus planen Verschieben, sich enthalten und verhüten	68
24 Gesetze und Regelungen Der Schwangerschaftsabbruch	73

Teil 6

Die Gesundheit

25 Sprich drüber Sexueller Missbrauch	75
26 Kontrolluntersuchungen Sexuell übertragbare Krankheiten/Geschlechtskrankheiten	77
27 Wissenschaftler forschen Tag und Nacht HIV und AIDS	79
28 Gesund bleiben Verantwortungsbewusste Entscheidungen treffen	83