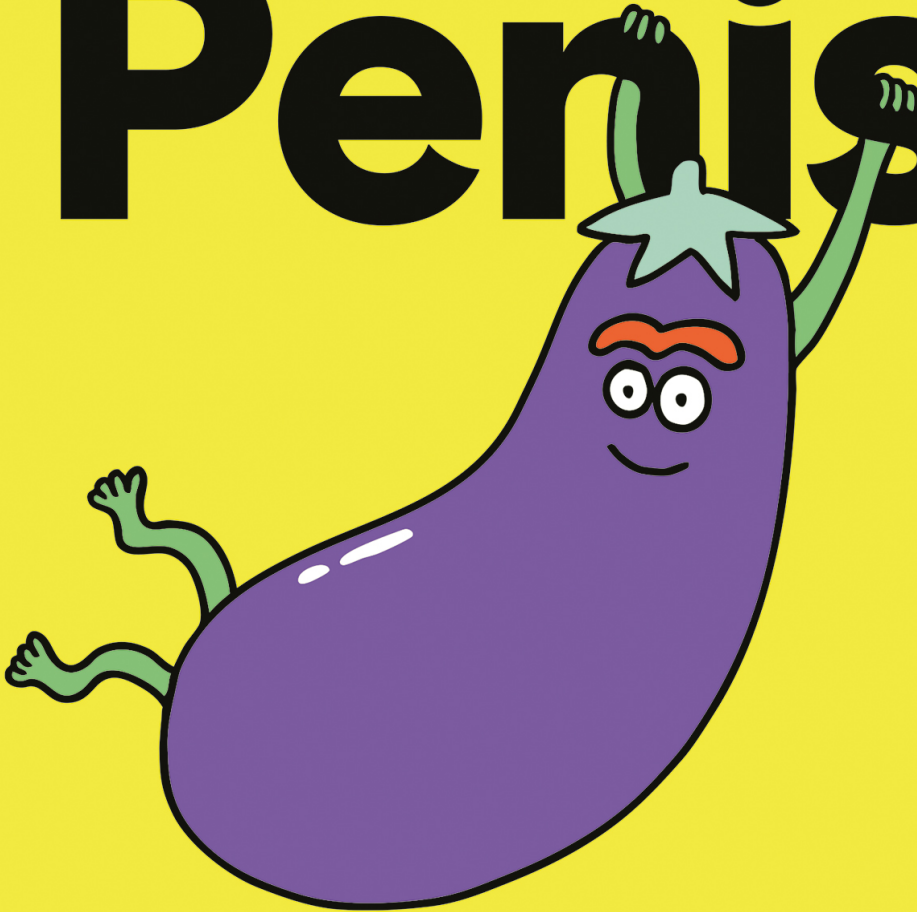


Nadine Beck

Tim Berkels

# Penis!



Wissen für unter  
der Gürtellinie

Illustriert von Sandra Bayer

HANSER

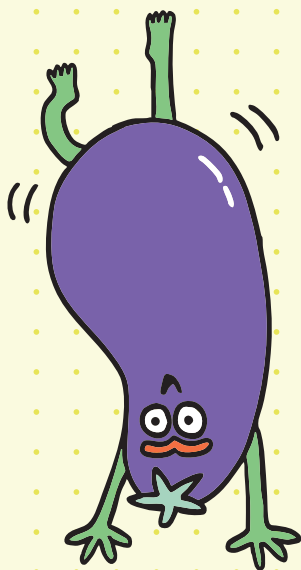
Nadine Beck

Tim Berkels

# **Penis!**

**Wissen für unter  
der Gürtellinie**

Illustriert von Sandra Bayer



Nadine Beck  
Tim Berkels

# Penis!

*Wissen für unter  
der Gürtellinie*

Illustriert von Sandra Bayer

Hanser



*HANSER hey! Schau vorbei und  
teile dein Leseglück auf Instagram*

1. Auflage 2025

ISBN 978-3-446-28344-2

© 2025 Carl Hanser Verlag GmbH & Co. KG, München  
Vilshofener Straße 10 | 81679 München | [info@hanser.de](mailto:info@hanser.de)

Wir behalten uns auch eine Nutzung des Werks für Zwecke  
des Text und Data Mining nach § 44b UrhG ausdrücklich vor.

#### **Umschlag**

© Svenja von Döhlen, formdusche – Studio für Gestaltung, Berlin,  
unter Verwendung von Illustrationen von Sandra Bayer, Berlin

#### **Grafische Konzeption, Layout & Satz**

formdusche – Studio für Gestaltung, Berlin, [www.formdusche.de](http://www.formdusche.de)

#### **Druck und Bindung**

Drukarnia Dimograf Sp. z o. o., Bielsko-Biała  
Printed in Poland



**MIX**  
Papier | Fördert  
gute Waldnutzung  
**FSC® C018236**

# Bevor's losgeht ...

## Hey du,

wir finden's super, dass dich dieses Buch erreicht hat und du anscheinend Lust hast, etwas mehr über den Körper und den Penis zu erfahren. Wir arbeiten viel mit Kindern und Jugendlichen in der sexuellen Bildung zusammen und haben ihre Fragen und Sorgen rund um die Genitalien mitbekommen. Aber wir zeigen auch die schönen Seiten.

Du kannst alles chronologisch durchlesen oder durch einzelne Kapitel springen, ganz wie du magst!

Zu weiteren Materialien, die es zu diesem Buch gibt, gelangst du über folgenden Link:

[wissenfuerunterderguertellinie.de](https://wissenfuerunterderguertellinie.de)



Herzliche Grüße

Tim & Nadine

## Liebe Erwachsene:

Schön, dass Sie sich entschieden haben, dieses Buch zu verschenken oder vielleicht sogar selbst etwas darin zu stöbern. Die in diesem Buch enthaltene sexuelle Bildung ist Prävention: Das Wissen kann die jungen Menschen sprachfähiger in Bezug auf ihren Körper und ihre Grenzen machen und ihnen eine selbstbestimmte, konsensuelle Sexualität ermöglichen.

Wir haben unser gesammeltes Wissen auf aktuellem sexualpädagogischem Stand vereint und Ihnen und Ihrem Kind zusätzlich unter [wissenfuerunterderguertellinie.de](https://wissenfuerunterderguertellinie.de) Adressen zu Hilfsangeboten und ein Verzeichnis mit Begriffen aufgelistet, die weiterhelfen können. So werden bei der Eigenrecherche im Internet keine falschen Informationen, Ideen und Ideale vermittelt.



# Inhalt

## Hallo du!

10



Eine kleine Sache vorweg .....	12
Die Sache mit dem * .....	13



## Wo kommt der Penis her? Ein kleiner Überblick

14

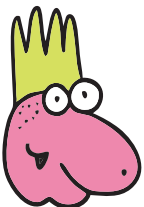
Die Geburt der Genitalien .....	15
Ein starkes Team von Anfang an .....	16
So verändert ihr euch .....	17
Viele Namen .....	18



## Der perfekte Bauplan

20

Vorhaut .....	22
Das gefurchte Band .....	23
Eichel .....	24
Meatus .....	24
Beckenboden .....	25
Die Blase .....	26
Harn(samen)röhre .....	29
Schwellkörper .....	30
Hodensack .....	33
Hoden .....	34
Samenzellen oder Spermien .....	38
Samenleiter .....	39
Prostata .....	39
Erbsen-Reiniger .....	40
Samenerguss .....	41
Feuchter Traum .....	44
Was du noch über Sperma wissen solltest .....	46
Vulkanausbruch .....	48



## Die sexuelle Lust

GEIL

50



Hast du Bock? .....	52
Selbstbefriedigung .....	54
Mach's dir selbst .....	55
Die Banane schrauben .....	57
Fünf Finger gegen Vagina .....	57
Hautsache .....	58
Penisspielzeug .....	58
Peinlich, peinlich, peinlich .....	60
Schwanzvergleich? .....	61

## Die Penisgallery

62



## Einfach anders

64

Die Mischung macht's .....	65
Fragen kostet nichts .....	65
Das Geschlecht liegt zwischen den Ohren .....	66
Im »falschen« Körper? .....	66
Gefühlssache .....	67
Norm und normal .....	68
Veränderung ist möglich .....	70
Einen Penis oder eine Vulva mit Vagina »bauen« .....	71
Das Geheimrezept, wie du ein richtiger Mann wirst ... ..	72
Geschlecht – früher und jetzt .....	74



## Lang, kurz, krumm, dick und dünn

76



Die Geschichte der Penisgröße .....	77
Der Länge nach .....	78
Wie wird richtig gemessen? .....	79
Welche Faktoren bestimmen die Penislänge? .....	80



Dick Tricks .....	81
Optische Täuschung .....	81
Penistypen .....	83
Shower & Grower .....	85



## **Bescheiden, beschneiden?!** 86

Mit Hut oder Glatze? .....	87
Klappt es? Oder noch zu eng? .....	88
Lass die Vorhaut chillen! .....	89
Nicht nur ein Stückchen Haut .....	89
Vorhautentzündung .....	90

## **Hoden-Check** 92



## **Waschanleitung und Pflegetipps** 96

Duschroutine .....	97
Die Frisur sitzt .....	100
Jucken und kratzen .....	102
Grundsätzliches zur Gesundheit .....	103
Der klebende Hoden .....	104

## **Die Sache mit dem Sex** 106

Sex mit Vulva und Vagina .....	108
Sex mit Po .....	109
Sex mit dem Körper .....	109
Der Schutz für deinen Penis .....	110
Für jeden Penis das passende Outfit .....	111
Die Passform .....	113
Die fiesen Viren .....	115
Befruchtung oder: So entsteht ein Baby .....	117



## Der Penis aus allen Blickwinkeln

120



Er macht, was er will .....	121
Auf viele weitere Jahre .....	121
Pornos, Pannen und Peinlichkeiten .....	122
Geschickt, geklickt, geschockt .....	123
Kopfchaos statt Kopfkirmes .....	126
Tote Hose .....	127
Benebelt – aber klare Fakten .....	128
Penisbilder im Netz .....	129
Grooming .....	130
Sexting .....	130
Das Laserschwert .....	131
Die dunkle Seite der Macht .....	132



## Fake News

134



Kann der Penis brechen? .....	135
Die Größe macht's .....	136
An der Nase eines Mannes ... ..	137
Die Wunderpille für einen Riesenpenis .....	138

## Fun Facts: Penisse der Tierwelt

140



Erste Hilfe .....	142
Morgendliche Erektion am Frühstückstisch .....	143
Das Gegenteil: Keine Erektion .....	143
Infektionen .....	144
Frenulumriss oder -dehnung .....	145
Penis zu klein .....	145
Sexualisierte Gewalt .....	146

## Yay, geschafft!

### Herzlichen Glückwunsch!

148



Adressen und Anlaufstellen .....	150
Biografien und Danksagung .....	152



# Hallo du!



Wir hängen nun schon ein paar Jahre zusammen rum und hatten bereits eine Menge Spaß miteinander. Ich finde, wir sind ein super Team! Aber ich glaube, es gibt einige Dinge über mich, die du noch nicht weißt.

Bei mir hat sich nämlich einiges in letzter Zeit verändert. Einiges davon ist großartig und ganz normal – aber manches, was andere über mich sagen, finde ich nicht so toll. Da sind ganz schön viele Fake News über mich unterwegs! Und weil ich dich mag, habe ich gedacht: Es wird Zeit, mal ein paar Sachen klarzustellen und hinter den Reißverschluss zu gucken. Damit du weißt, wie es wirklich ist. Ich erzähle dir offen und ohne falsche Scham, wo ich herkomme und wie ich so ticke, von meinen Hobbies und Homies. Und vor allem vieles, was dir den Alltag mit mir ein bisschen erleichtert! Klartext halt.

Hier und da kann das wahrscheinlich mal etwas peinlich werden, das ist voll okay. Es spricht halt selten jemand so richtig ehrlich über mich! Wenn dir das zu krass ist, kannst du jederzeit das Buch zuklappen und später weiterlesen.

In diesem Buch erfährst du alles über mich, und kein Geheimnis lasse ich aus. Dabei werde ich dir von einigen Lügen und Märchen über mich berichten, die es schon seit Hunderten von Jahren gibt, und von komischen Ansprüchen, was ich angeblich alles sein, leisten und können soll.

Aber ich zeige dir auch, was vielen Penissen Freude machen kann. Meistens kann es nämlich ganz schön mit mir sein. Auch über Probleme und Pannen sprechen wir zwei. Vielleicht ist uns das ein oder andere schon passiert und falls nicht, dann liest du hier, was du lieber nicht mit mir anstellen solltest.

Immer wieder komme ich in diesem Buch persönlich zu Wort, gebe dir Tipps, Hinweise und ein paar Lifehacks oder wie ich selbst die Dinge sehe. Außerdem findest du in diesem Buch Info-Boxen mit »Good to know« – da wird es dann noch einmal viel genauer. Wenn du da gerade nicht so Lust drauf hast, kannst du diese Teile einfach überspringen.

Zwischendurch stelle ich dir ein paar Fragen. Das ist mir ganz wichtig, denn sie sollen dir helfen, dass du dich in deinem Körper wohlfühlst und wir uns weiterhin gut verstehen. Wenn du sie aber nicht beantworten möchtest, bin ich cool damit.

Denn wir beide sind ein Team, du und ich. Wir gehören zusammen. Auch wenn du andere Körperteile vielleicht weniger peinlich findest als mich – ich bin dir nicht böse. Dafür bin ich etwas Besonderes, findest du nicht?

Jetzt wünsche ich dir erst einmal ganz viel Spaß!  
Dein Penis

## Eine kleine Sache vorweg

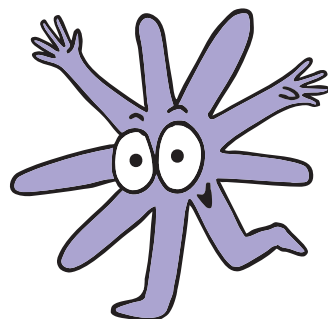
Egal, was du zwischen den Beinen hast: Dein Körper ist ein Wunderwerk, genau wie du. Dich gibt es nur einmal auf der Welt, und deswegen bist du einzigartig. Alle Penisse und Genitalienarten sind gleich toll, und du darfst so sein, wie du bist.

**Wie geht es dir gerade ?**

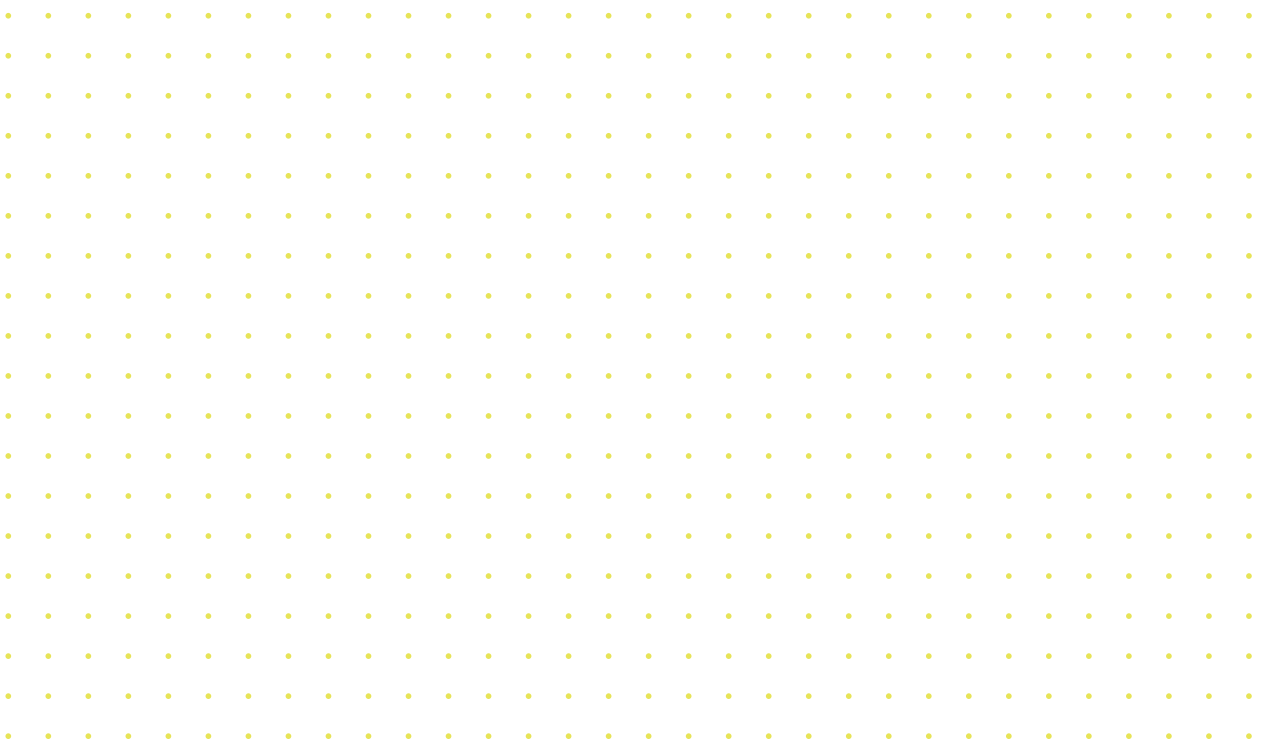
**Wie zufrieden bist du mit deinem Körper ?**

**Wie wichtig ist dir der Penis ?**

# Die Sache mit dem \*

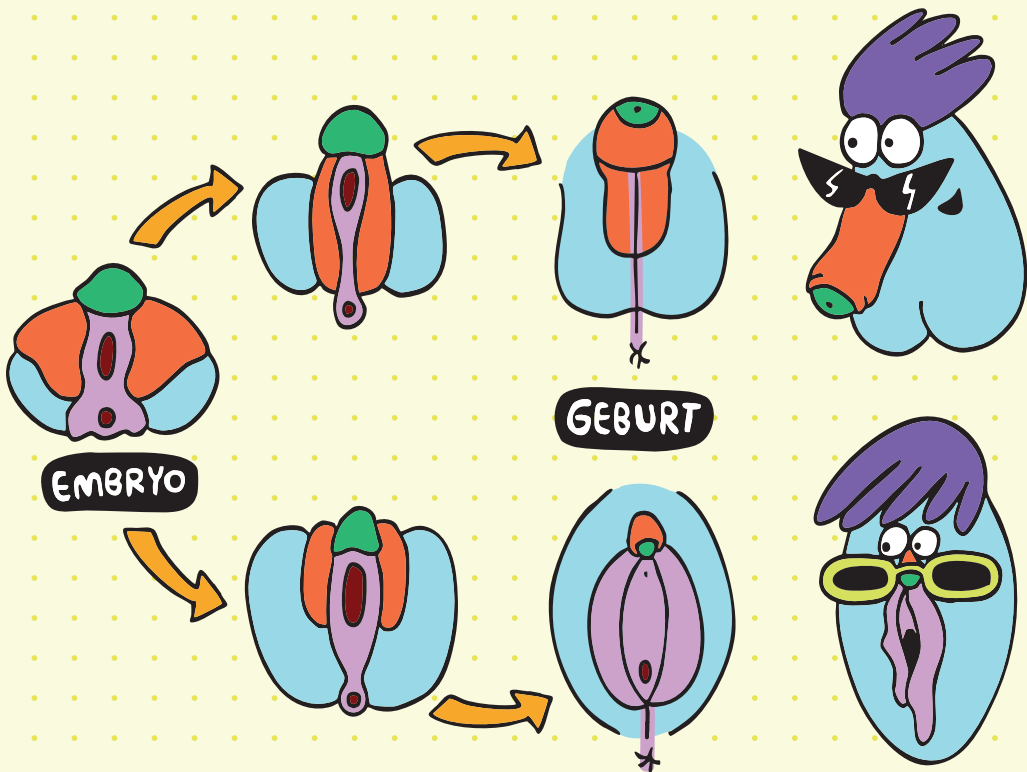


Sicherlich hast du schon etwas von dem Gendersternchen gehört? Es sieht so aus: \* Winzig klein, jedoch sehr wichtig für dieses Buch, denn du wirst es hier immer wieder sehen. Es macht aus Hauptwörtern, die oft nur männlich klingen, eine Kombination aus unter anderem männlich und weiblich. Zum Beispiel wird aus »Lehrer« und »Lehrerin« nun »Lehrer\*in«. Wie du das Wort aber lesen möchtest, bleibt dir überlassen. Mit einer kurzen Pause – wie bei Spiegelei zwischen Spiegel und Ei – an der Stelle des Sternchens oder in der männlichen oder der weiblichen Form. Das Sternchen steht zugleich auch für die Menschen, die sich weder als männlich noch als weiblich, manchmal als das eine und manchmal als das andere oder auch beides fühlen. Vielleicht gehörst du ja zu diesen Menschen, und für dich ist dieses Sternchen. Uns ist wichtig, dass wir niemanden mit diesem Buch ausschließen und sich jede\*r angesprochen fühlt. Du darfst das Buch einfach so lesen, wie du magst.



# Wo kommt der Penis her?

## Ein kleiner Überblick



# Die Geburt der Genitalien

Mal ganz von vorne: Dass es eine Eizelle und einen Samen braucht, damit ein Kind entstehen kann, hast du wahrscheinlich schon einmal gehört. Als du im Bauch herangewachsen bist, konnte man zu Anfang noch gar nicht erkennen, ob dir ein Penis oder eine Vulva wächst. Da war zwischen den Beinen nur ein kleiner Knubbel zu sehen, den man Genitalhöcker nennt. Erst ab der achten Schwangerschaftswoche wächst aus diesem Höcker meist ein Penis oder eine Klitoris. Auch viele Variationen aus diesen beiden Formen sind möglich. Aus den Keimdrüsen (auch Gonaden oder Gameten genannt), die sich in deinem Bauch befinden, entstehen die Hoden oder die Eierstöcke. Werden es Hoden, so wandern diese aus dem Bauch in den Hodensack. Warum sich dein Körper für einen Penis entschieden hat, hängt mit dem Hormon Testosteron zusammen, das ist ein Botenstoff, der in deinem Körper was zu sagen hat. Und es ist abhängig von den Genen, die du von Samen und Eizelle bekommen hast. Wie in einem großen Kochtopf werden alle Zutaten zusammengemischt, und so entstehst du aus einem Mix der vielen verschiedenen Eigenschaften von beiden Elternteilen.

Aus diesem Grund sehen die Körper und somit auch die Penisse und Vulven alle ganz unterschiedlich aus. Penis und Klitoris sind homologe Organe. Das heißt, sie bestehen aus demselben Grundbauplan, welcher sich unterschiedlich weiterentwickeln kann.

Wie ähnlich sich Penis und Klitoris sind, siehst du im Kapitel »So gleich und doch verschieden«. ➔ S. 32





# Ein starkes Team von Anfang an

Endlich auf der Welt, bleibt der Penis zunächst so klein, wie er gerade ist. Doch schon jetzt kannst du die lustigsten Dinge mit ihm anstellen.



**Mal werde ich steif, wenn die Windel kitzelt, oder wir gewinnen gemeinsam im »Wickeltisch-Weitpinkel-Wettbewerb«.**

**Du übst das Zielen in die Toilettenschüssel, und im Winter schreibst du mit Pipi deinen Namen in den Schnee.**

In den meisten Fällen wächst dein Penis die nächsten Jahre dann einfach munter mit dir mit.

Erst mit der Pubertät verändert er sich deutlich: Dein Penis wird länger, dicker und sogar dunkler. Die Hoden werden größer, und Haare beginnen zu wachsen. Im nächsten Kapitel wird das alles etwas genauer erklärt.

Die Pubertät beginnt heutzutage bei Kindern mit Hoden durchschnittlich im zwölften Lebensjahr. Bei Kindern mit Eierstöcken ungefähr zwei Jahre eher. Sie kann auch etwas früher oder später beginnen, und das ist völlig normal. Der Penis hört nach der Pubertät auf zu wachsen. Das kann bereits mit 16 Jahren sein oder auch bis zum 21. Lebensjahr dauern.

**Gibt es Erinnerungen aus deiner Kindheit, was du und dein Penis schon Lustiges angestellt habt ?**