

INHALT

Was ist die Pubertät?	4
Wie fängt es an?	6
Das Gehirn spielt mit	8
Dein Penis	10
Das Leben ist hart	14
Ich und die anderen	16
Jetzt wird's haarig.....	18
Pickel & Haut	20
Augen und Zähne	24
Körpergeruch & Körperpflege	26
Alles über Füße	28
Mädchen & Pubertät	30
Liebe & Beziehungen	32
Sex & wie Babys gemacht werden	36
Gesundheit, Essen & Fitness	40

Körperwahrnehmung	42
Body-Shaming	44
Soziale Medien & Smartphones	46
Cyber-Mobbing	48
Mobbing & Gruppenzwang	50
Die gute Schule	52
Sexismus und Geschlechterungleichheit	54
Die liebe Familie	56
Depression	58
Erwachsen werden	60
Worterklärungen	62
Register	63
Die Seite für Erwachsene	64