

## Büchertipps

### Körper und wie ein Baby entsteht



AlSabah & Sakalkesen: Samira und die Sache mit den Babys.  
stolzeaugen.books 2021 (ab 5 J.)



Rübel: Woher die kleinen Kinder kommen. Ravensburger 2001 (ab 5 J.)



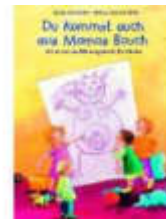
Härdin & Geisler: Wo kommst Du her?  
Loewe 1995 (ab 5 J.)



Schönborn-Hotter & Sonnberger & Staffelmayer: Lina die Entdeckerin.  
Achse Verlag 2020 (ab 3 J.)



Scheerer: Zwei Mamas für Oskar  
ellermann 2018 (ab 4 Jahren)



Schneider & Gotzen-Beeck: Du kommst auch aus Mamas Bauch.  
cbj - Verlag 2005 (ab 6 J.)



Lindner & Tschernjak:  
Erbsenklein, Melongroß  
Achse 2021 (ab 4 J.)



Silverberg & Smyth: Wie entsteht ein Baby? Ein Buch für jede Art von Familie und jede Art von Kind. Mabuse Verlag 2014 (ab 5 J.)



Quint & Medeiros: Mut zum Blut.  
Zuckersüß Verlag 2021 (ab 8 J.)



Sonja Blattmann: Mein erstes Haus war Mamis Bauch  
mebes & noak 2007 (ab 4 J.)



Leone & Johansson:  
Überall Popos. Buch über  
verschiedene Körper.  
Klett Kinderbuch (ab 4 J.)



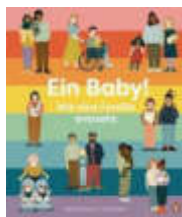
Van der Doef & Latour: Vom  
Liebhaben und Kinderkriegen  
Annette Betz 1998/ 2015 (ab 5 J.)



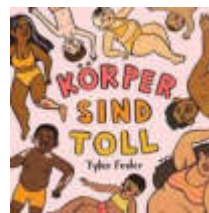
Thorn: Woher manche Babys  
kommen. Ein Aufklärungsbuch für  
Kinder, die mit medizinischer  
Unterstützung gezeugt wurden.  
FamART Verlag 2011 (ab 5 J.)



Can & Maurer: Elif bekommt ein  
Geschwisterchen/Elif'in Bir Kardesi  
Olacak (deutsch/türkisch) mit  
Elternbroschüre. Oetinger 2020 (ab 5J)



Greener: Ein Baby! Wie eine Familie entsteht.  
Penguin Junior 2012 (ab 5 J.)



Feder: Körper sind toll.  
Zuckersüß Verlag 2022 (ab 3 J.)



Ziegelwanger, Staffelmayer, Horak:  
Bruno will hoch hinaus.  
Achse Verlag 2022 (ab 4 J.)



Müller, Siegl: Von wegen Bienchen und  
Blümchen, EMF Verlag 2021 (ab 5 J.)

## **Gefühle & Prävention sexualisierter Gewalt**



Enders & Wolters: Wir können was, was  
Ihr nicht könnt! mebes & noack 2009  
(ab 4J)



Enders und Wolters: Sina und Tim  
Zartbitter 2017 (ab 3 J.)



Kreul: Ich und meine Gefühle  
Loewe 1996, 3. Auflage (ab 5 J.)



Scuderi: Wie fühlst du dich heute?  
Bügün kendini nasıl hissediyorsun?  
Deutsch Türkisch. Edition bi:libri 2011



PETZE Institut: Echte Schätze,  
Bilderbuch mit Begleitmaterial  
mebes & noack 2012 (ab 5 J.)



Oud: Ja & Nein. Ich sag, was ich (nicht)  
mag. Coppenrath 2021 (ab 5 J.)



Pro Familia: Mein Körper gehört mir!  
Loewe 1994 (ab 5 J.)



Schmidt & Nemet: Das komische  
Gefühl. Klett Kinderbuch 2022 (ab 4 J.)



Van Hout: Heute bin ich  
Aracari Verlag 2012 (ab 4 J.)



Enders & Wolters: Luis/ Lilly.  
Zartbitter e.V. 2013 (ab 2 J.)



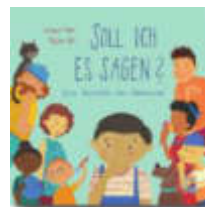
Datscher: Mein unsichtbarer  
Gartenzaun. Datscher Consulting  
Verlag 2020 (ab 4 J.)



Fobian & Zels: Die Gefühle Bande  
2018 (ab 4 J.)



Löffel & Manske: Ein Dino zeigt  
Gefühle. Bilderbuch & Ratgeber,  
mebes & noack 2003/2004 (ab 4 J.)



Fobian & Zels: Soll ich es sagen? Eine  
Geschichte über Geheimnisse. Martha  
Press 219 (ab 4 J.)

**Vielfältige Lebensweisen**



de Haan & Nijand: König & König  
Gerstenberg 2000 (ab 4 J.)



Murphy & Harren: Ein Junge wie du/  
Ein Mädchen wie du.  
Zuckersüß Verlag 2020 (ab 3 J.)



Lindenbaum: Paul und die Puppen  
Beltz & Gelberg 2008 (ab 5 J.)



Poulin & Andrée: Zwei Jungs und eine  
Hochzeit. Südpol Verlag 2021 (ab 4 J.)



Kunert & Hildebrandt: Mit Dir sind wir  
eine Familie  
Ravensburger 2008 (ab 5 J.)



Scharenberg & Ballhaus:  
Tilda trennt sich  
Annette Betz 2012 (ab 6 J.)



Maxeiner & Kuhl: Alles Familie  
Klett Kinderbuch 2010 (ab 6 J.)



Grundmann: Wir sind immer für dich  
da! Coppenrath 2010 (ab 4 J.)



Hoffmann & Asquith: Du gehörst dazu.  
Das große Buch der Familien. Patmos  
Verlag 2010 (ab 5 J.)



Loda: P.S. Es gibt Lieblingseis.  
Martha Press 2018 (ab 4 J.)



Love: Julian ist eine Meerjungfrau  
Knesebeck Verlag 2020 (ab 4 J.)



Simonetti: Raffi und sein pinkes Tutu  
Community Editions 2019 (ab 4 J.)



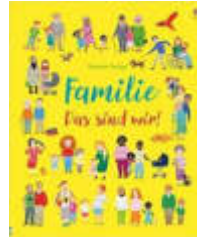
Edmaier & Janik: Das schönste Kleid der Welt 100% Mensch 2021 (ab 4 J.)



Hoffmann: Kleidung/Spielzeug ist für alle da. Zuckersüß Verlag 2022 (ab 3 J.)



Olsen & Olsen. Wo ist Karlas Papa? Spael ApS 2017 (ab 2 J.)



Brooks & Ferrero : Familie – Das sind wir! Usborne Publishing 2019 (ab 4 J.)

## Für Eltern



Kerger-Ladleif: Kinder beschützen! Eine Orientierung für Mütter und Väter, Mebes und Noack 2012



Wanzeck-Sielert: Kursbuch Sexualerziehung – So lernen Kinder ihren Körper kennen, Don Bosco 2004



Thörner: Mädchen, Junge, Kind. Geschlechtersensible Begleitung und Empowerment von klein auf. Familiar faces 2021



Freund & Breidenstein: Sexuelle Übergriffe unter Kindern. Handbuch Zur Prävention und Intervention. mebes & noack 2006

### **Kostenlose Broschüren von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung:**

- Liebevoll Begleiten... Körperwahrnehmung und körperliche Neugier kleiner Kinder. Vom 1. Lebensjahr bis zur Einschulung
- Über Sexualität reden... Zwischen Einschulung und Pubertät
- Über Sexualität reden.... Die Zeit der Pubertät

<https://shop.bzga.de/ratgeber-zur-kindlichen-sexualentwicklung/>

**Mehr zum Stöbern im Netz:**

- Ist das noch ein Doktorspiel? Informationen für Eltern, Sorgeberechtigte und Angehörige.  
PETZE-Institut für Gewaltprävention 2020  
[https://www.petze-institut.de/wp-content/uploads/2021/09/Doktorspiel-Broschu%CC%88re\\_WEB.pdf](https://www.petze-institut.de/wp-content/uploads/2021/09/Doktorspiel-Broschu%CC%88re_WEB.pdf)
- I-Päd Kompetenzstelle intersektionale Pädagogik – Kinderbuchliste:  
<https://i-paed-berlin.de/project/die-intersektionale-kinderbuchliste>

**Weitere Informationen und Beratung:**

**Familienplanungszentrum Hamburg e.V.**

Bei der Johanniskirche 20

22767 Hamburg

Tel. 040 – 438 28 22

[fpz@familienplanungszentrum.de](mailto:fpz@familienplanungszentrum.de)

Instagram: fpz\_hh

[www.familienplanungszentrum.de](http://www.familienplanungszentrum.de)





## Präventionsbotschaften

Vom Petze Präventions-Institut für Gewaltprävention in Kiel

Mädchen und Jungen sollen in ihrer Persönlichkeit gestärkt werden. Sie sollen befähigt werden, Grenzverletzungen als solche wahrzunehmen und Wege zu finden, sich auf ihre Weise einer Person ihres Vertrauens mitzuteilen. Konkret haben sich zur Prävention von sexuellem Missbrauch folgende Präventionsbotschaften durchgesetzt:

### **1. Mein Körper gehört mir und ich darf darüber bestimmen!**

Kinder sollen ihren Körper kennenlernen und ihn als einzigartig und wertvoll erleben. Wenn sie sich im eigenen Körper wohl fühlen und stolz auf ihn sein können, wächst ihr Selbstwertgefühl. Selbstbewusste Mädchen und Jungen können sich eher gegen sexuelle Übergriffe wehren und Grenzen setzen. Kinder sollen alle Körperteile bezeichnen können und darüber sprechen dürfen. So können sie sexuelle Übergriffe leichter benennen und sich Hilfe holen.

### **2. Meine Gefühle sind richtig und ich kann ihnen vertrauen!**

Es ist wichtig, Kinder mit den verschiedenen Gefühlen vertraut zu machen. Wer eigene Gefühle ernst nimmt, kann einen sexuellen Übergriff eher wahrnehmen. Mädchen und Jungen, die sexuell missbraucht werden, nehmen ihre Gefühle oft nicht mehr wahr. Sie fühlen sich häufig schuldig. Die Verantwortlichkeit liegt jedoch immer bei der übergriffigen Person! Bestärken Sie Kinder darin, den eigenen Gefühlen zu vertrauen und diese auszudrücken.

### **3. Ich kann zwischen angenehmen und unangenehmen Berührungen unterscheiden!**

Es gibt Berührungen, die sich gut anfühlen und glücklich machen. Aber nicht alle Berührungen sind schön. Unterstützen Sie Kinder darin, unterschiedliche Berührungen wahrzunehmen und zu überlegen, welche für sie angenehm sind und welche nicht. Geben Sie Kindern ausdrücklich die Erlaubnis, unangenehme Berührungen auch von geliebten Menschen zurückzuweisen.

### **4. Ich kenne den Unterschied zwischen guten und schlechten Geheimnissen!**

Kinder haben meist viel Freude an Geheimnissen, denn mit anderen ein Geheimnis zu teilen ist aufregend und spannend. Der Spaß an Geheimnissen wird jedoch von Tätern und Täterinnen ausgenutzt. Sie manipulieren Kinder und zwingen ihre Opfer, den Übergriff zu verschweigen, indem sie sie unter Druck setzen oder den Übergriff als gemeinsames Geheimnis bezeichnen. Daher ist es für Mädchen und Jungen wichtig, zwischen guten und schlechten Geheimnissen unterscheiden zu können. Sie müssen das Bewusstsein dafür entwickeln, dass sie Geheimnisse, die ihnen ein ungutes Gefühl machen, weiter erzählen sollen.

### **5. Ich darf Nein sagen und habe keine Schuld, wenn mir etwas passiert!**

Alle Kinder haben Rechte. Es ist wichtig, dass sie lernen, in bestimmten Situationen Grenzen zu setzen und Nein zu sagen. Sie sollen darin unterstützt werden, dieses Recht auch gegenüber Erwachsenen wahrzunehmen und ihr Nein-Gefühl zu vertreten, wenn sie etwas nicht möchten. Manchmal kommen Mädchen und Jungen jedoch in Situationen, in denen sie eine Berührung zwar ablehnen, aber ihr Nein nicht beachtet wird. Sie sollen wissen, dass sie nie Schuld haben, wenn ihnen etwas zustößt. Dies gilt auch, wenn sie nicht Nein gesagt haben oder ihr Nein übergangen wurde.

### **6. Ich hole mir Hilfe, wenn ich etwas allein nicht schaffe!**

Es gibt viele Situationen, in denen Kinder sich nicht allein helfen können. Jungen und Mädchen sollen lernen, dass Hilfe holen kein Zeichen von Schwäche, sondern mutig und schlau ist. Bestärken Sie Kinder darin, sich in schwierigen Situationen Hilfe zu holen, und überlegen Sie gemeinsam, bei wem sie diese konkret erhalten können. Kinder sollen wissen, dass Hilfe holen kein Petzen ist.