Berner Gesundheit
Santé bernoise

Medienliste Sexualpädagogik Zyklus 2

Aktualisiert Oktober 2026
Wir freuen uns über Feedback und Ihre Empfehlungen. sexualpaedagogik@beges.ch

Grundlagen Sexualaufklärung in der Schule

Titel	Autor:innen, Herausgeber:innen	Ausgabe Jahr
Sexualaufklärung im Kanton Bern Die BKD des Kantons Bern stellt ein Rahmenkonzept und ein Musterkonzept für Sexualaufklärung sowie ein Schutzkonzept zur Prävention sexualisierte Gewalt zur Verfügung. Link.	Bildungs- und Kulturdirektion des Kantons Bern	2026
Planungshilfen sexuelle Gesundheit der PH Zürich Themen, Lehrplanbezug und Materialien für Zyklus1, 2 und 3. Link.	Lukas Geiser, PH Zürich	Aktualisiert 2025

Förderung von Diversität und Prävention sexualisierter Gewalt in der Schule

Titel	Autor:innen	Ausgabe Jahr
Achtsame Schule Leitfaden zur strukturellen Prävention von sexueller Gewalt. Link zum PDF.	www.selbstlaut.org Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt an Kindern und Jugendlichen	2020
Integrität respektieren und schützen Ein Leitfaden für Lehrpersonen, Schulleitungen, weitere schulische Fachpersonen und Schulbehörden. Link zum Artikel.	LCH Dachverband Lehrerinnen und Lehrer Schweiz (Hrsg.)	2017
Trans Schüler_innen Best-Practice-Leitfaden für eine Transition in Schule und Ausbildung. Link zum PDF.	Transgender Network TGNS Agnodice	2019
Schulen der Vielfalt - Grundsätze und Massnahmen für eine LGBTQ+ freundliche Schule Mehr Informationen und Booklet unter Link.	www.lehrplan-q.ch	2025

Unterrichtsmaterialien, Lehrmittel Sexualpädagogik allgemein

Hinweis: Einige der Lehrmittel verwenden noch alte Begriffe bei den Geschlechtsorganen. Wir empfehlen die Begriffe Intimhaare, Vulva, Vulvalippen, Vagina, und Klitoris zu verwenden. Für die Mädchen ist es für das Körperverständnis wichtig auch mit einer Aussenansicht der Vulva zu arbeiten.

Titel mit Link	Autor:innen, Verlag	Ausgabe Jahr
Unterrichtsmaterialien der Berner Gesundheit Lektionseinheiten, Bildsammlung, Online-Filmliste, Plakate, YouTubeKanal, Medienlisten Link. Sexualpädagogische Gruppengespräche ab der 6. Klasse durch die Berner Gesundheit. Link.	Berner Gesundheit	Aktualisiert 2025
Freundschaft, Liebe Sexualität – Materialien für die Mittelstufe Das Lehrmittel ist gute Grundlage für den sexualkundlichen Unterricht im Zyklus 2. Mit Arbeitsaufträgen, Arbeitsblättern und einem Infoheft für Jugendliche. Link.	Beatrix Aschwanden, Simone Bernhard elk Verlag	2015
Praxishilfen zur Sexualerziehung in der Grundschule Das Lehrmittel ist gute Grundlage für den sexualkundlichen Unterricht im Zyklus 2. Link.	Anette Weber Verlag an der Ruhr	2024
Mit Grundschulkindern über Sexualität sprechen. Geschichten, Bildkarten, Unterrichtsanregungen und Kopiervorlagen zur Sexualerziehung Klasse 3/4. Empfohlen als ergänzendes Unterrichtsmaterial. Link.	Christensen, Camilla Verlag an der Ruhr	2021
Ganz schön intim – Sexualerziehung für 6 – 12 Jährige Ergänzende Übungen zu den Themen: Gefühle und Sinne, Zustimmung und Grenzen, Liebe und Zuneigung, Identitäten und Körper, Intimität und sexuelle Aktivitäten, Wörter und Räume, Zyklus, Baby und Co. Link zum PDF.	www.selbstlaut.org, Österreich Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt an Kindern und Jugendlichen	2020
Mein Körper, meine Emotionen Sexuelle Aufklärung mit altersgerechten und faktenbasierten Materialien leicht gemacht! Mit einer kostenlosen individualisierbaren App für Kinder (4-6/7-9/10-12 Jahre) und Informationen für Eltern in 12 Sprachen. Alles als PDF ausdruckbar. Link.	www.eduskills.plus Mit Fachstellen der sexuellen Bildung und EU	2020-2023

Der Körper in der Pubertät: Sexualkunde & Aufklärung. Online-Materialien von «du bist kein Werwolf» mit animierten Clips zu Bau und Funktion der Geschlechtsorgane, Pubertät, Verhütung inkl. Arbeitsblätter für Stationenlernen. Link.	www.planet-schule.de Südwestrundfunk (SWR) und Westdeutschem Rundfunk (WDR).	Aktualisiert 06.2024
Sexualität Hintergrundwissen, Materialien und Methoden für die schulische Praxis (5.-10. Klassen). Als Ergänzendes Material. Link.	Heyne Karoline, Persen Verlag	2020
Methodenfinder Suchen von bewährten Methoden zu unterschiedlichsten Themen wie Safer Sex, Vielfalt, Rollenbilder für Gruppen mit Jugendlichen. Link.	www.liebesleben.de, Bundesinstitut für öffentliche Gesundheit, BIÖG	2017
Sexualpädagogik in interkulturellen Gruppen Infos, Methoden und Arbeitsblätter Praxisbuch (5-13). Link.	Renz Meral, Verlag an der Ruhr	2017
Sexualpädagogik der Vielfalt Praxismethoden zu Identitäten, Beziehungen, Körper und Prävention für Schule und Jugendarbeit. Link.	Tuider Elisabeth, Müller Mario, Timmermanns Stefan, Bruns-Bachmann Petra, Koppermann Carola; Verlag: Juventa	2012
Alles rund um die Pubertät – Körperliche Veränderungen, Gefühle und Identität Materialen zur Sexualpädagogik für Förderschulen und inklusiven Unterricht. Link.	Verlag an der Ruhr	2024
Alles rund um Sexualität – Liebe, Sex und Zärtlichkeit Materialen zur Sexualpädagogik für Förderschulen und inklusiven Unterricht. Link.	Verlag an der Ruhr	2024

Unterrichtsmaterialien, Lehrmittel zu Sexualität und digitalen Medien

Titel mit Link	Autor/-in	Ausgabe Jahr
Schönheitsideale im Internet Studie, Quiz und Unterrichtsmaterialien. Link zum PDF.	https://www.saferinternet.at/	202
Sexualität, Gewalt und digitale Medien Ein pädagogisches Handbuch mit praktischen Übungen für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren. Link zum PDF.	www.saferinternet.at Achtung, österreichisches Gesetz! Das Schweizer Gesetz finden sie unter diesem Link.	2025

Sexting nur im Konsens Unterrichtsmaterialien zu den Themen Konsens und Sexting. Materialien zu Sexting und Konsens. Link zum PDF.	www.saferinternet.at Achtung, österreichisches Gesetz! Das Schweizer Gesetz finden sie unter diesem Link.	2025
Selfies, Sexting, Selbstdarstellung. Wie soziale Medien die Bedürfnisse von Jugendlichen bedienen. Link zum PDF. Arbeitsmaterial für den Unterricht mit 3 Projekten.	www.klicksafe.de, www.handy-sektor.de Achtung, deutsches Gesetz! Das Schweizer Gesetz finden sie unter diesem Link.	2026
Let's talk about Porno. Materialien für die pädagogische Praxis zu Sexualität, Identität und Pornografie. Link zum PDF.	www.klicksafe.de, www.profamilia.de Achtung, deutsches Gesetz! Das Schweizer Gesetz finden sie unter diesem Link.	2024
Materialsammlung Pornografiekompetenz Plakate, Begleithefte für Multiplikator:innen, Factsheet. Gesprächsleitfaden zum Thema Pornografie. Link zum PDF.	Fachstelle für Burschenarbeit, Steiermark, AT Achtung, österreichisches Gesetz! Das Schweizer Gesetz finden sie unter diesem Link.	2023/24

Unterrichtsmaterialien, Lehrmittel zur Prävention von sexualisierter Gewalt

Titel mit Link	Autor/-in	Ausgabe Jahr
Sexualität, Gewalt und digitale Medien Ein pädagogisches Handbuch mit praktischen Übungen für Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren. Link zum PDF.	www.saferinternet.at Achtung, österreichisches Gesetz! Das Schweizer Gesetz finden sie unter diesem Link.	2025
Sexting nur im Konsens Unterrichtsmaterialien zu den Themen Konsens und Sexting. Link zum PDF.	www.saferinternet.at, Fachstelle digitaler Kindesschutz Achtung, österreichisches Gesetz! Das Schweizer Gesetz finden sie unter diesem Link.	2025
Cybergrooming – nicht mit mir Übungen zum Thema Cybergrooming soll Kinder und Jugendliche ab 8 Jahren vermitteln, wie sie sich vor sexuellen Belästigungen online schützen können. Link zum PDF.	www.saferinternet.at, Fachstelle digitaler Kindesschutz Achtung, österreichisches Gesetz! Das Schweizer Gesetz finden sie unter diesem Link.	2025
Mein Körper gehört mir! 7 bis 9 Jahre	Kinderschutz Schweiz	2024

Unterrichtsmappe für Lehrpersonen zur Vertiefung des Parcours gedacht. Link.		
Wir sind ECHT KLASSE Materialien für den Grundschule zur Prävention von sexuellem Missbrauch. Link.	PETZE – Institut für Gewaltprävention	2022
Präventionsmaterialien von Selbstlaut Materialien zum Thema Gewalt, Kinderrechte, Gefühle, Geheimnisse, Grenzen setzen, Liebe, Beziehungsformen Link.	www.selbstlaut.org, Österreich Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt an Kindern und Jugendlichen	laufend

Unterrichtsmaterialien, Lehrmittel und Schulbesuche zu Vielfalt von Lebensentwürfen, sexuelle und geschlechtliche Vielfalt

Titel mit Link	Autor/-in	Ausgabe Jahr
IdeenSet Geschlechtliche und sexuelle Vielfalt Informationen zum Thema in der Schule, Unterrichtsmaterialien, Bücher für Zyklus 1 bis 3. Link.	Sarah Gfeller PH Bern, Fachstelle für Gleichstellung von Mann und Frau der Stadt Bern	Aktualisiert 2025
ABQ Vielfalt macht Schule! Schulbesuche von queeren Menschen, Weiterbildungen, Unterrichtsmaterialien. Link.		
Lehrplan Q Unterrichsmaterialien, Weiterbildungen. Link.		

Jugendbücher mit Materialien für den Deutschunterricht

Titel mit Link	Autor/-in	Ausgabe Jahr
Fred und ich Ein Kinderroman zu Freundschaft, Liebe, Geschlechterrolle, -identität und trans. Mehr zum Buch.	Lena Hach	2024
«Fred und ich» im Unterricht Lehrerhandreichung zum Kinderroman von Lena Hach, Klassenstufe 5-7. Mehr zum Unterrichtsmaterial.	Christine Sinnwell-Backes	2023
Weitere folgen		

Broschüren

Titel	Autor/-in	Ausgabe Jahr
Broschüren wie Hey you, Deine Sexualität – deine Rechte, LGBT+ Deine Rechte, Klipp und klar, Trans* – eine Informationsbroschüre, Trans* Best-Practice-Leitfaden für Schule und Ausbildung, Sexesss - mein Körper unter der Lupe. Zum Bestellen oder als PDF. Link.	Sexuelle Gesundheit Schweiz, diverse	diverse
Infobroschüren Sexualaufklärung, Schwangerschaft, Pubertät, Verhütung, Safer Sex und vieles mehr von BIÖG zum Bestellen oder als PDF: Link.	Bundesinstitut für öffentliche Gesundheit, Deutschland	diverse
Broschüren in der Schnittstelle von digitalen Medien und Sexualität zum Bestellen oder als PDF Link saferinternet.at und Link klicksafe.de.	www.saferinternet.at, www.klicksafe.de Achtung das Schweizer Gesetz finden sie unter diesem Link.	diverse

Weitere Medienlisten mit Empfehlungen

Finden Sie unter:
https://www.bernergesundheit.ch/pravention-sexuelle-bildung/medienverleih/

Links

Sexualpädagogik **Sexualpädagogische Gruppengespräche**	www.bernergesundheit.ch https://www.bernergesundheit.ch/waswirtun/sexualpaedagogik/schulen/
Beratungsstellen **Jugendliche**	https://www.bernergesundheit.ch/info-liebe-sex/
Broschüren	https://shop.aids.ch/de-ch https://shop.bioeg.de/themen/sexualaufklaerung/
Medienkompetenz / **-sicherheit**	www.skppsc.ch www.jugendundmedien.ch www.klicksafe.de www.handysektor.de
Informationsseiten für Jugendliche	www.feel-ok.ch www.tschau.ch www.147.ch (Tel.147) www.lilli.ch www.du-bist-du.ch
Beratungsstellen bei sexueller Gewalt	www.lantana.ch www.opferhilfe-schweiz.ch www.opferhilfe-bern.ch https://kinderklinik.insel.ch/de/unser-angebot/kinderschutz