



Welche Lernziele sind von Bedeutung? Kinder und/oder Jugendliche ...

Bildungsziele / Kompetenzstufen	Kompetenzen als Lernziele		
	Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
Positives Selbstkonzept	<ul style="list-style-type: none"> <li>• verfügen über erstes Wissen/Grundlagen über Sexualität und Fortpflanzung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• erweitern altersangemessenes Wissen über Sexualität und Fortpflanzung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• verfügen über fundiertes Wissen über Sexualität und Fortpflanzung</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• erfahren eine positive Resonanz auf die eigene Persönlichkeit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• nehmen die positive Resonanz auf die eigene Persönlichkeit an und stärken ihr Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• verfügen über ein angemessenes Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• setzen sich mit eigenen Stärken und Schwächen auseinander</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• sind sich der eigenen Stärken und Schwächen bewusst</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• reflektieren die eigenen Stärken und Schwächen und entwickeln eine konstruktive Einstellung dazu</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• nehmen eigene Gefühle und das eigene Verhalten wahr</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• erkennen den Zusammenhang zwischen eigenen Gefühlen und Verhalten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• reflektieren den Zusammenhang zwischen eigenen Gefühlen und Verhalten und entwickeln daraus eine gute Selbstwahrnehmung</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• nehmen den eigenen Körper sowie entwicklungsbedingte körperliche Veränderungen wahr</li> <li>• entdecken den eigenen Körper und die eigenen Genitalien</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• setzen sich mit dem eigenen Körper sowie entwicklungsbedingten körperlichen Veränderungen auseinander</li> <li>• machen sich die eigene Einstellung zum Körper bewusst und setzen sich damit konstruktiv auseinander</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• reflektieren und akzeptieren den eigenen Körper sowie entwicklungsbedingte körperliche Veränderungen</li> <li>• entwickeln eine positive Einstellung zum Körper</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• werden sich ihres eigenen biologischen, sozialen und psychischen Geschlechts bewusst</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• setzen sich mit ihrem biologischen und sozialen Geschlecht auseinander</li> <li>• werden sich ihrer sexuellen Orientierung bewusst</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• reflektieren ihre sexuelle Identität (biologisches und soziales Geschlecht sowie ihre sexuelle Orientierung) und entwickeln eine positive Haltung dazu</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• erfahren Zärtlichkeit und körperliche Nähe als Ausdruck von Liebe und Zuneigung</li> <li>• erleben körperliche Nähe als lustvolle Erfahrung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• (er)kennen Zärtlichkeit und körperliche Nähe als Ausdruck von Liebe und Zuneigung</li> <li>• kennen die Bedeutung von Sexualität und Liebe setzen sich damit auseinander</li> <li>• entwickeln eine positive Haltung zu Sexualität und Lust</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• haben eine positive Haltung zu Zärtlichkeit und körperliche Nähe als Ausdruck von Liebe und Zuneigung</li> <li>• entwickeln eine eigene Einstellung zu Sexualität und Liebe</li> <li>• haben eine positive Haltung zu Sexualität und Lust</li> <li>• begreifen Sexualität und Liebe als zusammengehörige, aber auch als getrennt auftretende Phänomene</li> </ul>



Bildungsziele \ Kompetenzstufen	Kompetenzen als Lernziele		
	Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
Empathie	<ul style="list-style-type: none"><li>kennen und erfahren Akzeptanz und Wertschätzung</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>entwickeln eine akzeptierende und wertschätzende Haltung anderen Menschen und vielfältigen Lebensweisen gegenüber</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>akzeptieren und wertschätzen andere Menschen und vielfältige Lebensweisen</li><li>akzeptieren die sexuelle Vielfalt</li><li>erkennen gleiche Rechte und Normen für alle an</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li>nehmen Gefühle und Verhalten Anderer wahr</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>reflektieren den Zusammenhang zwischen Gefühlen und Verhalten Anderer und entwickeln angemessene Reaktionen</li><li>nehmen wahr, dass Personen unterschiedliche Gefühle in Bezug auf die gleiche Sache haben können</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>respektieren Gefühle und das Verhalten Anderer und reagieren angemessen darauf</li><li>akzeptieren, dass Personen unterschiedliche Gefühle in Bezug auf die gleiche Sache haben können</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li>kennen und erfahren personen- und situationsangepasstes Verhalten</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>entwickeln personen- und situationsangepasstes Verhalten</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>verhalten sich personen- und situationsangepasst verantwortungsvoll zu anderen Menschen</li></ul>
	<ul style="list-style-type: none"><li>kennen Möglichkeiten der Unterstützung bei belastenden Situationen Anderer</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>reflektieren Möglichkeiten anderen Menschen bei belastenden Situationen zu unterstützen und erkennen (eigene) Grenzen der Unterstützung</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>akzeptieren (eigene) Grenzen der Unterstützung bei belastenden Situationen Anderer und entwickeln eine konstruktive Einstellung dazu</li><li>sind in der Lage, Hilfe für und Abgrenzung von Menschen mit belastenden Situationen angemessen zu dosieren</li></ul>



Bildungsziele \ Kompetenzstufen	Kompetenzen als Lernziele		
	Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
Kreativ-kritisches Denken	<ul style="list-style-type: none"> <li>entwickeln ein altersspezifisches Begriffsverständnis von Sexualität und Fortpflanzung</li> <li>kennen Grundlagen der Entwicklung des biologischen Geschlechts</li> <li>entwickeln ein altersspezifisches Begriffsverständnis von Sexueller Vielfalt</li> <li>kennen mögliche Informationsquellen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>erweitern ihr Begriffsverständnis von Sexualität und Fortpflanzung</li> <li>erweitern das Wissen über die Entwicklung des biologischen Geschlechts und setzen sich mit dem „kleinen Unterschied“ auseinander</li> <li>erweitern ihr Begriffsverständnis von Sexueller Vielfalt</li> <li>sind in der Lage, Quellen und Informationen zu filtern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>reflektieren ihr Begriffsverständnis von Sexualität und Fortpflanzung</li> <li>verfügen über fundiertes Wissen über die Entwicklung des biologischen Geschlechts und reflektieren auf dieser Grundlage die Unterschiede zwischen den Geschlechtern</li> <li>reflektieren ihr Begriffsverständnis von Sexueller Vielfalt</li> <li>sind in der Lage, Quellen und Informationen zu reflektieren</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>sind in der Lage, sexualisierte Inhalte in Medien und Konsumangeboten zu erkennen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>setzen sich mit sexualisierten/sexuellen Inhalten in Medien und Konsumangeboten kreativ-kritisch auseinander</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>reflektieren ihr Verhalten in Bezug auf Medien und Konsumangeboten mit sexualisierten/sexuellen Inhalten</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>kennen und erfahren Akzeptanz und Wertschätzung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>entwickeln eine akzeptierende (und wertschätzende) Haltung anderen Wertvorstellungen und Lebensentwürfen gegenüber</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>akzeptieren (und wertschätzen) andere Wertvorstellungen und Lebensentwürfe</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>kennen die gesellschaftliche Rollenvielfalt und Sexuelle Vielfalt mit ihren Möglichkeiten und Grenzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>setzen sich kreativ-kritisch mit (Geschlechts)rollen und Rollenerwartungen (in der Gesellschaft) auseinander</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>reflektieren den Zusammenhang von gesellschaftlichen Erwartungen und ihrer (Geschlechts)rolle</li> <li>reflektieren den Zusammenhang von gesellschaftlicher Norm und Sexueller Vielfalt</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>kennen ihre sexuellen Rechte (Information, Aufklärung, körperliche Unversehrtheit)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sind in der Lage, über die Verletzung ihrer sexuellen Rechte (z.B. Kindesmissbrauch) zu diskutieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sind sich ihrer sexuellen Rechte bewusst und fordern diese ein</li> <li>erkennen diese für andere an</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>kennen belastende Situationen (psychische, emotionale), die im Zusammenhang mit Liebe und Sexualität auftreten können</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sind in der Lage, über belastende Situationen (psychische, emotionale), die im Zusammenhang mit Liebe und Sexualität stehen, zu diskutieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>setzen sich kreativ-kritisch mit belastenden Situationen, die im Zusammenhang mit Liebe und Sexualität stehen, auseinander</li> </ul>



Bildungsziele \ Kompetenzstufen	Kompetenzen als Lernziele		
	Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
Entscheidungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>werden sich (positiven/negativen) Gruppendrucks bewusst und erproben erste Möglichkeiten (negativen) Gruppendruck standzuhalten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>entwickeln und festigen Möglichkeiten (negativen) Gruppendruck standzuhalten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sind in der Lage, (negativen) Gruppendruck standzuhalten</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>kennen altersspezifische Gesundheitsrisiken und ihre gesundheitlichen Folgen (im sexuellen Kontext)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>setzen sich mit Gesundheitsrisiken und gesundheitlichen Folgen (im sexuellen Kontext) auseinander</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>reflektieren das eigene Verhalten in Bezug auf Gesundheitsrisiken/riskantes Verhalten (im sexuellen Kontext) und ihrer gesundheitliche Folgen</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>sind in der Lage, Risikoverhalten sowie die Vor- und Nachteile zu benennen</li> <li>sind in der Lage, Handlungsmöglichkeiten für die Vermeidung von Gesundheitsrisiken/riskantem Verhalten zu benennen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>üben Risikoverhalten einzuschätzen und die Vor- und Nachteile abzuwägen</li> <li>setzen sich konstruktiv mit Handlungsmöglichkeiten für die Vermeidung von Gesundheitsrisiken/riskantem Verhalten auseinander</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sind in der Lage, Risikoverhalten durch Vor- und Nachteile abzuwägen</li> <li>treffen verantwortungsvolle und informierte Entscheidungen zu ihrem Sexualverhalten</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>lernen und erproben das „Nein-Sagen“</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>erproben und festigen das „Nein-Sagen“</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sind in der Lage, „Nein“ zu sagen</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>lernen Grundlagen und Möglichkeiten der Familienplanung kennen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>kennen und reflektieren Möglichkeiten der Familienplanung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>treffen fundierte Entscheidungen und nutzen verantwortlich Möglichkeiten der Familienplanung</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>lernen „Für und Wider“ hinsichtlich Handlungsmöglichkeiten in Konfliktsituationen kennen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>erproben Handlungsmöglichkeiten in fiktiven Konfliktsituationen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>entscheiden sich für konstruktive Handlungsmöglichkeiten entsprechend der Konfliktsituation</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>sind sich ihrer eigenen sexuellen Bedürfnisse bewusst</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>beachten ihre eigenen sexuellen Bedürfnisse und können sie dem (potentiellen) Partner kommunizieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>treffen sozialverantwortlich Entscheidungen, die ihren sexuellen Bedürfnissen entsprechen</li> </ul>



Bildungsziele \ Kompetenzstufen	Kompetenzen als Lernziele		
	Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
Problemlösekompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>entwickeln ein individuelles Problembewusstsein</li> <li>sind in der Lage, Probleme zu beschreiben</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>erkennen Probleme/problematische Situationen und sind in der Lage, sich dazu mitzuteilen</li> <li>sind in der Lage sich Wissen über Probleme/problematische Situationen anzueignen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>erfassen/begreifen Probleme/problematische Situationen und sind in der Lage, konstruktive Lösungen zu finden und umzusetzen</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>kennen und erfahren Unterstützungssysteme</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sind sich ihrer Unterstützungssysteme bewusst und suchen sich Hilfe und nehmen diese an</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>reflektieren ihre Unterstützungssysteme und suchen sich Hilfe und nehmen diese an</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>kennen Handlungsmöglichkeiten bei Konflikten und belastenden Situationen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>erproben und festigen Handlungsmöglichkeiten bei Konflikten und belastenden Situationen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>verfügen über situationsangepasste Handlungsmöglichkeiten bei Konflikten und belastenden Situationen</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>stärken das Vertrauen in ihre Problemlösefähigkeit durch positive Erfahrungen bei der Lösung von einfachen Problemen/Aufgaben</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>stärken das Vertrauen in ihre Problemlösefähigkeit durch positive Erfahrungen bei der Lösung von komplexen Problemen/Aufgaben</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>verfügen über ein angemessenes Vertrauen in die eigene Problemlösefähigkeit</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>kennen Motive/Motivation, sich mit Problemen/problematischen Situationen auseinanderzusetzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>werden sich eigener Motive/Motivation für die Auseinandersetzung mit Problemen/problematischen Situationen bewusst</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sind motiviert sich mit Problemen/problematischen Situationen konstruktiv auseinanderzusetzen</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>nehmen Veränderungen im Leben wahr</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>setzen sich mit Veränderungen im Leben auseinander</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>gehen mit Veränderungen im Leben konstruktiv um</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>kennen Möglichkeiten sich gegen sexuelle Belästigung zu wehren und sich Hilfe zu suchen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>trainieren sich gegen sexuelle Belästigung zu wehren, sich selbst zu verteidigen und sich Hilfe zu suchen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sind in der Lage, sich gegen sexuelle Belästigung zu wehren und ggf. andere zu verteidigen</li> </ul>



Bildungsziele	Kompetenzen als Lernziele		
	Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
Beziehungskompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>kennen und erfahren gleichberechtigte Kommunikations(möglichkeiten) in Freundschaft, Familie und Partnerschaft</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>erfahren und trainieren gleichberechtigte Kommunikations(möglichkeiten) in Freundschaft, Familie und Partnerschaft und können schwierige Themen auf Augenhöhe kommunizieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>kommunizieren gleichberechtigt und respektieren unterschiedliche Meinungen</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>kennen und erfahren die Bedeutung von Freundschaft, Familie (und Partnerschaft)</li> <li>bilden (erste) Freundschaften</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>bauen Freundschaften/Partnerschaften auf gegenseitigem Vertrauen auf</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>pflügen und vertiefen ihre Freundschaften/Partnerschaften</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>kennen und machen erste Erfahrungen im Umgang mit Neuen Medien in Bezug auf sich selbst und Andere</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>üben/trainieren den verantwortlichen Umgang mit Neuen Medien in Bezug auf sich und Andere</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>gehen verantwortlich mit Neuen Medien in Bezug auf sich selbst und Andere um</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>haben Vorstellungen von partnerschaftlichen Beziehungen und können sich dazu mitteilen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sind in der Lage, in (ihren) partnerschaftlichen Beziehungen über (ihre) Vorstellungen und Erwartungen zu diskutieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>reflektieren die eigenen Beziehungen</li> <li>unterscheiden für die eigene Persönlichkeit förderliche und nichtförderliche Beziehungen</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>kennen eigene sexuelle Bedürfnisse</li> <li>kennen Rücksichtnahme</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>erproben eigene sexuelle Bedürfnisse(durch „ICH“-Botschaften) zu äußern</li> <li>nehmen die sexuellen Bedürfnisse des Anderen wahr</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sind in der Lage eigene sexuelle Bedürfnisse(durch „ICH“-Botschaften) zu äußern</li> <li>respektieren die sexuellen Bedürfnisse des Anderen</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>kennen Verhütungsmethoden und lernen wie man darüber spricht</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sind in der Lage sich dem Partner über Verhütung mitzuteilen</li> <li>entwickeln/haben ein Bewusstsein der gemeinsamen Verantwortung für die Verhütung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sind in der Lage, Verantwortung für Verhütung zu übernehmen</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>(er)kennen Sendung und Aussendung sexueller Signale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>setzen sich mit Sendung und Aussendung sexueller Signale altersgemäß auseinander</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sind in der Lage, verantwortlich mit Sendung und Aussendung sexueller Signalen umzugehen</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>erfahren Wohlbefinden in sozialen Kontakten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>können zum Wohlbefinden in sozialen Kontakten beitragen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>reflektieren ihr Wohlbefinden in sozialen Kontakten</li> </ul>



Bildungsziele \ Kompetenzstufen	Kompetenzen als Lernziele		
	Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
Emotionale Kompetenz	<ul style="list-style-type: none"> <li>kennen ihre Gefühle und Bedürfnisse und benennen Wege diese auszudrücken</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>trainieren eigene Gefühle und Bedürfnisse durch „ICH“-Botschaften auszudrücken</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>drücken eigene Gefühle und Bedürfnisse angemessen aus</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>lernen und erproben (in fiktiven Situationen) mit Enttäuschungen umzugehen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>erproben und festigen (in fiktiven Situationen), wie man mit Enttäuschungen umgehen kann</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sind in der Lage, angemessen mit Enttäuschungen umzugehen</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>(er)kennen (eigene Bedürfnisse) nach Nähe und Sexualität</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>setzen sich mit (eigenen) Bedürfnissen nach Nähe und Sexualität auseinander</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>reflektieren das eigene Bedürfnis nach Nähe und Sexualität und sind in der Lage (mit dem Partner) darüber zu reden</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>machen sich bewusst, dass andere auch verschiedene Gefühle und Bedürfnisse haben und äußern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>erkennen und nehmen Gefühle und Bedürfnisse Anderer (u.a. durch aktives Zuhören) wahr</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>respektieren Gefühle und Bedürfnisse Anderer und reagieren angemessen darauf</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>kennen Möglichkeiten, mit belastenden oder sozial problematischen Gefühlen umzugehen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>trainieren Möglichkeiten, mit belastenden oder sozial problematischen Gefühlen umzugehen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>sind in der Lage, mit belastenden oder sozial problematischen Gefühlen konstruktiv umzugehen</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>kennen und trainieren Möglichkeiten der Entspannung und Stressbewältigung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>vertiefen geeignete Möglichkeiten der Entspannung und Stressbewältigung und wenden diese an</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>verinnerlichen/wenden geeignete Möglichkeiten der Entspannung und Stressbewältigung an</li> </ul>

**Quellen:**

Aidshilfe Zwickau/Westsachsen (2013). *Sexualpädagogische Angebote. Geschlechterrollen*. [Elektronische Version]. Zugriff am 08.04.2013. <http://www.aidshilfe-zwickau.de/pages/praevention/sexualpaedagogische-angebote/geschlechterrollen.php>

Berk, L. E. (2005). *Entwicklungspsychologie*. München: Pearson Studium

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (1997). *Rahmenkonzept Sexuaufklärung für Jugendliche*. 1. Auflage. Köln

Etschenberg, K. (2010). *Handreichung zur Sexualerziehung an Schulen in Hessen*. Amt für Lehrerbildung (Hrsg.). 1. Auflage. Frankfurt a. Main. [Elektronische Version]. Zugriff am 09.04.2013 [http://www.schuleundgesundheit.hessen.de/fileadmin/content/Medien/Ordner\\_S\\_G/Sexualerziehung\\_Internet.pdf](http://www.schuleundgesundheit.hessen.de/fileadmin/content/Medien/Ordner_S_G/Sexualerziehung_Internet.pdf)

Etschenberg, K. (2012). Reihe: Gesundheit und Schule. Sexualpädagogisches Periodikum: aufgeklärt, selbstbestimmt und fair. *Themenheft 1: Sexualität und Sexualerziehung – Grundlagen*. BZgA (Hrsg.). 1. Auflage. Köln

Hessisches Kultusministerium (Hrsg.) (2007). *Lehrplan Sexualerziehung Hessen vom 01. Oktober 2007* (267. Verordnung über Lehrpläne vom 20.9.2007). [Elektronische Version]. Zugriff am 30.04.2012 <http://schuleundgesundheit.hessen.de/rechtsgrundlagen/lehrplan-sexualerziehung.html>



Population Council (2009). It's all one curriculum. Guidelines and activities for a unified approach to sexuality, gender, HIV, and human rights education. New York. [Elektronische Version]. Zugriff am 21.01.2013 [http://blog.iwhc.org/wp-content/uploads/2010/11/2010PGY\\_ItsAllOneActivities\\_en.pdf](http://blog.iwhc.org/wp-content/uploads/2010/11/2010PGY_ItsAllOneActivities_en.pdf)

Raithel, J. (2011). *Jugendliches Risikoverhalten: Eine Einführung*. 2. überarb. Auflage. Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften [Elektronische Version]. <http://books.google.at/books?id=uL4NMKZlvy8C&printsec=frontcover&dq=jugendliches+risikoverhalten+raithel&hl=de&sa=X&ei=LLCQUfj-FdHjtQaHooGgDA&ved=0CDgQ6AEwAQ#v=onepage&q=jugendliches%20risikoverhalten%20raithel&f=false>

Salisch, M. v. (2002). Emotionale Kompetenz entwickeln: Hintergründe, Modellvergleich und Bedeutung für Entwicklung und Erziehung. In M. von Salisch (Hrsg.). *Emotionale Kompetenz entwickeln. Grundlagen in Kindheit und Jugend* (S. 31-49). Stuttgart: Kohlhammer

Schaumann, U. (2009). Körperbild und Körperbildstörung. In: M. J. Waibel & C. Jakob-Krieger (Hrsg.). *Integrative Bewegungstherapie - Störungsspezifische und ressourcenorientierte Praxis* (S. 143). Stuttgart: Schattauer

Siegler R., DeLoache J., Eisenberg N. (2011). *Entwicklungspsychologie im Kindes- und Jugendalter*. Deutsche Ausgabe. 3. Auflage. Heidelberg: Spektrum Akademischer Verlag.

WHO- Regionalbüro für Europa und BZgA (2011). *Standards für die Sexualaufklärung in Europa. Rahmenkonzept für politische Entscheidungsträger, Bildungseinrichtungen, Gesundheitsbehörden, Expertinnen und Experten*. BZgA (Hrsg.). Köln.