

Weitere Infos &  
Bestellung unter  
fit-for-love.org

## Ja, ich will aufklären!

- **Hiermit bestelle ich** auf Rechnung  
\_\_\_ Ex. von »Fit for Love? – Praxisbuch zur  
Prävention von Internet-Pornografie-Konsum«,  
je 29,90 Euro (inkl. MwSt, zzgl. Versand).  
**Rabatt: Ab 10 Stk. nur noch 19,90 Euro pro Buch.**

- **Bitte senden Sie mir** weitere Faltblätter zum  
Verteilen. Ich benötige \_\_\_ Stück.

Name, Vorname

Institution/Einrichtung

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

E-Mail-Adresse

Datum, Ort, Unterschrift

## Fit-for-Love: Unsere Angebote für Sie



- **Praxisbuch »Fit for Love?«** zur Prävention von Internet-Pornografie-Konsum
- **Fortbildungen** bei Ihnen vor Ort für Lehrkräfte und andere Fachleute
- **Veranstaltungen** für Jugendliche zu Liebe und Sexualität sowie Prävention von Porno-Konsum
- **Website für Jugendliche:** Coole Ansprache und harte Fakten unter return-to-reality.de
- **Website für Multiplikatoren:** fit-for-love.org

**Elektronische Medien können  
süchtig machen. Wir informieren  
und helfen Menschen, die  
aussteigen wollen.**



Seit 2008 begleitet die Fachstelle return Menschen, die aus problematischem Medienkonsum aussteigen wollen. Unser Team von Pädagogen und Psychologen bietet

- **Beratung und Therapie** für Betroffene
- **Seminare und Publikationen**
- **Suchtpräventions-Projekte** mit Jugendlichen
- **Informationsveranstaltungen** für Eltern
- **Fortbildungen** für pädagogische u. therapeut. Fachkräfte

return – Fachstelle Mediensucht  
Oberstraße 13 A • 30167 Hannover • Festnetz: 0511. 48 97 465-0  
Mobil: 0176 516 38644 • E-Mail: info@return-hannover.de  
**www.return-mediensucht.de • www.fit-for-love-org**  
Bankverbindung: Sparkasse Hannover  
IBAN: DE76 2505 0180 0910 4221 09 • BIC: SPKHDE2H  
Spenden sind steuerlich absetzbar.

return gemeinnützige GmbH • Geschäftsführer: Eberhard Freitag  
HRB 217559 AG Hannover • St.-Nr.: 25/207/29508 • USt-IDNr.: DE321251638

# Pornos sind nicht harmlos. Jetzt aufklären.

Denn  
Liebe ist  
mehr.\*

\* Zwei Drittel aller männlichen Jugendlichen zwischen 16 und 19 Jahren konsumieren täglich bis wöchentlich Pornos. Häufige Folgen: Beziehungsstörungen, sexuelle Übergriffe und Sucht.



»Fit for Love?« ist  
ein innovatives **Lehrmaterial**  
für Schule und Jugendarbeit.  
Für eine **bindungsorientierte**  
Sexualpädagogik.



## Pornos sind überall

Am PC, auf dem Smartphone, auf dem Schulhof – überall werden Kinder und Jugendliche mit Inhalten konfrontiert, die ihnen nachhaltig schaden. Fast die Hälfte aller elf- bis dreizehnjährigen Kinder haben bereits pornografische Bilder oder Filme gesehen, bei den 17jährigen sind es bereits 93% der Jungen und 80% der Mädchen (*Dr.-Sommer-Studie 2009*). Bereits 2008 hat eine Online-Befragung der DGSS an über 6.500 Probanden ergeben, dass 20% der 16-19-jährigen Jungen täglich (!) Pornografie konsumieren (*Pastötter, Pryce & Drey, 2008*) – und das war vor dem Smartphone-Boom.

## Alles andere als harmlos

Zahlreiche Studien belegen: Pornokonsum gefährdet die Beziehungsfähigkeit, fördert sexuelle Gewalt und birgt ein hohes Suchtpotential. Tägliche Konsumenten sind dreimal so häufig Täter von sexuellem Missbrauch als seltenere Konsumenten. Und sie konsumieren fast sechs Mal so häufig auch Kinderpornografie (*Swedin et al, 2011*). Sexuelle Übergriffe unter Minderjährigen nehmen zu. Längsschnittstudien zeigen: Je häufiger Jugendliche Pornografie konsumieren, umso mehr trennen sie Sexualität von jedem Beziehungskontext und halten Promiskuität für normal. Jugendschutzgesetze und Filtersoftware sind wichtig, aber

sie reichen nicht aus. Nur wer versteht, wie Pornos wirken, kann Nein sagen.

»Pornos hatten meine ganze Phantasie vergiftet. Ich war nicht mehr in der Lage, Mädchen einfach normal zu begegnen, ohne die Bilder im Kopf.«

## Jetzt aufklären!

Kinder und Jugendliche brauchen Hilfe, um die Auswirkungen von Pornokonsum zu durchschauen und eine fundierte Haltung dazu zu gewinnen. Unterstützen Sie Teenager dabei, einen reifen, verantwortlichen und selbstbestimmten Umgang mit der eigenen Sexualität zu entwickeln.

»Fit for Love« ist ein innovatives Lehrmaterial zur Prävention von jugendlichem Pornokonsum. Ziele sind die nachhaltige Stärkung der Persönlichkeit und die Prävention von süchtigen Konsummustern. Jugendliche werden in ihrer Empathie- und Beziehungsfähigkeit gefördert, damit sie eine gesunde Intimität leben können. Mit 25 erprobten Bausteinen, zum Beispiel:

- Warum ist das so peinlich? Pornografie und Schamgefühl
- Der Innere Garten: Schutzraum für Identität und Intimität
- Sexuelle Lerngeschichte: Aufblühen oder verkümmern?
- Beziehungshaus: Eine tragfähige Partnerschaft aufbauen
- Der Köder am Haken: Vom Wesen eines Suchtverhaltens
- Quellenarbeiten: Gesetze, Interviews, Betroffenenberichte

## Für Ihren Unterricht

»Fit for Love?« **Praxisbuch zur Prävention von Internet-Pornografie-Konsum. Eine bindungsorientierte Sexualpädagogik.** Entwickelt von Dipl.-Psych. Tabea Freitag. Vorwort: Prof. (US) Dr. Jakob Pastötter

3. Auflage, DIN A4, 184 Seiten, inklusive CD-ROM für Beamerinsatz, mit Kopier- vorlagen für Unterricht:

**29,90 €**

inkl. MWSt, zzgl. Versandkosten

Weißt du, was Pornos mit dir machen?



## Tabuthema?

Gewinnen Sie Sicherheit. Der geschlechtssensible und wertschätzende Ansatz von »Fit for Love?« erleichtert es Ihnen, das brisante Thema im Unterricht aufzugreifen, ohne Schamgefühle zu verletzen. Die praxiserprobten Bausteine können Sie fächerübergreifend in Ihren Unterricht integrieren oder in der Jugendarbeit einsetzen.

### Das Praxisbuch »Fit for Love?« bietet Ihnen

- fundierte Informationen zur Wirkung von Pornografie
- wissenschaftliche Grundlagen einer bindungsorientierten Sexualpädagogik sowie eingehende Auseinandersetzung mit der »Sexualpädagogik der Vielfalt«
- Vermittlung eines positiven Bildes von verantwortlicher Sexualität in ihrer körperlichen, psychischen und Beziehungsdimension
- ausgearbeitete Stundenentwürfe mit methodischer Vielfalt für verschiedene Altersgruppen (13-19 Jahre)
- zahlreiche Arbeitsblätter und Kopiervorlagen
- Beamer-Präsentationen für den Unterricht auf CD-ROM