Bundesinstitut für
Öffentliche Gesundheit

Sexualaufklärung,
Verhütung und
Familienplanung

Jugendsexualität 10. Welle

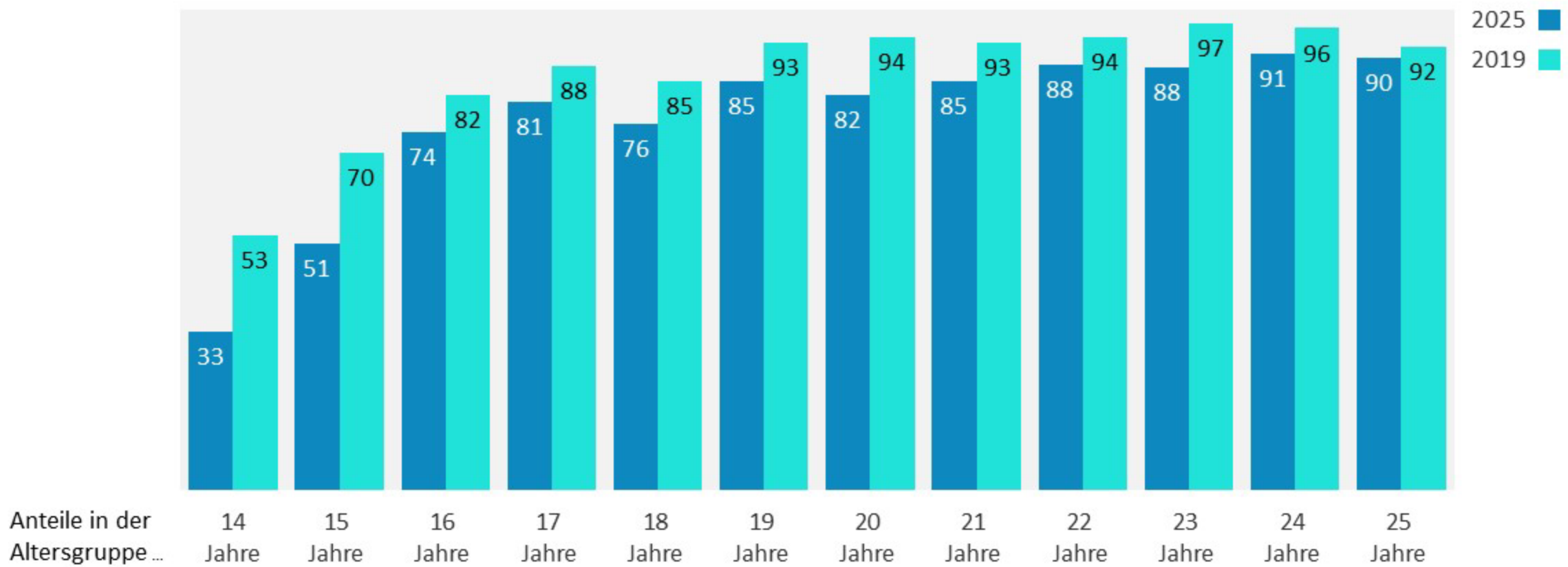
Grafiken aus dem Short Report

Wiederholungsbefragung
JUGEND
SEXUALITÄT
10. Welle

Gegengeschlechtliche Erfahrung mit Küssen

14- bis 25-Jährige nach Altersjahren im Trend

Frage: In den folgenden Fragen geht es ausschließlich um heterosexuelle Kontakte. Es gibt verschiedene Arten des Austausches von Zärtlichkeiten zwischen Mann und Frau. Bitte markieren Sie alles, was Sie hiervon selbst schon einmal gemacht oder erlebt haben. In Grafik ausgewertet: Küssen

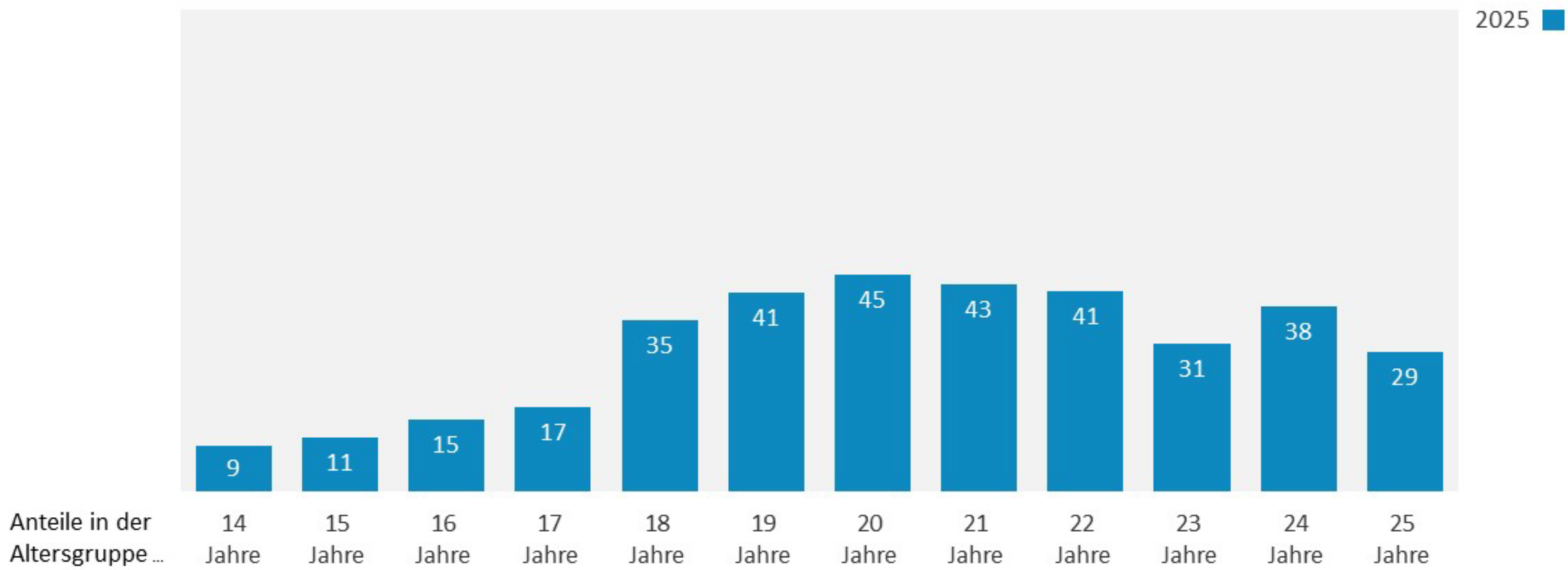


Basis: 14- bis 25-Jährige (2025: *n* = 5.855, 2019: *n* = 6.032) | Darstellung: Angaben in Prozent
Quelle: BIÖG, Jugendsexualität 10. Welle, Befragung 2019, 2025

Gleichgeschlechtliche Erfahrung mit Küssen/Streicheln

14- bis 25-Jährige nach Altersjahren

Frage: Es gibt ja auch verschiedene Arten des Austausches von Zärtlichkeiten zwischen zwei Menschen gleichen Geschlechts. Bitte markieren Sie alles, was Sie hiervon selbst schon einmal gemacht oder erlebt haben. In Grafik ausgewertet: Küssen/Streicheln

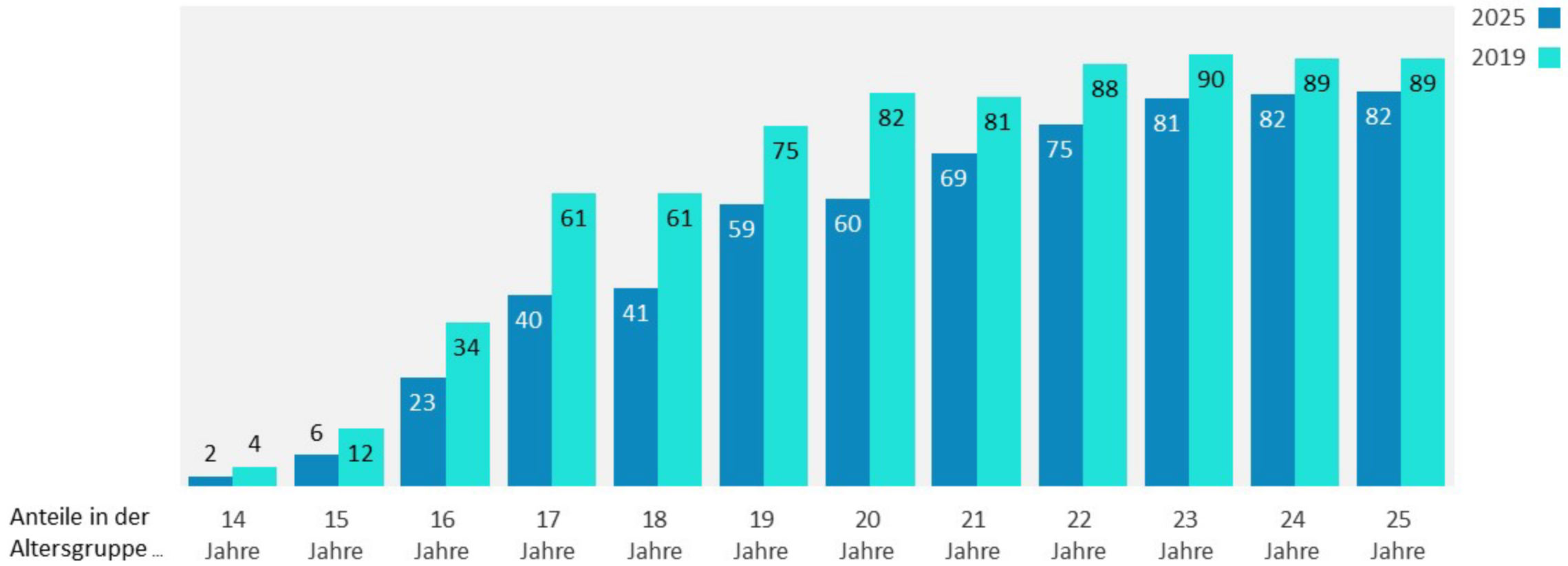


Basis: 14- bis 25-Jährige (*n* = 5.855) | Darstellung: Angaben in Prozent
Quelle: BIÖG, Jugendsexualität 10. Welle, Befragung 2025

Gegengeschlechtliche Erfahrung mit Sex

14- bis 25-Jährige nach Altersjahren im Trend

Frage: In den folgenden Fragen geht es ausschließlich um heterosexuelle Kontakte. Es gibt verschiedene Arten des Austausches von Zärtlichkeiten zwischen Mann und Frau. Bitte markieren Sie alles, was Sie hiervon selbst schon einmal gemacht oder erlebt haben. In Grafik ausgewertet: heterosexueller Sex

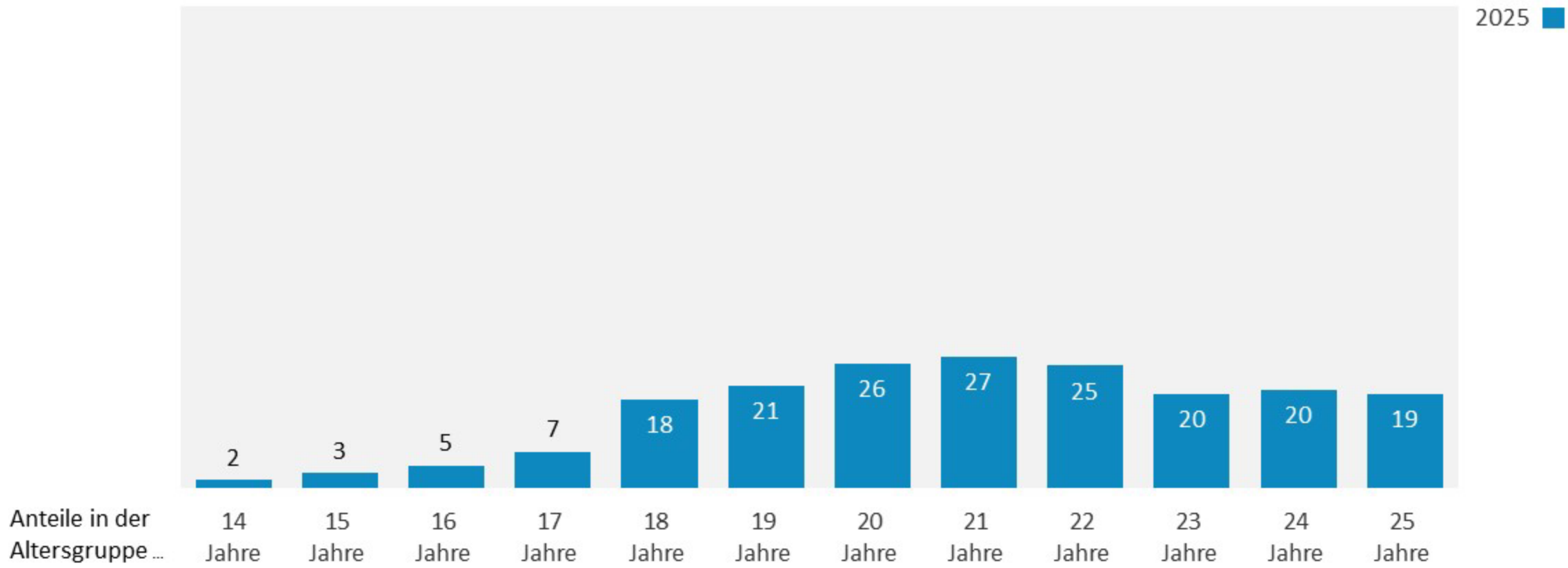


Basis: 14- bis 25-Jährige (2025: *n* = 5.855, 2019: *n* = 6.032) | Darstellung: Angaben in Prozent
Quelle: BIÖG, Jugendsexualität 10. Welle, Befragung 2019, 2025

Gleichgeschlechtliche Erfahrung über Küssen/Streicheln hinaus

14- bis 25-Jährige nach Altersjahren

Frage: Es gibt ja auch verschiedene Arten des Austausches von Zärtlichkeiten zwischen zwei Menschen gleichen Geschlechts. Bitte markieren Sie alles, was Sie hiervon selbst schon einmal gemacht oder erlebt haben. In Grafik ausgewertet: Kontakte über Küssen/Streicheln hinaus



Basis: 14- bis 25-Jährige (*n* = 5.855) | Darstellung: Angaben in Prozent
Quelle: BIÖG, Jugendsexualität 10. Welle, Befragung 2025

Angemessenheit des Zeitpunkts des ersten Sex

14- bis 25-Jährige nach Geschlecht im Trend

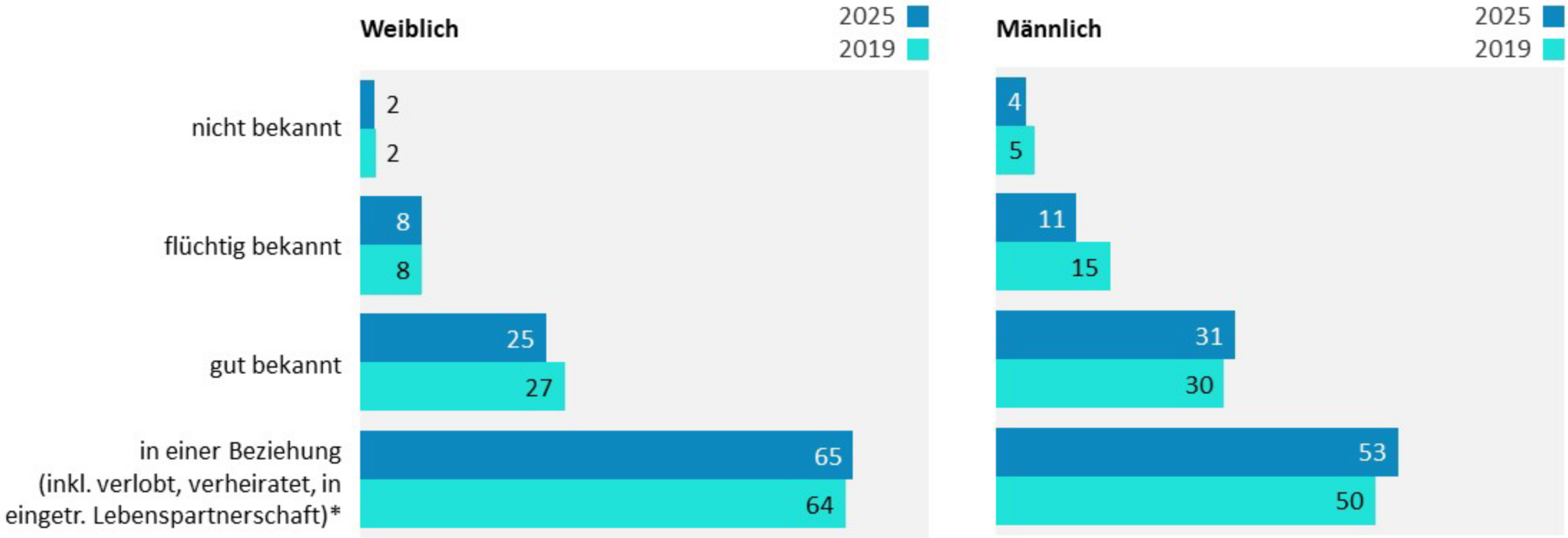
Frage: Wenn Sie heute an Ihren ersten Sex zurückdenken: War der Zeitpunkt für das erste Mal für Sie viel zu früh – etwas zu früh – gerade zum richtigen Zeitpunkt – oder eher recht spät?

Basis: 14- bis 25-Jährige mit hetero-/homosexueller Sexerfahrung (2025: *n* = 2.482, 2019: *n* = 3.078) | Darstellung: Angaben in Prozent
Quelle: BIÖG, Jugendsexualität 10. Welle, Befragung 2019, 2025

Bekanntheit mit dem Partner/der Partnerin beim ersten Sex

14- bis 25-Jährige nach Geschlecht im Trend

Frage: Wie genau kannten Sie die Person, mit der Sie zum ersten Mal Sex hatten?



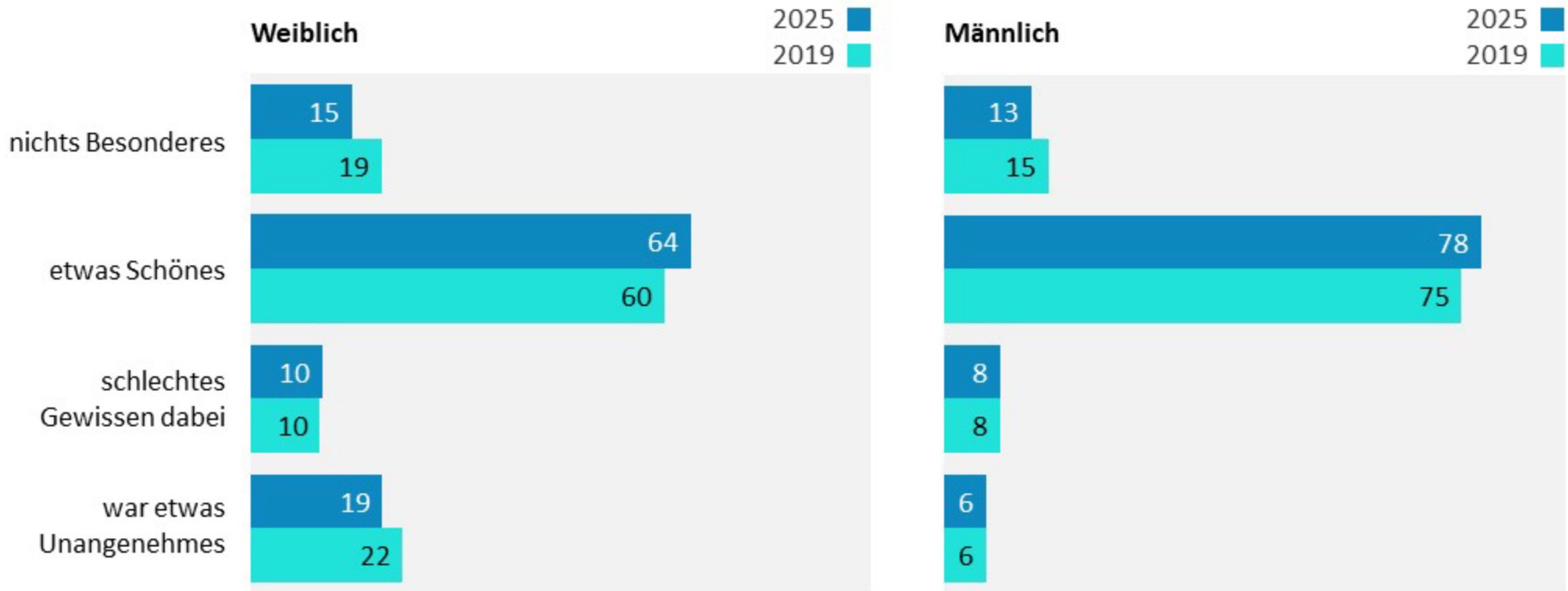
Basis: 14- bis 25-Jährige mit hetero-/homosexueller Sexerfahrung (2025: *n* = 2.482, 2019: *n* = 3.078) | Darstellung: Angaben in Prozent | * in 2019: „ich war mit dem Partner bzw. der Partnerin fest befreundet“ (inkl. verlobt, verheiratet)

Quelle: BIÖG, Jugendsexualität 10. Welle, Befragung 2019, 2025

Erleben des ersten Sex

14- bis 25-Jährige nach Geschlecht im Trend

Frage: Wie haben Sie Ihren ersten Sex erlebt?

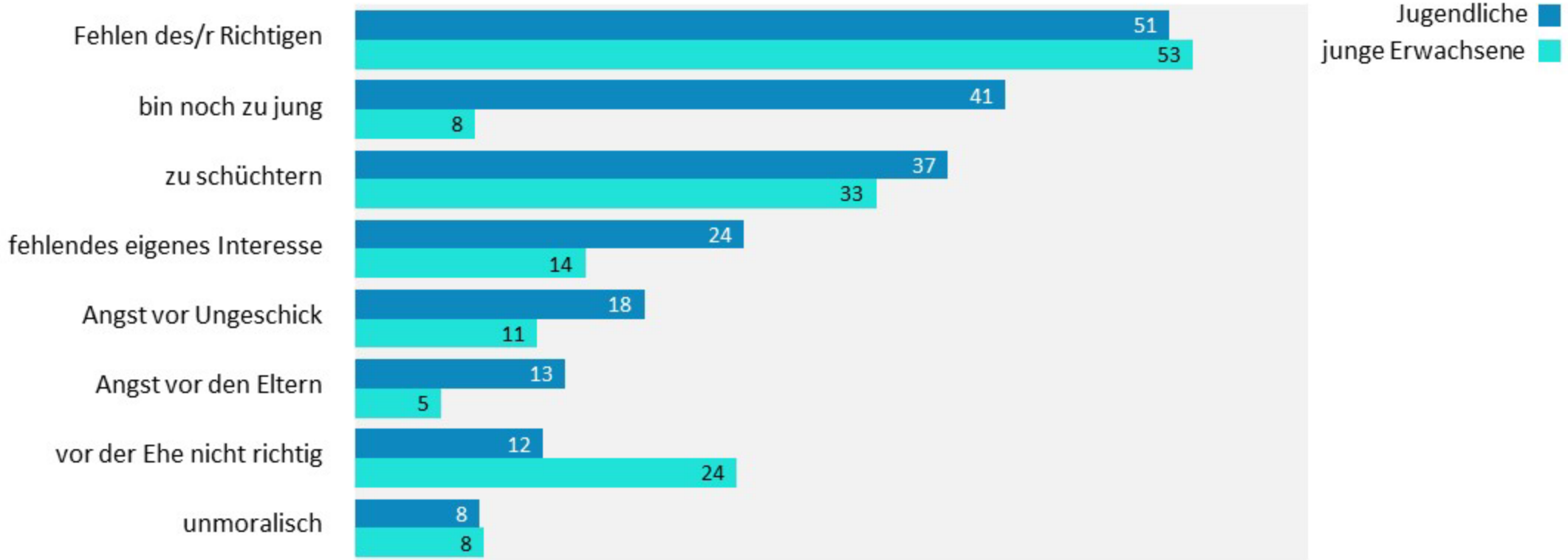


Basis: 14- bis 25-Jährige mit hetero-/homosexueller Sexerfahrung (2025: *n* = 2.482, 2019: *n* = 3.078) | Mehrfachnennungen |
Darstellung: Angaben in Prozent
Quelle: BIÖG, Jugendsexualität 10. Welle, Befragung 2019, 2025

Gründe für keinen engeren Kontakt

14- bis 25-Jährige ohne sexuelle Kontakte

Frage: Hier ist nun eine Liste mit Gründen, die viele genannt haben, weshalb sie keinen engeren Kontakt mit anderen Menschen gehabt haben. Markieren Sie bitte die Gründe, die für Sie hierbei entscheidend waren.

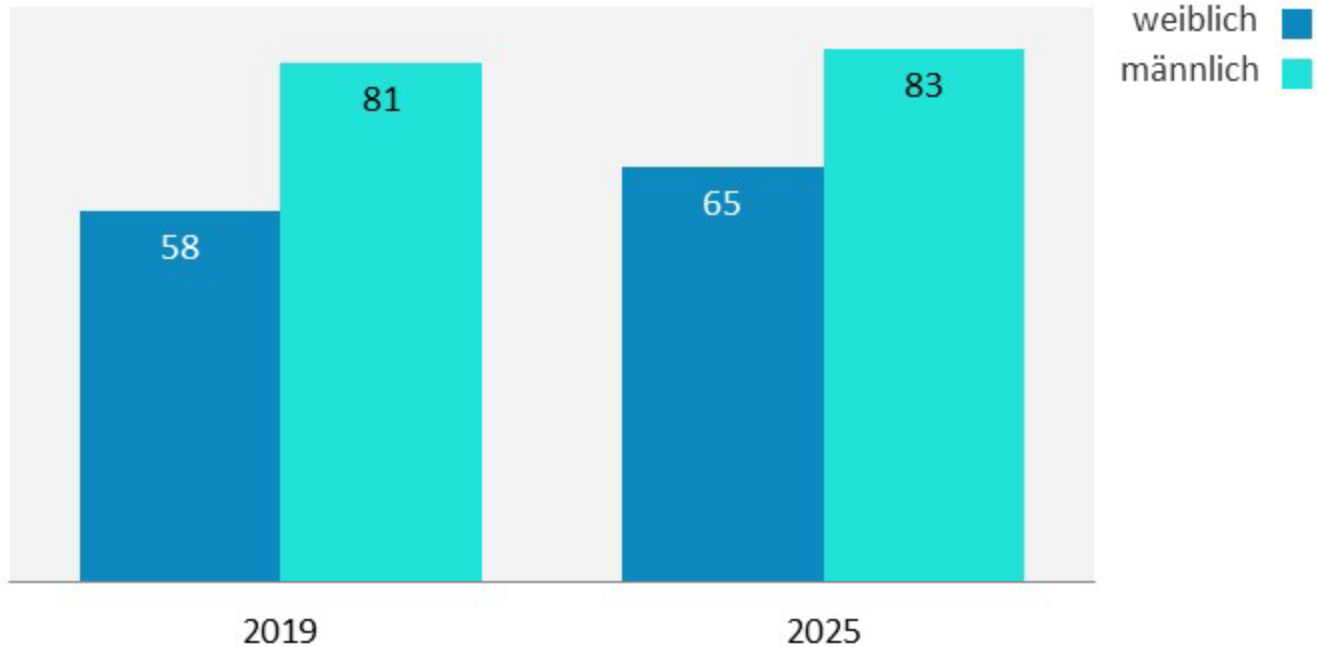


Basis: 14- bis 25-Jährige, die bisher keinerlei Zärtlichkeiten in Abhängigkeit von der eigenen sexuellen Orientierung ausgetauscht haben (*n* = 1.577) | Mehrfachnennungen | Darstellung: Angaben in Prozent (Auswahl)
Quelle: BIÖG, Jugendsexualität 10. Welle, Befragung 2025

Selbstbefriedigung

14- bis 25-Jährige nach Geschlecht im Trend

Frage: Es gibt auch die Möglichkeit der Selbstbefriedigung. Haben Sie sich in den letzten 12 Monaten selbst befriedigt?

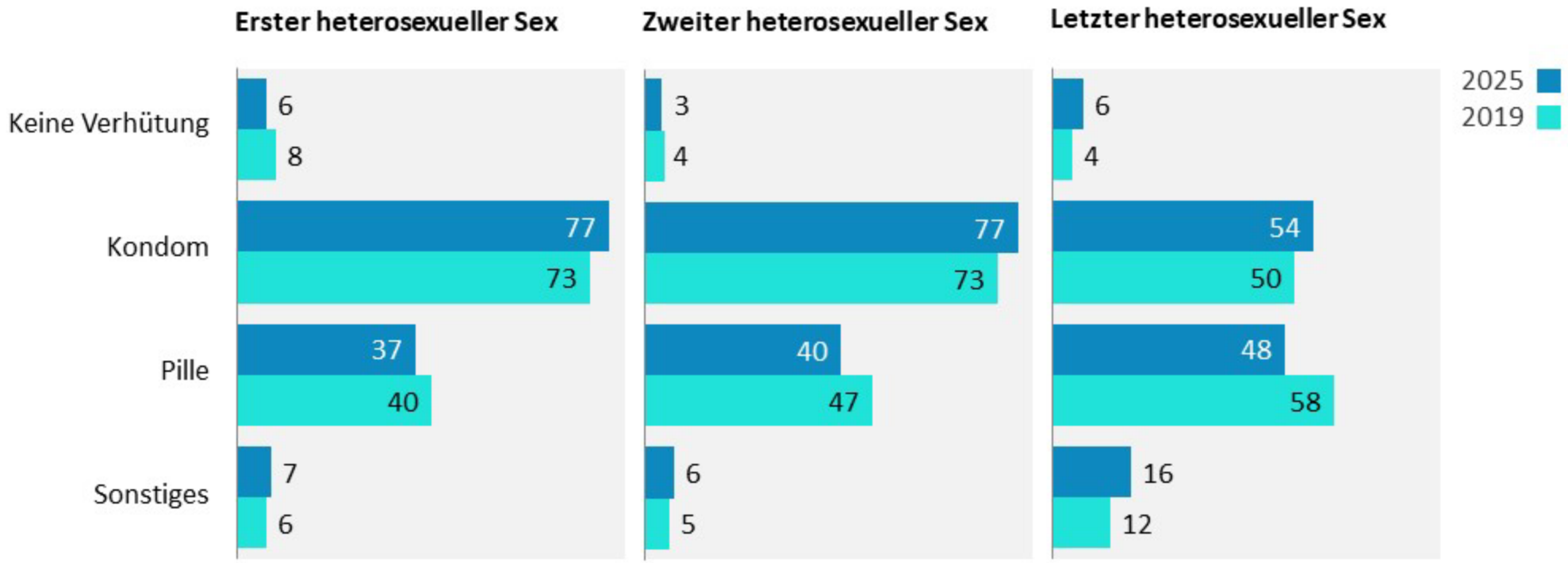


Basis: 14- bis 25-Jährige (2025: *n* = 5.855, 2019: *n* = 6.032) | Darstellung: Ja-Anteile in Prozent
Quelle: BIÖG, Jugendsexualität 10. Welle, Befragung 2019, 2025

Verhütung mit zunehmender Erfahrung

14- bis 25-Jährige im Trend

Fragen: Was haben Sie und/oder Ihr Partner/Ihre Partnerin beim 1./2./letzten heterosexuellen Sex unternommen, um eine Schwangerschaft zu verhüten?



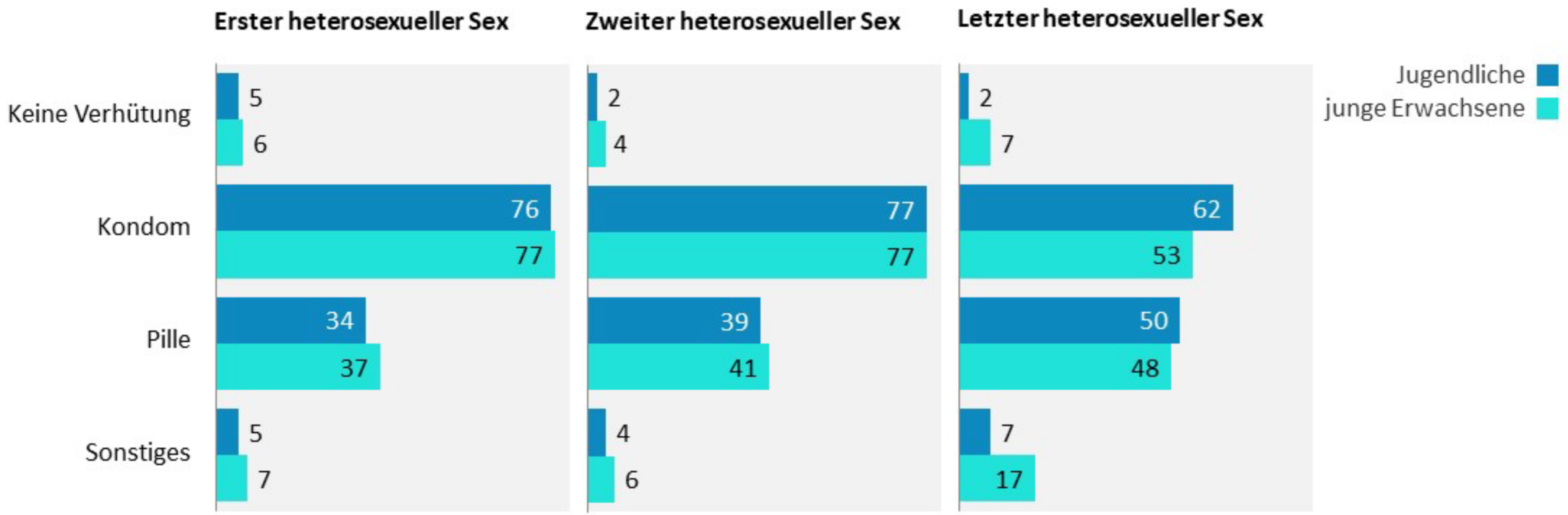
Basis: 14- bis 25-Jährige mit (mehrmaliger) heterosexueller Sex-Erfahrung (2025: *n* = 2.260, *n* = 2.183, *n* = 2.197; 2019: *n* = 3.018, *n* = 2.947, *n* = 2.953) | Mehrfachnennungen | Darstellung: Angaben in Prozent

Quelle: BIÖG, Jugendsexualität 10. Welle, Befragung 2019, 2025

Verhütung mit zunehmender Erfahrung

14- bis 25-Jährige nach Alter

Fragen: Was haben Sie und/oder Ihr Partner/Ihre Partnerin beim 1./2./letzten heterosexuellen Sex unternommen, um eine Schwangerschaft zu verhüten?



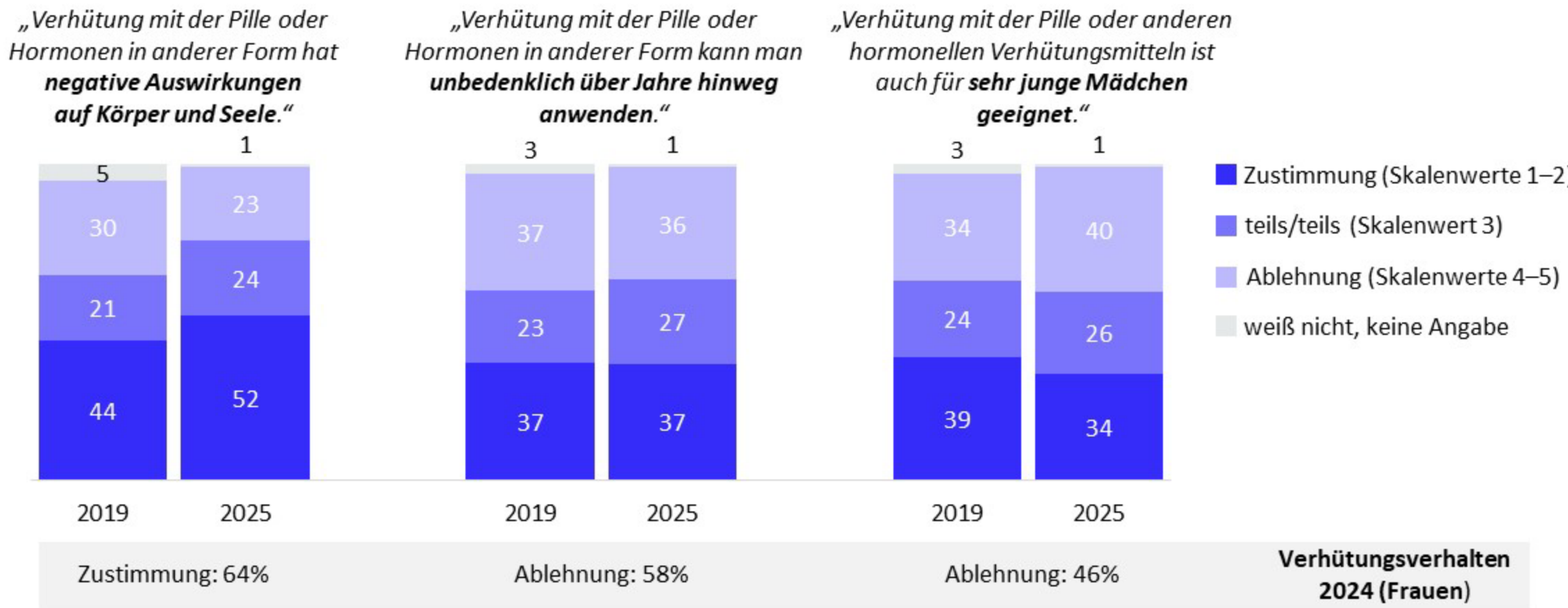
Basis: 14- bis 25-Jährige mit (mehrmaliger) heterosexueller Sex-Erfahrung (n = 2.260, n = 2.183, n = 2.197) | Mehrfachnennungen | Darstellung: Angaben in Prozent

Quelle: BIÖG, Jugendsexualität 10. Welle, Befragung 2025

Einstellungen zu hormoneller Verhütung

Mädchen und junge Frauen mit sexueller Erfahrung im Trend

Frage: Zu Verhütungsmitteln gibt es ja unterschiedliche Ansichten. Auf einer Skala von 1 "stimme vollkommen zu" bis 5 "stimme überhaupt nicht zu": Wie sehr stimmen Sie persönlich den folgenden Ansichten zu?

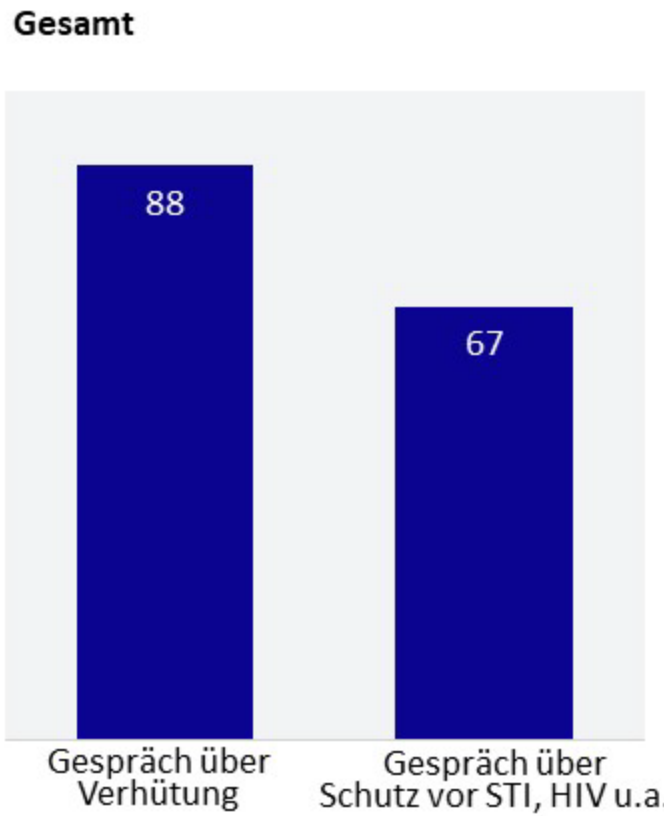


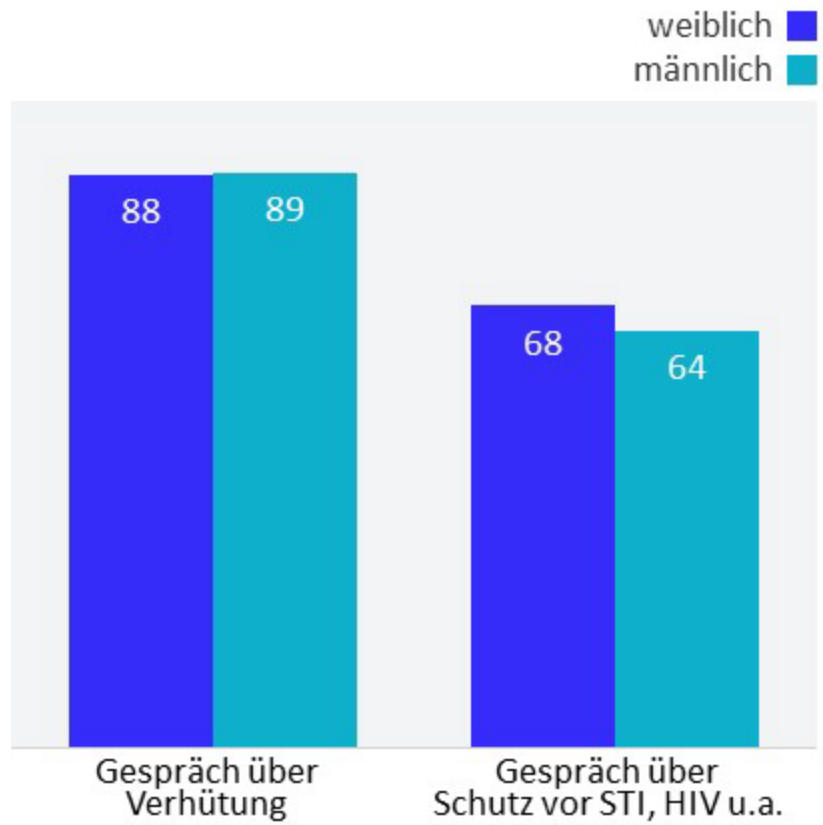
Basis: 14- bis 25-jährige Mädchen/junge Frauen mit mehrmaliger heterosexueller Sex-Erfahrung (2025: *n* = 1.429, 2019: *n* = 1.837) | Angaben in Prozent | Darstellung: „Top-Two Werte" (1-2), mittlerer Skalenwert (3), Bottom-Two-Werte" (4-5)
Quelle: BIÖG, Jugendsexualität 10. Welle, Befragung 2019, 2025

Kommunikation in Partnerschaften über Verhütung und STI

14- bis 25-Jährige gesamt und nach Geschlecht

Fragen: Sprechen Sie mit Ihrem Partner/Ihrer Partnerin über Verhütung? // Haben Sie mit Ihrem Partner/Ihrer Partnerin über das Thema Schutz vor HIV/AIDS oder anderen sexuell übertragbaren Infektionen gesprochen?



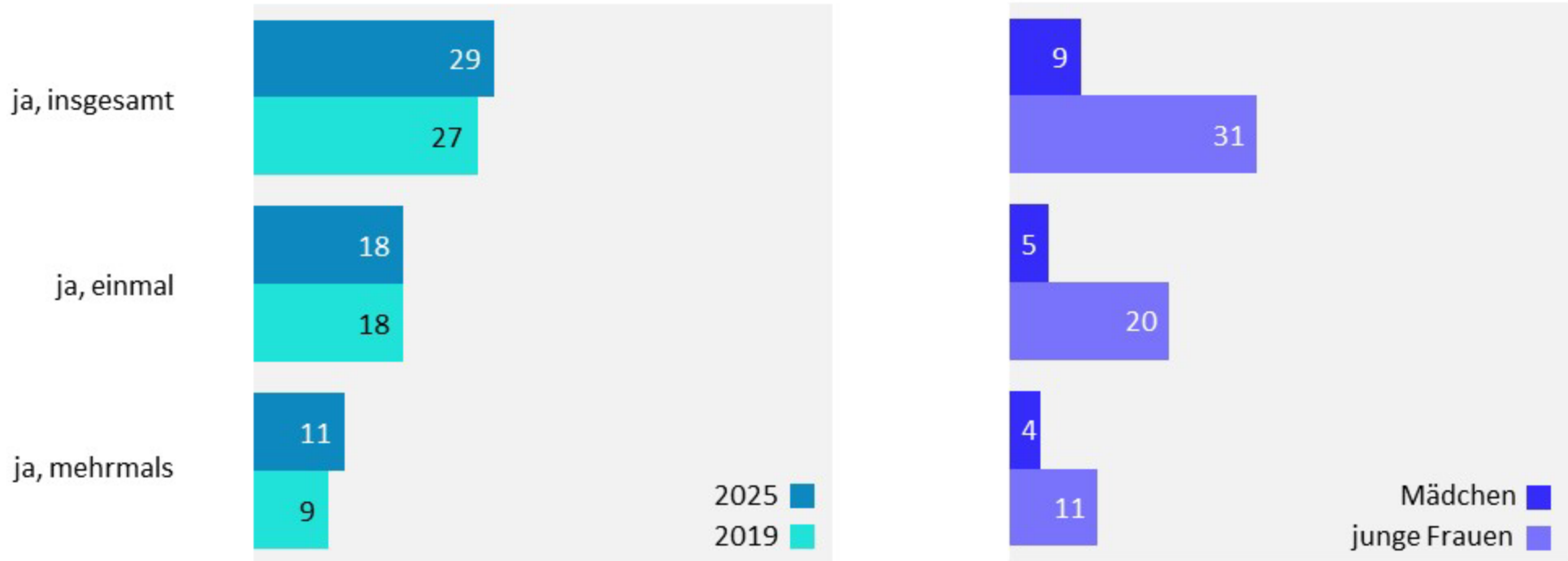


Basis: 14- bis 25-Jährige in fester Partnerschaft (inkl. verheiratet, zusammenlebend) // 14- bis 25-Jährige in fester Partnerschaft (inkl. verheiratet, zusammenlebend, in eingetragener Lebenspartnerschaft) (*n* = 1.940, *n* = 1.947) | Darstellung: JA-Anteile in Prozent
Quelle: BIÖG, Jugendsexualität 10. Welle, Befragung 2025

Anwendung der Notfallverhütung „Pille danach“

Mädchen und junge Frauen mit sexueller Erfahrung im Trend

Frage: Vorhin war schon einmal von der 'Pille danach' die Rede, einer Methode für den Notfall, mit der noch nach dem Sex eine Schwangerschaft verhindert werden kann, wenn mit der Einnahme innerhalb von 12 bis 72 Stunden begonnen wird. Haben Sie die 'Pille danach' selbst schon angewendet?

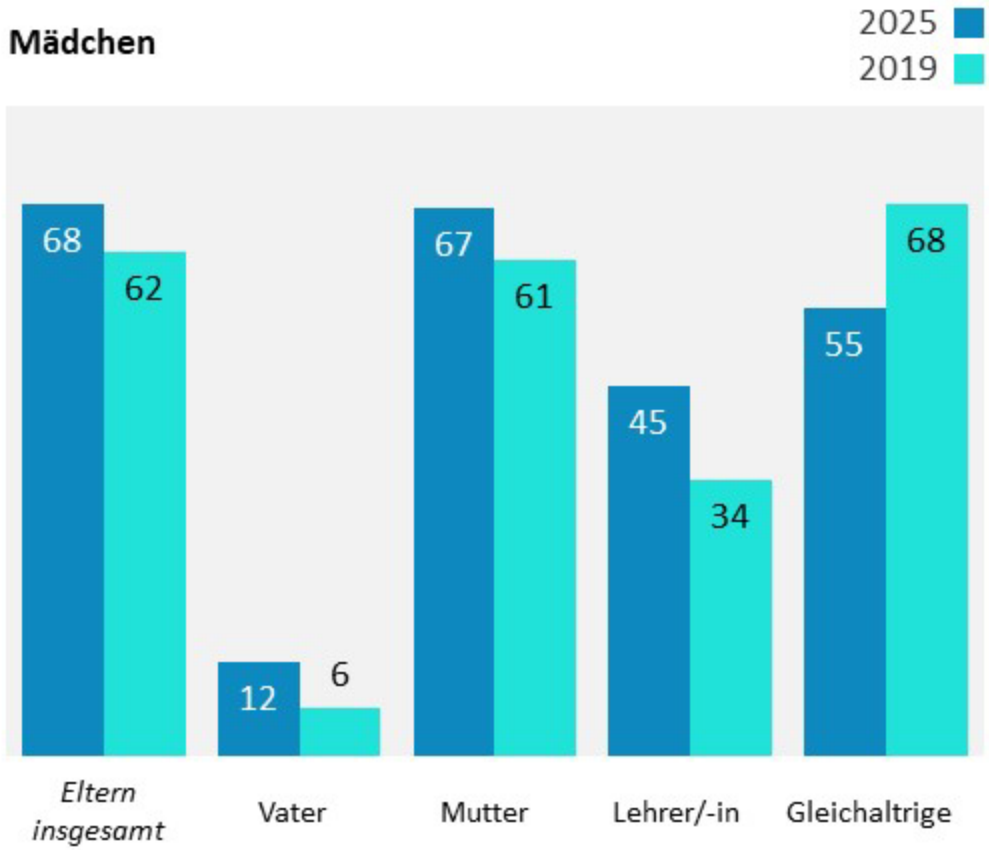


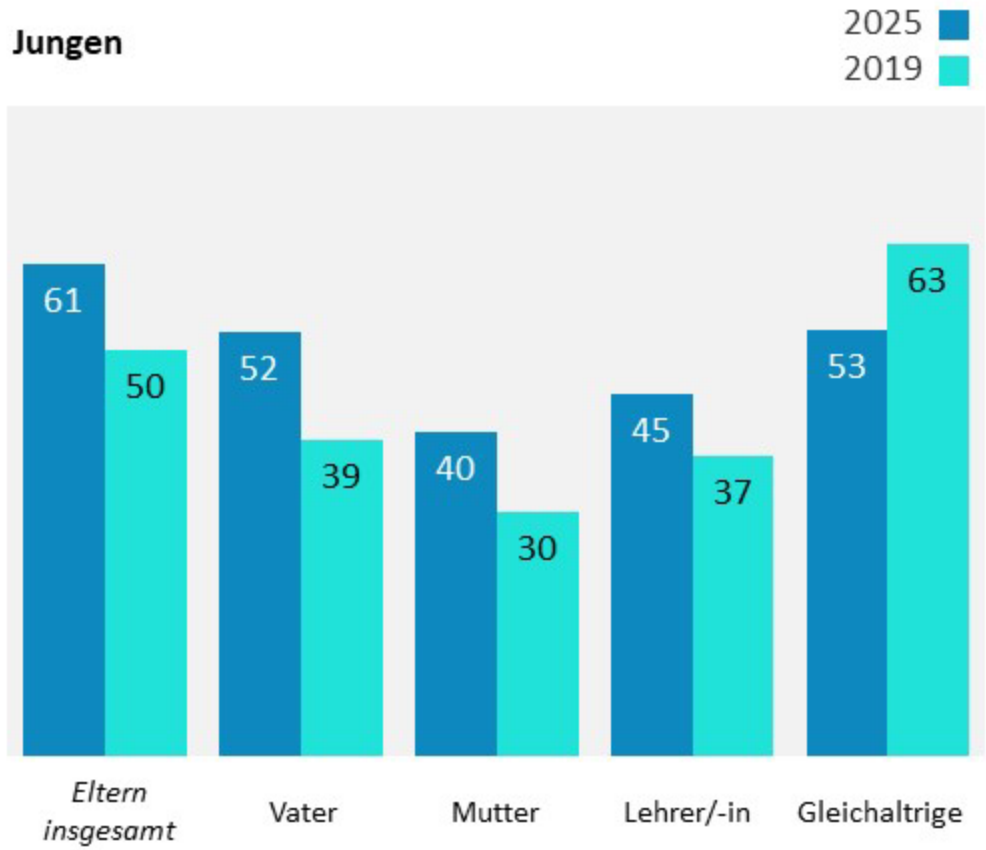
Basis: 14- bis 25-jährige Mädchen/junge Frauen mit mehrmaliger heterosexueller Erfahrung (*n* = 1.429) | Darstellung: Angaben in Prozent
Quelle: BIÖG, Jugendsexualität 10. Welle, Befragung 2019, 2025

Quellen der Sexualaufklärung: Personen

14- bis 17-Jährige nach Geschlecht

Frage: Wer waren für Sie die wichtigsten Personen bei der Aufklärung über „sexuelle Dinge“? (Listenvorlage)



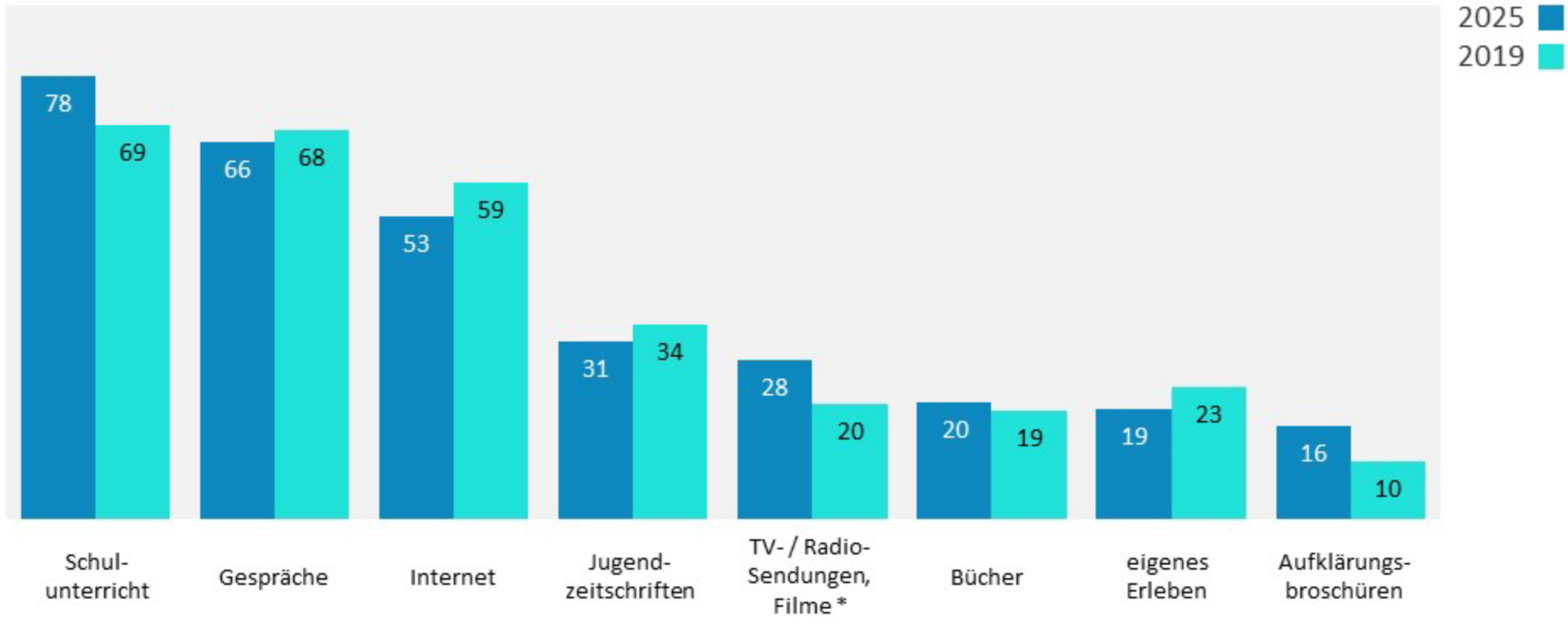


Basis: 14- bis 17-Jährige (2025: *n* = 3.514, 2019: *n* = 3.556) | Mehrfachnennungen | Darstellung: Angaben in Prozent (Auswahl)
Quelle: BIÖG, Jugendsexualität 10. Welle, Befragung 2019, 2025

Quellen der Sexualaufklärung: Medien

14- bis 17-Jährige im Trend

Frage: Woher stammen Ihre Kenntnisse über Sexualität, Fortpflanzung, Verhütung usw. überwiegend? (Listenvorlage)



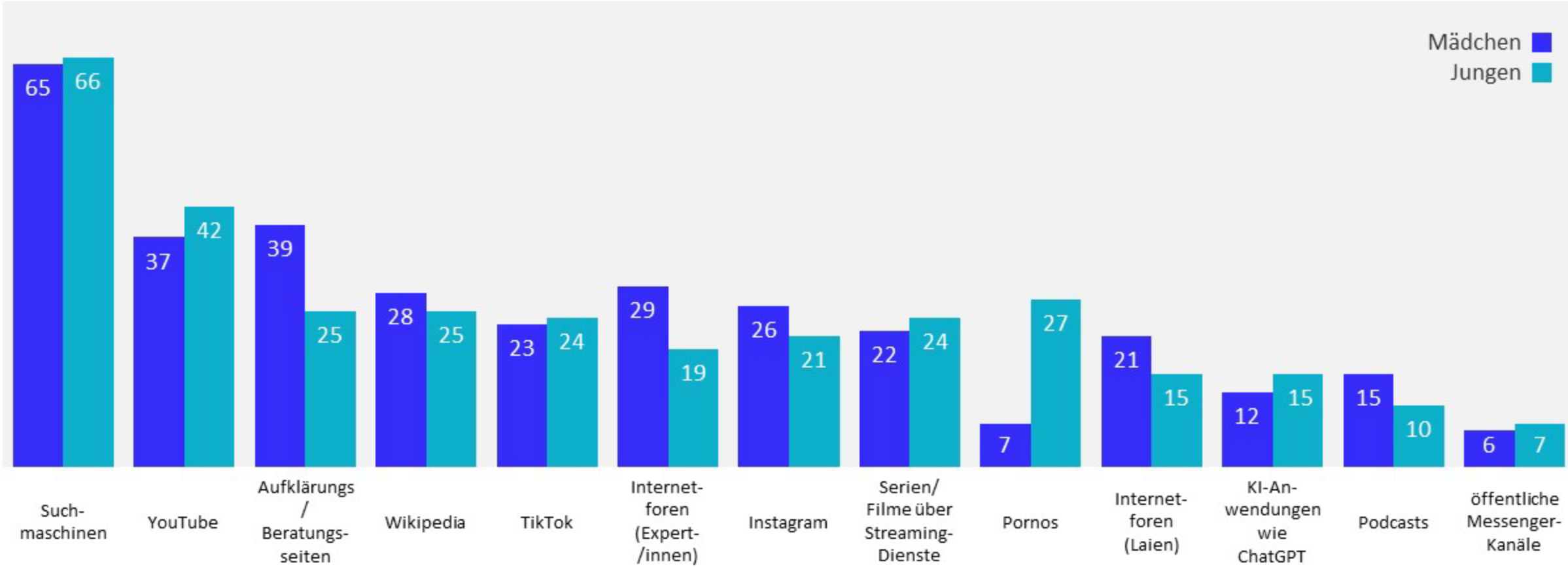
Basis: 14- bis 17-Jährige (2025: *n* = 3.514, 2019: *n* = 3.556) | Mehrfachnennungen | Darstellung: Angaben in Prozent (Auswahl) | * 2019: Zusammenfassung der Antwortmöglichkeiten Fernsehfilme/Radio/DVDs, Videokassetten

Quelle: BIÖG, Jugendsexualität 10. Welle, Befragung 2019, 2025

Internetquellen der Sexualaufklärung

14- bis 17-Jährige nach Geschlecht

Frage: Und welche dieser Quellen im Internet haben dabei eine Rolle gespielt?

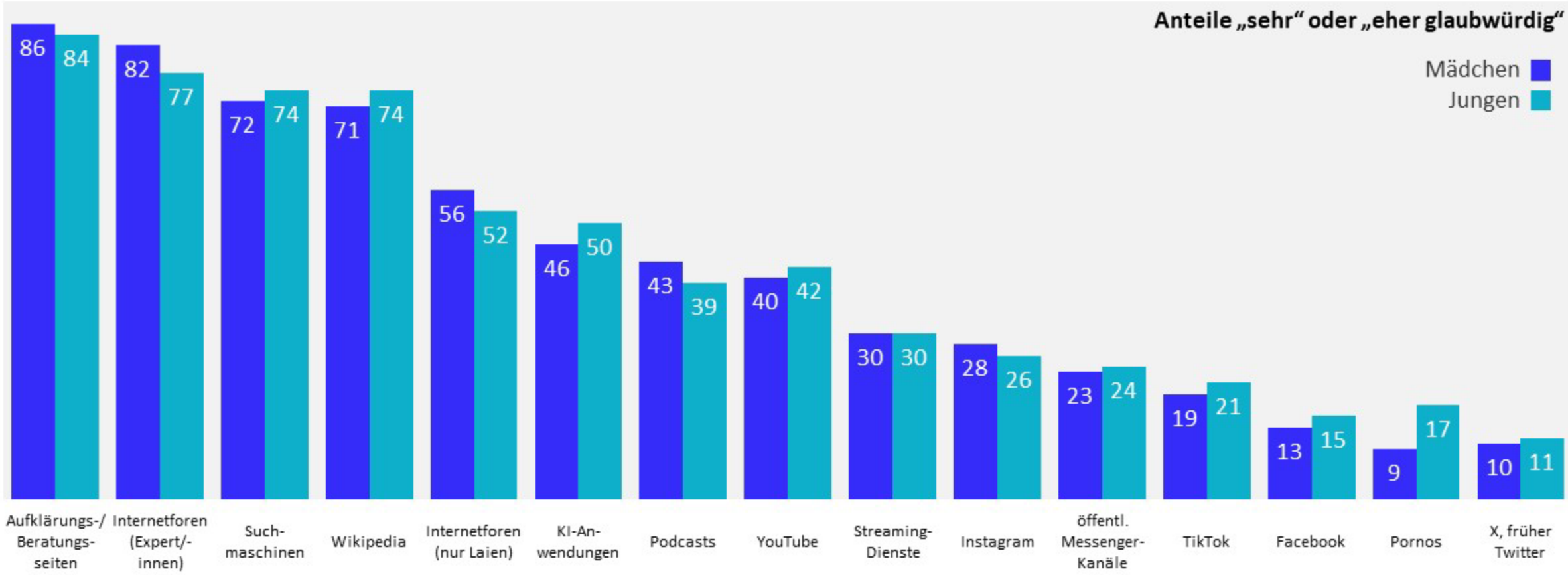


Basis: 14- bis 17-Jährige, die das Internet als Aufklärungsquelle genannt haben (n = 1.872) | Mehrfachnennungen | Darstellung: Angaben > 5 Prozent
Nennungshäufigkeit in Prozent
Quelle: BIÖG, Jugendsexualität 10. Welle, Befragung 2025

Glaubwürdigkeit der jeweiligen Internetquellen

14- bis 17-Jährige nach Geschlecht

Frage: Für wie glaubwürdig halten Sie die die folgenden Informationsquellen, wenn es um Informationen über Sexualität geht?



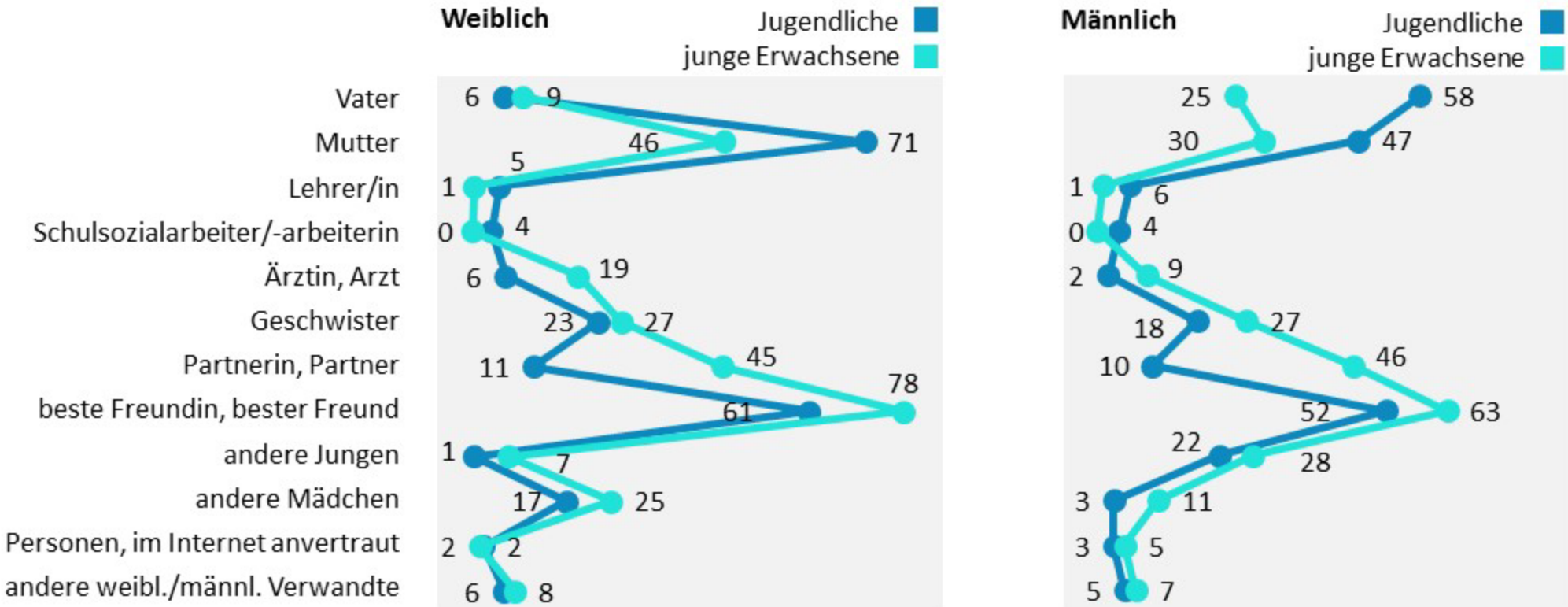
Basis: 14- bis 17-Jährige (*n* = 3.514) | Darstellung: Anteilssumme "sehr / eher glaubwürdig" auf einer 5-stufigen Skala von „sehr glaubwürdig“ bis „sehr unglaubwürdig“ in Prozent

Quelle: BIÖG, Jugendsexualität 10. Welle, Befragung 2025

Vertrauensperson für sexuelle Fragen (Auswahl)

14- bis 25-Jährige nach Geschlecht und Alter

Frage: Haben Sie zurzeit jemanden, mit dem Sie offen über sexuelle Fragen sprechen können? Können Sie uns anhand dieser Liste sagen, wer das ist? (Listenvorlage)



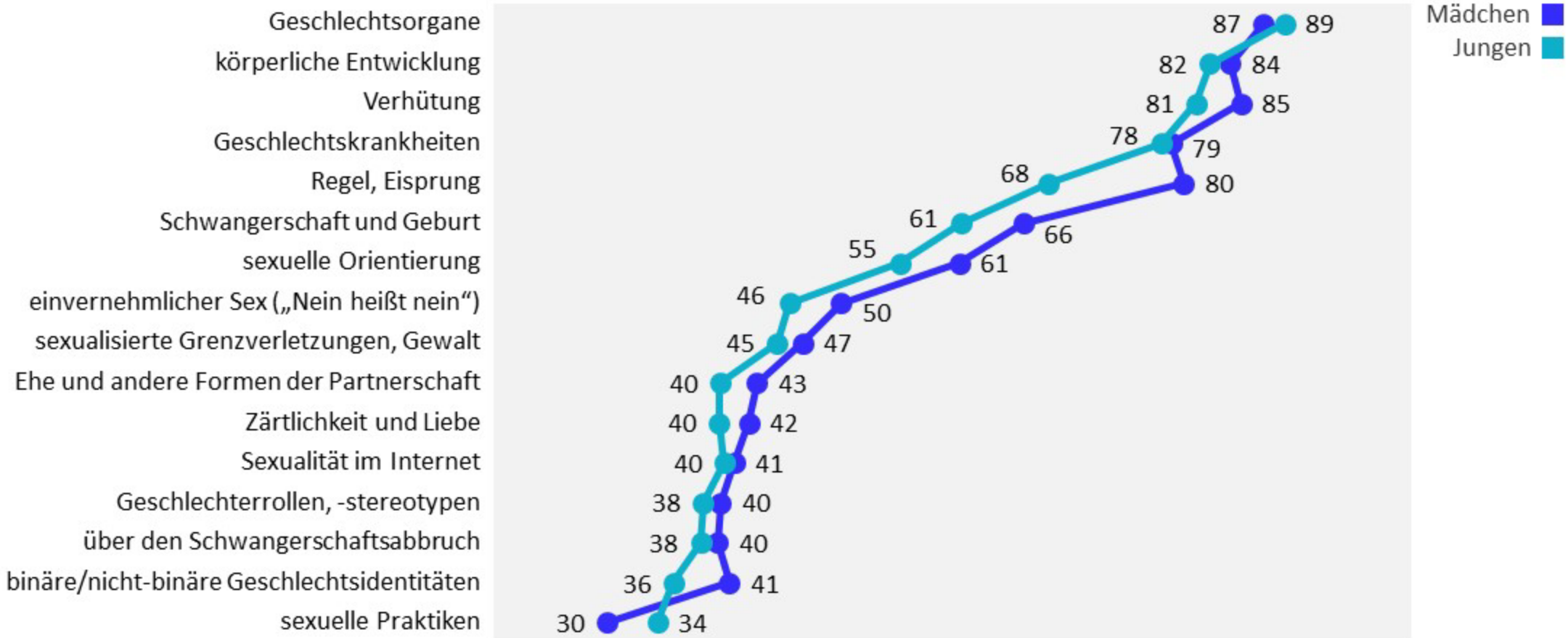
Basis: 14- bis 25-Jährige, die eine Vertrauensperson für sexuelle Fragen haben (*n* = 5.055) | Mehrfachnennungen | Darstellung: Angaben in Prozent (Auswahl)

Quelle: BIÖG, Jugendsexualität 10. Welle, Befragung 2025

Themen des Sexualkundeunterrichts (Auswahl)

14- bis 17-Jährige nach Geschlecht

Frage: Markieren Sie bitte in der folgenden Liste die Themenbereiche, die im Sexualkunde-Unterricht behandelt wurden.

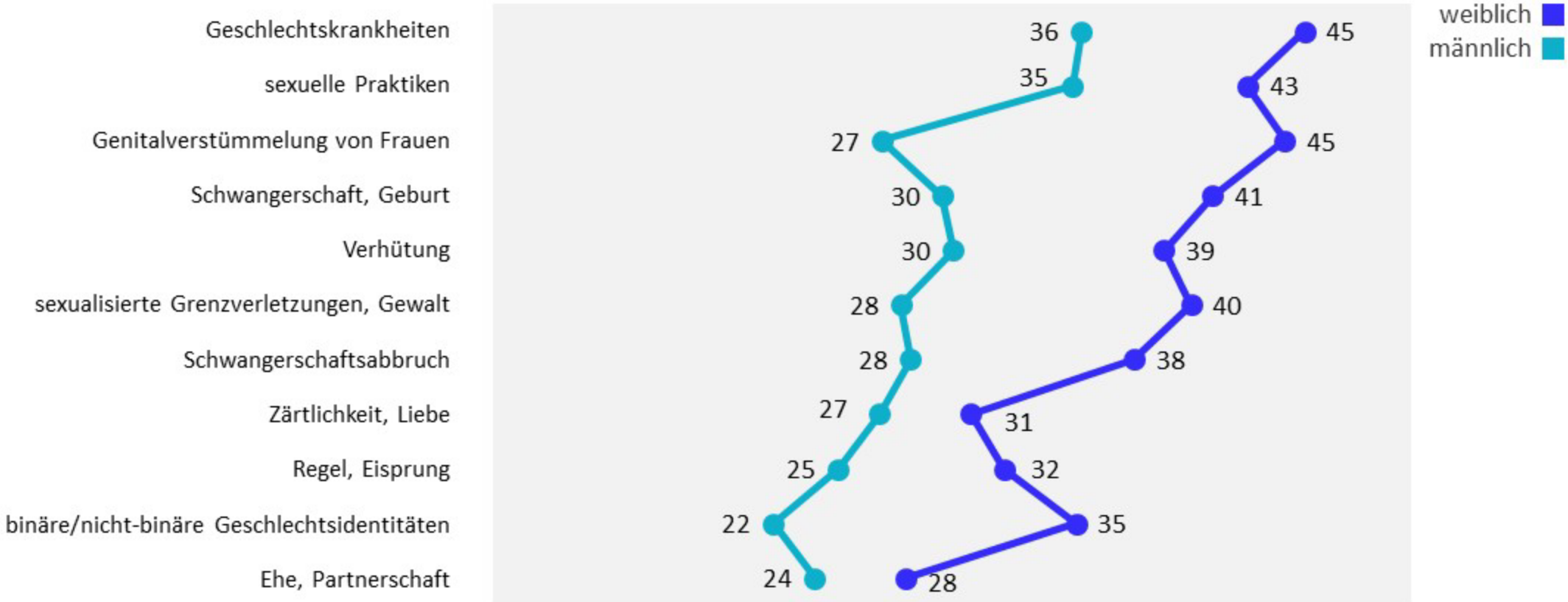


Basis: 14- bis 17-Jährige, wenn Sexualerziehung in der Schule bejaht (*n* = 3.240) | Mehrfachnennungen | Darstellung: Anteile in Prozent (Auswahl)
Quelle: BIÖG, Jugendsexualität 10. Welle, Befragung 2025

Informationsbedarfe bei sexuellen Themen (Auswahl)

14- bis 25-Jährige nach Geschlecht

Frage: Geben Sie zu jedem der folgenden Themenbereiche an, ob Sie insgesamt gerne mehr darüber wissen möchten – ob Sie genügend darüber wissen – oder ob Sie das Thema gar nicht interessiert.

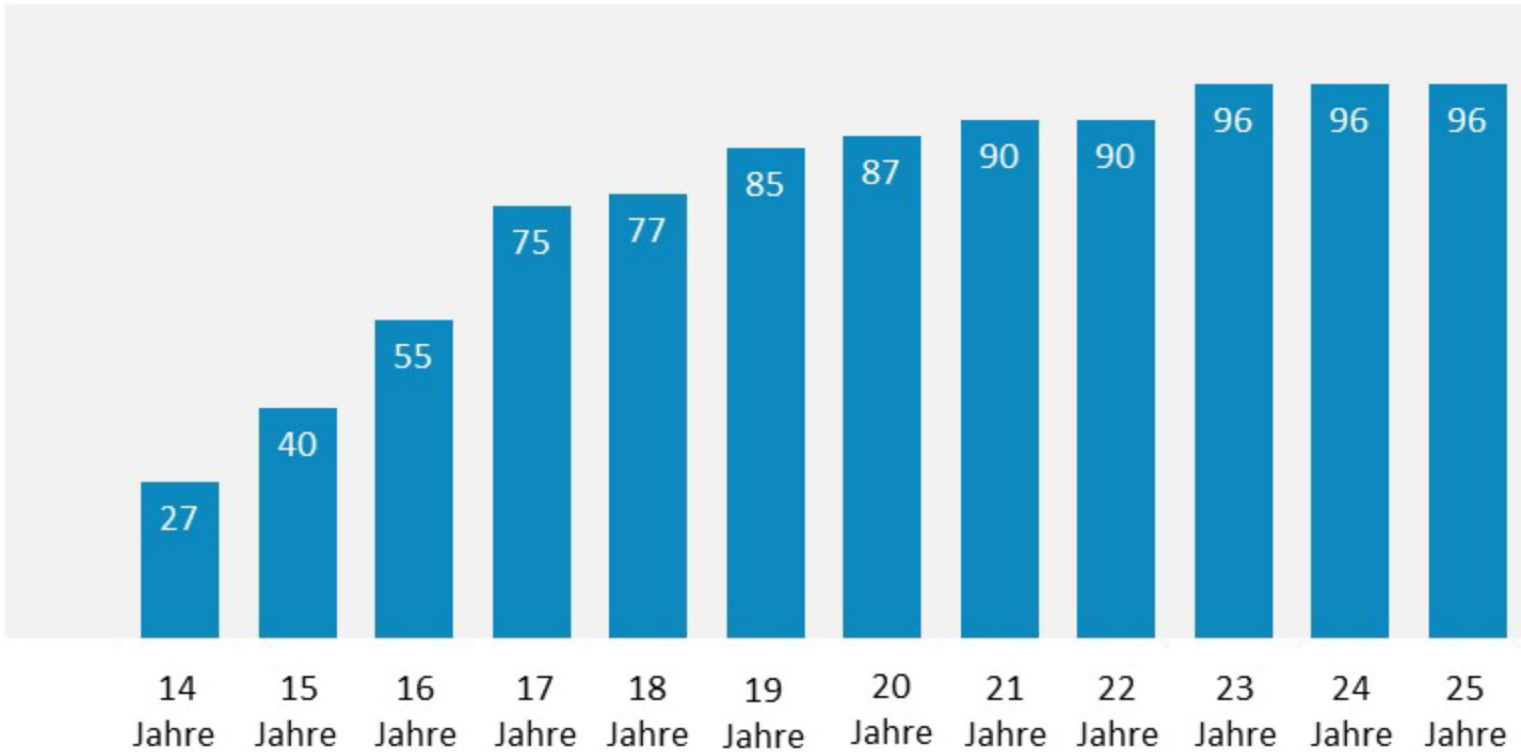


Basis: 14- bis 25-Jährige (*n* = 5.855) | Darstellung: Anteile „ich möchte insgesamt gerne mehr darüber wissen“, ab 25 % Nennungshäufigkeit (nach Rangfolge Gesamt)
Quelle: BIÖG, Jugendsexualität 10. Welle, Befragung 2025

Erstbesuch einer gynäkologischen Praxis

Mädchen/junge Frauen nach Altersjahren

Frage: Wie alt waren Sie, als Sie zum ersten Mal überhaupt selbst bei einem Frauenarzt/einer Frauenärztin waren?



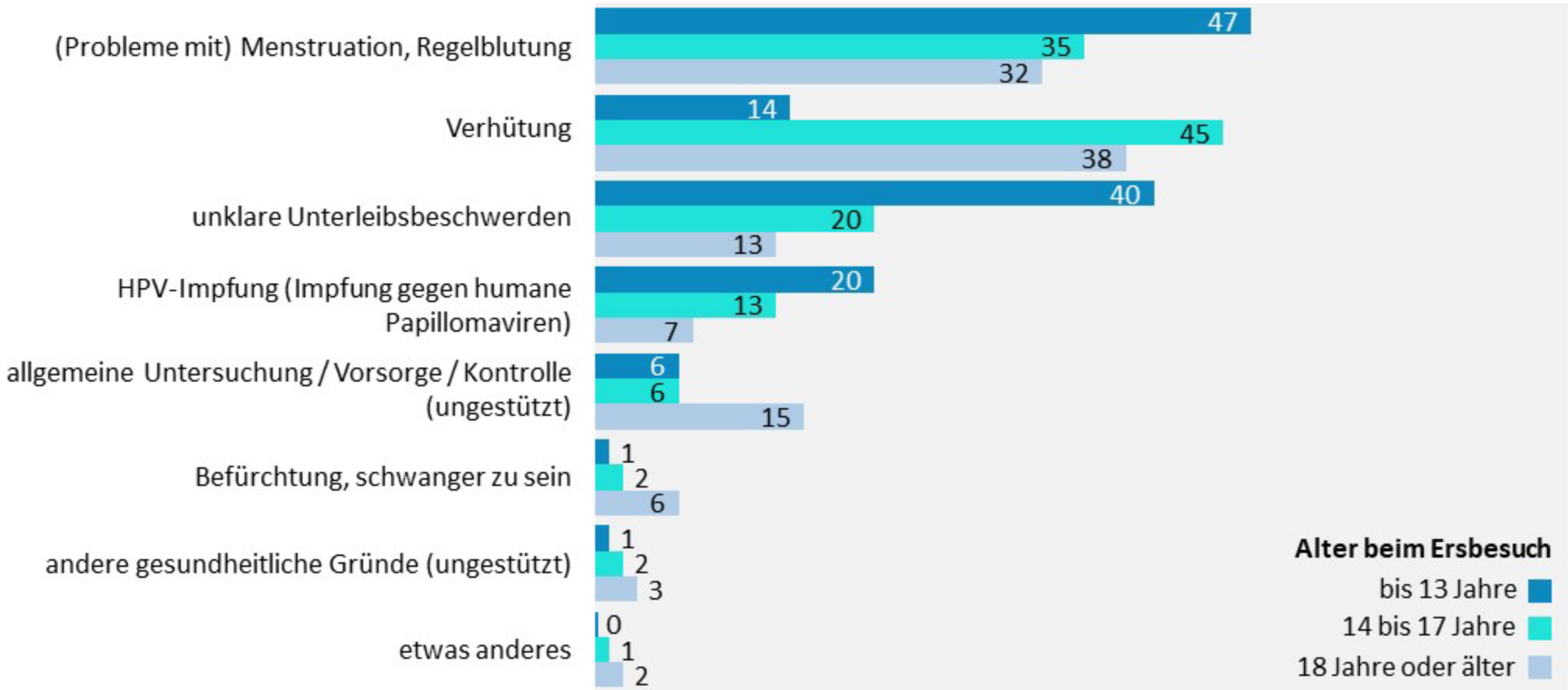
Basis: 14- bis 25-jährige Mädchen/junge Frauen (*n* = 3.556) | Darstellung: Besuchs-Anteile in Prozent [aus den Altersangaben inkl. „weiß nicht mehr wie alt“ errechnet]

Quelle: BIÖG, Jugendsexualität 10. Welle, Befragung 2025

Anlass für den Erstbesuch einer gynäkologischen Praxis

Mädchen/junge Frauen nach Alter beim Erstbesuch

Frage: Was war der Anlass für diesen ersten Besuch beim Frauenarzt/bei der Frauenärztin?



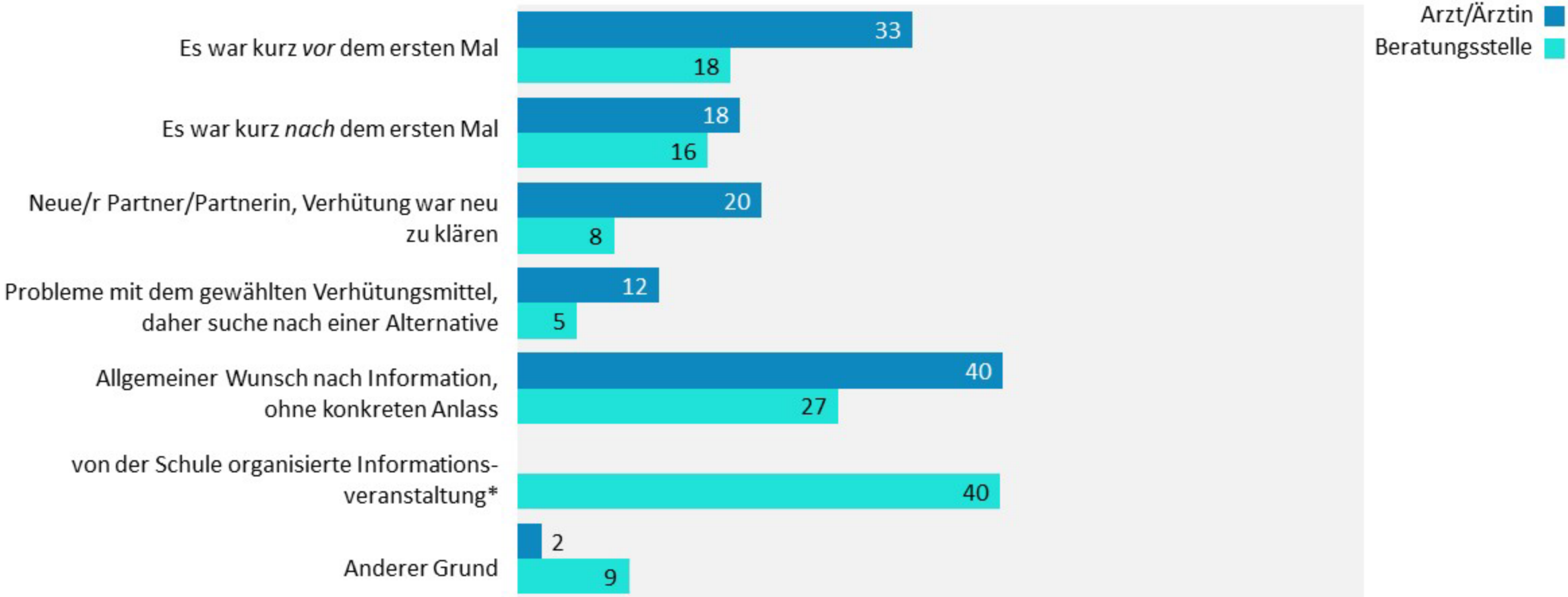
14- bis 25-jährige weibliche Befragte, die von einem Besuch beim Frauenarzt / bei der Frauenärztin berichten (*n* = 2.426) | Mehrfachnennungen | Darstellung: Angaben in Prozent

Quelle: BIÖG, Jugendsexualität 10. Welle, Befragung 2025

Anlass der Verhütungsberatung einer ärztlichen Praxis/Beratungsstelle

Befragte mit Verhütungsberatung in einer ärztlichen Praxis/Beratungsstelle

Frage: Was war der konkrete Anlass, sich über Verhütung beraten zu lassen?



Basis: 14- bis 25-jährige Befragte, die einen Artzbesuch // Beratungsstellenbesuch zur Verhütungsberatung bejahen (n = 1.653, n = 333) | Mehrfachnennungen |
Darstellung: Angaben in Prozent | *nur Personen, die eine Beratungsstelle besuchten
Quelle: BIÖG, Jugendsexualität 10. Welle, Befragung 2025

Informationen zur Studie

Jugendsexualität 10. Welle

Mehr Informationen zur Studie lesen
https://www.sexualaufklaerung.de/forschungsprojekt/jugendsexualitaet-10te-welle

Short Report

Ergebnisse der repräsentativen Wiederholungsbefragung

QR-Code scannen und downloaden
https://www.sexualaufklaerung.de/publikation/sr-jugendsexualitaet-10te-welle

FAQ: Antworten auf häufig gestellte Fragen

Methodik, Hintergrund und Einordnung kurz erklärt

Die wichtigsten Antworten auf Fragen zur Studie hier lesen
https://www.sexualaufklaerung.de/faq-jugendsexualitaet-10te-welle

Wiederholungsbefragung
JUGEND SEXUALITÄT

Bisherige Veröffentlichungen

Scharmanski, S., & Dinger, L. (2026). Sexual- und Verhütungsverhalten Jugendlicher und junger Erwachsener in Deutschland. Aktuelle Ergebnisse der repräsentativen Wiederholungsbefragung Jugendsexualität. *Bundesgesundheitsblatt, 4,* S. 391–399. https://doi.org/10.1007/s00103-026-04203-z

Dinger, L., Schäfer-Pels, A., & Scharmanski, S. (2026). Sexualisierte Gewalterfahrungen, Bystander-Perspektiven und Disclosure junger Menschen. Ergebnisse aus der 10. Welle der Jugendsexualitätsstudie. *Bundesgesundheitsblatt, 4,* S. 434–443. https://doi.org/10.1007/s00103-026-04212-y

Scharmanski, S., & Dinger, L. (2025). Die Bystander-Perspektive bei sexualisierter Gewalt in der Jugendsexualitätsstudie. *FORUM Sexualaufklärung und Familienplanung: Informationsdienst des Bundesinstituts für Öffentliche Gesundheit (BIÖG), 1*, S. 134–136. https://doi.org/10.17623/BIOEG_SRH:forum_2025-1_juse-bystander

... weitere Ergebnisse folgen.

Herausgeber: Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG), Köln
www.bioeg.de; www.sexualaufklaerung.de

Version 1.0 online veröffentlicht Juli 2026 | Alle Rechte vorbehalten.

Zitierweise
Dinger, L., & Scharmanski, S. (2026). *Grafiken aus dem Short Report Jugendsexualität 10. Welle. BIÖG-Grafiksammlung.* Köln: Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG).
https://doi.org/10.17623/bioeg_srh_gs-1_juse10_sexu-erfahrungen