

Und das soll  
Liebe  
sein?

Deine Freundin kontrolliert ständig dein Handy...

Dein Freund stellt Bilder von dir ins Internet, die nur für ihn bestimmt waren...

Deine Freundin beschimpft und beleidigt dich...

Dein Freund drängt dich zum Sex, obwohl du nicht willst...

Du verdienst  
eine Beziehung,  
die dir gut tut!

Du bist es wert!

Du hast ein  
Recht  
auf Respekt!

# Checkliste

## Tut meine Beziehung mir gut?

- ✓ Hört ihr euch gegenseitig zu?
- ✓ Vertraut ihr einander?
- ✓ Seid ihr ehrlich zueinander?
- ✓ Achtet ihr auf die Gefühle des / der anderen?
- ✓ Geht ihr gleichberechtigt miteinander um?
- ✓ Nehmt ihr euch gegenseitig so, wie ihr seid?
- ✓ Achtet ihr gegenseitig auf eure Grenzen, wenn es intimer wird und beim Sex?
- ✓ Redet ihr respektvoll miteinander - auch bei Konflikten?
- ✓ Redet ihr vor anderen gut übereinander und macht den anderen / die andere nicht lächerlich?
- ✓ Beschimpft ihr euch nicht und wendet keine Gewalt an?

## Hier findest du Infos und Hilfe:

- In allen Beratungsstellen für Eltern, Kinder und Jugendliche
- Jugendpsychologisches Institut (JPI)  
Tel.: 02 01 / 88 51 333
- Kinder und Jugendtelefon der  
„Nummer gegen Kummer“ Tel: 116 111

[www.liebe-lore.de](http://www.liebe-lore.de) (Onlineberatung)

[www.was-geht-zu-weit.de](http://www.was-geht-zu-weit.de) (Infos)

## „Zwischen Traum und Wirklichkeit“

Ein Projekt zu Teenagerbeziehungen, Respekt und Gewalt mit SchülerInnen des Leibniz-Gymnasiums Essen



Beratungszentrum  
Lore-Agnes-Haus



Gleichstellungsstelle  
der Stadt Essen

Dieser Flyer wurde erstellt vom  
AWO Beratungszentrum  
Lore-Agnes-Haus in Essen  
Tel.: 02 01 / 31 05-3  
[www.lore-agnes-haus.de](http://www.lore-agnes-haus.de)  
[www.liebe-lore.de](http://www.liebe-lore.de)

*Wir beraten euch gerne*