

WAS IST SEXUELLE GEWALT?

Sexuelle Gewalt hat nicht nur mit körperlichen Angriffen und Vergewaltigungen zu tun — es geht dabei auch um verbale Anmache oder Drohungen.

Es ist sexuelle Gewalt:

- wenn dein Freund sagt, dass er dich verlässt, wenn du nicht mit ihm schlafen willst
- wenn jemand Küsse, Berührungen oder Sex erzwingen will, weil er die Drinks bezahlt hat
- Wenn dich jemand unter Druck setzt und versucht dich zu erpressen, z.B. mit Sätzen wie: „Erst hast du mich scharf gemacht und jetzt willst du nicht.“

AN UNS KANNST DU DICH WENDEN



Bachstraße 2, 48527 Nordhorn
Telefon: 05921 6464
E-Mail:
info@beratungsstelle-hobbit.de

Sekretariatszeiten:

Mo., Mi. 9.00 — 12.00 h
Di., Do. 14.30 — 17.30 h

Zusätzlich kann eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen werden. Wir rufen schnellstmöglich zurück.

NEIN HEISST NICHT JEIN!

DU HAST EIN RECHT
AUF RESPEKT

BERATUNGSSTELLE HOBBIT

BERATUNGSSTELLE FÜR
BETROFFENE VON
SEXUELLER GEWALT



WIE KANNST DU DICH SCHÜTZEN?

BEI FREMDEN?

Vermeide es, zu viel Alkohol zu trinken oder Drogen zu nehmen. Sie können dich außer Gefecht setzen. So kannst du dich nicht mehr wehren, wenn du bedrängt wirst.

- In der Disco oder in der Kneipe solltest du dein Getränk nie unbeaufsichtigt lassen. Es könnte jemand K.O.-Tropfen hineinschütten, die dich handlungsunfähig machen.
- Steig nicht zu Fremden ins Auto oder gehe mit in ihre Wohnung. Dort hast du fast keine Chance zu entkommen, wenn es brenzlig wird.
- Du solltest dich nicht allein mit Fremden (Internetbekanntschaften etc.) treffen. Nimm eine Freundin zum Treffpunkt mit und trefft euch in öffentlichen Cafés. Das ist sicherer.

WAS KANNST DU IM ERNSTFALL TUN?

Wenn du angemacht oder bedrängt wirst, wenn dir etwas komisch vorkommt, dann vertrau auf dein Gefühl und lauf weg. Hier ist Rückzug die beste Verteidigung.

- Wenn dich jemand anfasst, obwohl du das nicht willst, dann wehr dich. Schreie laut, so dass andere Menschen auf dich aufmerksam werden.
- Wenn dich jemand nicht in Ruhe lässt oder dich verfolgt, dann bitte andere Menschen um Hilfe! Das muss dir nicht peinlich sein. Schließlich wirst du gerade belästigt.
- Du kannst deinen Angreifer auch in empfindliche Körperstellen treten: entschieden, kräftig und ohne schlechtes Gewissen.

WIE KANNST DU DICH SCHÜTZEN?

BEI DEINEM FREUND ODER BEKANNTEN

Lass dich nicht zu etwas überreden, das dir nicht gefällt. Sex zwischen dir und deinem Freund soll euch beiden Spaß machen. Du bist zu nichts verpflichtet.

- Sag klar und deutlich „NEIN“, wenn du etwas nicht möchtest.
- Du bist nicht weniger liebenswert, wenn du mit deinem Freund oder einem anderen Jungen nicht schlafen möchtest. Ob und wann du Küssen, Petting oder Sex möchtest, musst du nicht begründen.
- Auch wenn du schon Sex hattest, heißt das nicht, dass du nun immer Lust haben musst. Du darfst nein sagen.