



## Verhütungs- und Beziehungcheck für junge Frauen

### Kannst Du diese Fragen mit Ja beantworten?

- Mein Partner behandelt mich respekt- und liebevoll.
- Die Entscheidung für oder gegen eine mögliche Schwangerschaft treffen wir gemeinsam.
- Mein Partner trägt solche Entscheidungen mit.



Wenn Du diese Fragen mit Ja beantworten kannst, hast Du mit Deinem Partner wahrscheinlich eine ziemlich gute Beziehung. **Glückwunsch!** Solche Beziehungen stärken Dich und Deine Gesundheit. Wenn Du ein Kind hast oder haben möchtest, ist eine gute Beziehung zu Deinem Partner auch wichtig für die gesunde Entwicklung Eures Kindes.

### Oder würdest Du eher Ja zu diesen Fragen sagen?

- Mein Partner drängt mich zu Sexpraktiken, die ich nicht möchte.
- Mein Partner beleidigt mich, wenn er wütend ist.
- Mein Partner kontrolliert meine Smartphone- und Internetkontakte und schreibt mir vor, wann ich mit wem reden kann und ob ich andere treffen darf.
- Mein Partner drängt mich zu einer Abtreibung.



Wenn Du eine dieser Fragen mit Ja beantwortet hast, ist diese Beziehung nicht gut für Deine Gesundheit!

### Trifft hiervon etwas auf Deine Beziehung zu?

- Ich habe Angst meinen Partner um die Nutzung von Kondomen zu bitten.
- Aus Angst vor der Reaktion meines Partners verhöte ich nur heimlich.
- Aus Angst verheimliche ich meinem Partner eine Geschlechtskrankheit, obwohl ich weiß, dass er sich auch behandeln lassen müsste.
- Mein Partner hat mich schon mit Worten bedroht oder körperlich verletzt.



Wenn Du eine **dieser** Fragen mit Ja beantwortet hast, ist Dein Risiko für ernsthafte körperliche und seelische Verletzungen, aber auch für eine Geschlechtskrankheit oder HIV sehr hoch!



### Oder trifft eine dieser Fragen für Deine Beziehung zu?

- Mein Partner setzt mich wegen einer Schwangerschaft unter Druck.
- Mein Partner will ungeschützten Sex, obwohl ich nicht schwanger werden will.
- Mein Partner droht mir Gewalt an, wenn ich nicht schwanger werden will.
- Mein Partner will mich mit einem gemeinsamen Kind fest an sich binden, obwohl ich das nicht will.



Wenn Du eine dieser Fragen mit Ja beantwortet hast, besteht die Gefahr, dass Du ungewollt schwanger wirst.

### Wo gibt es Unterstützung für Deinen eigenen Weg?

- ▶ Es kann sehr unterstützend sein, mit Freundinnen und Freunden oder auch Familienmitgliedern, denen Du vertraust, über Deine Situation zu reden.
- ▶ Wenn Du Stress in Deiner Beziehung hast, wende Dich an die Frauenberatung.EN.
- ▶ Für Fragen zu Verhütung, Schwangerschaft oder Geschlechtskrankheiten wende Dich an eine Frauenärztin, einen Frauenarzt oder an die pro familia\*.
- ▶ Wenn Du ungewollt schwanger bist, wende Dich an eine Schwangerschaftskonfliktberatungsstelle\*.
- ▶ Wenn Dich Dein Partner bedroht und Du Angst vor Gewalt hast, wende Dich an die Frauenberatung.EN.

**Es gibt viele Wege in eine sichere und gesunde Beziehung – eine Beziehung, die einfach okay ist.**

Eine Information des

**GESINE-Netzwerks Gesundheit.EN**

Markgrafenstraße 6, 58332 Schwelm, Telefon 02336 – 475 91 52  
info@gesine-intervention.de, www.gesine-intervention.de

### Spezialisierte Unterstützungsangebote im EN-Kreis: Frauenberatung.EN:

- **Witten:** Telefon 02302 – 5 25 96  
Augustastraße 47, 58452 Witten
  - **Schwelm:** Telefon 02336 – 475 90 91  
Markgrafenstraße 6, 58332 Schwelm
  - **Hattingen:** Telefon 02324 – 380 930 50  
Talstr. 8 (Holschentorschule; 2.OG), 45525 Hattingen
- info@frauenberatung-en.de, www.gesine-intervention.de

\*Deine zuständige Schwangerschaftskonfliktberatungsstelle und pro familia findest Du unter [www.gesine-intervention.de](http://www.gesine-intervention.de).