



MACH DICH STARK! DER POWER-WORKSHOP FÜR GESUNDE BEZIEHUNGEN!



ÜBUNGEN FÜR WORKSHOPS MIT JUGENDLICHEN

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

innocence
DANGER 

**COOL ODER
NICHT COOL?!**





**WIE SCHÄTZT IHR
DIE LAGE EIN?**



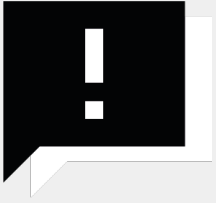
?

COOL ODER NICHT COOL?!

1

Amira und Ben lernen sich auf einer Party kennen. Die beiden finden sich richtig süß. Gleich am nächsten Tag fangen sie an zu texten.





COOL!

- 1** *Es ist völlig okay, jemandem zu texten, den man mag. Natürlich nur solange es respektvoll bleibt.*

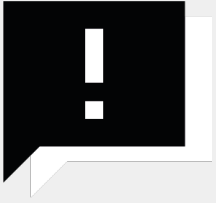


?

COOL ODER NICHT COOL?!

2 *Ben und Amira daten sich. Er steht total auf sie. Nach der Schule fragt er Amira, ob er sie küssen darf.*





COOL!

- 2** *Offene Kommunikation ist super. Jemanden erst zu fragen, statt einfach zu machen, ist immer cool!*



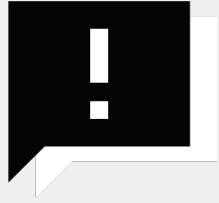
?

COOL ODER NICHT COOL?!

3

Amira und Ben sind schon ein paar Wochen zusammen. Die beiden kuscheln und wollen mehr. Zuerst ist es schön, aber dann geht es Ben doch zu schnell. Er sagt Amira, dass er lieber aufhören will.





COOL!

3

Es ist absolut okay, sich zurück-zuziehen, wenn sich etwas nicht (mehr) gut anfühlt. Auf den eigenen Bauch zu hören und das dann auch ansprechen, ist richtig cool!



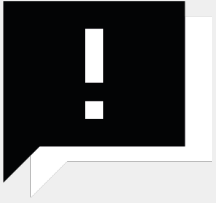
?

COOL ODER NICHT COOL?!

4

Amira und Ben können super über alles sprechen. Amira vertraut Ben an, dass sie bereits einmal in eine ihrer Freundinnen verliebt war, jetzt aber doch auf Jungs steht.





COOL!

- 4** *Es ist absolut normal, dass man in der Jugend seine sexuelle Orientierung entdeckt und dabei auch mal Sachen ausprobiert.*

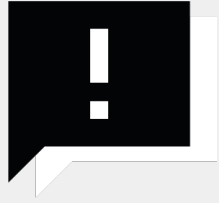


?

COOL ODER NICHT COOL?!

5 *Amira und Ben sind krass verliebt. Die beiden machen Fotos von sich – Ben ohne T-Shirt und auch Amira hat nicht so viel an. Er teilt das Foto auf Insta. Alle sollen sehen, wie happy er ist.*





NICHT COOL!

- 5** *Es ist nicht okay, intime Bilder auf Social Media zu teilen, ohne den anderen vorher ausdrücklich um Erlaubnis zu fragen. Fotos dieser Art sind und bleiben privat.*

Und es ist im Übrigen auch eine Straftat.



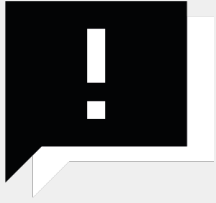
?

COOL ODER NICHT COOL?!

6

*Amira textet Ben ziemlich viel.
Sie will ständig wissen, was er
macht, wo er ist und mit wem.
Sie würde am liebsten die ganze
Zeit bei ihm sein.*





NICHT COOL!

6

Ständig texten nervt den anderen nicht nur, es ist auch eine Art der Kontrolle. Also ganz schön uncool. In einer Beziehung ist es wichtig, ein gutes Gespür für Nähe und Distanz zu entwickeln.



WAS
WÜRDEST
DU TUN?

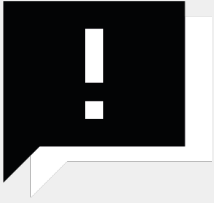
WOZU
WÜRDEST
DU ALS
FREUND:IN
RATEN?

?

COOL ODER NICHT COOL?!

7 *Amira und Ben waren 3 Monate zusammen und haben sich dann getrennt. Jetzt ist Amira mit einem Freund von ihm zusammen. Ben ist total verletzt und findet, dass seine Ex eine kleine Rache-Aktion verdient hat. Er überlegt, ein Foto von Amira zu posten. Auf dem sieht sie richtig peinlich aus und hat ziemlich wenig an.*





NICHT COOL!

- 7** *Es ist nicht okay, andere Menschen öffentlich zu demütigen, indem man ihre Fotos weiterleitet oder postet. Es verletzt sie extrem und hat schwere Auswirkungen auf ihr Leben. Außerdem ist die Verbreitung intimer Fotos strafbar. Viel besser ist es, die eigene Enttäuschung zuzulassen und Support bei guten Freund:innen zu suchen.*





WAS HABT IHR ERFAHREN?

*Wie könnt ihr euch in Beziehungen
respektvoll verhalten?*

Wo gibt es Grenzen?

*Wie könnt ihr Freund:innen unterstützen,
die schwierige Situationen in Beziehungen
erleben?*



Bei Fragen sind wir da:

Innocence in Danger e.V.

Holtzendorffstraße 3

14057 Berlin

Phone: +49 30 - 3300 75 38

Fax: +49 30 - 3300 75 48

info@innocenceindanger.de

www.innocenceindanger.de

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

innocence
DANGER 