

# So kannst du dich und andere vor der Loveboymethode schützen



Lovebo**ys** GEMEINSAM  
GEGEN

## Verinnerliche dir die Strategien der Loveboys

**Höre auf dein Bauchgefühl und achte auf deine Grenzen.** Niemand darf dich zu etwas überreden, das du nicht willst. Gewalttätiges und aggressives Verhalten ist ein absolutes No Go, auch wenn er sich immer wieder entschuldigt.

## Mache dir deine Rechte bewusst

**Dein Recht auf sexuelle Selbstbestimmung:** Über deinen Körper darfst nur du allein bestimmen. Niemand darf dich zu sexuellen Handlungen drängen, die du nicht willst und von dir verlangen, dass du Sex mit anderen hast. Sexuelle Ausbeutung ist eine Verletzung deiner Rechte und strafbar!

**Dein Recht auf körperliche Unversehrtheit:** Du allein bestimmst deine Grenzen, niemand darf diese überschreiten. Keiner hat das Recht, dir Gewalt anzutun!

## Schütze dich online

**Niemand darf dich drängen, Nacktbilder oder -videos zu schicken und dich damit erpressen.** Mache Screenshots von grenzüberschreitenden Nachrichten und melde sie einer Vertrauensperson oder der Polizei.

## Suche Hilfe

**Wenn du eine Freundin kennst, die betroffen sein könnte, oder du selbst betroffen bist,** wende dich an eine erwachsene Vertrauensperson (Eltern, Lehrer\*innen, Sozialarbeiter\*innen)

## Bewusstsein schaffen und Selbstvertrauen stärken

**Rede mit Freund\*innen über eure Rechte** und mache andere auf das Thema aufmerksam. Oder führe selbst Aufklärungsarbeit an deiner Schule durch.



**Du oder ein\*e Freund\*in von dir ist betroffen? Hier findest du Hilfe:**

**Wende dich an eine Vertrauensperson** – zum Beispiel deine Eltern, eine Lehrerin/ein Lehrer oder an den/die Schulsozialarbeiter/in. Diese/r wendet sich dann an eine Beratungsstelle oder im Notfall an die Polizei

**Glaube daran, dass du nicht Schuld daran bist, was passiert bist.** Er hat dich manipuliert und abhängig von sich gemacht. Lass zu, dass dir deine Freund\*innen oder Eltern helfen wollen. Du kannst dich auch direkt an uns wenden:



**JADWIGA München**

Schwanthalerstraße 79

Tel.: 089 38534455

[muenchen@jadwiga-online.de](mailto:muenchen@jadwiga-online.de)

**JADWIGA Nürnberg**

Innere Laufer Gasse 18

Tel.: 0911 4310656

[nuernberg@jadwiga-online.de](mailto:nuernberg@jadwiga-online.de)

**Mehr Infos zur  
Loveboy-Methode:**

