

# Fit for Love: Der Test

Deine Meinung in Sachen Beziehung ist hier gefragt! Welche Antwort trifft am ehesten auf Dich zu? Kreuze jeweils das Herz in der entsprechenden Farbe an. Viel Spaß!

## 1. Trotz aller Vorsicht ist es doch passiert: Das Kondom ist genau im falschen Moment geplatzt. Was tust Du?

- ♥ Ich habe zwar noch nie mit einem Mädchen / einem Burschen geschlafen, aber was in einem solchen Fall zu tun ist, weiß ich trotzdem ganz genau: möglichst sofort einen Frauenarzt, eine Klinik oder einen Arzt im Notdienst aufsuchen.
- ♥ Im ersten Moment bin ich geschockt, aber dann beruhige ich mich wieder. Nur wegen dieser einen Panne wird schon nichts passieren.
- ♥ Beziehungen, miteinander schlafen, Verhütung und Pannen - das alles ist für mich noch ganz weit entfernt.
- ♥ Da gibt's nur eines: sofort zu einem Frauenarzt, in eine Klinik oder zu einem Arzt im Notdienst - auf jeden Fall innerhalb der folgenden 24 Stunden.



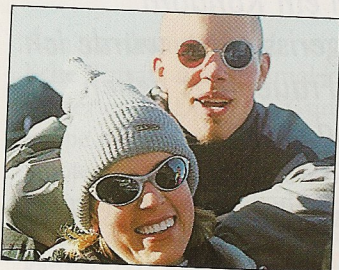
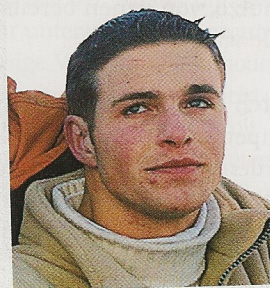
## 2. Gibt es etwas, was Du bei Deiner Freundin / Deinem Freund auf keinen Fall akzeptieren würdest?

- ♥ Darüber habe ich noch nie nachgedacht. Das werde ich schon sehen, wenn ich erst einmal den richtigen Boy / das richtige Girl kennenlerne.
- ♥ So weit ist es bei mir noch nicht. Trotzdem weiß ich schon jetzt: Manchmal werde ich auch „nein“ sagen und meine eigenen Freiräume verteidigen.
- ♥ Es gibt in unserer Beziehung eine Menge Dinge, mit denen ich nicht einverstanden bin. Leider kann ich mich nie durchsetzen.
- ♥ Nicht, wenn ich richtig verliebt bin. Dann hätte ich viel zu viel Angst, meinen Freund / meine Freundin zu verlieren.
- ♥ Natürlich! Wenn seine / ihre Forderungen auf meine Kosten gehen, würde ich das ganz bestimmt nicht akzeptieren.



## 3. Würdest Du Dich von Deinem Freund / Deiner Freundin zu Zärtlichkeiten oder körperlichen Kontakten überreden lassen, für die Du eigentlich noch gar nicht bereit bist?

- ♥ Niemals! Zärtlichkeiten und sexuelle Erfahrungen können nur schön sein, wenn beide sie wirklich wollen, nicht, wenn man sie dem Partner zuliebe über sich ergehen läßt.
- ♥ Das ist mir noch nie passiert, aber ich kann es mir vorstellen.
- ♥ Ich habe zwar noch keine so enge Beziehung, aber eines weiß ich schon jetzt: ich würde mich nie zu Dingen drängen lassen, die ich nicht wirklich will.
- ♥ Darüber habe ich mir noch keine Gedanken gemacht. So nahe lasse ich Girls / Boys noch gar nicht an mich heran.
- ♥ Ja, das kommt vor.



## 4. Liebe ist leichter, wenn man sich selbst liebt. Was sagst Du dazu?

- ♥ Klar, stimmt. Solange man „sich selbst lieben“ nicht mit purem Egoismus verwechselt.
- ♥ Darüber habe ich noch nie nachgedacht. Ich war auch noch nie so richtig verliebt.
- ♥ Was hat das eine mit dem anderen zu tun?
- ♥ Ich spreche zwar nicht aus Erfahrung, aber ich kann mir gut vorstellen, daß an diesem Satz etwas dran ist.



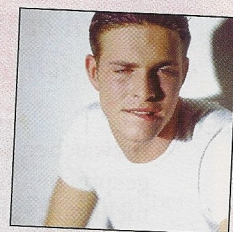
### 5. Ist Verhütung ein Gesprächsthema in Deiner Beziehung?

- ♥ Mit meinem Freund / meiner Freundin habe ich noch nie über Verhütung gesprochen. Das wird sich schon irgendwie ergeben, wenn es soweit ist.
- ♥ Ich setze sowieso voraus, daß meine Freundin die Pille nimmt.
- ♥ Ich setze sowieso voraus, daß mein Freund immer ein Kondom dabei hat.
- ♥ Ausführlich über Verhütung zu sprechen, gehört für mich zu einer guten Beziehung einfach dazu.
- ♥ Mit jemandem, den man liebt, sollte man über alles reden können, auch über Verhütung.
- ♥ Ich hatte noch nie so eine enge Beziehung. Über Verhütung werde ich mir erst Gedanken machen, wenn mein „1. Mal“ unmittelbar bevorsteht.
- ♥ Ich habe zwar noch keine so enge Beziehung, trotzdem bin ich über das Thema Verhütung gut informiert. Ich finde, es ist wichtig, darüber zu sprechen, sobald man jemanden näher kennenlernt.



### 6. An Deinem Traumboy / Traumgirl entdeckst Du unverwechselbare, besondere Eigenschaften, die nicht jeder hat. Wie reagierst Du?

- ♥ Zum Glück brauche ich mir darüber noch keine Gedanken zu machen.
- ♥ Toll, gerade das Besondere, Unverwechselbare liebe ich so an ihr / an ihm.
- ♥ Umerziehungsversuche sind angesagt! Ich will nicht, daß er / sie immer aus dem Rahmen fällt.
- ♥ Das ist bei meinen „Eroberungen“ einfach noch nie vorgekommen, aber ich würde gegen das, was so unverwechselbar an ihm / ihr ist, nie ankämpfen wollen.



### 7. Ist Verhütung für Dich überhaupt ein Thema?

- ♥ Klar, man kann nie genug über Verhütung wissen. Dazu muß man nicht unbedingt einen Freund / eine Freundin haben.
- ♥ Nein, das hat Zeit, bis ich mich echt für eine Beziehung bereit fühle.
- ♥ Verhütung - das ist Frauensache.
- ♥ Verhütung - im Zeitalter von AIDS sollte sich auf jeden Fall der Mann darum kümmern.
- ♥ Klar, über Verhütung muß man einfach Bescheid wissen. Man kann ja nie sicher sein, wann „es“ passiert.
- ♥ Für meine Freundin / meinen Freund war es selbstverständlich, uns über Verhütung zu informieren, bevor wir zum ersten Mal miteinander geschlafen haben.
- ♥ Sobald unsere Zärtlichkeiten stürmischer geworden sind, war für uns klar: jetzt ist es höchste Zeit, über Verhütung nachzudenken und das passende Verhütungsmittel zu besorgen.



### 8. Meinungsverschiedenheiten und Probleme kommen in jeder Beziehung vor. Wie geht ihr damit um?

- ♥ Das werde ich sehen, wenn es soweit ist.
- ♥ Ich kann mir vorstellen, daß man Probleme am besten in den Griff bekommt, wenn man in Ruhe darüber redet.
- ♥ Wir streiten, daß die Fetzen fliegen. Aber dann gibt es immer eine tolle Versöhnung.
- ♥ Bei uns arten Meinungsverschiedenheiten regelmäßig in einen Machtkampf aus. Es gewinnt der, der sich besser durchsetzen kann.
- ♥ Wir versuchen, gemeinsam eine Lösung zu finden, auch wenn das nicht immer leicht ist.



#### Mein Ergebnis:

- \_\_\_\_\_ ♥ hellblaue Herzen
- \_\_\_\_\_ ♥ rosa Herzen
- \_\_\_\_\_ ♥ rote Herzen
- \_\_\_\_\_ ♥ schwarze Herzen

Die Auswertung findest Du auf Seite 22.



# Fit for Love-Auswertung

## Am meisten hellblaue Herzen:

Mit den Themen Liebe, Beziehungen und Sexualität hast Du Dich noch nicht sehr ausgiebig beschäftigt. Wahrscheinlich fühlst Du Dich auch noch gar nicht bereit dafür. Es gibt in Deinem Leben im Moment so viele andere Dinge: vielleicht das Zusammensein mit Deiner Clique, vielleicht jede Menge unverbindlicher Flirts, vielleicht Sport oder ein besonderes Hobby. Super, genieße diese Zeit voll und laß Dich zu nichts drängen. Liebe ist keine Frage des Alters und frühe Beziehungen sind kein Maßstab für besondere Reife.

## Am meisten rosa Herzen:

Aus eigener Erfahrung kannst Du noch nicht viel über Liebe und Beziehungen sagen, aber das Thema beschäftigt Dich sehr. Du hast Dir schon viele Gedanken darüber gemacht und bist auch richtig gut informiert. Toll! So kannst Du später wahrscheinlich jede Phase des Sich-Verliebens und Näher-Kennenlernens optimal genießen!

## Am meisten rote Herzen:

Das Thema Liebe beschäftigt Dich sehr und ist im Moment total wichtig für Dich. Du hast Dir jede Menge Gedanken darüber gemacht und weißt über viele wesentliche Dinge im Umgang mit Deinem Freund / Deiner Freundin sehr gut Bescheid. Damit hast Du die besten Voraussetzungen für eine gelungene Beziehung geschaffen. Wahrscheinlich könnt ihr Euer Zusammensein deshalb auch voll genießen!

## Am meisten schwarze Herzen:

Das Thema Liebe und Beziehungen ist im Moment topaktuell für Dich. Aber kann es sein, daß Du einfach noch zuwenig darüber weißt? Weil Du zuwenig darüber nachgedacht und / oder Dich nicht ausreichend informiert hast? Dann solltest Du das schleunigst nachholen! Vielleicht macht es zusammen mit Deinem Freund / Deiner Freundin sogar mehr Spaß. Oder ist es möglich, daß Du zwar konkrete Vorstellungen hast, aber sie nicht umsetzen kannst? Dann ist es Zeit, zu überlegen, woran das liegen könnte!