



**SOROPTIMISTINNEN  
SETZEN AUF PRÄVENTION**

# READ **THE** SIGNS

Anzeichen einer toxischen Beziehung erkennen,  
um häusliche Gewalt zu verhindern!

WE STAND **UP**  
FOR WOMEN!





# SOROPTIMISTINNEN SETZEN AUF PRÄVENTION

# READ **THE** SIGNS

**Anzeichen einer toxischen Beziehung erkennen,  
um häusliche Gewalt zu verhindern!**

## Intensität

Übertriebene Gesten, Bestehen darauf, dass es sofort ernst wird, Überflutung mit Textnachrichten und E-Mails

## Eifersucht

Verbot, mit Personen des anderen Geschlechts zu sprechen, Auskunftsersuchen über private Details, Überschreiten persönlicher Grenzen

## Kontrolle

Unbefugtes Abhören Deines Telefons oder Mitlesen Deiner E-Mails, Vorschreiben von Kleidung und Verhalten, uneingeladenes Erscheinen

## Isolation

Dich daran zu hindern, Deine Freunde oder Deine Familie zu sehen, Deine gesamte Freizeit in Anspruch zu nehmen, Deine sozialen Kontakte schlecht reden

## Kritik

Negative Kommentare über Dein Aussehen, Herabstufung Deiner Fähigkeiten, Missachtung Deiner Meinung, ständige Infragestellung Deiner Persönlichkeit

## Sabotage

Gelegentliches Verstecken Deiner Sachen oder Lügen, Dich glauben lassen, dass Du verrückt bist, so dass Du die Schule oder die Arbeit vernachlässigst

## Schuldzuweisung

Dich für seine Probleme verantwortlich und schuldig machen, indem er seine persönliche Verantwortung ablehnt

## Wut

Starke Stimmungsschwankungen, Überreaktion auf Probleme mit unkontrollierbaren Wutausbrüchen, sexueller Druck, Angstzustände