



# *Prävention vor sexueller Gewalt in der Kinder- und Jugendarbeit*



*Bayerischer  
Jugendring*

→ *Grundlagen und Methoden präventiver Arbeit  
Baustein 3*



- **Prävention vor sexueller Gewalt  
in der Kinder- und Jugendarbeit**
- **Grundlagen und Methoden präventiver Arbeit  
Baustein 3**

→ **[www.praetect.bjr.de](http://www.praetect.bjr.de)**



## Vorwort

**D**ie Prävention vor sexueller Gewalt ist eine aktuelle und wichtige Anforderung an „gute“ Kinder- und Jugendarbeit und die Frage, wie sich sexuelle Übergriffe wirksam verhindern lassen, wird inzwischen immer häufiger auch öffentlich gestellt.

Dem Bayerischen Jugendring ist es seit langem ein wichtiges Anliegen, aktiv gegen sexuelle Gewalt einzutreten. Bereits 1999 wurde vom Landesvorstand die Arbeitsgruppe „Prävention vor sexueller Gewalt“ eingesetzt. Durch die engagierte Tätigkeit dieser Arbeitsgruppe konnte im Sommer 2003 – dank der finanziellen Unterstützung durch den Verein Power-Child e.V. und die Stiftung „Bündnis für Kinder – gegen Gewalt“ – das neue Projekt „PräTect“ zur Prävention sexueller Gewalt in der Kinder- und Jugendarbeit in Bayern ins Leben gerufen werden.

Ziel dieser Arbeit ist es, ein „Netz der Sicherheit“ aufzubauen, das Mädchen und Jungen in der Kinder- und Jugendarbeit vor sexueller Gewalt schützt. Um dieses Netz tragfähig zu gestalten, brauchen wir das Engagement von möglichst vielen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern auf allen Ebenen der Kinder- und Jugendarbeit, die sich aktiv für die Prävention vor sexueller Gewalt einsetzen. Hierfür gibt es viele Möglichkeiten und Ansatzpunkte und wir alle können einen Teil dazu beitragen.



Der vorliegende Baustein 3 der Reihe „Prävention vor sexueller Gewalt in der Kinder- und Jugendarbeit“ will eine Arbeitshilfe für Menschen mit pädagogischer Erfahrung sein, die mit Gruppen präventiv zu sexueller Gewalt arbeiten möchten. Dabei wird die Beschäftigung mit dem Thema und die Arbeit mit den Methoden dieser Arbeitshilfe sexuelle Gewalt nicht ausschließen können. Sie leistet jedoch einen bedeutenden Beitrag dazu, dass Kinder und Jugendliche ermutigt werden, ihre eigenen Grenzen zu wahren, dass das Reden über sexuelle Gewalt erleichtert wird und dass Betroffene bei uns nicht allein gelassen werden, sondern Unterstützung und Hilfe erfahren. Letztendlich wollen wir durch all diese Maßnahmen erreichen, dass sexuelle Gewalt an Kindern und Jugendlichen innerhalb der Jugendarbeit so weit als irgend möglich verhindert wird.

München, im September 2004

Martina Kobriger  
Präsidentin Bayerischer Jugendring



Inhalt

<b>Teil I: Grundlagen</b> .....	<b>5</b>
Einleitung .....	5
1. Begriffsdefinition .....	6
1.1 Prävention allgemein .....	6
1.2 Besonderheiten der Prävention vor sexueller Gewalt .....	7
Primärprävention .....	7
Sekundäre (abstellende) Prävention .....	8
Tertiäre (aufarbeitende) Prävention .....	8
2. Prävention in der Kinder- und Jugendarbeit .....	9
2.1 Aufgaben und Grenzen .....	9
2.2 Sexualpädagogik .....	11
2.3 Geschlechtsbewusste Kinder- und Jugendarbeit .....	13
Mädchenarbeit .....	13
Jungenarbeit .....	14
2.4 Ansätze präventiven Handelns .....	15
2.5 Ziele und Zielgruppen .....	19
Die Leitungsebene in der Kinder- und Jugendarbeit .....	19
Hauptberufliche und hauptamtliche Mitarbeiter/innen .....	20
Ehrenamtliche Mitarbeiter/innen .....	20
Kinder und Jugendliche .....	21
Eltern .....	22
3. Spezielle Handlungsfelder der Prävention vor sexueller Gewalt .....	23
3.1 Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungstrainings .....	23
3.2 Prävention vor sexueller Gewalt im interkulturellen Kontext .....	24
3.3 Prävention vor sexueller Gewalt in der Medienerziehung .....	28
4. Notwendige gesellschaftliche Veränderungen .....	34
<b>Teil II: Prävention sexueller Gewalt in der Praxis</b> .....	<b>37</b>
1. Prävention zum Thema machen .....	37
2. Eigenreflexion .....	41
3. Vorbereitung und Durchführung der Übungen .....	43
4. Präventionsgrundsätze .....	45
<b>Teil III: Übungen und Methoden</b> .....	<b>46</b>
Inhaltsverzeichnis der Übungen: .....	47
A: Wahrnehmungsübungen .....	48
B: Selbstbehauptungsübungen .....	63
C: Methoden zum Thema sexuelle Gewalt .....	67
D: Intensivübungen .....	82
Beispiel: Ablaufplan Wochenendseminar .....	88
Verzeichnis der verwendeten Literatur und Quellen .....	89
Impressum .....	91



## Einleitung

**E**twa seit der Mitte der 80er Jahre wurden das erschreckende Ausmaß und die gravierenden Folgen sexueller Gewalt an Kindern und Jugendlichen aufgedeckt und in der Fachwelt bekannt. Doch erst seit wenigen Jahren nimmt die Sensibilität diesem Thema gegenüber auf breiterer Basis zu.

**Dabei können Kinder und Jugendliche jeden Alters und jeden Geschlechts**, jeder Herkunft und jeder Schichtzugehörigkeit Opfer sexueller Gewalt werden, und dies auch und gerade in ihrem sozialen Nahraum und von Menschen, denen sie vertrauen und von denen sie Unterstützung, positive Zuwendung und emotionale und soziale Fürsorge erwarten.

**Täter und Täterinnen<sup>1</sup> gehen strategisch vor** und viele wählen sich daher entweder pädagogische Berufe oder betätigen sich in Umfeldern, in denen sie nahen Kontakt zu ihren potentiellen Opfern aufbauen können. Sie nutzen auch die in ihrer Ausbildung erworbenen Kompetenzen, um den Widerstand von Kindern und Jugendlichen zu brechen. Die Kinder- und Jugendarbeit muss sich daher der Tatsache stellen, dass sich sowohl Opfer als auch Täter/innen in den eigenen Reihen befinden. Aufgrund von Beratungsanfragen wird deutlich, dass mindestens ein Drittel aller Jugendverbände in Bayern bereits mit Fällen konfrontiert war.

**Die Jugendarbeit muss sich also ihrer Verantwortung stellen** und einen qualifizierten Beitrag gerade im Bereich Prävention leisten. Doch wie kann dies aussehen? Kann der Spagat zwischen größtenteils ehrenamtlich geleisteter Jugendarbeit und qualifizierter Präventionsarbeit zum Thema „sexuelle Gewalt“ gelingen, ohne Ehrenamtliche zu überfordern?

**Wir denken, dass dies möglich ist und möglich sein muss.** Jugendarbeit darf die Augen nicht davor verschließen, dass betreute Kinder und Jugendliche bereits Opfer sexueller Gewalt waren bzw. noch werden können, aber auch der Kollege oder die Kollegin Täter bzw. Täterin sein könnte.

**Im Bereich der Prävention sexueller Gewalt** liegt das Hauptarbeitsfeld allerdings nicht zuerst in der konkreten Arbeit mit Kindern und Jugendlichen.

„PräTect“ heißt das vom Landesvorstand des Bayerischen Jugendrings verabschiedete Präventionskonzept für die Jugendarbeit in Bayern und meint damit sowohl „Prävention“ als auch „Protection“ (Schutz). Präventionsarbeit bei diesem Thema bedeutet nämlich in erster Linie die Übernahme von Verantwortung und die Gewährleistung von Schutz durch Erwachsene. Alle können einen Beitrag dazu leisten, damit Kinder und Jugendliche in der Jugendarbeit geschützt sind vor sexueller Gewalt.

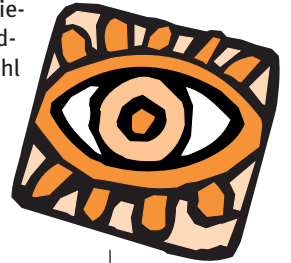
**Der vorliegende Baustein „Grundlagen und Methoden zur Prävention sexueller Gewalt in der Kinder- und Jugendarbeit“** wendet sich an ehrenamtliche und hauptberufliche verantwortliche Mitarbeiter/innen auf allen Ebenen der Kinder- und Jugendarbeit.

Er befasst sich in seinem ersten Teil schwerpunktmäßig mit den theoretischen Grundlagen der Präventionsarbeit, im zweiten Teil mit den Voraussetzungen praktischer Präventionsarbeit. Der dritte Teil enthält eine Sammlung von praktischen Übungen und Methoden, die sich für die präventive Arbeit mit Mädchen und Jungen in der außerschulischen Kinder- und Jugendarbeit eignen.

Der „Theorieteil“ mag auf den ersten Blick wenig praxisrelevant und damit überflüssig erscheinen. Wir haben uns jedoch bemüht, diese Ausführungen so konkret wie möglich auf die speziellen Bedingungen und Strukturen der Kinder- und Jugendarbeit zuzuschneiden. Weil die Prävention sexueller Gewalt ein vielschichtiges und sensibles Thema ist, halten wir es für notwendig und sinnvoll, sich diesem zunächst auch auf einer theoretischen Ebene anzunähern, bevor praktische Elemente und Methoden zur Arbeit mit Kindern und Jugendlichen herausgegriffen und umgesetzt werden.

**München, im Juli 2004.**

Landesvorstands-Arbeitsgruppe „Prävention sexueller Gewalt in der Kinder- und Jugendarbeit“.



<sup>1</sup> Die Taten werden meist (ca. 85–90%) von Männern verübt, zunehmend wird aber deutlich, dass es auch Frauen als Täterinnen gibt. Beim derzeitigen Kenntnisstand wird von ca. 10–15% Täterinnen ausgegangen.

## 1. Begriffsdefinition

### 1.1 Prävention allgemein

**D**as Wort „Prävention“ kommt ursprünglich aus dem Lateinischen, bedeutet „Vorbeugung, Zutvorkommen“ und meint damit ganz allgemein die Vorbeugung gegen mögliche Gefährdungen. „Unter Gefährdungen sind Handlungen von Personen und Gruppen und andere Einflüsse zu verstehen, die die Entwicklungschancen junger Menschen beeinträchtigen können. Sie sind quasi von außen, direkt oder indirekt auf Personen oder Gruppen junger Menschen gerichtet. Die Benennung von Gefährdungen (Gefährdungsquellen und -Tatbeständen) ist von Erkenntnissen meist aus der Wissenschaft abhängig, die negative Konsequenzen für junge Menschen erwarten lassen.“<sup>2</sup>

**Präventionsarbeit im Sinne von Primärprävention wird v.a. von der Kinder- und Jugendarbeit gefordert, hat sie doch in der Regel ein Klientel, mit dem „wirklich präventiv“ im Sinne von „vorbeugend“ gearbeitet werden kann.**

„Kinder- und Jugendarbeit hat sich eindeutig und in erster Linie am Wohl von Kindern und Jugendlichen zu orientieren ... Jugendarbeit dient ... der Gestaltung von Lebensverhältnissen und der Förderung positiver Lebensumstände sowie der (sozial)pädagogischen Bearbeitung subjektiver Risikolagen (die immer auch gesellschaftlich mitverursacht sind)“.<sup>3</sup>

Hier ist die Legitimation und die Notwendigkeit von präventiver Arbeit im Bereich „sexuelle Gewalt“ verortet. Wenn es Tatsache ist, dass Kinder und Jugendliche in der Kinder- und Jugendarbeit Opfer sexueller Gewalt werden können, muss diese Kinder- und Jugendarbeit das mit allen

zur Verfügung stehenden Mitteln verhindern. Täter/innen in den eigenen Reihen gilt es vorzubeugen. Ein sekundärpräventiver Ansatz erfordert die Vermeidung und ggf. Beendigung sexueller Gewalt durch ehrenamtliche und hauptberufliche Mitarbeiter/innen gegenüber Kindern und Jugendlichen, aber auch die Vermeidung und Beendigung sexueller Gewalt- und Unterdrückungsverhältnisse zwischen Jugendlichen.

Die Fürsorgepflicht gegenüber ehrenamtlichen Jugendleiter/innen erfordert es wiederum, sie in Bezug auf ein gesellschaftliches Problem zu sensibilisieren, zu informieren und zu schulen, das immerhin 20–25% aller Mädchen und 10–12% aller Jungen betrifft. Wir können nicht davon ausgehen, dass diese Mädchen und Jungen die Kinder- und Jugendarbeit meiden und nicht auch dort in Gruppen oder auf Freizeiten zu finden sind.

Die Legitimation, aber auch die Verpflichtung adäquate präventive Arbeit im Bereich sexueller Gewalt gerade in der Kinder- und Jugendarbeit zu leisten, leitet sich daher ab aus zwei Tatsachen:

- Wir haben Betroffene unter uns.
- Wir haben Täter/innen in den eigenen Reihen.

Dass die Übernahme neuer Aufgabenfelder wie die präventive Arbeit im Bereich „sexuelle Gewalt“ begleitet sein muss von einer Erweiterung der Kapazitäten im personellen,

aber auch finanziellen Bereich ist jedem/jeder Praktiker/-in der Kinder- und Jugendarbeit klar.

Dies auch gegenüber Politik und Gesellschaft offensiv deutlich zu machen und einzufordern ist ebenfalls Aufgabe der Kinder- und Jugendarbeit.



<sup>2</sup> Bayerisches Landesjugendamt (1994), S. 11

<sup>3</sup> Lindner/Freund (2001) S. 219



## 1.2 Besonderheiten der Prävention vor sexueller Gewalt

„Prävention soll langfristig zur Verhinderung von sexueller Gewalt an Mädchen und Jungen beitragen. Kurzfristig will sie eine schnelle Beendigung akuter Übergriffe ermöglichen und Schutz vor weiteren Gewalthandlungen veranlassen. Mittelfristig will sie die sekundäre Traumatisierung der Opfer minimieren.“<sup>4</sup>

Prävention vor sexueller Gewalt ist damit nie eindimensional zu sehen. Sie beinhaltet (wie andere Präventionskonzepte auch) sowohl die Primär-, Sekundär- als auch die Tertiärprävention. In der Kinder- und Jugendarbeit geht es jedoch vor allem um die Primärprävention.

Eine aktuelle Definition von Prävention sexueller Gewalt ist zum Beispiel folgende (in Anlehnung an AMYNA e.V.): „Unter Prävention im Bereich der Jugendarbeit verstehen wir alle sinnvollen Maßnahmen, die zur Vorbeugung, Verhinderung und Beendigung von sexueller Gewalt gegen Mädchen und Jungen beitragen. Es wird hierbei zwischen Primär-, Sekundär- und Tertiärprävention unterschieden.“ Letztere lassen sich (nach Weber/Rohleder, 1995 und A. May, 1997) folgendermaßen beschreiben:

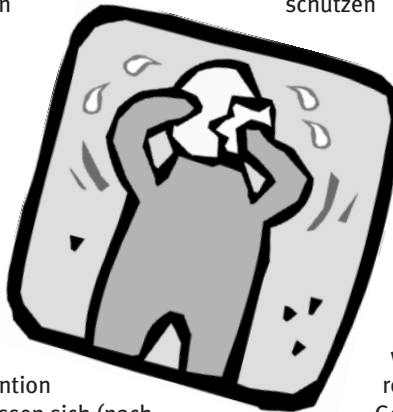
### Primärprävention

Primärprävention meint alle Maßnahmen, die sexueller Gewalt vorbeugen. Grundlegend ist hierbei eine Erziehungshaltung, die von Wertschätzung und Aufmerksamkeit dem einzelnen Kind oder Jugendlichen gegenüber geprägt ist. Primärprävention soll als kontinuierliche Arbeit in die gesamte Erziehung integriert sein und meint solches Erziehungshandeln, das „... frühzeitig einsetzt, langfristig und kontinuierlich angelegt ist und sich zum Ziel setzt, Kinder und Jugendliche zu befähigen ... (mit der Gefährdung) in angemessener Weise umzugehen. Es geht der Primärprävention um die Förderung solcher Fähigkeiten und Fertig-

keiten, die die Basis für eine gesunde Entwicklung im ganzheitlichen Sinn bilden. Damit gehört primäre Prävention vor dem Hintergrund gesellschaftlicher Wirklichkeit zum allgemeinen Erziehungsauftrag von Elternhaus und Schule, aber auch zum Förderauftrag von Kindertageseinrichtungen, von Familienbildung und Jugendarbeit (H. v. Verf.) und zielt auf die Verwirklichung des Wohls der Kinder und Jugendlichen in unserer Gesellschaft ab.“<sup>5</sup>

Zu primär präventiven Maßnahmen gehören:

- Aufklärung und Fortbildung von Verantwortungsträgern/innen und Mitarbeitern/innen. Primärprävention ist der Schwerpunkt von Fortbildungen in der Kinder- und Jugendarbeit zu diesem Themenbereich.
- Schaffen von sicheren Rahmenbedingungen in der Kinder- und Jugendarbeit, die Mädchen und Jungen vor sexuellen Übergriffen schützen
- Sensibilisierung für gesellschaftliche Strukturen, die sexuelle Gewalt begünstigen und aktives Eintreten gegen strukturelle Gewalt
- Präventionsprogramme für die direkte Arbeit mit Kindern und Jugendlichen



Prävention vor sexueller Gewalt bewirkt gerade im Bereich der Primärprävention (im Gegensatz zu vielen anderen Präventionsbereichen) ein An-

steigen der offenen Fallzahlen<sup>6</sup>. Da, wo ohne Tabu über dieses Thema gesprochen wird, wo Ansprechpartner/innen benannt werden, werden sich Opfer mitteilen und es gibt scheinbar „mehr Fälle“. Primärprävention mit Kindern und Jugendlichen, Mädchen und Jungen, erfordert daher immer auch Kenntnisse im Bereich der Sekundärprävention, d.h. vor allem genaue Kenntnis über die eigenen fachlichen Grenzen und Möglichkeiten im Bereich der Intervention und des Vorgehens im Verdachtsfall. Es ist wichtig, vorab eigene Ängste und Hemmschwellen zu klären und zu bearbeiten sowie geeignete Anlauf- und Beratungsstellen zu kennen.

<sup>4</sup> Bundesverein (2000)

<sup>5</sup> Bayerisches Landesjugendamt (1994), S. 12ff

<sup>6</sup> Von offenen Fallzahlen wird dann gesprochen, wenn Fälle nicht nur vermutet werden, sondern offen aufgedeckt. (Es gibt durch Prävention natürlich nicht mehr Fälle, sondern mehr Aufdeckungen von Fällen)

<sup>7</sup> Da ca. 1/3 der männlichen Täter bereits im jugendlichen Alter sexuelle Gewalt anwendet, muss sich Täterprävention auch an Jungen unter 14 Jahren wenden [vgl. Kruse (2002), S. 646 ff].

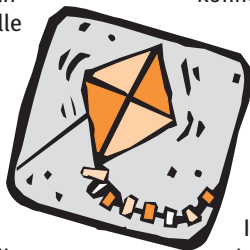
<sup>8</sup> Vgl. Braun (2002), S.17 f

<sup>9</sup> Enders (2002), S. 41

## Sekundäre (abstellende) Prävention

Sekundärprävention beschreibt alle Aktivitäten, die geeignet sind, bestehende sexuelle Gewalthandlungen zu beenden. Hierzu gehören also alle Maßnahmen, die dazu beitragen, sexuelle Gewalt möglichst frühzeitig zu erkennen und entsprechend zu reagieren.

In der Kinder- und Jugendarbeit heißt das in erster Linie, Anzeichen bei Mädchen und Jungen, die auf sexuelle Gewalterfahrungen oder -ausübungen hinweisen, z.B. Verhaltensänderungen und verbale Äußerungen ernst zu nehmen und in jedem Fall Hilfe bei Beratungsstellen und Experten/innen zu suchen.



in andere zu stärken und das Respektieren und Einhalten von Grenzen zu fördern.<sup>7</sup>

Gerade im Bereich der Täter/innenprävention können Institutionen auch auf struktureller Ebene wirksame Maßnahmen ergreifen. Dazu gehören z.B. Arbeitsbedingungen die deutliche Machtgefälle und Hierarchien vermeiden, Offenheit und Transparenz fördern und in denen Kritikfähigkeit geschätzt wird.<sup>8</sup> Auch Formen der Selbstverpflichtung in Institutionen (wie z.B. Leitlinien, Ehrenkodex o.ä.) tragen zur Prävention sexueller Gewalt bei: „Institutionen, die auf allen Ebenen eine aktive Präventionsarbeit betreiben, haben ein reduziertes Risiko der sexuellen Ausbeutung in den eigenen Reihen, denn Täter und Täterinnen werden sie eher als Arbeitsplatz meiden“.<sup>9</sup>

## Tertiäre (aufarbeitende) Prävention

Tertiärprävention hat zum Ziel, den Schutz der schon von sexueller Gewalt Betroffenen sicherzustellen, Unterstützung und ggf. therapeutische Hilfe bei der Aufarbeitung sexueller Gewalterfahrungen zu bieten und eine Reviktimisierung zu verhindern, d.h. der/die Betroffene soll nicht erneut Opfer sexueller Gewalt werden. Tertiärpräventives Arbeiten findet in der Kinder- und Jugendarbeit nur insofern statt, als Betroffene oder ihre Eltern an professionelle Beratungsstellen vermittelt werden können oder wenn es um personalrechtliche Konsequenzen für Mitarbeiter/innen geht, die Übergriffe begangen haben.



**Auf allen drei Ebenen der Prävention** wird, entsprechend der Zielgruppe mit der in der Kinder- und Jugendarbeit gearbeitet wird, unterschieden in **Opferprävention** oder **Täter/innenprävention**.

Die direkte primärpräventive Arbeit mit Kindern oder Jugendlichen hat zum Ziel, sie einerseits darin zu stärken, ihre emotionalen und körperlichen Grenzen gegenüber anderen wahrzunehmen und zu verteidigen und andererseits das Einfühlungsvermögen (Empathie)





## 2. Prävention in der Kinder- und Jugendarbeit

### 2.1 Aufgaben und Grenzen

**P**räventive Arbeit mit Kindern und Jugendlichen im Rahmen der Jugendarbeit erfordert es, sich bewusst zu machen, dass das Thema „Erziehung“ angesprochen ist und dass das Grundgesetz in Art. 6 Abs. 2 eine Erziehungsverpflichtung und -verantwortung zunächst und vor allem anderen den Eltern zuweist. Ein Teil der Gesamterziehung ist die Prävention vor sexueller Gewalt.

Anders als Elternhaus und Schule hat die Jugendarbeit keinen eigenständigen umfassenden Erziehungsauftrag, von daher sind in der „präventiven Erziehungsarbeit“ zum Schutz vor sexueller Gewalt in der Jugendarbeit Grenzen zu beachten. Grenzen, die zum einen aus dem Elternrecht erwachsen und zum anderen aus dem Selbstbestimmungsrecht und dem Persönlichkeitsrecht der Betroffenen (Art. 1, Art. 2 und Art. 6 Grundgesetz, § 1 Kinder- und Jugendhilfegesetz, SGB VIII).

#### Auszüge aus dem Grundgesetz für die Bundesrepublik Deutschland:

##### Aus Artikel 1:

(1) Die Würde des Menschen ist unantastbar. Sie zu achten und zu schützen ist Verpflichtung aller staatlichen Gewalt.

##### Aus Artikel 2:

(1) Jeder hat das Recht auf die freie Entfaltung seiner Persönlichkeit, soweit er nicht die Rechte anderer verletzt und nicht gegen die verfassungsmäßige Ordnung oder das Sittengesetz verstößt.

(2) Jeder hat das Recht auf Leben und körperliche Unversehrtheit. Die Freiheit der Person ist unverletzlich. In diese Rechte darf nur auf Grund eines Gesetzes eingegriffen werden.

##### Aus Artikel 6:

(1) Ehe und Familie stehen unter dem besonderen Schutze der staatlichen Ordnung

(2) Pflege und Erziehung sind das natürliche Recht der Eltern und die zuvörderst ihnen obliegende Pflicht. Über ihre Betätigung wacht die staatliche Gemeinschaft.

#### Auszüge aus der Charta der Grundrechte der Europäischen Union:

##### Artikel 1:

Die Würde des Menschen ist unantastbar. Sie ist zu achten und zu schützen.

##### Artikel 3 (1):

Jede Person hat das Recht auf körperliche und geistige Unversehrtheit.

##### Artikel 6:

Jede Person hat das Recht auf Freiheit und Sicherheit.

##### Artikel 24:

(1) Kinder haben Anspruch auf den Schutz und die Fürsorge, die für ihr Wohlergehen notwendig sind. Sie können ihre Meinung frei äußern. Ihre Meinung wird in den Angelegenheiten, die sie betreffen, in einer ihrem Alter und ihrem Reifegrad entsprechenden Weise berücksichtigt.

(2) Bei allen Kinder betreffenden Maßnahmen öffentlicher oder privater Einrichtungen muss das Wohl des Kindes eine vorrangige Erwägung sein.

(3) Jedes Kind hat Anspruch auf regelmäßige persönliche Beziehungen und direkte Kontakte zu beiden Elternteilen, es sei denn, dies steht seinem Wohl entgegen.

Jugendarbeit als Interessenvertretung von Kindern und Jugendlichen hat u. a. die Aufgabe dazu beizutragen, dass junge Menschen zur Selbstbestimmung fähig werden, eine eigenverantwortliche Persönlichkeit entwickeln können – d. h. auch eigenverantwortliches geschlechtliches Verhalten – und vor Gefahren für ihr Wohl geschützt sind (vgl. §§ 1, 11 SGB VIII). Der Versuch massiver ideologischer Beeinflussung, etwa im Sinne verbandsspezifischer Anschauungen oder persönlicher Werthaltungen zu Sexualität verbietet sich somit.

Altersangemessene Aufklärungs- und Informationsarbeit im Sinne der Ziele des SGB VIII und für einen wirksamen Schutz vor Gefahren der sexuellen Selbstbestimmung sind jedoch notwendig und auch rechtlich begründet.

## Auszüge aus dem Kinder- und Jugendhilfegesetz, SGB VIII:

### Aus §1 Recht auf Erziehung, Elternverantwortung, Jugendhilfe:

- (1) Jeder junge Mensch hat ein Recht auf Förderung seiner Entwicklung und auf Erziehung zu einer eigenverantwortlichen und gemeinschaftsfähigen Persönlichkeit.
- (3) Jugendhilfe soll zu Verwirklichung des Rechts nach Absatz 1 insbesondere
- junge Menschen in ihrer individuellen und sozialen Entwicklung fördern und dazu beitragen, Benachteiligungen zu vermeiden oder abzubauen,
  - Eltern und andere Erziehungsberechtigte bei der Erziehung beraten und unterstützen,
  - Kinder und Jugendliche vor Gefahren für ihr Wohl schützen,
  - dazu beitragen, positive Lebensbedingungen für junge Menschen und ihre Familien sowie eine kinder- und familienfreundliche Umwelt zu erhalten oder zu schaffen.

### Aus § 11 Jugendarbeit:

- (1) Jungen Menschen sind die zur Förderung ihrer Entwicklung erforderlichen Angebote der Jugendarbeit zur Verfügung zu stellen. Sie sollen an den Interessen junger Menschen anknüpfen und von ihnen mitbestimmt und mitgestaltet werden, sie zur Selbstbestimmung befähigen und zu gesellschaftlicher Mitverantwortung und zu sozialem Engagement anregen und hinführen.

Vor diesem Hintergrund besteht für die Jugendarbeit die Aufgabe – zusätzlich zu Information und Aufklärung – Aufmerksamkeit und Wahrnehmung zu erzeugen für den Selbstwert



jedes Einzelnen und für das Recht jedes Einzelnen darüber mitzubestimmen, wie mit ihm umgegangen wird. Wie viel Nähe er/sie zulassen möchte bzw. wie viel Distanz einer/s Anderen erforderlich ist, damit Kinder und Jugendliche sich in ihrem geschlechtlichen Verhalten ungestört entwickeln können und auch in die Lage versetzt werden, Gefahren in diesem Bereich zu erkennen und abzuwehren, muss gemeinsam mit Kindern und Jugendlichen erarbeitet werden.



Auf Seiten von Verantwortlichen in der Jugendarbeit (Jugendleitern/innen, Ehrenamtlichen in Aufsichtsfunktionen, ehrenamtlichen oder hauptberuflichen Mitarbeitern/innen auf der Träger-/Veranstalterseite) bedeutet dies zudem, dass klar die eigene Position und die Grenzen des eigenen Verhaltens zu bestimmen sind und auch bewusst eine schützende Verantwortung für Kinder und Jugendliche zu übernehmen ist:

- für die Jugendleiter/innen in direktem Kontakt mit Kindern und Jugendlichen sowie untereinander
- für verantwortliche Funktionsträger/innen insbesondere gegenüber den von ihnen eingesetzten Jugendleitern/Betreuern/innen und gegenüber den Teilnehmer/innen ihrer Maßnahmen
- für die hauptberuflichen Mitarbeiter/innen in ihrem jeweiligen Verantwortungsbereich gegenüber der Trägerseite (Arbeitgeber), gegenüber Kindern und Jugendlichen und gegenüber Jugendleitern/innen.

Die für alle Ebenen und Funktionen in der Jugendarbeit notwendigen spezifischen Regeln müssen also einerseits den Schutz- und Präventionsgedanken berücksichtigen, zugleich aber auch die Grenzen einhalten, die im Rahmen einer „Erziehungshaltung und Erziehungsarbeit“ durch das Elternrecht, die Pluralität von Werthaltungen sowie das „Wohl von Kindern und Jugendlichen“ gesetzt sind. Dieser Rahmen für präventive Erziehungsarbeit erfordert es u. U. mehr als in anderen Bereichen der Jugendarbeit, mit Eltern bzw. Personensorgeberechtigten zusammenzuarbeiten und sie über Ziele, Inhalte und auch Formen der spezifischen Präventionsarbeit zu informieren.



## 2.2 Sexualpädagogik

**S**o, wie Sexualität mehr ist als Fortpflanzung, geht es auch bei Sexualerziehung um mehr als um Aufklärung.

„Die Tatsache unseres Frau- oder Mannseins ist in allen Phasen des menschlichen Lebens, von Geburt bis ins Alter, körperlich, seelisch und sozial wirksam.

Sexualität ist Bestandteil der Identität des Menschen und wird wie diese kontinuierlich durch individuelle, gesellschaftliche, soziale, und weltanschauliche Bedingungen beeinflusst und geprägt.

Sexualität steht dabei im Spannungsfeld von individuellen Bedürfnissen und gesellschaftlichen Konventionen.

Aus den Grundrechten der freien Entfaltung der Persönlichkeit und der Menschenwürde folgt das Recht jedes Menschen, entsprechend der eigenen sexuellen Orientierung zu leben, seine sexuellen Beziehungen selbst zu wählen und sein Leben danach einzurichten, soweit nicht andere dadurch in ihren Persönlichkeitsrechten eingeschränkt oder verletzt werden“.<sup>10</sup>

Sexualpädagogik ist ein Teil der Gesamterziehung und soll dazu beitragen, dass sich Kinder und Jugendliche ihrer selbst, ihrer Körperlichkeit und ihrer vielfältigen Gefühle bewusst werden können und dass sie über eine Sprache für die unterschiedlichen sexuellen Themen verfügen.

Eine gelungene Sexualerziehung bestärkt die eigene Wahrnehmung von Lust und Unlust, Nähe- und Distanzbedürfnissen und unterstützt Kinder und Jugendliche darin, mit Verunsicherungen und Konfliktsituationen angemessen umzugehen und eine selbstbestimmte Sexualität zu entfalten.

Die Stärkung von Empathie und Kommunikationsfähigkeit, Verantwortungsbereitschaft und Partnerschaftlichkeit sind ebenfalls

wichtige Ziele einer ganzheitlichen Sexualpädagogik.

Ihre Grundlagen sind die Achtung vor der Unterschiedlichkeit eines jeden Menschen, Respekt, Toleranz und Verantwortung.

Sexuelle Gewalt gegen Kinder und Jugendliche gehört zu den gesellschaftlichen Problemfeldern, die die grundsätzlich positiven Erwartungen an Liebe, Sexualität und Partnerschaft in der Realität einschränken.

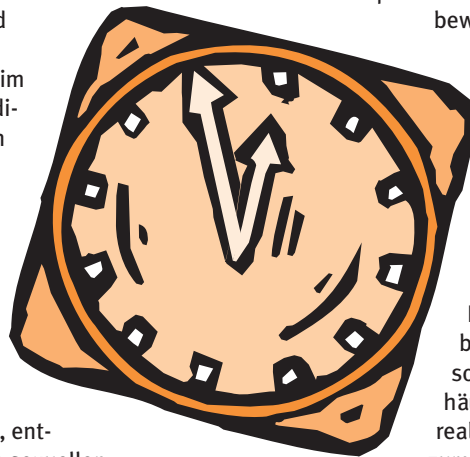
Hier leistet Sexualpädagogik einen wichtigen Beitrag zur Vorbeugung sexueller Gewalt sowohl im Bereich der Opfer- als auch der Täterprävention: Zum Einen ist für selbst-

bewusste Kinder und Jugendliche,

die über einen angemessenen Wortschatz und über Wissen im Bereich Sexualität und sexuelle Gewalt verfügen, die Wahrscheinlichkeit geringer, sexuell missbraucht zu werden.

Darüber hinaus lässt sich beobachten, dass (insbesondere jugendliche) Täter häufig nur über sehr wenig realistische Informationen zum Thema Sexualität verfügen.

Durch die Medien werden Kinder und Jugendliche heute bereits früh mit dem Thema Sexualität konfrontiert. Die Informationen, die hier transportiert werden, sind zwar umfangreich, jedoch zumeist wenig sachgerecht. Dieses Wissen ist häufig weit von der Lebensrealität von Jungen und Mädchen entfernt und hat wenig mit dem gemein, was sie im direkten Kontakt mit anderen erleben und erfahren. Dadurch kann das Bild, das durch Talkshows, Zeitschriften und Jugendmagazine von Sexualität vermittelt wird, sie schnell überfordern. Hier hat Sexualerziehung die Aufgabe, die Themen aufzunehmen und zu bearbeiten um Jugendlichen die Gelegenheit zu geben, diese Inhalte zu reflektieren und einzuordnen. Medienkompetenz bedeutet hier, dass Kinder und Jugendliche befähigt werden, die von außen kommenden Bilder und Meinungen über Sexualität mit ihren eigenen Erfahrungen, Wünschen und Bedürfnissen in Beziehung



<sup>10</sup> Pro Familia (2002), S. 7

zu setzen und einen in diesem Sinne selbstbestimmten Weg zu finden, der durchaus dem widersprechen kann, was sie gelesen, gehört und gesehen haben.



Trotz der massenhaften Veröffentlichung von sexuellen Inhalten ist es nach wie vor nicht einfach, über Sexualität zu reden, da dies ein persönliches und in vielerlei Hinsicht tabuisiertes Thema ist. Häufig fehlen die „richtigen“ Worte, wenn es etwa darum geht, Wünsche zu äußern oder Probleme zu benennen, denn das miteinander Reden von und über Sexualität wird kaum irgendwo gelernt. In dieser Unsicherheit liegt es für Pädagogen/-innen nahe, sich in ein distanzierteres und steriles medizinisches Vokabular zu flüchten, das jedoch weit von der real existierenden Sexualität zwischen wirklichen Menschen entfernt ist.

Um eine gelungene Verständigung über Sexualität zu ermöglichen, gilt es zunächst, für sich und gemeinsam eine Sprache zu finden, die das transportieren kann, was tatsächlich gemeint und gefühlt ist.

Um in das Thema „Prävention vor sexualisierter Gewalt“ einzusteigen, ist es hilfreich schon eine sexualpädagogische „Einstimmung“ zu haben. Es geht bei der sexualpädagogischen Einstimmung nicht darum, technische oder körperliche Funktionen zu erklären, sondern Sprache und Beziehung im Bezug auf Missbrauch zu klären. Erst wenn ich weiß was ich will, auch in Bezug auf Sex, kann ich auch konsequent „Nein“ sagen. Außerdem gibt es zwischen Schuld und Unschuld keine „Grauzonen“, wenn die Grenzen für jede Person individuell abgesteckt sind.

Sexualpädagogik ist ein Teil der Primärprävention von sexueller Gewalt. Dabei hat sie die nicht ganz einfache Aufgabe, einerseits für die positiven, lustvollen, lebensbejahenden Seiten von Erotik und Sexualität Raum zu schaffen, andererseits aber auch die unterschiedlichen Schattierungen von Aggression und Gewalt nicht auszublenden.



Ein ganzheitliches und umfassendes Konzept von Sexualpädagogik, wie wir es hier skizziert haben, macht deutlich, dass Kinder- und Jugendarbeit um eine kritische Bestandsaufnahme in Bezug auf die Sexualerziehung nicht herum kommt.

Wenn es das Ziel ist, sexuelle Gewalt innerhalb der Kinder- und Jugendarbeit zu verhindern, muss zuerst und vorrangig eine Überarbeitung bestehender sexualpädagogischer Konzepte erfolgen. Dabei ist es wichtig, Fragen der Sexualerziehung offen und tabulos neu zu diskutieren und Ehrenamtlichen vor Ort entlastende Konzepte für die alltägliche Kinder- und Jugendarbeit an die Hand zu geben.

#### Zum Weiterlesen:

Aktion Jugendschutz, Landesarbeitsstelle Bayern e.V. (Hg.):

**Materialmappe Sexualpädagogik in der Praxis**  
3. überarbeitete Auflage,  
München 2002.

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (Hg.):

**Sexualerziehung, die ankommt ...**  
Band 15 der Fachheftreihe „Forschung und Praxis der Sexualaufklärung + Familienplanung“, Köln 1999.

Peter Sanders, Liz Swinden:

**Lieben, Lernen, Lachen**  
Praxishilfen zur Sexualerziehung für Kinder von 6–12 Jahren,  
Mühlheim/Ruhr 1992.



## 2.3 Geschlechtsbewusste Kinder- und Jugendarbeit

In § 9 (3) des Kinder- und Jugendhilfegesetzes (SGB VIII) wird der gesetzliche Auftrag für geschlechtsbewusste Kinder- und Jugendarbeit formuliert: „Bei der Ausgestaltung der Leistungen und Erfüllung der Aufgaben sind (...) die unterschiedlichen Lebenslagen von Mädchen und Jungen zu berücksichtigen, Benachteiligungen abzubauen und die Gleichberechtigung von Mädchen und Jungen zu fördern“.



Mädchen und Jungen erfahren eine unterschiedliche Sozialisation. Da diese spezifischen gesellschaftlichen und erzieherischen Einflüsse auf die Entwicklung der sexuellen Identität Einfluss nehmen, müssen auch Präventionsangebote einen geschlechtsspezifischen Blickwinkel einnehmen. Lebenswelt- bzw. Bedürfnisorientierung bedeutet für geschlechtsbewusste Kinder- und Jugendarbeit zunächst, aus einem geschlechtsdifferenzierenden Blickwinkel genau hinzusehen, um zu verstehen, wie die spezifischen Lebenswelten von Mädchen und Jungen aussehen, und wie diese sich darin arrangieren. Hieraus können dann praktische Schlussfolgerungen gezogen und pädagogische Konzepte entwickelt werden, die sich nicht an Defiziten orientieren, sondern an den Potenzialen, Stärken und Ressourcen von Mädchen und Jungen ansetzen.

Geschlechtsbewusste Jugendarbeit umfasst zwei Ebenen:

Zum einen ist sie eine Querschnittsaufgabe, d.h. dass alle als koedukativ konzipierten Angebote der Kinder- und Jugendarbeit der spezifischen Situation von Mädchen und Jungen gerecht werden müssen und dass alle Mitarbeiter/innen für die Umsetzung dieses Auftrages gleichermaßen zuständig sind. Jugendarbeit in geschlechtshomogenen Gruppen – also Mädchen- bzw.



Jungenarbeit – bildet einen Teilbereich geschlechtsbewusster Kinder- und Jugendarbeit. Diese Angebote werden von jeweils weiblichen oder männlichen Mitarbeiter/innen betreut und sind parteilich, d.h. sie orientieren sich in ihren Inhalten und Methoden ausschließlich an der Lebenswelt und den Bedürfnissen der jeweiligen Zielgruppe.

Dabei hat die Praxis sexualpädagogischer Angebote gezeigt, dass es oft günstiger ist, zu diesem Thema zumindest teilweise in geschlechtshomogenen Gruppen zu arbeiten.

Durch die entspanntere Situation wird es möglich, offener und angstfreier über Sexualität zu sprechen. Neuere Konzepte arbeiten häufig abwechselnd in getrenntgeschlechtlichen Gruppen und gezielt in koedukativer Zusammensetzung, um Mädchen und Jungen miteinander in Dialog zu bringen.

### Mädchenarbeit

(Feministische) Ansätze der Mädchenarbeit entwickelten sich in den 1970er Jahren als Praxisumsetzung feministischer Sozialforschung, die die gesellschaftliche Ausgrenzung und Benachteiligung von Frauen und Mädchen offen legte. In den folgenden Jahren machte insbesondere der 6. Jugendbericht (1984) deutlich, wie Mädchen auch im Bereich der Jugendhilfe benachteiligt sind. In der Konsequenz wurde auch die Jugendarbeit aufgefordert, alles zu tun, um den Lebenslagen und Bedürfnissen von Mädchen gerecht zu werden.

Inzwischen hat sich Mädchenarbeit als ein Handlungsfeld der Kinder- und Jugendarbeit etabliert. Es besteht ein vielfältiges Angebotsspektrum von Mädchenarbeit mit einer breiten Palette von Aktionsformen, Inhalten und Themen.

Dabei ist Mädchenarbeit im allgemeinen nicht gleich sexualpädagogischer Arbeit, jedoch sind Fragen von Liebe, Partnerschaft, Sexualität, Rolle etc. häufig Inhalte von Mädchenarbeit.

Die pädagogischen Angebote sind dabei nicht an die klassische Gruppenarbeit gebunden, sondern finden ihren Platz ebenso in Einzelgesprächen oder ungeplanten, alltäglichen Situationen.

„Ohne jeden Zweifel ist sexualpädagogische Arbeit für Mädchen wichtig. Sie kann Mädchen darin bestärken, ihren eigenen Weg zu finden, ihre eigenen Wünsche und Bedürfnisse zu erkennen und mit ihren Ängsten und Unsicherheiten umgehen zu lernen. Sexualpädagogische Mädchenarbeit ist die beste Prävention gegen sexuellen Missbrauch und ein lebendiger Ort der Begegnung und des Austausches mit anderen.“<sup>12</sup>

<sup>12</sup> Bültmann  
(2000), S. 170

Die sexualpädagogische Mädchenarbeit wurde in den vergangenen Jahren differenzierter und vielgestaltiger. Die einzelnen Ansätze konzentrieren sich dabei stärker auf die jeweiligen Zielgruppen und deren spezifische Bedürfnisse.

Perspektivisch lassen sich folgende Empfehlungen formulieren:

- Entwicklung spezifischer Konzepte, Materialien und Medien für die Arbeit mit Mädchen anderer Nationalitäten, Mädchen mit Beeinträchtigungen, lesbische Mädchen und minderjährige Mütter
- Durchführung von Fortbildungsveranstaltungen zur Qualifizierung der Mitarbeiterinnen für die Arbeit mit diesen Zielgruppen
- Entwicklung und Erprobung von Ansätzen mit neuen Kommunikationstechnologien (z.B. Sexualberatung per Internet, chatrooms)
- Weiterentwicklung der peer-education-Konzepte (von Jugendlichen für Jugendliche) auch für die Arbeit mit spezifischen Zielgruppen wie z.B. Migrantinnen
- Weiterentwicklung der sexualpädagogischen Konzepte auf der Basis reflexiver bzw. integrierender Koedukation<sup>13</sup>



Benannt werden zum einen die Schwierigkeiten, die von Jungen verursacht werden, auf der anderen Seite wird auf die spezifischen Probleme verwiesen, die Jungen unter den herrschenden gesellschaftspolitischen Bedingungen in der Phase des Mannwerdens zu bewältigen haben.

So steht die Jungenarbeit in besonderem Maße vor der schwierigen Gratwanderung, einerseits eine defizitorientierte Herangehensweise zu vermeiden und den Blick vor allem auf die Potenziale und Chancen des Junge- und Mannseins zu richten. Gleichzeitig jedoch ist sie gefordert, negative Entwicklungen wahrzunehmen und z.B. aktive Täterprävention im Bereich sexueller Gewalt zu betreiben.

Um eine angemessene Balance zwischen Ermutigung und Kritik zu ermöglichen, ist daher eine differenzierte Praxis in diesem Bereich von besonderer Wichtigkeit.

Anders als für die Mädchenarbeit lassen sich für die Jungenarbeit nur wenige gewachsene Strukturen oder Traditionen ausfindig und nutzbar machen. So ist explizite (sexualpädagogische) Jungenarbeit auch heute noch relativ selten und Konzepte für sie sind rar bzw. im Entwicklungsstadium.

Jungenarbeiter stehen damit vor der Aufgabe, ihre eigene Praxis erst noch qualifizieren zu müssen und können dabei kaum auf einen Standard für ihre Angebote zurückgreifen.

„Aus der Vielfalt von Ursachen, Symptomen und Verhaltensauffälligkeiten bei sexueller Gewalt, durch die unterschiedlichen Reaktionen betroffener Jungen bei sexueller Gewalt und durch die hohe Dunkelfeldziffer ergeben sich besondere Überlegungen für die Präventionsmaßnahmen:

- Jungenarbeit muss hinter den Problemen, die Jungen machen, den Jungen mit Problemen sehen.
- Jungen brauchen positive männliche Vorbilder, um ihre Handlungskompetenzen ausweiten zu können.
- Jungenarbeit muss über die konkreten geschlechtsrollenimmanenten Schwierigkeiten der einzelnen Jungen hinaus blicken können

<sup>13</sup> vgl. ebd.

## Jungenarbeit

Die Forderung nach Jungenarbeit wird durch eine ganze Reihe von Gründen untermauert.



und die sich verändernden Existenzbedingungen von Jungen im Zuge von sich wandelnden sozialen und ökologischen Bedingungen reflektieren.

- Von hoher Bedeutung ist es, dass den Jungen und jugendlichen Männern ein Hilfsangebot gemacht wird, das auf ihre Bedürfnisse zugeschnitten ist. Daher müssen niederschwellige Angebote geschaffen werden, um die Jungen zu erreichen.
- Mehr als in der präventiven Arbeit mit Mädchen zum Thema sexuelle Gewalt, muss sich Prävention bei Jungen an mögliche Täter und Opfer richten.
- Der Übergang von Prävention und Intervention ist fließend. Rechtzeitige Intervention kann helfen, eine erneute Traumatisierung zu unterbinden und/ oder einer Entwicklung hin zum Täter vorzubeugen.
- Jungen müssen lernen sich Hilfe zu holen, ohne dies als Schwäche zu deuten.<sup>14</sup>

### Zum Weiterlesen:

Petra Focks:  
**Starke Mädchen, starke Jungs.**  
Leitfaden für eine geschlechtsbewusste Pädagogik,  
Freiburg 2002

Maria Bitzan, Claudia Daigler:  
**Eigensinn und Einmischung.**  
Einführung in die Grundlagen und Perspektiven parteilicher Mädchenarbeit,  
Weinheim/München 2001



Renate Klees, Helga Marburger, Michaela Schumacher (Hg.):

**Mädchenarbeit.**  
Praxishandbuch für die Jugendarbeit,  
Weinheim/München 2000

Ilka Reinert, Regina Rauw (Hg.):  
**Perspektiven der Mädchenarbeit.**  
Partizipation, Vielfalt, Feminismus,  
Opladen 2001

Benedikt Sturzenhecker, Reinhard Winter (Hg.):  
**Praxis der Jungenarbeit.**  
Weinheim/München 2002

Uwe Sielert:  
**Jungenarbeit.**  
Praxishandbuch für die Jugendarbeit,  
Weinheim/München 1989

Reiner Neutzling, Dieter Schnack:  
**Kleine Helden in Not.**  
Reinbek 2000

### 2.4 Ansätze präventiven Handelns

Ende der 70er Jahre begannen Mitstreiterinnen der Frauenbewegung Präventionsprogramme gegen sexuelle Gewalt zu entwickeln. Ihre Ziele sind auch in vielen neueren Präventionskonzepten noch enthalten: Mädchen und Jungen über sexuelle Gewalt informieren, sie befähigen, sich gegen sexuelle Übergriffe zur Wehr zu setzen, Hilfe zu holen.<sup>15</sup>

Der Schwerpunkt lag also auf „Empowerment“ (Stärkung) der Mädchen und Jungen. Nach neuem Forschungsstand ist es, im Gegensatz zur Präventionsarbeit in anderen Bereichen (Drogen, Gewalt ...), im Bereich „Prävention vor sexueller Gewalt“ unzureichend, nur auf Empowerment von Kindern und Jugendlichen zu setzen. Kinder und Jugendliche stark zu machen, reicht in der Regel nicht aus, sie vor sexueller Gewalt ausreichend wirksam zu schützen.

Evaluationsstudien über Programme nach dem Empowerment-Konzept zeigen, dass diese

<sup>14</sup> Pro Familia (2001), S. 4

<sup>15</sup> vgl. A. May, (1997), S. 44

Arbeit durchaus sinnvoll und erfolgreich sein kann, allerdings gibt es auch Kritik und Ergänzungen zu diesem Ansatz. Von den Autoren/innen wird besonders das Ergebnis der deutlich erhöhten Mitteilungsbereitschaft von betroffenen Kindern hervorgehoben. Finkelhor und Strapko betonen, dass „... die kommunikationsfördernde Wirkung der Programme nicht unterschätzt werden sollte“.<sup>16</sup>

<sup>16</sup> Finkelhor/  
Strapko (1994),  
S. 235

Die Evaluationen weisen vor allem den Wissenszuwachs der Kinder nach. Die Wirkung von präventiven Angeboten auf das Verhalten und die Emotionen der Kinder abzufragen, ist sehr viel schwieriger und wird in den Studien (auch in den deutschen) kaum verfolgt. Somit bleibt die Frage, ob Mädchen und Jungen durch Präventionsmaßnahmen tatsächlich lernen können, sexuelle Übergriffe effektiv abzuwehren, weiterhin offen. Die Aussagen von Kritikern/innen des Empowerment-Ansatzes lassen sich wie folgt zusammenfassen<sup>17</sup>:

<sup>17</sup> Vgl.: Stroh-  
halm e.V.  
(1996), S. 191 ff

Kritisiert wird, dass

- diese Präventionsprogramme „... beim schwächsten Glied in der Kette sexuellen Missbrauchs – bei den Opfern – ansetzen und damit eigentlich diesen Opfern die Verantwortung für die Beendigung des sexuellen Missbrauchs aufbürden ... Doch offenbar bietet sich die Zielgruppe der Kinder gerade deswegen an, weil diese leichter verfügbar und leichter zu pädagogisieren ist.“<sup>18</sup>
- Kinder oder Jugendliche, die sich gegen eine sexuelle Gewalttat nicht erfolgreich wehren konnten oder können, die Schuld bei sich suchen und sich verantwortlich fühlen, zum Opfer geworden zu sein, wenn ihnen in den Präventionsprogrammen vermittelt wird, dass sie sich wehren sollen.
- in der Regel externe Personen das Präventionsangebot für die Kinder und Jugendlichen durchführen, was in der Praxis immer wieder zu Konflikten führt, wenn etwa das veränderte Verhalten der Kinder auf wenig

Verständnis bei Eltern und anderen Erziehungspersonen stößt.

- grundsätzlich versucht wird, den Themenbereich „Sexualität“ auszusparen. Dies bedeutet für die Kinder in der Regel einen Widerspruch in sich. Einerseits soll über sexuellen Mißbrauch gesprochen werden, andererseits wird der Bereich der Sexualität an sich tabuisiert. Betont wird hier, wie wichtig es ist, dass Kinder und Jugendliche über ein geeignetes Vokabular im Bereich der Sexualität verfügen, um über Sexualität an sich, aber auch über sexuelle Gewalt sprechen zu können.
- Täterstrategien in den bisherigen Präventionsprogrammen zu wenig vermittelt werden.

So ist für Kinder und Jugendliche in der Regel schwer ersichtlich, wann die Beziehung „kippt“ und aus einem guten Bekannten, Freund, netten Verwandten plötzlich ein/-e Täter/-in wird. Differenzierungen in den Präventionsprogrammen fehlen leider wohl bisher – und überfordern damit das Differenzierungs- und Beurteilungsvermögen der Kinder und Jugendlichen.



### Protect-Ansatz

In der Weiterentwicklung des Empowerment-Ansatzes hat sich in den vergangenen zehn Jahren ein Perspektivenwechsel durchgesetzt, der das Augenmerk von der Zielgruppe der Kinder auf die Zielgruppe der Erwachsenen gelenkt hat.

Im Protect-Ansatz sind in erster Linie die Erwachsenen gefordert, aufmerksam und verantwortungsvoll zu handeln, um den Schutz von Kindern und Jugendlichen zu gewährleisten.

Täter/innen gehen meist strategisch und planvoll vor, schleichen sich langsam in das Vertrauen – und das Herz – von Kindern und Jugendlichen ein und verfügen häufig über strukturelle Macht bzw. sonstige Machtmechanismen, um (auch gestärkte) Kinder und Jugendliche in ihr feingespinnenes Netz der Tatvorbereitung zu ziehen.





Prävention vor sexueller Gewalt bedeutet deshalb für die Kinder- und Jugendarbeit, dass alle hier tätigen Erwachsenen bereit sind ihren Beitrag zu leisten und sich der Verantwortung stellen, Kinder und Jugendliche vor sexueller Gewalt möglichst wirksam zu beschützen. Die gezielte und bewusste Stärkung von Mädchen und Jungen ist in diesen Ansatz zum „richtigen“ Zeitpunkt als eine Methode präventiven Arbeitens integriert.



### Erfolgreiche und sinnvolle Präventionsangebote besitzen (nach derzeitigem Erkenntnisstand) folgende Merkmale:

1. Sie sind in ihrem Inhalt und in der Durchführung auf die Zielgruppe exakt zugeschnitten. Bedürfnisse, Kenntnisse der Zielgruppe, deren Geschlecht, der ethnische Hintergrund und der Entwicklungsstand spielen dabei eine wichtige Rolle.
2. Sexualität wird offen, ehrlich und altersgerecht angesprochen.
3. Täterstrategien werden realistisch beschrieben.
4. Das Konzept folgt dem „Protect-Ansatz“, d.h. Erwachsene sind in erster Linie für die Sicherheit der Kinder zuständig und verantwortlich. Kindern wird dieser Ansatz deutlich gemacht.
5. Präventionsprogramme sollen gezielt für „Risikogruppen“ entwickelt werden.
6. Präventive Arbeit soll auch an der Veränderung von gesellschaftlichen Strukturen ansetzen und damit Bedingungen und Ursachen sexueller Gewalt entgegenwirken. Hier sind jedoch keine kurz- oder mittelfristigen, nur langfristige Ergebnisse zu erwarten.<sup>19</sup>

Allerdings ist kaum etwas so schwer zu messen, ... wie der Erfolg von präventiven Maßnahmen. Es lässt sich nicht belegen, wenn ein Kind nicht sexuell missbraucht wird, ob es an der Person und den Lebensumständen des Kindes liegt, an der Wirkung von Prävention oder ob dieses Kind schlicht und einfach Glück gehabt hat.“<sup>20</sup>

### Der Bundesverband zur Prävention von sexuellem Missbrauch an Mädchen und Jungen benennt als Qualitätsstandards für präventive Arbeit:

- Zur Verhinderung von sexueller Gewalt muss ein ausreichendes „Grundverständnis“ über diese Form der Gewalt bestehen (Entstehung und Bedeutung sexueller Gewalt, eigene fachliche Zuständigkeit, persönliche Grenzen, Fähigkeit der Selbstreflexion)
- Überall, wo Prävention zu sexueller Gewalt angeboten wird, muss kompetente Intervention möglich sein (Prävention deckt auf! Die für die Prävention Verantwortlichen müssen die örtlichen bzw. regionalen Interventionsstrukturen und Unterstützungsangebote kennen, mit der Arbeitsweise dieser Einrichtungen vertraut sein und einen persönlichen Kontakt zu den Fachleuten pflegen)
- Professionelle Präventionsarbeit setzt Offenheit und Selbstkritik voraus
- Professionelle Arbeit gegen sexuelle Gewalt setzt gute Zusammenarbeit mit den regionalen Hilfesystemen voraus. Wer erfolgreich kooperieren will, benötigt Vernetzungskompetenzen.

Der Verband fordert auch, dass Präventionsarbeit geschlechtsspezifisch, parteilich und verändernd stattfinden muss.

In der Praxis wurden erste Schritte innerhalb eines Qualitätsentwicklungsprozesses dahingehend präzisiert, dass Freiwilligkeit, Transparenz bezüglich des präventiven Angebots, Partizipation aller Beteiligten, Kontinuität anstelle von kurzen punktuellen Angeboten, Orientierung an geschlechtsspezifischen Lebenslagen und Vernetzung als prozessorientierte Qualitätskriterien benannt wurden.<sup>21</sup>

### Zentrale Themen von Präventionsmaßnahmen mit Kindern und Jugendlichen<sup>22</sup>

#### • Altersgerechte Informationen über Sexualität

Viele Forscher/innen sind sich einig, dass Mädchen und Jungen Begriffe kennen sollen, mit denen sie sexuelle Handlungen beschreiben können. Damit wird das Tabu um das

<sup>19</sup> vgl. Amann/Wipplinger (1997), S. 673 ff sowie Klees (1993), S. 348–356.

<sup>20</sup> vgl. Kave-mann (2001), S. 2ff

<sup>21</sup> Herschel-mann/Könnecke (2001), S. 14f

<sup>22</sup> vgl. Lohaus/Schorsch (1998), Amann/Wipplinger (1998); Fey (1991)

Thema Sexualität gebrochen und die Sprachlosigkeit von Betroffenen kann überwunden werden.

Andererseits brauchen Mädchen und Jungen auch ein Verständnis von Sexualität und ihrer Bedeutung, um sexuelle Gewalt zu erfassen. Erst dann ist es für sie möglich, sexuelle Übergriffe als solche wahrzunehmen und zu benennen.

Dabei ist es wichtig, dass mit Jungen und Mädchen, alters- und geschlechtsdifferenziert, zuerst über die „positive Sexualität“ gesprochen wird, dass sie wissen, dass sie selbst über ihren Körper bestimmen können, dass sie ihren Gefühlen vertrauen und unangenehme Berührungen nicht zulassen müssen.

- **Informationen über die Möglichkeit sexueller Gewalt, über Möglichkeiten der Hilfe**

Kinder sollen wissen, was sexuelle Gewalt ist. Durch eine ihrem Alter entsprechende „Definition“ und eine differenzierte Erklärung, welche Handlungen alle unter die Bezeichnung sexuelle Gewalt fallen (auch sexuelle Handlungen vor Mädchen oder Jungen, Zeigen von pornografischem Material, sexuelle Schimpfworte von Kindern untereinander, ...), sollen die Mädchen und Jungen nach dem Programm genau wissen, gegen welche Handlungen sie sich wehren können/dürfen und dass sie Hilfe holen und sich mitteilen dürfen.

- **Informationen über potentielle Täter/innen und ihre Strategien**

Die Jungen und Mädchen sollen in einem Präventionsprogramm aufgeklärt werden, dass Täter/innen nicht nur Fremde, sondern auch gute Bekannte und Verwandte sein können. Mädchen und Jungen sollen wissen, dass Täter/innen meistens zuerst versuchen eine Beziehung zu ihnen und vielleicht auch zu

ihren Eltern aufzubauen, um so deren Vertrauen zu gewinnen. Dann gestalten sie die Beziehung zu den Kindern oder Jugendlichen oft langsam und schrittweise immer sexueller, bis hin zu sexuellen Gewalttaten und bringen die Mädchen und Jungen durch Geheimhaltungsgebote oder Drohungen zum

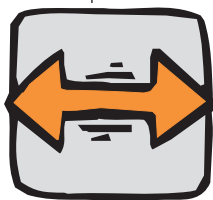
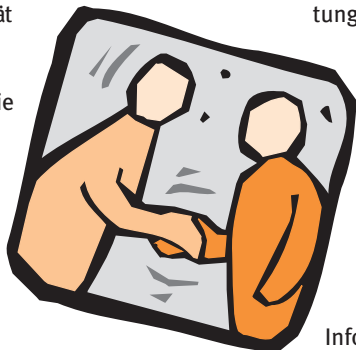
Schweigen. Deshalb sollen die Kinder und Jugendlichen bei präventiven Angeboten lernen, dass sie solche „schlechten“ Geheimnisse weitersagen dürfen.

- **Stärkung von Selbstbewusstsein und Selbstbestimmtheit von Kindern und Jugendlichen**

Informationen und Übungen zu den oben genannten Themen erweitern das Wissen von Kindern und Jugendlichen über ihren eigenen Körper und über ihre Umwelt. Zusammen mit den Präventionsregeln und dem Einüben von neuen Verhaltensstrategien wird so das Selbstbewusstsein und die Selbstbestimmtheit von Mädchen und Jungen gestärkt.

**Weitere Themen von Prävention, die auch die Täter/innenprävention mit einschließen:**

- Sensibilisierung für Erniedrigung, Missachtung und Schädigung anderer Personen (Schädigung auch der Gefühlsebene), Entwickeln von Empathie
- Erkennen und Beachten der Grenzen anderer
- Verantwortung gegenüber dem eigenen Körper und das Bewusstsein über eigene Grenzen
- Der Bagatellisierung sexueller Gewalt entgegenwirken
- Die vorherrschende Auffassung von Männlichkeit, Weiblichkeit, Sexualität und Gewalt hinterfragen
- Im Bereich sexueller Ausbeutung gibt es keine schützenswerten Geheimnisse
- Mit Machtbedürfnissen und Ohnmachtgefühlen umgehen lernen





## 2.5 Ziele und Zielgruppen

Prävention vor sexueller Gewalt bedeutet im Sinne des vom Landesvorstand des Bayerischen Jugendrings beschlossenen Präventionskonzepts, dass alle in der Kinder- und Jugendarbeit tätigen Erwachsenen bereit sind ihren Beitrag zu leisten und sich der Verantwortung stellen, Kinder und Jugendliche vor sexueller Gewalt möglichst wirksam zu beschützen. Ziel präventiver Arbeit ist es auch, das Feld der Kinder- und Jugendarbeit für Täter/innen möglichst unattraktiv zu machen.



Prävention vor sexueller Gewalt, aber auch die Offenheit sich diesem Thema zu stellen sind Qualitätsmerkmale „guter“ Kinder- und Jugendarbeit. Je offensiver dieses Thema in der Gesellschaft bearbeitet und thematisiert wird, je mehr Erwachsene (und somit auch Eltern) für dieses Thema sensibilisiert sind, desto häufiger wird die Frage auch an die Kinder- und Jugendarbeit herangetragen, welchen Beitrag sie zur Prävention sexueller Gewalt leistet.

Die Kinder- und Jugendarbeit kann viel tun, um sich der verantwortungsvollen Aufgabe, Kinder und Jugendliche in ihrem Arbeitsfeld möglichst wirksam zu schützen, umfassend zu stellen.

Die Reihenfolge der Umsetzung hat sich nach dem Primat des „Protect-Ansatzes“ zu richten, d.h. zu Beginn sind Verantwortungsträger/innen der Kinder- und Jugendarbeit sowie ehrenamtliche und hauptberufliche Mitarbeiter/innen zu sensibilisieren, zu informieren und zu schulen. Erst dann ist präventive Arbeit mit Kindern und Jugendlichen bzw. eine Elterninformation sinnvoll und richtig.

### Die Leitungsebene in der Kinder und Jugendarbeit

Zur Zielgruppe „Leitungsebene“ zählen alle verantwortlichen Personen, die in der Regel durch eine Wahl legitimiert sind und u.a. Ziele, Inhalte und Formen der Jugendarbeit

vorgeben. Sie setzen z.B. Jugendleiter/innen und Betreuer/innen ein und tragen damit eine ganz besondere Verantwortung. Auch üben sie für die hauptberuflichen Mitarbeiter/innen die Arbeitgeberverantwortung aus, geben Rahmenbedingungen und Arbeitsschwerpunkte unter Einbeziehung der jeweiligen finanziellen Ressourcen vor. Erst wenn diese Ebene informiert, sensibilisiert und geschult ist, kann die präventive Arbeit mit Kindern und Jugendlichen umgesetzt werden. Sie stehen als gewählte Verantwortungsträger/innen in der ersten Reihe der zu überzeugenden Zielgruppen.

Im Sinne einer umfassenden Prävention vor sexueller

Gewalt in der Kinder- und Jugendarbeit soll erreicht werden, dass Verantwortliche auf allen Ebenen in der Jugendarbeit über ausreichende Informationen verfügen, um das Thema einschätzen zu können und das strategische Vorgehen von Tätern/innen zu kennen. Alle Verantwortungsträger/innen positionieren sich eindeutig gegen „sexuelle Gewalt“ und sorgen dafür, dass Rahmenbedingungen in ihrem jeweiligen Einflussbereich geschaffen werden, die sexuelle Gewalt verhindern.

Konkret heißt dies:

- Konzepte der Sexualpädagogik fortzuentwickeln
- präventive und sexualpädagogische Projekte in der Jugendarbeit zu entwickeln und durchzuführen
- Aufklärungsmaterialien zu erstellen und Öffentlichkeitsarbeit auch überörtlich durchzuführen
- Fachtagungen, Fortbildungen, Informationsveranstaltungen für Multiplikatoren/innen zum Thema „sexuelle Gewalt, Sexualpädagogik“ durchzuführen
- Fachkräfte zum Thema „sexuelle Gewalt“ zu qualifizieren und fortzubilden<sup>23</sup>

Verantwortliche in der Kinder- und Jugendarbeit müssen die Bedeutung dieser Anforderungen einschätzen können. Transportiert

<sup>23</sup> Bayerisches Landesjugendamt (1994), S. 123

werden muss dieses Wissen nicht von (jungen und wechselnden) ehrenamtlichen Vorsitzenden. Vielmehr ist hier die Struktur, die sich Jugendarbeit gegeben hat, in der Verantwortung, dieses Wissen immer wieder neu zu kommunizieren und Diskussionen und Meinungsbildung hierzu zu ermöglichen.

Die Arbeitsgemeinschaft der Jugendverbände hat dafür die Struktur der Jugendringe, die u.a. verbandsübergreifende fachliche Diskussionen ermöglichen soll.

Alle Verbände, die kommunale Kinder- und Jugendarbeit sowie die spezifischen Arbeitsformen wie z.B. die offene Kinder- und Jugendarbeit oder die Jugendsozialarbeit müssen jedoch in ihrem Verantwortungsbereich weitere Rahmenbedingungen schaffen, die präventive Arbeit möglich machen und unterstützen.

Geschulte Ansprechpartner/innen in den einzelnen Bereichen der Kinder- und Jugendarbeit bzw. der Aufbau eines Kooperationsnetzes mit Fachstellen vor Ort sind Möglichkeiten, die es zu entwickeln gilt.

Aber auch im Bereich der kinder- und jugendpolitischen Interessenvertretung hat die Kinder- und Jugendarbeit den Auftrag und die Aufgabe sich zu positionieren. Sei es im Hinblick auf eine allgemeine gesellschaftliche Debatte zu diesem Thema, Forderungen zur Verbesserung der Situation betroffener Kinder und Jugendlicher oder die Forderung nach der Bereitstellung nötiger finanzieller oder personeller Ressourcen. Die Kinder- und Jugendarbeit hat auch hier im Sinne präventiver Arbeit viele Möglichkeiten und einen eindeutigen Auftrag.

### Hauptberufliche und hauptamtliche Mitarbeiter/innen

Hauptberufliche und Hauptamtliche in der Kinder- und Jugendarbeit stellen die wichtigste Zielgruppe in diesem Themenbereich dar. Einerseits sind sie für die Beratung und Unterstützung der Ehrenamtlichen unverzichtbar und bereiten für Verantwortliche in der Kinder- und Jugendarbeit Informationen auf. Sie tragen damit dazu bei, dass dieses

Thema in seiner Problematik erkannt, bewertet und eingeordnet werden kann.

Auf der anderen Seite sind sie diejenigen, die kontinuierlich Grenzen und Möglichkeiten von präventiver Arbeit ausloten und formulieren, in Bezug auf die Vernetzung mit Fachstellen vor Ort beraten und unterstützen, ein Vorgehen für den Verdachtsfall entwickeln und die Schulung ehrenamtlicher Mitarbeiter/innen konzipieren und durchführen sollen.

Bewerten daher Verantwortliche in der Kinder- und Jugendarbeit das Thema „Prävention vor sexueller Gewalt“ so, dass Hauptberufliche und Hauptamtliche dies als einen ihrer Arbeitsinhalte und Aufgabenbereiche definiert haben, ergibt sich die klare Anforderung diese Mitarbeiter/innen dahingehend zu qualifizieren.

Hauptberufliche und hauptamtliche Mitarbeiter/innen der Kinder- und Jugendarbeit müssen dann

1. über das nötige Grundwissen verfügen
2. Grenzen und Möglichkeiten präventiver Arbeit in der Kinder- und Jugendarbeit kennen
3. Kenntnis über die Möglichkeiten von Kooperationen mit Fachstellen vor Ort besitzen
4. wissen, wie im eventuellen Verdachtsfall vorgegangen werden muss
5. Schulungsmodule für ehrenamtliche Mitarbeiter/innen entwickeln und durchführen können

Der Bayerische Jugendring stellt hier mit den Leistungen des Projektes „PräTect“ ein umfangreiches Unterstützungsangebot zur Verfügung.

### Ehrenamtliche Mitarbeiter/innen

In der Verantwortung aller (zukünftigen) Mitarbeiter/innen der Kinder- und Jugendarbeit liegt es, über das nötige Grundwissen und mögliche Handlungsstrategien zur Prävention vor sexueller Gewalt zu verfügen.





Darüber hinaus sind Täter/innen nach wissenschaftlichen Erkenntnissen immer dort anzutreffen, wo sich Kinder und Jugendliche aufhalten, also leider auch in der Kinder- und Jugendarbeit. Daher muss auch die präventive Komponente berücksichtigt werden: Bei Jugendleiter/innen-Grundkursen deutlich zu machen, dass dieses Thema nicht tabuisiert wird, kann potentielle Täter/innen abschrecken.

Ehrenamtliche Jugendleiter/innen bringen in die Kinder- und Jugendarbeit ihre persönlichen Fähigkeiten und Interessen ein und übernehmen ein hohes Maß an Verantwortung für die ihnen anvertrauten Kinder und Jugendlichen. Eine therapeutische Arbeit mit eventuell Betroffenen wäre eine klare Überforderung und ist nicht Aufgabe von Ehrenamtlichen, sondern von Fachleuten. Präventive Arbeit von Ehrenamtlichen bedeutet vor allem das Einnehmen einer klaren Haltung.

Aufgabenfelder präventiver Arbeit vor Ort liegen vor allem im Bereich der Sexualerziehung. Hier können, ansetzend an den Interessen der Kinder und Jugendlichen, zielgerichtete Angebote gemacht werden, die jedoch immer in Bezug auf die eigenen Kompetenzen und Grenzen zu überprüfen sind. Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurse können organisiert und angeboten werden. Wichtig ist es aber vor allem, im (Gruppen-)Alltag geschlechtsreflektiert mit dem Verhalten von Mädchen und Jungen umzugehen.<sup>24</sup>

Bei der Schulung von Ehrenamtlichen ist es immer wieder notwendig, Inhalt und Ziel der Schulung genau zu reflektieren um eine Überforderung ehrenamtlicher (und häufig sehr junger) Jugendleiter/innen zu vermeiden.

Vorrangig soll eine Schulung zum Thema Prävention vor sexueller Gewalt:

- ehrenamtliche Mitarbeiter/innen unterstützen
- sie für das Thema sensibilisieren
- Verantwortlichkeiten klären

- Kompetenzen für die alltägliche ehrenamtliche Arbeit vermitteln
- vor Überforderung schützen.

Die Notwendigkeit von Kooperationen mit geschulten Ansprechpartner/innen im jeweiligen Feld der Kinder- und Jugendarbeit sowie mit Fachstellen ist dabei immer wieder deutlich hervorzuheben. Ehrenamtliche müssen Verantwortungsbereiche nach einer Schulung klar definieren können und sich für ihre Aufgaben kompetent fühlen.



### Kinder und Jugendliche

Wenn Verantwortliche in der Kinder- und Jugendarbeit klare Haltungen einnehmen, kompetente Ansprechpartner/innen innerhalb und außerhalb der jeweiligen Kinder- und Jugendarbeit bekannt sind, ein eventuelles Vorgehen im Verdachtsfall besprochen und beschlossen wurde und ehrenamtliche Mitarbeiter/innen in diesem Themenfeld geschult sind, macht es Sinn, auch mit Kindern und Jugendlichen präventiv zu arbeiten.

Für die Prävention mit Kindern kann auf eine Vielzahl von bestehenden Präventionsmaterialien und -medien zurückgegriffen werden. Ihr Einsatz ist aber in der Regel nur im Kontext mit einem Präventionskonzept und einer guten Vorbereitung sinnvoll und empfehlenswert.

Für die Prävention mit Jugendlichen liegen derzeit weniger Materialien vor. Grundsätzlich ist es für das Aufgreifen von Themen, die mit Sexualität zu tun haben wichtig, dass eine vertrauensvolle und wertschätzende Atmosphäre herrscht. Anders als bei Kindern kann dieses Thema auf großen Widerstand in der Gruppe stoßen. Oft entsteht eine entspanntere Situation, wenn zu diesem Themenbereich in geschlechtshomogenen Gruppen gearbeitet wird.

Problematisch kann sich ein zu geringer Altersunterschied zwischen Jugendleiter/-in



<sup>24</sup> vgl. Bayerisches Landesjugendamt (1994), S. 122f.

und Gruppenmitgliedern auswirken, etwa dann, wenn sich Beziehungen zwischen diesen anbahnen. Hier sind deutliche Regeln nötig, die es beiden Seiten erleichtern, Grenzen zu wahren und klare Haltungen zu entwickeln.

Ist präventive Arbeit vor Ort mit Kindern und Jugendlichen geplant, so benötigen ehrenamtliche Jugendleiter/innen Schulungen zu diesem Themenbereich, die auch eine klare Verantwortungsabgrenzung in Hinblick auf eventuelle Verdachtsfälle beinhalten. Von institutioneller Seite (Verband) sollte eine interne Anlaufstelle mit geschultem/r Ansprechpartner/in vorhanden und Kontakte zu Fachstellen verfügbar sein. Eine Überforderung ehrenamtlicher Mitarbeiter/innen gilt es unbedingt zu vermeiden!

## Eltern

Spezielle Elternarbeit ist im Allgemeinen nicht Aufgabe von Kinder- und Jugendarbeit. Sollte vor Ort mit Kindern und Jugendlichen präventiv gearbeitet werden, ist jedoch eine Vorab-Information der Eltern sehr sinnvoll. Dies kann z.B. im Rahmen eines Elternabends zum Thema „Prävention vor sexueller Gewalt in der Kinder- und Jugendarbeit“ geschehen, der gemeinsam mit einer Fachstelle vor Ort angeboten wird.

Flankierend zu präventiver Arbeit ist es auf jeden Fall sinnvoll, die Eltern aller Kinder und Jugendlichen über allgemeine Regeln in der jeweiligen Kinder- und Jugendarbeit zu diesem Thema zu informieren.

Existiert ein Präventionskonzept vor Ort, ist es sinnvoll, dies auch den Eltern (schriftlich oder persönlich) bekannt zu machen.

Ansprechpartner/innen für den Verdachtsfall sind zu benennen und deren Kontaktadressen bekannt zu geben.

Wie sich in der Praxis gezeigt hat, reagieren Eltern zumeist äußerst positiv auf klare Haltungen von Jugendverbänden und anderen Einrichtungen der Kinder- und Jugendarbeit zu diesem Thema.

Die landläufige Einschätzung und Befürchtung, dass Eltern sich durch präventive Arbeit der Risiken erst bewusst werden, erweist sich in der Regel als unbegründet. Eltern werten es als Qualitätszeichen „guter“ Kinder- und Jugendarbeit, wenn dieser Themenkomplex offensiv bearbeitet wird.





## 3. Spezielle Handlungsfelder der Prävention vor sexueller Gewalt

### 3.1 Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungstrainings

**S**elbstbehauptungs- und Selbstverteidigungstrainings für Mädchen und Jungen stellen ein Puzzleteil im Bereich der Präventionsarbeit dar. Sie können ergänzend zu allen anderen Präventionsangeboten eine Stärkung von Mädchen und Jungen sowohl im Kindes- als auch im Jugendalter darstellen.

Themen solcher Kurse sind in der Regel die Förderung des Selbstbewusstseins, eine kritische Reflexion bestehender Rollenbilder in der Gesellschaft, die Auseinandersetzung mit Grenzverletzungen, altersgerechte Sexualaufklärung und Informationen über sexuelle Gewalt sowie andere Formen der Diskriminierung.

Ziel ist es, das Selbstbewusstsein zu stärken, die Wahrnehmung von Grenzverletzungen zu ermöglichen und Lösungen hierfür zu entwickeln. Methoden dabei sind Gespräche, Rollenspiele, Wahrnehmungs- und Konzentrationsübungen, verbale Verteidigungsmöglichkeiten sowie körperliche Abwehrtechniken.

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Mädchen und Jungen darf aber nicht als Ersatz für andere Bausteine der Prävention angesehen werden. Vorrangig gilt: Prävention fängt bei Erwachsenen an, bedeutet die Erwachsenen zu informieren, zu sensibilisieren und in die Verantwortung zu nehmen.

Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurse für Kinder und Jugendliche werden von vielen unterschiedlichen Schulen, Vereinen oder Einzeltrainern/innen mit unterschiedlichen Schwerpunkten angeboten. Die Kinder- und Jugendarbeit steht häufig der Frage gegenüber, wie zu erkennen ist, welche Angebote als empfehlenswert anzusehen sind.

Zur Orientierung hat der Bayerische Jugendring hierfür folgende Qualitätskriterien formuliert:<sup>25</sup>

#### 1. Rahmenbedingungen:

- Die Kurse finden getrennt geschlechtlich statt.
- Die Kursleitung muss bei Mädchenkursen weiblich, bei Jungenkursen männlich sein.
- Die Kursleitung sollte eine spezifische Ausbildung im Bereich "Selbstverteidigung/Selbstbehauptung für Mädchen/Frauen bzw. Jungen" haben.
- Kampfkunstangebote reichen als Mädchen-/Jungen-Selbstbehauptungskurse nicht aus.
- Die Gruppengröße ist am jeweiligen Alter der Teilnehmer/innen orientiert, maximal 16 Teilnehmer/innen je Trainer/in.
- Die Kursdauer beträgt mindestens ein Wochenende bzw. 12 Stunden.
- Im Sinne der nachhaltigen Wirkung soll das

Angebot eines Auffrischungskurses bestehen.

- Bei Kinderkursen empfiehlt sich ein vorheriges sowie ein anschließendes Elterngespräch.

#### 2. Inhalte:

- Der Kurs soll so angelegt sein, dass Teilnehmer/innen ermutigt und nicht abgeschreckt werden.
- Die Teilnahme an einzelnen Kursbausteinen ist freiwillig. Individuelle Grenzen der Teilnehmer/innen werden respektiert.
- Zu Beginn wird mit allen Teilnehmer/innen das Thema „Vertrauensschutz/Geheimhaltung“ besprochen.
- Im Rahmen des Kurses wird mit allen Teilnehmer/innen das Thema „Schuld“ besprochen.
- Kursziele sollen sein: Selbstbewusstsein stärken, eigene Kraft entdecken, Grenzverletzungen wahrnehmen, thematisieren und Lösungen entwickeln.
- Inhalte sollen sein: Rollenbilder, Sexualaufklärung, Grundinformationen zu sexueller Gewalt, Schutz- und Fürsorgepflicht Erwachsener gegenüber Kindern. Alle Kursinhalte werden alters- und geschlechterspezifisch mit den Teilnehmer/innen bearbeitet.

<sup>25</sup> vgl. Bayerischer Jugendring (2003), S. 8ff



- Methoden können sein: Informationen durch den Trainer/die Trainerin, Gruppenarbeit, Körpersprache, Rollenspiele, körperorientierte Übungen.

### 3. Die Trainer/innen:

- haben sich mit dem Geschlechterverhältnis auseinandergesetzt.
- können Krisenintervention leisten.
- bilden sich regelmäßig fort bzw. haben kollegialen Austausch/Beratung.
- sind bereit dazu, das eigene Kurskonzept offen zu legen und kritisch zu hinterfragen.
- können auf Referenzen verweisen.
- können auf Beratungsstellen verweisen.

### 4. Wichtige Grenzen von Selbstbehauptungs/Selbstverteidigungskursen:

- Nach einem solchen Kurs sind Kinder und Jugendliche nicht vor jedem möglichen Übergriff geschützt.
- Erfolgreiche Präventionsarbeit hat viele Aspekte, ein Kurs kann dabei nur einen kleinen Teilbereich abdecken.
- Bereits traumatisierte Teilnehmer/innen brauchen weitere Hilfen, die Teilnahme an einem Kurs stellt keinen Therapieersatz dar.
- Möglichkeiten, die ein Kurs für die Teilnehmer/innen aufzeigt, haben häufig Grenzen in elterlichen „Gehorsamserwartungen“ bzw. bestehender Gewalt in der Familie.

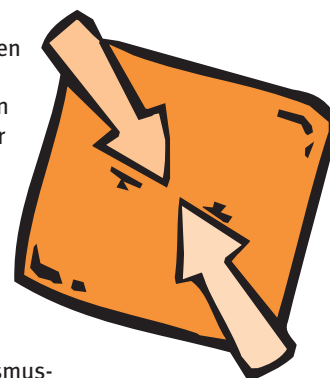


### 3.2 Prävention sexueller Gewalt im interkulturellen Kontext

**K**inder und Jugendliche haben – unabhängig von ihrem Geschlecht, ihrem Alter, ihrer ethnischen und sozialen Herkunft, ihren persönlichen Fähigkeiten und ihrer sexuellen Orientierung folgende Rechte:

- Körperliche und sexuelle Unversehrtheit
- Persönliche Würde
- Respekt
- Schutz und Unterstützung
- Entwicklung einer freien, selbstbestimmten Sexualität

Die Stärkung von Mädchen und Jungen zu selbstbewussten Persönlichkeiten steht im Mittelpunkt aller Präventionskonzepte und -programme. Das Spezifische der Präventionsarbeit mit Kindern und Jugendlichen mit Migrationshintergrund ist, dass sie sich täglich gegen Rassismuserfahrungen, klischeehafte Zuschreibungen und Diskriminierungen behaupten müssen. Die Lebenssituationen von Kindern und Jugendlichen müssen auch auf ihren Migrationshintergrund beleuchtet werden, um diesen Kindern und Jugendlichen gerecht zu werden. Wenn in allen Präventionsprogrammen die Stärkung des Selbstbewusstseins des Kindes im Mittelpunkt steht und wenn es sicher scheint, dass die Benachteiligungen und fremdenfeindlichen Erfahrungen von Migranten/innenkindern und -jugendlichen zur Schwächung des Selbstwertgefühls führen, dann ist daraus zu schließen, dass das wichtigste Ziel der interkulturellen Prävention die Bearbeitung des Ungleichgewichts und die Aufhebung der Hierarchie im Rahmen der präventiven Arbeit ist. Dies schließt auch mit ein, dass auf struktureller und gesellschaftspolitischer Ebene Bestrebungen unternommen werden müssen, um z.B. die Benachteiligung im Schul-, Arbeits- und Wohnbereich, die soziale Ausgrenzung sowie mangelnde rechtliche und politische Gleichstellung zu verändern.







## Welche Voraussetzungen sind notwendig für eine interkulturelle Präventionsarbeit in den Einrichtungen der Kinder- und Jugendarbeit?

### **Migranten/innen als Mitarbeiter/innen und Qualifizierung der deutschen Mitarbeiter/innen sowie der Mitarbeiter/innen mit Migrationshintergrund**

Pädagogen/innen bieten sich Kindern und Jugendlichen als Modelle und Identitätsfiguren an. Im Bereich der interkulturellen Prävention vor sexueller Gewalt gibt es viele zusätzliche Berührungsängste und Kommunikationsbarrieren. Migranten/innen in pädagogischen Einrichtungen können wesentlich zum Abbau dieser Barrieren beitragen und den Zugang zu Migranten/innen erleichtern. Diese Einstellung sollte mit der Gestaltung der strukturellen Rahmenbedingungen einhergehen, so dass interkulturelle Ideen und Vorgehensweisen tatsächlich umgesetzt werden. Für die deutschen Mitarbeiter/innen ist interkulturelle Fortbildung unumgänglich. Dabei geht es nicht nur um Wissensaneignung, sondern um eine Begegnungs- und Kommunikationsart, die nicht auf Dominanz basiert sondern auf einem gleichwertigen Verhältnis der Interaktionspartner/innen, das beidseitig emanzipatorische Lernprozesse möglich macht.

**Interkulturelle Kompetenz ist Grundvoraussetzung für eine wirksame interkulturelle Präventionsarbeit. Dies beinhaltet den permanenten Prozess von persönlicher Reflexion eigener kultureller Zugehörigkeiten, des Bewusstseins gesellschaftlicher Machtverhältnisse/Dominanzen und der professionellen Handlungsfähigkeit.**

Interkulturelle Kompetenz ist also eher eine Haltung als Wissen, und das Grundprinzip dieser Haltung ist, das Andere mit dem Eigenen als gleichwertig zu verstehen und die eigenen Vorstellungen nicht als Maßstab zu deklarieren. Interkulturelle Kompetenz kann als ein durchgängiges Lebensprinzip verstanden werden,

das durch langes Miteinandersein mit einer selbstkritischen Haltung in vielfältigen gesellschaftlichen Beziehungen erworben werden kann.

Das Selbstbild eines Menschen entwickelt sich im Wechselspiel zwischen den eigenen Bildern über sich selbst und den Bildern, die andere über eine/n zurückspiegeln. Nur im Kontakt und Austausch mit Kollegen/innen mit Migrationshintergrund können deutsche Pädagogen/innen Sensibilität und Sicherheit im Umgang mit dem Thema entwickeln.



Es gilt, die Balance zwischen Differenzierung und Egalisierung von sich und anderen zu halten: **„Wenn du mit mir sprichst, vergiss, dass ich eine Schwarze bin. Und vergiss nie, dass ich eine Schwarze bin.“**

*(Birgit Rommelsbacher)*

### **Interkulturelle Konzepte**

Interkulturelle Präventionsarbeit braucht als Grundlage Konzepte, die allen Lebensrealitäten und Selbstwahrnehmungen gerecht werden. Die Lebenssituation von jugendlichen Migranten/innen ist ebenso vielschichtig wie die von deutschen Jugendlichen. Ihre Erfahrungswelten treffen sich: Sie sind gleich, ähnlich und verschieden, ebenso der Blick auf die Welt, je nach Alter, sozialer Schicht, Geschlecht, familiärer Lebenstradition, Aufenthaltsstatus etc. Die Jugendlichen machen positive und negative Erfahrungen, haben Erfolge und Misserfolge. Ebenfalls vielschichtig sind ihre Konflikte, die aus ihren Lebenssituationen erwachsen. Sie haben Konflikte mit ihren Eltern, haben Liebeskummer, Stress mit Freunden/innen, Schulprobleme, Pubertätskonflikte, Identitätsschwierigkeiten.

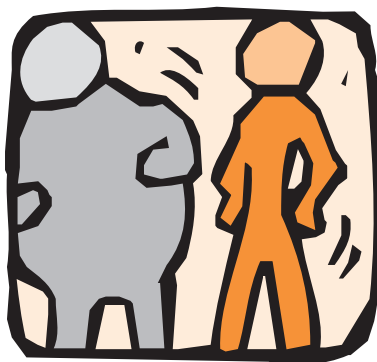
Eine wichtige Differenz zwischen Jugendlichen mit Migrationshintergrund und deutschen Jugendlichen bleibt, dass die einen Rassismus- und Diskriminierungserfahrungen haben und die anderen nicht nur davon profitieren – wie beispielsweise in der Ausbildungsplatzvergabe, bei der deutsche Jugendliche häufig Migranten/innen vorgezogen werden – sondern im Umgang mit Migranten/innen

selbst diskriminierende Praktiken an den Tag legen können.

Mit diesen Positionen muss in der Kinder- und Jugendarbeit sensibel umgegangen werden.

Das bedeutet, dass sowohl gemeinsame als auch getrennte Angebote existieren sollten, die die Konfliktpunkte auf- und bearbeiten.

Es sollte weniger versucht werden, der einen Gruppe die kulturellen Eigenarten der anderen nahe zu bringen, sondern angeregt werden, an die gleichen Interessen anzuknüpfen und gemeinsame Aktivitäten anzuregen. Nicht nur ähnliche Interessen, sondern auch ähnliche Probleme sind verbindend.



## Interkulturelle Arbeitsweisen

### Vermittlung von Haltungen und Positionen:

Grundlage eines interkulturellen Arbeitsansatzes ist u.a. das Sichtbarmachen antidiskriminierender und antirassistischer Haltungen durch das konkrete Handeln bzw. Gegenhandeln bei rassistischen Äußerungen und Situationen.

### Techniken/Materialien als Hilfsmittel zur Umsetzung des interkulturellen Arbeitsansatzes:

#### Nonverbale Kommunikation:

Nonverbale Verständigung stellt eine bedeutende Grundlage interkultureller Kommunikation dar. Sie bietet die Möglichkeit, sich jenseits einer gemeinsamen oder unterschiedlichen Sprache über Befindlichkeiten auszutauschen. Musik, Tanz, Malerei und Spiel lassen Sprachbarrieren kaum aufkommen.

#### Interkulturelle Materialien:

Bücher, Spiele, audiovisuelle interkulturelle Materialien, Musik aus unterschiedlichen Kulturen sollten Bestandteil des Angebots von Einrichtungen sein. Interkulturelle Materialien sind nicht nur Unterstützung der Mitarbeiter/innen, sondern anregende Bezugsquelle zur kreativen Auseinandersetzung mit

eigenen Identitätsfestschreibungen und ein Ausdruck der Wertschätzung gegenüber anderen Kulturen.

### Nutzbarmachen des interkulturellen Potenzials:

Migrationserfahrungen beinhalten meist ein immenses Potenzial an Bewältigungsstrategien und einen reichen Schatz an Wissen und Können. Dazu gehören z.B. die Kenntnis verschiedener Sprachen und Erfahrungen im Umgang mit unbekanntem, neuen Situationen.

Aufgabe der Mitarbeiter/innen ist es u.a. auch, dieses Repertoire sichtbar zu machen.

### Initiieren von interkulturellem Austausch:

In der Gruppenarbeit ist interkultureller Austausch sehr interessant und anregend. Hier kann ein Kommunikations- und Diskussionsort geboten werden, um Gemeinsamkeiten wie auch Unterschiede festzustellen, unterschiedliche Traditionen und Bedeutungen mitzuteilen:

„Ich möchte dich informieren,  
ohne dich zu belehren,  
dir helfen,  
ohne dich zu beleidigen,  
mich um dich kümmern,  
ohne dich verändern zu wollen.  
Ich möchte dich wertschätzen,  
ohne dich zu bewerten,  
dich ernst nehmen,  
ohne dich auf etwas festzulegen.  
Ich möchte mich an dir freuen,  
so wie du bist.“

(Gedichtausschnitt, VerfasserIn unbekannt)



### Interkulturelle Sexualpädagogik:

Die Bewertung, ob eine bestimmte Handlung als sexuell eingestuft wird, kann in den unterschiedlichen Kulturen sehr unterschiedlich sein. Lebens- und Familienkonzepte differieren auch. Für einige Themen eignet sich die Aufteilung in geschlechtshomogene und/oder ethnisch-/herkunftshomogene Gruppen.



Themengebiete **interkultureller Sexualpädagogik** können u.a. sein:

- Geschlechtsrollen
- sexuelle Orientierung
- Jungfräulichkeit
- Kinderwunsch
- Wertigkeit von Familie
- Lebenskonzepte unter Berücksichtigung der familiären Zusammenhänge
- Kontakt zu den Eltern

### Zusammenfassende Bemerkungen zur interkulturellen Präventionsarbeit:

In der Kinder- und Jugendarbeit zur interkulturellen Prävention vor sexueller Gewalt an Mädchen und Jungen gilt es, nach Wegen und Möglichkeiten zu suchen, verschiedenen Erfahrungswelten Platz zu bieten. Entscheidend ist, die Kinder und Jugendlichen in der Gesamtheit und Komplexität ihrer Lebenszusammenhänge zu sehen und ihnen Ausdrucks-, Entwicklungs-, Frei- und Schutzräume zu eröffnen. Die im Präventionsbaustein 1 dargestellten Präventionsprinzipien können angewendet werden und bekommen dementsprechend ihre interkulturelle Ausrichtung.



Interkulturelle Präventionsarbeit ist also ein Querschnittsthema der allgemeinen Präventionsarbeit. Für sie gilt: **Das Recht, auch als Mädchen und Jungen mit Migrationshintergrund wahrgenommen und entsprechend unterstützt zu werden (interkulturelle/antirassistische Arbeit).**

Dieses Prinzip gilt auf der individuellen Ebene der Arbeit mit Mädchen und Jungen als auch für den strukturellen und den gesellschaftspolitischen Ansatz.

Prävention vor sexuellem Missbrauch ist ein Prinzip, das auf verschiedenen Ebenen ansetzen muss:

Auf der individuellen Ebene der Präventions-

arbeit mit Mädchen und Jungen geht es um ihre Förderung zu selbstbewussten und selbstbestimmten Persönlichkeiten. Auf der individuellen Arbeitsebene mit Erwachsenen geht es u.a. um das Grundprinzip des Umgangs mit Macht, die Erwachsene in ihrer Funktion als Eltern oder andere wichtige Bezugspersonen über Kinder haben. Auf der gesellschaftspolitischen Ebene geht es um die Veränderung der Machtstrukturen und unterdrückenden Mechanismen, die es in unserer Gesellschaft gibt.

Diese Machtstrukturen äußern sich u.a. in der strukturellen und persönlichen Benachteiligung von Migrant\*innenkindern. Wichtig für die Präventionsarbeit ist hier, die Machtstrukturen auf Präventionsziele hin zu überprüfen und zu hinterfragen sowie die eigene Rolle als Pädagogen\*innen, Erzieher\*innen, Erwachsene und Angehörige der „Normkultur“ in den gesellschaftlich vorgegebenen Struktu-

ren zu reflektieren.

Daher halten wir die folgenden Bücher für die interkulturelle Präventionsarbeit geeignet, auch wenn sie nicht direkt die Prävention vor sexuellem Missbrauch behandeln.

### Zum Weiterlesen:

Dietmar Böhm, Regine Böhm, Birgit Deiss-Niethammer:

#### **Handbuch interkulturelles Lernen**

Theorie und Praxis für die Arbeit in Kindertageseinrichtungen, Freiburg 1999

Marion Gemende, Wolfgang Schröer, Stephan Sting (Hg.):

#### **Zwischen den Kulturen**

Pädagogische und sozialpädagogische Zugänge zur Interkulturalität, Weinheim/München 1999

Gitta Hentschel (Hg.):

## Skandal und Alltag

Sexueller Missbrauch und Gegenstrategien, Berlin 1996.

Mit den Beiträgen von Nivedita Prasad: „Schwarze/migrierte Frauen und sexueller Missbrauch“ sowie Corinna Ter-Nedden/Silan Ucer „Sexueller Missbrauch an Mädchen aus der Türkei“

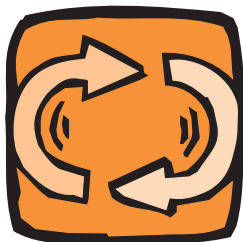
### 3.3 Prävention vor sexueller Gewalt in der Medienerziehung

**P**rävention vor sexueller Gewalt ist unverzichtbarer Bestandteil von Medienkompetenz und spielt sich in der Medienerziehung auf zwei Feldern ab: in der rezeptiven und in der praktischen Medienarbeit.

Rezeptive Medienarbeit bedeutet, sich in der medienpädagogischen Arbeit mit den Kindern und Jugendlichen über das, was sie in den Medien lesen, hören oder sehen, auseinander zu setzen und das Erlebte zu be- und verarbeiten.

Prävention vor sexueller Gewalt in der rezeptiven Medienarbeit sollte allerdings nicht erst bei Formen bzw. der Darstellung von sexueller Gewalt ansetzen. Da der Hintergrund von sexueller Gewalt der pervertierte Wunsch nach Machtausübung ist, ist es wichtig, Machtdarstellungen in Medienbildern zu thematisieren und Klischees vom starken Helden, der die Schwachen rettet, zu hinterfragen. In den Medien sind in der Regel die Männer die Starken und Frauen und Kinder (bei denen dann die Mädchen meistens schwächer sind als die Jungen) die Schwachen und Hilflosen. In diesem Zusammenhang ist es wichtig, die Klischees, die mit diesen Bildern verkörpert werden, zu thematisieren und dem andere Bilder entgegenzusetzen bzw. mit den Kinder andere Rollenbilder zu entwickeln.

Gerade in Kindereinrichtungen stehen viele Erzieher/innen Medien ablehnend gegenüber. Diese Haltung ist zwar verständlich, erleichtert den Kindern jedoch die Verarbeitung der problematischen Medieninhalte nicht und unterstützt sie auch nicht bei der Entwicklung von Medienkompetenz.



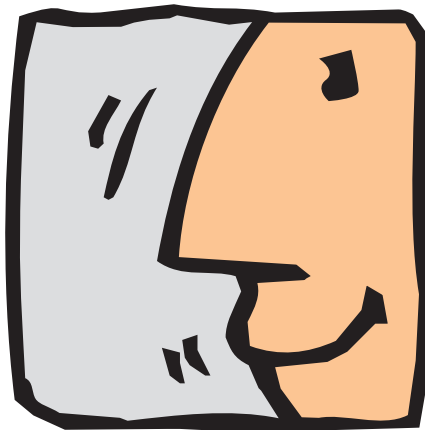
Im pädagogischen Alltag ist es dringend notwendig, genau hinzuschauen, was Kinder aus den Medien in ihren Alltag mitnehmen: seien es sexistische Witze aus Printmedien oder dem Radio oder diskriminierende Darstellungen im Fernsehen und Internet. Diese problematischen Anteile sollten von den Pädagogen/innen in den Kindereinrichtungen aufgegriffen werden.

Die entsprechenden Themenbereiche können auch mit **praktischer Medienarbeit** bearbeitet werden, zum einen, indem Foto-stories, Audio- oder Videoproduktionen oder Internetsites mit Kindern oder Jugendlichen zu diesen Themen produziert werden. Die Sensibilisierung für Rollenklischees und das Ausprobieren anderer Rollen kann darüber hinaus mit vielfältigen kultur- und medienpädagogischen Arbeitsweisen erreicht werden.

Grundsätzlich gilt sowohl für die rezeptive als auch für die praktische Medienarbeit: Die Stärkung des Selbstbewusstseins von Kindern und Jugendlichen steht im Mittelpunkt.

Das wichtigste Medium für Kinder (ab ca. 8 Jahren) und Jugendliche ist das Fernsehen. Durch die „alten“ Medien (Print, Radio, Fernsehen) sind seit einiger Zeit allerdings die „neuen“ Medien, also sowohl Computerspiele als auch das Internet, in den Blickpunkt gerückt. Insbesondere beim „Chatten“ können Kinder und Jugendliche

Opfer sexueller Übergriffe bzw. sexueller Belästigungen werden. Die beiden folgenden Beiträge machen deutlich, wie dabei Jungen und Mädchen zum Teil in unterschiedlicher Art und Weise betroffen sind.





## Jungen als Opfer sexueller Übergriffe im Internet

von **Ulrike Tümmeler-Wanger und Stefan Port**  
*KIBS Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle für männliche Opfer sexueller Gewalt, München, Mai 2004*

Neueren Studien zufolge nutzt derzeit ca. ein Drittel aller Kinder und Jugendlichen das Internet; dieser Anteil steigt. In der Regel sind sie mit diesem Medium allein gelassen und meistens technisch versierter als ihre Eltern. Auf die Gefahren, die ihnen hier begegnen können, sind sie nie hingewiesen worden. Sie können nicht wissen, dass

- sich Erwachsene oft auf Kinderseiten als Jugendliche/Kinder ausgeben und darüber Kontakt zu Kindern aufnehmen.
- Sie keine Namen und Adressen bekannt machen sollen.
- SPAM-Mails häufig mit Sex-Seiten verlinkt sind.
- Suchmaschinen-Anbieter sie bewusst falsch zu Sex-Seiten weiterleiten, wenn sie sich im Namen vertippt haben.

Aufgrund ihrer unterschiedlichen Sozialisation verhalten sich Jungen im Falle von sexuellen Übergriffen via Internet anders als Mädchen. Als „richtiger“ Junge stehen sie unter dem Druck, die pornographischen Bilder aushalten zu müssen. Betroffene Jungen berichten zwar auch von „komischen Gefühlen“, können diese aber nicht eindeutig zuordnen. Einerseits sind die Jungen unaufgeklärt und deshalb neugierig auf das Bildmaterial, andererseits wurden sie nie darüber informiert, dass auch Jungen von sexuellen Übergriffen betroffen sein können. Das hat zur Folge, dass sich die meisten Jungen derartigen Gefahren nicht bewusst sind und sie sich deshalb auch nicht zur Wehr setzen, indem sie z.B. den Kontakt zum übergriffigen User abbrechen.

Damit sie in ihrer Peergroup mitreden können, versuchen sie mittels Internet ihre Wissensdefizite auszugleichen. Sie bewegen sich in

entsprechenden Chatrooms in der Hoffnung, Antworten auf ihre Fragen zu bekommen. Dessen sind sich die Täter bewusst. Unter dem Vorwand, sie würden die Jungen belehren, durch Bild und Text darüber informieren, was Mädchen von Jungen erwarten, gelangen sie mit den Jungen in einen intensiven Mailkontakt.

Unter den so genannten „gleichaltrigen erfahrenen Freunden“, verbergen sich Erwachsene, die über dieses Medium versuchen, Jungen zu kontaktieren. Es übersteigt die Vorstellungskraft der Jungen, dass es sich bei dem anderen User um einen Erwachsenen handelt. In der Annahme, freundschaftlichen Mailkontakt mit einem Gleichaltrigen zu haben und endlich jemanden anzutreffen, der sich ihrer Probleme annimmt, wirkt sich dieser Austausch vertrauensbildend auf die Jungen aus. Dadurch ist die Basis für eine intensive „Freundschaft“ hergestellt. Die Täter verhalten sich den Jungen gegenüber äußerst solidarisch. Sie nehmen die Probleme der Jungen ernst und übernehmen den Part des männlichen Ansprechpartners, den die Jungen so häufig vermissen. Durch diese geschickte Vorgehensweise der Täter verstricken sich die Jungen unmerklich in Abhängigkeiten. Offenbart sich an diesem Punkt das Gegenüber als erwachsener Mann, ist die



„Freundschaft“ bereits so weit fortgeschritten, dass die Jungen nicht mehr davor zurückschrecken und den Kontakt abbrechen. Viel eher fühlen sie sich auserkoren, dass sich ein Erwachsener so eingehend mit ihnen beschäftigt. Häufig werden die Jungen von den Erwachsenen mit weiterem pornographischem Bildmaterial beliefert und aufgefordert, (Nackt-)Bilder von sich an den

Erwachsenen zu senden. Der Erwachsene verspricht dem Jungen z.B., dass er die Bilder an Mädchen weiterleiten würde, die ebenfalls mit ihm im Kontakt sind. Nicht selten folgt ein persönliches Treffen zwischen den Jungen und den erwachsenen Usern. Die Jungen sind sich nicht bewusst, dass sie bei derartigen „Dates“ Opfer von sexuellen Übergriffen werden könnten. Kommt es bei einem Treffen zu sexueller

Gewalt, dann schweigen die meisten Jungen aus Scham und geben sich die Schuld.

**Fazit:** Internetkontakte für Kinder und Jugendliche, die unter dem Deckmantel der Sexualaufklärung stattfinden, bergen oftmals die Gefahr in sich, dass die Ratsuchenden Opfer von sexuellen Übergriffen werden.

Gründe, weshalb es dazu kommen kann, dass Jungen via Internet Opfer von sexueller Gewalt/Belästigung werden:

- Jungen stehen unter dem Druck, sexuelle Erfahrungen machen zu müssen und suchen nach Informationen im Internet
- Sexualaufklärung bei Jungen findet häufig nicht oder nur zum Teil statt
- Jungen werden als Opfer von sexueller Gewalt kaum/nicht wahrgenommen; deshalb fehlt ihnen die Selbstwahrnehmung
- Jungen haben nicht gelernt, sich gegen sexuelle Übergriffe zu wehren
- Jungen haben das Gefühl, sich niemandem anvertrauen zu können; auch nicht nach den sexuellen Übergriffen/Belästigungen
- Jungen sind oft auf der Suche nach männlichen Ansprechpartnern/Bezugspersonen
- Die meisten pornographischen Seiten im Internet sprechen Männer an, aus diesem Grund haben Jungen das Gefühl, sie müssten sich dafür interessieren



## Sexuelle Belästigung von Mädchen im Internet

von **Beate Heindl, Medienfachberatung  
Bezirksjugendring Niederbayern**  
April 2004

### Hintergrund

Dass sexualisierte Gewalt nicht erst mit Hands on anfängt, hat sich mittlerweile in weiten Kreisen herumgesprochen. Dennoch ist noch immer nicht im Bewusstsein verankert, welchen Belästigungen v. a. Mädchen auch in den neuen Medien – und hier besonders im Internet – ausgesetzt sind. Der vorliegende Beitrag speist sich aus meinen Erfahrungen als Betreuerin im Innca, Internetcafe für Mädchen und junge Frauen des Stadtjugendrings Passau und beschreibt die Situation näher. Alle Zitate in Anführungszeichen sind Original-Zitate aus Chats bzw. von betroffenen Mädchen.

### Beispiele

Beispiele für sexuelle Belästigung in den neuen Medien, hier vor allem dem Internet, gibt es unzählige. Die häufigste Form sind belästigende Äußerungen und Aufforderungen in Chatrooms. Unangemessen sexualisierte Sprache („Hallo, du Fotze, wie geht's?“), Drohen mit sexuellen Gewaltphantasien („Ich fick dich bis du tot bist“), gezieltes Ausfragen über sexuelle Vorlieben und wiederholte Aufforderungen zum sog. Cybersex – auch wenn bereits ein deutliches NEIN die Antwort war – sind an der Tagesordnung. Besonders angstauslösend sind häufig die Drohungen (Cyberstalking), die besonders dadurch wirkungsvoll werden, dass der Drohende Wissen über das Mädchen hat, das er ihrer Meinung nach nicht haben kann. Ein Beispiel für eine solche Drohung, die ausgesprochen wurde, nachdem ein Mädchen Cybersex in einem Chatroom ablehnte: „Ich krieg dich. Ich weiß, dass du in die Staatliche Realschule gehst. Ich krieg immer, was ich will.“ Oft ist den Mädchen nicht bewusst, dass sie selbst genau diesem Menschen erzählt haben, wo sie wohnen bzw. zur Schule gehen, weil der Drohende nun unter einem anderen Nickname eingeloggt ist und so für die Chatterin als gänzlich andere Person auftritt. Oder es wird vergessen, dass sich Chattende auch über andere Chattende in



privaten Dialogen austauschen und somit Informationen über andere erhalten.

Gleichzeitig sind sich die Chattenden öfter als man denkt auch persönlich bekannt. Das sog. globale Medium Internet wird auch sehr lokal genutzt. Wissen aus der realen Welt wird oft in der virtuellen Welt zu Nutze gemacht, um einzuschüchtern und zu erniedrigen.

Auch wenn mir persönlich kein Fall im Umfeld des Innca bekannt geworden ist, soll auch noch auf die Gefahr von sog. Date-Rape durch Internet-bekanntschäften hingewiesen werden. Treffen mit Chat-Partnern waren an der Tagesordnung, zum Teil auch in Privat-Wohnungen. Hier nutzen Täter bewusst die einfache Möglichkeit der Kontaktanbahnung über lokale Chatrooms.



Eine sehr häufige Form von sexueller Belästigung im Internet sind E-Mails mit belästigendem Inhalt. Sie wurden in den letzten Jahren immer häufiger. Hier geht es seltener um ähnliche schriftliche Äußerungen wie in den Chatrooms. Vermutlich weil es leichter ist, den Absender zu ermitteln, gibt es hier weniger E-Mails, die deutlich einen Straftatbestand (z.B. Beleidigung oder Nötigung) darstellen. Sehr beliebt ist dagegen das Verschicken von pornografischen Darstellungen im Dateianhang. Bewusst wird hier ein Erschrecken provoziert, weil in allen Fällen ein Portrait oder einfach eine andere Fotografie zum besseren Kennen lernen angekündigt worden war. In einem Fall hat ein Chatter Nacktfotos seiner Freundin ohne deren Wissen an alle Chattenden verschickt, die ihm an diesem Nachmittag ihre E-Mail-Adresse überlassen haben.

Ärgerlich geäußert haben sich einige Mädchen im Laufe der Jahre auch über die ständig präsenten pornografischen Werbebanner im Internet („Warum müssen denn da immer Busen sein?“) und die automatische Weiterleitung auf pornografische Webseiten. In einem Fall wollte ein Mädchen für ein Referat über das Weiße Haus in Washington im Internet recherchieren und wurde ständig auf eine pornografische Seite mit der Adresse

www.whitehouse.com weitergeleitet, die sich nicht mehr auf die konventionelle Art schließen ließ, so dass erst der Rechner neu gestartet werden musste.

Eine neuere Form von sexueller Belästigung ist die Beobachtung mit Hilfe von Webcams. Immer häufiger wurden Mädchen im Innca im Zusammenhang mit Cybersex aufgefordert, doch die Webcam einzuschalten. Besonders jüngeren Mädchen war dabei die Konsequenz dessen nicht bewusst, so dass man – was oft als Gegenargument angeführt wird – kaum von beidseitigem Einverständnis ausgehen kann.

### Folgen

Die möglichen Folgen korrespondieren mit den von Ursula Enders in „Zart war ich, bitter war’s“ beschriebenen Folgen von sexuellem

Missbrauch. Die folgenden Zitate sind Originalzitate von verschiedenen Mädchen, die im Laufe von dreieinhalb Jahren im Innca Opfer verschiedenster Arten von sexueller Belästigung im Internet wurden:

- „Ich hab keine Lust mehr zu chatten, vielleicht passiert das wieder“
- „Ich les’ nur noch bei Anderen mit, ich will nicht mehr selbst schreiben“ (Vertrauensverlust und Sprachlosigkeit)
- „Vielleicht hätte ich mich mit einem anderen Nickname einloggen sollen“ (Schuldgefühle)
- „Es ist nichts“ (auf Nachfrage, warum ein Mädchen plötzlich nicht mehr chatten wollte, erst nach einiger Zeit erzählte sie, was ihr passiert war → Schamgefühle)
- „Da kann man nichts dagegen machen, der Op aus dem Chat hat ihn ja auch nicht verbannt“ (Ohnmachtsgefühle)
- „Vielleicht war’s ja gar nicht so gemeint“ (Zweifel an der eigenen Wahrnehmung)
- „Was ist, wenn der wirklich zu mir nach Hause kommt?“ (Angst)
- „Das machen ja alle so“ (ein Mädchen auf die Frage, warum sie andere Mädchen im Chat bedroht und belästigt habe – Identifikation mit dem Aggressor)

Die subtileren Folgen z. B. für das Selbstbild der Mädchen durch die ständige Konfrontation

mit Pornografie, die Frauen als Sexualobjekt zeigt, wurden in der einschlägigen Literatur zur Genüge beschrieben.

## Strukturen

Sexualisierte Gewalt gibt es in allen Lebensbereichen. Das Internet bietet jedoch spezielle Strukturen, die sich Täter gezielt zunutze machen.

Auch wenn die Mädchen und Frauen gewaltig aufgeholt haben, so ist der typische Internetnutzer immer noch männlich, weiß und jung. Die Ausrichtung auf eine männliche Zielgruppe ist damit auch der Grund die für allgegenwärtige Pornografie im Internet. Die Anonymität und einseitige Kommunikation im Medium lassen Täter aktiv werden, die in anderen Lebensbereichen aus Angst vor Entdeckung und direkten Konsequenzen nicht aggressiv auffallen. Die Unübersichtlichkeit und Schnelllebigkeit, das einfache Kopieren und Weiterleiten – das alles begünstigt die Verbreitung von Pornografie genauso wie das Äußern und Verbreiten von belästigenden Inhalten. Die Globalität des Mediums und die unterschiedliche Rechtsprechung in verschiedenen Ländern erschweren schließlich die Verfolgung von Straftaten (wenn sie denn erst mal als solche angesehen werden und nicht mehr als Kavaliersdelikt).

## Daten

Bisher gibt es keine deutschen Untersuchungen zum Thema Belästigung im Internet. Die einzige bekannte Studie vom Crime Against Children Research Center an der Universität von New Hampshire/USA kam zu dem Ergebnis, dass es etwa 475.000 Fälle jährlich in den USA gibt, d.h. jede/r fünfte Jugendliche zwischen zehn und 17 Jahren hat sexuelle Belästigung in Chats oder per E-Mail erlebt. Aus meinen eigenen Erfahrungen aus dem Internetcafe für Mädchen und junge Frauen würde ich vermuten, dass der Anteil bei den Mädchen weit höher ist. Auf jeden Fall gibt es hier dringenden Forschungsbedarf.

## Vorbeugung

Geschlechtsneutrale Nicknames können das Risiko im Chat verringern, sexuell belästigt zu werden. Die Erfahrung im Innca zeigte, dass viele Belästiger gezielt nach weiblichen Opfern suchten. Allerdings haben Mädchen

wie Jungen in der Pubertät das Bedürfnis sich deutlich in einer (vermeintlich attraktiven) Geschlechtsrolle zu präsentieren. Nicknames der Art von „Sexybiene“ sind äußerst beliebt und dürfen – genauso wenig wie der vieldiskutierte Minirock – nicht als Freibrief für sexualisierte Gewalt gelten.

E-Mail-Accounts bei einem Webmail-Anbieter im Internet (z.B. gmx, web, freemail, ...) helfen bei Belästigung durch E-Mails, weil sie schnell geändert werden können. Aus der E-Mail-Adresse sollte nicht die wahre Identität der Chatterin abzulesen sein, um keine Rückschlüsse auf Wohnort oder Schule zuzulassen. Auf keinem Fall sollten die Mädchen Profile im Internet ausfüllen (v.a. nie Adresse oder Telefonnummer angeben!).



## Maßnahmen

Was aber tun, wenn es in Chat oder per E-Mail zu sexuellen Belästigungen gekommen ist? Neben der Tatsache, dass der Belästiger deutlich in die Schranken gewiesen werden sollte, haben die Mädchen im Innca gute Erfahrungen damit gemacht, sich mit anderen ChatterInnen in den jeweiligen Chatrooms zu besprechen. Oft war die Folge, dass durch den Druck einiger solidarischer Mit chatterInnen der Operator des Chats den Belästiger aus dem Chatroom ausgeschlossen hat. Dies hat zwar keine andauernde Wirkung (nach wenigen Stunden ist der Zugang wieder frei), aber ist dennoch ein deutliches Zeichen, dass ein solches Verhalten nicht geduldet wird. Möglich ist auch eine Meldung an den Systemadministrator des Chats, um den Operator, der im Chatroom für die Einhaltung der Regeln zuständig sind, für das Thema zu sensibilisieren. Genauso sind Meldungen an die Institutionen des Jugendmedienschutzes (z.B. [www.jugendschutz.net](http://www.jugendschutz.net)) oder an die Ermittlungsbehörden (jede Polizeidienststelle) möglich.





In vielen Chatrooms gibt es Buttons zum Ignorieren ungeliebter ChatpartnerInnen, d.h. dass die Äußerungen auf dem eigenen Rechner unsichtbar gemacht werden können. Sollte ein solcher Button fehlen, kann auch folgender Befehl in die Textzeile des Chats eingegeben werden:

/ig NICKNAME DES BELÄSTIGERS ←

also wenn der Belästiger z.B. den Nickname „tollerhengst“ hat,

/ig tollerhengst ←

Bei belästigenden E-Mails kann man den ungeliebten Absender auf die sog. Spamliste oder Ausschlussliste setzen, so dass E-Mails mit diesem Absender automatisch nicht angenommen oder in den Papierkorb verschoben werden.

### Ausblick

Strukturell muss es vor allem um eine Ächtung von „Sexueller Belästigung im Internet“ (und dazu gehört auch Pornografie) in der Gesellschaft und die Thematisierung gegenüber Kindern und Jugendlichen (in kind- und jugendgerechter Weise) gehen. Insgesamt birgt das Medium Internet nicht nur Vorteile für die Täter, sondern auch besondere Möglichkeiten für die Opfer von sexueller Belästigung. In keinem Bereich in der realen Welt ist es so einfach, sich des Belästigers so schnell zu entledigen, indem man ihn technisch unsichtbar macht. Ohnmachtsgefühle weichen so oft schneller als in der realen Welt dem Gefühl, als Stärkere aus der Situation hervorgegangen zu sein. Dafür muss den Mädchen allerdings das notwendige Handwerkszeug an die Hand gegeben werden. Der vorliegende Artikel soll als Unterstützung aller Eltern,

Lehrer/innen und Multiplikator/innen der Jugendarbeit ein erster kleiner Schritt dazu sein.

### Glossar

**Button** = Englisch für „Knopf“, „Schalter“ oder auch Schaltflächen, bei denen bestimmte Funktionen ausgeführt werden.

**Cyberstalking** = neue Form des Mobbings und der Verfolgung anderer Personen, bei der sich Täter oder Täterin der neuen Medien bedienen.

**Date-Rape** = sexuelle Übergriffe von jungen Männern auf junge Frauen, mit denen sie ein Date, also eine Art Rendezvous haben.

**Op/Operator** = Einige ChatterInnen sind besonders gekennzeichnet und dürfen mehr als andere Nutzer. Diese Ops passen auf, dass die

Regeln in einem Chat eingehalten werden und können User aus dem jeweiligen Chatroom verbannen

**Profil** = Liste zum Speichern persönlicher Daten, die von anderen Usern aufgerufen werden kann

**Systemadministrator (auch Admin)** = Die Person, die für den fehlerfreien Betrieb eines Computersystems verantwortlich ist. Sie hat alle Rechte im System und vergibt die Rechte für die anderen Personen, die daran arbeiten.



## Zum Weiterlesen:

KoPäd München:  
**Baukasten Gewalt**  
München 1995

Bundesministerium für Familie, Senioren,  
Frauen und Jugend (Hg.):  
Broschüre: **Ein Netz für Kinder – Surfen ohne  
Risiko?**  
BmFSFJ 2003  
Kostenlos zu bestellen unter: [www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de)

Detlef Drewes:  
**Jugend-Medienkompetenz**  
In: W. KÖRNER/A. Lenz (Hg.):  
Sexueller Missbrauch,  
Göttingen 2004



## 4. Notwendige gesellschaftliche Veränderungen



Wenn wir Jungen und Mädchen vor sexueller Gewalt schützen wollen, sollte uns bewusst sein, dass die gesellschaftlichen Strukturen in denen sie aufwachsen, oftmals sexuelle Gewalt begünstigen. Hier ist politisches Engagement gefragt, um die Gesellschaft zu sensibilisieren für die Problematik sexueller Gewalt, gesellschaftliche Bedingungen zu hinterfragen und Veränderungen zu initiieren.

### • Rechte und Integrität von Kindern anerkennen

Kindern werden oftmals auch heutzutage nicht genügend Rechte zugestanden. Es gibt Familien, in denen die Kinder noch nach patriarchalischer Tradition als Besitz ihrer Eltern oder des Vaters angesehen werden. Schläge werden als „Erziehungsmaßnahme“ toleriert. Kinder werden zur Gehorsamkeit gegenüber Erwachsenen erzogen und ihre Meinungen und Bedürfnisse zählen nicht. Eine solche Erziehung kann das Selbstbewusstsein und die Widerstandsfähigkeit von Mädchen und Jungen sehr schwächen und sie zu „leichten“ Opfern sexueller Übergriffe machen.

Es müssen verstärkt neue Werte und Normen, wie z.B. gewaltlose Konfliktlösungen und die Rechte von Kindern propagiert werden.

### • Gleichberechtigung von Männern und Frauen

Auch Frauen nehmen in unserer Gesellschaft noch heute eine dem Mann untergeordnete Position ein. Sie sind größtenteils ökonomisch schlechter gestellt als ein Mann, oder als Hausfrau finanziell von ihm abhängig. Diese Abhängigkeit kann es für Frauen schwieriger machen, ihr Kind vor einem missbrauchenden Partner zu schützen.

Die Diskriminierung von Frauen in unserer Gesellschaft muss daher weiter bekämpft werden.



## • Stärkere Einbeziehung der Väter in die Erziehung der Kinder

Nach der traditionellen Arbeitsteilung geht der Mann zur Arbeit und die Frau ist für Kindererziehung und Haushalt zuständig. Diese Rollenverteilung hat zur Folge, dass die Männer kaum an der Pflege und Erziehung der Kinder beteiligt sind und ihnen damit vielfältige Erfahrungen der körperlichen Nähe zu Kindern fehlen.

Väter sollten sich mehr ihrer Erziehungsaufgabe stellen (können) und auch z. B. von ihrer Arbeitstelle darin unterstützt werden.

## • Vermeidung geschlechtstypischer Erziehung

Auch die traditionelle Jungen- und Mädchensozialisation ist sexueller Gewalt zuträglich. Das traditionelle Rollenstereotyp verlangt von Jungen und Männern, dass sie Gefühle wie Angst, Schmerz oder Unsicherheit nicht zeigen. Ein „richtiger“ Mann weint nicht, muss stark und durchsetzungsfähig und nicht zuletzt sexuell erfolgreich sein. Auf diese Art werden Ansprüche an Jungen gestellt, denen sie nicht gerecht werden können. Um diese „Schwächen“ zu überspielen, zeigen manche Jungen dann ein besonders männliches, aggressives, sexualisiertes Verhalten, was Auslöser für eine sexuelle Gewalthandlung sein kann.

Mädchen dagegen sollen einfühlsam, verständnisvoll, lieb und ängstlich sein. Aggressives, konfrontatives und selbstbewusstes Verhalten oder körperliche Stärke entsprechen nicht dem Rollenstereotyp von einem „richtigen“ Mädchen. Ein in diesem Sinne erzogenes Mädchen kann schnell zum Opfer einer sexuellen Gewalttat werden.

Kinder und Jugendliche brauchen alternative Rollen(vor)bilder, so dass auch Mädchen lernen stark und offensiv zu sein und Jungen lernen einfühlsam zu sein und mit Gefühlen von Schwäche oder Angst umzugehen.

## • Stereotypen über sexuelle Gewalt und Sexualität abbauen

Über die Medien, Bücher, Werbung oder Pornographie werden uns tagtäglich Stereotypen über Sexualität und sexuelle Gewalt vermittelt, die meist nur wenig mit der Realität zu tun haben.

*Z. B.: eine Frau meint „ja“ wenn sie „nein“ sagt; männliche Sexualität funktioniert nach dem Dampfkesselprinzip; sexuelle Gewalttäter sind immer fremde, geistesgestörte, alte Männer; die Kinder verführen die Täter/innen; ...*

Deshalb ist es wichtig, in der Öffentlichkeit die Fakten über sexuelle Gewalt darzulegen, aufzuklären und Erwachsene in die Verantwortung zu nehmen. Es müssen genügend Beratungsangebote existieren und weiterhin Therapieprogramme für Täter/innen und speziell für jugendliche Täter/innen entwickelt und angeboten werden, um der Verfestigung einer „Täterkarriere“ vorzubeugen.

## • Der Verharmlosung sexueller Gewalt entgegenwirken

„Jede Form des sexuellen Übergriffs, vom „Streicheln“ bis zur Vergewaltigung, ist ein massiver Eingriff in die körperliche

und seelische Integrität des Kindes, auch wenn die Folgen für jedes Kind in sehr unterschiedlicher Form und Schwere in Erscheinung treten.“ (Heiliger, 2000, S. 169). Dieser Standpunkt muss in der Öffentlichkeit aktiv vertreten werden, um einer Täterlobby entgegenzuwirken, die sexuelle Kontakte zwischen Erwachsenen und Kindern verharmlost und als vom Kind „selbst gewollt“ darstellt. Diese Täterlobby ist gut vernetzt und hat Wissenschaftler/innen und Autoren/innen unter sich, die ihre Thesen publizieren und verbreiten.

## • Abhilfe gegen soziale und finanzielle Vernachlässigung von Kindern

In Deutschland leben viele Familien an oder unterhalb der Armutsgrenze, was für die ganze Familie eine große Belastung darstellt.



Die Eltern haben dann oftmals genug in dieser Notlage mit sich selbst zu tun, so dass sie nicht mehr genug Zeit und Kraft für die Kinder aufbringen können, vielleicht gereizter sind als sonst und ihr Erziehungsverhalten verändern. Außerdem reicht das Geld nicht mehr für neues Spielzeug oder Taschengeld, wie es die Altersgenossen/innen bekommen, was dazu führen kann, dass sich die Kinder vor ihren Freunden/innen schämen und sich zurückziehen. Eine derartige Verunsicherung und Frustration des Kindes kann leicht von einem/r Täter/-in ausgenutzt werden, da das Kind Zuneigung und Beachtung braucht und sich wegen der angespannten Familiensituation zu Hause oftmals nicht anvertrauen wird.

#### • Soziale Isolation von Familien reduzieren

In der heutigen Gesellschaft herrscht eine sehr starke Vereinzelung vor. Für einige Familien hat diese Individualisierung dazu geführt, dass sie kaum mehr Unterstützung durch Verwandte oder Freunde haben, was bei den Eltern zu einem Gefühl der Überlastung führen kann. Somit bleibt zu wenig Zeit für die Kinder und diese sind aus einem Mangel an Zuwendung heraus gefährdeter Opfer sexueller Gewalt zu werden. Außerdem führt die soziale Isolation der Familie dazu, dass weniger Kontrolle durch Verwandte, Freunde oder Nachbarn stattfindet und ein/e Täter/-in so leichter unentdeckt bleibt. Auch Täter/innen haben eine niedrigere Hemmschwelle, wenn sie wenig soziale Bindungen haben.

Soziale Netzwerke müssen wieder gestärkt werden, um Unterstützung und Hilfe zu erleichtern und die soziale Isolation abzubauen. Die Ansatzpunkte für Prävention vor sexueller Gewalt in der Gesellschaft sind vielfältig. Auch hier kann die Kinder- und Jugendarbeit durch Aufklärung und Öffentlichkeitsarbeit eindeutig Stellung beziehen.



#### Zum Weiterlesen:

Amann, Gabriele u. Wipplinger, Rudolf (Hg.):  
**Sexueller Mißbrauch**  
Überblick zu Forschung, Beratung und Therapie. Ein Handbuch. Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie, Tübingen 1997

Heiliger, Anita:  
**Täterstrategien und Prävention**  
Sexueller Mißbrauch an Mädchen innerhalb familiärer und familienähnlicher Strukturen. Verlag Frauenoffensive, München 2000

Bange, Dirk:  
**Prävention sexueller Gewalt gegen Mädchen und Jungen**  
Eine Verpflichtung von Politik und Jugendhilfe. IN: Höfling, Siegfried; Drewes, Detlef; Epple-Waigel, Irene (Hg.): Auftrag Prävention. Offensive gegen sexuellen Kindesmissbrauch, München 1999

Braun, Gisela u.a. (Hg.):  
**Pädosexualität ist Gewalt**  
(Wie) Kann die Jugendhilfe schützen? Weinheim 2003



## 1. Prävention zum Thema machen

Was ist zu tun? Möglichkeiten konkreter Präventionsarbeit und Materialien für diese Arbeit gibt es viele. Wichtig ist es aber, differenziert nach den jeweiligen Zielgruppen präventive Arbeit zu planen und in die „richtige“ Reihenfolge zu bringen. Die konkrete Umsetzung von Präventionskonzepten in der Jugendarbeit hat dann den größten Erfolg, wenn sich alle Ebenen sowohl in der Kinder- und Jugendarbeit allgemein, als auch innerhalb einer Institution oder eines Vereins, mit der Notwendigkeit der Präventionsarbeit auseinandersetzen und identifizieren.

Zum Schutz von Kindern und Jugendlichen ist es sinnvoll, dass der jeweilige Verband/die jeweilige Institution klare Regeln für die Sexualerziehung und die Prävention vor sexualisierter Gewalt entwickelt und beschlossen hat und in diesem Sinne auch hauptberufliche und ehrenamtliche Mitarbeiter/innen geschult wurden, bevor mit Kindern und Jugendlichen gezielt präventiv gearbeitet wird. Andernfalls steht zu befürchten, dass eventuell betroffene Kinder und Jugendliche, die sich öffnen wollen, auf völlige Überforderung bei der Gruppenleiterin oder dem Verband stoßen und die einzige Reaktion im „Wegschauen“ besteht.

Prävention vor sexueller Gewalt in der Jugendarbeit beinhaltet daher folgende verschiedene Arbeitsbereiche (vor der präventiven Arbeit mit Kindern oder Jugendlichen):

- Sensibilisierung ehrenamtlicher und hauptberuflicher Mitarbeiter/innen sowie die damit verbundene Vermittlung des nötigen Grundwissens.
- Knüpfen von Netzwerken mit Beratungsstellen und Ansprechpartner/innen vor Ort, an die man/frau sich im Bedarfsfall wenden kann.
- Benennen von Ansprechpartner/innen in den jeweiligen Arbeitsbereichen.

- Eine klare Linie für das Vorgehen im Verdachtsfall, das im jeweiligen Verband bzw. in der jeweiligen Gliederung besprochen und vereinbart wurde.

### Alles fängt mit dem 1. Schritt an

Um eine Verantwortliche/einen Verantwortlichen in der Kinder- und Jugendarbeit von der Notwendigkeit der Prävention vor sexueller Gewalt zu überzeugen, muss sie/er zunächst

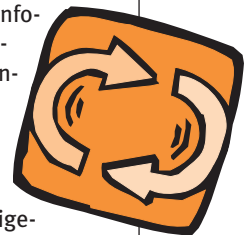
selbst sensibilisiert werden und sich mit dem Thema befassen. Hierzu hat der Bayerische Jugendring einen Pool von Fachreferent/innen (den sog. „Experten/innen“) aufgebaut. Diese sind Mitarbeiter/innen aus Beratungsstellen oder Mitarbeiter/innen aus der Jugendarbeit und verfügen über umfangreiche Fachkompetenz zum Themengebiet. Sie können

für „Impulsreferate“, Vorträge, Fortbildungen etc. angefragt werden.

Die sog. „Impulsreferate“ sind Einheiten, in denen Grundinformationen zum Thema „sexuelle Gewalt an Kindern und Jugendlichen“ vermittelt werden (Definition, Zahlen-Daten-Fakten, Täterstrategien, Präventionsstrategie des BJR). Das Referat dauert ca. eine Stunde und ist speziell als Infoblock für Gremien von BJR-Organisationen (Ausschüsse, Vollversammlungen etc.) konzipiert.

Die Leitungsebene der Kinder- und Jugendarbeit kann so an einem Vortrag teilnehmen, oder ihn für ihren gesamten Vorstand bzw. die eigenen Jugendleiter/innen vereinbaren. Nähere Informationen hierzu sind auf der Homepage des Projektes „PräTect“ des Bayerischen Jugendrings [www.praetect.bjr.de](http://www.praetect.bjr.de) zu finden.

Ziel der Veranstaltung soll sein, dass die Leitungsebene der Kinder- und Jugendarbeit erkennt, **dass wir sowohl betroffene Mädchen und Jungen als auch Täter/innen in den eigenen Reihen haben können und dass sich daraus Handlungsbedarf für die Verantwortlichen ergibt.**

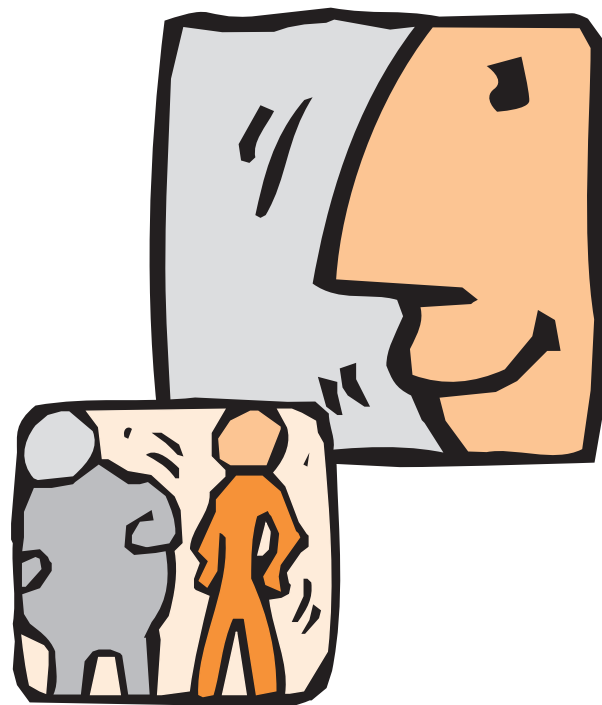


\* vgl. die folgenden Beispiele

## Wie können die weiteren Schritte aussehen?

- Inhalte der „Impulsreferate“/Schulungen werden an die anderen Mitglieder der Leitungsebene, die ehren- und hauptamtlichen Mitarbeiter/innen transportiert – die Leitungsebene kann Multiplikator sein.
- Vorhandene hauptamtliche Mitarbeiter/innen werden von der jeweiligen Leitung (aus arbeitsrechtlicher Sicht) beauftragt, sich mit diesem Thema auseinander zu setzen – hauptamtliche Mitarbeiter/innen müssen Multiplikator/innen werden, da sie meist für eine höhere Kontinuität gegenüber dem Wahlamt stehen.
- Die Leitungsebene stellt die finanziellen und zeitlichen Ressourcen im Hauptamt und/oder durch Ehrenamtliche sicher.
- Die Leitungsebene unterstützt alle Projekte, die „Kinder stark machen“ und begrüßt Ansätze von Sexualerziehung, Mitbestimmung von Kindern und Jugendlichen sowie die Einbeziehung von Eltern in die Präventionsarbeit.
- Die Leitungsebene setzt sich in Politik und Gesellschaft für die Versorgung mit Fach- und Beratungsstellen ein, kooperiert mit diesen und unterstützt die Zusammenarbeit zwischen Jugendarbeit und Fachberatern/-innen.
- Die Leitungsebene ist sich bewusst, dass die Übertragung von Aufgaben in der Jugendarbeit an andere ehren- und hauptamtliche Mitarbeiter/innen einer sorgfältigen Prüfung zu unterziehen ist (z.B. „Wer fährt mit unserer Jugendgruppe ins Zeltlager?“). Dabei darf ein evtl. Rückgang von Ehrenamtlichen nicht dazu führen, dass hier Abstriche gemacht werden. Die Erstellung von Anforderungsprofilen/Stellenbeschreibungen hilft bei der Auswahl von pflichtbewussten Menschen in der Jugendarbeit.
- Die Leitungsebene entwickelt Vernetzungskompetenz in der Präventionsarbeit. Eine Vernetzung von verschiedenen Anbietern von offener und/oder verbandlicher Jugendarbeit hilft bei der Erkenntnis, dass sexuelle Gewalt vor keiner Institution Halt macht und dass der offene Umgang mit diesem Thema ein Qualitätsmerkmal guter Kinder- und Jugendarbeit ist.
- Die Leitungsebene entwickelt für die Institution/Organisation geeignete strukturelle Maßnahmen zur Prävention sexueller Ge-

walt. Hierzu können z.B. ein verbindlicher Ehrenkodex bzw. Leitlinien für alle Mitarbeiter/innen der Kinder- und Jugendarbeit\*, eine Checkliste für den Umgang mit Verdachtsfällen, Zusatzvereinbarungen zu Arbeitsverträgen etc. zählen.





## BEISPIEL 1

### Verhaltenskodex für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der evangelischen Jugendarbeit <sup>30</sup>

Evangelische Jugendarbeit lebt durch Beziehungen von Menschen untereinander und mit Gott. Vertrauen soll tragfähig werden und bleiben. Es darf nicht zum Schaden von Kindern und Jugendlichen ausgenutzt werden.

1. Ich verpflichte mich, alles zu tun, dass bei uns in der evangelischen Jugendarbeit keine Grenzverletzungen, kein sexueller Missbrauch und keine sexualisierte Gewalt möglich werden.
2. Ich will die mir anvertrauten Jungen und Mädchen, Kinder und Jugendlichen vor Schaden und Gefahren, Missbrauch und Gewalt schützen.
3. Ich nehme die individuellen Grenzpfindungen der Mädchen und Jungen, der Kinder und Jugendlichen wahr und ernst.
4. Ich beziehe gegen sexistisches, diskriminierendes, rassistisches und gewalttätiges verbales oder nonverbales Verhalten aktiv Stellung.
5. Ich selbst verzichte auf abwertendes Verhalten und achte auch darauf, dass andere in den Gruppen bei Angeboten und Aktivitäten sich so verhalten.
6. Ich respektiere die Intimsphäre und die persönlichen Grenzen der Scham der Gruppenmitglieder und Teilnehmenden sowie der Mitarbeitenden.
7. Ich versuche in meiner Aufgabe als Mitarbeiterin oder Mitarbeiter die sexuelle Dimension von Beziehungen bewusst wahrzunehmen, um einen verantwortungsvollen Umgang mit Nähe und Distanz zu gestalten.
8. Als Jugendleiterin oder Jugendleiter nutze ich meine Rolle nicht für sexuelle Kontakte zu mir anvertrauten jungen Menschen.
9. Ich nehme Grenzüberschreitungen durch andere Mitarbeitende und Teilnehmende in den Gruppen, bei Angeboten und Aktivitäten bewusst wahr und vertusche sie nicht. Ich weiß, dass ich und Betroffene bei konkreten Anlässen kompetente Hilfe bei den beauftragten Vertrauenspersonen in Verbänden und Dekanaten bekommen können.

## BEISPIEL 2

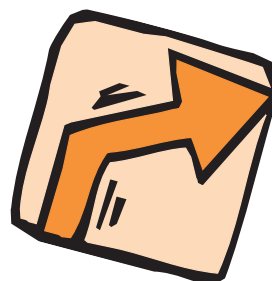
### Leitlinien für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Jugendarbeit <sup>31</sup>

In den folgenden Leitlinien werden Ziele formuliert, denen wir uns möglichst annähern wollen. Dabei sind wir nicht perfekt, es gibt Unzulänglichkeiten, es passieren Fehler. Wichtig ist es uns, in schwierigen Situationen Unterstützung in Anspruch zu nehmen.

1. Wir geben dem persönlichen Empfinden der Mädchen und Jungen unserer Gruppen Vorrang vor unseren persönlichen Zielen.
2. Wir achten die Eigenart jedes Kindes und Jugendlichen.
3. Wir bieten den Mädchen und Jungen ausreichende Mitbestimmungsmöglichkeiten bei der Gestaltung des Miteinander in der Gruppe.
4. Wir wollen dazu beitragen, dass Kinder und Jugendliche lernen, Verantwortung zu übernehmen.
5. Wir möchten Vorbild für die uns anvertrauten Kinder und Jugendlichen sein und Regeln des Miteinanderumgehens vermitteln.
6. Wir verzichten vollständig auf abwertendes Verhalten untereinander und achten auch darauf, dass niemand in den Gruppen sich so verhält.
7. Wir respektieren die Intimsphäre und die persönlichen Grenzen der Scham der Gruppenmitglieder.
8. Wir verzichten auf jede Form der Gewaltausübung. Dies betrifft auch sexuelle Kontakte zu Mädchen, Jungen und Jugendlichen, auch wenn diese nicht erzwungen werden.

<sup>30</sup> Landesjugendkammer der evangelischen Jugend in Bayern (2003), S. 14

<sup>31</sup> Diese Leitlinien wurden entwickelt vom Beirat des Modellprojekts „Sexueller Missbrauch und Jugendarbeit“. Träger dieses Modellprojekts ist der WENDEPUNKT, Anlauf- und Beratungsstelle gegen sexuellen Missbrauch an Mädchen und Jungen im Kreis Pinneberg.



<sup>32</sup> Verabschiedet durch den Vorstand der Sportjugend im LandesSportBund Nordrhein-Westfalen am 5.12.1995. Im Sommer 2004 war eine Ergänzung dieses Ehrenkodex mit einem Passus zur Prävention vor sexueller Gewalt auf dem Weg, die neue Fassung lag bei Redaktionsschluss leider noch nicht vor.

## BEISPIEL 3

### Ehrenkodex

**für alle Mitarbeiter/innen im Sport, die Kinder und Jugendliche betreuen oder demnächst betreuen wollen** <sup>32</sup>

Hiermit verspreche ich:

- Ich gebe dem persönlichen Empfinden der mir anvertrauten Kinder und Jugendlichen Vorrang vor meinen persönlichen sportlichen Zielen.
- Ich werde die Eigenart jedes Kindes und Jugendlichen achten und seine Persönlichkeitsentwicklung fördern helfen.
- Ich werde Kinder und Jugendliche bei ihrer Selbstverwirklichung zu angemessenem sozialem Verhalten anderen Menschen gegenüber anleiten.
- Ich werde sportliche und außersportliche Angebote stets nach dem Entwicklungsstand der mir anvertrauten Kinder und Jugendlichen ausrichten und kind- und jugendgerechte Methoden einsetzen.
- Ich werde stets versuchen, für die mir anvertrauten Jungen und Mädchen kind- und jugendgerechte Rahmenbedingungen für sportliche und außersportliche Angebote zu schaffen.
- Ich biete den mir anvertrauten Kindern und Jugendlichen für alle sportlichen und außersportlichen Angebote ausreichende Selbst- und Mitbestimmungsmöglichkeiten.
- Ich möchte Vorbild für die mir anvertrauten Kinder und Jugendlichen sein, stets die Einhaltung von sportlichen und zwischenmenschlichen Regeln vermitteln und nach den Gesetzen des Fair-Play handeln.

**Durch meine Unterschrift verpflichte ich mich zur Einhaltung dieses Ehrenkodexes**

\_\_\_\_\_  
Unterschrift

\_\_\_\_\_  
Ort/Datum







## 2. Eigenreflexion

Die Aneignung von Fachwissen über sexuelle Gewalt ist als Voraussetzung für Präventionsarbeit unabdingbar und kann über verschiedene Wege erreicht werden (Literatur, Fortbildungen etc.). Dies ist allerdings nur ein Bereich der Vorbereitung.

Sexualisierte Gewalt ist ein Thema, das die wenigsten Menschen unberührt lässt. Die Konfrontation damit löst viele Emotionen aus, und der Umgang damit kann unter Umständen schwierig sein.

Daher ist es sinnvoll, sich vor der Arbeit mit Dritten mit einigen Fragen, die auftauchen können, zu konfrontieren. Denn wenn sich Helfer/-innen über ihre Reaktionen bei diesem Thema nicht bewusst sind, kann es sein, dass sie einem betroffenen Mädchen/Jungen die Mitteilung geben „Ich möchte Dir helfen“, gleichzeitig aber nonverbal signalisieren, dass sie sich hilflos und erschrocken fühlen. Dies kann dazu führen, dass sich das Mädchen/der Junge aus Verwirrung über die Situation zurückzieht und somit ihr/sein Versuch, sich zu öffnen, gescheitert ist. Daraus wird deutlich, wie wichtig Eigenreflexion ist.

Die Reflexion sollte dabei auf mehreren Ebenen stattfinden:<sup>33</sup>

### „Ich bin, was ich erfahren habe“

Die eigene Biographie mit erlebten Gewalterfahrungen sowie auch der daraus resultierende Umgang damit ist höchst individuell. In der Konfrontation mit sexualisierter Gewalt ist es sehr wahrscheinlich, dass Erinnerungen und damit heftige Gefühle aktiviert werden. Jede/r Einzelne muss für sich daraus die Entscheidung ableiten, ob sie/er zum jetzigen Zeitpunkt bereit ist, sich näher mit diesem Thema zu befassen und wenn ja, welche Unterstützung unter Umständen zu Rate gezogen werden kann.

### „Ich erfahre als Frau andere Dinge als ein Mann“

Aber nicht nur die eigene (potenzielle) Betrof-

fenheit von sexualisierter Gewalt sollte Anlass zur Reflexion sein. Vielmehr leben wir in einem System, in dem Gewalt gegen Frauen und Kinder eine Lebensrealität darstellt. Macht- und Ohnmachtserfahrungen prägen unser Leben. Den Umgang damit und die daraus resultierenden Rollen gilt es zu reflektieren, um eigene Gewalt begünstigende Strukturen zu erkennen und unangemessene Ausübung von Macht zu vermeiden. Stereotype Geschlechterrollen, in denen Männer „machtvoll“ und in letzter Konsequenz gewalttätig handeln und Frauen sich eher ohnmächtig fühlen, werden in unserer Gesellschaft noch immer tradiert.



### „Ich lehre, was ich bin“

Gerade in der Rolle als Pädagog/in müssen die letzten Punkte genau betrachtet werden. Pädagog/innen geben ihre Erfahrungen und Haltungen mehr oder weniger unbewusst weiter.

Als Leitfaden für die persönliche Auseinandersetzung mit dem Thema können folgende drei Fragenkataloge dienen, die Sie in Eigenarbeit für sich beantworten oder auch mit Kollegen/innen diskutieren können:

### 1. Reflexion der inneren Einstellungen, Gefühle und eigenen Grenzen:<sup>34</sup>

- 1) Warum will ich Präventionsarbeit machen? Was will ich damit erreichen?
- 2) Bin ich innerlich davon überzeugt, dass über sexuelle Gewalt geredet werden darf und muss?
- 3) Habe ich vielleicht einen Verdacht und will die/den Betroffene/n ermutigen?
- 4) Was traue ich mir bei der Auseinandersetzung mit sexueller Gewalt selbst zu? Wo sind meine Widerstände? Es ist wichtig, ernst zu nehmen, wenn sich innerlich etwas gegen die Beschäftigung mit diesem Thema sträubt.
- 5) Bin ich von sexueller Gewalt betroffen? An was erinnere ich mich und wie geht es mir

<sup>33</sup> Vgl. Wildwasser (2000)

<sup>34</sup> Vgl. BDKJ (1997), S. 16 f

damit? Welche Einstellung habe ich dazu?  
Was bedeutet das für die Präventionsarbeit in der Gruppe?

6) Ab wann brauche ich Hilfe und Unterstützung? Und wo bekomme ich sie her?

7) Nehme ich mich selbst ernst und wichtig und verteidige meine Gefühle, meinen Körper? Lebe ich selbst das, was ich den Mädchen und Jungen vermitteln will?

8) Wie verhalte ich mich im Umgang mit Mädchen und Jungen? Bin ich zärtlich, hebe sie hoch, streichle ihnen über den Kopf? Habe ich dabei schon auf die Reaktionen der Kinder geachtet und eventuelle Abwehr oder Unwillen respektiert?

9) Wie reagiere ich, wenn jemand eine (körperliche) Grenze setzt? Bin ich beleidigt oder verunsichert?

10) Erwarte ich, dass die Mädchen und Jungen absolut gehorchen müssen? Bin ich bereit, meine Anweisungen, Verbote und Wünsche zu erklären?



11) Stört es mich, wenn Mädchen eigenwillig sind oder wenn Jungen weinen? Sage ich ihnen, sie sollen sich „wie ein Mädchen (Junge) benehmen“?

12) Ist ein Geheimnis erzählen für mich Petzerei? Oder bestärke ich Mädchen und Jungen darin, schlechte Geheimnisse weiter zu erzählen, auch wenn es Erwachsene verboten haben?

13) Greife ich parteilich ein, wenn ich z.B. mitbekomme, wie ein Betreuer einen sexistischen „Witz“ erzählt?

## 2. Reflexion der Geschlechterrolle: <sup>35</sup>

1) Welche Botschaften haben Sie als Kind/Jugendlicher über weibliches und männliches Rollenverhalten bekommen? Wie beeinflussen

diese Botschaften Ihr Leben als Erwachsener?

2) Gibt es Fähigkeiten oder Tätigkeiten, die Sie eher Mädchen/Frauen oder Jungen/Männern zuordnen? Wenn ja, welche? Warum?

3) Kennen Sie Sätze wie:  
„Ich brauche mal ein paar starke Jungs“ oder „Ich brauche mal ein paar ordentliche Mädchen“? Die Jungs bringen die Papierkörbe raus“ oder „Die Mädchen sollen beim Abwasch helfen“?  
Benutzen Sie selbst solche Sätze? Wann?

4) Reagieren Sie bei Jungen und Mädchen unterschiedlich auf

- Aggression
- Trauer
- Weinen
- Laut-sein
- Leise-sein
- Störungen von Aktivitäten
- Wunsch nach Aufmerksamkeit?
- Wenn ja, wie?

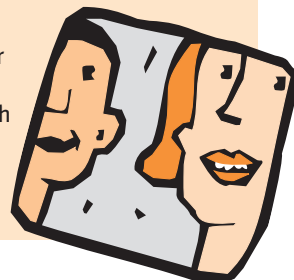
## 3. Reflexion über (sexuelle) Gewalterfahrungen: <sup>36</sup>

1) Haben Sie in Ihrer Kindheit und Jugend (sexuelle) Grenzüberschreitungen/Gewalttätigkeiten erlebt? Wie haben Sie sich damals gefühlt?

2) Wie beeinflussen diese Erfahrungen Ihr Leben als Erwachsene/r?

3) Hatten Sie als Kind eine Person, der Sie sich mit Problemen anvertrauen konnten? Wer war das? Können Sie sich vorstellen, dass es etwas geben könnte, was Sie selbst dieser Person nicht anvertraut hätten? Warum?

4) Wurden Sie in Ihrer Kindheit/ Jugend vor sexuellem Missbrauch gewarnt? Von wem und wie?



<sup>35</sup> Vgl. Wildwasser (2000)

<sup>36</sup> Vgl. Wildwasser (2000)



5) Wurden Sie sexuell aufgeklärt? Wie alt waren Sie da? Wer war die Person, die Sie aufgeklärt hat? Wie haben Sie sich in dieser Situation gefühlt?

6) Würden Sie einer Schülerin/einem Schüler uneingeschränkt glauben, wenn sie/er über sexuellen Missbrauch berichten würde?

7) Wie denken Sie, würden Sie in einem Fall von sexuellem Missbrauch reagieren, wenn das Opfer sich Ihnen anvertraut? Welche Gefühle würden bei Ihnen auftauchen? Wie würden Sie handeln?

8) Hätten Sie eine Person, mit der Sie sich (fachlich) über diesen Fall austauschen könnten?

9) Wenn Sie an Täter und Täterinnen denken: Welche Gefühle tauchen in Ihnen auf?

10) Wie würden Sie reagieren, wenn Sie erfahren würden, das ein Junge/ein Mädchen in Ihrer Klasse gegenüber einem anderen Kind übergriffig war?

11) Kennen Sie in Ihrem Erwachsenenleben eine Person, die Sie als übergriffig erlebt haben/erleben? Wie gehen Sie als Erwachsene/r damit um?

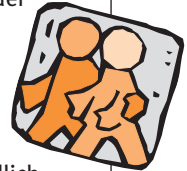
12) Hat Ihnen schon einmal ein Mädchen/ein Junge von sexuellem Missbrauch berichtet?



Bei den vorgeschlagenen Beispielen gibt es keine „richtigen“ oder „falschen“ Methoden, entscheidend ist, ob eine Übung für die jeweilige Situation angemessen ist. Das Gelingen ist von vielen Faktoren abhängig, wie etwa von der Wahl des Zeitpunktes, des Settings, einer Sensibilität für die Gruppe etc. Bei allen Zielgruppen ist darauf zu achten, dass eine Überforderung ver-

mieden wird.

Im folgenden Abschnitt finden Sie Hinweise, die bei der Planung und Durchführung der Praxisübung berücksichtigt werden sollten.



### Zusammensetzung der Gruppe:

Jede Gruppe ist individuell unterschiedlich. Deshalb sollte sich die Gruppenleitung im Vorfeld ein möglichst klares Bild über die Zusammensetzung der Gruppe und die Bedürfnisse der Teilnehmer/innen verschaffen.

Wissenswert sind u.a.

- Alter
- Familienstand
- Berufstätigkeit
- Teilnehmer/innenzahl
- Kennen sich die Teilnehmer/innen bereits, alle oder teilweise?
- Wer soll überhaupt angesprochen werden (Leitungsebene, Multiplikatorinnen, Jugendliche, Eltern ...)?
- Was ist an allgemeinen Einstellung, Erwartungen und Interessen vorhanden?
- Welche speziellen Schwierigkeiten oder Defizite machen den Leuten zu schaffen?
- Welche speziellen Fragen beschäftigen sie?
- Welche Lernbedürfnisse haben sie in diesem Zusammenhang?
- Welche Erfahrungen und Kenntnisse können vorausgesetzt werden und sind erhebliche Informationsunterschiede zu erwarten?

### Auswahl der Übung:

Für die Auswahl der passenden Übungen sollten folgende Fragen bedacht werden:

## 3. Vorbereitung und Durchführung der Übungen

Neben der persönlichen Auseinandersetzung mit dem Thema ist eine sorgfältige Planung und Vorbereitung der Gruppenübungen notwendig.

Die Präventionsübungen müssen auf die jeweilige Situation und die angesprochene Zielgruppe passgenau zugeschnitten sein.

- Wo sind die Grenzen der Gruppe und ihrer Mitglieder? Was kann ich dem Einzelnen zutrauen und zumuten?
- Was kann ich mir selbst zutrauen und zumuten?
- Was ist das Ziel dieser Übung bzw. was will ich mit der Übung erreichen?
- Habe ich mit der Übung bereits eigene Erfahrungen gemacht und habe ich eine konkrete Vorstellung vom Ablauf und von möglichen Reaktionen?

Wenn Sie sich bei einer Übung nicht sicher sind, ob diese für die Gruppe geeignet ist, ist es sinnvoll, dies mit Kolleg/innen zu besprechen oder die Methode in diesem Rahmen auszuprobieren. Im Zweifelsfall ist es besser, die Übung nicht durchzuführen als die eigenen Grenzen bzw. die der Teilnehmer/innen zu überschreiten.



Grundsatz: Leite keine Übung an, die Du nicht selbst schon mitgemacht hast!

Als Hintergrundgedanke sollte immer mit-schwingen, dass es möglicherweise Betroffene/Opfer unter den Teilnehmern/innen gibt.

### Regeln für die Gruppenarbeit:

Viele der Übungen im folgenden Methodenteil sind dem Bereich Selbsterfahrung zuzuordnen. Um die dafür notwendige Offenheit bei den Teilnehmer/innen zu ermöglichen, braucht es Vertrauen und einen geschützten Rahmen. Bevor die Übungen begonnen werden, sollten daher folgende verbindliche Regeln mit den Kindern und Jugendlichen bzw. Erwachsenen vereinbart werden:

- **Grenzen respektieren!**  
Niemand muss jede Übung mitmachen, wenn er/sie das nicht möchte.  
Es kann auch vereinbart werden, dass jemand, dem die Arbeit am Thema zu intensiv wird, ohne Kommentar den Raum verlassen kann.
- **Nichts weiter erzählen!** Alle verpflichten sich dazu, das,



was sie von den Einzelnen erfahren, vertraulich zu behandeln.

- **Störungen haben Vorrang!** Die Teilnehmer/innen sagen, wenn sie etwas stört oder daran hindert, eine Übung mitzumachen. Negative Reaktionen und Widerstände sind wichtige Hinweise und werden von den Anleiter/innen aufgegriffen und besprochen.

### Krisen/schwierige Situationen:

Wer sexualpädagogische bzw. präventive Angebote mit Kindern und Jugendlichen durchführt, muss sich dabei der Tatsache bewusst sein, dass eine intensive Auseinandersetzung mit diesem Thema bei Einzelnen starke Gefühle wie z.B. Angst, Ekel, Wut oder Abwehr auslösen kann.

Ebenso können sich Teilnehmer/innen in der Gruppe befinden, die sexuelle Gewalterfahrungen gemacht haben. Dabei kann es sein, dass diese von ihren Erlebnissen erzählen möchten oder dass sie sich hilfesuchend an die Betreuer/innen wenden.

Deshalb ist es wichtig und notwendig, dass sich die Gruppenleiter/innen bei der Vorbereitung mit dieser Möglichkeit auseinandergesetzt haben und wissen, wie sie sich in einer solchen Situation verhalten können. Sie sollten genau überlegen, worin ihre Hilfestellung bestehen könnte und wo ihre persönlichen Grenzen liegen. Darüber hinaus sollten sie sich bereits im Vorfeld darüber informieren, wo sie selbst (professionelle) Unterstützung erhalten können und an wen sie ggf. den oder die Betroffene/n weiterverweisen können.

### Auswertungsphase:

Die Auswertungsphase ist ein wichtiger Teil der Übungen. Hier soll allen Teilnehmern/innen Gelegenheit gegeben werden, an den Erfahrungen der anderen Gruppenmitglieder teil zu haben, das Erlebte für sich bewusst zu machen, einzuordnen und Neues in den persönlichen Hintergrund zu integrieren. Ebenso ist es das Ziel dieser Phase, die



Übungen zu beurteilen, evtl. offene Fragen zu klären und die Übung abzuschließen, um sich etwas Neuem zuzuwenden.

Je nach Situation und Übung kann die Auswertung in unterschiedlichen Formen stattfinden, z.B. paarweise, in (evtl. geschlechtshomogenen) Kleingruppen oder in der gesamten Gruppe.

Es gelten folgende Regeln:

- Jede/r darf, niemand muss sich äußern.
- Die persönlichen Mitteilungen werden nicht von anderen bewertet.
- Auch die Gruppenleiter/innen geben ein Feedback.

Zur Auswertung können z.B. folgende Fragen gehören:

- Wie hat mir die Übung gefallen?
- Wie fühle ich mich jetzt?
- Was hat mich berührt/geärgert/gefreut?
- Was nehme ich mit, was „lasse ich hier“?
- Welche Erfahrungen aus dieser Übung waren neu für mich, was kenne ich (von mir)?
- Was möchte ich in der Gruppe besprechen?
- Habe ich noch Fragen? Was möchte ich sonst noch los werden?

### 4. Präventionsgrundsätze



Im alltäglichen Umgang mit Kindern und Jugendlichen, besonders aber auch in der Kinder- und Jugendarbeit, sind die bisher entwickelten Grundsätze aus der Präventionsarbeit wichtig. Sie in den „normalen“ Umgang untereinander

zu integrieren sollte Ziel jeder Form von Kinder- und Jugendarbeit sein.

Kindern und Jugendlichen muss vermittelt werden:

1. Es gibt angenehme, aber auch unangenehme Gefühle und diese sollen/können auch ausgedrückt werden. Es gibt auch „komische“ Gefühle, die positiv und negativ zugleich sein können.

2. Ebenso gibt es gute und schlechte Geheimnisse. Schlechte Geheimnisse machen ungute (schlechte) Gefühle und dürfen (müssen) weitergesagt werden. Das ist kein Verpetzen.

3. Jede/r hat das Recht „nein“ zu sagen, wenn etwas geschieht, was unangenehme Gefühle macht.

4. Jede/r hat das Recht auf den eigenen Körper. Niemand darf eine/n andere berühren, wenn dies nicht gewollt wird.

5. Es gibt sexualisierte Gewalt! Täter/innen sind meist Menschen, die bekannt/verwandt sind. D.h. nicht „der böse Mann“ ist vermutlich der Täter, sondern jemand, den man gern hat, der aber eine Grenze verletzt.

6. Erwachsene wissen, dass es sexualisierte Gewalt gibt. Sie haben die Aufgabe sensibel hinzuhören, wenn Kinder und Jugendliche diesbezüglich etwas erzählen.








## Teil III: Übungen und Methoden

**Im folgenden Teil des Bausteins sind Präventionselemente beschrieben, die als Anregungen für die Arbeit mit verschiedenen Zielgruppen zusammengestellt wurden.**

Diese Übungen sind jedoch keine „Patentrezepte“ und auch die beste präventive Arbeit kann nicht 100%ig verhindern, dass sexuelle Gewalt in der Kinder- und Jugendarbeit vorkommt. Prävention kann jedoch den Schutz erhöhen, weil sie dazu beiträgt, Kinder und Jugendliche in ihrer Persönlichkeit zu stärken und sie ermutigt, sich gegen Übergriffe zur Wehr zu setzen.

So komplex das ganze Thema ist, so unterschiedlich können auch die praktischen Elemente für die Umsetzung sein. Nicht jede Methode ist für alle Institutionen/Vereine/Gruppen/Verbände verwendbar und daher sind die anschließend aufgeführten Beispiele als Anregungen zu verstehen, die entsprechend den individuellen Bedürfnissen der Teilnehmer/innen variiert und mit weiteren Übungen, Spielen etc. ergänzt werden können.

Zeichenerklärung:

-  = Übung geeignet als Einstieg
-  = Übung zur Vertiefung
-  = Übung geeignet als Abschluss



## Inhaltsverzeichnis der Übungen:

<b>A: Wahrnehmungsübungen</b> .....	<b>48</b>	
<b>1. Körper:</b> .....	<b>48</b>	
1.1 Geschlossenes System .....	48	E
1.2 Entspannungsübung* .....	49	E E A
1.3 Körperphantasiereise* .....	51	V
1.4 Mein schönes Gesicht* .....	53	V
1.5 Körperumrisse .....	54	V
<b>2. Gefühle:</b> .....	<b>55</b>	
2.1 Sich gegenseitig Gefühle vorspielen* .....	55	E E
2.2 Gefühlssalat* .....	55	E V
2.3 Skulpturenpark* .....	56	E
2.4 Meinen Gefühlen auf der Spur* .....	57	V
2.5 Assoziatives Schreiben* .....	58	V
<b>3. Grenzen:</b> .....	<b>59</b>	
3.1 Nähe und Distanz* .....	59	E
3.2 Feind/in oder Freund/in* .....	60	E E V
3.3 Meine Grenzen* .....	61	E V
3.4 Ich achte Deine Grenzen* .....	62	E A
<b>B: Selbstbehauptungsübungen</b> .....	<b>63</b>	
1. Sich aus dem Gleichgewicht bringen* .....	63	E
2. Losreißen* .....	63	E
3. JA – NEIN* .....	64	E
4. Lass mich vorbei!* .....	65	V
5. Positiv Feedback* .....	66	V A
<b>C: Methoden zum Thema sexuelle Gewalt</b> .....	<b>67</b>	
1. Grabbelsack <sup>o</sup> .....	67	E V
2. Liebeshaus <sup>o</sup> .....	67	V
3. Was Du schon immer über Sex wissen wolltest <sup>o</sup> .....	68	V
4. Von Tussis und Bürschchen <sup>o</sup> .....	69	E V
5. Sexismus in der Werbung* .....	69	V
6. Ist-Überschrift – Wunsch-Überschrift* .....	70	V
7. Das darf nicht jeder! .....	71	E V
8. Brainstorming zu sexueller Gewalt* .....	72	E V
9. Was ist sexueller Missbrauch? .....	73	E
10. Fiktive Fallbeispiele: Sexuelle Gewalt in der Kinder- und Jugendarbeit .....	74	V
11. Umfrage zum Thema sexuelle Gewalt* .....	78	V
12. Besuch einer Beratungsstelle* .....	79	V
13. Männerinitiativen gegen sexuelle Gewalt* .....	80	V
14. Besuch bei der Polizei* .....	81	V
<b>D: Intensivübungen</b> .....	<b>82</b>	
1. Meine innere Stimme* .....	82	V
2. Wach auf* .....	83	V
3. Was wäre, wenn ...* .....	84	V
4. „Im Schwimmbad“ – ein Rollenspiel* .....	85	V
5. Gewaltrituale* .....	86	V

\* Aus:  
BDKJ Mainz/  
BDKJ Limburg:  
„Tu was!“  
Anregungen  
und Methoden  
zur Prävention  
sexueller Gewalt,  
Mainz 1997




<sup>o</sup> Aus: Aktion  
Jugendschutz,  
Landesarbeits-  
stelle Bayern e.V.  
Materialmappe  
Sexualpädagogik  
in der Praxis,  
München 2002

## A: Wahrnehmungsübungen

### 1. Körper

#### 1.1 Geschlossenes System

**Ziel:** Vertrauensspiel, Zusammenhalt und Widerstand üben

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen ,  oder gemischte Gruppe  möglich

**Alter:** ab 12 Jahre

**Anzahl:** 10 bis 30 Spieler/innen

**Dauer:** ca. 30 Minuten

**Ort:** Drinnen oder draußen, Raum sollte genügend groß sein, Verletzungsquellen beseitigen!

**Materialien:** ---

**Tipps:** Vorher Regeln festlegen, um Grobheiten und Verletzungen zu vermeiden. Stopregel einführen; sobald eine Person „Stop“ sagt, wird das Spiel sofort unterbrochen, „Aua“ zählt nicht als Unterbrechung! Brillen vorher absetzen. Vorher überlegen, ob das Spiel für die Gruppe geeignet ist

#### **Durchführung:**

Ein Spieler steht außerhalb eines Kreises. Alle anderen bilden einen eng aneinander stehenden Kreis mit dem Gesicht nach innen. Der außerhalb des Kreises soll versuchen, in den Kreis hineinzukommen.

#### **Auswertung:**

- Wie habe ich mich während der Übung gefühlt (als Teil des Kreises bzw. als „Eindringling“)?
- In welcher Rolle habe ich mich wohler gefühlt?
- Erinnert mich die Übung an Situationen, die ich kenne?










## 1.2 Entspannungsübung

**Ziel:** Sich entspannen, einstimmen, sich selbst wahrnehmen

**Dauer:** ca. 20–30 Minuten

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen ,  oder gemischte Gruppe  möglich

**Alter:** Ab 14 Jahren

**Anzahl:** Richtet sich nach Größe des Raumes

**Ort:** Ein genügend großer Raum, am besten mit Teppichboden. Wichtig: Ruhige Umgebung! (Eine Baustelle im Hintergrund oder sonstige lautstarke Geräuschkulissen sind zu vermeiden)

**Materialien:** Decken, Uhr und evtl. leise, unaufdringliche Musik

**Tipps:** Du solltest eigene Erfahrungen mit Entspannungs- und Körperübungen haben

### Durchführung:

Vor der Übung erkläre den Teilnehmern/innen genau den Ablauf und bitte sie dann, sich einen Platz im Raum zu suchen, alle störenden Gegenstände wie Brillen, Schuhe, gefüllte Hosentaschen zu beseitigen und sich auf den Rücken zu legen. Wichtig ist einen ruhige Anleitung, die sich im Tempo nach den Teilnehmer/innen richtet. Daher musst du alle im Blick haben. Wenn möglich nicht ablesen, sondern frei anleiten!

„Suche Dir eine bequeme Rückenlage ... die Arme liegen locker neben dem Körper und die Beine sind entspannt ... schließe Deine Augen. Beobachte Deinen Atem und finde Deinen Atemrhythmus ... Mit jedem Einatmen wirst Du ruhiger ... mit jedem Ausatmen fließen Deine Gedanken davon. Beobachte Deinen Atem und spüre, wie er durch Deinen Körper fließt (15 Sekunden)“.

### Variation A:

**Gedankliche Reise in die einzelnen Körperteile:**

„Nun richte Deine Aufmerksamkeit auf Deine Füße ... stelle Dir vor, Du kannst Deinen Atem bis in Deine Füße schicken ... lass Deinen Atem bis in Deine Füße fließen ... Die Füße werden warm und entspannen sich ... sie sinken ein bisschen tiefer in die Unterlage.“

Nun lass Deinen Atem in die Beine fließen ... über die Knöchel ... Waden ... Knie ... bis in die Oberschenkel ... Deine Beine werden warm und entspannen sich ... und sinken ein bisschen tiefer in die Unterlage.

Nun lass Deinen Atem in Deine Geschlechtsorgane und Dein Becken fließen.

Dein ganzes Becken entspannt sich ... Lass Deinen Atem in Deinen Po fließen ... Dein Po liegt warm und breit auf der Unterlage ...

Nun schicke Deinen Atem in den Rücken ... Dein Atem fließt die Wirbelsäule hinauf ... Wirbel für Wirbel fließt er die Wirbelsäule hinauf ... alle Muskeln lockern sich ...

Dein Atem fließt in die Schultern ... die Schultern lockern und entspannen sich ... Dein Rücken sinkt tiefer in die Unterlage ein ... Frieden und Entspannung ziehen in Deinen Körper ein ...

Nun lass Deinen Atem über die Arme in die Hände fließen ... über Oberarme ... Ellenbogen ... und Unterarme ... bis hinein in die Fingerspitzen fließt Dein Atem ... Deine Hände werden warm ... Deine Arme entspannen sich und sinken tiefer in die Unterlage.

Lass Deinen Atem in den Bauch fließen ... Deine inneren Organe entspannen sich ... Dein Atem fließt weiter in Deine Brust ... Du spürst wie Dein Brustkorb sich in Deinem Atemrhythmus hebt und senkt ... Dein Atem geht frei und leicht, ohne dass Du etwas dafür tun musst.

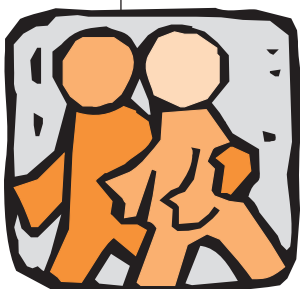
Nun lass Deinen Atem in den Hals und in den Nacken fließen ... Dein Hals wird weit und frei ... und Dein Nacken entspannt sich ... so dass

der Kopf ein bisschen tiefer in die Unterlage sinken kann.

Nun streicht Dein Atem wie ein sanfter Wind vom Nacken über die Schädeldecke bis in Deine Stirn ... Dein Kopf wird frei und leicht ... Dein Atem streichelt sanft über Dein Gesicht ... Deine Stirn entspannt sich ... Die Augenlider liegen leicht auf Deinen Augen ... der Atem fließt frei und leicht durch Deine Nase ... Dein Mund und Deine Zunge entspannen sich ... das Kinn fällt ein bisschen nach unten ...“

Je nach Befindlichkeit von einzelnen Teilnehmern/innen kannst Du Organe speziell ansprechen, z.B. bei den inneren Organen: „Dein Magen entspannt sich“ oder wenn jemand erkältet ist, kannst Du mehrmals in den Anleitungstext einfügen: „Dein Atem fließt frei und leicht“.

Du kannst die Anleitung auch kürzen, wenn Du nur eine kurze Entspannungsübung machen oder für einen Einstieg in eine Phantasiereise nutzen willst.



## Variation B:

**Gedankliche Reise in den Körper mit Spannung und Entspannung:**

Beginne mit den Händen: „Spanne nun alle Muskeln in Deinen Händen an ... und halte Die Spannung (ca. 3 Sekunden) ... löse die Spannung ... spüre nach, wie sich nun Deine Hände anfühlen“.

Das kann bis zu zwei mal wiederholt werden. Dann gehe weiter in die Arme, Schultern, Nacken, Kopf, Rücken, Brust, Bauch, Becken, Po, Beine, Füße. Natürlich kannst Du weitere Körperteile wie Finger, Augen, Vagina usw. durchwandern (ohne die Anspannungsübung).

## Abschluss beider Variationen:

„Dein Körper ist nun wohligh entspannt ... spüre und genieße Deinen Körper (1 Minute) ... Wenn Du soweit bist, öffne langsam die Augen, räkle und strecke Dich ausgiebig, nimm Dir Deine Zeit!“

Wichtig: Lasse den Teilnehmern/innen genügend Zeit, um mit den Gedanken in den Raum zurück zu kehren. Kein schnelles Aufsetzen (Kreislauf!), sondern ruhig ordentlich räkeln und strecken. Die Teilnehmer/innen sollen selber entscheiden, wann sie sich aufsetzen wollen.

## Auswertung:

Es sind verschiedene Auswertungsformen denkbar und richten sich nach der Gruppe (Paar- oder Gruppengespräche, Malen, Brief an mich selber ...)




- Wie hat mir die Übung gefallen?
- Ist mir die Übung leicht/schwer gefallen
- Wie fühle ich mich jetzt?
- Ist mir etwas an mir aufgefallen?



## 1.3 Körperphantasiereise:

**Ziel:** Sensibilisierung des Körperbewusstseins/ der Körperwahrnehmung. Versuch, Erinnerungen über das Körperbewusstsein aufzuspüren

**Dauer:** 1,5 Stunden

**Zielgruppe:** Die Durchführung der Phantasiereise in getrennter Gruppe ,  oder gemischter Gruppe  möglich. Die Auswertung sollte nur in getrennten Gruppen erfolgen

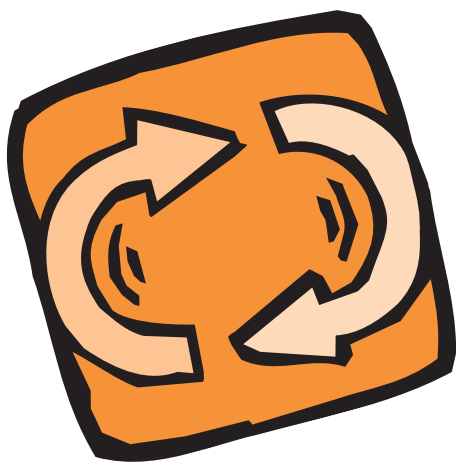
**Alter:** ab 14 Jahren

**Anzahl:** Richtet sich nach der Größe des Raumes

**Ort:** Ein genügend großer Raum, am besten mit Teppichboden. Wichtig: Ruhige Umgebung! Lautstarke Geräuschkulisse, Störungen durch andere, Telefonklingel etc. vermeiden

**Materialien:** Decken, Uhr

**Tipps:** Du solltest eigene Erfahrungen mit Phantasiereisen haben



### Durchführung:

Vor der Übung erkläre den Teilnehmern/innen genau den Ablauf und bitte sie dann, sich einen Platz im Raum zu suchen, alle störenden Gegenstände wie Brillen, Schuhe, gefüllte Hosentaschen zu beseitigen und sich auf den Rücken zu legen. Dann leite mit ruhiger Stimme die Übung an. Wenn Du auf die Gruppe achtest, wirst Du wahrnehmen, wie lange Du die Pausen machen musst.

„Lege Dich auf den Rücken und schließe die Augen. Atme ein und tief wieder aus (mehrmals wiederholen).

Lass die Gedanken durch Deinen Kopf ziehen, halte sie nicht fest, lass los.

Wenn Du Geräusche hörst, nimm sie wahr und kehre zu Dir zurück.

Wenn Du aufgeregt oder unruhig wirst, ist das in Ordnung, bleibe einfach bei Dir (ca. 30 Sekunden Zeit lassen).

Spüre, wie Dein Atem in Deinen Körper strömt ... und stelle Dir vor, dass Du durch den Beckenboden ausatmest (30 Sekunden). Nimm wahr, wie Du daliegst ... spüre den Kontakt Deines Körpers zum Boden. Spüre, wie der Boden Dich trägt (30 Sekunden).

Nimm Dein Gesicht wahr ... Deine Lippen ... Deine Zunge ... nimm wahr, wie Du Dein Kinn hältst. Was an diesem Gesicht hast Du besonders gern (1 Minute)?

Nimm nun Deinen Nacken wahr ... spüre Deinen Hals ... fühle Deine Schultern ... spüre deine Arme ... nimm Deine Hände, Deine Finger wahr (30 Sekunden).

Spüre Deine Brust ... Spüre Deinen Bauch, Deinen Unterleib. Was fühlst Du in diesem Bauch (30 Sekunden)?

Gehe nun in Gedanken langsam an Deiner Wirbelsäule entlang Deinen Rücken hinunter. Wo liegst Du auf dem Boden auf, wo nicht (30 Sekunden)?

Spüre Dein Becken ... achte auf Deinen Atem. Was hältst Du fest?... Spüre Deine Pobacken ... Dein Geschlecht (30 Sekunden).

Nimm Deine Oberschenkel wahr ... spüre Deine Knie ... fühle Deine Waden ... Nimm

Deine Füße wahr. Was für ein Gefühl hast Du für Deine Füße (30 Sekunden)?

Nun gehe noch einmal in Gedanken durch Deinen Körper. Welche Empfindungen nimmst Du wahr? Wo spürst Du Wärme, wo Kälte? Wo fühlst Du Kraft und Energien (1 Minute)?

Wo spürst Du Spannungen? Verstärke sie. Gehe ihnen in Gedanken nach. Welche Gefühle nimmst Du wahr? Woran erinnern sie Dich? Welche Bilder tauchen auf (2 Minuten)?

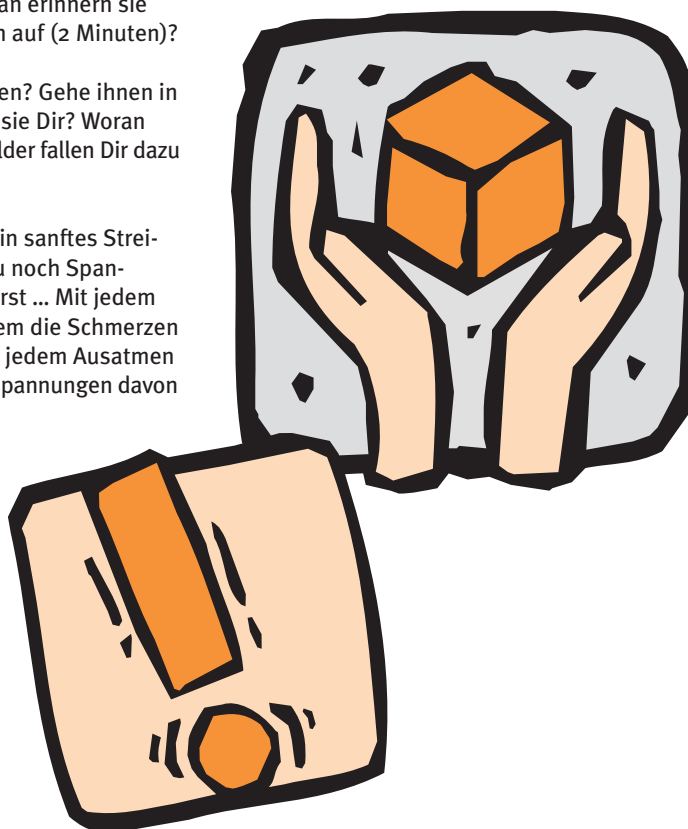
Wo empfindest Du Schmerzen? Gehe ihnen in Gedanken nach. Was sagen sie Dir? Woran erinnert Dich das? Welche Bilder fallen Dir dazu ein (1 Minute)?

Nun lass Deinen Atem wie ein sanftes Streicheln dorthin fließen, wo Du noch Spannungen und Schmerzen spürst ... Mit jedem Einatmen streichelt Dein Atem die Schmerzen und Spannungen weg ... Mit jedem Ausatmen fließen die Schmerzen und Spannungen davon ... und Du bist wohlig entspannt (1 Minute).

Nun komm langsam wieder in den Raum zurück. Nimm die Geräusche um Dich herum wahr. Öffne die Augen, sieh Dich um. Strecke und räkle Dich, wenn Du magst.“

## **Auswertung:**

Wenn die Körperreise mit einer gemischten Gruppe gemacht wurde, empfiehlt es sich, die Auswertung in geschlechtsgetrennten Gruppen anzugehen. Meist fällt es dann leichter, miteinander ins Gespräch zu kommen. Die Auswertung sollte einen Austausch zu den Erfahrungen während der Körperreise beinhalten.








## 1.4 Mein schönes Gesicht

**Ziel:** Das eigene Gesicht, mit dem wir uns immer anderen zeigen, in seiner Einmaligkeit wahrnehmen und annehmen lernen. Sich selbst Aufmerksamkeit schenken

**Dauer:** 1 Stunde

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen ,  oder gemischte Gruppe  möglich

**Alter:** Mädchen ab 14 Jahren, Jungen ab 16 Jahren

**Anzahl:** ab 4 – richtet sich nach der Größe des Raumes

**Ort:** Ein genügend großer Raum, am besten mit Teppichboden. Wichtig: Ruhige Umgebung

**Materialien:** Decken, Uhr

**Tipps:** Du solltest Erfahrung in der Anleitung von Phantasiereisen haben

### Durchführung:

Gebe der Gruppe folgende Anleitung:  
„Nimm eine für Dich bequeme, liegende Haltung ein, schließe die Augen. Atme ein und tief wieder aus (mehrmals wiederholen). Spüre den Atem durch Deinen Körper fließen (1 Minute).

Laß die Gedanken durch Deinen Kopf ziehen und halte sie nicht fest. Wenn Du Geräusche hörst, nimm sie wahr und kehre zu Dir zurück (30 Sekunden).

Geh jetzt in Gedanken von oben nach unten durch Deinen Körper: Wo Du Anspannungen spürst, verstärke sie und lasse sie dann los. Atme weiter tief und gleichmäßig (2 Minuten).

Du siehst vor Dir einen Spiegel ... Zuerst ist es nur ein flüchtiger Blick, dann wirst Du neugierig. Du willst Dich sehen ... ganz dicht am Spiegel – Du sitzt auf Deinem Stuhl davor und beugst Dein Gesicht zum Spiegel hin ... Du siehst Dich an (15 Sekunden).

Du bist erstaunt, Dich so zu sehen ... Deine Augen fragen, der Blick ist zweifelnd ... was willst Du? Wer bist Du, scheint er zu fragen ... Du willst Dich sehen, lang schaust Du in Deine Augen ... die Kontur verschwimmt ... Du schaust und schaust ... Dein Atem geht ruhig ein und aus ... ein und aus.

Die Nase fällt Dir auf ... nie sahst Du ihren Bogen so genau ... Du betrachtest Wangen, Stirn und Deinen Mund ... Dein Blick zieht wie ein Stift die Konturen nach ... Du fühlst Deinen Mund ... Du siehst Dein Kinn ... Dein Blick umwandert Dein Gesicht ... ganz langsam, fast in Zeitlupentempo ... Du nimmst Dir Zeit mit dem Erforschen Deines Gesichts (30 Sekunden).

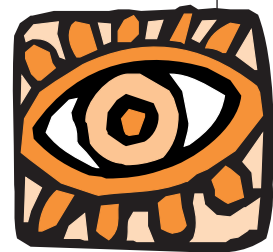
Dein Hals ... Dein Haar ... der Hals ist glatt ... Du siehst die Adern pochen ... Du bist ganz ruhig ... wie fühlst Du Dich auf Deiner Reise durch Dein Gesicht? ... Dein Ich ... Du bist ... Du bist Du ... (2 Minuten).

Kehre nun langsam wieder in diesen Raum zurück. Räkle Dich, atme tief durch und öffne wieder die Augen.“

(Anleitung entnommen aus: Else Müller: „Du spürst unter deinen Füßen das Gras“)




### Auswertung:

Wenn diese Übung mit einer gemischten Gruppe gemacht wurde, empfiehlt es sich, die Auswertung in geschlechtsgetrennten Gruppen anzugehen. Meist fällt es dann leichter, miteinander ins Gespräch zu kommen. Die Auswertung soll einen Austausch zu den Erfahrungen während der Übung beinhalten.



## 1.5 Körperumrisse

**Ziel:** Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper

**Zielgruppe:** Jugendliche in getrennten Gruppen ,  eventuell auch gemischte Gruppe  möglich

**Alter:** ab 12 Jahren

**Anzahl:** bis zu 20 Personen

**Dauer:** ca. 90 Minuten

**Ort:** Im Haus

**Materialien:** Packpapier und farbige Stifte

**Tipps:** Es kann sinnvoll sein, vor der individuellen Arbeit mit den Körperumrissen ein gemeinsames Brainstorming zu den zu bearbeitenden Fragestellungen zu machen

### Durchführung:

Die Jugendlichen bilden Zweiergruppen. Es wird großes Papier ausgelegt, auf das sich eine Jugendliche/ein Jugendlicher legt. Der Partner/die Partnerin zeichnet den Umriss nach. Danach wird gewechselt, so dass jede/jeder einen eigenen Körperumriss auf Papier hat. Nun werden mit Bildern oder Worten Gedanken, Phantasien etc. auf den eigenen Körperumriss gemalt oder der Körperumriss mit verschiedenen Farben bemalt (z.B. helle Farbe für „diese Teile mag ich“, dunkel für „das gefällt mir nicht“). Hilfreich kann es sein, Fragestellungen vorzugeben wie z. B.:

- Was mag ich?
- Was mag ich nicht?
- Was gefällt mir an mir?
- Wie möchte ich gern aussehen?
- Wie sah ich vor zwei Jahren aus?
- Was mögen andere an mir?



### Variation 1:

Die Jugendlichen sollen in ihre Körperumrisse jeweils eintragen:

„Was zieht mich an anderen Menschen an?“

„Was stößt mich bei anderen Menschen ab?“

Anschließend Vorstellung der Bilder und Gesprächsrunde.

### Variation 2:

»Meine Grenzen – Grenzenlos«

### Durchführung:

Die Jugendlichen fertigen sich jeder eine lebensgroße Figur auf Papier an, indem sie paarweise ihre eigenen Körperumrisse aufmalen.

a) In den Außenbereich des Umrisses schreiben sie nun Einfälle und Antworten auf die Fragen:

- Welche Tat von anderen verletzt mich?
- Was tut mir weh?

Darauf folgt nach der Vorstellung der Antworten ein Gespräch in der Gruppe.

b) Im Innenbereich der Umrisszeichnung wird nun ergänzt unter der Fragestellung:

- Wie schütze ich mich?
- Wie zeige ich den anderen, dass mir etwas nicht gefällt?
- Wie kann ich mir Hilfe und Unterstützung holen?

Wieder erfolgt nach der Vorstellung der Antworten eine Gesprächsrunde.

### Auswertung:

Als hilfreich und reglementierend für Zwischensprache hat sich erwiesen, vor der (zweiten) Gesprächsrunde die Arbeiten als Ausstellungsstücke an die Wand zu kleben und dann von Bild zu Bild die Jugendlichen ihre Figur vorstellen zu lassen. So ist deutlicher gewährleistet, wann die Aufmerksamkeit einem/einer Teilnehmer/in zukommt.

In den Auswertungsrunden ist das vergleichende Erzählen wichtig, wobei nicht nur die Abgrenzungen, sondern auch die Übereinstimmungen hervorgehoben werden sollten.



## 2. Gefühle

### 2.1 Sich gegenseitig Gefühle vorspielen

**Ziel:** Sich mit eigenen Gefühlen auseinandersetzen, aufmerksam werden für die Gefühle anderer

**Dauer:** ca. 20 Minuten

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen 👤, 👤 oder gemischte Gruppe 👤👤 möglich

**Alter:** ab 14 Jahren (evtl. auch jüngere Kinder: dann wird die Übung spielerischer)

**Anzahl:** die Gruppe muss sich zu Paaren zusammenschließen können

**Ort:** genügend Bewegungsfreiheit für die Paare

**Materialien:** ----

#### **Durchführung:**

Es bilden sich Paare. Jede Einzelne überlegt sich drei Gefühle. Diese spielt sie dem Gegenüber ohne Worte vor: Der Andere muss erraten, um welche Gefühle es sich handelt.

#### **Varianten:**

- Du gibst die Gefühle (z.B. auf Karten aufgeschrieben) vor.
- Die jeweiligen Partner/innen versuchen, das vorgespielte Gefühl zu erraten und spielen es dann ebenfalls. Die beiden müssen sich ohne Worte verständigen, ob sie dasselbe Gefühl meinen.

#### **Auswertung:**

- Wie hat mir die Übung gefallen?
- Ist es mir leicht/schwer gefallen, die Gefühle zu spielen/zu erraten?
- Ist mir etwas aufgefallen?

## 2.2 Gefühlssalat

**Ziel:** Gefühle und Empfindungen sollen in Erinnerung gerufen und ihre Intensität sichtbar gemacht werden

**Dauer:** ca. 3/4 Stunde bzw. solange es Spaß macht

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen 👤, 👤 oder gemischte Gruppe 👤👤 möglich

**Alter:** ab 13 Jahren

**Anzahl:** max. 8–10

**Ort:** ein Raum mit einer freigeräumten Fläche

**Materialien:** dicker Stift, mehrere Plakate

#### **Durchführung:**

Du schreibst auf jedes Plakat ein Gefühl (z.B. Angst, Mut, Ohnmacht, Zweifel, Freude, Ausgelassenheit, ...).

Du legst ein beschriftetes Plakat in die Mitte des Raumes. Die Einzelnen stellen, legen, setzen sich so nah oder weit zu dem Begriff, wie sie ihn bisher erlebt haben bzw. wie betroffen sie davon waren/sind. Nach jedem Begriff und der entsprechenden Haltung haben alle die Möglichkeit, ihren eingenommenen Platz zu kommentieren.

#### **Auswertung:**



Nach jedem gestellten Thema/Gefühl eine kurze Auswertung anschließen. Dabei können folgende Fragen hilfreich sein:

- Was ist mir aufgefallen?
- Was fiel mir schwer?
- Was möchte ich noch loswerden?

## 2.3 Skulpturenpark

**Ziel:** Gefühle, Empfindungen, Themen sollen mit dem Körper ausgedrückt und in Worte gekleidet werden. Ziel ist es, Worte durch eine Körperhaltung und eine Körperhaltung durch Sprache deutlich und sichtbar zu machen

**Dauer:** ½ bis 1 Stunde

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen ,  oder gemischte Gruppe

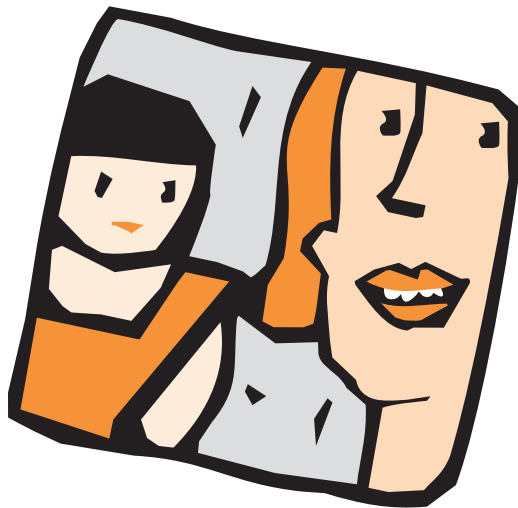
**Alter:** ab 16 Jahren

**Anzahl:** ab 8

**Ort:** eine ausreichend große, freie Fläche

**Materialien:** ---

**Tipps:** Die Übung kann sehr intensiv werden, besonders bei den negativen Gefühlen und Themen. Es kann nicht darum gehen, Einzelne zu überfordern! Auch stärkende Gefühle und Themen stellen lassen



### **Auswertung:**

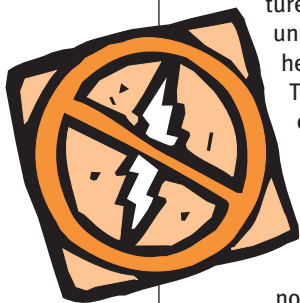
Eine kurze Runde machen, wie sich die Einzelnen bei dieser Übung gefühlt haben und was ihnen aufgefallen ist.

### **Durchführung:**

Die Gruppe teilt sich in zwei Untergruppen. Gruppe A stellt die lebenden Skulpturen dar. Sie laufen durch den Raum und auf ein Stichwort von Dir verleihen sie dem genannten Gefühl/Thema einen körperlichen Ausdruck. Das können z.B. sein: Gewalt, Angst, Verfolgung, Wut, sich wehren, Sicherheit, stark sein, Freude usw. Anschließend „frieren“ die Skulpturen ein, d.h. sie verharren in der eingenommenen Pose. Jede Skulptur gibt sich einen Titel und benennt ihn laut.

Gruppe B geht durch den Skulpturenpark, lässt die einzelnen Standbilder auf sich wirken und kann jeder Skulptur einen weiteren Titel geben.

Anschließend ist Rollentausch.










### 2.4 Meinen Gefühlen auf der Spur

**Ziel:** Vielfältige Gefühle sollen mit dem Körper ausgedrückt werden, um sich der Gefühle bewusst zu werden, sich zu erinnern, den Gefühlen nachzuspüren

**Dauer:** 1 Stunde

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen ,  oder gemischte Gruppe  möglich, wenn ein hohes Maß an Rücksichtnahme und Vertrauen herrscht

**Alter:** ab 14 Jahren (auch sehr gut geeignet für Kindergruppen)

**Anzahl:** für Klein- und Großgruppe geeignet

**Ort:** ein genügend großer, leerer und ungestörter Raum

**Materialien:** ----

#### **Durchführung:**

Bei dieser Übung betone, dass nicht gesprochen werden soll. Sorge dafür, dass keine Störungen von außen möglich sind! Bei dieser Übung wird sich viel bewegt.

Du kannst folgenden Text als Anleitung verwenden:

„Verteilt Euch gleichmäßig im Raum!  
Geh' in Deinem Tempo, in Deinem Rhythmus ...!  
Jetzt gehe behäbig ... werde schneller, noch schneller!  
Gehe mit der Geschwindigkeit, die Du halten kannst!

Gehe kreuz und quer durch den Raum, nutze auch die Raumecken ... Gehe vorwärts ... gehe rückwärts ... schaue auch beim Rückwärtsgehen nach vorne ... gehe seitwärts! ...

Probiere verschiedene Gehrichtungen aus!  
Verändere Dein Tempo! ... Nutze jetzt verschiedene Gangarten:

Hüpfen ... Schleichen ... Schreiten ... Kriechen ... Stolpern ... Rennen.

Laufe jetzt wieder in Deinem Tempo und in Deinem Rhythmus durch den Raum und nimm wahr, welche Bilder, Erinnerungen, Empfindungen im nächsten Teil der Übung auftauchen.“

Nach den folgenden Anweisungen lasse genügend Zeit, damit die Teilnehmer/innen sich wirklich in das Gefühl hineinbegeben können.

„Versuche mit Deinem Gang, mit Deinem ganzen Körper auszudrücken:

- Du langweilst Dich.
- Du freust Dich ganz riesig über etwas.
- Du fühlst Dich schwach und krank.
- Du bist ängstlich.
- Du bist in Stress/in Eile.
- Du bist wütend.
- Jemand hat Dir gesagt, dass Du leise sein musst.
- Du bist schuldbewusst.
- Du gehst nachts durchs Dunkle ... (Pause) ... Du wirst verfolgt.
- Du fühlst Dich stark“.

Die Auflistung kann beliebig ergänzt oder gekürzt werden.

Es ist sinnvoll, nach jedem Gefühl die Anweisung zu geben, z. B.:

„und nun schüttelst Du die Langeweile ab“ und dies auch wirklich körperlich ausführen zu lassen, indem die Teilnehmer/innen Arme, Beine und den ganzen Körper ausschütteln.

#### **Auswertung:**

In Kleingruppen.




Folgende Fragen können hilfreich sein:

- Was hat mir Spaß gemacht?
- Welche Bilder, welche Erinnerungen sind mir wiedergekommen?
- Was ist mir schwergefallen?
- Wie geht es mir jetzt?

## 2.5 Assoziatives Schreiben

**Ziel:** Mit Hilfe des Schreibens – einer vertrauten Methode – sollen die Teilnehmer/innen dazu angeregt werden, ihre eigenen Bilder und Assoziationen zu entdecken

**Dauer:** 1–2 Stunden

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen ,  oder gemischte Gruppe  möglich

**Alter:** ab 14 Jahren

**Anzahl:** 4–8

**Ort:** beliebig

**Materialien:** Papier und Bleistift, Streichholzschachtel oder kleiner Ball

### Durchführung:

Eine Streichholzschachtel (kleiner Ball) wird mit einem spontan gesagten Wort – z.B. „Fenster“ – jemandem in der Runde zugeworfen. Der Fänger sagt ein Wort, was ihm daraufhin einfällt, z.B. „Licht“ und wirft weiter: So entsteht eine Wortkette.

Nach diesem mündlichen Spiel zum Anwärmen soll jetzt das gleiche schriftlich gemacht werden, das ist assoziatives Schreiben.

Jeder bekommt ein Blatt Papier und einen Stift, schreibt das genannte Wort, das Du vorgibst oder worauf sich die Gruppe einigt, darauf und kann dann für sich loslegen.

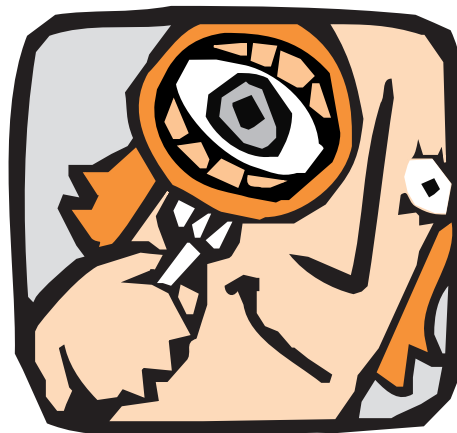
Es geht dabei nicht um vollständige Sätze, sondern um das Festhalten von spontanen Einfällen.

Folgendes ist dabei wichtig:

- schnell und spontan schreiben, ohne nachzudenken
- nicht Sätze sind das Ziel, sondern möglichst viele, unterschiedliche Gedankenketzen

Für das vorgegebene Wort eignen sich besonders mehrdeutige Worte, die sowohl Oberfläche als auch Tiefe ermöglichen. Zum Themenbereich „Gefühle“ passen z. B. fol-

gende Worte: freihändig, Haut, fremd, atemlos, glitschig, ängstlich, stark ...



### Auswertung:

Das assoziative Schreiben lebt davon, dass die Produkte anschließend auch vorgelesen werden. Allerdings soll niemand dazu gezwungen werden. Das Vorgelesene wird nicht bewertet. Ein Austausch über die unterschiedlichen Wahrnehmungen und Empfindungen ist dagegen wünschenswert.






## 3. Grenzen

### 3.1 Nähe und Distanz

**Ziel:** Eigene und fremde (unsichtbare) Grenzen erspüren und achten

**Dauer:** ca. 20–30 Minuten

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen ,  oder gemischte Gruppe  möglich

**Alter:** ab 16 Jahren

**Anzahl:** Zweiergruppen (nicht mehr als 8)

**Ort:** Der Raum muss groß genug sein, dass sich die Paare in 4 bis 5 m Abstand gegenüberstehen können

**Materialien:** ----



#### **Durchführung:**

Die Gruppe teilt sich in Paare auf, die sich jeweils in 4 bis 5 m Abstand mit den Gesichtern zueinander aufstellen. Wichtig ist, dass während der ganzen Übung nicht gesprochen werden soll.

Vor der Übung erklärst Du, worum es geht: „Ihr habt jetzt gleich die Gelegenheit, Euch Eurer Grenzen bewusster zu werden und die Grenzen Eurer Partnerin oder Eures Partners zu erspüren. Ihr steht Euch jetzt mit Abstand gegenüber. Macht Euch diesen Abstand bewusst und spürt nach, wie Ihr ihn empfindet.“

#### **1. Schritt:**

Diejenigen, die auf der linken Seite stehen, gehen jetzt langsam auf den Partner oder die Partnerin zu. Nur über Blickkontakt verständigt Ihr Euch, wie weit Du herankommen darfst. Probiere den Abstand aus, gehe evtl. einen Schritt vor oder zurück. Wenn Du den richtigen Abstand gefunden hast, bleib stehen und spürt beide der Situation nach.

#### **2. Schritt:**

Stellt Euch zurück in die Ausgangsposition. Jetzt gehen diejenigen, die auf der rechten Seite stehen, auf ihr Gegenüber zu. Wiederhole die Anweisung vom ersten Schritt.

#### **3. Schritt:**

Stellt Euch zurück in die Ausgangsposition. Jetzt geht beide aufeinander zu und versucht, Euch ohne sprechen, Geräusche und ohne Gestik zu verständigen, wie nah Ihr einander kommen wollt. Wenn Ihr den Abstand gefunden habt, bleibt einen Moment in dieser Position. Tauscht Euch über die Übung aus.“

#### **Auswertung (paarweise):**

Leitfragen können sein:

- Wie habe ich mich während der Übung gefühlt?
- Gab es eine Situation, die mir unangenehm/angenehm war?
- Wie habe ich Signale ausgesendet?
- Welche Signale hat mein/e Partner/in ausgesendet?
- Habe ich etwas Neues (über mich) erfahren?

Nach der Auswertung der Paare kann noch ein Gruppengespräch erfolgen, ist aber nicht unbedingt nötig.

In einer gemischten Gruppe kannst Du auch nachfragen, ob es Unterschiede im Verhalten und bei den persönlichen Grenzen von Frauen und Männern gab. Deine Beobachtungen dazu kannst Du in den Auswertungsprozess einbringen.

## 3.2 Feind/in oder Freund/in?

**Ziel:** Mit dieser Übung soll deutlich werden, wie Gefühle und Körperhaltungen von Erwartungen beeinflusst werden. Wichtig sind dabei auch die Zusammenhänge zwischen Gefühl und Haltung.

**Dauer:** 1 bis 1 ½ Stunden

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen 🧑, 🧑

**Alter:** ab 14 Jahren

**Anzahl:** 8–20

**Ort:** ein genügend großer, leerer Raum, Verletzungsquellen beseitigen

**Materialien:** Uhr

**Tipps:** Es können heftige Gefühle auftauchen, daher solltest Du Erfahrung mit Gruppenübungen haben

### Durchführung:

Alle suchen sich einen Platz im Raum (ggfs. Schuhe ausziehen) und schließen die Augen.

Du kannst folgenden Text als Anleitung verwenden:

„Bei dieser Übung geht es darum zu erkennen, wie Dich Deine Erwartungen körperlich beeinflussen. Achte auch auf Zusammenhänge zwischen Deiner Körperhaltung und Deinem Gefühl.

Schließe die Augen und gehe langsam und schweigend durch den Raum ... (15 Sekunden).

Stelle dir nun vor, dass alle Anderen Deine Feindinnen/Deine Feinde sind. Versuche, Berührungen unbedingt zu vermeiden. Falls Du doch an jemanden stößt, suche sofort das Weite ...

Spüre, wie sich Dein Körper anfühlt. Welche Körperhaltung hast Du? Wo bist Du verspannt? Wie fühlst Du Dich? Gehe weiter so durch den Raum (2–3 Minuten).

Nun stelle Dir vor, dass Dir die Anderen gleichgültig sind. Wie die Wand. Wenn Du jemanden berührst, macht es nichts, es ist Dir egal, Du gehst weiter ... Achte darauf, wie Dein Körper sich jetzt anfühlt, wie Du Dich fühlst (etwa 2–3 Minuten).

Jetzt stelle Dir vor, dass alle anderen Deine Freundinnen/Deine Freunde sind. Du freust Dich, wenn Du jemanden triffst. Du begrüßt sie/ihn, zeigst ihr/ihm Deine Freude. Du verabschiedest Dich aber auch wieder ... Wie fühlt sich Dein Körper, Dein Gesicht jetzt an? Wie fühlst Du Dich? Was hat sich alles verändert (2–3 Minuten)?

Bleibe nun stehen, recke und strecke Dich und öffne wieder die Augen.



### Auswertung:

In Kleingruppen Austausch über die gemachten Erfahrungen.




Erinnere die Teilnehmer/innen, dass sie auf Deine Anweisung und damit auf eine Erwartung, ein Vorurteil reagiert haben. Sie haben in der Regel nicht auf die Erfahrung reagiert, dass ihr Gegenüber real ein Freund oder eine Feindin ist.



## 3.3 Meine Grenzen

**Ziel:** Erkennen, wie viel Raum jeder Mensch braucht, um sich wohl zu fühlen und sich entfalten zu können. Individuelle Grenzen und Begrenzungen kennen lernen und ihre Bedeutung für das persönliche Wohlbefinden entdecken

**Dauer:** 1–1 ½ Stunden

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen ,  oder gemischte Gruppe  möglich, wenn ein hohes Maß an Rücksichtnahme und Vertrauen herrscht

**Alter:** ab 16 Jahren

**Anzahl:** für Klein- und Großgruppen geeignet

**Ort:** ein genügend großer, leerer und ungestörter Raum

**Materialien:** Tücher, Decken, Bänder oder Schnüre

### Durchführung:

Weise die Teilnehmer/innen bei dieser Übung darauf hin, dass nicht gesprochen werden soll. Sorge auch dafür, dass es nicht zu Störungen von außen kommt! Du kannst folgenden Text als Anleitung verwenden:

„Verteilt Euch gleichmäßig im Raum ... Gehe langsam durch den Raum und nutze alle Richtungen ... Achte auf Dich und Deine Atmung, ohne die Anderen zu behindern ...

Lass nach den folgenden Anweisungen genügend Zeit, damit die Teilnehmer/innen die Gangart wirklich ausprobieren können.

Werde jetzt schneller ... noch schneller ... noch schneller ... Gehe jetzt mit der Geschwindigkeit, die Dir angenehm ist ... Gehe jetzt kreuz und quer durch den Raum, nutze auch die Raumecken ... Laufe im Kreis ... Gehe vorwärts ... Gehe seitwärts ... Gehe rückwärts ... Schau auch beim Rückwärtsgehen nach vorne ... Probiere verschiedene Gehrichtungen aus ... Verändere Dein Tempo ... Nutze jetzt verschie-

dene Gangarten: hüpfen ... schleichen ... humpeln ... schreiten ... rennen ... kriechen ... stolpern ... Riesenschritte mit ausladenden Armbewegungen ... Winzlingsschritte mit ganz kleinen Armbewegungen.

Bleibe jetzt stehen und stelle Dich so, dass Du genügend Platz um Dich herum hast ... Schließe die Augen, achte auf Deine Atmung und konzentriere dich darauf, wie Du stehst ... stehst Du mit beiden Beinen auf dem Boden? ... suche Dir eine Haltung, in der Du gut stehst ... spüre, wie Deine Füße in den Boden wachsen ... Du stehst ganz fest und sicher ... Dein Körper wächst dem Himmel entgegen ... Du stehst ganz ruhig und aufgerichtet ... spüre, wie viel Raum um Dich ist ...

Öffne Deine Augen, schau Dich um ... nimm wahr, wer noch im Raum ist und rückt jetzt ganz eng zusammen ... gerade so, dass Ihr Euch noch nicht berührt ... schließe wieder die Augen und spüre, wie Du jetzt da stehst ... was hat sich verändert ... spürst Du die Anderen um Dich herum ... ist Dir das angenehm ... hast Du genügend Platz? ... Öffne wieder die Augen und stell' Dich so in den Raum, dass Du genügend Platz hast – Du kannst Dir dazu Tücher, Decken, Bänder nehmen, um Deinen Raum abzugrenzen.

Kennzeichne Deinen Raum, nimm Dir soviel Raum, wie Du brauchst ... Laufe um Deinen abgegrenzten Raum herum ... Stell' Dich in Deinen abgegrenzten Raum und spüre nach, ob Du Dich so wohlfühlen kannst ... Verabschiede Dich von Deinem Platz ... lege die Tücher weg und laufe noch einmal durch den Raum.

Zum Abschluss setzt euch in einen Kreis mit dem Gesicht nach außen – rückt ganz eng zusammen, damit Ihr Euch einhaken könnt und versucht dann gemeinsam aufzustehen.“

### Auswertung:




Die Auswertung geschieht in Kleingruppen. Folgende Fragen können dabei hilfreich sein:

- Wie bin ich mit meinen persönlichen Grenzen umgegangen?
- Was ist mir aufgefallen? Was davon kann auf den (persönlichen) Alltag hin übertragen werden?

## 3.4 Ich achte Deine Grenzen

**Ziel:** Sich der Verletzlichkeit der eigenen Grenzen bewusst werden

**Dauer:** 1 Stunde

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen   oder gemischte Gruppe  möglich

**Alter:** ab 14 Jahren

**Anzahl:** 8–14

**Ort:** Ein genügend großer, leerer Raum (Teppichboden günstig)

**Materialien:** Decken

**Tipps:** Die Einzelnen in der Gruppe müssen für diese Übung Rücksichtnahme und Verantwortungsbewusstsein erkennen lassen

### 3. Schritt:

Das Tempo wird jetzt noch mehr beschleunigt, und der liegende Körper darf auch übersprungen werden. (Achtung: Es darf nur so schnell gesprungen und gelaufen werden, dass die am Boden liegende Person nicht verletzt wird!).

### 4. Schritt:

Zum Abschluss werden die Körperumrisse noch einmal ganz langsam und vorsichtig umrundet. Anschließend ist Rollentausch.

### Auswertung:

Erst die Paare, anschließend kurzer Austausch in der Großgruppe.

Folgende Fragen können dabei hilfreich sein:

- Wie ging es mir in den verschiedenen Rollen?
- Kenne ich andere Situationen, die mit der aus der Übung vergleichbar sind?
- Wann hatte ich mich sicher gefühlt?
- Was brauche ich für meine Sicherheit/ meinen Schutz?

### Durchführung:

Die Gruppe teilt sich in Paare auf. Die eine Person legt sich mit gespreizten Beinen und ausgestreckten Armen und offenen Augen auf den Rücken, die andere steht an ihrem Kopfende. Bitte genügend Platz zu den Nachbarn/innen lassen:



#### 1. Schritt:

Die stehende Person läuft nun barfuß ganz langsam die Körperumrisse der Liegenden ab, wobei sie versucht, so nah wie möglich am Körper dran zu bleiben, ohne ihn jedoch zu berühren. Der erste Schritt der Übung ist beendet, wenn sie wieder am Kopfende angelangt ist.

#### 2. Schritt:

Die stehende Person läuft jetzt sehr zügig mehrmals die Körperumrisse ab!






## B: Selbstbehauptungsübungen

### 1. Sich aus dem Gleichgewicht bringen

**Ziel:** Hier geht's um Kräfteressen. Mit wie viel Kraft und List kann ich eine Gegnerin/einen Gegner aus dem Gleichgewicht bringen?

**Dauer:** 10 Minuten

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen ,  oder gemischte Gruppe  möglich

**Alter:** ab 14 Jahren (auch für jüngere, besonders Mädchengruppen)

**Anzahl:** Die Gruppe muss sich zu Paaren zusammenschließen können

**Ort:** rutschfester Fußboden

**Materialien:** ----

**Tipps:** Kann gut als Auflockerungsübung für zwischendurch genommen werden

#### **Durchführung:**

Du forderst die Gruppe auf, Paare zu bilden. Jedes Paar stellt sich Rücken an Rücken und versucht, sich gegenseitig über eine gedachte Linie zu drücken. (Du kannst auch eine Linie mit Tesakrepp oder Kreide markieren). Anschließend finden sich neue Paare, die ihr Glück versuchen.




#### **Auswertung:**

- Waren immer nur Kraft und Größe ausschlaggebend?
- Habe ich meine ganze Kraft eingesetzt, oder habe ich mich zurückgehalten?
- Gab es „unfaire“ Methoden?
- Wann habe ich das letzte Mal mit jemandem körperlich gerangelt?

### 2. Losreißen

**Ziel:** Erleben, dass ich stark bin und dass mir die Anteilnahme anderer helfen kann

**Dauer:** je Teilnehmer/in 2 bis 5 Minuten

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen ,  oder gemischte Gruppe  möglich

**Alter:** ab 14 Jahren (evtl. jünger)

**Anzahl:** mindestens 10

**Ort:** Ein genügend großer Raum, möglichst mit Teppichboden und ohne sperrige Möbel wie Stühle und Tische (Verletzungsgefahr)

**Materialien:** ----

#### **Durchführung:**

Die Teilnehmer/innen stellen sich im Kreis auf. Zwei stehen in der Mitte und halten eine dritte Teilnehmerin fest. Diese versucht, sich unter der starken Anfeuerung durch die außen im Kreis Stehenden loszureißen. Wichtig ist, dass die beiden Festhaltenden nicht zu fest und nicht zu schwach festhalten, damit der „sich Losreißende“ eine Chance hat, zu erleben, wie sich die „Befreiung“ anfühlt und welche Kraft ihm die Hilfe der Umstehenden gibt. Vorsicht: Verletzungsgefahr durch plötzliches Losreißen usw.




#### **Auswertung:**

- In die Auswertung sollte jeweils sowohl der/die „sich Losreißende“ als auch der/die „Festhalter/innen“ mit einbezogen werden. Leitfragen können sein:
- Wie habe ich mich gefühlt?
  - Hat mir die Anfeuerung durch die Anderen geholfen?
  - Was habe ich getan, um mich loszureißen bzw. um festzuhalten?
  - Wie haben die Umstehenden die Situation erlebt?
  - In welcher Rolle habe ich mich wohler gefühlt?
  - Erinnerst mich die Übung an Situationen, die ich kenne?

## 3. JA – NEIN

**Ziel:** Laut sein üben. Durch Lautstärke, Gestik und Mimik, „Ja“ und „Nein“ Ausdruck verleihen und nachspüren, wie es ist, auf ein Wort festgelegt zu sein

**Dauer:** 10 Minuten

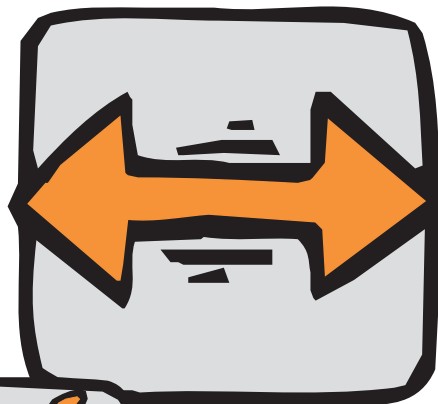
**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen ,  oder gemischte Gruppe  möglich

**Alter:** ab 14 Jahren

**Anzahl:** ab 8

**Ort:** ein ungestörter Raum

**Materialien:** ----



### Durchführung:

Es bilden sich zwei gleichgroße Gruppen, die sich in zwei Reihen möglichst weit voneinander entfernt aufstellen. Die gegenüberstehenden bilden Paare.

- Gruppe A flüstert, schreit, brüllt das Wort JA und macht dazu entsprechende Gesten und Mimik.
- Gruppe B flüstert, schreit, brüllt das Wort NEIN und macht dazu entsprechende Mimik und Gesten.
- Langsam bewegen sich die Gruppen aufeinander zu, wobei jede bei ihrem Wort bleiben muss. Jedes Paar entscheidet, wann sie sich wieder auf die Ausgangsposition zurückziehen.
- Anschließend wechseln die Gruppen ihre Worte und gehen noch einmal aufeinander zu und entfernen sich dann wieder.

### Auswertung:

- Was war leichter, das „JA“-Sagen oder das „NEIN“-Sagen?
- Was ist mir an mir aufgefallen – was an meiner Partnerin, meinem Partner?
- Welche Gedanken, Gefühle, Situationen sind mir in den Sinn gekommen?








### 4. Lass mich vorbei

**Ziel:** Ein Ziel verfolgen und sich durchsetzen

**Dauer:** 10 Minuten

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen ,  oder gemischte Gruppe  möglich. (siehe Tipps)

**Alter:** ab 14 Jahren

**Anzahl:** ab 10 Personen

**Ort:** genügend großer, leerer Raum

**Materialien:** ---

**Tipps:** Wenn diese Übung in einer gemischten Gruppe durchgeführt wird, ist bei der Auswertung auf geschlechtsspezifische Verhaltensweisen einzugehen und die Gruppenmitglieder sollten 16 Jahre und älter sein



#### **Durchführung:**

Es bilden sich zwei gleichgroße Gruppen, die sich weit voneinander entfernt gegenüberstehen.

Auf ein Zeichen hin versucht jede Gruppe, auf die andere Seite des Raumes zu gelangen. Die jeweils andere Gruppe versucht, das zu verhindern. Jede macht ihrem Anliegen lautstark Luft, indem sie den Satz „Lass mich vorbei“ wiederholt. Es darf niemand verletzt werden. (Je nach Gruppe musst Du darauf achten, dass die Übung nicht ausartet!)

#### **Variation:**

Probier' die Übung, wenn Du eine gemischte Gruppe anleitest, auch mal so aus, dass eine weibliche Gruppe einer männlichen Gruppe gegenübersteht. Was verändert sich dadurch?



#### **Auswertung:**

Bei gemischten Gruppen empfiehlt es sich, die Auswertung erst in geschlechtshomogenen Gruppen anzugehen, bevor sich die Gesamtgruppe über die Übung austauscht.

Folgende Fragen können hilfreich sein:

- Wie ging es mir bei der Übung?
- Welche Tricks und Kniffe wurden angewendet?
- Was ist mir aufgefallen – an mir selbst, an anderen?
- Gab es Bündnispartner/innen?
- Habe ich so etwas schon in meinem Alltag erlebt?

## 5. Positiv Feedback

**Ziel:** Das Selbstbewusstsein jedes Einzelnen fördern

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen 👤, 👥 oder gemischte Gruppe 👤👥 möglich

**Alter:** ab 16 Jahren

**Anzahl:** 4–10

**Dauer:** 1–1 ½ Stunden

**Ort:** beliebig

**Materialien:** Plakate, Kreppband, Stifte

**Tipps:** Die Gruppe muss sich schon längere Zeit kennen. Diese Übung eignet sich auch für das Ende eines Kurses

### **Durchführung:**

Jeder bekommt ein Plakat, schreibt seinen Namen darauf und klebt sich das Plakat auf den Rücken. Jetzt hat jede die Aufgabe, den anderen etwas Positives auf ihr Plakat zu schreiben. Es sollen ausschließlich positive Aspekte sein, die einem bei der anderen Person auffallen. Es muss nicht auf jedes Plakat etwas geschrieben werden, aber das, was geschrieben wird, muss auch ehrlich gemeint sein.

Wenn alle Plakate beschrieben wurden, setzt sich die Gruppe wieder zusammen und jeder kann sich erst einmal mit seinem eigenen Plakat beschäftigen. Zum Abschluss liest jede ihr Plakat der Gruppe vor – und zwar in der Ich-Form. Zum Beispiel: „Ich kann sehr gut zuhören“ statt „Du kannst sehr gut zuhören“.

### **Auswertung:**

Dinge, die Einzelnen wichtig sind, werden meistens schon beim Vorlesen der Plakate genannt.





## C: Methoden zum Thema sexuelle Gewalt

### 1. Grabbelsack

**Ziel:** Auseinandersetzung mit verschiedenen Aspekten zum Themenbereich Freundschaft – Liebe – Sexualität (Schwerpunkt Sexualpädagogik)

**Zielgruppe:** Jugendliche in getrennten Gruppen 👤, 👤, eventuell auch in gemischter Gruppe 👤👤 möglich

**Alter:** ab 12 Jahren

**Anzahl:** bis zu 15 Personen

**Dauer:** ca. 60 Minuten

**Ort:** Im Haus

**Materialien:** Fotos, diverse Gegenstände, die Assoziationen zum Thema fördern

**Tipps:** Je nach der Auswahl der Gegenstände kann die Zielrichtung des Gespräches variiert werden, z.B. durch Anbieten von verschiedenen Verhütungsmitteln, Zeitungsausschnitten, Fotos etc.

#### **Durchführung:**

Verschiedene Materialien mit Bezug zu den Themen „Liebe – Freundschaft – Sexualität“ werden in einen Beutel oder unter ein Tuch gelegt. Die Jugendlichen ziehen einzeln einen Gegenstand, beschreiben diesen und assoziieren dazu. Anschließend kann die Gruppe mit einbezogen werden.

**Eine Variante:** Die Gegenstände offen auslegen und die Jugendlichen wählen lassen, zu welchem sie erzählen möchten.

#### **Auswertung:**

Fragen dazu können sein:

- Bei welchen Gegenständen fiel es mir leicht oder schwer, etwas darüber zu sagen? Warum?
- Welche Informationen waren neu für mich?
- Welche Fragen habe ich noch? Worüber würde ich gerne weiter reden?

### 2. Liebeshaus

**Ziel:** In dieser Übung geht es darum, eigene Wünsche und Vorstellungen zu den Themen „Liebe und Partnerschaft“ zu sammeln und deren Bewertung zu reflektieren (Schwerpunkt Sexualpädagogik)

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen 👤, 👤 oder gemischte Gruppe 👤👤 möglich

**Alter:** ab 12

**Anzahl:** bis 20 Personen

**Dauer:** 60–90 Minuten

**Ort:** Im Haus

**Materialien:** Karteikarten, Stifte, Tesafilm

**Tipps:** Interessant kann es auch sein, geschlechtshomogene Mädchen- und Jungengruppen bauen zu lassen und die „Liebeshäuser“ unter geschlechtsreflektierendem Blickwinkel zu vergleichen

#### **Durchführung:**




Die Gesamtgruppe wird in Kleingruppen zu jeweils 4–6 Jugendlichen aufgeteilt. Die Übung kann in geschlechtshomogenen Gruppen durchgeführt werden. Dann baut jeweils eine Kleingruppe ein Haus: In den Gruppen sollen Begriffe zu den Themen „Liebe und Partnerschaft“ gesammelt und auf die Papierkarten geschrieben werden. Danach wird aus den Karten ein Haus gebaut. Die Gruppe entscheidet dabei, wo die einzelnen Karten platziert werden sollen; kommt z.B. die „Treue“ ins Fundament, das „Geld“ in den Garten, „Aussehen“ eher an den Rand ...?

#### **Auswertung:**

Nach dem Bau der Liebeshäuser werden diese in der Gesamtgruppe ausgestellt und ggf. können die Konstrukteurinnen/Konstrukteure dazu befragt werden.

## 3. „Was du schon immer über Sex wissen wolltest“

**Ziel:** Den Jugendlichen sollen Informationen vermittelt werden. Sie sollen erfahren, dass man auch über Sexualität und Partnerschaft offen reden kann, ohne die Intimsphäre Einzelner zu verletzen (Schwerpunkt Sexualpädagogik)

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen , , eventuell auch in gemischter Gruppe  möglich

**Alter:** ab 12 Jahren

**Anzahl:** bis zu 20 Personen

**Dauer:** ca. 60–90 Minuten

**Ort:** Im Haus

**Materialien:** Geschlossene Sammelbox, Papier und Stifte

**Tipps:** Bei längeren Veranstaltungen (z.B. Wochenendfahrt) kann die Sammelbox auch schon zu Beginn aufgestellt werden, die Fragen werden dann über den Zeitraum gesammelt und gegen Ende wird die Box geöffnet und die Fragen besprochen. Hilfreich ist es, unterschiedliche Materialien (Verhütungskoffer, Literatur, Broschüren u.ä.) zur Information/Beantwortung der Fragen dabei zu haben

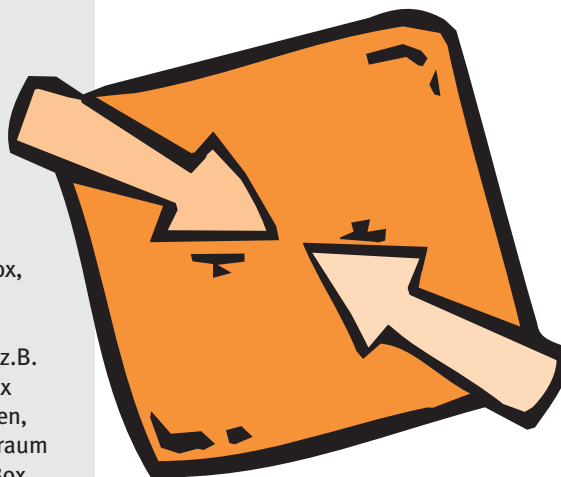
### Durchführung:

#### Vorbereitung:

Im Raum wird ein schön gestalteter Karton, der zugeklebt ist und nicht geöffnet werden kann, aufgestellt.

#### Intention:

1. Phase: Die Jugendlichen werden aufgefordert, ihre Fragen und alles, was sie schon immer über Sex wissen wollten, aufzuschreiben und diese in den Briefkasten zu werfen. Sie können Informationsfragen stellen, aber






auch Situationen schildern, in denen sie nicht mehr weiter wussten. Wichtig ist es, die Jugendlichen darauf aufmerksam zu machen, dass sie hier die Möglichkeit haben, anonyme Fragen zu stellen.

2. Phase: Der Briefkasten wird entleert und die Fragen werden in die Mitte gelegt. Nun kann jede/jeder, die/der möchte, eine Frage ziehen und diese laut vorlesen. Er/sie kann Einzelne konkret ansprechen, aber auch die Fragen in die Gruppe zur Beantwortung geben. Diese Übung erfordert Geschick und Sensibilität in der Moderation. Es soll Spaß machen, aber keine/keiner soll aufgrund einer Frage ausgelacht werden. (Auch wenn die Fragen anonym gestellt worden sind, weiß die/der betroffene Jugendliche, dass die Frage von ihr/ihm ist.)



## 4. Von Tussis und Bürschchen

**Ziel:** Reflexion zum Sprachgebrauch (Schwerpunkt Sprache)

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen ,  oder gemischte Gruppe  möglich

**Alter:** ab 10 Jahren

**Anzahl:** bis zu 20 Personen

**Dauer:** ca. 30 Minuten

**Ort:** beliebig

**Materialien:** Papier oder Kärtchen, Stifte

### **Durchführung:**

Jede/jeder bekommt eine Liste, auf der alle Begriffe und Bezeichnungen für „Mann“ und „Frau“ notiert werden sollen, die spontan einfallen. Anschließend werden die gefundenen Bezeichnungen in positive und negative eingeteilt. Dies geschieht mit Hilfe einer Werteskala oder durch die Vergabe von Plus- und Minuszeichen.

**Variation:** Sammeln und Beurteilen von Bezeichnungen für weibliche/männliche Geschlechtsteile.

### **Auswertung:**




In einem Schlussgespräch kann über folgende Fragen gesprochen werden:

- Welche Begriffe verwende ich?
- Welche Begriffe verwende ich nie? Warum nicht?
- Welche Begriffe reduzieren Menschen auf Funktionen?
- Gibt es Bezeichnungen, die „mir einfach nie über die Lippen kommen“?
- Stellt euch vor, wie die Menschen wohl aussehen, für die die Begriffe zutreffend sind, wie sie sich verhalten, wie ihr Charakter ist?
- Was sagt die Verwendung einzelner Bezeichnungen über die Verwenderin/den Verwender der Bezeichnung aus?

## 5. Sexismus in der Werbung

**Ziel:** Auseinandersetzung mit den Botschaften, die uns die Werbeindustrie über die Rollenzuschreibung insbesondere im Bereich Sexualität vermittelt. Besonders soll die Ungleichheit von Frauen- und Männerbildern und ihrer sexuellen Ausrichtung erkannt werden (Schwerpunkt Sprache)

**Dauer:** ca. 2 Stunden

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen ,  oder gemischte Gruppe  möglich

**Alter:** Ab 14 Jahren

**Anzahl:** ab 3 Personen

**Ort:** zwei Räume bei gemischten Gruppen, großer Tisch oder Platz auf dem Boden

**Materialien:** aktuelle Zeitschriften verschiedener Sparten, Plakate, Scheren, Kleber, Stifte

**Tipps:** Achtet darauf, dass nicht Zeitschriften gelesen werden, sonst zieht sich die Einheit endlos, sondern Bilder und Textpassagen gesucht werden

### **Durchführung:**

Die Gruppe wird, soweit es sich nicht um eine Frauen- bzw. Männer-Gruppe handelt, geschlechtshomogen geteilt. Beide Gruppen erhalten den Auftrag, je zwei Collagen unter den Titeln „sexuelle Botschaften von Frauen in der Werbung“ bzw. „sexuelle Botschaften von Männern in der Werbung“ zu erstellen. Diese werden dann ausgewertet bzw. sich gegenseitig vorgestellt.

### **Auswertung:**




Folgende Fragen könnten zur Auswertung behilflich sein:

- Was spricht mich an – was stößt mich ab?
- Welche Botschaft kenne ich aus meinem Leben?
- Welche Unterschiede gibt es zwischen Frauen- und Männercollagen?
- Gibt es versteckte oder offene Andeutungen in Richtung Gewalt oder Herrschaft in den Bildern?

## 6. Ist-Überschrift – Wunsch-Überschrift

**Ziel:** Die gesellschaftliche Realität des Vorhandenseins sexueller Gewalt in verschiedensten Bereichen benennen und bewerten. Visionen formulieren, die Zielperspektiven einer Arbeit zum Thema sein können

**Dauer:** 60–90 Minuten

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen ,  oder gemischte Gruppe  möglich

**Alter:** ab 16 Jahren

**Anzahl:** ab 3 Personen, höchstens 10–12

**Ort:** Gruppenraum mit Platz an den Wänden zum Aufhängen von Plakaten

**Materialien:** Plakate, Zettel in verschiedenen Farben, Stifte, Kleber oder Nadeln

### Durchführung:

An der Wand hängen Plakate, die für verschiedene gesellschaftliche Institutionen stehen. Titel der Plakate können z.B. sein: Schule, Familie, Kirche, Öffentlichkeit, Medien, Arbeitswelt, Jugendarbeit.

Jedes Gruppenmitglied erhält so viele Zettel in verschiedenen Farben wie Plakate an der Wand hängen. (Jeder Zettel trägt einen der o.g. Plakattitel). Nun ist die Aufgabe, einen Satz zu formulieren, der das Phänomen sexuelle Gewalt und den Umgang der Menschen in dieser Institution damit beschreibt.

z.B. Schule:

„Schülerinnen werden häufig von Schülern angemacht, Lehrer/innen schauen weg“.

„Ist kein Thema, weil es keines sein darf“.

„Alle sind verstrickt, keiner merkt’s“.

Danach werden die Zettel auf die zugehörigen Plakate geheftet und die Gruppe hat zu lesen. Im zweiten Schritt wird neben jedes Plakat ein weiteres mit derselben Überschrift gehängt. Die Teilnehmer/innen erhalten wiederum Zettel in verschiedenen Farben und sollen nun Visionen, wie mit sexueller Gewalt in den

o.g. Institutionen umgegangen werden könnte, formulieren.

z.B. Schule:

„Es gibt eine neutrale Person, die Aufklärungsarbeit macht und Betroffene berät“.

„Macht zwischen Mädchen und Jungen wird frei ausgehandelt und nicht durch Übergriffe durchgesetzt“.

„Mädchen und Jungen treffen sich regelmäßig in geschlechtshomogenen Gruppen, um über Rollenverhalten und Unterdrückungsmechanismen ins Gespräch zu kommen.“

Auch diese Zettel werden an die neuen Plakate geheftet und es gibt eine Lesepause.

### Auswertung:

Es müssen verschiedene Aspekte beachtet werden. Zum einen die Befindlichkeit während der Übung, dann die Betroffenheit von den Ergebnissen und die Frage, wie es weitergehen soll.

Auswertungsfragen können sein:

- Fiel es mir leicht oder schwer, solche Sätze zu formulieren?
- Welche Gefühle gab es im ersten, welche im zweiten Teil der Übung?
- Was hat das Anschauen der Plakate bei mir ausgelöst?
- Welche Sätze gehen mir besonders nach; möchte ich an diesen weiterarbeiten?
- Können und wollen wir etwas tun, damit unsere Visionen Wirklichkeit werden?
- Welche Widerstände sind dabei zu erwarten und wo gibt es Unterstützung?



## 7. Das darf nicht jeder!

**Ziel:** Welche Möglichkeiten und Wege haben wir/können wir uns erschließen, um uns gegen andere Personen/unangenehme Berührungen abzugrenzen?

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen oder gemischte Gruppe möglich

**Alter:** ab 6 Jahren

**Anzahl:** 4–10 Personen

**Dauer:** ca. 30 Minuten

**Ort:** im Haus

**Materialien:** Kopien des Fragebogens, Stifte

**Tipps:** Den Fragebogen je nach Gruppe und Alter modifizieren

### Durchführung:

Zum Einstieg könnt ihr den Bogen zum Nachdenken wählen.

Jeder füllt ihn für sich aus: **Wer darf was?**

### Auswertung:

Überlegt gemeinsam: Welche Berührungen sind mir unangenehm/angenehm?

Ist die Berührung immer angenehm bzw. unangenehm? Ist sie manchmal dazwischen (komisch)? Bei welchen Personen?

Was tun wir, wenn uns eine Berührung unangenehm ist? Wir dürfen NEIN sagen!




Wer darf was?	Mutter ?	Vater ?	... ?
mich kämmen			
mir ein Pflaster aufkleben			
mir bei den Aufgaben helfen			
mich mit Worten trösten			
mich verhauen			
mich knuddeln			
mich ausschimpfen			
von mir einen Kuss verlangen			
mich baden oder abtrocknen			
mich bei der Hand nehmen			
mir einen Weg zeigen			
mir etwas Hübsches schenken			
mir etwas Schönes zeigen			
mich im Auto mitnehmen			
mich kitzeln			

## 8. Brainstorming zu sexueller Gewalt



**Ziel:** Sammlung aller vorhandenen Vorstellungen, Informationen und Assoziationen zum Thema sexuelle Gewalt. Klärung der Bedeutung des Themas für die Gruppenmitglieder

**Dauer:** ca. 1 Stunde

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen ,  oder gemischte Gruppe  möglich

**Alter:** ab 14 Jahren

**Anzahl:** ab 3 Personen

**Ort:** Tisch, um den die Gruppe sitzen kann

**Materialien:** Plakat und Stifte

### Durchführung:

Auf einem großen Plakat, das in der Mitte liegt, steht „sexuelle Gewalt“. Die Gruppe hat 10 bis 20 Minuten Zeit, alle Gedanken, die den Einzelnen kommen, ungeordnet auf das Plakat zu schreiben.

Nach der Lesepause wird zunächst die derzeitige Befindlichkeit der Gruppe und der Einzelnen angesichts des Themas und der gesammelten Begriffe in einer Blitzlichtrunde geklärt.

Im zweiten Schritt können inhaltliche Nachfragen zu bestimmten Begriffen geklärt werden.

Im dritten Schritt kann jedes Gruppenmitglied durch Bepunktung von Begriffen deutlich machen, was ihn oder sie persönlich interessiert und durch Streichen kenntlich machen, woran auf keinen Fall weitergearbeitet werden soll. Die Begriffe mit den meisten Punkten und ohne Streichung können dann im weiteren Verlauf bearbeitet werden.

### Auswertung:

Es ist wichtig, die emotionale Betroffenheit der Gruppenmitglieder beim Denken und Hinschreiben von Begriffen und Assoziationen aus dem Bereich sexuelle Gewalt ernst zu nehmen. Dabei muss die Auswertung zunächst in diese Richtung gehen:

- Wie geht es mir, wenn ich solche Worte lese/schreibe?
- Wie ist es, das in einer Gruppe zu tun?
- Wo spüre ich Blockaden oder Abwehr in mir?
- Was hat mich motiviert, weiterzumachen?




Im zweiten Schritt kann dann geklärt werden, ob die Gruppe weiterarbeiten will und wie diese Weiterarbeit aussieht.





## 9. Was ist sexueller Missbrauch?

**Ziel:** Sensibilisierung für das Thema sexuelle Gewalt, Vermittlung von Informationen

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen ,  oder gemischte Gruppe  möglich

**Alter:** Jugendliche ab ca. 14 Jahren, Erwachsene

**Anzahl:** ab 3 Personen

**Dauer:** ca. 30 Minuten, je nach Gruppengröße und Intensität des Austausches

**Ort:** beliebig

**Materialien:** Kopien des „Fragebogens“, Stifte, Infomaterial zum Thema „sexuelle Gewalt“

### Fragebogen als Diskussionsgrundlage: Was ist sexueller Missbrauch?

1. Ein Onkel erzählt einen „dreckigen Witz“      JA ( )    NEIN ( )
2. Der Freund des Vaters fasst der 13-jährigen Tochter beim Tanzen an den Po      JA ( )    NEIN ( )
3. Ein Gruppenleiter lädt eine 14-jährige Teilnehmerin zum Duschen ein      JA ( )    NEIN ( )
4. Der Babysitter wickelt den 2-jährigen Jungen stündlich und cremt ihn jedes Mal intensiv ein      JA ( )    NEIN ( )
5. Beim Kuschneln streichelt der Vater seiner 12-jährigen Tochter unterm Nachthemd den Bauch      JA ( )    NEIN ( )
6. Eine 30-jährige Frau schläft mit einem 13-jährigen Jungen      JA ( )    NEIN ( )
7. Eine Mutter kuschelt vor dem Zubettgehen mit dem 8-jährigen Sohn      JA ( )    NEIN ( )
8. Ein Mädchen sitzt auf dem Schoß vom Onkel, der bekommt eine Erektion      JA ( )    NEIN ( )
9. Ein Junge befriedigt den großen Bruder mit der Hand      JA ( )    NEIN ( )
10. Der Vater badet mit seiner 10-jährigen Tochter      JA ( )    NEIN ( )

### Durchführung:

Die Teilnehmer/innen füllen den „Fragebogen“ aus und entscheiden zunächst für sich, wie sie die Situationen einschätzen. Anschließend Diskussion in der Gruppe.

### Auswertung:

Die Beispiele sollen die Gruppe zur Diskussion darüber anregen, bei welchen Situationen es sich eindeutig um sexuelle Gewalt handelt und warum.




Gibt es Beispiele, bei denen die Einordnung schwierig war?

In dem Gespräch soll geklärt werden, anhand welcher Kriterien sexuelle Gewalt von angemessenen Zärtlichkeiten und positiver körperlicher Nähe unterschieden werden kann.

Anhand von Informationsmaterial zum Thema kann die Gruppe diese Unterscheidungsmerkmale erarbeiten.

## 10. Fiktive Fallbeispiele: Sexuelle Gewalt in der Kinder- und Jugendarbeit

**Ziel:** Sensibilisierung für das Thema sexuelle Gewalt, Vermittlung von Informationen

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen ,  oder gemischte Gruppe  möglich. Besonders geeignet für Leitungspersonen/ Jugendleiter/innen

**Alter:** ab 16 Jahren

**Anzahl:** ab 3 Personen

**Dauer:** ca. 60–90 Minuten, je nach Gruppengröße und Intensität des Austausches

**Ort:** Im Haus

**Materialien:** Kopien der einzelnen Situationen, Kopien der Anmerkungen, Papier, Stifte

### Durchführung:

Anhand von möglichen Situationen aus dem Alltag der Kinder- und Jugendarbeit sollen die Teilnehmer/innen herausfinden, in welcher Art und Weise hier sexuelle Gewalt ausgeübt wird. Teilt Euch in Kleingruppen mit 3–4 Personen auf. Jede Gruppe bekommt eine oder mehrere Situationen zum Durchlesen. Die Kleingruppe soll in der Diskussion herausfinden, in welcher Art und Weise hier sexuelle Gewalt ausgeübt wird. Anschließend wird dies mit Hilfe der Anmerkungen erklärt.



### Situation 1

Jürgen, 12 Jahre alt, kommt aus schwierigen Verhältnissen. Er ist in der Gruppe oft kaum zu ertragen. In der letzten Zeit fällt er durch sexuell-aggressive Sprüche negativ auf. Niemand weiß, dass er den gleichaltrigen Jungen Daniel seit einiger Zeit zwingt, mit ihm zu onanieren. Er droht Daniel mit massiven Vergeltungsschlägen, wenn dieser ihn verpfeift. Trotzdem bricht Daniel sein Schweigen, als ihn der Leiter fragt, ob es ihm nicht gut gehe.

#### Anmerkung:

Das stark sexualisierte Verhalten von Jürgen könnte ein Hinweis darauf sein, dass er selber Opfer sexueller Ausbeutung ist. Trotzdem müssen ihm klare Grenzen gesetzt werden, um die Gruppe und vor allem Daniel zu schützen. Aufgabe des Leiters ist hier, sich auf die Seite von Daniel zu stellen, sonst bricht er dessen Vertrauen. Er kann sich nicht gleichzeitig um Jürgen kümmern, der ebenfalls dringend Hilfe braucht. Fachliche Unterstützung ist unabdingbar.

### Situation 2

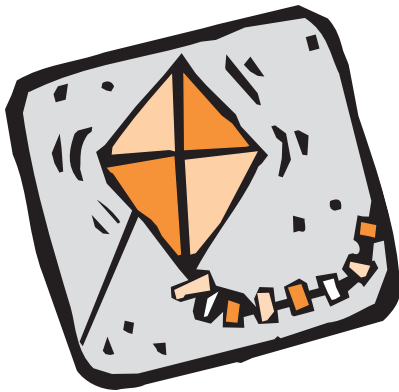
Martin ist 27 Jahre alt, verheiratet und engagiert sich bereits seit vielen Jahren im Jugendverband. Die Arbeit mit den Jugendlichen macht ihm Spaß und er hat ein offenes Ohr für ihre Anliegen. Die 18jährige Corinna kennt ihn bereits seit längerer Zeit und vertraut ihm. Sie schildert ihm im Verlauf mehrerer Gespräche ihre schwierige persönliche Situation. Ihr großes Vertrauen schmeichelt Martin, er verliebt sich Hals über Kopf in sie. Sie macht Andeutungen, dass sie ihrerseits sehr viel für Martin empfindet. Nach einer besonders aufwühlenden Sitzung umarmt Martin Corinna. Es bleibt jedoch nicht bei dieser freundschaftlichen Umarmung, die beiden liegen sich in den Armen und küssen sich leidenschaftlich. Nach diesem Kontrollverlust gehen sie verwirrt auseinander. Vor dem nächsten Treffen distanziert sich Martin von Corinna, er macht ihr Vorwürfe, ihn zu den Zärtlichkeiten verführt zu haben und droht ihr, sie öffentlich schlecht zu machen, wenn sie über dieses Erlebnis redet.

#### Anmerkung:

Martin hat keine psychologische oder seelensorgliche Ausbildung und verstrickt sich in eine psychische Dynamik, die in therapeutischen Beziehungen häufig vorkommt:



Er verliebt sich. Wäre er ausgebildet, dann wüsste er, dass Verliebtheitsgefühle in solchen Situationen oft entstehen und dass sie nicht missverstanden und ausgelebt werden dürfen. Er verliert die Kontrolle über sein Handeln. Obwohl die Verantwortung eindeutig bei ihm liegt, schiebt er die Schuld Corinna zu. Diese hat mit dem Verlust der ihr wichtigen Beziehung zu Martin, mit diesem Erlebnis von Sexualität, mit ihren eigenen und den von Martin aufgebürdeten Schuldgefühlen und mit dem Verbot, darüber zu sprechen, eine Menge zu verdauen.



### Situation 3:

Michael, knapp 20, hat Probleme mit dem anderen Geschlecht. Er fühlt sich schüchtern und verklemmt, was ihn am Aufbau einer Beziehung hindert. Er vertraut sich seinem ehemaligen Leiter Robert an, der ihm Hilfe verspricht. Er berichtet Michael von den Erfolgen, die er bereits mit schüchternen jungen Männern erzielt habe. Robert schlägt vor, die Verklemmtheit durch „therapeutische Körperarbeit“ zu überwinden. Er überredet Michael so zu homosexuellen Handlungen, die seinen eigenen, verschwiegenen Wünschen entsprechen. Michael fühlt sich sehr unwohl, vertraut aber auf Roberts „therapeutische Erfahrung“. Erst nach längerer Zeit gelingt es ihm, sich zu distanzieren. In diesem Zusammenhang erlebt er eine tiefe Krise.

### Anmerkung:

Die Ausbeutung ist getarnt als pflegende Handlung im psychotherapeutisch-seel-sorgerlichen Bereich. Michael vertraut der Fachkompetenz von Robert, dieser nützt also

einen Wissensvorsprung und ein emotionales Abhängigkeitsverhältnis aus, um seine Bedürfnisse zu befriedigen. Die Krise, die Michael erlebt, hindert ihn daran, juristische Hilfe gegenüber Robert anzufordern. Er schämt sich, fühlt sich in seiner sexuellen Identität verunsichert, spricht mit niemandem über das Erlebte und kann deshalb auch für sich selber lange Zeit nicht klarstellen, was mit ihm geschehen ist.

### Situation 4

Der 10-jährige Serdar wird während eines Zeltlagers krank und muss das Bett hüten. Seine 16 Jahre alte Betreuerin Petra ist an allem, was mit Sexualität zu tun hat, sehr interessiert. Da sie einmal ein Praktikum in einem Krankenhaus gemacht hat, weiß sie, dass Hygiene wichtig ist. So wäscht sie Serdar auch im Intimbereich, zuerst gegen dessen Protest, den sie mit dem Hinweis auf ihre Krankenhauserfahrung ignoriert und lächerlich macht. In dieser Situation bekommt Serdar eine Erektion. Dies verunsichert ihn sehr und er fühlt sich schuldig, was Petra mit der Bemerkung verstärkt, offensichtlich gefalle ihm ihre Behandlung.

### Anmerkung:

Petra ignoriert Serdars Grenzen und nützt gleichzeitig seine Unsicherheit und seine Schamgefühle aus, um ihre Übergriffe geheim zu halten. Sie tarnt diese mit der Fürsorge für den kranken Jungen, nützt dabei ihre Machtposition aus. Die Chance, dass Serdar sich anderen gegenüber äußert, ist gering, weil er sich aus verschiedenen Gründen schämt, auch deshalb, weil ein Junge nach weit verbreitetem Vorurteil nicht Opfer sein darf.



## Situation 5

Der 20-jährige Jugendgruppenleiter Helmut sonnt sich in der Aufmerksamkeit der jungen Mädchen in seiner Gruppe, die für ihn schwärmen. Immer wieder pflegt er zu einzelnen dieser Mädchen – meist eher scheuen, unscheinbaren – streng geheime Beziehungen, bei denen es auch zu Geschlechtsverkehr kommt. Die Geheimhaltung begründet er mit der Verantwortung, die er für die ganze Gruppe habe. Er bricht die Beziehungen jeweils unter Tränen und größten Liebesbeteuerungen ab, weil die Verantwortung für die ganze Gruppe ihn zu einem «enthaltssamen» Leben verpflichtete. Rückfälle sind häufig, sie enden jeweils erst, wenn er ein anderes Mädchen gewonnen hat. Was allerdings meist nicht lange dauert.

### Anmerkung:

Helmut nutzt die Unerfahrenheit der Mädchen, sein Sozialprestige und seine Stellung in der Gruppe aus, um seine sexuellen Bedürfnisse zu befriedigen. Als Leiter der Gruppe verletzt er damit seine Schutzpflicht. Er macht sich damit strafbar, auch wenn er seine „Freundschaften“ nicht mit unter 16-jährigen Mädchen pflegt. Sein Verhalten disqualifiziert ihn klar als Leiter in der Kinder- und Jugendarbeit, in der er einen Schutz- und Erziehungsauftrag hat. Für eine junge Frau können solche Ausbeutungserfahrungen schwerwiegende Folgen haben.

Die Verantwortlichen dieser Gruppe machen sich ebenfalls strafbar, wenn sie vom Verhalten ihres Mitleiters Kenntnis haben. Sie können wegen Beihilfe zu oder Duldung einer strafbaren Handlung angezeigt werden.



## Situation 6

Monika ist acht Jahre und für ihr Alter sehr anhänglich, hat kein Gefühl für Grenzen und sucht auffallend häufig Körperkontakt zu ihren Betreuern/innen. Sie setzt sich z.B. immer wieder auf den Schoß ihrer Leiterin Irina, obwohl diese das schon mehrfach zurückgewiesen hat. Während des gemischten Zeltlagers sucht sie Kontakt zu dem 17-jährigen Thorsten. Dieser merkt, dass Monika viel Aufmerksamkeit braucht und widmet sich ihr.



Thorsten wird es unbehaglich, als Monika versucht, ihn auf den Mund zu küssen. Er traut sich nicht, diese sexuelle Handlung zurückzuweisen, fasst sie als Spiel auf und findet schließlich auch Gefallen daran. Er sucht nun von sich aus Situationen, in denen er mit Monika „zum Kuschneln“ allein sein kann.

### Anmerkung:

Das Verhalten von Monika könnte ein Hinweis darauf sein, dass das Mädchen selber sexuell ausgebeutet wird. Irina nimmt ihre eigenen Grenzen wahr und setzt sie durch. So hat sie eine wichtige Vorbildfunktion für Monika. Irina könnte Monika entscheidender unterstützen, wenn sie deren Verhalten reflektieren und als mögliches Notsignal erkennen würde. Es wäre ratsam, wenn sie dabei die Hilfe einer professionellen Fachstelle in Anspruch nähme. Thorsten hingegen grenzt sich nicht ab. Er versteht Monikas Handlungen nicht als Signal sondern als Einladung, seine eigenen Bedürfnisse zu befriedigen. Damit wird er zum Täter und verschärft Monikas Schwierigkeiten. Die Tatsache, dass Monika anfänglich den Kontakt gesucht und Grenzen überschritten hat, entbindet ihn nicht von seiner Verantwortung.



### Situation 7

Damian ist ein lustiger Kerl, immer für einen Spaß aufgelegt. Die Leidenschaft des 16-jährigen sind Badespiele. Hier hat er immer neue Ideen auf Lager. Wenn er im Schwimmbad ist – und das kommt oft vor – hat er immer eine Traube Kinder um sich. Es ist eine Riesengaudi. Die meisten Kinder sind begeistert. Der 9-jährige Markus macht bei diesen Spielen aber nicht mehr mit. Er hat den Eindruck, Damian habe sich an seinen Geschlechtsteilen vergriffen. Nicht lange, nicht intensiv, eher wie zufällig, aber trotzdem unangenehm und irgendwie eklig. Markus spricht mit Jens, einem anderen Jugendleiter darüber. Dieser lacht und sagt, Damian habe das sicher nicht absichtlich getan, und wenn man im Schwimmbad spiele, könne so etwas schon einmal vorkommen. Markus solle nicht so empfindlich sein und sich, wie alle anderen, an den Spielen freuen.

#### Anmerkung:

Jens sollte Markus unbedingt ernst nehmen. Kinder spüren oft intuitiv, wenn eine Handlung an ihnen sexualisiert ist. Ein Kind würde solche Empfindungen kaum leichtfertig äußern. Wenn es dann nicht ernst genommen wird, schwächt das sein Vertrauen in seine eigene Wahrnehmung und in den Leiter. Es wird zudem mit seiner seelischen Verletzung allein gelassen.

In Bezug auf Damian steht Jens vor einer schwierigen Aufgabe. Stellt er ihn zur Rede, wird Damian vermutlich alles weit von sich weisen. Er wird vielleicht seine vielen Freunde mobilisieren und Jens in eine unbequeme Lage manövrieren. Jens muss sein Vorgehen sorgfältig planen. Er sollte sich dafür bei einer Fachstelle Rat holen.



### Auswertung:

Abschließend werden die Situationen mit Hilfe der Anmerkungen besprochen.

Es kann sich auch eine weitere Diskussion zum Thema entwickeln. Grundsätzlich sollen die Beispiele vermitteln, dass es nicht darum geht, Zuneigung und Körperkontakt zwischen Kindern/Jugendlichen und Leitern/innen grundsätzlich zu vermeiden. Im Gegenteil, Kinder- und Jugendarbeit soll und darf Spaß machen, sie bietet persönliche Nähe und eine Gemeinschaft, in der Lebensfreude und lustvolles, ganzheitliches Lernen und Handeln Raum finden. In solchen Beziehungen darf körperliche Nähe und Zärtlichkeit unter Achtung der Grenzen beider Seiten vorkommen. Gute Zärtlichkeit stärkt gegen Ausbeutung.

Es besteht jedoch die Gefahr, dass Grenzen zu sexuellen Übergriffen bzw. sexueller Gewalt verwischt und überschritten werden.

Ausbeutung geschieht dort, wo Grenzen nicht eingehalten werden. Zwischen Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen bestehen immer Gefälle in der sexuellen Entwicklung. Wer seine eigenen sexuellen Bedürfnisse über diese Gefälle und damit über die Grenzen seines Gegenübers hinweg befriedigt oder zu befriedigen sucht, der beutet aus.

Es kann auch vorkommen, dass ein Kind weitergehende Zärtlichkeiten sucht, als dies angemessen ist. Indem eine Leiterin/ein Leiter in solchen Situationen klare Grenzen setzt, wirkt sie/er vorbildlich.

Deshalb müssen Mitarbeiter/innen der Kinder- und Jugendarbeit die eigene Sexualität von der Kinder- und Jugendsexualität unterscheiden, die Grenzen der Begegnung spüren und respektieren und ihr pädagogisches Handeln darauf abstimmen.

## 11. Umfragen zum Thema sexuelle Gewalt

**Ziel:** Informationsstand und Einstellung verschiedener gesellschaftlich relevanter Personen und der Bevölkerung zu sexueller Gewalt verdeutlichen. Öffentlich auf die Thematik aufmerksam machen

**Dauer:** mehrere Gruppenstunden, pro Personengruppen/Institution 30–60 Minuten, hinzu kommt die Vorbereitung, Auswertung und eine evtl. Veröffentlichung

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen , oder gemischte Gruppe

**Alter:** ab 16 Jahren

**Anzahl:** ab 3 Personen

**Materialien:** Kassettenrecorder mit Mikro, Stifte, Papier, Plakate

### Durchführung:

Bereite mit der Gruppe die Befragung gut vor. Bespreche vor allem, wie ihr mit der zu erwartenden Ablehnung und dem Widerstand einzelner Personen, zu diesem Thema befragt zu werden, umgehen könnt. Kläre Erwartungen an die Ergebnisse vorher ab. Du solltest darauf achten, wer aus der Gruppe wen befragt, damit die Befragter/innen einerseits ernstgenommen, andererseits nicht überfordert werden.

Erarbeite mit der Gruppe einen Fragenkatalog zum Thema sexuelle Gewalt mit den Fragen, die Euch interessieren oder wichtig erscheinen.

#### Fragen können z.B. sein:

- Haben Sie schon einmal von sexueller Gewalt gehört? Wo?
- Was wissen Sie über Prävention vor sexueller Gewalt?
- Was sind ihrer Meinung nach die Ursachen dieser Übergriffe?
- Glauben Sie, dass gesellschaftlich genügend getan wird, um sexuelle Gewalt einzudämmen?
- Glauben Sie, dass sexuelle Gewalt gesellschaftliche Ursachen hat?
- Was wird in Ihrer Institution zu diesem

Thema gemacht? Wie sieht Prävention bei Ihnen aus?

Danach überlegt die Gruppe, wen sie befragen will. Das können Gruppen aus der Bevölkerung sein, z.B. Schüler/innen, Ärzte/innen, Pädagogen/innen, Gemeindemitglieder. Oder aber Institutionen und ihre Vertreter/innen, wie z.B. die Schulleitung, den Pfarrer, die Polizeidienststelle, die Leitung des Jugendzentrums, die Kindergartenleitung.

Kläre mit der Gruppe genau ab, wen sie fragen will, welche Erwartungen sie an die Befragung hat, wer die Befragung durchführt und ob die Betroffenen für ein Interview zur Verfügung stehen.

Die Ergebnisse können dann in verschiedenster Form dargestellt werden, z.B. als Hörspiel, Klangcollage, auf Plakaten und als Textsammlung. Überlegt auch, ob und wo die Gruppe Ergebnisse veröffentlichen will.

### Auswertung:

Die Auswertung sollte zunächst die persönliche Befindlichkeit während und nach der Aktion klären.

Dazu sind folgende Fragestellungen hilfreich:

- Wie war es für mich, Leute zu interviewen?
- Welche positiven und negativen Erlebnisse hatte ich?
- Wie bin ich mit mir selbst und dem Ergebnis zufrieden?
- Hat sich bei mir etwas durch die Befragungen verändert?

Danach muss die Aktion selbst ausgewertet werden, z.B. mit folgenden Fragen:




- Haben wir unsere Ziele erreicht?
- Wie sind die Ergebnisse inhaltlich zu bewerten?
- Was wollen wir mit den Ergebnissen machen?



### 12. Besuch einer Beratungsstelle

**Ziel:** Jugendliche durch persönlichen Kontakt mit Beratungsstellen bekannt machen und die Hemmschwelle, dorthin zu gehen, senken. Sich von Fachleuten über sexuelle Gewalt und Handlungsmöglichkeiten zur Prävention oder Therapie informieren zu lassen

**Dauer:** Unterschiedlich, Vorbereitung und Durchführung eines Besuches ca. 1 ½–2 Stunden

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen ,  oder gemischte Gruppe  möglich

**Alter:** ab 14 Jahren

**Anzahl:** ab 3 Personen

**Ort:** Eine Beratungsstelle in erreichbarer Nähe

**Materialien:** Telefon, Papier, Stifte, Telefonbuch, örtlichen Beratungsführer (wenn es einen gibt)

**Tipps:** Wichtig ist es, zunächst zu klären, was die Gruppe wissen möchte und den Besuch einer Beratungsstelle vorher telefonisch mit der Einrichtung abzusprechen

#### **Durchführung:**

Sammele mit der Gruppe zunächst alle Beratungsstellen, die es in Eurer Umgebung gibt.

Mögliche Institutionen sind:

- Frauenberatungsstelle
- Wildwasser
- Kinderschutzbund
- Sorgentelefon
- Notruf für vergewaltigte Frauen und Mädchen
- Erziehungsberatungsstelle
- Jugendamt
- Jugend- und Drogenberatung

Kläre dann ab, welche Institutionen die Gruppe besuchen will und bereite mit der Gruppe den Besuch vor, indem ihr Fragen sammelt, die ihr den Mitarbeitern/innen dort stellen wollt.

Kläre vor einem Besuch telefonisch ab, ob er überhaupt gewünscht ist, wer der/die Ansprechpartner/in ist, wie viel Zeit ihr habt und ob es Einschränkungen seitens der Institution gibt (z.B. dürfen ins Frauenzentrum evtl. nur Frauen).

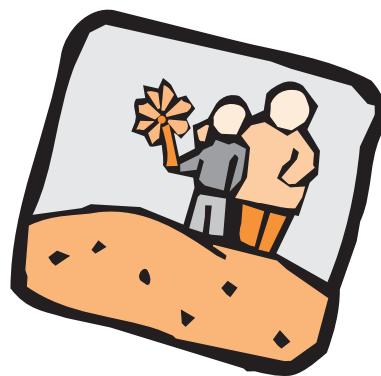
#### **Auswertung:**

Die Auswertung sollte in zwei Schritten geschehen. Im ersten ist nach dem persönlichen Befinden, dem Eindruck von der Institution und den Gesprächspartnern/innen zu fragen.

Im zweiten soll es um die Institution und den Erfolg des Besuches gehen.

Mögliche Fragen sind:



- Wie ging es mir in dieser Institution?
- Was hat mich besonders beschäftigt?
- Welchen Eindruck hatte ich vor den Gesprächen?
- Was waren wichtige Informationen?
- Würde ich diese Institution empfehlen oder nicht? Warum?
- Sind meine Fragen ausreichend beantwortet worden?



## 13. Männerinitiativen gegen sexuelle Gewalt

**Ziel:** Institutionen und Initiativen von Männern kennen lernen, die sich mit sexueller Gewalt befassen

**Dauer:** unterschiedlich, mindestens 1 ½–2 Stunden

**Zielgruppe:** Vor allem  aber auch  und gemischte Gruppe  möglich

**Alter:** ab 16 Jahren

**Anzahl:** ab 3 Personen

**Materialien:** Telefon, Stifte, Papier, evtl. Infobroschüren

**Tipps:** Es gibt nur wenige Institutionen und Initiativen von Männern gegen sexuelle Gewalt. Ein Besuch einer solchen Einrichtung kann daher organisatorisch (Fahrzeiten) schwierig sein. Eine Information nur über Broschüren ist zwar möglich, aber längst nicht so ergiebig



### **Durchführung:**

Sammele mit der Gruppe Adressen von Initiativen von Männern gegen sexuelle Gewalt und Institutionen, die mit Tätern arbeiten, z.B.: Männerzentrum Frankfurt, Jedermann e.V. Heidelberg, Verein Männer gegen Männergewalt Hamburg, Männerforum Wiesbaden, Jugendgerichtshilfe, Kinderschutzbund und andere Beratungsstellen. Kläre ab, welche Informationen ihr über diese Einrichtungen bekommen könnt und ob ein Besuch möglich ist. Wen ja, sammle mit der Gruppe Fragen, die ihr den Mitarbeitern dort stellen wollt. Kläre vor einem Besuch ab, ob er überhaupt erwünscht ist, wer Euer Ansprechpartner ist und welche Einschränkungen die Institution evtl. macht (Gruppengröße, Alter der Teilnehmer/innen).

### **Auswertung:**

Die Auswertung sollte in zwei Schritten geschehen. Im ersten geht es um die persönliche Befindlichkeit und den Eindruck von der Institution und den Gesprächspartnern. Im zweiten um die Inhalte des Besuches und der Einrichtung.

Fragen können sein:

- Wie ging es mir bei diesem Besuch?
- Was hat mich besonders beschäftigt?
- Welchen Eindruck hatte ich von den Gesprächspartnern?
- Was waren wichtige Informationen?
- Sind unsere Fragen ausreichend beantwortet worden?
- Würde ich diese Institution empfehlen? Warum?
- Gibt es Dinge, an denen ich weiterarbeiten will?








### 14. Besuch bei der Polizei

**Ziel:** Die Teilnehmer/innen sollen etwas über die polizeiliche Arbeit und die Einstellungen im Bereich sexuelle Gewalt erfahren und wie im strafrechtlich-polizeilichen Bereich mit Delikten umgegangen wird. Außerdem können sie die Atmosphäre und die Ansprechpartner/innen in ihrer lokalen Polizeidienststelle kennen lernen

**Dauer:** Mit Vorbereitung 2 Einheiten

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen ,  oder gemischte Gruppe  möglich

**Alter:** ab 14 Jahren

**Anzahl:** ab 3, die Höchstzahl muss mit der Polizeidienststelle geklärt werden

**Ort:** Die Polizeidienststelle muss erreichbar sein

**Materialien:** Stifte und Papier



#### **Durchführung:**

Lass die Gruppe sammeln, was sie an der Arbeit der Polizei zum Thema sexuelle Gewalt interessiert und was sie fragen wollen.

Fragen könnten sein:

- Wie viel Delikte gibt es in unserem Ort?
- An wen kann ich mich wenden, wenn ich einen Verdacht habe?
- Wie wird mit Opfern von sexueller Gewalt umgegangen?
- Wie ist der polizeiliche Ablauf, wenn eine Tat angezeigt wird?
- Gibt es Schulungen bei der Polizei zum Umgang mit Opfern sexueller Gewalt?

Danach klärt mit der Polizeidienststelle ab, ob ein Besuch möglich ist, wie viele Personen kommen können, wer Ansprechpartner/in ist und ob diese zu diesem Thema etwas sagen kann. Fragt auch, ob ihr Ergebnisse weitergeben könnt, wenn ihr das wollt.

Nach dem Besuch muss eine Auswertung stattfinden.

#### **Auswertung:**

Bespreche mit der Gruppe zum einen, wie es Euch bei diesem Besuch und der Befragung ging und welchen Eindruck ihr hattet und zum anderen, wie ihr die erhaltenen Infos bewertet und ob Eure Erwartungen erfüllt wurden.

Fragen dazu können sein:




- Wie war für mich die Atmosphäre in der Polizeidienststelle und während des Gesprächs?
- Welche Erfahrungen und Ergebnisse sind mir wichtig und machen mich betroffen?
- Würde ich mich im Ernstfall an die Polizei in unserem Ort wenden?
- Sind unsere Fragen ausreichend beantwortet worden?
- Wie bewerte ich die Aussagen und Arbeit unserer Polizei nach diesem Gespräch?
- Gibt es Aspekte, an denen wir weiterarbeiten wollen?

## D: Intensivübungen

### 1. Meine innere Stimme

**Ziel:** Die eigenen Blockaden und Hemmungen erkennen, die in Konfliktgesprächen und unangenehmen/bedrohlichen Situationen auftreten. Die individuellen Redeverbote wahrnehmen und hörbar machen

**Dauer:** 60–90 Minuten

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen ,  oder gemischte Gruppe  möglich

**Alter:** ab 14 Jahren

**Anzahl:** mindestens 8 Personen

**Ort:** beliebig

**Materialien:** ----



#### **Durchführung:**

Es bilden sich Vierer-Gruppen. Dabei übernehmen zwei Mitspieler/innen bestimmte Basisrollen (siehe Situationsbeschreibung). Die beiden anderen Mitspieler/innen legen ihre Hände auf die Schultern der Basisrollen und spielen deren innere Stimmen. Sie drücken aus, was den Basisrollen/innen ihrer Meinung nach auf der Seele brennt, jedoch nicht aussprechen. Die inneren Stimmen können, wenn sie wollen, das Gespräch eröffnen. Sie bringen Gedanken, Träume, Ängste und Phantasien zur Sprache.

Die Spieler/innen der Basisrollen hören ihre inneren Stimmen sprechen, gehen aber nicht darauf ein, sondern bleiben in ihrem Gesprächsverlauf.

Es kann sinnvoll sein, die Gruppe um ein bis zwei Personen zu erweitern, die dann eine Beobachter/innen rolle einnehmen. Folgende Szenen sind möglich:

- Du sitzt in der S-Bahn und es quatscht Dich jemand an und versucht, Dich in ein Gespräch zu ziehen.
- Auf Deinem Weg zur Schule/zur Arbeit hast Du das Gefühl, dass Dich seit Tagen ein Mann beobachtet. Du stehst an der Bushaltestelle und stellst ihn zur Rede.
- Seit drei Jahren machst Du beim Pfarrfest ein Angebot für die Kinder. Dieses Jahr wirst Du wieder angefragt, aber Du hast eigentlich gar keine Lust dazu. Wie verhältst Du Dich im Gespräch mit dem oder der Pfarrgemeinderatsvorsitzenden?
- Du hattest Streit mit Deiner Freundin. Schon länger hast Du das Gefühl, dass sie Dich nicht ernst nimmt. Spiel ein klärendes Gespräch!
- Im Schwimmbad triffst Du einen flüchtigen Bekannten. Er lässt sich ungefragt auf Deiner Decke nieder und verwickelt Dich in ein Gespräch. Du willst, dass er geht. Spiel die Szene!
- Du bist in der Zeltlagerleitung. Ein Mädchen/ein Junge will als Gruppenleiter/in mitfahren. Ihr haltet ihn/sie jedoch nicht für geeignet und Du hast die Aufgabe, ihr/ihm das klar zu machen.

#### **Auswertung:**

Folgende Fragen können für eine Reflexionsrunde hilfreich sein:




- Was ist mir aufgefallen?  
Was habe ich beobachtet?
- Was kommt mir bekannt vor?
- Was verhindert es, Grenzen deutlich zu machen?



## 2. Wach auf

**Ziel:** Eine Körperübung, bei der es um die Auseinandersetzung mit Gefühlen von Macht und Ohnmacht gehen soll

**Dauer:** 10–15 Minuten

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen ,  oder gemischte Gruppe  möglich

**Alter:** ab 16 Jahren

**Anzahl:** ab 6 Personen

**Ort:** ein genügend großer Raum

**Materialien:** ----

## Auswertung:

Nach einem Austausch der Paare können in der Großgruppe folgende Fragen für ein Gespräch hilfreich sein:

- Hast Du körperliche Kraft eingesetzt?
- War die Übung für Dich mit Gewalt verbunden?
- Hast Du Dich innerlich gewehrt?
- Hast Du Dich angegriffen gefühlt?
- Hast Du Dich mächtig/ohnmächtig gefühlt?
- Kenne ich andere Situationen, die mit den Erfahrungen aus der Übung vergleichbar sind?

## Durchführung:

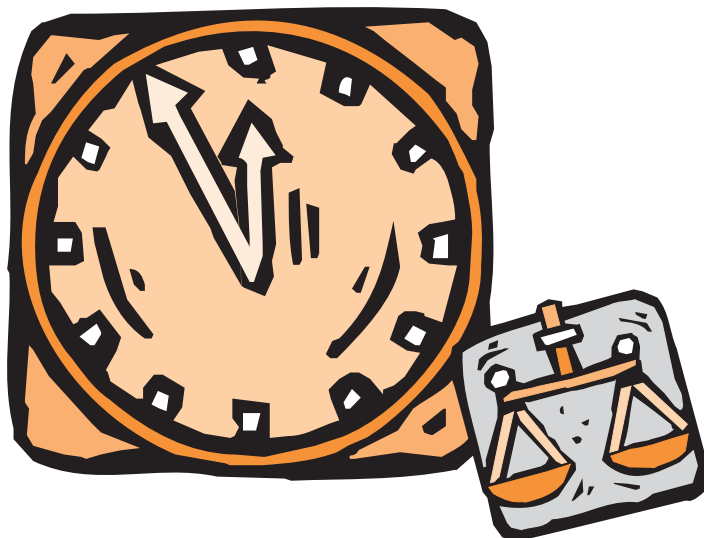
Es werden Paare gebildet.

A kann nur mit B alles mögliche machen, z.B. in eine bestimmte Richtung zerren, kitzeln, schubsen, Verrenkungen machen lassen, ...

Es kann dabei auch Kraft angewendet werden.

Fast alles ist erlaubt, aber es darf nicht zu Verletzungen führen! B lässt geschehen, was A macht. Nach 2 Minuten ist Rollentausch.




Macht vorher ein Stoppzeichen aus (z.B. 3 x auf den Boden klopfen bzw. klatschen, Stopp oder was anderes rufen), das im Notfall von B angewendet werden kann.



## 3. Was wäre, wenn ...

**Ziel:** Austausch und Gespräch über unangenehme und heikle Situationen. Eigene Ängste und Bewertungen offen legen

**Dauer:** 1 ½–2 Stunden

**Zielgruppe:** Getrennte Gruppen ,  oder gemischte Gruppe  möglich

**Alter:** ab 16 Jahren

**Anzahl:** 4–8 Personen

**Materialien:** „Was wäre wenn ...“-Kärtchen, Stifte, rote Karte

**Tipps:** Die „was wäre wenn ...“-Situationen müssen auf die jeweilige Gruppe abgestimmt werden

### Durchführung:

„Was wäre wenn ...“-Situationen werden auf Kärtchen geschrieben und verdeckt auf den Tisch gelegt. Eine Person fängt an, zieht eine Karte, liest sie vor und reicht sie einer anderen, um deren Einschätzung und Meinung zu hören. Diese soll möglichst spontan sagen, was die angesprochene Situation in ihr auslöst und wie sie reagieren würde.

Anschließend können alle in der Gruppe ihre Einschätzungen und Bewertungen austauschen. Die befragte Person zieht dann eine neue Karte und gibt die Frage weiter.

Die Teilnehmer/innen können auch eigene „Was wäre, wenn ...“-Situationen formulieren und in die Gesprächsrunde geben.

Wenn jemand eine Frage nicht beantworten will, kann sie die rote Karte ziehen und die Frage weitergeben.

### Beispiele für „Was wäre, wenn ...“-Situationen:

- ... eine Freundin zu dir sagt: „Bevor die Beziehung zu meinem Freund in die Brüche geht, schlafe ich lieber mit ihm!“ ?
- ... dir eine gute Freundin erzählt, dass sie von ihrem Vater sexuell missbraucht worden ist?
- ... ein guter Bekannter/Freund Dich plötzlich umarmen oder küssen will und Dir diese Nähe unangenehm ist?
- ... in der Straßenbahn jemand Deinen Po betatscht?
- ... Männer für jedes Hinterherpfeifen eine Ordnungsstrafe von € 10,- zahlen müssten?
- ... die Jungen in einer Freizeit ständig über Figur und Aussehen der Mädchen fachsimpeln?
- ... dich jemand Unbekanntes anruft und Dir sagt, dass er Dich liebt und Dich seit Tagen beobachtet?
- ... dein Freund ständig an Deinem Busen oder Deine Freundin ständig an Deinen schlaffen Muskeln rummäkeln würde?
- ... deine Freunde Dich einladen, in einen Pornofilm zu gehen?
- ... deine Freunde beim Abend in der Kneipe Sexwitze erzählen und der Bedienung in den Po kneifen?

### Auswertung:

- Wie wohl habe ich mich in der Gruppe gefühlt?
- Was für ein Gesprächsklima hat vorgeherrscht?
- Konnte jede/r zu Wort kommen?
- Was war hilfreich, was war hinderlich?



### 4. „Im Schwimmbad“ – ein Rollenspiel

**Ziel:** Alltägliche Formen von Gewalt an Mädchen/Frauen an einem konkreten Beispiel thematisieren. Durch den Rollentausch zwischen Tätern und Opfern sollen Jungen die Gewalthaftigkeit der Situation erleben und Mädchen die Dynamik einer Tätergruppe erfahren

**Dauer:** ca. 1–5 Stunden

**Zielgruppe:** Gemischte Gruppe

**Alter:** ab 14 Jahren (evtl. auch jünger)

**Anzahl:** ab 4 Personen

**Ort:** zwei Räume

**Materialien:** ----

**Tipps:** Die Gruppe sollte etwas Erfahrung mit Rollenspiel und Rollentausch haben und insbesondere die Grenze zwischen Spiel und Ernst kennen. Bei auch im Alltag „übergreifigen“ Gruppen musst Du sehr sicher sein, um bei Grenzüberschreitungen sofort zu intervenieren. Allerdings kann gerade in solchen Gruppen die Übung sehr viel in Bewegung bringen. Du solltest Erfahrung in der Anleitung von Rollenspielen haben und in der Lage sein, eigene Grenzen und die Grenzen der Gruppe einzuhalten.

Du solltest diese Übung mit einer andersgeschlechtlichen Co-Leitung durchführen



#### **Durchführung:**

Die Gruppe erhält folgende Spielvorgabe: „Du sitzt am Beckenrand im Schwimmbad und siehst eine lautstark raumgreifende Gruppe von Jungen (bzw. Mädchen) auf Dich zukommen. Mit den Worten ‚Du bist ja noch trocken‘ stoßen sie Dich ins Becken und tauchen Dich unter“. Jedes Mädchen, das möchte, kann diese Szene als „Opfer“ nachspielen. Evtl. ist es am Ende sinnvoll, auch noch einmal eine Gruppe von Mädchen „ans Becken“ zu setzen. Danach wird ohne Auswertung die Rolle getauscht, d.h. jeder Junge, der das möchte, kann die „Opferrolle“ übernehmen und die Mädchengruppe geht in die „Täterrolle“.

#### **Auswertung:**

Die Auswertung sollte möglichst in geschlechtshomogenen Gruppen mit einer gleichgeschlechtlichen Leitung erfolgen. Erst im zweiten Schritt soll ein gemeinsamer Austausch erfolgen.

Für den ersten Teil gibt es folgende Auswertungsschritte:

- Wie ging es mir während der Übung?
- Welche Empfindungen und Gedanken gab es in der Opfer-, welche in der Täterrolle?
- Welche Gewalterfahrungen kenne ich aus meinem Alltag?
- Was möchte ich dem anderen Geschlecht im zweiten Teil sagen?

Im zweiten Teil sollen zunächst die Aussagen der letzten Frage des ersten Teils vorgestellt werden und in Ruhe von der jeweils andersgeschlechtlichen Gruppe ohne Kommentierung angehört werden. Danach kann es um folgende Fragen gehen:


- Wie geht es mir mit dem Gehörten?
  - Gibt es für mich neue Erkenntnisse/ Erfahrungen durch diese Übung?
- Gibt es etwas, das mich bewegt, was ich hier mitteilen möchte?

## 5. Gewaltrituale



**Ziel:** Alltägliche Gewalt bewusst in den Blick nehmen und unter den Geschlechtern den Austausch ermöglichen, welche Situationen „gewaltbesetzt“ erlebt werden

**Dauer:** 1,5 Stunden

**Zielgruppe:** Gemischte Gruppe 

**Alter:** ab 14 Jahren

**Anzahl:** 8 Personen

**Ort:** zwei Räume

**Materialien:** ----

**Tipps:** Du solltest Erfahrung in der Rollenspielführung haben. Besonders auftretende Krisensituationen oder Möglichkeit des Überspringens des Rollenspiels in die Realität sollte bedacht werden. Wichtig ist ein männliches und ein weibliches Leitungsmitglied, um die geschlechtshomogenen Teile der Übung angemessen zu begleiten

### **Durchführung:**

Die Gruppe wird in Jungen und Mädchen geteilt. Beide Gruppen erhalten die Aufgabe, Szenen aus dem Alltag zu sammeln, in denen Gewalt an Mädchen/Frauen ritualisiert, d.h. nach immer gleichem und ähnlichem Ablauf vorkommt (z.B. Frauen nachpfeifen, sexistische Sprüche, Küsschen geben müssen etc.). Danach soll die Gruppe diese Szenen der andersgeschlechtlichen Gruppe kurz vorspielen.

### **Auswertung:**

Folgende Fragen können bei der Auswertung hilfreich sein:

- Wie ging es mir beim Spielen/beim Zuschauen der Szenen?
- Was kenne ich aus meinem Alltag?
- Fiel es mir leicht oder schwer, solche Szenen vorzuschlagen?
- Gab es Unterschiede in den Szenen der Frauen- bzw. der Männergruppe?
- Welche Szenen waren für mich gewaltbesetzt? Warum?
- Gibt es bei mir neue Erfahrungen/Erkenntnisse zum Bereich sexuelle Belästigung und Gewalt?





### Vorschläge für Arbeitsmaterialien und Praxisanleitungen:

**Karin Aliochin, Michaela Hillebrand  
(Wildwasser Nürnberg e.V.):**

**Das kleine 1x1 in Mathe plus das große 1x1  
für den Schutz vor sexuellem Missbrauch**  
Nürnberg 2000

Ein didaktischer Leitfaden mit Praxiseinheiten, der sich in erster Linie an Lehrkräfte in Grundschulen richtet; die Informationen und Übungen sind jedoch größtenteils auch als Anregung für die Kinder- und Jugendarbeit verwendbar. Bezug über Wildwasser Nürnberg, [www.wildwasser-nuernberg.de](http://www.wildwasser-nuernberg.de)

**Aktion Jugendschutz Landesarbeitsstelle  
Bayern e.V. (Hg.):**

**Sexualpädagogik in der Praxis**

München 1992

Die Arbeitshilfe bietet erprobte und durchdachte Praxishilfen für die Jugendarbeit. Neben der Analyse der Rahmenbedingungen von Jugendarbeit bietet sie konkrete Übungen zu Einstiegssituationen und inhaltlichen Interessenschwerpunkten von Jugendlichen, juristische Aspekte und Hinweise auf Materialien.

Bezug über Aktion Jugendschutz, Fasaneriestr. 17, 80636 München oder: [www.bayern.jugendschutz.de](http://www.bayern.jugendschutz.de)

**Landesjugendkammer der Evangelischen  
Jugend in Bayern (Hg.):**

**Bei uns nicht!? Gemeinsam gegen sexuellen  
Missbrauch im Jugendverband**

Nürnberg 2003

Dieses Handbuch enthält im ersten Teil Grundinformationen zum Thema sexueller Missbrauch, Standpunkte, Beschlüsse und Partnerschaften der Evangelischen Jugend in Bayern sowie Hinweise zum Vorgehen bei der Krisenintervention. Im zweiten Teil werden Methoden, Übungen, Spiele und Medien für die praktische Arbeit vorgestellt.

Bezug über Evangelische Jugend in Bayern, Email: [afj@ejb.de](mailto:afj@ejb.de)

**Konrad Lappe, Irmgard Schaffrin, Evelyn  
Timmermann u.a.:**

**Prävention von sexuellem Missbrauch.**

Handbuch für die pädagogische Praxis,

Ruhnmark 1993

Bezug über Donna Vita Fachhandel, [www.donnavita.de](http://www.donnavita.de)

**Marion Mebes:**

**Stück für Stück. Sicher, stark und selbstbewusst.**

Arbeitsmittel für Mädchen und Frauen, Ruhnmark 1997

Das Spiel enthält neben einer gut lesbaren und ausführlichen Beschreibung mit weiterführenden Anregungen ein Set mit Situationsfragekarten, Gefühle- und Sicherheitskarten. Das Spiel eignet sich für die Arbeit mit Mädchengruppen zum Thema Sexualität und sexuelle Übergriffe.

Bezug über Donna Vita Fachhandel, [www.donnavita.de](http://www.donnavita.de)

**Pete Sanders, Liz Swinden:**

**Lieben, Lernen, Lachen.**

Praxishilfen zur Sexualerziehung für Kinder von 6–12 Jahren, Mühlheim/Ruhr 1992

Ein lebendiges und hilfreiches Buch für Pädagogen/innen. Arbeitsblätter, Spielvorschläge, Gesprächsanleitungen, Aktivitäten rund um die Frage: "Wer bin ich, wer bist Du, was machen wir zusammen?"

**Zartbitter Köln (Hg.):**

• **Auf den Spuren starker Mädchen.**

Cartoons für Mädchen – diesseits von Gut und Böse.

• **Ey Mann, bei mir ist es genauso!**

Cartoons für Jungen – hart an der Grenze vom Leben selbst gezeichnet.

Cartoons zur Arbeit mit jugendlichen Mädchen bzw. Jungen am Thema sexuelle Gewalt. Der Begleittext gibt Denkanstöße für die Auseinandersetzung mit dem Material und Anregungen für den pädagogischen Alltag mit Jugendlichen.

Bezug über Zartbitter Köln e.V., [www.zartbitter.de](http://www.zartbitter.de)

Eine große Auswahl an Literatur und Materialien für den Bereich Sexualpädagogik findet sich auch bei der **Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA)**. Übersicht und Bestellung unter: [www.bzga.de](http://www.bzga.de)

Leih- und Kaufmedien zum Thema (v.a. Filme, Videos, DVDs) gibt es bei den **Landesmediendiensten Bayern**: [www.mediendienste.info](http://www.mediendienste.info)

## Beispiel Ablaufplan Wochenendseminar

Im folgenden Abschnitt finden sich zwei Beispiele, in denen exemplarisch die mögliche Abfolge/Kombination von Übungen bei Wochenendseminaren mit Jugendlichen zum Themenbereich „Körper/Sexualität/Prävention vor sexueller Gewalt“ skizziert ist. Die zeitliche Planung der Arbeitseinheiten entspricht dabei den Mindestanforderungen des Bayerischen Jugendrings für eine ein Wochenende dauernde Jugendbildungsmaßnahme von 12 x 60 Minuten. Bei der Handhabung der Beispiele ist folgendes zu beachten:

- Es handelt sich um Vorschläge, keine starren Ablaufpläne
- Der Ablaufplan muss der Gruppe entsprechen
- Wer nicht will, hat schon (das Prinzip der Freiwilligkeit beachten)
- Eine Balance finden zwischen 1. kreative Ideen entwickeln und 2. die Gruppe nicht überfordern
- Bei Unsicherheiten in der Ablaufplanung kompetenten Rat einholen

Vorschlag für den exemplarischen Ablaufplan eines Wochenendes zum Thema: Körpererfahrung		
Tag/Uhrzeit	Methode	Inhalt
<b>Freitag</b>		
19.00 – 20.00	Vorstellung/Erwartungsabklärung/Einstiegsspiel	Kennen lernen
20.00 – 21.30	1.3 Körperphantasiereise mit anschließender Reflexion	Sensibilisierung
21.30 – 22.00	Tagesabschluss Spiel, Text, Ausblick auf den nächsten Tag, allgemeine Befindlichkeit	Reflexion
<b>Samstag</b>		
9.00 – 9.30	Aufwärmspiel/Resterunde etc.	
9.30 – 11.00	1.5 Körperumrisse (paarweises Arbeiten)	Einstieg ins Thema
11.00 – 12.00	2.2 Skulpturenpark	Schwerpunkt
15.00 – 16.00	2.4 Meinen Gefühlen auf der Spur	Schwerpunkt
16.00 – 17.30	3.2 Feind/In oder Freund/In	Schwerpunkt
17.30 – 18.00	Tagesabschluss	Reflexion
20.00 – 21.00	Fakultative Abendeinheit z.B. 1.4 Mein schönes Gesicht	Ausklang
<b>Sonntag</b>		
9.00 – 9.30	Aufwärmspiel/Resterunde etc.	
9.30 – 10.00	1.1 Geschlossenes System	Einstieg
10.00 – 11.00	3.4 Ich achte meine Grenzen	Schwerpunkt
11.00 – 12.00	Abschlussrunde	Reflexion
12.00	Ende der Veranstaltung	





Vorschlag für den exemplarischen Ablaufplan eines Wochenendes zum Thema: Sexualisierte Gewalt		
Tag/Uhrzeit	Methode	Inhalt
<b>Freitag</b>		
19.00 – 20.00	Vorstellung/Erwartungsabklärung/Einstiegsspiel	Kennen lernen
20.00 – 20.30	1.1 Entspannungsübung	Sensibilisierung
20.30 – 21.30	C1 Grabbelsack	Einstieg ins Thema
21.30 – 22.00	Tagesabschluss Spiel, Text, Ausblick auf den nächsten Tag, allgemeine Befindlichkeit	Reflexion
<b>Samstag</b>		
9.00 – 9.30	Aufwärmspiel/Resterrunde etc	Sensibilisierung
9.30 – 10.30	3.3 Meine Grenzen	Schwerpunkt
10.30 – 12.00	D1 Meine innere Stimme	Einstieg
15.00 – 15.30	D2 Wach auf	Schwerpunkt
15.30 – 17.30	D3 Was wäre wenn	
17.30 – 18.00	Reflexion, Tagesabschluss	
20.00 – Open End	Fakultative Abendeinheit, z.B.: D4 Im Schwimmbad – ein Rollenspiel oder 2.3 Gefühlssalat	Schwerpunkt Ausklang
<b>Sonntag</b>		
9.00 – 9.30	Aufwärmspiel/Resterrunde etc	
9.30 – 11.00	D5 Gewaltritiale	Einstieg
11.00 – 12.00	Abschlussrunde	Schwerpunkt
12.00	Ende der Veranstaltung	Reflexion

## Verzeichnis der verwendeten Literatur und Quellen

**AMANN, Gabriele/WIPPLINGER, Rudolf:** Sexueller Missbrauch, Überblick zu Forschung, Beratung und Therapie. Ein Handbuch. Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie, Tübingen 1997

**AMYNA e.V.:** Leitbild.  
Unter [www.amyna.de/institut/inst\\_institut\\_leitbild.html](http://www.amyna.de/institut/inst_institut_leitbild.html) (05.06.2004)

**BAACKE, Dieter:** Statement zu Medienkompetenz. In: SCHELL u.a. (Hg.): Medienkompetenz: Grundlagen und pädagogisches Handeln. München 1999

**BANGE, Dirk:** Prävention sexueller Gewalt gegen Mädchen und Jungen: Eine Verpflichtung von Politik und Jugendhilfe. In: HÖFLING, Siegfried/ DREWES, Detlef/ EPPEL-WAIGEL, Irene (Hg.): Auftrag Prävention. Offensive gegen sexuellen Kindesmissbrauch, 1999

**BAYERISCHER JUGENDRING (Hg.):** Prävention vor sexueller Gewalt in der Kinder- und Jugendarbeit. Qualitätskriterien bei Selbstverteidigungskursen und Selbstbehauptungstrainings. Empfehlungen des Bayerischen Jugendrings, München 2003

**BAYERISCHES LANDESJUGENDAMT (Hg.):** Präventiver Kinder- und Jugendschutz, Gesamtkonzept, Grundlagen, Handlungsfelder, Vollzugshinweise, München 1994

**BDKJ Mainz/BDKJ Limburg (Hg.):** Tu was! Eine Praxismappe für die Jugendarbeit, Mainz 1997

**BRAUN, Brigitte:** Welche Arbeitsbedingungen nutzen der Prävention? In: PRÄVENTION. Zeitschrift des Bundesvereins zur Prävention sexueller Gewalt, Heft 4–5/2002

**BÜLTMANN, Gabriele:** Sexualpädagogische Mädchenarbeit: eine Vergleichsstudie im Auftrag der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Köln 2000

**BUNDESVEREIN zur Prävention von sexuellem Missbrauch an Mädchen und Jungen (Hg.):** Faltblatt „Parteiliche Prävention von sexuellem Missbrauch an Mädchen und Jungen“, 2000

**ENDERS, Ursula:** Das geplante Verbrechen. In: ZARTBITTER Köln (Hg.): Das geplante Verbrechen. Sexuelle Ausbeutung durch Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen aus Institutionen, Köln 2002

**FEY, Elisabeth:** Möglichkeiten und Grenzen von Prävention – Bedeutung und Hintergründe von sexuellem Missbrauch. In: BÜSCHER, U./GEGENFURTNER, M./KEUKENS, W./HEID, H. (Hg.): Sexueller Missbrauch von Kindern und Jugendlichen, Essen 1991

**FINKELHOR, David/STRAPKO, Nancy:** Präventive Erziehung: Ein Überblick über die Forschungslage. In: SCHUBBE, O. (Hg.): Therapeutische Hilfen gegen sexuellen Missbrauch an Kindern, 1994, S. 217

**HEILIGER, Anita:** Täterstrategien und Prävention. Sexueller Missbrauch an Mädchen innerhalb familiärer und familienähnlicher Strukturen. Verlag Frauenoffensive, München 2000

**HERSCHELMANN, Michael/KÖNNECKE, Angela:** Qualitätsentwicklung in der Prävention. In: THEMA JUGEND, Nein sagen fördern, Katholische Landesarbeitsgemeinschaft Kinder- und Jugendschutz NRW e.V., 2/2001 Inhalte, Methoden und Materialien zum Fachgebiet Sexueller Missbrauch, Ruhnmark 1997

**KAVEMANN, Barbara:** Prävention gegen sexuelle Gewalt, 10 Jahre Erfahrung – Perspektiven für die Zukunft. In: THEMA JUGEND, Nein sagen fördern, Katholische Landesarbeitsgemeinschaft Kinder- und Jugendschutz NRW e.V., 2/2001

**KLEES, Karin:** Mädchenförderung und anti-sexistische Jungenpädagogik. Prävention sexueller Gewalt gegen Kinder in der Schule. In: GLUMPLER, E.(Hg.): Erträge der Frauenforschung für die LehrerInnenbildung, Bad Heilbrunn/Obb. 1993

**KRUSE, Thorsten:** Täterprävention. In: BANGE, Dirk/ KÖRNER, Wilhelm: Handwörterbuch sexueller Missbrauch, Göttingen 2002

**LANDESJUGENDKAMMER der Evangelischen Jugend in Bayern, Amt für Jugendarbeit der Evang.-Luth. Kirche in Bayern (Hg.):** Bei uns nicht!? Gemeinsam gegen sexuellen Missbrauch im Jugendverband, Nürnberg 2003

**LINDNER, Werner/FREUND, Thomas:** Der Prävention vorbeugen? Thesen zur Logik der Prävention und ihrer Umsetzung in der Kinder- und Jugendarbeit. In: DEUTSCHE JUGEND, 49. Jg., Heft 5, 2001

**LOHAUS, Arnold/SCHORSCH, Sabine:** Kritische Reflexionen zu Präventionsansätzen zum sexuellen Missbrauch. In: AMANN, Gabriele/WIPPLINGER, Rudolf, a.a.O. (1997)

**MAY, Angela:** Nein ist nicht genug. Prävention und Prophylaxe. Inhalte, Methoden und Materialien zum Fachgebiet Sexueller Missbrauch, Ruhnmark 1997

**PRO FAMILIA Würzburg:** Konzeption und Durchführung von Präventionsmaßnahmen im Bereich sexuelle Gewalt gegen Mädchen und Jungen. Neuer Schwerpunkt: Präventionsmaßnahmen bei Jungen und männlichen Jugendlichen: Unveröffentlichtes Manuskript, Würzburg 2001

**STROHHALM e.V. (Hg.):** Auf dem Weg zur Prävention, Berlin 1996

**WILDWASSER Nürnberg e.V. (Hg.):** Das kleine 1x1 in Mathe plus das große 1x1 für den Schutz vor sexuellem Missbrauch, Nürnberg 2000



## Impressum

### Herausgeber:

Bayerischer Jugendring (KdöR)  
vertreten durch die Präsidentin  
Martina Kobriger

### Anschrift:

Herzog-Heinrich-Straße 7  
80336 München  
Fon: 0 89/5 14 58-0  
info@bjr.de, www.bjr.de

### Kontaktadresse:

BJR Projekt PräTect – Beate Steinbach  
Fon: 0 89/5 14 58-63  
steinbach.beate@bjr.de  
www.praetect.bjr.de

### Redaktion und Mitarbeit:

- Susanna Bertschi, AMYNA e.V.
- Christoph Bichler, Bund der Pfadfinder und Pfadfinderinnen
- Anne-Marie Ebert, BJR
- Dr. Magrit Fragmeier, Jugendpflege, Landkreis Kitzingen
- Norbert Göbel, Bezirksjugendring Mittelfranken
- Irene Kischkat, Pfadfinderinnenschaft St. Georg und BJR Landesvorstand
- Christine Klein, ZISSG und Aktion Jugendschutz
- Martina Kobriger, Präsidentin des BJR
- Heidi Kurzhals, Kreisjugendring München-Stadt
- Sabine Lechner, Studentin der evangelischen FH Nürnberg, FB Soziale Arbeit
- Christine Rudolf-Jilg, AMYNA e.V.
- Petra Schneider, Bund der Pfadfinder und Pfadfinderinnen
- Karl-Jörg Schröter, Jugendpflege Landshut
- Angela Senft, Evangelische Jugend
- Christine Sippekamp, Evangelische Jugend
- Maria Spengler, Institut für Jugendarbeit Gauting
- Andreas Stadler, Landesstelle für Katholische Jugendarbeit in Bayern
- Beate Steinbach, BJR, Projekt PräTect
- Elke Stolzenburg, JFF – Institut für Medienpädagogik in Forschung und Praxis
- Michael Voss, Bayerische Sportjugend im BLSV
- Wolfgang Wilfling, djo – Deutsche Jugend in Europa

### Gestaltung/Produktion:

Brandl und Team, Werbeagentur, München

### Druck:

Ilda-Druck, München

### Auflage:

1.000

### Stand:

Januar 2006

### ISBN-Nr:

3-925628-41-X

### Mit freundlicher Unterstützung:



**Power-Child e.V.**

Fon: 0 89 / 38 66 68 88  
www.power-child.de



**Bündnis für Kinder –  
gegen Gewalt**

Fon 0 89 / 7 44 20 02 50  
www.buendnis-fuer-kinder.de

