

Praktische Hinweise und Methoden zur Sensibilisierung

für das Thema Prävention (sexualisierter) Gewalt mit Kindern, Jugendlichen und Gruppenleiter*innen

1. Spiel: Ich sehe was, was du nicht siehst

"Ich sehe was, was du nicht siehst" wurde im Auftrag der Präventionsbeauftragten der Bistümer Mainz, Speyer, Trier und dem Caritasverband der Diözese Speyer e. V. durch die Fachstelle Kinder- und Jugendschutz des Bistums Trier in Kooperation der Hochschule Trier, Fachbereich Gestaltung, Fachrichtung Kommunikationsdesign entwickelt. Das Spiel hält knifflige Aufgaben und Fallbeschreibungen, aufregende Diskussionen, pantomimische Herausforderungen, Konzentrationsübungen und spitzfindige Beobachtungsaufgaben bereit. Ziel ist es, achtsames Verhalten zu trainieren, unangenehmes Verhalten rechtzeitig zu erkennen und gemeinsam Strategien zu entwickeln, die unangenehmes Verhalten wirkungsvoll stoppen.¹



Das Spiel ist zum Selbstkostenpreis in Höhe von 31,00 Euro zzgl. Versandkosten über die Fachstelle Prävention gegen sexualisierte Gewalt beziehbar. Es kann zudem im Büro des PastR Adenau-Gerolstein ausgeliehen werden.

2. Broschüre "Schutz vor sexualisierter Gewalt in der Kinder- & Jugendarbeit"

In der Broschüre finden sich neben vielen anderen Informationen auch verschiedene leicht anwendbare Methoden und Materialien, wie beispielsweise Wimmelbilder und Thesen zur Diskussion. Zu den Wimmelbildern gibt es zudem praktische Ideen zur Arbeit mit Gruppenleiter*innen und Teilnehmenden von Freizeitmaßnahmen. Sie können z.B. als Auftakt zur Erarbeitung gemeinsamer Gruppenregeln dienen. Die Thesen zur Diskussion lassen sich auch gut als Stellübung mit den beiden Polen "absolut okay" und "Grenze überschritten" anwenden, um in unterschiedlichsten Kontexten für das Thema zu sensibilisieren und ins Gespräch zu kommen.



¹ Spielbeschreibung entnommen von <https://www.praevention.bistum-trier.de/hilfe-informationen/materialien/praeventionsspiel/> (25.01.2023)

Diese Broschüre des Bistums kann über die Fachstelle Prävention gegen sexualisierte Gewalt zum Selbstkostenpreis bezogen werden und steht auf der Homepage der Fachstelle www.praevention.bistum-trier.de/ zum Download bereit. Im Büro des PastR liegt ein Exemplar zum Ausleihen vor.

3. Übung zu Nähe und Distanz am Beginn einer Maßnahme

Mit einer solchen Übung und der anschließenden Reflexion kann ein Raum für das Thema geschaffen werden und die Teilnehmenden zu einem sensiblen Umgang miteinander eingeladen werden:

Die Teilnehmenden stehen sich in zwei Reihen gegenüber. Mit dem Startkommando bewegt sich die eine Seite auf die andere zu. Es soll nur durch Blickkontakt, ohne zu sprechen, herausgefunden werden, wie nah man dem Gegenüberkommen kann, ohne dass es unangenehm wird. Nachdem alle eine gute Position, eventuell auch durch zurückgehen, gefunden haben, gehen alle wieder auf ihre Ausgangsposition und die andere Seite ist dran.

Anschließend sollte das Erlebte gut reflektiert werden. Hier können folgende Fragen helfen:

Wie habe ich mich (am Anfang, während der Übung, am Ende) gefühlt?

Wurde nonverbal kommuniziert? Was habe ich an Körpersprache wahrgenommen?

Wurden meine Grenzen geachtet? Habe ich etwas Neues über mich und meine Grenzen erfahren?

Anschließend kann über Regeln für das Miteinander, das Achten persönlicher Grenzen, Ansprechpersonen bei Grenzüberschreitungen usw. ins Gespräch gekommen werden.

Sicherlich ist es auch nach anderen erlebnispädagogischen Übungen oder alltäglichen Spielen sinnvoll, diese auf Themen wie persönliche Grenzen, respektvollen Umgang miteinander u.Ä. hin zu reflektieren.

4. Vorlesebücher zum Thema

Bei manchen Maßnahmen eignen sich Vorlesebücher, um für das Thema zu sensibilisieren und um mit den Teilnehmenden präventiv zu arbeiten. Im Büro des PastR Adenau-Gerolstein sind folgende Titel verfügbar:

“Ich bin stark, ich sag laut Nein!” von Susa Apenrade (auch als Hörbuch)

Dieses Buch handelt von Grenzverletzungen und den passenden Reaktionen.

Das große und das kleine NEIN von Gisela Braun als A3-Bildkarten für das Erzähltheater

Das Buch vermittelt die Botschaft, dass es manchmal auch gegenüber Erwachsenen notwendig ist laut zu werden, wenn diese auf ein leises "Nein" nicht reagieren.

5. Reflexionsrunden während und am Ende der Maßnahme

Gerade bei längeren Maßnahmen, wie beispielsweise Ferienfreizeiten, ist es sinnvoll Zwischenreflexionen einzuplanen, um den Teilnehmenden ganz explizit die Möglichkeit für Rückmeldungen zu geben. In den Reflexionen sollte auch das Thema (sexualisierte) Gewalt eine Rolle spielen. Dabei können übliche Reflexionsmethoden genutzt werden, wie z.B.:

Daumen-Reflexion:

Die Teilnehmenden schließen die Augen, um sich nicht von den Meinungen der anderen ablenken zu können. Es werden verschiedene Fragen gestellt. Die Antwort geben die Teilnehmer*innen, indem sie ihren Daumen nach oben (positiv) oder unten (negativ) zeigen. Natürlich sind auch Zwischenstufen (Daumen waagrecht zeigen) möglich.

Stellübung:

Ein Seil wird als gerade Linie auf den Boden gelegt. Es steht für eine Skala von "trifft voll zu" bis "trifft gar nicht zu". Die Teilnehmer*innen drücken ihre Reaktion auf verschiedene Aussagen aus, indem sie sich auf dem Seil positionieren.

Mögliche Fragen / Impulse zum Thema könnten so lauten:

In der Gruppe fühle ich mich wohl. Bei Problemen weiß ich, an wen ich mich wenden kann.
Ich darf so sein, wie ich bin. Die Gruppenleiter*innen achten meine Grenzen.