

Methodentasche

100% ICH



**Hintergründe, Aufbau und Umsetzung
von Übungseinheiten zur Prävention sexualisierter Gewalt**

Ziele

- Langfristiger Beitrag zur Stärkung durch Entwicklung, Festigung und Bestärkung von eigenen Ressourcen der Kinder und Jugendlichen.
- Dadurch in Kombination mit strukturellen Präventionsmaßnahmen ein Beitrag zur Verminderung von Grenzverletzungen und sex. Übergriffen.

Grundsätzliches

Die Verantwortung liegt immer in den Händen von Erwachsenen. Kinder haben nicht die Aufgabe, zu verhindern, dass sie Opfer eines Übergriffes werden!



Grundsätzliches

Eine entsprechende Erziehungshaltung trägt zur erfolgreichen Prävention genauso bei, wie strukturelle Maßnahmen Grenzverletzungen und sexualisierte Gewalt deutlich erschweren können.



Die Methodentasche 100% ICH

Inhalt der Tasche:

74 Spiele und Übungen in 5 unterschiedlichen Bereichen + 1 Begleitheft

Verschiedene Intensitäten + Zugänge zu den Themen



Die Methodentasche 100% ICH

Einsetzbar in Kindergärten, Schulen, Jugendverbänden, Beratungspraxen & weiteren Einrichtungen mit Kindern ab 4 Jahren bis zu Jugendlichen bis 16 Jahren.

Auf diverse Bereiche anzupassen z.B. Wasserspiele, Sportarten für Kinder mit Handicap



Grundthese

Kinder, die in verschiedenen Kernbereichen gestärkt werden, haben eine andere „Ausstrahlung“ und sind weniger gefährdet, als Opfer sexualisierte Gewalt ausgesucht zu werden und/oder schaffen es ggf. schneller, sich jemanden anzuvertrauen und Hilfe zu holen.



Kernbereich 1 „**Meine Gefühle**“

Gefühle wahrnehmen und einsortieren können =
Frühwarnsystem

- ▶ Manipulation von Gefühlen wird erschwert
- ▶ Die Einsortierung von Situationen wird erleichtert
- ▶ Vertrauen in eigene Urteilsfähigkeit
- ▶ Empathie-Förderung



Kernbereich 1 „**Meine Gefühle**“

Zielsetzungen & Ansatz in der Kategorie:

- Gefühle sammeln
- Gefühle ausdrücken (anhand von Pantomime)
- Auswirkungen von Gefühlen besprechen & erleben



Kernbereich 2 „Mein Körper“

Selbstbestimmungsrecht über seinen Körper einfordern =
Stärke/Selbstbewusstsein

- ▶ Wissen & angemessene Sprache
- ▶ Unterschiedliche Körpererfahrungen erleichtern die Einschätzung einer Situation
- ▶ Stärkung des Gefühls:
„Ich bin richtig so, wie ich bin!“



Kernbereich 2 „Mein Körper“

Zielsetzungen & Ansatz in der Kategorie:

- Körperteile und Funktionen kennenlernen
- Angemessene Sprache finden
- Körpererfahrungen machen und Auswirkungen erleben



Kernbereich 3 „Meine Werte“

Erkenntnisse über eigene Fähigkeiten und Vorstellungen
= Eigenständige **Persönlichkeit**

- ▶ Bildung des Grundvertrauens in sich selbst
- ▶ Bildung der Ich-Identität
- ▶ Individuelle Förderung und Erkennen der Stärken



Kernbereich 3 „Meine Werte“

Zielsetzungen & Ansatz in der Kategorie:

- Fähigkeiten entdecken
- Wertvorstellungen benennen
- Stärkung der eigenen Persönlichkeit über den Abgleich mit anderen



Kernbereich 4 „**Meine Grenzen**“

Nonverbale und verbale Grenzsetzung = **Signalwirkung**

- ▶ Erkennen, dass die eigenen Wünsche und Gefühle wichtig sind
- ▶ Erkennen, dass die eigenen Grenzen beachtet werden sollen
- ▶ Entwicklung von aktiver Stärke im Sinne von Situationsgestaltung



Kernbereich 4 „**Meine Grenzen**“

Zielsetzungen & Ansatz in der Kategorie:

- Grenzen definieren
- Grenzen ausdrücken
- Wahrnehmung und Wahrung der Grenzen anderer



Kernbereich 5 „Ich brauche dich!“

Fähigkeit sich Hilfe zu holen = Lösungsansatz

- ▶ Wissen, dass man nicht alleine ist
- ▶ Verstehen, jede Person kann in eine Notsituation kommen (auch Erwachsene!)
- ▶ Wissen, es steht einem zu, Hilfe zu bekommen



Kernbereich 5 „**Ich brauche dich!**“

Zielsetzungen & Ansatz in der Kategorie:

- Situationen erleben, in denen man Hilfe braucht
- Verschiedene Rollen einnehmen
- Erproben und Einüben der Anforderung von Hilfsangeboten



Achtung!

Selbstcheck Voraussetzung, um mit der Methodentasche zu arbeiten!

Fragenkatalog (im Begleitheft zur Methodentasche) zu eigenen **Gefühlen**, zum **Körper**bewusstsein, zu eigenen **Grenzen** und **Werten** und zum eigenem **Hilfs**verständnis

Vorbereitung von Übungseinheiten

Setting/Atmosphäre

Anforderungen an die *Räumlichkeiten*

- Größe
- Material
- „Ausstrahlung“/„Wohlfühlfaktor“

Vorbereitung von Übungseinheiten

Setting/Atmosphäre

Anforderungen an die Teilnehmergruppe

- Grundsympathie untereinander
- Vertrauen in die Übungsanleitung
- Klare Gruppenregeln

Vorbereitung von Übungseinheiten

Setting/Atmosphäre

Anforderungen an die *Übungsanleitung*

- Fachwissen (sex.Gewalt/Spielpädagogik/Reflexion)
- Empathie & Flexibilität
- Methodisches Verständnis für die Anordnung von Übungen
- Fähigkeit zur Reflexion von Übungen
- Fähigkeit Übungseinheiten aufzubauen

Vorbereitung von Übungseinheiten

Reflexionsebene

Übungen und Spiele selbst erleben

- Was ist mir selbst leicht gefallen?
- Was war „komisch“ für mich?
- Was hätte mir geholfen?

Vorbereitung von Übungseinheiten

Reflexionsebene

Vor der Übungseinheit

- Festlegen der Zielsetzung für die Stunde
- Auswahl der Übungen
- Vorbereitung der Auswertungsfragen/Methode
- Auswahl der Methoden/Inhalte zur Weiterarbeit am Thema
- Kriterien festlegen zur Messung des Erfolgs



Kollegiale Meinung einholen!

Vorbereitung von Übungseinheiten

Reflexionsebene

Während der Übungseinheit

- Auf Stopp-Regel verweisen
- Auf Einhaltung der Gruppenregeln achten
- Für eine der Übung angemessene Stimmung sorgen
- Auf Signale der Kinder achten
- Übungen ggf. abbrechen und Alternativen parat haben



Mit Freude dabei sein!

Vorbereitung von Übungseinheiten

Reflexionsebene

Nach der Übungseinheit

- Auswertungsraster hervorholen
- Stunde Revue passieren lassen
Tolle Erfahrungen und Probleme definieren und vermerken
- Erste Ideen zur Weiterarbeit entwickeln



In den Austausch mit den Teamkollegen gehen!



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

**Bestellungen der Methodentasche, Download der Arbeitsblätter,
Referenzen und Musterkonzeptionen finden sich unter:**

www.praevention.drk-nordrhein.de

Kontakt Daten Steffi Korell:

s.korell@drk-nordrhein.de & 0211/3104 - 166



Diese Präsentation ist für die AJS Fachtagung am 10.09.2019 zusammengestellt worden. Sie kann gerne in Auszügen unter Nennung der Quelle (Stephanie Korell / DRK Landesverband Nordrhein e.V.) genutzt werden. Die Inhalte sind vorab durch den Veranstalter auf Aktualität und Richtigkeit hin zu überprüfen.