

**GRUNDSCHULE IPRUMP-STICKGRAS
LANGENWISCHSTR. 108
27751 DELMENHORST
TEL.: 04221/72322 · FAX: 04221/72322**

**Konzepte der
GS Iprump-Stickgras
zur
Gewaltprävention**

Stand:3/2013

Inhaltsübersicht

- 1. Vorbemerkungen / Rahmenbedingungen**
- 2. Zielsetzung an der GS Iprump-Stickgras**
- 3. Intervention / Prävention**
 - Streitschlichter**
 - Sozialtraining**
 - „...ganz schön stark!!“ Lebenskompetenzförderung in der Schule**
 - Klassensprecherversammlung**
- 4. Evaluation**
- 5. Anhänge**

1. Vorbemerkungen

Rahmenbedingungen der GS Iprump-Stickgras

Grundregel: Gewalt jeglicher Art wird nicht toleriert!

Vorbemerkungen

Konflikte begegnen den Menschen in jeder Altersstufe und sind Bestandteil jeglichen Zusammenlebens. Man muss lernen, damit umzugehen, Grenzen anderer zu erkennen und zu respektieren.

Der häufig zu erkennende Mangel an sozialen Kompetenzen, der eine konstruktive Form der Problem- und Konfliktbewältigung nicht zulässt, macht ein „Eingreifen“ durch die Schule notwendig.

Forschungsergebnisse belegen, dass Kinder mit aggressiven und impulsiven Verhaltensweisen häufig auch schlechte Schulleistungen erbringen oder weit unter ihren Möglichkeiten bleiben.

Allgemeingültige Regeln bilden die Grundlage für ein geordnetes Schulleben. Das Einhalten dieser Grundregeln gibt den Kindern einen Orientierungsrahmen in der Schule, der Gewalttätigkeiten im Versteckten, im schutzlosen Raum und unbemerkt durch Dritte erschwert.

Erfahrungsgemäß wird das schulische Sozialleben nur durch wenige, häufig in Erscheinung tretende Kinder gestört. Verstärkte Elternkontakte und eine permanente Kommunikation sollen begleitend langfristig zu einer Verhaltensänderung führen.

Jedes Kind bekommt bei Schuleintritt allgemeingültige Schulregeln, die es in Form eines Vertrages (Anwendung nur im Standort Iprump) durch Unterschrift (auch der Erziehungsberechtigten) bestätigt. Zudem hängen in jedem Klassenraum gut sichtbar die Regeln aus. Bei Nichteinhaltung erfolgt ein Maßnahmenkatalog.

(Die Schulregeln der GS Iprump-Stickgras, der Vertrag und der Maßnahmenkatalog sind als Anhang beigefügt.)

Aus diesen Gründen erscheint es angebracht, notwendig und sinnvoll schon in der Grundschule ein Gewaltpräventions-Programm aufzulegen.

Vor diesem Hintergrund erhielten die Grundschulen Iprump und Stickgras schon 2007 folgende Angebote

- von der Deutschen BKK das von ihr gesponserte „Sicher- und Stark-Training“ an der Schule durchzuführen (nur Stickgras; Klassen 3 und 4)
- vom KPR (Kriminalpräventiven Rat der Stadt Delmenhorst) das „Faustlos“-Präventions-Programm durchzuführen.

Der KPR bot sich an, das Material und die Fortbildung mit Hilfe von Sponsoren zu finanzieren.

Zum Faustlos-Konzept (s. Anhang) nahm das Kollegium der GS Sticgras an einer Fortbildung teil, woran sich das große Interesse und Engagement der Kollegien ablesen ließ.

Seit dem Schuljahr 2007/08 wird „Faustlos“ an der Grundschule Stickgras kontinuierlich praktiziert.

Überzeugt hat vor allem die Tatsache, dass „Faustlos“ ein Langzeitprogramm bietet, denn Verhaltensänderungen brauchen Zeit und Konsequenz. Ebenso war es allen klar, dass eine optimale Effektivität nur gegeben ist, wenn das Programm in allen Klassenstufen und vom gesamten Kollegium mit getragen wird.

Alle Eltern wurden in Elternbriefen über „Faustlos“ informiert und um Ihre Unterstützung gebeten.

Mittlerweile beteiligen/beteiligten sich 10 Grundschulen, 1 Förderschule, 4 weiterführende Schulen und 17 Kindergärten an dem Förderprogramm.

Z. Zt. arbeiten die Lehrkräfte nur in Anlehnung an die Erfahrungen aus diesem Programm.

2. Zielsetzungen der Grundschule Iprump-Stickgras

(Diese Zielsetzungen waren an beiden Grundschulen festgelegt und gelten modifiziert weiterhin)

2.1 Formen der Gewalt

Gewalt gegen Personen oder Sachen

- Körperliche Angriffe
- Bedrohung, Erpressung
- Waffenbesitz
- Schaden an fremdem Eigentum, Vandalismus

Seelische Gewalt

- Beschimpfungen
- Soziale Ausgrenzung
- Hänkeln, Verspotten, Ärgern, Mobben
- Herausfordern, Provokation (verbal und nonverbal)

Gewalt gegen Schulautorität

- massive Unterrichtsstörung
- Arbeitsverweigerung, passiver Widerstand
- Mogeln und Fälschen
- Schwänzen

2.2 Grundlagen des Schullebens

Nicht jedes Detail des Schullebens muss durch Ge- und Verbote geregelt werden. Vielmehr ist die Einsicht des einzelnen Kindes in bestimmte sozialzutragliche Formen des menschlichen Zusammenlebens zu stärken und anzuerkennen.

Kindern mit hohem Aggressionspotential und signifikanter Gewaltbereitschaft sollen Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten vermittelt werden, die sie zunehmend in die Lage versetzen, ihre Konflikte auf angemessene Art und Weise zu lösen. Darüber hinaus werden für alle Kinder allgemeine wichtige soziale Verhaltensweisen erlernt.

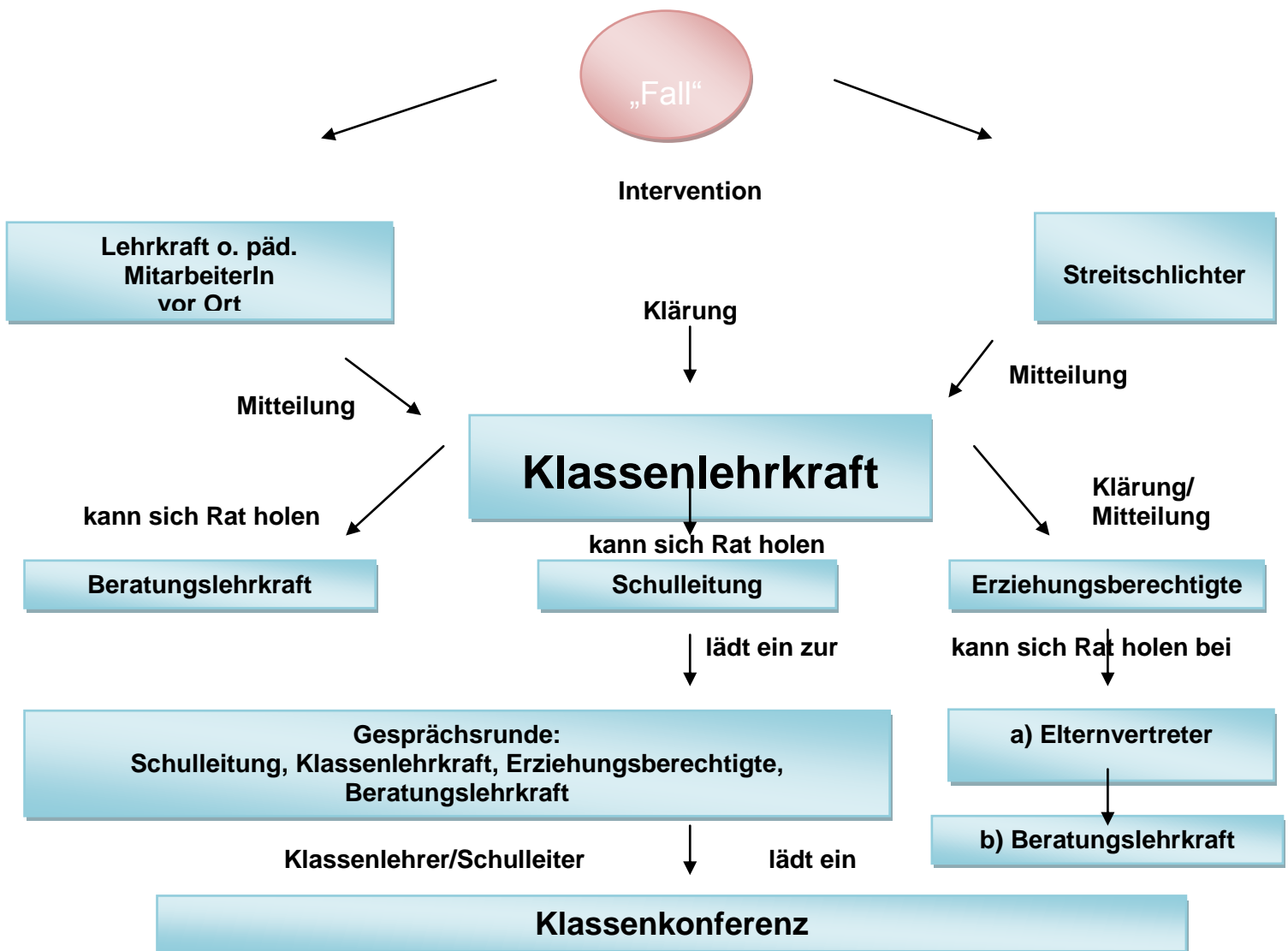
Die Kinder sollen während der Grundschulzeit

- ⇒ **Prävention von Gewalt erlernen**
- ⇒ **Möglichkeiten und Regeln des Zusammenlebens entwickeln**
- ⇒ **mit ihren Bedürfnissen und den Bedürfnissen anderer umgehen lernen**
- ⇒ **Konflikte friedlich lösen lernen**
- ⇒ **Verantwortung für das eigene Handeln übernehmen**

Insgesamt sollen soziale Kompetenzen gestärkt, Kommunikations- und Kooperationsfähigkeit verbessert und Konfliktlösestrategien erlernt werden. Die dadurch erlangte Ich-Stärkung stellt eine wichtige Lebensressource dar. Schule soll repressionsfreier Lebensraum sein.

3. Intervention / Prävention

Verbindliches Vorgehen im Akutfall Sofortige Aufklärung des Sachverhaltes



3.1 Streitschlichter

An der Grundschule werden Streitschlichter (Iprump seit 2003/04) ausgebildet, die sich in den Pausen aktiv für ein friedliches Miteinander einsetzen.

Die Ausbildung wird von unserer Beratungslehrerin geleitet, die eine zusätzliche Ausbildung zur Mediatorin absolviert hat.

In einer Arbeitsgemeinschaft erlernen die Streitschlichter das Verfahren der Mediation. Mediation ist die Kunst, ein Streitgespräch unparteiisch und einfühlsam so zu leiten, dass die Konfliktparteien selbst Lösungen für ihren Streit finden. Sie treffen mit den Kontrahenten Vereinbarungen, bei denen es keine Verlierer gibt. Die Vereinbarungen werden protokolliert und von beiden Parteien unterschrieben. Nach einer Woche erfolgt eine Kontrolle und wenn nötig, ein weiteres Klärungsgespräch. Die Streitschlichter treffen sich in regelmäßigen Abständen mit der Beratungslehrerin, um ihre Arbeit zu reflektieren und sich Hilfe zu holen. In den großen Pausen halten sich jeweils zwei ausgebildete Streitschlichter bereit, um in Konflikten zwischen anderen Schülern und Schülerinnen vermitteln zu können.

Die Streitschlichter schlichten direkt auf dem Schulhof oder gehen in einen Raum um ungestört agieren zu können. Auf dem Schulhof tragen die Streitschlichter bei ihrem Einsatz gelbe Westen.

Jeder Streitschlichter ist in der Pausenhalle mit Namen und Bild vorgestellt.

3.2 Sozialtrainingsprogramme

Auch in der Grundschule sind soziale Kompetenzen notwendige Voraussetzungen für einen verantwortungsvollen Umgang miteinander. Dazu gehören die Fähigkeit zur Empathie, des aktiven Zuhörens, der Wahrnehmung von Konflikten und das Verständnis für Regeln und Ritualen.

Seit dem Schuljahr 2003/2004 (nur im Standort Iprump) führt die Beratungslehrkraft in einigen Klassen ein Sozialtrainingsprogramm durch, in dem durch Interaktionsspiele die oben genannten Sozialkompetenzen der Schüler weiter ausgebildet werden. Die Dauer der Einheiten richtet sich nach dem Bedarf der Klasse und wird in den verschiedenen Schuljahren fortgesetzt bzw. auch im Standort Stickgras umgesetzt, so dass durch diese aufeinander aufbauenden Bausteine eine gute Vorbereitung für die Ausbildung zu Streitschlichtern vorbereitet wird.

3.3 „...ganz schön stark!!“ Lebenskompetenzförderung in der Schule

Dieses Programm wurde 2000 als präventives Projekt für Bremer Grundschulen aufgelegt und mit großem Erfolg durchgeführt. Es wurde auch dem Kollegium der GS Stickgras vorgestellt und eine Fortbildungsveranstaltung über 1,5 Tage wird uns mit der Thematik tiefer vertraut machen.

Ein Umsetzungskonzept ist nach der Veranstaltung für die Schule zeitnah durch eine Steuergruppe zu erstellen um das Programm dann auch anzuwenden.

Im Anhang 5 werden seine Intensionen ausführlicher dargestellt.

3.4 Klassensprecherversammlungen

Seit November 2003 (Standort Iprump) findet an unserer Schule ca. alle acht Wochen innerhalb einer großen Pause eine Klassensprecherversammlung statt, an der alle Klassensprecher teilnehmen.

Die Versammlung muss ihre Klassen übergreifenden Aufgaben oder Aktivitäten im Schulleben mit Unterstützung der teilnehmenden Lehrkraft möglichst eigenständig finden. Die Ergebnisse werden festgehalten, den anderen Schülern von ihren Klassensprechern mitgeteilt und gemeinsam besprochen.

Stärkung des Gemeinschaftsgefühls

- **Selbstorganisierte Spielgeräteausrüstung in den Pausen.**
- **Schülerladen: Herstellung von Produkten, Verkauf und Abrechnung durch die Schüler (nur Iprump)**
- **Forum: Darstellung erlernter Inhalte aus dem Klassenleben oder auch von außerschulisch Erlerntem**

3.6 Verhaltensweisen der Lehrkräfte

- **Unterrichtsstunden werden pünktlich begonnen und beendet**
- **Lehrkräfte verlassen als letzte Person den Klassenraum**
- **Aufsichten werden pünktlich angetreten**
- **Die aufsichtführende Lehrkraft befindet sich auf dem Schulhof**
- **Wer in den Pausen Kinder zur Erledigung von Diensten o.ä. in der Klasse belässt, trägt hierfür die volle pädagogische Verantwortung**

- **Aufmerksam wahrnehmen**
Genau hinsehen, wenn Jungen oder Mädchen sich prügeln. Ist das Spaß für alle Beteiligten oder Ernst? Nicht wegsehen, sondern sich einmischen. Stellung beziehen, z.B. „Hier tut keiner dem anderen weh!“

- **Die „Stopp-Norm“ setzen**
Bei Gefahr im Verzug sofortiges Einschreiten. In Situationen, in denen Schülern Verletzungen durch körperliche und/oder seelische Gewalt droht, greifen die Lehrkräfte konsequent ein, um die Gefahr abzuwenden, trennen die Kontrahenten, brechen den Vorfall personenneutral ab und setzen die „Stopp-Norm“ ein. Konflikte werden zeitnah und unter Beteiligung der Kinder bearbeitet und geklärt.

- **Grenzsetzungen durchsetzen**
Keine Angriffe und Drohungen gegen Intervenierende zulassen.
Schulterschluss der Pädagogen deutlich machen:
„Grobheiten dulden wir hier alle nicht!“, „Der Letzte ist schuld!“

4. Evaluation

Dieses Konzept sollte alle vier Jahre evaluiert werden.

Die Bemühungen des Kollegiums müssen sein, gemeinsam mit den Eltern und den Schülerinnen und Schülern immer an der Verbesserung der von uns zu beeinflussenden Maßnahmen zu arbeiten. Dies bezieht sich in besonderer Weise auf das gültige Regelwerk und seiner Umsetzung.

5. Anhänge

Anhang 1



Wir möchten in einer Schule leben,
in der wir uns wohlfühlen,
miteinander friedlich umgehen
und erfolgreich lernen.



Schulordnung

1. **Wir** gehen **alle** höflich und freundlich miteinander um; wir Kinder beschimpfen und verletzen uns nicht.
2. Wir können ab 7:45 Uhr aufs Schulgelände gehen. Walkman, Handy, Sammelkarten und andere Spielgeräte sind zu Hause geblieben.
3. Wir putzen die Schuhe am Eingang ab und hängen die Jacken an die Haken. Benutzt ihr Hausschuhe, zieht diese an, stelle die anderen Schuhe ins Regal.
4. In den Fluren, der Aula und im Klassenraum gehen wir langsam und verhalten uns ruhig.
5. Auf dem Schulhof werfen wir nicht mit Sand, Stöcken, Steinen, Schneebällen und Obst.
WIR GEFÄHRDEN SONST UNSERE FREUNDE.
6. Wenn wir gemeinsam spielen, halten wir uns an die Spielregeln; wir klettern nur an den Klettergeräten. Die Bäume, Tischtennisplatten, Fahrräder und Roller sind keine Klettergeräte.
7. Wir schützen die Pflanzen und reißen keine Blätter und Äste ab.
8. Brauchen wir Hilfe, gehen wir zum Streitschlichter oder zur Aufsicht.
9. Willst du etwas nicht zum Beispiel angefasst werden, rufe laut: „**Ich will das nicht!**“
10. Wenn wir die Toilette benutzen, waschen wir uns die Hände und hinterlassen den Raum sauber.
11. Für unsere Abfälle benutzen wir Abfallkörbe. Wir sortieren den Abfall
12. In der Regenpause spielen, malen und lesen wir in unserem Klassenraum.
13. Kommst du mit dem Fahrrad zur Schule, muss dieses verkehrssicher sein. Du musst einen Helm auf dem Kopf tragen und die Verkehrsregeln anwenden können.
Auf dem Schulhof schieben wir unser Rad!
14. Sporthalle, Schulküche, Werk- und Musikraum betreten wir nur mit Erlaubnis einer Lehrkraft.
15. Ohne Erlaubnis verlassen wir nicht das Schulgrundstück.
16. Bevor wir nach Hause gehen, räumen wir Klassenraum und Flur auf. Spätestens am Freitag nehmen wir unsere vergessenen Sachen mit nach Hause.

Anhang 2

Der Klassenvertrag (mögliches Muster)

Vertrag

Wir sind eine Klassengemeinschaft und wollen noch viele Jahre gemeinsam in der Grundschule Iprump-Stickgras lernen. Damit dies gut läuft, schließen wir untereinander und mit unserer Klassenleitung diesen Vertrag.

Ich, _____, will mich so verhalten:

- 1) Ich bin nett zu meinen Mitschülern und Mitschülerinnen
- 2) Ich helfe ihnen
- 3) Ich nehme auf sie Rücksicht
- 4) Ich schlage, trete, spucke, kratze und kneife nicht
- 5) Ich bin leise
- 6) Ich renne in der Klasse und im Flur nicht
- 7) Ich melde mich
- 8) Ich höre zu und lasse die Mitschülerinnen und Mitschüler ausreden

Wenn ich diese Punkte über zwei Wochen eingehalten habe, darf ich mir eine der folgenden Belohnungen auswählen:

- A) Eine längere Pause haben!
- B) In einer „Spielstunde“ alleine auf die Nestschaukel!
- C) In einem Fach keine Hausaufgabe auf bekommen!

Wenn ich gegen diese Punkte in den zwei Wochen mehrmals verstoßen habe, werde ich eine dieser Strafen erhalten:

- A) Ich muss in drei großen Pausen bei Herrn Werner im Zimmer sein!
- B) Ich muss eine Woche in der großen Pause im LZ sein!
- C) Ich muss an einem Tag in der großen Pause das Papier vom Schulhof sammeln!

Ich stimme dem Inhalt dieses Vertrages zu.

Delmenhorst, im

Kind

Lehrkraft



Anhang 3

Das „Faustlos“-Konzept (nur im Standort Stickgras durchgeführt)

Was ist „Faustlos“?

„Faustlos“ ist ein Curriculum zur Prävention von aggressivem und gewaltbereitem Verhalten für Kinder von 6 – 10 Jahren.

Es richtet sich aber nicht nur an die potentiellen Täter, also die bereits auffälligen aggressiven Kinder, sondern auch an die potentiellen Opfer, die stillen Kinder, die bereit sind, alles über sich ergehen zu lassen.

„Faustlos“ geht davon aus, dass aggressives Verhalten im Wesentlichen aus dem Mangel an sozialen Kompetenzen resultiert und möchte alters- und entwicklungsadäquate prosoziale Kenntnisse und Fähigkeiten vermitteln.

Aufbau und Ziele

Das Curriculum ist konzipiert für die Klassen 1 – 3 der Grundschule und in drei große Themenbereiche gegliedert:

- 1) Empathietraining**
- 2) Impulskontrolle**
- 3) Umgang mit Ärger und Wut**

1) Empathietraining

Die Kinder sollen lernen:

- **Gefühle anderer zu identifizieren,**
- **die Perspektiven anderer zu übernehmen und empathisch auf andere zu reagieren.**

2) Impulskontrolle

Impulskontrolle bedeutet, eine Aktivität zu unterbrechen, um über ein Problem nachzudenken, anstatt spontan zu tun, was einem in den Sinn kommt. Impulsives und aggressives Verhalten von Kindern soll vermindert werden durch:

- **die Anwendung von Problemlösestrategien in sozialen Situationen und**
- **das Einüben prosozialen Verhaltens, wie z.B. sich entschuldigen, jemanden höflich zu unterbrechen oder jemanden um Hilfe zu bitten.**

3) Umgang mit Ärger und Wut

Wütendes Verhalten von Kindern soll vermindert werden durch

- **das Erkennen ärgerlicher Gefühle bei sich und anderen**
- **die Anwendung von Techniken zur Beruhigung / Reduzierung von Ärger und Wut, um den Kreislauf der „Ärgereskalation“ zu durchbrechen.**
- **erlernen von Verhaltensfertigkeiten wie:**
 - **sich aus einem Kampf heraus halten**
 - **Umgang mit Hänseleien und Neckereien**
 - **Umgang mit Kritik**
 - **Konsequenzen akzeptieren**
 - **Umgang mit Enttäuschungen**
 - **Umgang mit Vorwürfen**
 - **sich beschweren**

Erfahrungen mit dem Sozialtraining „Faustlos“

Schon nach relativ kurzer Zeit „Faustlos“-Erfahrung lassen sich folgende Beobachtungen und Feststellungen machen:

Es ist von Vorteil, wenn „Faustlos“ vom Klassenlehrer/von der Klassenlehrerin durchgeführt wird, der/die in der Regel einen höheren Stundenanteil in der Klasse hat. Zum einen besteht zum Klassenlehrer/ zur Klassenlehrerin ein größeres Vertrauensverhältnis. Ferner kann das aktuelle „Faustlos“-Thema besser in Alltagssituationen / Pausenstreitigkeiten aufgegriffen und geübt werden. Zielsetzungen zur Verhaltensmodifikation können unmittelbar durch den Klassenlehrer/ die Klassenlehrerin überprüft werden. Trotzdem ist es u.E. sehr wichtig, dass das gesamte Kollegium mit der „Faustlos“-Pädagogik vertraut ist und die Kinder eine einheitliche Position der Lehrer z.B. zum Streit-Verhalten feststellen können.

„Faustlos“ ist eine Langzeit- Intervention. Da in der Schulpraxis keine wissenschaftliche Evaluation mit Kontrollgruppen durchzuführen ist, lässt sich nur eine subjektiv wahrgenommene Prognose zur Wirksamkeit abgeben. Das Kollegium der Grundschule Stickgras beobachtet überwiegend eine positive Veränderung des Klassenklimas und zwar relativ kurzfristig nach Beginn der Arbeit mit dem Programm. Über Gefühle zu reden, sie wahrzunehmen und überhaupt verbalisieren zu können bedeutet eine gemeinsame Sprache zu haben. Dies erscheint von Bedeutung. Ferner bedeutet, Empathiefähigkeit über einen längeren Zeitraum zu trainieren, in jedem Fall eine Sensibilisierung der Kinder für soziales Verhalten. Deutlich spürbar wird das z.B. in den Fächern Musik und Kunst, wo die Kinder auffallend positiv in der Lage sind Empfindungen gehörter Musik zu verbalisieren, oder bei Bildbetrachtungen offen und ungehemmt sehr persönliche Eindrücke und Gefühle wiedergeben können.

Zu Beginn des „Faustlos“ Projektes waren alle Kollegen/Kolleginnen der Hoffnung eine positive Verhaltensmodifikation bis in die Familien hinein bewirken zu können. Im Laufe der Zeit ist sich das Kollegium des eingeschränkten Interventionsradius bewusst geworden und hat realisiert, dass viele Familien hierfür nicht das nötige Verständnis, die Unterstützung und Mitwirkung aufbringen. Daher beschränkt sich mittlerweile der Anspruch auf Umsetzbarkeit der „Faustlos“-Regeln auf den Bereich Schule. Trotzdem bleibt die Zuversicht, dass sich langfristig in den Familien der Umgang mit Konflikten durch den Transfer der Kinder im Sinne von „Faustlos“ verändern wird.

Allgemein lässt sich feststellen, dass Kinder in Streitsituationen leichter ansprechbar sind/bleiben und somit eine Deeskalation aggressiven Verhaltens möglich ist. Selbst wenn Theorie und Praxis ihres Verhaltens noch häufig auseinanderklaffen, verfügen die Kinder über das notwendige Problembewusstsein und sind im Nachhinein in der Lage ihr Verhalten angemessen zu reflektieren.

Anhang 4

Das Sicher-Stark-Konzept (nur im Standort Stickgras durchgeführt)

Jedes Kind kann Opfer von Gewaltstraftäterinnen werden. Einen absoluten Schutz vor Gewaltverbrechen und sexuellem Missbrauch gibt es nicht, aber es gibt Prinzipien, die helfen und die man lernen kann. Mutige, starke und selbstbewusste Kinder sind am wirksamsten vor Gewalttaten geschützt. Erfahrungsgemäß sprechen Täter ängstliche oder unsicher wirkende Kinder bevorzugt an. Denn Täter suchen Opfer, wo sie glauben, auf geringen Widerstand zu stoßen.

Die Sicher-Stark-Kurse zeichnen sich dadurch aus, dass den Kindern mit sehr viel Spaß und Freude nicht nur effektive und leicht anzuwendende Selbstverteidigungstechniken vermittelt werden; die Kinder erfahren darüber hinaus auf sehr einfühlsame und kompetente Art eine Schulung ihres Selbstvertrauens und erlangen den Mut, sich selbst mit Stärke und Selbstbewusstsein zu behaupten gegenüber gefährlichem und grenzüberschreitendem Verhalten.

Die Grundlage für die Trainings des Sicher-Stark-Teams bietet ein außergewöhnliches und bundesweit einzigartiges Konzept, durch das Kinder ihre persönlichen Stärken entdecken -Stärken und Fähigkeiten, die sie oftmals zuvor gar nicht kannten! Dabei sind die Kinder oftmals erstaunt über sich selbst und gewinnen an Selbstvertrauen und das Training ermöglicht ihnen, über sich selbst hinaus zu wachsen und diese Erfahrungen auch in den Alltag zu übernehmen.

Hier setzt das Sicher-Stark-Training an, indem das "gesunde Misstrauen" der Kinder geschult wird und sie stark macht, NEIN zu sagen, wegzurennen oder Hilfe zu holen. In den Sicher-Stark-Trainings lernen Jungen und Mädchen, wie sie sich in kritischen Situationen richtig verhalten sollen. Jede der Kursstunden ist einem bestimmten Thema gewidmet. Angefangen vom einfachen "Blickkontakt halten" bis hin zu Übungen, die veranschaulichen, wie Körpersprache wirkt usw. So steigern die Kinder kontinuierlich ihr Selbstbewusstsein. Ergänzend zu den gelenkten und realitätsbezogenen Rollenspielen werden auch Selbstverteidigungstechniken einstudiert. Das Außergewöhnliche bei diesen Kursen sind die "Realitäts-Checks"! Wichtig: Diese "Realitäts-Checks" werden immer auf die jeweiligen Altersgruppen, Möglichkeiten und Grenzen der SchülerInnen abgestimmt! Kein Kind wird hier überfordert oder verängstigt - die ErfolgstrainerInnen übernehmen die volle Verantwortung für einen kindgerechten Umgang mit diesen Situationen! Deshalb erleben die teilnehmenden Kinder gerade diesen Teil des Trainings als besonders hilfreich, wie sie selbst sagen, denn sie erfahren, dass sie sich erfolgreich und sicher wehren können!

In den Rollenspielen wird nicht nur "der Fremdtäter" berücksichtigt, sondern auch das nahe Umfeld, in dem laut Statistik die meisten Übergriffe passieren und auch Missbrauch stattfindet. Ein entsprechend behutsamer Umgang mit dieser Thematik wird durch die fachliche Qualifikation und Erfahrung der Trainer und Trainerinnen gewährleistet.

Arbeitsmethoden:

In gemeinsamen Gesprächen, Kleingruppen- und Paariübungen werden die Inhalte mit den Kindern erarbeitet. Im gemeinsamen Spielen und im Austausch in der Gruppe werden Lösungsmöglichkeiten für Konfliktsituationen entwickelt und umgesetzt. Altersgerechte Selbstverteidigungstechniken werden eingeübt und die Kinder erfahren dabei ganz praktisch: Ich bin nicht hilflos! Ich kann mich wehren, wenn es nötig ist! Außerdem werden die Kinder in Rollenspielen darin geschult, Nein zu sagen, sich abzugrenzen und möglichen Gefahrensituationen sicher zu begegnen und sich Hilfe zu holen.

Wir arbeiten gegebenenfalls mit Einsatz von professioneller Audio- und Videotechnik, die das Reflektieren des eigenen Verhaltens ermöglicht.

Wir arbeiten interdisziplinär, d.h. die TrainerInnen haben unterschiedliche Ausbildungen, die gemeinsam eingebracht werden (ehemalige Polizeibeamtinnen, Sozialpädagoginnen, Diplom-Pädagoginnen, KindertherapeutInnen, SelbstverteidigungsexpertInnen).

Wir arbeiten mit einem sportartübergreifenden Konzept (aus allen Selbstverteidigungssportarten nur das Beste und das Wirksamste). Technische Hilfs- und Trainingsmittel werden zur Verfügung gestellt (Schutzkleidung, Schlagpolster, Dummies, etc.)

Konzeptbausteine des Trainings im Überblick:

A) Angemessene Selbstbehauptung erlernen

Einsatz von Gestik/Mimik/Sprache! Kennen lernen unterschiedlicher Gefühle! Unterscheidung von Ja-Gefühlen und Nein-Gefühlen! Umgang mit Angst! Umgang mit Berührungen! Nein-sagen lernen! Umgang mit Geheimnissen, gute und schlechten! Stimm- und Schreittraining! Konfliktlösende Rollenspiele! Hilfestellen für Kinder / wer kann mir helfen?

B) Gefahrenerkennung und –vermeidung

Welche unterschiedlichen Gefahrensituationen gibt es?

Wie kann ich mich schützen?

Wie wehre ich mich richtig?

Übungen in Rollenspielen

C) Altersgerechte Selbstverteidigung

Welche unterschiedlichen Täter gibt es?

Einfache, jedoch wirkungsvolle Selbstverteidigungstechniken/ Lösetechniken

Wie wehre ich mich richtig?

Gegebenenfalls Einführung in die Fallschule

D) Realitätsnahe Rollenspiele

Ich bin allein zu Hause und es klingelt an der Tür / das Telefon

Ich werde auf dem Schulweg angesprochen

Jemand spricht mich auf dem Spielplatz an

Wie verhalte ich mich gegenüber einem Exhibitionisten?

Wie verhalte ich mich bei Streitigkeiten mit MitschülerInnen/Freunden

Die Sicher-Stark-Kurse sind speziell auf die unterschiedlichen Jahrgangsstufen abgestimmt und für Kinder ab 6 Jahren geeignet (getrenntgeschlechtlich ab der Kl. 3).

Je Maßnahme arbeiten zwei Erfolgstrainerinnen mit max. 30 Kindern vor Ort!

Was können die Kinder lernen?

- **Sie lernen Konflikt- und Gefahrensituationen zu erkennen, einzuschätzen und zu bewältigen.**
- **Sie gewinnen Vertrauen in ihre eigenen Fähigkeiten und Kräfte und damit an Selbstbewusstsein.**
- **Sie erkennen Zusammenhänge zwischen ihrer Körpersprache, ihrem Auftreten und der damit verbundenen Wirkung auf andere (Opferhaltung).**
- **Sie lernen Krisensituationen (Angriffe verbal / körperlich) kennen und sie werden geschult im Erkennen und Vermeiden von potentiell gefährlichen Situationen.**
- **Sie lernen wirkungsvolle und einfach anwendbare Techniken zur eigenen Sicherheit.**

In altersgerechter, spielerischer Umsetzung erleben sie zudem, dass das Sicher-Stark-Training sehr viel Spaß und Mut macht.

Anhang 5

„..., ganz schön, stark!!“ – Lebenskompetenzförderung in der Schule

Ziel ist die Förderung der Lebenskompetenz durch das Training

- **des Selbstbewusstseins**
- **der sozialen Kompetenz**
- **der Eigenverantwortung**

Dies kann gelingen durch

- **Entwicklung von Phantasien, Eigenkreativität und Ausdrucksfähigkeit**
- **Förderung des Selbstbewusstseins und der Eigenwahrnehmung**
- **Entwicklung von Körperbewusstsein und Körpersprache**
- **Steigerung der sinnlichen Wahrnehmungsfähigkeit**
- **Ausbildung von Kritikfähigkeit und Eigenkritik**
- **Erhöhung der Frustrationstoleranz**
- **Erarbeitung eines konfrontationsfähigen „Miteinanders“**
- **Stärkung der Kommunikationsfähigkeit**
- **Erkennen von Rollenverhalten**
- **Wahrnehmung der eigenen Grenzen und der des Anderen**

Übungen und Spiele aus der Psychomotorik und der Theaterpädagogik werden genutzt, um auf spielerische Art und Weise die affektiven Lernziele zu ermöglichen:

- **Bewegungs- und Rhythmusspiele**
- **Rollenspiele**
- **Phantasiereisen**
- **Geschichten erfinden und spielen**
- **Improvisation**
- **Spiele zu Assoziationsvermögen, Spontanität, Konzentration, Reaktion und Beobachtungsvermögen**

Als Umsetzungsbasis für die Arbeit mit Kindern bietet dieses Konzept die Möglichkeit, Methodik und Inhalt kennen zu lernen und es dann anzuwenden. Anders als sonst im Unterricht ist nicht nur der/die Lehrende der antreibende Motor, sondern oftmals auch die Kinder. Funktion der Leitung ist es, aufzunehmen was kommt und diese Impulse, zur Erreichung der Projektziele, pädagogisch zu nutzen. Es geht nicht um die Vermittlung kognitiver Inhalte, sondern um das Training des affektiven, sozialen und gruppendynamischen Lernens.

Dafür benötigt der/die Lehrende „Handwerkszeug“, um auf die Bedürfnisse der SchülerInnen entsprechend methodisch agieren zu können.

Deshalb werden die für das und mit dem gesamten Kollegium gemeinsam erarbeiteten Bausteine erprobt, verbessert und auf die Verwertbarkeit in der täglichen schulischen Arbeit überprüft.

Anhang 6

Diese Tipps können dir helfen!

- Ein Merkblatt für Kinder -

1. Wenn Du allein unterwegs bist, sollte immer eine Person wissen, wo Du Dich aufhältst und wann Du wiederkommst! Lerne die dafür wichtigen Telefonnummern auswendig!
2. Wenn Du in Gefahr bist, musst Du niemals gehorchen und darfst alles tun, um dich wieder gut zu fühlen! Dann musst Du nicht lieb sein!
3. Hole Dir immer Hilfe! Sprich jemanden an, der Dir helfen kann: Am besten eine Frau mit Kind, eine Oma oder einfach jemand in Deiner Nähe. Du kannst auch ins nächste Geschäft gehen oder in eine Imbissbude! Sprich die Menschen dabei direkt an, indem Du zum Beispiel sagst: "Hallo Sie, in dem grünen Mantel, helfen Sie mir!"
4. Geschenke von Fremden oder Bekannten, für die man etwas tun soll, sind keine Geschenke. Höre auf deinen Bauch und sage Nein, wenn Du kein klares Ja-Gefühl hast!
5. Das was Du selber nicht möchtest, solltest Du auch keinem anderen Menschen zufügen.
6. "Die Telefonseelsorge hilft immer. Diese Rufnummer kannst Du jederzeit kostenlos anrufen. Du musst auch keinen Namen nennen. Tel.: 0800-1110111
7. Damit Du immer sicher und stark auf andere wirkst, solltest Du versuchen Deinem Gegenüber in die Augen zu schauen. Übe dies mal vor dem Spiegel!
8. Du brauchst niemals Berührungen zuzulassen, die komisch, eklig oder unangenehm für Dich sind. Auch kein Küsschen auf Kommando! Sag NEIN, wenn Du das Gefühl hast!
9. Wenn Dich ein Fremder anspricht, dann halte immer einen Abstand von 2 bis 3 Metern! Erwinnere Dich an die Situationen im Sicher-Stark-Kurs!
10. Wenn Dich einfach jemand mitnehmen will, dann schreie: FEUER! (auf "Hilfe" reagieren viele Menschen nicht mehr).
11. Greift Dich ein Erwachsener an, dann nutze Deine Stärken: Du kannst dem Täter ganz laut ins Ohr schreien! Du könntest Beißen, Treten, Dich losreißen oder die Tricks einsetzen, die wir Dir schon gezeigt haben! Erzähle immer Deinen Vertrauenspersonen davon!
12. Wenn Du mal nicht weißt, ob Du bei einem Fremden oder Bekannten mitfahren sollst, dann nutze die 3 Fragen zur Entscheidungsfindung:
 - A) Habe ich ein Ja-Gefühl?
 - B) Weiß jemand, wo ich bin und wann ich wiederkomme?
 - C) Bekomme ich sofort Hilfe, wenn ich sie brauche?

Bei nur einem NEIN solltest Du Dich dagegen entscheiden!!!

13. Wenn Du von einem Autofahrer angesprochen wirst, steig niemals ins Auto ein - auch nicht, wenn der Autofahrer sagt, Deine Mutter hätte einen Unfall oder wenn er erzählt, er bräuchte Deine Hilfe, um einen Weg zu finden! Frag doch einfach nach dem Familienpasswort!
14. Es klingelt an der Tür - Mach nicht auf, wenn Du allein bist (es sei denn, es ist jemand, von dem Deine Eltern sagen, dass Du ihn rein lassen darfst). Oder nutze das Familienpasswort!
15. Es klingelt das Telefon - sag nicht, dass Du allein zu Hause bist! Schreibe Dir die Telefonnummer des Anrufers auf und sag, Deine Mutter ruft zurück! Oder lass einfach den Anrufbeantworter laufen!

Anhang 7

Tipps für Eltern - Kinder brauchen Schutz-erziehung! -

- 1. Einige Kinder erhalten zu Hause wenig Aufmerksamkeit, Zuneigung und Zärtlichkeit. Jedes Kind sollte beispielsweise das Recht auf mindestens 15 Minuten am Tag haben, die ausschließlich ihm gewidmet sein sollten. Integrieren Sie Ihr Kind aktiv in den häuslichen Lebensprozess. Überhöhte Aufmerksamkeitssuche von Kindern oder die Sehnsucht nach Nähe, kann ausgenutzt werden.**
- 2. Kinder, die viele Freunde haben und ihr soziales Umfeld aktiv um Bezugspersonen erweitern können, haben mehr Chancen im Falle eines Missbrauchs oder bei Gewalterfahrungen, AnsprechpartnerInnen zu finden. Je mehr die Abhängigkeit in der Pubertät auf freundschaftliche Art und Weise abgebaut werden kann, umso mehr entwickelt sich das Kind angemessen weiter.**
- 3. Kindern wird häufig beigebracht, Erwachsenen immer generell zu gehorchen. Kinder müssen aber lernen, ihren Willen auch gegen Erwachsene mal durchsetzen zu können! Kindern sollte das Recht zugesprochen werden, selber zu entscheiden, was sie wann und in Form welcher Berührungen angenehm finden bzw. gern haben und weiche Berührungen oder Grenzüberschreitungen unangenehm waren bzw. sind. Kinder sollten Zärtlichkeiten von Erwachsenen auch zurückweisen dürfen! Dazu gehören die vermeintlich gut gemeinten feuchten Küsse der Oma genauso, wie die Umarmungen von Tante Lilli. Vermitteln Sie Ihrem Kind: "Dein Körper gehört Dir!"**
- 4. Reden Sie mit Kindern über gute und schlechte Geheimnisse! Erklären Sie ihnen mehrmals genau den Unterschied. Gute Geheimnisse sind z.B. Geburtstagsgeschenke und machen tolle Bauchgefühle. Schlechte Geheimnisse können Erpressungen oder Drohungen beinhalten und machen traurig, ängstlich oder unglücklich. Vermitteln Sie Ihnen, dass sie sich auf jeden Fall Hilfe holen sollen, wenn sie in Bedrängnis geraten! Vermitteln Sie Ihrem Kind, dass es keine Schuld trägt und sie ihm Glauben schenken.**
- 5. Sexualaufklärung ist sehr empfehlenswert. Bis zum Grundschulalter sollte man Kindern Aufklärung bieten, wenn sie danach Fragen. Die Antworten können ruhig etwas kurz gehalten sein und müssen keine Romane enthalten. Kinder geben sich häufig schon mit kurzen aber prägnanten Antworten zufrieden.**
- 6. Erwachsene reden häufig in Anwesenheit der Kinder über diese, ohne sie aktiv in das Gespräch einzubeziehen. Dieses Verhalten sendet dem Kind gering schätzende Signale, die zu Minderwertigkeitsgefühlen führen können.**
- 7. Besonders Mädchen werden auch heute noch zu stereotyp erzogen. Beide Geschlechter sollten sich auch weiterhin Gedanken darüber machen, wie wichtig es ist, Mädchen zu stärken sich aktiv zu wehren. Jungen dagegen sollte mehr Raum für Gefühlsausdruck verliehen werden.**
- 8. Kinder brauchen Freiräume, um sich entfalten zu können. Dazu gehört, ihnen Handlungsalternativen aufzuzeigen und ihnen beizustehen!**