

GRENZEN ACHTEN



Das Thema „Prävention sexueller Gewalt“ als Baustein
in Gruppenstunde und GruppenleiterInnenkurs

Arbeitshilfe der Katholischen Landjugendbewegung



INHALTSVERZEICHNIS

Warum diese Arbeitshilfe? Zwei Vorworte...	S. 3
Um zu verstehen. Eine theoretische Einführung	S. 4
Gruppenstundenvorschlag	S. 6
GruppenleiterInnenkurs- Baustein	S. 8
Tipps zur Durchführung	S. 11
Methodenbox	S. 12
Ein Interview: Aus der Praxis einer Beratungsstelle	S. 15
Anhang: Materialien	S. 17

=====

Fragen oder Anmerkungen?

Gerne an der KLJB Diözesanstelle unter 0941/597-2260 oder kljb@bistum-regensburg.de

Impressum:

Verantwortlich:

KLJB Diözesanverband Regensburg

Obermünsterplatz 10

93047 Regensburg

Redaktion: Christina Bach, Corinna Fahnroth, Regina Klement

November 2007

Arbeitshilfe zur internen Verwendung

Verwendete Literatur:

* Materialsammlung des BJR zur Prävention vor sexueller Gewalt in der Kinder- und Jugendarbeit

Baustein 3: Grundlagen und Methoden präventiver Arbeit

Baustein 4: Leitfaden zur Ausbildung von ehrenamtlichen Jugendleiterinnen und Jugendleitern

zu beziehen beim Bayerischen Jugendring, www.praetect.bjr.de

*Ursula Enders: Zart war ich, bitter war´s – Handbuch gegen sexuellen Missbrauch, 2006

*Amyna: „Präventionsstrategien in der Kinder- und Jugendarbeit“ aus „Prävention sexueller Gewalt in der Ausbildung von Gruppenleitern und GruppenleiterInnen“ des KLJB Diözesanverbands München-Freising

*Handeln statt Schweigen, Broschüre des Bayerischen Staatsministeriums, 2005

Und warum diese Arbeitshilfe? Zwei Vorworte ...

Liebe Gruppenleiterin, lieber Gruppenleiter,

Du bist kein Therapeut!
Du bist nicht superman/superwoman!

Wir möchten euch anregen, euch mit dem Thema Prävention sexueller Gewalt zu beschäftigen. Uns geht es dabei nicht um konkrete Maßnahmen, sondern uns geht es um eine Sensibilisierung für das Thema. Statistisch gesehen ist auch deine Ortsgruppe irgendwie mit dem Thema berührt, deshalb: Warum nicht einmal darüber reden?

Wir haben versucht mit unseren Gruppenstundenbausteinen eine Auseinandersetzung zu ermöglichen, ohne einen Abschluss in Psychologie zu haben. Unser Ziel ist es, dass ihr/du deine Mitglieder darauf hinweist, dass es sexuelle Gewalt gibt, und dass dies sogar keine Seltenheit ist. Des Weiteren ist unser Anliegen auch, dass sich jeder Einzelne einmal Gedanken macht: Was verstehe ich eigentlich unter sexueller Gewalt und kommt es vor, dass ich mich im Umgang mit bestimmten Menschen unwohl fühle? Woran liegt das?

Schön wäre es, wenn ihr es gemeinsam schaffen würdet, einen Verhaltenskodex für eure Gruppe festzulegen.

Und übrigens, es hat auch einen ganz praktischen Hintergrund, wieso ihr euch mit diesem Thema beschäftigen solltet. Es haben sich nämlich die Standards des BJR für die JuLeiCa (JugendleiterInnencard) geändert und die Auseinandersetzung mit dem Thema Prävention sexueller Gewalt gehört jetzt verpflichtend in jede Gruppenleiterausbildung.

Also traut euch!
Eure Arbeitsgruppe zum Thema Prävention sexueller Gewalt
Gina, Corinna und Christina

Liebe Landjugendliche,

die Prävention sexueller Gewalt nimmt ihren Platz in der Jugendarbeit ein. Und das nicht nur, weil die BesitzerInnen der JuLeiCa nach den neuen Bestimmungen über Prävention von sexueller Gewalt Bescheid wissen müssen. Sondern auch, weil es in einem Jugendverband wichtig ist, möglichst viele Mitglieder über sexuelle Gewalt und mögliche Anzeichen zu informieren und Ihnen Möglichkeiten aufzuzeigen, wie sie Betroffenen helfen können und an welche Beratungsstellen und -ämter sie sich wenden können. So spielen auch die Verantwortlichen auf Kreis-, ArGe- und Ortsebene als Multiplikatoren eine wichtige Rolle.

Leider ist auch die Jugendarbeit vor Vorfällen nicht sicher. Durch Aufklärung und Schulung können wir alle gemeinsam versuchen, sexueller Gewalt und Belästigung vorzubeugen. So können wir ein Zeichen setzen gegen sexuelle Gewalt und Täter, die andere Menschen benutzen, demütigen, erniedrigen oder verletzen!

Mit dieser Arbeitshilfe soll ein Anfang gemacht werden, sich über Prävention sexueller Gewalt zu informieren und sich damit zu beschäftigen.
Allen, die sich dafür engagieren (werden), danken wir recht herzlich.

Im Namen der Vorstandschaft des KLJB Diözesanverbandes Regensburg

Regina Klement
Ehrenamtliche Diözesanvorsitzende

Holger Kruschina
Diözesanseelsorger

Um zu verstehen. Eine theoretische Einführung

Laut aktuellen Statistiken der Polizei werden jährlich 15.000 Jugendliche sexuell belästigt oder missbraucht. Die Dunkelziffer liegt jedoch wahrscheinlich fast 20 Mal so hoch. Das bedeutet, dass jedes 5te Mädchen und jeder 10te Junge betroffen ist. Und meist finden diese Übergriffe nicht nur einmal statt.

Belästigungen, Übergriffe und Verfolgungen finden zu mindestens 65 % im näheren Umfeld, das heißt im Familien- und Freundeskreis oder bei der Freizeitgestaltung statt. Das ist besonders schlimm: jemand dem man vertraut, begeht eine brutale Grenzverletzung.

Ob Übergriffe im sozialen Nahfeld oder durch fremde Personen - in beiden Fällen ist es wichtig, Übergriffe, falls möglich, bereits vorher zu verhindern. Falls dies nicht mehr möglich ist, ist es wichtig, angemessen zu handeln, wenn man von Betroffenen ins Vertrauen gezogen wird.

Was können wir tun?

Ein Stichwort aus der Fachwelt heißt *Primärprävention* (also: *Vorbeugen, damit erst gar nichts passiert*): wir können dazu beitragen, dass unsere alltägliche Jugendarbeit von Respekt und Aufmerksamkeit für jede/n Einzelne/n geprägt ist. Ziel ist es, Jugendliche in ihrem Selbstbewusstsein zu stärken und sie zu unterstützen, für ihre Bedürfnisse einzutreten und ihre Grenzen anderen gegenüber klar zu machen.

Sekundärprävention (also: *wenn bereits etwas passiert ist, Schlimmeres verhindern*) setzt da ein, wo ein sexueller Übergriff stattgefunden hat: Verantwortliche in der Jugendarbeit müssen wissen: Was mache ich, wenn sich mir jemand anvertraut? Wie verhalte ich mich? Wo bekomme ich Hilfe?

Diese Arbeitshilfe will deshalb

- über sexuelle Gewalt informieren und Hilfestellungen und Handlungsmöglichkeiten aufzeigen.
- mit einem Gruppenstundenvorschlag zum Umgang miteinander zu einem wertschätzenden Klima in den Jugendgruppen beitragen.

Sexuelle Gewalt ist ein Thema in der Kinder- und Jugendarbeit

- Weil wir alle - bewusst oder unbewusst - mit Betroffenen in Kontakt sein können
- Weil wir auch TäterInnen unter uns haben können

Wenn wir darüber bescheid wissen:

- Können wir Betroffenen eher helfen!
- Schreckt das TäterInnen eher ab!

Als GruppenleiterInnen können wir...

...beitragen zu einem guten Klima in der Gruppe. Wir können Jugendliche darin bestärken, die eigenen Grenzen und die der anderen zu achten und Grenzverletzungen nicht hinzunehmen.

...aufmerksam zuhören, wenn sich jemand aussprechen will und ggf. Hilfe von außen vermitteln.

können wir nicht....

...Missbrauch in allen Fällen verhindern.

...Betroffenen alleine helfen.

Als betroffene Person kann ich...

...mich an eine Beratungsstelle wenden (Adressen siehe Seite 15). Dort ist Verschwiegenheit selbstverständlich. Jeder kann sich ganz unverbindlich und kostenlos Rat und Hilfe holen. Wer nicht will, muss nicht einmal seinen Namen nennen.

...mich an eine Vertrauensperson wenden. Wenn dies in der Familie nicht möglich ist, gibt es vielleicht eine vertraute Person im eigenen Umfeld, mit der ich erst mal reden kann und die mich auf meinem weiteren Weg, mir Hilfe zu holen, begleiten kann. Das kann im Bereich der Katholischen Jugendarbeit z.B. auch die Katholische Jugendstelle oder der KLJB Diözesanverband sein.

(Grundlegende Fakten und weitere Handlungstipps im Grundlagenreferat im Materialanhang)

GRUPPENSTUNDENVORSCHLAG

PRIMA GruppenKLIMA?!?

- Ziel:**
- erkennen, dass die Grenzen jedes/r Einzelnen sehr unterschiedlich sein können: Was den/die Eine/n verärgert oder verletzt kann für den/die Andere/n nur eine Lappalie sein...
 - Gemeinsam herausfinden, was nötig ist, dass sich alle in der Gruppe wohlfühlen können.
- Dauer:** ca. 1 Stunde

A) Gefühlspoker

- Ziel:**
- Gefühle einschätzen lernen
 - Erkennen, dass Menschen Gefühle oft unterschiedlich einschätzen bzw. ausdrücken
 - Spielerischer Einstieg
- Material:**
- für je 3 SpielerInnen eine Vorlage kopieren
 - Bonbons
- Spieler:** 6 – 15 Spieler



Die Karten (siehe Anhang) werden gemischt und verteilt.

Alle bekommen je fünf Karten. Nach der Reihe stellt je ein/e TeilnehmerIn (TN)

Eine der „Gefühlkarten“ dar, d.h. versucht das angezeigte Gefühl pantomimisch (ohne Worte) darzustellen. Je nach Angabe auf der Karte alleine oder zu zweit, wobei die zweite Person (darf sich der TN aussuchen) nicht eingeweiht werden darf, um welches Gefühl es sich handelt.

Die anderen TN haben nun die Aufgabe das Gefühl zu erraten. Wenn jemand meint, das gleiche Motiv/Gefühl zu haben, muss die entsprechende Karte verdeckt auf den Tisch gelegt werden. Am Ende zeigt die/der SpielerIn ihre/seine Karte: wer richtig liegt, bekommt ein Bonbon von der Spielleitung. Wer eine falsche Karte gelegt hat, muss ein Bonbon an die Spielleitung abgeben.

B) SENSIS

- Ziel:**
- sich über die eigenen Ansichten klar werden und die der anderen kennen lernen;
 - Austausch über die unterschiedlichen Argumente
- Material:**
- Statements auf einzelne Zettel kopieren
 - je ein JA und ein NEIN Kärtchen für alle TN kopieren

Die Statementkärtchen (siehe Anhang) liegen umgedreht auf dem Boden. Jeder TN erhält eine JA und eine NEIN Karte (Anhang).

Je ein TN liest ein Statement-Kärtchen vor. Nun müssen sich alle entscheiden, dem Statement zuzustimmen oder nicht. Je nach Entscheidung legt jeder entweder das JA oder das NEIN Kärtchen verdeckt vor sich. Wenn sich alle entschieden haben, drehen alle gleichzeitig das eigene Kärtchen um.

Erst mal in die Runde schauen. Gibt es JA und NEIN? Was sind die Argumente der JAs und NEINs? Die Argumente werden ausgetauscht und diskutiert.

Tipp: es gibt hier kein Richtig oder Falsch. Durch die unterschiedlichen Stellungen der TN wird auch klar, dass es unterschiedliche Sichtweisen zu den Themen gibt. Neben der inhaltlichen Diskussion ist auch das ein Ziel der Methode.

C) Wertepyramide

- Ziel:
- Jede/r TN setzt sich damit auseinander, was für ihn persönlich wichtig ist im Umgang mit anderen; Im Austausch mit anderen wird klar, dass jedem andere Dinge wichtig sein können.
 - Beim Aufstellen einer gemeinsamen Wertepyramide führen die TN die Wünsche der Gruppe zusammen.
- Material:
- Wertepyramide als Kopie für alle, einige mehr
 - eine Pyramide auf großem Plakat (für die gemeinsame Wertepyramide am Schluss)
 - Stifte

Alle TN bekommen eine Kopievorlage (im Anhang) mit einer Pyramide.

In die Pyramide schreibt jeder seine Wünsche bzgl. des Umgangs untereinander: "Was muss gegeben sein, damit ich mich in der Gruppe richtig wohl fühle?" Jeder sammelt zuerst alleine, danach kommen zwei zusammen, dann vier und dann ...: die Ergebnisse werden jeweils ausgetauscht und miteinander besprochen. Die TN einigen sich jeweils auf gemeinsame Werte.

Vielleicht erleichtert es den TN die Aufgabe, wenn schon einzelne Werte vorgegeben werden: Ehrlichkeit, Respekt, Verständnis, Akzeptanz, Pünktlichkeit, keine Witze auf Kosten anderer, die Möglichkeit seine Meinung zu sagen, jeder wird gehört, nein heißt nein,

Am Ende soll aus der Gruppenarbeit eine gemeinsame Pyramide entstehen, die gleichzeitig eine Art Verhaltenskodex der Gruppe sein kann.

D) Hängekreis

- Ziel:
- Erfahren, dass es in der Gemeinschaft auf jeden Einzelnen ankommt;
 - Spüren von Gemeinschaft und dass sich jeder auf jeden verlassen kann.

Die Gruppe bildet einen Kreis. Am besten ist es, wenn man sich bei den Handgelenken umfasst. Jetzt verlagern alle langsam ihr Gewicht nach hinten: langsam und immer mehr zurücklehnen. Die Gruppe trägt sich selbst.

Variation: Abwechselnd beugt sich eine Person nach vorne, die anderen nach hinten, die nächste wieder nach vorne, ...

Tipp: Es kann sein, dass es beim ersten Mal nicht richtig klappt. Dann sollten Verbesserungen eingebracht werden: alle gleichmäßig nach hinten lehnen; bei ungleicher Körperausrichtung Platztausch vornehmen...

Wenn es richtig gemacht wird, kann man sich beim Zurücklehnen fast so fühlen, als würde man in einer Hängematte liegen.

D) Gebet (in der Methodenbox)

*Jeweils alternative Methoden findest du in der METHODENBOX.
Methoden mit dem gleichen Buchstaben sind untereinander austauschbar.*

GRUPPENLEITERINNENAUSBILDUNG zum Thema Prävention sexueller Gewalt

- Ziel:**
- GruppenleiterInnen (GL) für das Thema sensibilisieren;
 - Verantwortlichkeiten und Grenzen der Zuständigkeit klären, um vor Überforderung zu schützen;
 - GL mit Grundinfos ausstatten und über Handlungsmöglichkeiten informieren
- Dauer:** ca. 90 Minuten

A) Gefühlspoker

- Ziel:**
- Gefühle einschätzen lernen
 - Erkennen, dass Menschen Gefühle oft unterschiedlich einschätzen bzw. ausdrücken
 - Spielerischer Einstieg
- Material:**
- für je 3 SpielerInnen eine Vorlage kopieren
 - Bonbons
- Spieler:** 6 – 15 Spieler



Die Karten (siehe Anhang) werden gemischt und verteilt.

Alle bekommen je fünf Karten. Nach der Reihe stellt je ein/e TeilnehmerIn (TN)

Eine der „Gefühlkarten“ dar, d.h. versucht das angezeigte Gefühl pantomimisch (ohne Worte) darzustellen. Je nach Angabe auf der Karte alleine oder zu zweit, wobei die zweite Person (darf sich der TN aussuchen) nicht eingeweiht werden darf, um welches Gefühl es sich handelt.

Die anderen TN haben nun die Aufgabe das Gefühl zu erraten. Wenn jemand meint, das gleiche Motiv/Gefühl zu haben, muss die entsprechende Karte verdeckt auf den Tisch gelegt werden. Am Ende zeigt die/der SpielerIn ihre/seine Karte: wer richtig liegt, bekommt ein Bonbon von der Spielleitung. Wer eine falsche Karte gelegt hat, muss ein Bonbon an die Spielleitung abgeben.

A) Wäscheleine

- Ziel:**
- Einstieg ins Thema;
 - die TN drücken ihre Ansicht aus und erleben, dass die Einschätzungen sehr unterschiedlich sein können.
- Material:**
- Papierkarten, Wäscheleine, 1 Wäscheklammer je TN (alternativ: Papiere und Stifte zum Markieren)
 - Die Leitung klammert an eine vorbereitete Schnur Begriffskärtchen:

Sexuelle Gewalt beginnt für mich bei:

- Sexistischen Witzen
- Gaffen
- Anzüglichlichen Bemerkungen
- Betatschen/ Begrapschen
- Gezwungen werden, jemanden zu berühren
- Vergewaltigung

Alle TN erhalten Wäscheklammern.

Fragestellung: Wo beginnt aus deiner Sicht sexuelle Gewalt?

Die TN sind aufgefordert, mit ihrer Klammer die Stelle zu markieren.

TIPP:

*Damit sich die TN nicht jeweils aneinander orientieren: Schnur vor dem Raum o.ä. aufhängen und die TN einzeln klammern lassen. Davor am besten schon Klammern anbringen (merken, wo!), damit sich nicht alle am 1. TN orientieren

*Die Reihenfolge der Begriffe kann natürlich auch mit der Gruppe diskutiert und ggf. verändert werden.

Zum Ende der Gruppenstunde können alle TN noch mal überlegen, ob sie ihre Klammer an ihrem Ort belassen oder sie umplatzieren wollen.

INPUT

Ziel: - Um sich sicherer zu fühlen im Umgang mit dem Thema, müssen künftige GL einige Grundinfos bekommen.

Material: - die wichtigsten Daten aus dem Referat des BJR (im Anhang) auf Plakaten oder Beamer, Laptop und Powerpointpräsentation (an der KLJB Diözesanstelle erhältlich)
- BJR-„Merkblatt für Freizeiten“ für alle

Eine knappe Zusammenfassung der wichtigsten Infos findest du im Anhang. Du kannst die Infos auch als Powerpoint anfordern.

Nach den Infos soll jeder das Merkblatt für Freizeiten vom BJR erhalten (erhältlich an der Diözesanstelle oder beim BJR)

Das sind ganz schön harte Fakten, die den TN da aufgetischt werden. Damit das dann nicht einfach so stehen bleibt, muss ein Transfer hergestellt werden: Was bedeutet das eben Gehörte für die zukünftigen GruppenleiterInnen?

Deshalb schließt jetzt das Spiel SENSIS an:

B) SENSIS

Ziel: - sich über die eigenen Einstellungen klar werden und die der anderen kennen lernen;
- Austauschen über die unterschiedlichen Argumente

Material: - Statements auf einzelne Zettel kopieren
- JA und NEIN Kärtchen für alle

Die Statementkärtchen (siehe Anhang) liegen umgedreht auf dem Boden. Jede/r TN erhält eine JA und eine NEIN Karte (Anhang).

Je ein/e TN liest ein Statement-Kärtchen vor. Nun müssen sich alle entscheiden, dem Statement zuzustimmen oder nicht. Je nach Entscheidung legt jeder entweder das JA oder das NEIN Kärtchen verdeckt vor sich. Wenn sich alle entschieden haben, drehen alle gleichzeitig das eigene Kärtchen um.

Erst mal in die Runde schauen. Gibt es JA und NEIN? Was sind die Argumente der JAs und NEINs? Die Argumente werden ausgetauscht und diskutiert.

Tipp: es gibt hier kein Richtig oder Falsch. Durch die unterschiedlichen Stellungnahmen der TN wird auch klar, dass es unterschiedliche Sichtweisen zu den Themen gibt. Neben der inhaltlichen Diskussion ist auch das ein Ziel der Methode.

C) Wertepyramide

- Ziel:**
- Jede/r TN setzt sich damit auseinander, was für ihn persönlich wichtig ist im Umgang mit anderen;
 - Im Austausch mit anderen wird klar, dass jedem andere Dinge wichtig sein können.
 - Beim Aufstellen einer gemeinsamen Wertepyramide führen die TN die Wünsche der Gruppe zusammen.
- Material:**
- Wertepyramide als Kopie für alle, einige mehr
 - eine Pyramide auf großem Plakat (für die gemeinsame Wertepyramide am Schluss)
 - Stifte

Alle TN bekommen eine Kopievorlage (im Anhang) mit einer Pyramide.

In die Pyramide schreibt er seine Wünsche bzgl. des Umgangs untereinander: "Was muss gegeben sein, damit ich mich in der Gruppe richtig wohl fühle?" Jeder sammelt zuerst alleine, danach kommen zwei zusammen, dann vier und dann ...: die Ergebnisse werden jeweils ausgetauscht und miteinander besprochen. Die TN einigen sich jeweils auf gemeinsame Werte.

Vielleicht erleichtert es den TN die Aufgabe, wenn schon einzelne Werte vorgegeben werden: Ehrlichkeit, Respekt, Verständnis, Akzeptanz, Pünktlichkeit, keine Witze auf Kosten anderer, die Möglichkeit seine Meinung zu sagen, jeder wird gehört, nein heißt nein,

GL kann mit dieser Übung deutlich werden, dass sie im Rahmen ihrer Tätigkeit in der Jugendarbeit Möglichkeiten haben, Kinder und Jugendliche zu unterstützen: indem sie als LeiterInnen zu einer guten Gruppenatmosphäre beitragen.

Wäscheleine: die TN dürfen ihre Klupperl umhängen, falls sich ihre Meinung verändert hat.

D) Gebet (in der Methodenbox)

*Jeweils alternative Methoden findest du in der METHODENBOX.
Methoden mit dem gleichen Buchstaben sind untereinander austauschbar.*

Tipps zur Durchführung

Zu zweit leiten. Eine/r leitet die Einheit, der/die andere beobachtet die Gruppe und kann sich um Einzelne kümmern, wenn sie Unterstützung brauchen.

Die Teilnehmenden wissen: Ihre Grenzen werden respektiert.

- a) Das Thema ist vorher bekannt und die Teilnahme ist freiwillig.
- b) Es ist in Ordnung, wenn jemand an einzelnen Übungen nicht teilnimmt.
- c) Der Raum darf ohne Rechtfertigung verlassen werden.

Teilnehmende und Leitende vereinbaren Vertraulichkeit

- a) Was während der Einheit besprochen wird, erzählt niemand weiter.
- b) Eine Ausnahme vereinbaren: Bei Betroffenen ist Unterstützung oder Beratung durch Dritte erforderlich.

Störungen haben Vorrang. Das heißt z.B.:

- a) Wenn ständig nicht zur Gruppe gehörende Personen durch den Raum laufen: Zuerst dafür sorgen, dass die Gruppe ungestört ist, dann am Thema weiterarbeiten.
- b) Ein Teilnehmer oder eine Teilnehmerin beginnt zu weinen: sag, dass du siehst, dass es ihm oder ihr nicht gut geht; frage nach, ob er oder sie z.B. mit der zweiten Leitung nach draußen gehen will, oder was ihm oder ihr sonst gut tun würde. Besprich dann mit der verbleibenden Gruppe, dass es ok ist, dass jemand nach draußen geht, dem das Thema nahe geht, und dies nun kein Grund für Spekulationen ist. Die Gruppe soll akzeptieren, dass jeder nur so viel von sich erzählt, wie er oder sie will. Gib der Gruppe Raum, ihre eigenen Gefühle zu besprechen (Verwirrung, Erschrecken, Sorge, ...). Erst am Thema weiterarbeiten, wenn sich die Gemüter beruhigt haben und die Konzentration wieder da ist.

Sei als Leitung in den Pausen/ am Abend/etc. ansprechbar. Denn: Erfahrungsgemäß kommen häufig in informellen Gesprächen nach der Einheit persönliche oder von Freunden erlebte Grenzverletzungen oder sexuelle Gewalterfahrungen zur Sprache oder Betroffene suchen AnsprechpartnerInnen.

(aus Aymna: Strukturelle Präventionsstrategien in der Kinder- und Jugendarbeit in „Prävention sexueller Gewalt in der Ausbildung von Gruppenleitern und GruppenleiterInnen“ des KLJB Diözesanverbands München-Freising, AK Fuchsbau)

METHODENBOX

Alternative Methoden

Als **Einstieg oder Ausstieg** eignen sich auch Lieder. Hör doch mal genau hin, so manche Hits drehen sich ums Thema Liebe, Grenzen, Missbrauch, ... (z.B. Spiegel von Tic Tac Toe, Sexual Correctness von Konstantin Wecker, ..).

A) **Marktplatz der Gefühle**

Ziel: die eigenen Grenzen im Umgang mit Anderen wahrnehmen/ die Grenzen Anderer wahrnehmen

Die Gruppe bekommt den Auftrag sich im Raum zu verteilen. In den nächsten Minuten werden Anweisungen vom/von der SpielleiterIn kommen, die auszuführen sind.

- gehe im Raum herum, und schau dabei auf den Boden
- hebe jetzt den Kopf, aber schau niemanden an
- flüchtigen Kontakt zum entgegenkommenden TN aufnehmen
- lange in die Augen schauen
- Anlächeln
- Die Hand geben
- Sich umarmen
- Sich freudig entgegen laufen
- Ohren an Ohren reiben
- Gesicht streicheln
-

Auswertung:

- Welche Handlung war für dich normal?
- Welche Handlung hat dich eher abgeschreckt?
- Ist das mit allen Menschen gleich oder gibt es Unterschiede?
- Lieber weniger oder lieber mehr Berührung – bewerte!

A) **Mein Raum**

Ziel: Eigene und fremde (unsichtbare) Grenzen wahrnehmen

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

Die Übung wird paarweise durchgeführt. Alle Partner A stehen mit dem Rücken zur Wand nebeneinander. Alle Partner B stehen in einer Linie ca. 3-4 Meter entfernt gegenüber. Alle Partner B bewegen sich mit ganz kleinen Schritten langsam auf den Partner A zu. Partner A sagt STOP, wenn es ihm zu nah wird und kann evtl. auch das Kommando ZURÜCK benutzen. Es geht darum, individuell die Entfernung auszutarieren, die einem gerade noch angenehm ist. Die Partner sollen ca. 10-20 Sekunden so stehen bleiben können. Partner B muss in dem Fall das Spiel mitspielen. Dann wird gewechselt.

Auswerten: Was ist den Einzelnen aufgefallen? Was war besonders unangenehm?

In einer weiblich/männlichen Gruppe kann die Leitung auch nachfragen, ob es Unterschiede im Verhalten und bei den persönlichen Grenzen von Frauen und Männern gab.

C) Kraftnahrung

Ziel: Sensibilisierung für eigene Bedürfnisse und die Bedürfnisse anderer in problematischen Situationen

Material: ausreichend Kärtchen, Stifte

Die Gruppe sitzt im Kreis, jede/r TN erhält 2-3 Moderationskärtchen (Papierkarten) und einen Stift. Die Leitfrage der Übung ist: „Was gibt mir Kraft, was wünsche ich mir, wenn ich in Schwierigkeiten stecke und nicht mehr weiter weiß?“

Jede/r TN schreibt Begriffe zu diesem Thema auf die Kärtchen (z.B. einen guten Freund, Zeit, jemand der mir zuhört ...). Die Kärtchen werden eingesammelt und für alle sichtbar am Boden ausgelegt (oder an eine Pinwand geheftet), dabei laut vorgelesen.

Anschließend werden die Kärtchen gemeinsam besprochen und nach Häufigkeit/Wichtigkeit sortiert.

Anschließend kann auch besprochen werden, was sich aus den gesammelten Begriffen für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen ableiten lässt: Was braucht ein Jugendlicher mit Problemen? Was kann ich als JugendleiterIn unterstützend beitragen?

Im Hinblick auf das Thema sexuelle Gewalt kann den TN mit dieser Übung deutlich werden, dass auch sie im Rahmen ihrer Tätigkeit Möglichkeiten haben, Kinder und Jugendliche zu unterstützen, in dem sie ihnen zuhören, sie ernst nehmen und ihnen Aufmerksamkeit schenken.

D) Sich fallen lassen

Ziel: Vertrauen in der Gruppe; Verantwortung übernehmen.

Eine Person steht mit geschlossenen Augen, die Beine ziemlich eng aneinander gestellt. Der Partner steht hinter ihr. Sie beginnt nun, langsam nach vorne und hinten zu schwanken. Sie schaukelt allmählich stärker und probiert aus, wie es ihr geht, wenn sie immer mehr auf die Grenze zusteuert, an der sie nach hinten umkippt. Sie soll sich dabei ruhig Zeit lassen. Irgendwann überschreitet sie die Grenze und kippt nach hinten. Dabei bleibt sie möglichst gestreckt. Der Partner fängt sie auf.

TIPP: Der Partner hat dabei große Verantwortung. Er darf die übende Person auf keinen Fall auf den Boden fallen lassen. Wichtig ist, die übende Person bei den ersten Versuchen sehr früh abzufangen. Langsam kann die Fallhöhe gesteigert werden, die fangende Person darf sich aber nie überschätzen. Den TN fällt es meist leichter, sich bei ihnen vertrauten Personen fallen zu lassen.

D) Vertrauenskreis

Ziel: Vertrauen in der Gruppe; Verantwortung übernehmen.

Alle bilden einen dichten Kreis, ein/e TN stellt sich mit geschlossenen Augen in die Mitte, macht sich ganz steif, bleibt möglichst mit den Füßen in der Kreismitte stehen und lässt sich von den anderen hin – und herschwanken.

D) Gebete

(als Kopiervorlagen auf der nächsten Seite)

GEBET

Mache uns unruhig, o Herr,
wenn wir allzu selbstzufrieden sind;
wenn unsere Träume sich erfüllt haben,
weil sie allzu klein und eng und beschränkt waren;
wenn wir uns im sicheren Hafen bereits am Ziel wähnen,
weil wir allzu dicht am Ufer entlang segeln.

Mache uns unruhig, o Herr,
wenn wir über der Fülle an Dingen, die wir besitzen,
den Durst nach dem Wasser des Lebens verloren haben;
wenn wir über den Anstrengungen des Alltags aufgehört haben,
von der Ewigkeit zu träumen.

Rüttle uns auf, o Herr,
damit wir kühner werden,
dass wir unsere Segel hissen
und uns hinauswagen auf das weite Meer,
geborgen in deiner Hand,
und offen für den Weg, den du uns führen willst.

<p>Herr, segne unsere HÄNDE, dass sie behutsam seien, dass sie halten können, ohne zu Fesseln zu werden, dass sie geben können ohne Berechnung. Dass ihnen innewohne die Kraft, zu trösten.</p>	<p>Herr, segne unsere OHREN, dass sie deine Stimme zu erhorchen vermögen, dass sie hellhörig seien für die Stimme der Not, dass sie verschlossen seien für den Lärm und das Geschwätz, dass sie Unbequemes nicht überhören.</p>
<p>Herr, segne unsere AUGEN, dass sie Bedürftigkeit wahrnehmen, dass sie das Unscheinbare nicht übersehen, dass sie hindurchschauen durch das Vordergründige, dass andere sich wohlfühlen können unter unserem Blick.</p>	<p>Herr, segne unser HERZ, dass es Wohnstatt sei deinem Geist, dass es Wärme schenken und bergen kann, dass es reich sei an Verzeihung, dass es Leid und Freude teilen kann</p> <p><i>Sabine Naegeli</i></p>

Ein Interview: Aus der Praxis einer Beratungsstelle

Warum gibt es den NOTRUF und Beratung e.V.? Welche Ziele verfolgt er?

Sexualisierte Gewalt gehört zur alltäglichen Lebensrealität von vielen Frauen und Kindern. Die Gewalt wird immer noch verdrängt und verschwiegen oder medienwirksam skandalisiert, die Betroffenen werden mit ihrer Gewalterfahrung allein gelassen.

Der NOTRUF und Beratung e.V. wendet sich mit seinen Angeboten als Beratungs- und Fachzentrum an **Mädchen und Frauen** mit sexualisierten Gewalterfahrungen, an deren **Bezugspersonen**, an **Fachkräfte** sowie die **Öffentlichkeit**.

Hauptziel ist hierbei zum einen die **Unterstützung** von betroffenen Frauen und Mädchen, zum anderen die **Prävention** von sexualisierter Gewalt.

Unsere Arbeit basiert auf den vier Säulen **Beratung/Begleitung**, **Selbsthilfe**, **Öffentlichkeitsarbeit/Prävention**, **Vernetzung**.

Exkurs: Jungen, die von sexueller Gewalt betroffen sind, werden in Regensburg von den Erziehungsberatungsstellen betreut. Für die Arbeit mit Jungen bedarf es jungenspezifischer Ansätze (zum Weiterlesen: „Offensichtlich unsichtbar“, Jungen als Opfer sexueller Gewalt, München, 2005).

Warum rufen Leute an? Was bedeutet Beratung?

Die Gründe, sich an den NOTRUF zu wenden, sind vielschichtig.

Mädchen und Frauen wenden sich an uns, weil sie sexualisierte Gewalt erlebt haben oder immer noch erleben, weil sie mit den Folgen der Gewalt, den Ängsten und posttraumatischen Krisen alleine nicht zurechtkommen können, weil sie Unterstützung und Begleitung für eine Gerichtsverhandlung suchen...

Dabei gibt es für uns keine leichte und schwere Gewalt, auch verbale Gewalt oder ein einmaliges Gewalterlebnis können schwere Folgeschäden auslösen.

Auch für **Bezugspersonen**, die unmittelbar Betroffene unterstützen möchten (Mütter, Väter, PartnerInnen, FreundInnen, professionelle HelferInnen, etc.), stellen Beratungsgespräche im NOTRUF eine wertvolle Unterstützung dar. Sie dienen zum einen der Information und eigenen Entlastung, zum anderen auch der Unterstützung und Stärkung der Betroffenen, indem Reaktionen des Umfeldes vermieden werden, welche die Frau bzw. das Mädchen erneut belasten können.

Individuelle **Beratung** unterstützt Frauen und Mädchen bei der Verarbeitung und Heilung von sexualisierten Gewalterfahrungen. Sie begleiten auf einem eigenen, selbstgewählten Weg.

Die Beratungsgespräche dienen der Entlastung und Orientierung, der Bestandsaufnahme der momentanen Lebenssituation, der Informationsvermittlung, der Unterstützung bei Entscheidungen und Verbesserung der Lebensumstände.

Zentrales Moment ist der ganzheitliche Beratungsansatz: die Frau/das Mädchen werden nicht auf ihr Gewalterlebnis reduziert, sondern mit ihrer gesamten Persönlichkeit, ihren Stärken und Ressourcen gesehen.

Die Beratungen erfolgen kostenlos und anonym. Der NOTRUF Regensburg bietet sowohl telefonische als auch persönliche Beratungsgespräche an.

Die telefonische Beratung stellt dabei ein besonders niedrighschwelliges und unkompliziertes Angebot dar. Für viele Frauen und Mädchen ist es aufgrund von Angst, Schuld- und Schamgefühlen nicht oder vorerst nicht möglich, persönlich Kontakt aufzunehmen.

Der erste Kontakt dient vielen Frauen dazu, herauszufinden, ob die Angebote des NOTRUFs für sie passend sind, ob sie sich verstanden fühlen und ob sie weiterführende Gespräche für sich in Anspruch nehmen möchten, z. B. in Form von persönlichen Beratungsgesprächen.

Den Inhalt der Gespräche bestimmt die Frau/das Mädchen selbst - sie allein entscheidet, wie viel oder was sie erzählen möchte und inwiefern sie weiterführende Unterstützung in Anspruch nehmen will.

Die Beratungsgespräche dauern in der Regel eine Stunde und werden wöchentlich, in Krisensituationen nach Bedarf, vereinbart.

Alle Angebote des NOTRUF und Beratung e.V.

- telefonische und persönliche Beratungsgespräche; Krisenintervention
- Selbsthilfegruppen für Frauen, die von sexualisierter Gewalt betroffen waren und angeleitete Gruppen
- Vermittlung von TherapeutInnen, RechtsanwältInnen, etc.
- juristische Unterstützung und Information
- Begleitung zu Polizei, Ärztinnen und vor Gericht
- Vorträge, Seminare, Elternarbeit etc. zum gesamten Themenkreis „sexualisierte Gewalt“
- Präventionsarbeit an Schulen und Kindergärten
- Unterstützung bei Referaten und themenbezogenen Arbeiten
- Bücher- und Videofilmverleih

Warum ist es ihrer Meinung nach wichtig, das Thema im Jugendverband zu thematisieren?

Kinder und Jugendliche sind die Zielgruppe eines Jugendverbandes und Kinder und Jugendliche sind die Opfer sexueller Gewalt.

Betroffene Kinder und Jugendliche brauchen unser aller Unterstützung, denn sexueller Missbrauch hinterlässt tiefe Spuren auf den Seelen.

Alle betroffenen Kinder geben Signale an ihre Umwelt. Es ist wichtig, diese Signale zu erkennen und **angemessen** zu handeln. Je früher Opfer von Gewalt Hilfe erhalten, je eher sie Schutz und Fürsorge bekommen, desto geringer werden die Folgeschäden sein.

Angemessenes Handeln setzt Wissen und Information voraus, denn Wissen und klare Absprachen in bezug auf sexuelle Gewalt ergeben Handlungssicherheit für Gruppenleiter in ihrer Einrichtung.

Sexuelle Gewalt darf nicht verschwiegen, vertuscht, bagatellisiert oder ignoriert werden.

Betroffene brauchen Schutz und Verständnis. Das ist unsere gemeinsame Aufgabe.

Ein relativ neues Thema in der Kinder- und Jugendarbeit ist sexualisierte Gewalt unter Kindern. Auch hier ist eine Auseinandersetzung nötig.

Elke Werle
Dipl.-Päd. (Univ.)
Leitung

Regensburg, Oktober 2007

NOTRUF und Beratung e.V.
Beratungs- und Fachzentrum gegen sexualisierte Gewalt an
Mädchen und Frauen
Alte Manggasse 1, 93047 Regensburg, Tel. 0941/24171
www.frauennotruf-regensburg.de

Adressen und Kontaktdaten der Erziehungsberatungsstellen in eurem Landkreis findet ihr auf der Homepage des Bayerischen Staatsministeriums
<http://www.stmas.bayern.de/familie/beratung/erziehung/index.htm>
(Adressen und Telefonnummern findet ihr auch auf der Homepage des KLJB
Diözesanverbands Regensburg)

Grundinfo: Prävention sexueller Gewalt

Was versteht man unter sexueller Gewalt?

„Sexuelle Gewalt (...) meint jede sexuelle Handlung, die an oder vor einem Kind oder einem/einer Jugendlichen entweder gegen dessen/deren Willen vorgenommen wird oder der das Kind oder der/die Jugendliche aufgrund körperlicher, psychischer, kognitiver oder sprachlicher Unterlegenheit nicht wissentlich zustimmen kann. Der/die TäterIn nutzt seine/ihre Macht- und Autoritätsposition aus, um seine/ihre eigenen Bedürfnisse auf Kosten des Kindes zu befriedigen“. *Nach Bange/Deegener: Sexueller Missbrauch an Kindern, Weinheim 1996*

**Sexuelle Gewalt bedeutet, dass eine Person die Unwissenheit, das Vertrauen oder die Abhängigkeit eines Kindes/Jugendlichen zur Befriedigung der eigenen sexuellen Bedürfnisse benutzt.

**Sexuelle Gewalt ist jede sexuelle Handlung unter Ausnutzung einer Macht-, Autoritäts- und/oder Vertrauensposition, wodurch die Persönlichkeit des Kindes/Jugendlichen verletzt oder missachtet wird. (Nach AVALON, Verein gegen sexuelle Gewalt, Bayreuth)

Tätern geht es meist um Unterwerfung und Ausübung von Macht und nicht in erster Linie um die Durchsetzung sexueller Wünsche. Die Täter nutzen die Abhängigkeit der Kinder und Jugendlichen und missbrauchen deren Vertrauen, um sich selbst ein Gefühl von Stärke zu verschaffen. Sexueller Missbrauch ist also kein Ausdruck eines starken Geschlechtstriebes oder eines Mangels an anderen sexuellen Möglichkeiten. Sexualität ist vielmehr nur das Mittel bzw. die „Waffe“, um Macht und Gewalt auszuüben.

Formen sexueller Gewalt

- Gewalthandlungen ohne Körperkontakt (Pornos, Exhibitionismus, beim Baden zuschauen ...)
- Gewalthandlungen mit "geringem" Körperkontakt (Zungenküsse, Brust anfassen, Versuch die Genitalien zu berühren...)
- Gewalthandlungen mit intensivem Körperkontakt (Masturbation von TäterIn/Opfer, Anfassen der Genitalien ...)
- Gewalthandlungen mit sehr intensivem Körperkontakt (anale, orale oder genitale Vergewaltigung)

Ausmaß

- Polizeiliche Kriminalstatistik: Jährlich ca. 15.000 Fälle (d.h. 41 Fälle täglich)
- hohe Dunkelziffer (ca. 10 -20fach)
- Etwa jedes 4.-5. Mädchen und jeder 10.-12. Junge sind von sexueller Gewalt betroffen
- 2/3 der Opfer werden mehrmals missbraucht

TäterInnen und Opfer

- TäterInnen sind zu ca. 85 % männlich und leben heterosexuell
- Opfer sind zu ca. 85 % weiblich
- TäterInnen zu ca. 2/3 aus bekanntem Umfeld
- max. 1/3 FremdtäterInnen
- TäterInnen aus allen Altersgruppen (darunter ca. 1/3 Jugendliche)
- Opfer sind Kinder und Jugendliche jeden Alters, am häufigsten Mädchen zwischen 6 und 12 Jahren

Folgen von sexueller Gewalt

Mögliche Symptome *können* z.B. Verhaltensänderungen und psychosomatische Erkrankungen (Schlafstörungen, Essstörungen, Waschzwang...) sein.

Langzeitfolgen *können* z.B. Beziehungsschwierigkeiten, Suizidgefahr, Depressionen etc. sein.

Tatbezogene Folgen können sehr unterschiedlich sein, ein einheitliches Symptombild gibt es nicht!

Zusammenfassung

- Sexuelle Gewalt kommt in erschreckender Häufigkeit vor
- Mädchen und Jungen jeden Alters und jeder Herkunft können Opfer sexueller Übergriffe werden
- Dies geschieht meist im sozialen Nahraum der Betroffenen
- Täter und Täterinnen suchen meist gezielt Kontakt zu Kindern und Jugendlichen

Fazit

Sexuelle Gewalt ist ein Thema in der Kinder- und Jugendarbeit

- Weil wir alle - bewusst oder unbewusst - mit Betroffenen in Kontakt sein können
- Weil wir auch TäterInnen unter uns haben können

Wenn wir darüber bescheid wissen:

- Können wir Betroffenen eher helfen!
- Schreckt das TäterInnen eher ab!

Als GruppenleiterInnen können wir...

...beitragen zu einem guten Klima in der Gruppe. Wir können Jugendliche darin bestärken, die eigenen Grenzen und die der anderen zu achten und Grenzverletzungen nicht hinzunehmen.

...aufmerksam zuhören, wenn sich jemand aussprechen will und ggf. Hilfe von außen vermitteln.

können wir nicht....

...Missbrauch in allen Fällen verhindern.

...Betroffenen alleine helfen.

Als betroffene Person kann ich...

...mich an eine Beratungsstelle wenden (siehe Seite 15). Dort ist Verschwiegenheit selbstverständlich. Jeder kann sich ganz unverbindlich und kostenlos Rat und Hilfe holen. Wer nicht will, muss nicht einmal seinen Namen nennen.

...mich an eine Vertrauensperson wenden. Wenn dies in der Familie nicht möglich ist, gibt es vielleicht eine vertraute Person im eigenen Umfeld, mit der ich erst mal reden kann und die mich auf meinem weiteren Weg, mir Hilfe zu holen, begleiten kann. Das kann im Bereich der Katholischen Jugendarbeit z.B. auch die Katholische Jugendstelle oder der KLJB Diözesanverband sein.

(aus: „Grundlagenreferat“ des BJR und der Broschüre „Handeln statt Schweigen“ des Bayer. Staatsministeriums)

Diese Grundinfo kannst du auch als Powerpoint erhalten.

- Tipps aus dem Merkblatt für Freizeiten des Bayerischen Jugendrings** (leicht verändert):
1. Ruhe bewahren! Bitte keine überstürzten Aktionen! Das ist sicher nicht einfach, aber nötig.
 2. Das weitere Vorgehen muss gut überlegt sein. Hole dir Rat von Fachleuten in Beratungsstellen.
 3. Glaube dem Betroffenen! ...Signalisiere, dass sie/er über das Erlebte sprechen darf, aber dränge nicht und frage sie/ ihn nicht aus. Versuche einfach nur zuzuhören und Anteilnahme zu zeigen.
 4. Wenn dir jemand von einer verletzenden Bemerkung berichtet, dann sag nicht „Ist ja nicht so schlimm“ oder „Vielleicht hat er es ja nicht so gemeint“, sondern nimm es ernst und höre zu, auch wenn dich persönlich eine solche Bemerkung nicht verletzt hätte. Kinder und Jugendliche, die sich jemandem anvertrauen, erzählen häufig zunächst nur einen kleinen Teil dessen, was ihnen geschehen ist. (Achtung: Betroffene Kinder und Jugendliche müssen sich oft bis zu 8 Mal an jemanden wenden, bevor ihnen geholfen wird!)
 5. Mach nur Angebote, die erfüllbar sind. Mache keine Zusagen, die du nicht einhalten kannst (z.B. niemandem von dem Vorfall erzählen).
 6. Unternimm nichts über den Kopf des Betroffenen hinweg, sondern beziehe sie altersangemessen in die Entscheidungen mit ein.
 7. Stelle sicher, dass sich der Betroffene durch die Folgemaßnahmen nicht ausgegrenzt oder bestraft fühlt.
 8. Keine voreiligen Informationen bzw. Konfrontationen des Täters/ der Täterin. ...
 9. Behandle das, was dir erzählt wurde, vertraulich. Aber teile der betroffenen Person mit, dass du dir selbst Hilfe und Unterstützung holen wirst.
 10. Protokolliere nach dem Gespräch Aussage und Situation.

SENSIS für GruppenleiterInnen Schulung

Mal rumschreien ist einfach ab und zu nötig. Da kann`s schon mal sein, dass es jemanden trifft, der nichts dafür kann.

Wenn jemand in Ruhe gelassen werden will, ist das ernst zu nehmen.

JedeR ist selber dafür verantwortlich, es zu sagen, wenn ihm/ihr etwas nicht passt.

Es ist wichtig, sich einzumischen, wenn jemand in der Gruppe belästigt wird.

Wenn jemand „nein“ zu etwas sagt, muss das akzeptiert werden.

Wenn sich jemand aus der Gruppe wegen einer Belästigung oder einem Missbrauchs-Vorfall an mich wendet, bin ich verantwortlich, ihm zu helfen.

Alle sexuellen Übergriffe sollten angezeigt werden.

Betroffenen helfen – das können nur Leute mit entsprechender Ausbildung.

Jemand, der mir von einem Übergriff oder einer Belästigung erzählt, will damit vielleicht einfach jemandem eins auswischen. Also erst mal skeptisch sein.

Wenn das Thema sexuelle Gewalt in einem Jugendverband zum Thema wird, macht das in der Öffentlichkeit den Eindruck, als passierte das bei uns dauernd.

Wenn sich mir jemand anvertraut, dem „so was“ passiert ist und ich hab versprochen, es niemandem zu erzählen, muss ich mich dran halten.

Begrapschen oder anzügliche Bemerkungen sind doch meistens nur Spaß. Wie langweilig, wenn jetzt gar nichts mehr erlaubt ist.

SENSIS für die Gruppenstunde

Jeder ist selber dafür verantwortlich, es zu sagen, wenn ihm/ihr etwas nicht passt.

Es ist wichtig, sich einzumischen, wenn jemand in der Gruppe bedrängt/ belästigt wird.

Wenn jemand „nein“ zu etwas sagt, muss das akzeptiert werden.

Regelmäßig Gewaltfilme anzuschauen ist ganz normal.

„Schwule Sau“ ist doch kein Schimpfwort.

Wenn die Gruppe was gemeinsam macht, muss sich der Einzelne fügen und mitmachen. Die Mehrheit entscheidet!

Ein Mädchen, das viele Jungs kennt, ist automatisch leicht zu haben.

Ein „Nein“ ist ab und zu auch anders gemeint.

Wer in Diskussionen nichts sagt, hat wohl einfach nichts beizutragen.

Begrapschen oder anzügliche Bemerkungen sind doch meistens nur Spaß. Wie langweilig, wenn jetzt gar nichts mehr erlaubt ist.

Jemand, der mir von einem Übergriff oder einer Belästigung erzählt, will damit vielleicht einfach jemandem eins auswischen. Also erst mal nicht alles glauben.

Es ist ganz normal, dass wir mal auf dem Schoss des anderen sitzen oder uns in den Arm nehmen.

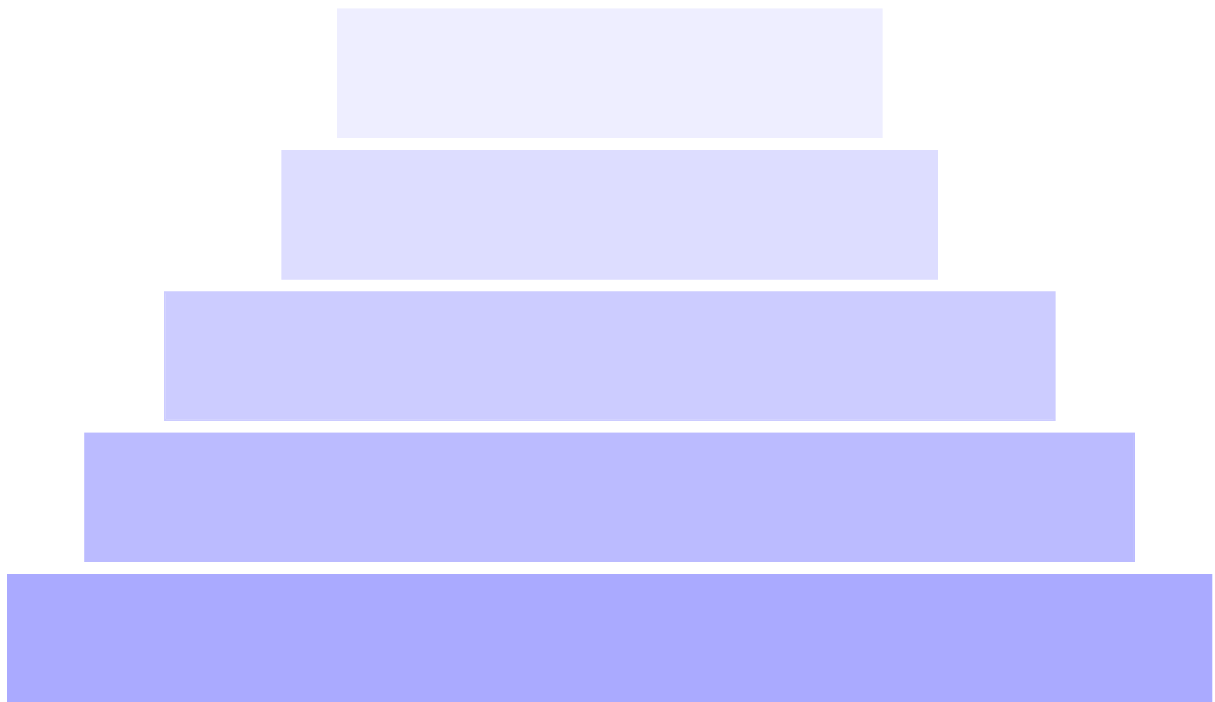
Wenn jemand in Ruhe gelassen werden will, ist das ernst zu nehmen.

Mal rumzuschreien ist einfach ab und zu nötig. Da kann`s schon mal sein, dass es jemanden trifft, der nichts dafür kann.

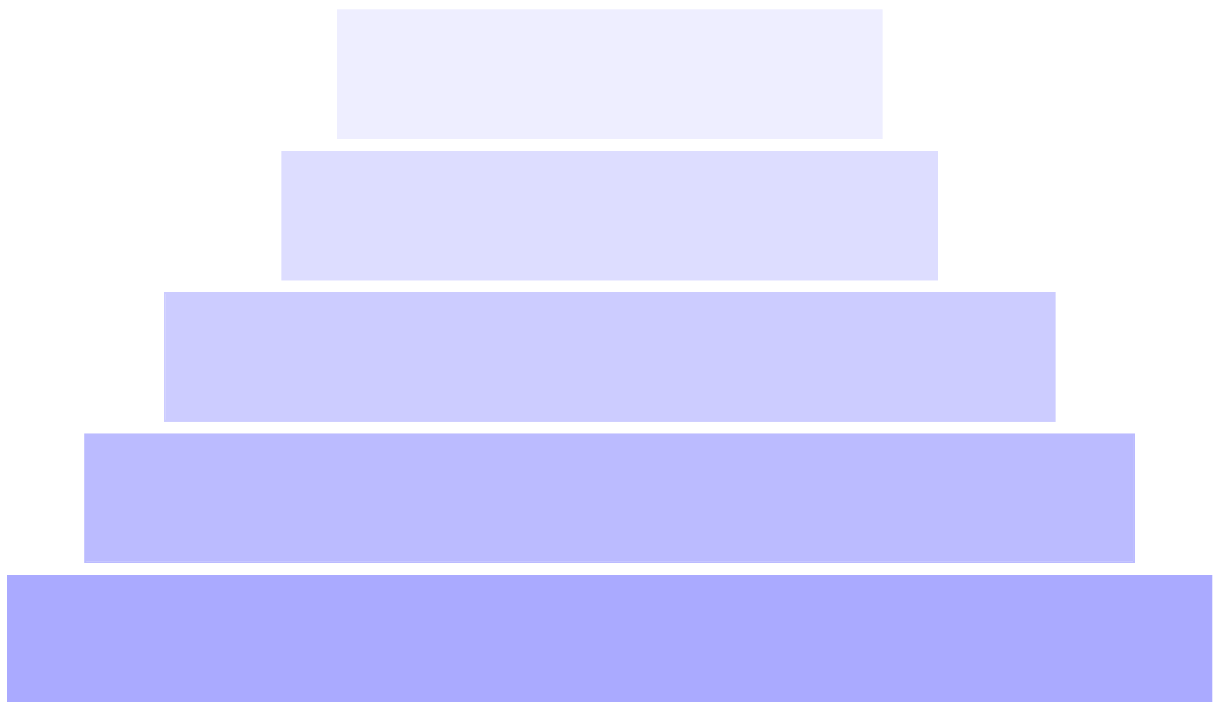
Ja	Nein	Ja	Nein
Ja	Nein	Ja	Nein
Ja	Nein	Ja	Nein
Ja	Nein	Ja	Nein
Ja	Nein	Ja	Nein
Ja	Nein	Ja	Nein
Ja	Nein	Ja	Nein
Ja	Nein	Ja	Nein

MATERIALIEN

Meine Wertepyramide



Meine Wertepyramide



Platz für Notizen

Linktipps:

www.praetect.bjr.de

www.youngavenue.de

www.hinsehen-handeln-helfen.de,

www.kinderundjugendtelefon.de

www.zartbitter.de

www.frauenotruf-regensburg.de

www.regensburg.kljb.org

Literatur und Infomaterialien könnt ihr gerne an der KLJB-Diözesanstelle ausleihen.

<p>Herr, segne unsere HÄNDE, dass sie behutsam seien, dass sie halten können, ohne zu Fesseln zu werden, dass sie geben können ohne Berechnung. Dass ihnen innewohne die Kraft, zu trösten.</p>	<p>Herr, segne unsere OHREN, dass sie deine Stimme zu erhorchen vermögen, dass sie hellhörig seien für die Stimme der Not, dass sie verschlossen seien für den Lärm und das Geschwätz, dass sie Unbequemes nicht überhören.</p>
<p>Herr, segne unsere AUGEN, dass sie Bedürftigkeit wahrnehmen, dass sie das Unscheinbare nicht übersehen, dass sie hindurchschauen durch das Vordergründige, dass andere sich wohlfühlen können unter unserem Blick.</p>	<p>Herr, segne unser HERZ, dass es Wohnstatt sei deinem Geist, dass es Wärme schenken und bergen kann, dass es reich sei an Verzeihung, dass es Leid und Freude teilen kann</p> <p><i>Sabine Naegeli</i></p>



KLJB
Katholische
Landjugendbewegung
Diözese Regensburg