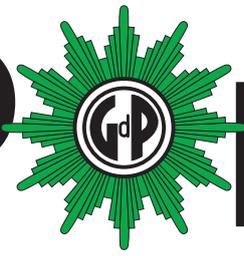


# POLIZEI



Gewerkschaft der Polizei

# DEIN PARTNER

Gewaltprävention - Selbstbehauptung  
Selbstverteidigung



## Nicht mit mir!

ein Projekt des DJJV e.V.

Gewaltprävention

Selbstbehauptung

Selbstverteidigung

[www.nicht-mit-mir.org](http://www.nicht-mit-mir.org)

## Ausgabe 2010



**JU • JUTSU**

SELBSTVERTEIDIGUNG - FITNESS - WETTKAMPF  
DEUTSCHER JU - JUTSU VERBAND E.V.



# Gewaltprävention Initiative: „Nicht mit mir!“

## Impressum

Verantwortlich für den redaktionellen Teil:  
Uwe Petermann, Magdeburg

Fotos: Die Verfasser

Nachdruck des redaktionellen Teils nur nach  
ausdrücklicher Genehmigung des Herausgebers

Sämtliche hier veröffentlichte Anzeigen, die im  
Kundenauftrag für die Drucklegung vom Verlag  
gestaltet wurden, sind urheberrechtlich geschützt.  
Nachdruck, Vervielfältigung und elektronische  
Speicherung ist nur mit Zustimmung des Anzei-  
genkunden und des Verlages erlaubt. Verstöße  
hiergegen werden vom Verlag, auch im Auftrag  
des Anzeigenkunden, unnachsichtig verfolgt.

Verlag, Anzeigenwerbung und Gestaltung:  
VERLAG DEUTSCHE POLIZEILITERATUR GMBH  
Anzeigenverwaltung  
Forststraße 3 a • 40721 Hilden  
Telefon 02 11/71 04-0 • Telefax 02 11/71 04-174  
AV@VDPolizei.de

Geschäftsführer:  
Bodo Andrae, Joachim Kranz  
Anzeigenleiterin: Antje Kleuker  
Gestaltung und Layout: Jana Kolffhaus

Satz und Druck:  
Gribsch & Rochol Druck GmbH Co. & KG, Hamm  
© 2010



Grußworte	2
Kämpfen – eine geeignete Methode für Gewaltprävention?!	4
Allgemeine Information	7
Wie müssen Programme zur Gewaltprävention aufgebaut sein?	8
Maßnahmenkatalog: Sexuellen Missbrauch durch Projekte zur Gewaltprävention verhindern	10
Selbstbehauptung und Selbstverteidigung – für Menschen mit Behinderung	12
Schulisches Anti-Gewalt-Training: stark sein = cool bleiben	15
Sexualisierte Gewalt – die alltägliche Zumutung	17
Was können Programme zur Gewaltprävention leisten?	20

■ Das Gewaltpräventionsprojekt des Ju-Jutsu-Verbandes „Nicht mit mir!“ wurde im Jahr 2006 konzipiert, um durch Information und Aufklärung, spezielle Verhaltenstrainings und der Vermittlung sozialer Kompetenz der Entstehung von Gewalt vorzubeugen, sie zu reduzieren oder gar abzuwehren. Denn Gewalthandlungen und Aggressionen unter Kindern und Jugendlichen sind ein immer wiederkehrendes Phänomen in unserer Gesellschaft. Und damit ist nicht harmloses Gerangel oder Geraufe unter Gleichaltrigen gemeint, sondern vielmehr, das auch Kinder und Jugendliche ernsthaften Bedrohungslagen ausgesetzt sein können, wenn beispielsweise mehrere gegen einen oder ältere gegen jüngere gewalttätig werden. Dies kann in der Schule, auf dem Spielplatz oder auf dem Nachhauseweg passieren. Gewalt ist nach wie vor ein großes Problem in unserer Gesellschaft und die schlimmste Form des menschlichen Miteinanders!

Es ist beinahe alltäglich geworden, aufgrund mangelnder Toleranz und fehlenden Respekts Lösungen für Probleme durch Gewalt zu erzwingen. Trotzdem entsteht Gewalt gegen andere häufig auch aus dem Nichts, ohne das es einen bestimmten Grund für einen Angriff geben muss. Die Opfer sind dem dann meist hilflos ausgeliefert. Hier wird offenbar, dass die Fähigkeit mit Konflikten und Krisensituationen gewaltfrei und intelligent umzugehen, oft nicht vorhanden ist. Und es zeigt auch, dass die bisherigen Mittel der Erziehung in den Familien, den Schulen und der Jugendhilfe weiterentwickelt werden müssen, um diesen Phänomenen wirksam zu begegnen.

Wir müssen uns aber auch bewusst machen, dass es eine gesamtgesellschaftliche Verpflichtung ist, Kindern und Jugendlichen wieder stärker Werte und Regeln zu vermitteln und vorzuleben – ob im Elternhaus, in den Kindertagesstätten, in den Schulen, in pädagogisch betreuten

Gewalt ist nach wie vor ein großes Problem in unserer Gesellschaft und die schlimmste Form des menschlichen Miteinanders!

Freizeiteinrichtungen. Dabei müssen sie Respekt vor ihren Mitmenschen, Selbstachtung und die gewaltlose Zusammenarbeit mit anderen erlernen.

Jungen Menschen Anleitung und Hilfestellung anzubieten, um künftig Konflikte deeskalierend und gewaltlos zu lösen, erachte ich als einen richtigen und wichtigen Schritt. Die Initiatoren dieses Projektes haben sich danach vorgenommen, Kinder so früh wie möglich für das Thema Gewalt zu sensibilisieren. Und es freut mich besonders, dass seit Beginn dieses Projektes im Jahr 2006 ein zunehmendes Interesse an Schulen und in der Bevölkerung besteht. Allein im Jahr 2009 wurden über 1.100 Eltern in Veranstaltungen über Inhalte und Ziele informiert. Insgesamt wurden beinahe 1.500 Kinder in dieses Projekt einbezogen. Die Anzahl der ehrenamtlichen Ju-Jutsuka nahm im Laufe der Zeit stetig zu. Mittlerweile ist die Zahl der Kursleiter auf 90 angewachsen.



Die zunehmende positive Resonanz zeigt den weiterhin hohen Bedarf an Maßnahmen zur Gewaltprävention für Kinder und Jugendliche in unserem Bundesland. Diese Initiative trägt einen großen Schritt dazu bei, unser gesellschaftliches Miteinander sicherer zu machen. Gerade für die Jüngsten ist dies ein großer Erfolg, der erhalten bleiben muss. Als Schirmherr dieses Projektes freue ich mich, dass es dank der vielen fleißigen Helfer eine solch hohe Resonanz findet.

Ich spreche allen Engagierten meinen herzlichen Dank aus und wünsche allen Beteiligten auch weiterhin den größtmöglichen Erfolg.

**Holger Hövelmann**

*Innenminister des Landes Sachsen-Anhalt*

Die Gewalt gegenüber Kindern und Jugendlichen steigt, vor allem an den Schulen. In vielen Fällen kann man jedoch mit einfachen Mitteln verhindern, dass es so weit kommt.



■ Immer wieder werden Kinder und Jugendliche aber auch Eltern oder unsere Kolleginnen und Kollegen mit den Erscheinungsformen von Gewalthandlungen und Aggressionen unter Kindern und Jugendlichen konfrontiert.

Deshalb war der Landesbezirk Sachsen-Anhalt der Gewerkschaft der Polizei bereits 2008 bereit, das Gewaltpräventionsprojekt „Nicht mit Mir“ – Starke Kinder schützen sich – unter dem Motto „Fit und Sicher!“ zu unterstützen.

Der große Erfolg des Projektes und die immer häufiger werdenden Nachfragen nach der Broschüre haben uns veranlasst, diese noch einmal aufzulegen.

Ziel des Projektes ist es, zu Lernen, wie man sich in Gefahrensituationen richtig verhält und gegebenenfalls wehrt. Im

Vordergrund stehen dabei mögliche Auseinandersetzungen zwischen Gleichaltrigen sowie die Vermeidung körperlicher Gewalt. Insbesondere lernen Kinder und Jugendliche in den Projekten, wie sie Konflikte mit Verstand, statt mit Gewalt lösen können. Diese Kurse schärfen das Auge für Gefahrensituationen. Hierbei werden Strategien für eine mögliche Gegenwehr erlernt.

Die Gewalt gegenüber Kindern und Jugendlichen steigt, vor allem an den Schulen. In vielen Fällen kann man jedoch mit einfachen Mitteln verhindern, dass es so weit kommt. Besonders nach spektakulären Meldungen oder Vorkommnissen in der näheren Umgebung häufen sich die Anfragen zu Selbstbehauptungs- oder Selbstverteidigungskursen durch besorg-

te Eltern, Kindertagesstätten oder Schulen. Dahinter steht der verständliche Wunsch, unsichere oder schüchterne Kinder und Jugendliche zu stärken, Opfer aus ihrer Situation heraus zu holen oder generell Kinder zu selbstsicherem Verhalten zu ermutigen.

Mit der Präsentation der Broschüre möchten wir alle Betroffenen, Eltern und Trainern eine Übersicht über die präventiven Möglichkeiten geben sowie die Ansprechpartner und erfolgreiche Projekte vorstellen. Damit unterstützen wir diese sinnvolle Projektidee.

**Uwe Petermann**  
Landesvorsitzender

# KÄMPFEN

## – eine geeignete Methode für Gewaltprävention?!<sup>1</sup>

„Um Gottes willen! Jetzt bringen sie denen auch noch das Schlagen bei!“ –

Diese und ähnliche Reaktionen erntet man immer wieder, wenn man Projekte zum Thema Kämpfen in Jugendarbeit und Schule anbietet. Auf der ständigen Suche, das Thema „Gewalt“ gerade bei Jugendlichen konstruktiv zu bearbeiten, kommt dem Ansatz „Kämpfen“ immer mehr Bedeutung zu.

■ Die Reaktionen darauf reichen von kategorischer Ablehnung bis hin zu euphorischer Zustimmung. Auf dem Markt gibt es immer mehr „Anbieter“, die neben den Training in Verein und Sport-schule mit diesem Ansatz arbeiten; mal mit mehr, mal mit weniger Fachkompe-tenz. Eine kritische Betrachtung der Methode „Kampf“ in den erzieherischen Feldern Jugendarbeit, Schule und Verein ist dringend notwendig.

### Gewaltprävention

Während die ursprünglichen wissenschaftlichen Modelle bestimmte Einzelfaktoren bei der Entstehung von Gewalt und Aggression in den Vordergrund stellten, besteht mittlerweile der Konsens, dass Gewalt durch unterschiedliche Bedingungs-faktoren, v. a. durch Lernprozesse, entsteht. Das bedeutet, dass Gewaltpräven-tion – im Sinne von die Wahrscheinlichkeit senken, Opfer oder Täter von Gewalt zu werden – an verschiedenen Punkten anset-zen muss, um erfolgreich zu wirken. Viele Maßnahmen der Gewaltprävention orientieren sich am lerntheoretischen und verhaltenstherapeutischen Paradigma. In diesen werden vorwiegend durch prak-tische Übungen die persönlichen und sozi-alen Kompetenzen von Jugendlichen auf- und ausgebaut, das Selbstvertrauen und das Selbstwertgefühl gestärkt. Sie sind nicht ausschließlich auf Verhaltenstraining

im Umgang mit Gewalt ausgerichtet, son-dern beziehen viele Bereiche des Lebens mit ein. Die Programme sind mittel- und langfristig angelegt, um nachhaltige Effek-te zu erzielen.

Während dies Maßnahmen sind, die vordergründig auf Gewaltprävention hin-zuwirken, sind weitere wichtige Soziali-sationsinstanzen nicht zu vernachlässigen. Durch die eine verantwortliche Arbeit im Sportverein, in der Jugendarbeit und nicht zuletzt in der Schule werden Jugendliche ebenfalls stark gemacht. Hierzu ist jedoch notwendig, dass sich die Verantwortlichen kritisch mit Gewalt auseinandersetzen und ihre pädagogische Arbeit danach aus-richten.

### Kämpfen in der Gewaltprävention

Kämpfen an sich ist nicht grundsätzlich gewaltpräventiv. Es kann jedoch unter Umständen diesen, im ersten Moment paradox anmutenden, Effekt hervorrufen, wenn bestimmte Punkte beachtet werden. Hier sollen einige benannt werden.

#### • Motivation

„Kämpfen“ bietet grundsätzliches ein reizvolles Angebot, nicht nur aber vor allem für Jungen. Es erfüllt den Wunsch sich zu bewegen und mit anderen zu messen. Der Trainer muss die Jugendlichen dahinge-

hend motivieren, dass sie sich für das Kämpfen im Sinne der Gewaltprävention begeistern, d. h. dass die richtigen ethisch-moralischen Wertvorstellungen gelebt wer-den und nicht nur der Stärkste „überlebt“.

#### • Regeln

Regeln sind für eine pädagogische Maß-nahme – v. a. wenn gekämpft wird - uner-lässig. Es muss nachvollziehbar sein, was erwünschtes und nicht erwünschtes Ver-halten ist. Im Umgang mit Regeln lernen Jugendliche Selbststeuerung und Selbst-kontrolle, welche auch im Alltagsleben von Wichtigkeit sind. Tauchen im Training Regelverstöße auf, muss zeitnah und angemessen darauf reagiert werden. Eine Konfrontation mit dem unerwünschten Verhalten sollte als Lernerfahrung inner-halb der Gruppe stattfinden. Dabei sollte die Gruppe konstruktiv unterstützen. Es geht nicht um Rache, sondern darum, das Verhalten für die Zukunft zu verändern.

#### • Rituale

Kämpfen muss in Rituale eingebettet sein. Diese bilden den Rahmen für neue Erfah-rungen. Sie vermitteln Sicherheit, geben Orientierung und unterstützen die Ent-wicklung von Vertrauen zum Trainer und der Trainingsgruppe. Es muss den Train-ingsteilnehmern klar sein, wann und in welcher Form Kämpfen stattfindet. Ver-wendete Rituale sind z. B. gemeinsames An- und Abgrüßen, dem Partner Respekt erweisen, das Akzeptieren von Sieg und Niederlage, ein gleichbleibender Train-ingsablauf. Der Trainer muss diese ein-führen und für deren Beachtung sorgen.

#### • Kämpfen im Spannungsfeld von Ag-gression und Gewalt

Daneben, dass erfolgreiche prosoziale Handlungen im Allgemeinen gewaltprä-ventiv wirken können, liegt der besonde-re Wert von Kämpfen darin, dass das The-ma Aggression und Gewalt<sup>2</sup> direkt aufge-griffen und praktisch umgesetzt wird. Jeder Kämpfende steht im Kampf – bewusst oder unbewusst – vor der Entscheidung, inwiefern er die Regeln einhält oder er die Grenzen seines Kampfparters ver-letzt. Hier hat der Trainer die große Ver-

<sup>1</sup> Obwohl viele Mädchen und Frauen aktiv in Vereinen Kampfsport trainieren oder auch grundsätzliches Interesse am Kämpfen haben, ist das Bedürfnis nach Kampf ein vorwiegend männliches. Daher wird in diesem Artikel die männliche Schreibweise verwendet. Das Gesagte trifft selbstverständlich grundsätzlich auch auf Schü-lerinnen, Trainerinnen, etc. zu.

<sup>2</sup> Der Autor unterscheidet Aggression und Gewalt dahingehend, dass Aggression ein zunächst wertneutrales aktives Verhalten darstellt. Gewalt hingegen ist als Han-deln einzustufen ist, dass auf die Verletzung von Grenzen anderer Personen ausgerichtet ist.

antwortung, die Jugendlichen Erfahrungen machen zu lassen, andererseits für ihre Unversehrtheit einzustehen

#### • Kämpfen im Spannungsfeld von Konfrontation und Kooperation

Gelungenes Training im Sinne von Pädagogik und Gewaltprävention ist, wenn sich diese ambivalenten Seiten „Miteinander und Gegeneinander“ die Waage halten: für sich zu kämpfen, den anderen jedoch nicht vernichten wollen. Diese Seiten stehen stellvertretend für die personalen und sozialen Kompetenzen. Die Chance liegt im Erwerb von mehr Mut, Selbstvertrauen, Willensstärke wie auch von Kooperationsfähigkeit, Empathie und Verantwortung. Dem Trainer kommt es zu, Aufgaben so zu stellen, dass beide Seiten verwirklicht werden können. Das bedeutet, dass ebenso wie dem Kämpfen dem gemeinsamen Erwerb von technischen oder konditionellen Fähigkeiten eine wichtige Rolle zukommt.

#### • Erfolg

Jugendliche müssen sich erfolgreich in Angeboten wahrnehmen. Dies bedeutet für den Trainer, dass er sie nicht über- aber auch nicht unterfordern darf. Gerade in heterogenen Gruppen stellt dies eine besondere Aufgabe dar, da jeder der sich anstrengt belohnt werden muss. Meistern junge Menschen immer wieder Herausforderungen aus eigener Kraft, steigert dies ihr Selbstbewusstsein und sie wachsen an diesen Aufgaben in ihrer Persönlichkeit.

### Dauer und Art der Maßnahme

Um Jugendliche stark zu machen, damit sie nicht Opfer oder Täter von Gewalt werden, wäre es selbstverständlich sinnvoll, wenn diese in einem Verein mit pädagogischem Konzept über eine längere Zeit eingebunden wären. Eine jahrelange sportliche Betätigung, innerhalb derer sich personale wie soziale Kompetenzen entwickeln, wäre im Sinne der Gewaltprävention wünschenswert.

Nachhaltige Erfahrungen können zumeist



nur über längerfristige Maßnahmen gemacht werden. So sind Angebote in Jugendarbeit und Schule zu empfehlen, welche regelmäßig z. B. über ein halbes oder auch ein Jahr gehen. In solchen werden Jugendliche in ihrer Entwicklung begleitet und Veränderungen können sich bemerkbar machen.

Kurzzeitmaßnahmen können mit Sicherheit für einige junge Menschen einen Anstoß zur Reflexion und Veränderung ihres Verhaltens geben. Aber die Hoffnung auf nachhaltige Verhaltensänderungen sollte sich in Grenzen halten, sofern auf die Erkenntnisse (im Schulunterricht, im Jugendtreff, in der Jugendgruppe) nicht mehr eingegangen wird. Wenn jedoch aufgrund finanzieller und zeitlicher Ressourcen nur eine kurzfristige, sinnvolle Aktion möglich ist, ist dies besser, als das Thema gar nicht aufzugreifen.

### Geeignetes Kampfsystem

Neben der persönlichen Eignung des Trainers lohnt es sich über die eingesetzte Kampfdisziplin Gedanken zu machen.

Der Verfasser hat oben dargelegt, welche Punkte seines Erachtens notwendig sind, um eine sinnvolle Maßnahme im Rahmen der Gewaltprävention durchzuführen. Viele Kampfsportarten und Kampfkünste können in dem abgesteckten Rahmen wirken, so beispielsweise auch Ju-Jutsu und Jiu-Jitsu, deren Grundsätze wie Verhältnismäßigkeit, Themen wie Notwehr und

Nothilfe hervorragend das praktische Training ergänzen, um verschiedene Facetten von Gewalt zu beleuchten und aktiv zu bearbeiten.

Obwohl mit Sicherheit einzelne Vertreter verantwortungsvoll handeln, sind für die Gewaltprävention Vollkontakt-Systeme<sup>3</sup> kritisch zu hinterfragen, da sie das KO-Schlagen von Dritten automatisieren und kultivieren. Dies gilt ebenso für Selbstverteidigungssysteme, welche lediglich oder hauptsächlich Techniken zur Vernichtung des Gegners vermitteln<sup>4</sup>.

Ebenfalls fraglich ist der Effekte auf die Gewaltprävention durch die Systeme, welche Kampf ausschließlich oder überwiegend auf einer geistig-philosophischen Ebene bearbeiten<sup>5</sup>. Hier fehlt vielen Jugendliche genau das praktische Handeln „auf des Messers Schneide“ zwischen positiver Aggression und Gewalt.

### Bezug zur Polizei

Sehr viele Polizeibeamte trainieren dienstlich wie auch in ihrer Freizeit Kampfsysteme, engagieren sich in Vereinen und Verbänden und können ihr Wissen über Gewalt und deren Vermeidung an ihre Schüler und Trainingspartner weitergeben. Auch für zeitlich begrenzte Maßnahmen eignen sich Polizeibeamte. Jugendliche können sie auf andere Art und Weise kennen lernen und neue Erfahrungen im Umgang mit der Polizei machen. Ein Polizist, der den jungen Menschen gegenü-

<sup>3</sup> Als Beispiele für Sportarten seien hier Boxen, bestimmte Karate-, Kick- und Thaibox-Stile genannt, sofern sie Vollkontakt trainieren.

<sup>4</sup> Hierzu gehören Systeme und Kampfkünste, wie manche Stile des Wing Tsun, etc. die gerade im Anfängerbereich durch sehr viele unverhältnismäßige Techniken auffallen.

<sup>5</sup> Beispiele stellen hier bestimmte Aikido- und weiche Kung-Fu-Stile, wie bspw. Tai-Chi dar, welche Kampf nur in ritualisierter Form trainieren.



## Zum Autor: Sascha Vetter

Diplom-Sozialpädagoge (BA)  
Entwicklung und Durchführung von Selbstsicherheitstrainings für Menschen mit Beeinträchtigung  
Diplomarbeit „Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Frauen mit geistiger Behinderung“  
Tätigkeit in den Bereichen Schulsozialarbeit und Jugendarbeit  
5. Dan Ju-Jutsu, Ju-Jutsu-Lehrer und Trainer C  
Weltmeistertitel Duo-System 1998, 9-facher Deutscher Meister  
Direktor Behindertensport DJJV e. V.  
Intensive Beschäftigung mit den Themen „Pädagogik im Kampfsport“, „Kampfkunst und Gewalt“ und „Kinder im Wettkampfsport“.  
Mehrfache Auszeichnung für pädagogisch orientierte Breitensport- und Wettkampfkonzepktion für Kinder und Jugendliche zusammen mit Joachim Thumfart im Judo-Club Pforzheim (u. a. „Das Grüne Band der Dresdner Bank“ für vorbildliche Nachwuchsförderung)

ber wohlwollend und motivierend auftritt, bei Regelüberschreitungen jedoch unmittelbar klare Grenzen setzt, ist ein gutes Bild einer Autoritätsperson, das mit Sicherheit einigen Jugendlichen fehlt. Die Erfahrungen können im Übrigen auch junge Menschen mit Migrationshintergrund und / oder Benachteiligungen besser erreichen als rein sprachlich orientierte Angebote, da das Lernen von ihnen weit weniger über Sprache sondern über das praktische Erleben strukturiert wird.

Inzwischen gibt es einige Programme, in denen Polizeibeamte überwiegend Elemente aus Kampfsport und Kampfkunst in Gewaltpräventionsmaßnahmen integrieren. Verwiesen sei als Beispiel auf das Projekt der Landesstiftung Baden-Württemberg „Gewalt- und Aggressionsabbau Kampfkunst“ in Kooperation mit der 5. Bereitschaftspolizeiabteilung Böblingen und die AG „Fairness, Selbstbehauptung

und Selbstkontrolle“ an der Nicolai-Schule in Bad Arolsen, bei der Kompetenzen in hohem Maße durch Ju-Jutsu erworben werden.

## Ausblick

Die Ausübung eines Kampfsystems – v. a. wenn dies über einen zeitlich begrenzten Raum geschieht – wird mit Sicherheit alleine nicht ausreichen, Jugendliche davor zu schützen, Opfer oder Täter von Gewalt zu werden. Durch verantwortungsvolles Kämpfen können m. E. jedoch bestimmte Kompetenzen erworben werden, welche die Persönlichkeit von Heranwachsenden bereichern und sich gewaltpräventiv auswirken können. Wichtig ist einen kritischen Blick auf die jeweiligen Maßnahmen zu werfen, damit nicht kontraproduktive Effekte erzielt werden.

## Weiterführende Literatur

- Beudels, W. & Anders, W. (2001). Wo rohe Kräfte sinnvoll walten. Dortmund: Borgmann Publishing GmbH
- Funke-Wienecke, J. (2000). Die pädagogische Bedeutung des Judo für Kinder und Jugendliche. In: Pöhler, R. (Hrsg.): Judo & Pädagogik. Frankfurt: Judo Sport Marketing GmbH
- Jugert, G., Rehder, A., Notz, P. & Petermann, F. (2002). Soziale Kompetenz für Jugendliche. Grundlagen, Training und Fortbildung (2., korrigierte Auflage). Weinheim: Juventa Verlag
- Miethling, W.-D. (1996). Aggressionen im Sportunterricht. Sportpädagogik, 4, S. 19-31
- Schubarth, W. (2000). Gewaltprävention in Schule und Jugendhilfe. Theoretische Grundlagen, Empirische Ergebnisse, Praxismodelle. Neuwied: Hermann Luchterhand Verlag GmbH
- Vetter, S. (2007): Kämpfen – eine geeignete Methode für Prävention und Integration? In: Horn, A., Keyßner, J. (Hrsg.): Sport integriert – integriert Sport. Schwäbisch Gmünd: Gmünder Hochschulreihe Nr. 28
- Vetter, S. (2007): Kämpfen in der pädagogischen Arbeit – Vom Paradoxon zu kämpfen, um Gewalt zu Vermeiden. In: Stark sein = cool bleiben – Dokumentation (S. 74-91). Aalen: Landratsamt Ostalbkreis
- Wendt, P.-U. (2004). „Das setzt einen Prozess in Gang ...“. In: Neumann, U., von Salder, M., Pöhler, R. & Wendt, P.-U. (Hrsg.). Der friedliche Krieger. Budo als Methode der Gewaltprävention (S. 120-133). Marburg: Schüren Verlag GmbH
- Wolters, J.-M. (2003). Rangeln, Raufen & Ringen. Vom sozialpädagogischen Wert kindlichen Kämpfens. Unsere Jugend, 5, S. 195-201

# ALLGEMEINE INFORMATION

## ■ Was ist Gewalt?

Gewalt ist eine destruktive physische oder psychische (direkte oder indirekte) Handlung gegenüber Personen oder Sachen und geschieht gegen den Willen der betroffenen Person. Als Gewalt bezeichnet man somit die zielgerichtete und bewusste Schädigung einer Person oder Beschädigung von Sachen, die im Wesentlichen folgende Formen (Gewaltarten) hat:

- physische Gewalt; die Schädigung und Verletzung eines anderen durch körperliche Kraft und Stärke (körperliche Gewalt),
- psychische Gewalt; die Schädigung und Verletzung eines anderen durch Vorenthalten von Zuwendungen und Vertrauen, durch seelisches Quälen und emotionales Erpressen,
- verbale Gewalt; die Schädigung und Verletzung eines anderen durch beleidigende, erniedrigende und entwürdigende Worte und I der Vandalismus, also Beschädigung und Zerstörung von Gegenständen.

## Was ist Prävention und Gewaltprävention?

Prävention wird abgeleitet vom lateinischen prävenire. Wir subsumieren Prävention unter den Begriff „Gewaltprävention“.

Gewaltprävention bezeichnet alle institutionellen und personellen Maßnahmen, die der Entstehung von Gewalt vorbeugen bzw. diese reduzieren.

Wir verstehen Gewaltprävention auch als:

- Informieren und Aufklären
- Deeskalations- und Interventions-training
- Verhaltensbeispiele geben und üben (Vermittlung von sozialer Kompetenz – Helfen und sich Helfen lassen)
- Gefahrensituationen erkennen und vermeiden
- Sicherheitsvorkehrungen treffen und dadurch Gewalt verhindern.

### Selbstbehauptung:

Selbstbehauptung ist die erfolgreiche

Durchsetzung der eigenen Bedürfnisse, Wünsche und Rechte und die Demonstration von eigener Stärke. Grenzen deutlich aufzeigen und auf deren Akzeptanz und Einhaltung beharren sind wesentliche Elemente der Selbstbehauptung.

### Deeskalation:

Möglichkeiten um in eskalierten Streitsituationen gezielt und mit situationsadäquatem Handlungsrepertoire körperliche sowie verbale Auseinandersetzungen zu beenden.

### Intervention:

Möglichkeiten um Stresssituationen als Schlichter zu beenden.

### Selbstverteidigung:

Selbstverteidigung ist eine verhältnismäßige Reaktion mit körperlichen Mitteln auf einen ungerechtfertigten Angriff. Selbstverteidigung bedeutet in Notwehr zu handeln und alle notwendigen Mittel zu nutzen, um eine Situation schnell zu beenden, aus der für den Verteidiger körperliche oder seelische Verletzungen entstehen können.

### Notwehr:

Den Begriff „Notwehr“ kennt jedermann. Die Grundlagen des Notwehrrechts lassen sich auf zwei Gedanken zurückführen und erklären. Dies sind die:

- individualrechtliche Grundlage:  
Niemand muss sich gegen seinen Willen verletzen lassen!
- und die sozialrechtliche Grundlage:  
Das Recht braucht dem Unrecht nicht weichen!

Die rechtlichen Grundlagen und andere soziale Verhaltensweisen werden in unseren Kursen vermittelt.

## Kursinhalte

**Bei allen angebotenen Kursen sind folgende Inhalte Bestandteil:**

- Gewaltprävention und Prävention durch:
- Informieren & Aufklären
  - Rollenspiele und Deeskalations- und Interventionstraining
  - Verhaltensbeispiele geben und üben

(Vermittlung sozialer Kompetenz, Helfen und sich Helfen lassen)

- Gefahrensituationen erkennen und vermeiden
- Selbstbehauptungstraining
- Eigene Stärken erkennen und nutzen
- Steigerung des Selbstbewusstseins und Selbstwertgefühls
- Einsatz der Stimme und Rollenspiele Selbstverteidigung als letztes Mittel:
- Erlernen und Entdecken von Verteidigungsmöglichkeiten durch einfache effektive Techniken
- Einsatz von Selbstverteidigungstechniken
- Notwehrrecht kennen lernen

## Zielgruppen

Wir bieten Kursmöglichkeiten für unterschiedliche Alters- und Zielgruppen. Thematiken werden altersgerecht und geschlechtsspezifisch angegangen und vermittelt. Wir bieten Kurse für:

- Kinder im Kindergartenalter (Vorschulalter)
- Kinder im Grundschulalter gemischte Gruppen (Mädchen/ Jungen) bis zur 3. Klasse
- Kurse für Mädchen und Jungen
- Kurse für Mädchen und junge Frauen (ab 14 Jahre)
- Kurse für aggressive Jugendliche (Deeskalationstraining)

## Kurse

### Grundkurs

- Motto: „Starke Kinder schützen sich“
- Dauer: 6 Wochen je 2 Schulstunden / Übungseinheiten, insgesamt 12 Übungseinheiten
- Inhalte: Prävention, Selbstbehauptung, Deeskalation und Selbstverteidigung
- Teilnehmerzahl: 12 - 20 Kinder
- Elternarbeit und Aufgaben zum Nach- und Vorbereiten
- Rollenspiele, aber auch Spiele aus dem Bereich Rangeln und Raufen, Teamspiele zur Förderung der sozialen Ressourcen

## Aufbau- /Wiederholungskurs

- Dauer: 3 Wochen je 2 Schulstunden
- Inhalte: Auffrischung – Prävention, Selbstbehauptung, Selbstverteidigung
- Einsatz Vollschutzanzug (FIST<sup>1</sup>) und einem weiteren Trainer
- Rollenspiele, aber auch Spiele aus dem Bereich Rangeln und Raufen
- Eine individuelle Kursgestaltung ist jederzeit möglich.

## Qualifikationen der Trainer

- Lizenzierte SV-Kursleiter des Projekts „Nicht mit Mir“ – Starke Kinder schützen sich

## Zusätzlich:

- Trainererfahrung in Budoportarten und in der Regel Übungs- oder Jugendleiter mit DSB-Lizenz oft berufliche Fachqualifikation z.B. Lehrer, Polizeibeamte, Vereinstrainer, Sozialpädagoge etc.

## Leistungen – im Kurs enthalten:

- 12 Übungsstunden zielgruppenorientiertes Training, benötigtes Material, Kopien für Kids, Teilnehmerurkunde Bruchtestbrett
- Bücherliste für Eltern, Elterninformationen Weitere Materialien die käuflich erworben werden können:

- Selbstbehauptung & Selbstverteidigung für Kinder (DVD) ISBN 978-3-00-016554-2
- Selbstverteidigung für Kinder und Jugendliche (Broschiert) von Michael Korn (Autor) ISBN 3-613-50519-3

<sup>1</sup> Aufgrund seiner hervorragenden Eigenschaft, Schläge mit voller Kraft (auch von Schlagstöcken u.ä.) so aufzufangen, dass der Träger nicht gefährdet wird, ermöglicht der Vollschutzanzug ultimativ interaktives Training. Er bietet vollen Schutz mit extremer Beweglichkeit.

Annemarie Besold

## Wie müssen

# PROGRAMME ZUR GEWALTPRÄVENTION

## aufgebaut sein?

■ Programme zur Gewaltprävention bei Kindern und Jugendlichen müssen etwas bieten. Mit erhobenen Zeigefinger und moralischen Ermahnungen erreicht man Kinder und Jugendliche kaum. Programme, die mit Opfern arbeiten, haben es etwas leichter, da Opfer durch den Leidensdruck meist bereit sind an ihren Problemen zu arbeiten. Täter dagegen sind freiwillig kaum bereit, von dieser – aus ihrer Sicht – sehr erfolgreichen Strategie der Gewaltanwendung abzuweichen. Da muss entweder der Druck von staatlicher, schulischer Seite oder aus der

Gleichaltrigen-gruppe schon sehr massiv sein, oder das Gewaltpräventionsprogramm ist attraktiv genug und bietet genügend Anreiz, aggressives Verhalten einzutauschen. Programme zur Gewaltprävention sollten folgende Kriterien erfüllen:



### 1. Zielgruppe

Jedes Programm muss sich die Frage stellen, ob es zielgruppengerecht arbeitet. Gute Ideen können in der falschen Zielgruppe kontraproduktiv sein. In einer Grup-

pe latent gewaltbereiter Kinder kann die Vermittlung von Schlag- und Tritttechniken, ohne den Notwehrbegriff, durchaus daneben gehen. Eine gezielte Auswahl von Methoden, Materialien und Techniken in Bezug auf die Zielgruppe vergrößert die Wahrscheinlichkeit einer erfolgreichen Arbeit. Auch die Sprache und der Umgang mit den Teilnehmern muss der Zielgruppe gerecht werden.

## 2. Altersgerechte und entwicklungsgerichte Konzepte

Das bedeutet nun nicht unbedingt, dass es für jede Altersgruppe ein eigenes Konzept geben muss. Vorhandene Grundkonzepte müssen flexibel sein, so dass sie auf die Alters- und Entwicklungsstufe angepasst werden können. Diese Flexibilität bedeutet auch, dass der/die durchführende Programmleiter/in auch noch während des laufenden Programms entscheiden kann, welche Methoden oder Materialien für diese Gruppe passend ist. Ein Bilderbuch ist für eine Gruppe Vorschulkinder mit Sicherheit die richtige Wahl, während es in der Grundschule, je nach Entwicklung der Gruppenmitglieder manchmal schon als zu kindisch abgelehnt werden kann. Wenn man dann zum Thema die passenden Comics hat, sind auch größere Jungen und Mädchen wieder bei der Sache. Dies setzt natürlich voraus, dass der/die Programmleiterin über ein vielfältiges pädagogisches und didaktisches Wissen und eine breitgefächerte Methodenkompetenz zum Thema verfügt.

## 3. Information von Eltern, Lehrer/innen und Erzieher/innen

Die Information all derjenigen, die im Alltag mit den Kindern leben und arbeiten, über das Programm, seine Grenzen und Möglichkeiten sind umso wichtiger, je jünger die Kinder sind. Eltern, aber auch Lehrer/innen und Erzieher/innen sind bei jeder gewaltpräventiven Arbeit unsere wichtigsten Helfer. Sie vertiefen unsere Arbeit, bringen sie in den Alltag des Kindes oder Jugendlichen unter und sorgen so für Nachhaltigkeit. Nach Möglichkeit sollte auch eine gemeinsame Einheit eingeplant werden, wo Eltern, Lehrer/innen und Erzieher/innen zuschauen und mitmachen können. Selbstverständlich muss diese Einheit besonders geplant sein. Am besten eignet sich eine Art Wiederholungsstunde, bei der Kinder und Jugendliche stolz ihr Können herzeigen können.

## 4. Transparenz und Seriosität

Gerade bei Programmen zur Gewaltprävention sollten Grenzen und Möglichkeiten klar dargestellt werden. 100% Sicherheit gibt es nicht und wer dies verspricht handelt unseriös und eventuell sogar schon fahrlässig.

## 5. Methodik und Didaktik

Konzepte zur Gewaltprävention müssen sich den Kriterien der Lehr- und Lernforschung stellen. Kinder und Jugendliche dürfen weder überfordert, noch unterfordert werden. Zusätzlich muss ein Programm, das auf Freiwilligkeit beruht Spaß machen. Spielerisches Lernen ist ein wichtiger Gesichtspunkt bei jüngeren Kindern, aber auch bei Jugendlichen sollte man dies nicht unterschätzen. In Rollenspielen kann neues oder ungewöhnliches Verhalten ausprobiert und eingeübt werden. Auch die Sprache muss dem Alter und dem Entwicklungsstand der Teilnehmer angepasst werden. So kann das „Trainieren von Szenarien“ Jugendliche deutlich mehr motivieren, als „jetzt machen wir dazu mal ein Rollenspiel“.

Auch darf Rhythmisierung und Wiederholung innerhalb des Programmes nicht fehlen. Wichtig sind natürlich auch erreichbar Ziele und Höhepunkte in einem Programm.

## 6. Fächerung des Angebotes

Das reine Training einer Kampfsport oder einer Kampfkunst ist für ein gewaltpräventives Programm zu wenig. Zur körperlichen Selbstverteidigung gehört immer auch die Selbstbehauptung, und die Prävention, also die Vermittlung von Wissen. Gerade im Bereich sexuelle Belästigung und sexuelle Gewalt / sexueller Missbrauch hat man mit Selbstverteidigungstechniken allein meist wenig Erfolg. Programme müssen so flexibel sein, dass es auch möglich ist, neue Angebote oder Themen aufzunehmen.

In den letzten Jahren z.B. hat sich Gewalt im Internet, Chat oder über Mobiltelefone als aktuelles Thema in den Bereich Gewaltprävention geschoben.

## 7. Dauer von Programmen

Die Teilnahme an Programmen ist in der Regel freiwillig, Kinder und Jugendliche haben meist schon viele

schulische und außerschulische Verpflichtungen. Außerdem sind die finanziellen und personellen Ressourcen oft begrenzt. Sinnvoll erscheint deshalb eine relativ kurzer Zeitraum von mehreren intensiven Einheiten, die täglich oder wöchentlich stattfinden. Nach einem Zeitraum von ca. einem halben Jahr sollte ein Aufbau- oder Auffrischkurs angeboten werden können. Ebenso kann es recht effektiv sein, in einer Institution das Programm jährlich zu einer bestimmten Zeit für eine bestimmte Altersstufe anzubieten. Die jüngeren Kinder warten schon gespannt darauf, bis sie an der Reihe sind, die älteren erzählen, wie es bei ihnen war.

## 8. Ausbildung der Programmleiter/innen

Alle Personen, die im Programm tätig sind, benötigen eine grundlegende, programmorientierte Ausbildung. Die Dauer und Inhalte, sowie Prüfungen müssen von einer übergeordneten Institution, festgelegt durchgeführt und überprüft werden. Günstig ist es auch, wenn Neulinge anfangs von „alten Hasen“ begleitet und angeleitet werden. Regelmäßige Fortbildungen sollten Voraussetzung sein, um das Recht die Programme durchzuführen zu dürfen, zu behalten.

## 9. Schnittstellen und Zusammenarbeit

Programme sollten Schnittstellen zu anderen gewaltpräventiven Programmen und die Zusammenarbeit mit Vertretern verschiedener Institutionen ermöglichen.



### Zur Autorin: Annemarie Besold

Annemarie Besold ist Sonderschullehrerin und arbeitet an einer Schule für verhaltensauffällige und lernbehinderte Kindern und Jugendlichen. Im Ju Jutsu besitzt sie den 3. Dan und ist ausgebildete Übungsleiterin. Sie hat das Konzept „Nicht mit mir!“ maßgeblich mitentwickelt. In Bayern hat sie seit 2001 die Ausbildungen übernommen, beim DJJV arbeitet sie seit 2003 in der Ausbildung und Konzeptentwicklung mit.

# MASSNAHMENKATALOG:

## Sexuellen Missbrauch durch Projekte zur Gewaltprävention verhindern

Sexuelle Gewalt und Sexueller Missbrauch belasten Kinder und Jugendliche massiv und können zu verschiedensten Störungsbildern und Auffälligkeiten führen. Auch sollte man nicht übersehen, dass erschreckend viele Gewalt- und Straftäter und Täterinnen in diesem Bereich als Kind selbst sexueller Gewalt oder sexuellem Missbrauch ausgesetzt waren und diese Verhaltensmuster nun weitergeben.

■ Gerade im Bereich Sexueller Missbrauch ist die Aufmerksamkeit der Öffentlichkeit und Medien gestiegen. Der Ruf nach Präventionsmaßnahmen wird lauter, während Eltern und Vertreter von Institutionen, in denen Missbrauch stattfindet, häufig hilflos reagieren.

Die Gewerkschaft der Polizei hat sich mit dem Themenheft: „Das Tabu: Sexuelle Gewalt“ bereits ausführlich beschäftigt. Ursachen, Vorbedingungen, Tätertypen, polizeiliche Maßnahmen usw. können dort nachgelesen werden. Auf diese Themen soll hier verzichtet werden.

Projekte zur Gewaltprävention an Kindergärten, Schulen, in Vereinen und Verbänden, sind in der Regel im Bereich der Primärprävention zu sehen. Selbstverständlich gibt es auch viele Institutionen und Anlaufstellen, die im Bereich der Sekundär- und Tertiärprävention arbeiten. Aufdeckung und Opferbegleitung setzen aber eine andere Art von Fachlichkeit voraus, als die Partner eines Kurses zur Gewaltprävention, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung in der Regel anbieten können.

Darum soll dies nicht Inhalt dieses Maßnahmenkatalogs sein.

Präventionskonzepte sollten sich auf zwei Handlungsebenen beziehen:

1. Die konkrete Arbeit mit Kindern und Jugendlichen mittels pädagogisch-inhaltlichen Methoden, z.B. im Rahmen eines Kurssystemes.
2. Organisationen und Institutionen sollten mittels struktureller Methoden nach Möglichkeit verhindern, dass sich potentielle Täter in ihren Reihen

einnisten und sich mit Hilfe der institutionellen Strukturen und Möglichkeiten an Kindern vergreifen.

### Die konkrete Arbeit mit Kindern und Jugendlichen im Rahmen eines Kurssystemes zur Gewaltprävention:

Kinder und Jugendliche können sich sexuelle Gewalt nur dann zur Wehr setzen und Hilfe einfordern, wenn sie informiert sind. Aufgabe eines Kursleiters ist es, Kindern diese Informationen zugänglich zu machen.

Vor Kursbeginn müssen die Eltern informiert werden. Vor allem bei kleineren Kindern ist dies unabdinglich. Natürlich nimmt man damit in Kauf, dass Kinder, denen von elterlicher Seite Gewalt geschieht, nicht am Kurs teilnehmen dürfen. Trotzdem ist Transparenz gerade im Bereich sexueller Gewalt ein wichtiges Prinzip, da diese Arbeit Vertrauen voraussetzt. Die Informationen zu den einzelnen Themen müssen altersgemäß aufbereitet sein. Und Kindern und Jugendlichen darf keine Angst gemacht werden oder Schuldge-

fühle geweckt werden. Angst macht stumm und verhindert damit das notwendige Hilfesgespräch mit erwachsenen Bezugspersonen. Schuld hat immer der Erwachsene und niemals das Kind oder der / die Jugendliche. Nur der Erwachsene kann sich der Tragweite und Bedeutung seines Handelns bewusst sein.

Themen im Bereich sexuelle Gewalt, die in der Gewaltprävention behandelt werden sollten:

- Das Recht Nein zu sagen (und Möglichkeiten dazu im Rollenspiel einüben)
- Exhibitionismus (Der Pimmelzeiger)
- Gefahren im Chat (Bei Jugendlichen)
- Sexueller Missbrauch

Die Informationen sind im Grunde immer gleich:

- Das gibt es (altersgemäße Darstellung der Problematik)
- So nennt man das (Fachbegriff und altergemäßer Begriff)
- So kannst du es rechtzeitig erkennen (Tricks der Täter, Warnzeichen)
- Hol dir Hilfe und teile dich einem Erwachsenen mit

### Methodisch-didaktische Hinweise:

Für Kindergarten- und Gundschkulinder gibt es gut geeignete Bilderbücher, mit



denen das Thema bearbeitet werden kann (siehe Literaturliste). Ältere Kinder finden Comics sehr interessant (z. B. von Zartbitter Köln: „Der Mistkerl!“) Bei Jugendlichen kann man gut mit Zeitungsartikeln oder auch mit altersgemäßen Comics arbeiten. (Literaturliste)

Eine ausführliche Methodik zu diesem Thema findet man im Buch „Nicht mit mir! Starke Kinder schützen sich“ (Literaturliste).



Die konkrete Arbeit zu diesem Thema mit Kindern und Jugendlichen sollte auf jeden Fall in einer ausführlichen Schulung erlernt und durch regelmäßigen Erfahrungsaustausch und Weiterbildung gesichert werden.

**Strukturelle Maßnahmen innerhalb von Organisationen und Institutionen**

Sexuelle Gewalt und Sexueller Missbrauch durch Mitarbeiter von Organisationen und Institutionen ist für Kinder und Jugendliche ein schwerwiegender Vertrauensbruch und hat weitreichende Folgen. Wenn man die Zeitungsberichte verfolgt, dann wird klar, dass gerade diese Tätergruppe eine große Zahl von Kindern pro Tätern und Täterinnen bedroht

- Das Tabu sexuelle Gewalt muss gebrochen werden, es muss Thema innerhalb der Leitungsebene und der Institution werden. Dies ist oft mit erheblichen Ängsten und Widerständen verbunden. Man sollte klar machen, dass neben dem Schutz von Kindern und Jugendlichen auch der Schutz der Mitarbeiter vor einem falschen Verdacht ein wichtiger Punkt ist. Maßnahmen zum Schutz vor sexueller Gewalt können auch als Qualitätsmerkmal einer Institution oder Organisation gesehen werden und so auch nach außen transportiert werden.

- Leitziele müssen formuliert werden und allen Mitarbeitern und Mitgliedern bekannt gemacht werden. Damit sind Maßnahmen zur Prävention in das Gefüge der Organisation eingebunden und unabhängig vom Interesse und Engagement des einzelnen.
  - Alle Verantwortliche und alle diejenigen, die mit Kindern und Jugendliche arbeiten müssen zum Thema regelmäßig informiert und geschult werden.
  - Klare Regeln für den Umgang mit Kindern und Jugendlichen sollten in einem Ehren- oder Verhaltenskodex festgelegt und von allen Mitarbeitern unterschrieben werden.
  - Für den Verdachtsfall sollten Leitlinien und Vorgehensweisen verbindlich festgelegt werden.
  - Eine Vernetzung mit regionalen, externen Ansprechpartnern und Fachleuten sollte angestrebt werden.
  - Interne Ansprechpartner (Vertrauensleute) sollten benannt werden. Diese sind eine erste Anlaufstelle, befördern geeignete Präventionsmaßnahmen in die Institution und sorgen für eine entsprechende Aus- und Weiterbildung.
- Allein die Beschäftigung mit der Thematik, Informationsveranstaltungen, Kursseinheiten zum Thema, Aus- und Weiterbildung der Mitarbeiter bietet schon eine

gewissen Schutz vor dieser Tätergruppe. Täter und Täterinnen in Organisationen und Institutionen planen ihr Vorgehen sehr genau und suchen sich mit ziemlicher Sicherheit kein Betätigungsfeld aus, wo Mitarbeiter, Eltern, Kinder und Jugendliche Bescheid wissen und über das Thema geredet wird. Leider gibt es viele Möglichkeiten, wo die Gefahr der Aufdeckung viel geringer ist. In welchen Bereich, oder in welcher Institution ein Täter, eine Täterin arbeitet, das ist in der Regel austauschbar. Wichtig sind nur zwei Punkte: Der leichte Zugang zu Kindern und Jugendlichen und ein möglichst großes Tabu, damit die Gefahr der Aufdeckung minimiert wird.

Schutz von Kindern und Jugendlichen vor Sexueller Gewalt und sexuellem Missbrauch ist eine große Herausforderung, aber nicht immer eine unlösbare Aufgabe.

### Weiterführende Literatur

[www.Zartbitter.de](http://www.Zartbitter.de) :

Informationsschriften und Comics für Kinder und Jugendliche:

„Der Mistkerl“; „Platzverweis“; „Die Nachricht“; „Ganz schön blöd“; Ursula Enders „Missbrauch durch Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen aus Institutionen (Köln 2003)

Prävention und Prophylaxe: „Informationen zu sexueller Gewalt an Jungen im Sport“ (9. Jg.2/2007)

[www.amyna.de](http://www.amyna.de)

„Die leg ich flach“ Bausteine zur Täterprävention

„Interkulturelle Prävention von sexuellem Missbrauch“

Gewerkschaft der Polizei: „Das Tabu: Sexuelle Gewalt“

U. Enders, U. Boehme, D Wolters: „Lass das – Nimm die Finger weg!“, Anrich Verlag

U. Boljahn, S. Deinert, T. Krieg: „Das Familienalbum“ Lappan Verlag

A. Weber: „Im Chat war er noch so süß!“ Taschenbuch und informatives Begleitheft, Verlag an der Ruhr

A. Besold, J. Schörner, P.Dendl: „Nicht mit mir! Starke Kinder schützen sich“ Buch und Arbeitsmappe für die präventive Arbeit im Grundschulbereich, Verlag Music Bits,

# SELBSTBEHAUPTUNG UND SELBSTVERTEIDIGUNG

## – für Menschen mit Behinderung

■ Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurse gibt es unzählige in Deutschland. Wesentlich schwieriger wird es, Angebote für Menschen mit Behinderung zu finden. Gerade für die Personen, die aufgrund ihrer Beeinträchtigung nur schwer in bestehende Angebote integriert werden können, gibt es sehr wenig Möglichkeiten, angemessene Selbstsicherheitskurse zu besuchen. So bleiben z. B. Menschen mit geistiger Behinderung, mit schwerwiegender Sehbehinderung oder Menschen im Rollstuhl oftmals außen vor. Das ist v. a. bedauerlich in Hinblick auf die Gefährdung von Menschen mit Behinderung, Opfer von Gewalt und im Besonderen Delikten gegen die sexuelle Selbstbestimmung zu werden, welche wesentlich höher ist, als bei Personen ohne Einschränkung.

Die mangelnde Anzahl an Kursen liegt zu einem großen Teil daran, dass sich gerade seriöse Trainerinnen<sup>1</sup> vor der Aufgabe scheuen, aus Angst etwas falsch zu machen. Dies wird in Gesprächen immer wieder deutlich. Dieser Respekt ist auch angemessen. Ohne fachliche Kenntnis und mit unzureichender Einarbeitung Kurse bspw. für Querschnittsgelähmte abzuhalten ist nicht nur vermessen, sondern schlicht unverantwortlich.

Was jedoch tun, wenn die Notwendigkeit besteht und Bedarf vorhanden ist? Die folgenden Abschnitte sollen eine Hilfe für Expertinnen von Kampfsystemen darstellen, die Kurse für Menschen mit Behinderung abhalten wollen. Sie resultieren aus den Erfahrungen von Kursen, die seit 1997 stattfinden und regelmäßig reflektiert und angepasst werden.

<sup>1</sup> Zur besseren Lesbarkeit wird hier die weibliche Schreibweise verwendet. Selbstverständlich gilt das Gesagte ebenfalls für Jungen und Männer, sowie Trainern und Übungsleitern, sofern nicht explizit auf das weibliche Geschlecht verwiesen wird.

### Grundsätze

Die Einstellung gegenüber Menschen mit Behinderung – gerade bei einer Maßnahme zur Erhöhung der Selbstsicherheit – muss nach folgenden zwei Grundsätzen gestaltet sein: dem Normalitätsprinzip – alle Menschen werden ungeachtet ihrer Besonderheiten so normal wie möglich behandelt – und dem Selbstbestimmungsprinzip – jeder Mensch kann frei dem eigenen Willen nach handeln.

Hauptthema solcher Kurse ist der Aufbau von Selbstvertrauen. Daher ist ein kooperativer Führungsstil angebracht. Die Teilnehmerinnen müssen selbst entscheiden können, was für sie gut ist und was nicht. Aufgabe der Leitung ist ihre Stärken aufzuspüren, Techniken und Verhaltensweisen vorzuschlagen und das Training zu strukturieren. Grundsätzlich ist der Mensch mit Behinderung Spezialist für sich und seine individuelle Besonderheit.

### Trainerinnen

Empfehlenswert ist grundsätzlich, Kurse zur Selbstsicherheit immer mit zwei Trainerinnen durchzuführen. Dies erfordert v. a. ein professioneller Umgang mit Störungen, z. B. bei aufbrechenden Traumata der Teilnehmerinnen. Das passiert bei Menschen mit Behinderung immer wieder, da viele von ihnen sexuelle Grenzverletzungen erlebt haben und oftmals das Bedürfnis vorhanden ist, darüber zu sprechen. Mindestens eine der Personen muss gute Fachkenntnisse im Bereich Selbstbehauptung und Selbstverteidigung besitzen. Ebenso gestaltet sich dies mit spezifischen Kenntnissen zu Menschen mit Behinderung. Mindestens eine Trainerin sollte den Umgang mit der zu trainierenden Personengruppe besitzen.

Bei Kursen in sonderpädagogischen Einrichtungen, WfBs, etc. macht es Sinn, dass eine Person aus der Institution stammt. Optimum ist, dass beide Trainerinnen Kenntnisse in Selbstbehauptung und Selbstverteidigung aufweisen, Erfahrungen im Umgang mit Menschen mit Behinderung haben und bereits den Teilnehmerinnen bekannt sind, was in dieser Form jedoch seltenst Realität ist.

Zur Thematik Selbstsicherheit sind geschlechtsgetrennte Kurse notwendig. Standart sollte sein, dass mindestens eine Trainerin dasselbe Geschlecht aufweist, wie die Teilnehmerinnen.

### Atteste und Assistenz

Erfahrungen aus Kursen zeigen, dass sich Teilnehmerinnen manchmal überfordern und sich im Rahmen des Trainings selber gefährden. Zur Absicherung der Trainerinnen empfiehlt sich für bestimmte Maßnahmen ärztliche Atteste von den Menschen mit Behinderung einzufordern, wo massive gesundheitliche Schwierigkeiten bei unsachgemäßer Handlung erwartet werden können. Dies sollte die Expertin für Behinderungen einschätzen können. Um einen möglichst hohen Nutzen aus der Maßnahme zu ziehen, ist für manche Teilnehmerinnen eine Assistenz empfehlenswert oder notwendig, bspw. bei Menschen mit Querschnittslähmung oder massiver Sehbehinderung. Diese sollte der Teilnehmerin bekannt sein und die individuellen Grenzen abschätzen können.

### Planung von Kursen

Um auf mögliche Szenarien eingestellt zu sein, empfiehlt sich eine ausreichende Planung der Trainerinnen. Im Folgenden werden einige wichtige Punkte genannt.

### Zielgruppe

- Um welche Personengruppe handelt es sich beim Kurs?
- Sind die Teilnehmerinnen eher homogen oder heterogen?
- Welche Besonderheiten weisen sie auf?
- Kennen sich die Teilnehmerinnen oder bildet sich die Gruppe erst neu?
- Sie die Personen freiwillig dabei?

Obwohl Personen mit Behinderung größere individuelle Unterschiede aufweisen als nicht-behinderte Menschen, lassen sich dennoch oftmals einige übergreifende Charakteristika erkennen. Bereiche, die Besonderheiten aufweisen können sind u. a. das Lern- und Denkfähigkeiten, Motorik, Sozialverhalten und allgemein die Lebenswelt, in der sie sich befinden. Grundsätzlich kann empfohlen werden, je schwerwiegender die Beeinträchtigungen ausfallen, desto homogener sollte die Gruppe sein.

Aufgrund der Thematik „Selbstbestimmung“ müssen die Teilnehmerinnen freiwillig bei dem Angebot dabei sein.

### Zielsetzung

- Warum sollen die Teilnehmerinnen einen Kurs zum Thema Selbstsicherheit absolvieren?
- Was soll mit der Maßnahme erreicht werden?
- Welche Kompetenzen sollen Teilnehmerinnen am Ende der Veranstaltung erworben haben?

Die grundlegenden Ziele von Kursen zur Selbstsicherheit sind Menschen mit Behinderung auf dem Weg zu mehr Selbstbestimmung zu fördern, sie dabei zu unterstützen, mehr Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein zu erlangen. Weiter sollen Strategien vermittelt werden, welche die Wahrscheinlichkeit senken, Opfer von Gewalt zu werden.

Es empfiehlt sich, einige Ziele genauer zu beschreiben, was zum einen eine Orientierung für das praktische Handeln im Kurs darstellt, andererseits die Evaluation nach Beendigung der Maßnahme erleichtert. Hier gilt der Grundsatz, lieber weniger Ziele setzen, diese jedoch ausführlich festlegen.

### Rahmenbedingungen

- Wie viele Teilnehmerinnen können am Angebot teilnehmen?
- Welcher zeitliche Rahmen steht zur Verfügung?



- Wie sehen Räumlichkeiten, Material und finanzielle Ressourcen aus?

Je verschiedener die Teilnehmerinnen und je schwerwiegender die Behinderungen sind, desto kleiner sollte die Gruppe ausfallen.

Zu beachten in Abhängigkeit von den Gruppenzielen ist, dass zu kleine Gruppen die Gruppendynamik hemmen, welche sich bspw. in gegenseitiger Hilfestellung äußern kann. Zu große wirken eher unübersichtlich für die Teilnehmerinnen. Je nach Voraussetzungen ist eine Gruppengröße von 6 – 12 Personen zu wählen.

Je länger ein Training anhält, desto nachhaltigere Effekte können erwartet werden. Dementsprechend ist ein regelmäßiges Trainieren über einen längeren Zeitraum einmaligen Wochenendkursen vorzuziehen. Der zeitliche Umfang sollte so gewählt werden, dass weder eine Über- noch eine Unterforderung stattfindet. Je nach Behinderungsart sind 60 – 120 Minuten angemessen.

Wenn aus organisatorischen Gründen ein „Crash-Kurs“ (z. B. Wochenend-Seminar) unumgänglich ist, ist auf ausreichend

Pausenzeit und eine adäquate Relation von An- und Entspannung zu achten.

Eingeplant werden sollte auch Zeit für Einzelgespräche.

Die Thematisierung von sexueller Gewalt motiviert viele Teilnehmerinnen mit Behinderung, sich gegenüber den Trainerinnen zu öffnen und über ihre Geschichte zu berichten.

### Räumlichkeit und Ausstattung

Der Kursraum sollte grundsätzlich barrierefrei und von allen Teilnehmerinnen komfortabel erreichbar sein. Sowohl Theorie- als auch Praxiseinheiten sollten

darin ohne Umbau stattfinden können. Stühle ggf. Tische sollten in ausreichender Anzahl vorhanden sein.

Auf eine angenehme räumliche Atmosphäre ist zu achten. Der Einblick von Externen in die Räumlichkeiten ist in jedem Fall zu vermeiden.

Gefahrenquellen gerade für das praktische Training sind auszuschalten (Heizkörper, Tischecken, etc.).

Jede Trainerin hat ihre speziellen Übungen. Dementsprechend ist an das notwendige Material (Pratzen, Polster, Kampfsport- oder Gymnastikmatten, etc.) zu denken.

Optimal wäre es die Rahmenbedingungen in Abhängigkeit von der Analyse der Zielgruppe und den gesetzten Zielen gestalten zu können. I. d. R. ist es jedoch eher anders herum, dass die Auftraggeber die Rahmenbedingungen setzen. Hier gilt es klare Vereinbarungen mit diesen zu treffen, damit ein Kurs durchführbar bleibt.

### Methodisch-didaktische Schlussfolgerungen

Welche Inhalte sollen gelehrt werden?

Wie müssen die Lernerfahrungen strukturiert und vermittelt werden?

Aus der Analyse der Zielgruppe, den Zielsetzungen und den bestehenden Rahmenbedingungen muss sich ergeben, welche theoretischen und praktischen Inhalte vermittelt werden. Damit möglichst viel bei den TeilnehmerInnen ankommt, müssen die Inhalte adressatengerecht vermittelt werden. D. h. bspw. dass bei Menschen mit geistiger Behinderung Lernschritte kleiner gewählt und mehr Wiederholungen eingebaut werden, bei Menschen mit Halbsseitenlähmung die Bereiche Fallschule und Bodenkampf einen höheren Stellenwert erhalten, bei Personen im Rollstuhl mehr der Einsatz von Hilfsmitteln trainiert wird.

Eine gute Planung macht sich bei der Durchführung bemerkbar. Dennoch gilt es Flexibilität zu bewahren um auf Unwägbarkeiten und Fragestellungen, die während eines Trainings auftreten, angemessen reagieren zu können.

## Durchführung und Evaluation

Ist die Planung und Organisation eines Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurses erfolgreich verlaufen, geht es um die Umsetzung mit den TeilnehmerInnen. Um in möglichen aufgeregten Momenten wieder Souveränität ausstrahlen hilft es den TrainerInnen, sich an die Grundsätze zu erinnern: trotz Ein-

schränkung die Personen als normal zu behandeln und ihnen selbst möglichst viel Entscheidungsgewalt zu geben. Außerdem ist es für den Aufbau von Selbstvertrauen für Menschen mit Behinderung auch mal ganz gut zu erfahren, dass andere nicht immer sofort auf alles eine Lösung haben.

V. a. um weitere Maßnahmen zu verbessern, sollte eine Evaluation stattfinden. Dies beginnt mit dem Feedback der TeilnehmerInnen. Hier müssen die TrainerInnen überlegen, ob eine offene Austauschrunde oder eher anonyme Verfahren sinnvoll sind, um die gewünschten Antworten zu erhalten. Daneben können z. B. Erfahrungen von BetreuerInnen, Familie, etc. interessante Informationen ergeben. Nicht zuletzt ist auch die eigene Wahrnehmung in die Erfolgskontrolle einzubeziehen.

## Fazit

Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurse für Menschen mit Behinderung stellen ein Feld dar, welches momentan noch nicht flächendeckend abgedeckt wird und dem Engagement einzelner Personen, Vereinen und Verbänden entspringt. Gerade dadurch, dass i. d. R. dies auch kein lukrativer Bereich für gewerbliche Anbieter ist, stellt sich die Frage nach der sozialen Verantwortung von Vereinen, Verbänden und Organisationen, Menschen mit Beeinträchtigung hinsichtlich ihrer Sicherheit theoretisch und praktisch zu schulen.

## Weiterführende Literatur

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (Hrsg.) (2001). Umfrage bei Anbietern sowie TrainerInnen und Trainern von / für Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurse/n für Mädchen und Frauen mit Behinderung. Berlin, Kassel

Degener, T. (2001). Selbstbestimmung für behinderte Frauen in und außerhalb von Behinderteneinrichtungen. Kassel: info – informationsblatt der bundes organisationsstelle behinderte frauen Nr. 6/Juni. S. 11

Enders, U. (2003). Zart war ich, bitter war's. Handbuch gegen sexuellen Missbrauch. Köln: Verlag Kiepenheuer & Witsch

Klehm, K. (2003). Sexualisierte Gewalt und ihre Prävention. Evaluation eines Konzeptes der Polizeilichen Kriminalprävention. Selbstbehauptungskurse für Mädchen. Frankfurt: Peter Lang GmbH

Köhler, K. (1996). STOP heißt STOP. Kursbuch Frauenselbstverteidigung. München: Ju-Jitsu Verband Bayern

Krahé, B., Scheinberger-Olwig, R. (2002). Sexuelle Aggression; Göttingen, Bern, Toronto, Seattle: Hogrefe-Verlag

Mickler, B. (1997). Gewalt gegen Mädchen und Frauen mit Behinderungen. In: Hamburger Arbeitskreis „Gewaltprävention für Mädchen und Frauen“;

Gewalt gegen Frauen und Mädchen - Selbstverteidigung/Selbstbehauptung. Ein Handbuch für Multiplikatorinnen und Multiplikatoren, für TrainerInnen und Trainer. Hamburg: Freie und Hansestadt Hamburg, Bezirksamt Mitte - Zentrale Vordruckstelle

Vetter, S. (1999). Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurse für Frauen mit geistiger Behinderung. Eine Handlungsanleitung. Stuttgart: Berufsakademie für Sozialwesen. Bislang unveröffentlichte Diplomarbeit

Vetter, S. (2007). Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Menschen mit geistiger Behinderung - Ein Weg zu mehr Selbstbestimmung. Veröffentlichung in Vorbereitung

Zempp, A. (1996). Sexuelle Gewalt gegen Mädchen und Frauen mit Behinderung. In: Hentschel, Gitti (Hrsg.); Skandal im Alltag. Sexueller Mißbrauch und Gegenstrategien. Berlin: Orlanda Verlag

### Überörtliche Rechtsanwaltssozietät Bögemann & Partner

Rechtsanwalt Dipl.-Kfm. Ludger W. Bögemann zugleich Fachanwalt für Bau- u. Architektenrecht Tätigkeitsschwerpunkte Bau- u. Architektenrecht Grundstücks- u. Immobilienrecht Erbrecht	Rechtsanwalt Michael Schwartz zugleich Fachanwalt für Arbeitsrecht Tätigkeitsschwerpunkte Bankrecht Wohnungseigentumsrecht Wettbewerbsrecht	Rechtsanwalt Thomas Reichert zugleich Fachanwalt für Verkehrsrecht Tätigkeitsschwerpunkte Verkehrsrecht Ordnungswidrigkeitenrecht Versicherungsrecht	Rechtsanwältin Kathrein Stöber-Müller zugleich Fachanwältin für Familienrecht Tätigkeitsschwerpunkte Scheidungsrecht Ehe- u. Familienrecht Mietrecht
39288 Burg Breiter Weg 21 Tel.: 0 39 21 / 98 45 46/43 Tax: 0 39 21 / 98 45 47 email: boegemann-partner-burg@t-online.de		45219 Essen (Kettwig) Hauptstraße 31 Tel.: 0 20 54 / 95 20 - 0 Fax: 0 20 54 / 95 20 - 20	

# Schulisches Anti-Gewalt-Training

## STARK SEIN = COOL BLEIBEN

■ Das Thema „Gewalt an Schulen“ ist seit mehreren Jahren aktuell. Spätestens seit der öffentlichen Berichterstattung über die Rütli-Schule in Berlin 2006 gehen viele Schulen offensiv mit dieser Thematik um. Neben präventiven Angeboten in der Schule, werden vermehrt Wege gesucht, wie man mit gewalttätigen Schülern umgeht. Hier gewinnt der Ansatz der „Konfrontativen Pädagogik“ immer mehr an Bedeutung: Das Credo ist „verstehen - aber nicht einverstanden sein“, den Schüler als Mensch annehmen, ihn jedoch unmittelbar und unmissverständlich darauf aufmerksam zu machen, wenn er nicht erwünschtes Verhalten zeigt.

Im Umgang mit mehrfach auffälligen Schülern wurde klar, dass vielerorts ein Konzept fehlt, um diesen die allgemein gültigen Normen und Werte der Gesellschaft zu verdeutlichen. Durch das Coolness-Training für ganze Klassen können diese Jugendlichen nicht ausreichend erreicht werden. Andererseits sind die Voraussetzungen für ein Anti-Aggressivitäts-Training (noch) nicht gegeben.

So wurde in Anlehnung an das AAT für Straftäter erstmals im Ostalbkreis ein Anti-Gewalt-Training im schulischen Kontext durchgeführt. Dabei wurden konfrontative Elemente eingesetzt, um negativ aufgefallene Verhaltensweisen kritisch zu hinterfragen. Als Schwerpunkt wurde mit den Jugendlichen soziales Verhalten und der angemessene Umgang mit schwierigen Situationen trainiert.

Angewandte Methoden im Training „stark sein = cool bleiben“ waren

- Konfrontative Pädagogik
- Sozial-Kompetenz-Training mit lerntheoretische und verhaltenstherapeutische Grundlagen
- Kampfkunst-Pädagogik
- Entspannungstraining.

Dieses Training fand an einer Hauptschule im Ostalbkreis statt. Die Vorauswahl der Teilnehmer wurde von der Schulleitung und den durchführenden Trainern, von welchen einer Schulsozialarbeiter der Schule war, vorgenommen.

Von den zwölf in Betracht gezogenen Schülern, wurden sechs mehrfach auffällige

ausgewählt. Diesen wurde von der Schulleitung die Teilnahme an dem Anti-Gewalt-Training angetragen. Nach Elterngesprächen wurde ein Trainingsvertrag mit Schweigepflichtsentscheidung zwischen Teilnehmern, Schule und den Trainern unterzeichnet.

Die Veranstaltungsreihe umfasste 8 Bausteine, die an je 12 Terminen zu je 3 bis 4 Stunden durchgeführt wurden.

### Baustein 1:

#### Organisation:

- Kennenlernen
- Trainingsinhalte
- Hinweis auf Mitwirkungspflicht laut Trainingsvertrag
- Klärung der Rahmenbedingungen und der verbindlichen Regeln z. B. Ehrlichkeit, elektronische Geräte aus, Respekt untereinander, Mitarbeit, Ruhe, keine Gewalt, wir begegnen uns höflich, in den Pausen keinen Ärger machen, Pünktlichkeit, Zuverlässigkeit

#### Übungen zur Gruppenbildung und Kooperation

- Erkenntnis: Nur zusammen kann die Aufgabe und auch das Training bewältigt werden.

#### Vorstellung der Taten – „Warum bin ich hier?“

#### Entspannungstraining durch Atemübung:

- Selbstkontrolle auf körperlicher Ebene, Stressabbau
- Diese Übung begleitete die Teilnehmer durch das gesamte Training hindurch.

### Baustein 2:

#### „Meine Stärken – meine Schwächen“ Folgen negativen Verhaltens Biographische Arbeit

- Darstellung der Hochs und Tiefs im Leben der Schüler
- Wann kam das Thema Gewalt ins Leben und welche Erfahrungen machen sie seitdem aktiv / passiv mit Gewalt?

#### Kampfkunstpädagogik

- (s. Artikel „Kämpfen – eine geeignete Methode für die Gewaltprävention“)
- Übungen aus der Kampfkunst waren Schwerpunkt in allen folgenden Einheiten.

### Baustein 3:

#### Konfrontation mit den negativen Verhaltensweisen

- Konfrontation durch Trainer und Gruppe.
- Kosten-Nutzen-Analyse – „Was hat Tat positives und negatives gebracht?“
- Hervorrufen von Betroffenheit hinsichtlich der Folgen des Verhaltens
- Nicht akzeptieren von Ausreden (Verharmlosung, abstreiten und weitere Legitimationsstrategien)
- Erkenntnis: antisoziales Verhalten lohnt sich nicht

#### Wichtig für die Bearbeitung negativen Verhaltens:

- Nach Konfrontation prosoziales Verhalten fördern und trainieren.

#### Kooperationsübungen

- aus Sozial-Kompetenz-Training und Kampfkunst-Pädagogik

#### Folgen von Gewalt

- Vorführung des Films „Killerboots“ zur Sensibilisierung



- Hervorrufen von Abscheu gegen extrem gewalttätiges Handeln

## Erstellung eines Aktions- und Veränderungsplans

- Mit jedem Jugendlichen konkrete Situationen besprechen, in der sozial erwünschtes Verhalten gezeigt werden soll.
- Das neue, prosoziale Verhalten sozusagen als Hausaufgabe ausprobieren und Erfahrungen notieren lassen.
- Dieser Plan wurde im weiteren Verlauf des Trainings ausgebaut und auf mehr Felder des Lebens übertragen.

## Baustein 4:

### Einbeziehung Jugendsachbearbeiter der Polizei

- Aufzeigen der sozialen, straf- und zivilrechtlichen Folgen einer Straftat (z. B. auch Auswirkungen auf beruflichen Werdegang)
- Stärkung von Rechtsbewusstsein

## Baustein 5:

### Kampfkunst-Seminar mit Ju-Jitsu Duo-Weltmeister J. Thumfart und S. Vetter

- Entspannung und Meditationsübungen als Grundlage von Selbstkontrolle.
- Intensives körperliches Training: Kampf gegen sich selbst, nicht gegen andere
- „Kämpfen nach Regeln“, Erkenntnis: erfolgreich ist nur, wer sich an Regeln halten kann
- Thematisierung unfairer Kämpfe, Kämpfe wegen Ehrverletzung und Kämpfe mit Waffen und deren Auswirkungen
- Lernen kontrollierter und passiver Techniken, um ohne Gesichtsverlust aus gewalttätigen Situationen zu gelangen.
- Audiovisuelle Reflexion

## Baustein 6:

### Umgang mit Wut

- Individuelle Auslöser, inneres Erleben und Verhalten
- Prosozialer Umgang mit Emotionen

### Auslöser von Gewalt

- *Training neuer Verhaltensweisen*

Erwerb neuer sozialer Verhaltensweisen durch Rollenspiele

- Audiovisuelle Reflexion
- Besprechung Erfolge durch Aktions- und Veränderungsplan
- Transfer in den Alltag der Jugendlichen

## Baustein 7:

### Abschlussveranstaltung Gruppengespräch

- Auswertung der Trainingseinheiten und -inhalte
- Rückmeldung der Teilnehmer an Trainer

### Einzelgespräche

- Rückmeldung zum Verhalten im vergangenen Training, nochmalige Einschätzung durch Teilnehmer, Besprechung des Verhaltens und der Möglichkeiten in Zukunft, etc.

### Gemeinsames Essen

## Reflexion des Trainings

Von den sechs verpflichteten Teilnehmern zeigten fünf großes Durchhaltevermögen und waren an jedem Training anwesend. Ein Teilnehmer brach die Maßnahme ab. Die fünf verbliebenen Jugendlichen zeigten in ihrer weiteren Schulzeit ein verändertes Verhalten gegenüber Mitschülern und Lehrern. Die Einschätzung des Erfolges teilten die Jugendsachbearbeiter der Polizei, da diese Jugendlichen nicht strafrechtlich in Erscheinung traten.

Mit der Schulleitung und den Eltern fand anschließend ein umfangreiches Abschlussgespräch statt. Es wurden die Ergebnisse des Projekts und wichtige Hinweise zum Umgang mit Gewalt und Disziplinstörungen an der Schule weitergegeben.

Aufgrund des Umstandes, dass einer der Trainer Schulsozialarbeiter an

der Schule ist, konnte eine nachhaltige Betreuung der Teilnehmer gewährleistet werden.

## Fazit

Dieses schulische Anti-Gewalt-Training war das erste seiner Art im Ostalbkreis und eines der ersten in der Bundesrepublik Deutschland. So gibt wenig Fach- und Dokumentationsmaterial genau zu dieser Thematik. Daher empfehlen wir für Projekte dieser Art folgende Sachverhalte in die Planung einzubeziehen:

- Es ist von deutlichem Vorteil, wenn einer der Trainer den Teilnehmern bereits im Vorfeld bekannt ist.
- Zur allgemeinen Akzeptanz des Projekts sollten die Schulleitung und alle Lehrer die Trainer vorab kennen lernen.
- Ein regelmäßiger Austausch zwischen Trainern, Schulleitung und Klassenlehrern ist notwendig.
- Die Störung oder der Abbruch des Trainings muss für die Jugendlichen negative Konsequenzen haben.
- Wenn möglich sollten die Eltern die Maßnahme aktiv unterstützen. Viele Eltern sind dankbar für erzieherische Unterstützung und Ratschläge.
- Die Trainingsdauer sollte langfristig angelegt sein. Empfehlenswert ist eine Dauer von mindestens sechs Monaten mit wöchentlichen Treffen.
- Die Inhalte sollten möglichst handlungsorientiert vermittelt werden.
- Eine Nachbetreuung der Teilnehmer sollte eingerichtet werden.



### Zum Autoren:

#### Andreas Schumschal

Als Leiter der Koordinationsstelle Prävention und ausgebildeter Dipl.-Sozialarbeiter, Mediator und Anti-Gewalt-Trainer, ist Andreas Schumschal verantwortlich für die Koordination der verschiedenen Präventionsanbieter im Ostalbkreis. Andreas Schumschal entwickelt im Rahmen seiner Weiterbildung zum Anti-Gewalt-Trainer das erfolgreiche Modell „Soziales Kompetenztraining als Grundlage primärer Gewaltprävention: Von der Klasse zum Team!“

# SEXUALISIERTE GEWALT

## – die alltägliche Zumutung

Vergewaltigung, sexueller Missbrauch, das sind die spektakulären und grausamsten Ausformungen sexualisierter Gewalt, die vor allem in den Medien vor einem interessiertem oder schockiertem Publikum ausgebreitet werden.

Selbstverständlich versuchen wir uns und die uns anvertrauten Kinder durch präventive Maßnahmen zu schützen.

■ Doch der weit größere Anteil sexualisierter Gewalt liegt unter der gesellschaftlichen Toleranzschwelle, wird oft nicht als Gewalt wahrgenommen. Blondinenwitze, dumme Sprüche“, Röcke hochziehen in der 2. Grundschulklasse, begripschen, abwertende Bemerkungen über die „Titten“ eines Mädchens, ..., wer sich beschwert, wird als empfindlich, als Zicke oder Spielverderber bezeichnet. Natürlich sind auch Jungen sexualisierter Gewalt auf diesem Niveau ausgesetzt. Aber Jungen ist es wenigstens ausdrücklich erlaubt, es wird von ihnen erwartet, sich dagegen zur Wehr zu setzen. Mädchen dagegen, die sich wehren, bekommen häufig von den Erwachsenen wenig Unterstützung, ihnen wird signalisiert, dass sexualisierte Gewalt eigentlich „normal“ ist.

### Formen der sexualisierten Gewalt:

#### Verbale sexualisierte Gewalt

Ein großer Teil der zur Zeit von Kindern und Jugendlichen benutzten Schimpfwörter hat einen sexuellen Hintergrund. Diese werden vor allem bei Jungen aber nicht nur als Schimpfwort benützt, sondern auch als Anhängsel an beliebige Sätze: „ ....., du Wichser.“ Je nach dem Zusammenhang wird dieses Anhängsel als normal empfunden („Wieso Beleidigung? Das ist doch mein Kumpel.“) oder eben als schlimmster Angriff auf die Ehre. Unterscheiden kann man es als Außenstehender eigentlich nur an der Reaktion des Angesprochenen. Aber auch bei Mädchen kommt diese „Normalisierung“ von Schimpfwörtern vor. In einem Kaufhaus unterhielten sich zwei ca. 14 jährige Mädchen. Ein Mädchen machte ihre Freundin mit den Worten „Komm doch

mal rüber, du Fotze,“ auf ein besonderes Kosmetika aufmerksam. Auch einige Teilnehmerinnen im kurz darauf stattfindenden Gewaltpräventionskurs für Mädchen empfanden dies zunächst als ganz normal. Häufig sind auch abwertende Bemerkungen über Brüste, Po, oder andere primäre und sekundäre Geschlechtsteile. Besonders schlimm ist es für Mädchen, wie Jungen, wenn diese Bemerkungen von einer Gruppe Kinder / Jugendlicher kommen. Auch Sprüche wie „der/die ist in den/die verliebt“ werden durchaus von Kindern und Jugendlichen als Gewalt wahrgenommen. („die wollen mir wehtun, das ist für mich kein Spaß“).

Verbale sexualisierte Gewalt wird von Erwachsenen oft erst dann als Gewalt wahrgenommen, wenn eine gewisse Lautstärke überschritten wird. Dies ist gerade bei verbaler sexualisierter Gewalt in Verbindung mit Mobbing oder bei sexualisierten Witzen (Blondinenwitze) selten der Fall.

#### Körperliche sexualisierte Gewalt

Festhalten und / oder Begripschen, ins Jungen- bzw. Mädchenklo zerren, den Rock hochheben, sexueller Missbrauch bis hin zur Vergewaltigung eines 8 jährigen Mädchens auf der Toilette einer Münchner Grundschule durch einen schulfremden Täter. Eine Vergewaltigung glücklicherweise nicht alltäglich, aber für ältere Mädchen durchaus ein Themenbereich, über den sie informiert werden sollten. Sexueller Missbrauch wird an Mädchen, aber natürlich auch an Jungen verübt. Das ist den meisten männlichen Kindern und Jugendlichen nicht bewusst. Und gegen Gefahren, die man nicht kennt, kann man sich auch nur ganz schlecht schützen. Hier ist noch viel Aufklärungsarbeit im Sinne von Prävention zu leisten.

#### Psychische Gewalt in Verbindung mit sexualisierter Gewalt

In den letzten Jahren nimmt der Druck in diesem Bereich auf Kinder und Jugendliche massiv zu. Vor allem Handy und Internet haben manche Täter als Mittel entdeckt, andere Kinder und Jugendliche zu diffamieren, bloßzustellen, zu bedrohen und unter Druck zu setzen. Sexistische Inhalte und Unterstellungen sind dabei nur eines der benutzten Mittel. Auch im Zusammenhang mit sexuellem Missbrauch wird ganz massiv psychischer Druck eingesetzt.

#### Vandalismus in Verbindung mit sexistischen Inhalten

Briefe mit sexistischen Inhalten, und Zeichnungen, die teilweise mit Namen versehen sind, werden in Schulklassen durchgereicht. Sexistische Schmierereien an Wänden sind an manchen Schulen, oder auch an Bahnhöfen, Straßenunterführungen, öffentliche Toiletten zu sehen.

Um im Bereich sexualisierter Gewalt präventiv und pädagogisch erfolgreich arbeiten zu können, muss man sich zunächst die Funktionen sexualisierter Gewalt und deren Bedeutung für die Dynamik in Gruppen bewusst machen.

#### Gewalt und sexualisierte Gewalt im besonderen dient

##### • dem Erhalt von Machtstrukturen

Jeder Junge weiß, selbst wenn er noch so schlecht Fußball spielen kann, so ist er immer noch besser als die Mädchen. Egal, wie gut oder schlecht diese wirklich spielen. Und wenn sie doch besser sind, dann kann er sie immer noch als „unweiblich“, als „Mannsweib, das so wie so keiner will“ runtermachen. Mit Hilfe von sexualisierten Witzen und Geschichten kann man seine eigene Position stärken und andere Personen auf den ihnen gehörigen Platz verweisen. Betrifft nicht nur Mädchen, sondern natürlich auch Jungen. Ein Beispiel? Der Onkel, der dem pubertierenden Neffen schweinische Witze erzählt, die von einem „mit kleinem Schwanz“ handeln, dem männlichen Pendant zur Blondine. Und wenn die verbale Gewalt nicht



reicht, dann greifen vor allem Jungen sehr schnell zu körperlichen Gewalt. Dann werden unterlegene Kinder und Jugendliche eben mit Schubsen, Schlägen oder anderen körperlichen Angriffen auf ihre Stellung in der Gruppe „hingewiesen“ Mädchen dagegen greifen eher zu psychischen Formen der Gewalt. Häufig werden gerade in Schulen auch abwertende, sexistische Briefe und Zeichnungen dazu benutzt, andere in ihre Grenzen zu weisen, bzw. um Seilschaften und Helfer zu gewinnen.

- **der Abwertung anderer Personen und dadurch Aufwertung der eigenen Person**

„Gewalt? – ist geil! Und wenn ich so einer Schlampe richtig die Meinung sage, oder so einen Wichser fertig mache, dann bin ich bei meinen Kumpels der Größte“ Diese Aussage eines Schülers muss wohl nicht weiter kommentiert werden.

- **der Dokumentation der Gruppenzugehörigkeit und Ausgrenzung anderer Personen**

Bestimmte Witze, Begrüßungsrituale, Begriffe gehören für Kinder und Jugendliche einfach dazu, um sich nach außen abzugrenzen und klar zu machen, dass sie „dazugehören“. Dies müssen nicht unbedingt sexualisierte Begriffe und Rituale sein. Diese eignen sich aber schon allein deswegen gut, weil man meint die Erwachsenen, häufig Lehrer/innen damit zu brüskieren, aber eben auch, weil es gerade in der

Pubertät kaum ein interessanteres Thema gibt. Wer nicht mitmachen möchte, wenn z. B. Mädchen grundsätzlich als Schlampen oder Weiber bezeichnet werden, der ist schnell draußen aus der Gruppe. Oder jemand, der sich ernsthaft gekränkt zeigt, weil er immer auf bestimmte Jungen hingeschubst wird, kann recht schnell aus der Mädchengruppe ausgeschlossen werden.

Viele Jungen und Mädchen „heulen lieber mit den Wölfen“, obwohl sie sich im Grunde unwohl fühlen.

- **der Unterhaltung**

Fernseh- und Kinofilme, Zeitschriften, Literatur, überall findet man „Sex and Crime“ als beliebte Unterhaltung. Im Internet ist ein Großteil der Seiten diesen Themen „gewidmet“. Auch die Gewalt via Handy hat häufig diese Ursache. „Happy Slapping“, Mobbing, wenn man jugendliche Täter befragt, ist eine der häufigsten Antworten: „Langeweile, sonst ist ja nichts los!“

Dies trifft im Übrigen nicht nur auf Kinder und Jugendliche zu, sondern auch auf unsere Gesellschaft allgemein.

Sexuell aggressives Verhalten ist eine recht stabile Verhaltensweisen und mit am schwierigsten zu „löschen“. Durch die Erfolgsorientierung, die Anerkennung durch die Gesellschaft und der Entsprechung des gesellschaftlichen Bildes eines „richtigen Mannes“, bzw. einer „richtigen Frau“ ist es für Kinder und Jugendliche sehr schwer sich dagegen zu stellen. Ambivalentes Verhalten ist häufig anzutreffen. Ein-

## Weiterführende Literatur

www.amyna.de

„Die alltägliche Zumutung – Gewalt gegen Mädchen in der Schule“

M. Korn / A. Besold: „Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen“,

Pietsch Verlag

Gewerkschaft der Polizei:

„Tatort Schule“

erseits finden Frauen und Mädchen Blondinenwitze doof, oder Jungen würden eigentlich lieber mit den Mädchen spielen, die Mädchen möchten eigentlich nicht angegrapscht werden, aber andererseits möchte man dazugehören. Mädchen (und Jungen umgekehrt natürlich auch), die von den Jungen (Mädchen) ignoriert werden, also in ihrer Geschlechtsidentität nicht wahrgenommen werden, sind häufig die Verlierer in der Klasse oder Gruppe. Sie sind natürlich auch häufig Opfer von abwertenden, sexistischen Aktionen.

Gewaltprävention in diesem Bereich muss deshalb von möglichst vielen Seiten ansetzen, um nachhaltigen Erfolg zu haben. Es genügt nicht, den Mädchen in einem Kurs zu erklären, dass sie sich nicht als Schlampe bezeichnen lassen müssen. Man muss auch den Jungen etwas Positives anbieten, das attraktiv genug ist, um die sexualisierte Gewalt als einfachsten Weg zu verlassen. Und man muss die Erwachsenen informieren und ihnen Hilfen zur Hand geben, damit sie auf die alltägliche Gewalt aufmerksam reagieren und Kinder und Jugendliche präventiv begleiten können.

# Was können Programme zur GEWALTPRÄVENTION LEISTEN?

Die Vorstellung wäre schön, dass Kinder und Jugendliche, die an einem Programm zur Gewaltprävention teilgenommen haben, eine sofortige und nachhaltige Verhaltensänderung zeigen. Man müsste dann an Schulen oder in anderen Organisationen nur ein bestimmtes Programm einkaufen, führte dies durch und schon wären alle Gewaltprobleme gelöst, nach dem Motto:

„Gewalt? Was ist das?.“ Das wäre wie gesagt sehr schön.

■ Aggressives und gewalttätiges Verhalten ist tief im Wesen von uns Menschen verwurzelt. Kinder und Jugendliche ohne Aggression als Ergebnis von Programmen zu fordern ist utopisch und unsinnig. In vielen Fällen sind gerade die Kinder und Jugendlichen, die zu ruhig, zu ängstlich, zu zurückhaltend sind, die also selbst „zu wenig aggressiv“ wirken, häufig Opfer von Aggressionen und Gewalttaten. In Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungstrainings wird diesen Kindern versucht beizubringen, die eigenen Interessen mit einem gesunden Maß an Aggression nach außen hin zu vertreten. Und trotz der vielen sinnvollen Programme gibt es keinen 100-prozentigen Schutz vor Gewalt und Gewalttaten. Programme, die dies versprechen, arbeiten nicht seriös. Natürlich sind Programme zur Gewaltprävention sinnvoll. Kaum jemand zweifelt heute noch den Sinn eines Sicherheitsgurtes beim Autofahren an, obwohl er keinen hundertprozentigen Schutz ermöglicht und in bestimmten Situationen sogar gefährlich werden kann. Ähnlich muss man auch die Möglichkeiten von Gewaltpräventionsprogrammen einschätzen.

## Kurzfristige Ziele:

Programme zur Gewaltprävention können aufmerksam machen, Anstöße geben, informieren, Grundlagen und Grundwissen vermitteln. Sie vermitteln „Aha-Erlebnisse“ und machen problematisches Verhalten und seine Folgen bewusst. Sie können durch z.B. durch Rollenspiele das sanktionslose Ausprobieren von alternativen Verhaltensweisen möglich machen.

Das Hineinversetzen in Täter bzw. Opfer kann dadurch ermöglicht werden. In Gruppen kann das Miteinander reden auf eine angemessener Ebene gebracht werden. Auch Tricks von Tätern können bewusst gemacht werden.

Insgesamt geht es im Bereich der Primär- und Sekundärprävention vor allem um Bewusstmachen und Ausprobieren von Aktions- und Reaktionsmustern und -möglichkeiten.

## Langfristige Ziele:

Ob diese Erfahrungen im Alltag umgesetzt werden können, oder ob Kinder und Jugendliche diese anwenden / ausprobieren wollen, hängt von verschiedenen Faktoren ab: Attraktivität des Programmes, Person des Programmleiters, Einbindung in vorhandene Strukturen, unterstützen die verantwortlichen Erwachsenen (Eltern, Lehrer/innen, Erzieher/innen...) die Programme, ist das Programm eine einmaliges Angelegenheit, oder wird es regelmäßig durchgeführt. Aber auch Faktoren im direkten Zusammenhang mit den Kindern und Jugendlichen spielen eine Rolle: Was hat das Kind, der/die Jugendliche davon, wenn es programmgemäß agiert. Was wird einem „Täter / einer Täterin dafür geboten, dass er / sie nicht mehr gewalttätig reagiert. Muss er / sie auf Status, Verhaltenssicherheit in seiner Peer-group verzichten? Wird das programmgemäße Verhalten nur von den Erwachsenen gefordert, oder wollen dies auch die Kinder und Jugendlichen selbst? Diese Fragen und Problemen muss sich jedes Programm, jeder Projektleiter stellen,

wenn er erfolgreich arbeiten will. Bei Projekten zur Gewaltprävention sollte neben der Innen- und die Außenwirkung bedacht werden.

## Angestrebte Innenwirkung:

Persönliche Einstellungen der Teilnehmer können bewusstgemacht / verändert werden. Das soziale Klima und der Umgang miteinander innerhalb von Gruppen, organisierten Räumen und Institutionen (z.B. Schulen) kann zum Positiven verändert werden. Es kann eine „Kultur des Streitens“ geschaffen werden, Gewaltstrukturen können aufgebrochen und verändert werden. Kinder und Jugendliche, aber in Organisationen und Institutionen arbeitende Erwachsene könne sich sicherer fühlen und gern hingehen.

## Angestrebte Außenwirkung:

Ganz klar, das Bild, das eine Organisation (z. B. eine Schule, ein Verein oder Verband) in der Öffentlichkeit hat kann zum Positiven verändert werden. Möglicherweise fließen dadurch auch Fördergelder, die wieder mehr präventive Arbeit ermöglichen. Täter / Täterinnen können nicht mehr so lange unerkannt und vor allem im Hintergrund agieren, da die Grauzone durch Programme zur Gewaltprävention aufgehellt wird. Kinder und Jugendliche wissen, dass sie sich an ihre Erwachsene um Hilfe wenden können, dadurch kann es zu einer schnelleren Aufdeckung kommen. Dadurch kann auch ein Teil der Täter abgeschreckt werden.

Je früher Gewaltpräventionsprogramme eingesetzt werden, je mehr sie in die Strukturen der Organisation eingebunden sind und je attraktiver sie für Kinder und Jugendliche sind, desto eher können die angestrebten Auswirkungen erreicht werden. Wenn das „Kind schon in den Brunnen gefallen ist“, wird präventive Arbeit schwieriger, aber natürlich nicht unmöglich.