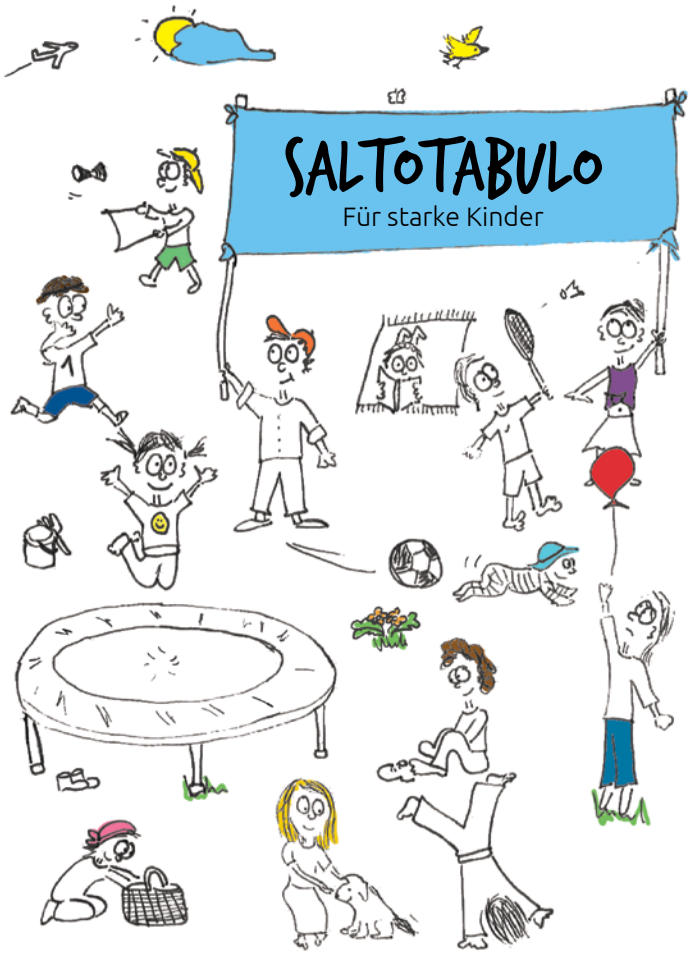
SALTOTABULO

Für starke Kinder



HALLO UND WILLKOMMEN

Wir möchten, dass die Jugendvereine ein sicherer Ort für Kinder und Jugendliche sind. Ein Ort, an dem sich junge Menschen entfalten und mit all ihren Stärken und Schwächen erleben und erfahren können und bei all dem viele positive und bestärkende Erfahrungen machen, die sie in ihrem Alltag unterstützen. Dieses Spielebüchlein soll sensibilisieren und Lust auf die Umsetzung dieses schweren Themas machen. Nur gemeinsam können wir unser Ziel erreichen, die Jugendvereine zu einem sicheren Ort zu machen.

Wir wünschen euch viel Freude im Wald, im Lager oder in eurem Jugendraum und hoffen, dass ihr ab und zu auch ein Spiel aus diesem Büchlein einflechten könnt.

Fachgruppe Prävention sexueller Ausbeutung
der Cevi Region Zürich

Impressum:
Herausgeber: Fachgruppe Prävention sexuelle Ausbeutung (Cevi Region Zürich), Sarah Prosek (Cevi Schweiz)
Layout: Katrin Schulz
Lektorat: Tom Frank Schetelich

INHALT

Einleitung 03
7-Punkte-Modell 04

01 Über deinen Körper bestimmst du alleine 07
Körpermalen 08
Wer bin ich 09
Wer gewinnt 10
Im Tierpark 11
Der Steinkönig 12
Hallo, kannst du mich richen 13
Der unzufriedene Prinz/ Die unzufriedene Prinzessin 14
Personenmalen 15
Wer sucht, der findet 16

02 Deine Gefühle sind wichtig 17
Wenn ich fröhlich bin... 18
Gefühlspantomime 19
Gefühls-Uhr 20
Das Ungeheuer 21
Komplimentedusche 22
Gefühlsgruppenfoto 23
Wutsocken 24
Kissenungeheuer 25
Gelände-Game „Achterbahn der Gefühle“ 26

03 Es gibt angenehme und unangenehme Berührungen 27
Eisscholle 28
Wie fühlt es sich an 29
Personenraten 30
Der hungrige Riese 31
Rückenkunst 32
Die verzauberte Katze 33

04 Du hast das Recht, Nein zu sagen 34
Ohne Worte 35
Nähe und Distanz 36
Sei kein Frosch 37
Das Nilpferd und die Wasserflöhe 38
Was sagst du einem Krokodil 39

05 Es gibt gute und schlechte Geheimnisse 40
Das geheimnisvolle Paket 41
Suche den Unterschied 42
Ich sehe etwas, was du nicht siehst 43
Was fühlst du? 44
Was riechst du? Was hörst du? Was schmeckst du? 45
Geheimniskrämer 46

06 Sprich darüber und suche Hilfe **47**
Spinnennetz 48
Schatzsuche 49
Helferfangis 50
Schiff im Sturm 51
Baum im Wind 52
Geier und Henne 53

07 Du bist nicht schuld **54**
Der Wolf im Schafspelz 55

Handlungskonzept 56
Wichtige Adressen 58
Anhang

EINLEITUNG

Das Spielbüchlein vermittelt Ideen, wie wir die Kinder spielerisch stärken können, um sie vor Grenzüberschreitungen zu schützen. Die vorgeschlagenen Spiele werden das Thema „sexuelle Ausbeutung“ nicht explizit benennen, sondern zeigen Möglichkeiten auf, Kinder in ihrem Selbstbewusstsein zu stärken. Kinder, die ihre Grenzen kennen und diese auch äussern können, sind vor Grenzüberschreitungen besser geschützt.

Wenn Kinder eine Sprache für ihre Gefühle haben und wenn sie Gefühle, Berührungen oder auch Geheimnisse richtig einordnen, indem sie Angenehmes von Unangenehmem unterscheiden können, gelingt es ihnen leichter, sexuelle Übergriffe zu erkennen und darüber zu reden.

Wir möchten euch mit diesem Buch Mut machen und Freude vermitteln, dieses Thema anzugehen und die Kinder in ihrem Selbstbewusstsein zu stärken.

Legende für die Anleitungen:

Zeitaufwand

Gruppengrösse

Material

Alter

7-PUNKTE-MODELL

Eine offene Kultur schützt Vereine vor Grenzüberschreitungen. Eine solche Kultur kann entstehen, wenn Kinder gestärkt werden. Warnungen machen Angst, Informationen hingegen klären auf. Ängstliche und unsichere Kinder sind gefährdeter als diejenigen, die gut informiert, selbstbewusst und stark sind. Nachhaltige Prävention setzt eine Erziehungshaltung voraus, die die Kinder in ihrem Selbstbewusstsein stärkt. Dazu gibt es sieben Grundsätze, die Leiterinnen und Leiter den Kindern vermitteln können:

01 ÜBER DEINEN KÖRPER BESTIMMST DU ALLEIN.

Es ist wichtig, mit den Kindern ihren eigenen Körper zu thematisieren, damit sie ein positives Körpergefühl entwickeln können und sich bewusst werden, dass ihr Körper viel wert ist und sie ihn schützen und verteidigen müssen. Ein wichtiges Ziel ist, den Kindern ein Bewusstsein zu vermitteln, wer ihren Körper wann, wo und wie berühren darf.

02 DEINE GEFÜHLE SIND WICHTIG.

Hier geht es darum, das Kind in seiner eigenen Gefühlswahrnehmung zu stärken und ihm zu vermitteln, dass es sich selber glauben und vertrauen darf. Durch diese Sensibilisierung soll das Kind darin gefördert werden, seine Gefühle differenziert wahrzunehmen und zu benennen.

03 ES GIBT ANGENEHME UND UNANGENEHME BERÜHRUNGEN.

Zur Prävention gehört auch eine altersgerechte Sexualaufklärung. Indem ein Kind alle Körperteile benennen kann und über das Thema Sexualität angemessen informiert ist, realisiert es auch schneller, wenn sexuelle Grenzüberschreitungen passieren.

04 DU HAST DAS RECHT, NEIN ZU SAGEN.

Wenn im Alltag die Grenzen eines Kindes respektiert werden und man ein „Nein" ernst nimmt, wird es viel eher daran glauben, dass sein „Nein" auch in anderen Situationen wie z.B. sexuellen Grenzüberschreitungen wirksam sein wird.

05 ES GIBT GUTE UND SCHLECHTE GEHEIMNISSE.

Meistens werden Kinder, die sexuell ausgebeutet werden, dazu angehalten das Geschehene geheim zu halten. Es ist wichtig, dass Kinder verstehen, dass nicht alle Geheimnisse schöne Geheimnisse sind. Deshalb zielt die Prävention unter anderem auch darauf ab, die Kinder zu ermutigen, über die „schlechten" Geheimnisse, die sie bedrücken, mit Vertrauenspersonen zu sprechen, anstatt sie für sich zu behalten.

06 SPRICH DARÜBER UND SUCH HILFE.

Kinder sollen dazu ermutigt werden, über Probleme zu sprechen, auch wenn es nicht immer angenehm ist. Denn nur so kann man das Problem angehen und beseitigen.

07 DU BIST NICHT SCHULD.

Oft tragen Schuldgefühle massiv dazu bei, dass die Opfer einer sexuellen Ausbeutung nicht darüber sprechen. Häufig werden ihnen diese Schuldgefühle von ihrem Peiniger eingeredet, damit sie ihr Schweigen nicht brechen. Deshalb ist es eine Kernaufgabe der Prävention, den Kindern zu vermitteln, dass bei sexueller Ausbeutung die Verantwortung immer beim Erwachsenen liegt und sie in keiner Hinsicht eine Schuld trifft, wenn ihnen derartiges widerfährt.
(Huser-Studer & Leuzinger, 2000, S. 38-61)

Das Spielebüchlein ist nach diesem 7-Punkte- Modell gegliedert. Die Kinder entdecken dadurch spielerisch diese Punkte und können sie verinnerlichen.

01

ÜBER DEINEN KÖRPER BESTIMMST DU ALLEINE!

Die Kinder haben das Recht zu bestimmen, wie, wann, wo und von wem sie angefasst werden. Dafür ist es wichtig, den eigenen Körper zu thematisieren, damit sie ein positives Körpergefühl entwickeln können.

KÖRPERMALEN

60 – 120 min

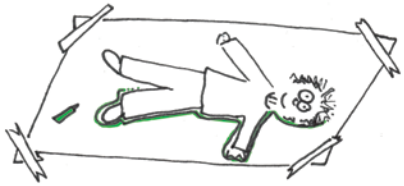
Packpapier, Schere und Malsachen

klein/gross

5 – 16 Jahre

Variante 1 (Kinder)
Die Kinder malen in Zweiergruppen ihren Körperumriss auf ein Packpapier. Die Kinder teilen ihren Körper mit Farben in verschiedene Bereiche ein und wählen dafür drei Farben aus: Eine Farbe für jene Körperstellen, an denen ein Fremder sie berühren darf, eine für Vater oder Mutter und eine für die Stellen, an denen sie niemand berühren darf.

Variante 2 (Jugendliche)
Die Jugendlichen zeichnen eine politische Landkarte ihres Körpers. Wo ist die Hauptstadt? Wo verlaufen die Grenzen der Kantone? Wo sind die reichen, wo die armen Kantone? Aus welchen Regionen kann man Energie exportieren? Wo sind die Erholungsgebiete? Wo sind die Sehenswürdigkeiten?...



WER BIN ICH

45 min

Arbeitsbogen, Stifte, Malsachen, Papier

klein/gross

7 – 12 Jahre

Die Kinder können in die Felder des Blattes Symbole zeichnen oder schreiben. Sie gestalten dazu ein Fantasiebild, in welchem alle Begriffe Platz finden. Anschliessend stellen sie es sich gegenseitig vor.

WER GEWINNT

30 min

Blätter, Stifte

klein

8 – 16 Jahre

Jedes Kind bekommt ein Blatt, welches in der Mitte geteilt ist. In die obere Hälfte sollen sie alle Körperteile eintragen, die ihnen in den Sinn kommen. In der unteren Hälfte sollen sie sie ordnen. Sie beginnen mit dem Körperteil, der ihnen am liebsten und am meisten wert ist. Weiterführend kann man darüber diskutieren, warum ihnen dieser Körperteil wichtig bzw. nicht wichtig ist.

IM TIERPARK

10 min

keines

klein/gross

5 – 7 Jahre

Die leitende Person sagt den Kindern, sie sollen sich vorstellen, sie wären ein Affe, der sich von Ast zu Ast schwingt, eine Schlange, die sich zischend am Boden bewegt, ein Nashorn, das mit schweren Schritten geht, ein Storch, der auf langen Beinen herumstolziert, ein Löwe, der an eine Beute heranschleicht...

DER STEINKÖNIG

15 min

keines

gross

7 – 10 Jahre

Die Kinder laufen frei im Raum umher. Der Steinkönig ist der König der Berge und benötigt dringend Steine für einen neuen Berg. Er kann Kinder in Steine verwandeln, wenn er sie berührt. Diese Kinder haben nur eine Chance, von ihrer Versteinerung erlöst zu werden, indem sie von einem Kind berührt werden, das irgendein gleiches Körpermerkmal (z.B. gleiche Haarfarbe, gleiche Augenfarbe, ein Muttermal, gleiche Grösse usw.) wie das versteinerte Kind besitzt. Nur durch dieses gemeinsame Körpermerkmal ist eine Befreiung möglich und das Kind darf wieder laufen, so schnell es kann, um dem Steinkönig zu entkommen.
(Staudinger, 2006, S.23)

HALLO, KANNST DU MICH RIECHEN

10 min

keines

klein/gross

7 – 10 Jahre

Ein Kind steht mit verbundenen Augen in der Kreismitte. Jetzt geht ein Kind ganz still zu dem Kind in der Kreismitte und lässt sich beschnuppern. Dieses versucht nun, das Kind am Geruch zu erkennen. Wenn es das Kind nicht erraten kann, dann darf es die Nase des Kindes ganz zart abtasten und versuchen, den Namen des Kindes zu nennen.
(Staudinger, 2006, S. 25)

DER UNZUFRIEDENE PRINZ DIE UNZUFRIEDENE PRINZESSIN

20 min

klein/gross

Stifte, Papier

5 – 8 Jahre

Geschichte vorlesen:
Es war einmal ein Prinz, der war sehr unzufrieden mit sich selbst. Er wollte einfach nicht so sein, wie er war. Eines Tages begegnete er einem schönen Mädchen und verliebte sich so sehr in dieses Mädchen, dass er es auf der Stelle heiraten wollte. Doch das Mädchen sprach: „Zuerst musst du wieder zufrieden werden mit dir selbst. Du hast einen Wunsch frei. Du darfst dir irgendeinen Teil deines Körpers, den du besonders an dir magst, verstärken (z. B. grössere Muskeln, eine lautere Stimme, mehrere Augen). Du hast eine Minute Zeit zum Nachdenken."

Jedes Kind soll sich nun selbst in die Rolle des Prinzen/der Prinzessin hineindenken und den Wunsch auf einen Zettel schreiben.
(Staudinger, 2006, S. 26)

PERSONENMALEN

30 min

Körperumrisse auf Papier, Farbstifte

gross

7 – 14 Jahre

Ein Kind wählt aus der Gruppe ein anderes aus und versucht, mit Merkmalen des ausgewählten Kindes den Körperumriss zu ergänzen. Die anderen erraten, um wen es sich handelt.

WER SUCHT, DER FINDET

15 min

keines

klein/gross

5 – 8 Jahre

Die Kinder erhalten den Auftrag, einen Gegenstand zu jeweils einer Eigenschaft zu finden, z.B. hart, weich, eckig, rund, rau, stachlig...

Wer hat am schnellsten zu jeder Eigenschaft einen Gegenstand gefunden?

02 DEINE GEFÜHLE SIND WICHTIG!

Ein Kind soll seine Gefühle wahrnehmen, kennen und ihnen vertrauen dürfen. Ein Kind, dessen Empfindungen ernst genommen werden, kennt seine Gefühle besser und kann eher darauf beharren, dass sich etwas komisch, eklig oder unangenehm anfühlt.

WENN ICH FRÖHLICH BIN...

10 min

Ball

klein/gross

5 – 10 Jahre

Die leitende Person sagt einen Satzanfang und wirft den Ball einem Kind zu. Das Kind vervollständigt den Satz und wirft den Ball an die leitende Person zurück.

Sätze:

Wenn ich fröhlich bin...
Wenn ich Angst habe...
Wenn ich mich ekle...
Wenn ich traurig bin...
Wenn ich wütend bin...
Wenn ich enttäuscht bin...
Wenn ich glücklich bin...
Wenn ich schlecht gelaunt bin...
Wenn ich aufgeregt bin...
Wenn ich lustig bin...
Wenn ich mich schäme...
Wenn ich stolz auf mich bin...

GEFÜHLSPANTOMIME

30 min

Karten, Stifte

klein/gross

8 – 12 Jahre

Variante 1
Verschiedene Gefühle werden auf Kärtchen geschrieben. Jedes Kind zieht ein Kärtchen und stellt dieses Gefühl pantomimisch dar, die anderen Kinder erraten es.

Variante 2
Jedes Kind bekommt einen Zettel, den es nicht sehen darf, auf den Rücken geklebt. Die Kinder gehen durch den Raum, lesen das Gefühl eines beliebigen Partners und spielen ihm pantomimisch sein Gefühl vor. Hat dieser „sein Gefühl" erraten, darf er sich setzen. Errät er es nicht, so lässt er sich „sein Gefühl" von einem anderen Kind vorspielen.

GEFÜHLS-UHR

30 min

Karton, Scheren, Stifte, Flachkopfklammer

klein/gross

5 – 10 Jahre

Die Kinder basteln eine Gefühls-Uhr. Dazu schneiden sie einen Kreis aus Karton aus und gestalten mit den Stiften das Zifferblatt nach eigenem Empfinden farbig. Statt Zahlen sollen die Kinder auf dem Ziffernblatt versuchen die unten aufgelisteten Gefühle zu zeichnen. In der Mitte des Kartons wird anschliessend ein kleines Loch gemacht. Die Kinder schneiden zuletzt aus dem übrig gebliebenen Karton einen Zeiger aus und bringen diesen mit einer Flachkopfklammer in der Mitte der Form an. Diese Gefühlsuhren können als Einstieg oder Ausklang eines Programmes angewendet werden.

Gefühle im Uhrzeigersinn:
1. zufrieden, 2, misstrauisch,
3. erschöpft, müde, 4. nachdenklich,
5. ängstlich, 6. glücklich, 7. traurig,
8. wütend, 9. entspannt,
10. ablehnend, weigernd,
11. staunend, wundernd,
12. geborgen

DAS UNGEHEUER

20 min

Knetmasse, Mat. aus dem Wald/von der Wiese

klein/gross

5 – 8 Jahre

Die Kinder formen aus Knetmasse ein Ungeheuer und benutzen dazu Materialien aus der Natur. Sie äussern sich dazu, ob es ihnen Angst macht und was sie dagegen tun könnten.

KOMPLIMENTEDUSCHE

10 min

keines

klein

7 – 12 Jahre

Die Kinder sitzen im Kreis. Ein Kind setzt sich freiwillig in die Mitte für die Komplimentedusche. Die anderen Kinder äussern sich positiv über das Kind in der Mitte, indem sie es ihm direkt sagen.

GEFÜHLSGRUPPENFOTO

15 min

Fotoapparat

klein/gross

5 – 14 Jahre

Die Kinder stellen in der Gruppe ein bestimmtes Gefühl dar. Dieses wird fotografisch festgehalten.

WUTSOCKEN

30 min

Socken, Watte, Stoffmalfarben

klein/gross

5 – 10 Jahre

Jedes Kind bekommt einen Socken, den es mit Watte füllt und anschliessend ein Wutgesicht darauf malt. Die Kinder pfeffern dann den Wutsocken zum Beispiel gegen eine Zielscheibe oder in einen Behälter.

KISSENUNGEHEUER

30 min

Kissen, Schnur, Wolle, Schere, Knöpfe, Nadel

klein/gross

5 – 7 Jahre

Das Kissen wird mit den Schnüren zu einem Gesicht abgebunden.

GELÄNDE-GAME "ACHTERBAHN DER GEFÜHLE"

20 – 40 min

gross

Farbige Bändel, Gefühlskärtchen

ab 8 Jahre

Die Gruppen sind mit jeweils einer eigenen Farbe gekennzeichnet und haben ein eigenes Lager. In der Mitte des „Spielfeldes" (Wald) befindet sich die Basis. Die Spieler müssen von der Basis Kärtchen zu ihren Lagern schmuggeln. Auf diesen Kärtchen befinden sich Gefühle. Schlechte Gefühle sollen ins gegnerische Lager geschmuggelt werden, gute Gefühle ins eigene Lager. Die Spieler wissen dabei nicht, welche gut und welche schlecht sind, sie müssen dies für sich entscheiden. Die Schmuggler können jederzeit abgefangen werden, indem die Fänger ihnen dreimal auf den Rücken klopfen. Die Fänger nehmen das Gefühlskärtchen ab und entscheiden, ob es für sie gut ist (ins eigene Lager) oder schlecht (ins gegnerische Lager). Wer kein Kärtchen mehr hat (abgelegt oder weggenommen), muss bei der Basis wieder ein neues holen.

Am Schluss werden alle Kärtchen bei den jeweiligen Lagern gezählt und entsprechend alle Gefühle aufgelöst. Gute Gefühle = 3 Punkte, schlechte Gefühle = 1 Punkt, ambivalente Gefühle (für Jugendliche) = 2 Punkte

03 ES GIBT ANGENEHME UND UNANGENEHME BERÜHRUNGEN

Das Selbstbestimmungsrecht über den eigenen Körper ist zentral in der Prävention sexueller Ausbeutung. Die Information, dass ein Kind sich Berührungen, die ihm unangenehm sind, nicht gefallen lassen muss, sollte Anlass sein, sexuelle Ausbeutung konkret zu benennen. Es gibt allerdings Körperkontakte, die sich nicht vermeiden lassen, so beispielsweise die ärztlichen Untersuchungen nach einem Unfall.

EISSCHOLLE

15 min

Blachen oder Zeitungen

gross

7 – 16 Jahre

Die Kinder stellen sich zu mehreren auf eine Blache oder eine Zeitung. Diese „Eisscholle“ wird immer in der Hälfte verkleinert, jedoch dürfen die Teilnehmer nicht den Boden dabei berühren, sonst scheidet ihre Gruppe aus.

Variante:
Die Kinder müssen versuchen, von einer Insel (Blache) auf die andere zu kommen. Die Inseln liegen ca. 5 Meter auseinander. Die Kinder haben 10 Eisschollen (A4-Papier) in der Hand und können diese jeweils vor sich hinlegen. Jedoch schmälzen diese im Wasser sehr schnell oder verschwinden, indem eine Leiterin oder ein Leiter von den Eisschollen Stückchen abreisst oder jene wegnimmt, auf denen niemand steht. Das Ziel ist es, dass alle Kinder auf die andere Seite gelangen. Sie dürfen aber nur auf den Eisschollen stehen, sonst fallen sie ins Wasser.

WIE FÜHLT ES SICH AN

20 – 30 min

Verschiedene Materialien: Feder, Steine, Wolle, Fell, Holz...

klein/gross

5 – 10 Jahre

Es werden 2er-Gruppen gebildet. Das eine Kind setzt oder legt sich mit geschlossenen Augen hin, das zweite Kind sucht einige Materialien aus und berührt damit das andere Kind auf der Haut. Das Kind mit geschlossenen Augen versucht zu erraten, mit welchem Gegenstand es berührt wurde.

PERSONENRATEN

15 min

Augenbinde

gross

5 – 10 Jahre

Die Kinder bilden einen Kreis. Ein Kind meldet sich freiwillig und stellt sich mit verbunden Augen in die Mitte. Es dreht sich mehrmals um sich selbst, sucht sich dann eine Person aus und versucht, diese durch Tasten zu erkennen.

DER HUNGRIGE RIESE

15 min

Strassenkreide

klein/gross

5 – 10 Jahre

Auf den Boden wird ein Riesenkopf mit Augen, Nase und einem grossen Mund gezeichnet. Zwei oder mehr Kinder stellen sich am Rand des „Kopfes“ auf und kreuzen die Arme vor der Brust. Auf ein Zeichen der Spielleitung hin versuchen sie, sich gegenseitig in den Mund des Riesen zu drücken. Es darf nur mit dem Körper ohne direkten Einsatz der Hände gedrückt werden. Wer die Linie überschreitet und in den Mund des Riesen tritt, wird vom Riesen gefressen und scheidet aus. Wer zuletzt übrig bleibt, hat gewonnen.
(Johanna Friedl, 2001, S. 35)

RÜCKENKUNST

10 min

keines

klein/gross

5 – 14 Jahre

Die Kinder bilden Zweier-Gruppen und setzen sich hintereinander. Das hintere Kind malt oder schreibt dem vorderen Kind etwas auf den Rücken. Das vordere muss erraten, was das hintere gemalt oder geschrieben hat.

Variante:
Es sitzen mehrere Kinder hintereinander. Die Kinder geben eine gemalte Botschaft weiter. Das vorderste Kind versucht, die Botschaft zu erraten

DIE VERZAUBERTE KATZE

15 min

keines

klein

5 – 7 Jahre

Ein Kind, die kleine Katze, wurde von einer bösen Hexe verzaubert. Sie kauert am Boden und schläft. Ein anderes Kind wird zur guten Fee. Es legt seine Hände auf den Rücken der kleinen Katze und versucht, den Zauber durch Streicheln zu lösen. Sind der kleinen Katze die Berührungen angenehm, erwacht sie langsam aus ihrem Zauberschlaf und beginnt sich zu recken und zu strecken. Sind ihr aber die Berührungen unangenehm, beginnt sie zu fauchen und die Krallen zu zeigen. Später werden die Rollen getauscht.
(Johanna Friedl, 2001, S. 70)

04 DU HAST DAS RECHT, NEIN ZU SAGEN

Sexuelle Gewalt ist eine Grenzüberschreitung und Nein sagen ist eine notwendige Grenzziehung. Mädchen und Jungen sollen darin bestärkt werden, eigene wie auch fremde Grenzen zu spüren, ernst zu nehmen und zu respektieren.

OHNE WORTE

- 10 min
- keines
- klein/gross
- 7 – 12 Jahre

Es werden 2er-Gruppen gebildet. Ein Kind versucht ohne Worte ein Nein auszudrücken. Das andere sagt, ob es das „Nein“ deutlich erkennt. Die Rollen werden gewechselt.

NÄHE UND DISTANZ

15 min

keines

klein/gross

7 – 10 Jahre

Die Kinder bilden Paare und stellen sich im Abstand von fünf Metern gegenüber. Die Kinder der einen Reihe schliessen die Augen und strecken die Arme mit angewinkelten Händen – wie Fühler – aus. Die Kinder der anderen Reihe gehen auf das jeweils gegenüberstehende Kind zu. Dieses versucht, die kleiner werdende Distanz wahrzunehmen und sagt Stopp, wenn die Nähe erreicht ist, bei der es sich noch wohlfühlt. Danach werden die Rollen getauscht.

SEI KEIN FROSCH

15 min

keines

klein/gross

5 – 8 Jahre

Die Kinder sitzen im Kreis und spielen die Frösche. In der Kreismitte steht ein Kind und spielt die Schlange. Sie will einen Frosch fressen und fragt verschiedene Kinder: „Bist du ein Frosch?“ Wenn das Kind mit einem ernsten und überzeugten Gesicht sagt: „Nein, lass mich in Ruh!“, so geht die Schlange zu einem anderen Kind. Bemerkt die Schlange jedoch ein Grinsen oder Lachen beim Frosch, so ruft sie: „Raus bist du!“, und in diesem Moment muss der Frosch um sein Leben laufen (eine Runde ausserhalb des Kreises). Fängt ihn die Schlange nicht, so kann er sich nach einer Runde wieder auf seinen Platz retten. Fängt ihn die Schlange, so geht sie zu den Fröschen, der gefangene Frosch verwandelt sich in eine Schlange und geht in die Kreismitte. Das Spiel beginnt von vorne. *(Staudinger, 2006, S. 49)*

DAS NILPFERD UND DIE WASSERFLÖHE

15 min
keines
gross
5 – 8 Jahre

Die Kinder laufen bzw. hüpfen wie Wasserflöhe im Raum umher und müssen darauf achten, nicht vom Nilpferd gefangen zu werden. Jedes Mal wenn das Nilpferd in ihre Nähe kommt, können sich die Wasserflöhe mit einem lauten „Nein!" retten. Vergisst ein Kind, „Nein!" zu rufen, so wird es vom Nilpferd gefangen, wird selber zu einem Nilpferd und darf die anderen Wasserflöhe fangen.
(Staudinger, 2006, S. 51)

WAS SAGST DU EINEM KROKODIL

15 min
keines
gross
5 – 12 Jahre

Ein Fänger, das Krokodil, meldet sich freiwillig und stellt sich an eine Breitseite des Turnsaales. Die übrigen Kinder stehen an der gegenüberliegenden Seite. Das Krokodil fragt: „Was sagst du einem Krokodil?" Die Kinder rufen gemeinsam so laut sie können: „Ich sage ‚Nein' so laut ich will!" Das Krokodil antwortet: „Und wenn es das nicht hört?" Alle Kinder rufen gemeinsam in voller Lautstärke: „Dann ist es bei mir verkehrt!" Sobald sie diesen Satz beendet haben, beginnen sie zu laufen und achten darauf, auf dem Weg zum anderen Saalende nicht vom Krokodil gefangen zu werden, wobei es nur erlaubt ist, in eine Richtung zu laufen. Wer vom Krokodil gefangen wurde, wird selbst zu einem Krokodil und hilft ihm, Kinder zu fangen.
(Staudinger, 2006, S. 52)

05 ES GIBT GUTE UND SCHLECHTE GEHEIMNISSE

Der Geheimhaltungsdruck ist ein zentraler traumatisierender Faktor bei sexueller Ausbeutung. Die Unterscheidung in gute und schlechte Geheimnisse dient der Aufdeckung von tabuisierten Themen.

DAS GEHEIMNISVOLLE PAKET

15 min

evtl. ein Paket

klein

7 – 12 Jahre

Die leitende Person flüstert dem Kind das Geheimnis, welches sich im Paket befindet, ins Ohr. Die anderen Kinder sollen durch Ja- und Nein-Fragen das Geheimnis erraten.

Gutes Geheimnis:
Eine Überraschungsparty
Ein Geburtstagsgeschenk
Ein Liebesbrief
Tagebuch
Geheimversteck

Schlechtes Geheimnis:
Etwas geklaut haben
Jemanden angelogen haben
Wenn einem jemand weh macht

SUCHE DEN UNTERSCHIED

10 min

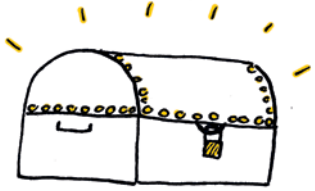
keines

klein

5 – 10 Jahre

Variante1
Zwei Kinder stehen sich gegenüber und betrachten sich genau. Eines verlässt den Raum und verändert etwas an seinem Aussehen. Das Kind kommt wieder zurück und das andere versucht, den Unterschied zu erraten.

Variante 2
Die Kinder sitzen im Kreis. Ein Kind setzt sich in die Mitte und betrachtet die Kleidungsstücke der anderen Kinder. Dann verlässt es den Raum. In dieser Zeit tauschen vier Kinder jeweils ein Kleidungsstück aus. Das Kind kommt zurück in den Raum und soll erraten, welche Kleidungsstücke ausgetauscht wurden.



ICH SEHE ETWAS, WAS DU NICHT SIEHST

15 min

keines

klein

5 – 10 Jahre

Ein Kind wählt einen für alle sichtbaren Gegenstand aus und sagt: „Ich sehe etwas, was du nicht siehst und das ist … (eine Farbe). Die anderen Kinder erraten anhand dieser Farbe den Gegenstand.

WAS FÜHLST DU?

10 min

Schachteln und Material für das Ertasten

klein

5 – 8 Jahre

An einer Seite der Schachtel wird ein Loch für die Hand ausgeschnitten. Das Kind versucht durch Tasten, den geheimnisvollen Inhalt zu erraten.

WAS RIECHST DU? WAS HÖRST DU? WAS SCHMECKST DU?

15 min

siehe einzelne Varianten

klein

5 – 10 Jahre

Variante 1:
Material: Gläschen mit duftenden Inhalten
Es werden verschiedene Gläschen mit einem duftenden Inhalt aufgestellt. Die Kinder versuchen, anhand des Geruchs zu erraten, was der Inhalt ist.

Variante 2:
Material: Büchsen mit Inhalten oder Augenbinde
Die Kinder erraten durch Schütteln, was sich in den Büchsen befindet. Oder: Einem Kind werden die Augen verbunden, ein anderes macht ein Geräusch, z.B. Fenster öffnen, Schubladen schliessen, Tisch verschieben... Das andere errät, wie dieses Geräusch erzeugt wurde.

Variante 3:
Material: verschiedene Getränke, Lebensmittelfarbe
Die verschiedenen Getränke werden mit Lebensmittelfarbe unerkenntlich gefärbt und den Kindern zum Probieren gegeben. Sie sollen versuchen, die Getränke zu erraten.

GEHEIMNISKRÄMER

offen

Markierungen, Karten mit Geheimnissen

gross

ab 10 Jahre

Es werden zwei Gruppen gebildet. Jede Gruppe hat eine Homebase (A) und eine Ausgabestelle (B). Die Base ist klar markiert und sollte je nach Alter der Teilnehmer gewählt werden. In der Ausgabestelle (B) werden farbige Karten (für jede Gruppe eine Farbe) mit guten und schlechten Geheimnissen deponiert. Die Spieler holen eine Karte bei der Ausgabestelle (B) und verhalten sich je nach dem, was sie gezogen haben, ganz unterschiedlich. Ein gutes Geheimnis muss in die Homebase (A) gebracht werden. Die schlechten Geheimnisse können durch Fangen des Gegners abgegeben werden. Wenn ich ein schlechtes Geheimnis bekomme, darf ich es nicht mehr zurückgeben, sondern muss es in die eigene Homebase (A) bringen. Die schlechten Geheimnisse geben Minuspunkte – lass dich also nicht erwischen! Wenn man Spieler mit einem guten Geheimnis gefangen hat, muss das Zettelchen geteilt (entzweigerissen) werden. Mit drei halben „guten Geheimnissen" kann man in der Base ein schlechtes Geheimnis abgeben und neutralisiert den Punktestand. Es darf innerhalb der Gruppe getauscht und zusammengetragen werden. Die Homebase (A) kann die halben guten und die schlechten Geheimnisse kombinieren und so in die „Buchhaltung" eintragen. Spielfähig sind nur jene Spieler, die mit einem ganzen Geheimnis (keine halbierten Zettel) unterwegs sind. Sonst muss man in die Base zurück und ein neues Geheimnis holen.

06

SPRICH DARÜBER UND SUCHE HILFE

Gut informierte und selbstbewusste Kinder können sich unter Umständen gegen die Anfänge von sexuellem Missbrauch wehren. Dennoch kann jedes Kind in eine Situation kommen, in der es Hilfe braucht. Wichtig für Mädchen und Jungen ist der Hinweis, dass sie in Schwierigkeiten Hilfe suchen und mit Personen ihrer Wahl über ihre Probleme reden sollten.

SPINNENNETZ

45 min

Holzbrett, Nägel, Hammer, Schnur, Zettel, Stift

klein

5 – 10 Jahre

Jedes Kind bekommt ein Brett. Gemeinsam wird überlegt, welche Personen ihm in seinem Umfeld helfen könnten, wenn es Rat oder Hilfe benötigt. Für jede genannte Person schlägt das Kind einen Nagel mit einem betreffenden Namenszettel ein. Dieser könnte sein: Eltern, Geschwister, Verwandte, Freunde, Lehrpersonen, Hortnerinnen, Nachbarn, Psychologen, Schulsozialarbeiter, Sorgentelefon für Kinder… Diese Nägel können mit der Schnur zu einem Helfernetz verbunden werden.

SCHATZSUCHE

30 – 90 min

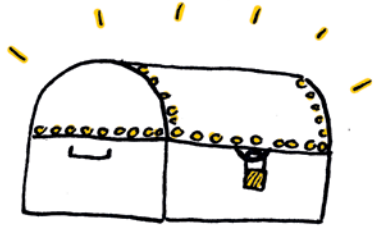
Rätsel

klein/gross

7 – 14 Jahre

Die Kinder bekommen verschiedene Rätsel und müssen damit den Schatz finden.

Beispiele für Rätsel:
Wohin schreibst du deine Geheimnisse? (Tagebuch) → nimm die letzten vier Buchstaben und füge noch ein e hinzu → geht dorthin (Buche)
Wen holst du, wenn es brennt? (Feuerwehr) → geht dorthin
Wie ist die Nummer der Polizei? (118) → geht so viele Schritte in diese Richtung



HELFERFANGIS

15 min

keines

gross

5 – 10 Jahre

Variante 1
Es wird ein Fänger bestimmt. Sobald sich die Kinder zu einer Kette zusammentun, können sie nicht mehr gefangen werden. Die Länge der Kette wird der Gruppengrösse angepasst.

Variante 2
Immer zwei Kinder legen sich nebeneinander auf den Boden. Ein Kind wird zum Fänger bestimmt und eines muss wegrennen. Sobald es sich zu einer Zweiergruppe auf den Boden legt, muss das gegenüberliegende Kind wegrennen. Wird es gefangen, wird es zum Fänger.

SCHIFF IM STURM

15 min

grosses Tuch, Bälle

gross

5 – 8 Jahre

Die Kinder verteilen sich um das Tuch herum, heben es gemeinsam hoch und spannen es dabei mehr oder weniger stark. In die Mitte kommen – je nach Schwierigkeitsgrad – ein oder mehrere Bälle. Das Tuch ist das Meer, die Bälle sind die Schiffe.

Nun geht es darum, die Schiffe im Meer so zu bewegen, dass sie nicht vom Tuch herunterfallen. Dabei gibt es verschiedene Zustände der Meeresoberfläche: Der Wind bläst ganz sachte, alle Schiffe fahren zu einem bestimmt Kind an den Rand des Tuches. Oh, jetzt bläst er aus der anderen Richtung, wohin fahren die Schiffe denn jetzt? Ein Sturm kommt auf! Alle Schiffe purzeln (rollen) durcheinander, usw.

Wenn ein Ball herunterfällt, so muss das Kind ausscheiden, neben dem der Ball auf den Boden gefallen ist.
(Friedl, 2001, S. 84)

Baum im Wind

10 min

keines

gross

5 – 14 Jahre

Die Kinder stellen sich im Kreis auf. Eines geht in die Mitte, macht sich steif wie ein Baum und lässt sich fallen. Es wird von den Kindern im Kreis aufgefangen und sanft in eine andere Richtung gestossen.

Geier und Henne

10 min

keines

gross

5 – 10 Jahre

Ein Kind spielt den Geier, ein Kind die Henne und ein anderes den Bauern. Die übrigen Kinder werden zu Küken, fassen sich an den Hüften, stellen sich hinter der Henne in einer Reihe auf und halten die Henne. Der Bauer sitzt in einiger Entfernung von den anderen auf dem Boden und stellt sich schlafend.

Während der Geier jeweils das letzte Küken der Reihe fangen will, schützt die Henne ihr Küken, indem sie ihre Arme ausbreitet und versucht, dem Geier den Weg zu versperren.

Wenn die Henne fürchtet, es alleine nicht mehr zu schaffen, beginnt sie um Hilfe zu rufen, um den Bauern zu wecken. Erwacht der Bauer durch die Hilferufe, kommt er dazu und vertreibt den Geier (ebenfalls durch Fangen).
(Friedl, 2001, S. 87)

07 DU BIST NICHT SCHULD

Der Glaube an der Mitschuld des Opfers hält sich hartnäckig – nicht nur bei den Betroffenen selbst. Sie müssen von Schuldgefühlen entlastet und die Verantwortung für die Ausbeutung muss klar dem Täter/der Täterin zugewiesen werden.

DER WOLF IM SCHAFSPELZ

10 min

keines

gross

5 – 10 Jahre

Alle Kinder werden zu Schafen und liegen schlafend mit geschlossenen Augen am Boden. Die Spielleitung geht zwischen den Schafen umher und bestimmt durch Antippen eines zum ‚Wolf im Schafspelz'. Ein vorher vereinbartes Zeichen kündigt den Morgen an: alle Schafe erwachen. Der ‚Wolf im Schafspelz' begibt sich unerkannt mit ihnen auf die Weide. Erst nach einer Weile gibt er sich plötzlich zu erkennen, indem er ruft: „Ich bin der Wolf!". Er versucht, möglichst viele Schafe zu fangen. Wer gefangen wurde, scheidet aus. *(Friedl, 2001, S.100)*

HANDLUNGSKONZEPT

Als erstes ist es wichtig, das Vertrauen des Kindes zu gewinnen und dieses Vertrauen darf durch falsches Handeln nicht zerstört werden. Hier sind einige Überlegungen notwendig und wichtige Punkte zu beachten:

DEM KIND GLAUBEN SCHENKEN.

IN DER REGEL ERFINDEN KINDER KEINE SEXUELLEN ÜBERGRIFFE, SONDERN SAGEN DIE WAHRHEIT.

DEM KIND VERMITTELN, DASS DAS ERZÄHLTE BEI EINEM BLEIBT.

Wichtig ist es, Ruhe zu bewahren und nichts zu überstürzen, um sich die nächsten Schritte genau zu überlegen.

Sorgfältige Dokumentation: Alle Informationen und Beobachtungen müssen sorgfältig aufgeschrieben werden. Fakten und Vermutungen müssen klar deklariert werden, um diese auseinanderhalten zu können. Handlungen sollen genau beschrieben werden.

Mit dem Kind die weiteren Schritte besprechen:
Man muss als Person, die von einem Kind ins Vertrauen gezogen wurde, nicht alleine bleiben. Man darf sich Hilfe durch Beratungsstellen holen (siehe Anhang: Wichtige Adressen). Dies kann anonym erfolgen.

HILFE HOLEN FÜR DAS KIND.

Hier ist es wichtig, dass das Kind selbst bestimmt, wann es diesen Schritt machen möchte. Es würde nichts nützen, das Kind dazu zu drängen, da es sich sonst wieder zurückziehen könnte, so der Täter oder die Täterin vorgewarnt wäre und es noch mehr unter Druck setzen könnte.

Sobald das Kind sich entschieden hat, Hilfe anzunehmen, kann man den Fall an Fachpersonen abgeben (siehe wichtige Anlaufstellen).

Dieses vorsichtige, vielleicht auch lang dauernde Vorgehen ist sehr wichtig. Das Kind hat schon einige Grenzüberschreitungen erfahren und könnte ein zu schnelles Handeln erneut als solche erleben und sich ganz zurückziehen. Das Kind liebt meistens den Täter oder die Täterin und hat Angst, diesen oder diese oder auch andere Personen durch einen Verrat zu verlieren. Es hat gelernt, in dieser Situation zu leben, insbesondere wenn sexuelle Ausbeutung in der Familie geschieht.
Ein zu schnelles Handeln kann das Kind erschrecken und die Gefahr, dass es alles leugnet, ist gross. Daher ist grösste Vorsicht im Umgang geboten. Man kann nur helfen, wenn das Kind es zulässt. *(Limita, 2008), (Bange, 2002)*

WICHTIGE ANLAUFSTELLEN

KANTON ZÜRICH:

Castagna, Beratungsstelle für Jugendliche, in der Kindheit sexuell ausgebeutete Frauen und Männer, nicht ausbeutende Eltern, Bezugspersonen von Betroffenen, Fachpersonen und Institutionen, Tel. 044 360 90 40, mail@castagna-zh.ch

Kinderschutzgruppe und Opferberatungsstelle des Kinderspitals Zürich, Tel. 044 266 76 46, kinderschutz.sekretariat@kispi.uzh.ch

Stadt Zürich, Fachstelle für Gewaltprävention, Tel. 044 413 87 20

Limita, Fachstelle zur Prävention sexueller Ausbeutung, Tel. 044 450 85 20, info@limita.ch

Mädchenhaus Zürich, Tel. 044 341 49 45, Whatsapp 079 478 46 79

Mannebüro Züri, Beratungs- und Informationsstelle für Männer, Tel. 044 242 08 88, info@mannebuero.ch

Okey, Fachstelle für Opferhilfeberatung & Kinderschutz und Krisenwohngruppe, 052 245 04 04

Schlupfhuus Zürich, Schutz, Beratung, Betreuung und Begleitung von Kindern und Jugendlichen, die sich in einer Krisensituation befinden, Tel. 043 286 22 66, info@schlupfhuus.ch

ÜBERKANTONAL:

Lilli.ch, Internetseite und Beratungsstelle zum Thema Sexualität, Verhütung, Beziehung, Gewalt, Körperfragen und persönlichen Problemen

Pro Juventute, Beratung für Kinder und Jugendliche, Tel. 147, beratung@147.ch

Pro Juventute, Beratung für Jugendleiterinnen und Jugendleiter 24/7, Tel. 058 618 80 80, jugendleiter@projuventute.ch

Sorgentelefon für Kinder, 0800 55 42 10

Diese Adressen sind nicht abschliessend. In jedem Kanton gibt es Fachstellen zum Thema sexuelle Ausbeutung.

LITERATURVERZEICHNIS:

Bange, D. (2002). Intervention - die „Regeln der Kunst“. In D. Bange & W. Körner (Hrsg.), *Handwörterbuch Sexueller Missbrauch* (S. 216-224). Göttingen: Hogrefe.

Friedl, J. (2001). *Kinder setzen Grenzen. Kinder achten. Konzepte und zahlreiche Spiele, die Kindern helfen ihren Körper, ihre Gefühle und Bedürfnisse kennen zu lernen, sich durchzusetzen, aber auch Grenzen zu respektieren.* Münster: Ökopotia Verlag.

Huser-Studer, J. & Leuzinger, R. (2000). *Grenzen. Sexuelle Gewalt gegen Kinder und Jugendliche.* Zürich: Verlag der Elementarlehrerinnen- und Elementarlehrerkonferenz des Kantons Zürich.

Limita Zürich (2008). Broschüre: *Sexuelle Ausbeutung von Mädchen und Jungen. Wie kann ich mein Kind schützen?* (5. Aufl.). Zürich: Limita.

Staudinger, U. (2006). Ich gehöre nur mir. Sexuelle Übergriffe erkennen und abwehren lernen. Ein Praxishandbuch für Kindergarten und Grundschule (3. Aufl.). Linz: Vertitas Verlag