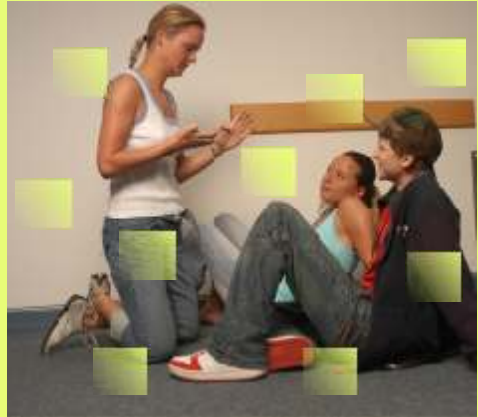


INFORMATIONEN FÜR SCHULEN  
UND KINDERTAGESSTÄTTEN



**Selbstbehauptungs- und  
Selbstverteidigungskurse  
für Mädchen und Jungen**



**Kritisch hinsehen und bewusst auswählen**



## Themen im Überblick

<b>Einleitung</b>	<b>3</b>
<b>Selbstbehauptung</b>	<b>3-4</b>
<b>Selbstverteidigung</b>	<b>4-5</b>
<b>Mädchenkurse</b>	<b>5-6</b>
<b>Jungenkurse</b>	<b>6</b>
<b>Kurse für Kinder</b>	<b>6-7</b>
<b>Qualifikation und Werbung</b>	<b>8-9</b>
<b>Kursgestaltung</b>	<b>10</b>
<b>Checkliste für Schulen und Kindertagesstätten</b>	<b>11</b>
<b>Selbstverpflichtungserklärung zum Heraustrennen</b>	



Weitere Informationen und Hinweise  
finden Sie unter

[www.akjs-sh.de](http://www.akjs-sh.de)

[www.petze-kiel.de](http://www.petze-kiel.de)

[www.polizei-beratung.de](http://www.polizei-beratung.de)

## **Einleitung**

Besonders nach spektakulären Schlagzeilen und Vorkommnissen - sei es zu sexuellen Übergriffen an Kindern oder zu Mobbing und Gewalt unter Schülerinnen und Schülern - häufen sich die Anfragen zu Selbstbehauptungs- oder Selbstverteidigungskursen durch besorgte 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.

Bevor Sie sich für ein Angebot entscheiden, ist es wichtig, genau zu prüfen, mit welcher Form von Gewalt die Kinder tatsächlich zu tun haben, z.B. : Abziehen, Mobbing oder sexuellen Grenzüberschreitungen. Dementsprechend sind unterschiedliche Maßnahmen sinnvoll, wie die Einbeziehung der gesamten Schulklasse bei Mobbing.

Inzwischen gibt es zahlreiche Anbieter von Selbstbehauptungstrainings oder Selbstverteidigungskursen; viele davon kommerziell und teuer. Nicht alle genügen den gängigen Qualitätskriterien sinnvoller Präventionsarbeit, auch wenn sie Kindern Spaß machen. Denn vor allem Nachhaltigkeit muss gesichert sein, um über das einmalige Kursangebot hinaus zu wirken. Bisher gibt es noch keine anerkannte Zertifizierung.

Mit dieser Broschüre wollen wir Kindertagesstätten und Schulen Kriterien an die Hand geben, um die Qualität der Angebote besser beurteilen zu können.

**Es gibt keine Patentrezepte**, um schnell und nachhaltig sexuelle Übergriffe, Gewalt unter Schülerinnen und Schülern oder Mobbingprozesse zu unterbinden. Es handelt sich um komplexe Vorgänge, zu denen auf verschiedenen Ebenen am besten unter Beteiligung von Fachkräften langfristig gearbeitet werden muss. Ein Selbstbehauptungstraining kann dabei nur **ein** Baustein sein .

## **Selbstbehauptung? Selbstverteidigung?**

Beide Angebote zielen auf die Förderung des Selbstbewusstseins von Kindern.

### **Selbstbehauptung**

Selbstbehauptung ist die Fähigkeit, sich in grenzüberschreitenden Situationen der eigenen Grenzen bewusst zu sein und diese deutlich machen zu können. Sie wird über die Arbeit an häufig auftretenden, teilweise sogar alltäglich stattfindenden Konfliktsituationen trainiert und kann im Alltag kontinuierlich weiter eingeübt werden. Erfahrungsgemäß ist dies eine Grundvoraussetzung, um sich vor

aggressiven Übergriffen und sexueller/ sexualisierter Gewalt zu schützen. Selbstbehauptungskurse informieren über Gewalt allgemein und sexualisierte Gewalt, bestärken die Abgrenzungs- und Durchsetzungsfähigkeit und ermutigen zum eindeutigen Ausdruck in Sprache, Stimme, Mimik sowie Körperhaltung.

## Ziele

- ✓ Gestärktes Selbstbewusstsein - Mut zur Selbstbehauptung
- ✓ Opferrollen verlassen können ( ohne selbst in Täterrollen zu fallen)
- ✓ Alternativen zu Täterrollen kennenlernen
- ✓ Handlungsalternativen außerhalb traditioneller Geschlechterrollen erfahren
- ✓ eigene Ängste annehmen können
- ✓ sensibilisierter wahrnehmen können
- ✓ durch frühzeitiges Wahrnehmen Grenzverletzungen erkennen und Grenzen setzen können
- ✓ über vielfältigere verbale und körpersprachliche Handlungs- und Entscheidungsmöglichkeiten verfügen

Erlernen von einfachen und effektiven Techniken:

- ✓ Nonverbale und verbale, konfrontative und deeskalierende Selbstbehauptungstechniken, z.B. klare Kommunikation

## Selbstverteidigung

Selbstverteidigungskurse beziehen den Angriffsfall mit ein und trainieren eher die körperliche Abwehrkraft. Sie sind nur dann sinnvoll, wenn die Kinder eine realistische Chance haben, einen tätlichen Angriff körperlich abwehren zu können: Um Zeit zum Weglaufen zu gewinnen, Hilfe zu holen oder sich gegen Gleichaltrige zu behaupten.

**Allein das Bewusstsein, sich schon einmal durchgesetzt zu haben, verleiht Stärke und Mut.**

Selbstverteidigung ist die Fähigkeit, sich oder andere in Notwehr-/ Nothilfesituationen körperlich zu verteidigen. In einem kombinierten Selbstbehauptungs-/ Selbstverteidigungstraining unterstützt sie die Arbeitsergebnisse des Selbstbehauptungsteils durch einige wenige, einfache und effektive Selbstverteidigungstechniken, die auch Ungeübte im Notfallstress einsetzen können.

## Ziel

Einfache körperliche Abwehrtechniken, die möglichst den individuellen Neigungen/ Fähigkeiten entsprechen und effektiv gegen vitale/ empfindliche Körperstellen eingesetzt werden.

Es werden keine Techniken vermittelt, die zu einer Selbstgefährdung führen können oder bei der Anwendung zu erheblichen Verletzungen führen können.

Körperliche Techniken, wie sie in der Selbstverteidigung trainiert werden, sind für Kinder nur begrenzt einsetzbar, da sie in Gewaltsituationen häufig mit körperlich Überlegenen konfrontiert sind. Der Schwerpunkt des gewaltpräventiven Angebotes soll daher auf der Vermittlung von Strategien zur **Selbstbehauptung** liegen.

Ein Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurs soll helfen, die eigenen Kraftpotenziale zu entdecken, um das **Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen** zu stärken und eine realistische Einschätzung der eigenen Kräfte zu ermöglichen.

Ebenso soll der Kurs das soziale Miteinander unterstützen und das Einfühlen in andere trainieren, um in Konflikten selbstkontrollierter und erfahrener zu werden.

Der Kurs muss kindgerecht und altersgemäß gestaltet sein und auf konkrete Fragestellungen von Mädchen und Jungen eingehen.

### **Gravierende Fehlerquellen** sind z.B.

- ☞ ausschließliche Fokussierung auf Angriffe durch fremde Täter, obwohl schon die Hellfeld-Zahlen der Polizeilichen Kriminalstatistik (PKS) die Relevanz der dem Opfer bekannten Gewalttäter belegen. Dunkelfeldstudien zeigen, dass der höchste Anteil der Gewalttaten im sozialen Nahraum verübt wird (Familie, Schulklasse).
- ☞ Eine Simulation des Ernstfalls mit realitätsnahen Rollenspielen ist kontraproduktiv, wenn dabei überfallartige Situationen durch Fremde nachgestellt werden. Es besteht die Gefahr, dass die Kinder Ängste entwickeln und ähnlich negative Folgen erleiden wie bei einem wirklichen Überfall.
- ☞ Unerwartetes und völlig aus dem Zusammenhang gerissenes Attackieren der Teilnehmerinnen und Teilnehmern, um angeblich die Realität zu simulieren (Überforderung, Grenzverletzung!, Verunsicherung).

### **Mädchenkurse**

Bei Angeboten für Mädchengruppen zwischen acht und 10 Jahren ist die überwiegende Beteiligung von Teamkräften mit sozialpädagogischem/psychologischem Wissen unverzichtbar.

Für Mädchen ist es hierbei besonders wichtig an einem weiblichen Vorbild zu lernen.

Bei den Acht- bis 10-Jährigen ist das kognitive Lernen in der Regel noch nicht so ausgeprägt wie bei älteren Minderjährigen oder Erwachsenen. Das Konzept der Trainingsinhalte muss altersgerecht angepasst, während des Trainings muss entsprechend reagiert werden.

## **Jungenkurse**

Bei Jungengruppen ist außer sozialpädagogischem/ psychologischem Know how für alle Altersstufen die umfangreiche Beteiligung von geschulten Fachmännern für Jungenarbeit erforderlich. Selbstbehauptungstrainings für Jungen müssen zusätzlich sehr viel zu männlicher Identität arbeiten, wenn sie erfolgreich sein wollen.

In den Konzepten für Jungentrainings soll positive Männlichkeit vermittelt werden. Vorbilder oder Idole der Jungen sollen besprochen und auch kritisch betrachtet werden.

Die Trainer sind Vorbild in ihrer Art männlich zu sein, insbesondere im Umgang miteinander im Team und in Konflikten mit der Gruppe.

Betrachtet man die Entwicklung von Gewalttaten, so wird auch in den Polizeistatistiken deutlich, dass die Täter und Opfer in der Regel männliche Kinder, Jugendliche und Heranwachsende sind. Anders ist es bei Sexualdelikten, dort ist der weibliche Anteil bei den Opfern höher.

Die Sensibilisierung für Gewalt (Empathie für das Opfer) muss daher zu einem wichtigen Element in einem Jungenkurs werden.

Diese Inhalte und die Methoden der Arbeit mit der Gruppe gehen über übliches Selbstbehauptungstraining hinaus. Daher ist die Beteiligung einer sozialpädagogischen Fachkraft mit Erfahrung in der Jungenarbeit hier unerlässlich.

## **Angebote für Kinder unter acht Jahren**

Kinder in diesem Alter sind damit überfordert, in einem isolierten Trainingsangebot Selbstbehauptungs- bzw. Selbstverteidigungsstrategien über einen längeren Zeitraum zu üben und das Geübte selbstständig in den Alltag zu übertragen, wenn das Umfeld eines Kindes (Eltern, Tagesmütter, Großeltern, Erzieherinnen, Erzieher, Grundschullehrerinnen, Grundschullehrer und andere Kontaktpersonen) nicht daran mitarbeitet das Kind zu stärken.

Schwieriger als bei älteren Kindern ist es ebenfalls, gruppenspezifische Prozesse zu erkennen und aufzufangen sowie jedem Kind hinsichtlich seiner Bedürfnisse gerecht zu werden, weil gerade im Alter unter acht Jahren der Entwicklungsstand der einzelnen Kinder sehr unterschiedlich ist.

Kinder zu starken und selbstbewussten Menschen zu erziehen ist ein Prozess, der in ganz kleinen Alltagssituationen beginnt.

Diese Alltagssituationen werden gerade in den ersten Lebensjahren insbesondere durch das Verhalten der unmittelbaren Bezugspersonen bestimmt, von denen die Kinder täglich betreut werden.

Besonderes Gewicht hat dabei die Frage, ob diese Erwachsenen den Kindern tatsächlich zugestehen, über ihren eigenen Körper selbst zu bestimmen.

Eine weitere Frage ist, ob sie auf ihr Kind eingehen, wenn es sich über Verhaltensweisen anderer Kinder ärgert.

Kinder merken in solchen oder ähnlichen alltäglichen Situationen schnell, ob ihre Wahrnehmungen und ihre Verhaltensimpulse von den Erwachsenen unterstützt werden oder nicht. Wenn ihre Empfindungen nicht unterstützt werden, beginnen sie zu zweifeln und versuchen möglicherweise die Scham oder das schlechte Gefühl zu unterdrücken. Dadurch verlernen sie mit der Zeit, Grenzüberschreitungen wahrzunehmen.

Aber gerade die Überschreitung der eigenen Grenzen zu fühlen und darauf mit Grenzsetzungen zu reagieren, ist das wichtigste Selbstbehauptungselement.

Auch die Vorbildfunktion der o.a. Kontaktpersonen, die die Kinder täglich umgeben, ist von immenser Bedeutung.

### **Zu bedenken ist in jedem Fall Folgendes:**

Falls trainierte Kinder versuchen sollten, gelernte Selbstbehauptungs-Strategien gegen die statistisch häufigeren Taten im sozialen Nahraum einzusetzen, würden sie aller Voraussicht nach frustriert und entmutigt scheitern. In solchen Abhängigkeitsverhältnissen ist Hilfe und Unterstützung von Fachleuten erforderlich.

**Präventionsstrategie muss hier sein, Kindern altersgemäß zu erklären, dass sexuelle und andere Gewalt im häuslichen Bereich nie die Schuld der Kinder ist, sie keine Verantwortung für das Erlittene tragen und ihnen zu vermitteln, wo und wie sie sich Hilfe holen können.**

Eine Möglichkeit wäre, Elternabende und Fortbildungsangebote für Erwachsene zum Thema „Gewaltprävention für Kinder“ in Kooperation mit dem örtlichen Kinderschutzbund oder anderen geeigneten Fachkräften zu konzipieren und gemeinsam anzubieten.

Hier können dann Erziehungs- und Selbstbehauptungsinhalte einfließen, die sich an die Eltern als diejenigen richten, die aufgrund ihres Einflusses auf ihre Kinder weitreichende erzieherische Möglichkeiten zur Stärkung des kindlichen Selbstbewusstseins sowie ihrer Selbstbehauptungsfähigkeiten haben.

## **Notwendige Qualifikation**

Der Kurs wird von qualifizierten Trainerinnen bzw. Trainern durchgeführt, die über fundierte pädagogische Kenntnisse und Erfahrung in der Arbeit mit Kindern verfügen und sich regelmäßig fortbilden. Sie sollten insbesondere fundiertes Wissen über die Entstehung und die Auswirkungen von Gewalt und sexueller Gewalt haben und kompetent mit möglichen Gewalterfahrungen von teilnehmenden Kindern umgehen können. Sie haben sich mit den eigenen Erfahrungen als Opfer und / oder Ausübende von Gewalt auseinandergesetzt, ebenso mit Männer- und Frauenrollen.

Sie haben Kenntnisse über Bewegungsabläufe und beachten methodisch-didaktische Grundprinzipien, d.h. die Mädchen und Jungen können z.B. den Kursablauf mitgestalten und haben Raum für Rückmeldungen.

Die Kursleitung verfügt über Hintergrundwissen und Erfahrung mit der jeweiligen Zielgruppe und kann flexibel auf die jeweiligen Bedürfnisse eingehen.

Bei der Bearbeitung von Mobbing sind unbedingt gruppendynamische Kenntnisse und Kompetenzen erforderlich.

## **Unseriöse Werbestrategien**

Ein Anbieter sollte keine Erfolgsgarantien anbieten, wie z.B. "Geld zurück bei Nichterfolg!" Weder körperliche Abwehrtechniken noch ein stärkeres Selbstbewusstsein lassen sich in wenigen Stunden erlernen.

## **Keine Werbung mit der Angst**

Wird vom Kursanbieter viel über steigende Kriminalität, Überfälle und Sexualstraftaten durch Fremdtäter gesprochen, so ist das eine unseriöse Werbestrategie, die mit den Ängsten der Eltern und Kindern spielt.

Wenn Anbieter mit dem Begriff Polizei werben, sollten Sie bei Ihrer örtlichen Polizeidienststelle, z.B. dem Sachgebiet Kriminalprävention, nachprüfen, ob die Polizei tatsächlich an der Erstellung und Umsetzung des Konzeptes beteiligt ist.

## **Auf keinen Fall...**

**darf der Kurs Mädchen und Jungen einen falschen Eindruck von Sicherheit vermitteln, wenn sie nur alles so machen, wie sie es im Kurs gelernt haben. Kinder sind nicht verantwortlich für Gewalt, die ihnen angetan wird!**



## **Seriöse Kursziele**

Grundsätzlich sollte ein Kurs an den Stärken und Fähigkeiten der Mädchen und Jungen ansetzen. Mädchen und Jungen werden darauf aufbauend für Grenzverletzungen und gefährdende Situationen im Alltag sensibilisiert. Sie lernen Gefühle auszudrücken und in Worte zu fassen, ihre Angst wahrzunehmen und zuzulassen. So wird ihr Selbstbewusstsein gestärkt und ihre Einschätzung "komischer" Situationen geschult.

Der Kurs vermittelt ihnen Handlungsmöglichkeiten, sich gegen Übergriffe zur Wehr zu setzen und sich Hilfe und Unterstützung in der Gruppe oder bei Erwachsenen zu holen. Die Kinder sollen ihre Alltagserfahrungen in den Kurs einbringen können.

Mädchen und Jungen erhalten altersgerechte Informationen zum Thema Mobbing, Gewalt und sexuelle Gewalt, wobei vor allem sexuelle Gewalt in der Familie bzw. im sozialen Umfeld angesprochen werden sollte. Kinder sollten auch darüber informiert werden, dass überfallartige Situationen durch Fremdtäter nur selten vorkommen.

## **Angebot für Eltern und Fachkräfte**

Es muss vorbereitende/ begleitende Elternarbeit (mindestens erklärende Anschreiben) geben. Ebenso gibt es vorbereitende/begleitende Lehrkräfte-, Erzieherinnen- oder Erzieherarbeit, wenn ein Projekt in der Kindertagesstätte oder der Schule stattfindet.

Sie sollten nicht nur über Inhalt und Ablauf des Kurses informiert werden, sondern auch über die unterschiedlichen Aspekte der Themen "Mobbing, Gewalt und sexuelle Gewalt an Kindern". Auch sollten sie erfahren, was sie selbst in ihrem Alltag zum Schutz ihrer Kinder tun können.

Wichtige Botschaften eines Kurses sollen zu Hause im Alltag von Eltern wieder aufgegriffen und verstärkt werden. Dazu gehört auch, dass Elternratgeber und Kinderbücher zum Thema vorgestellt und Flyer von Beratungsstellen ausgelegt werden. Auch sollten die Eltern über örtliche Hilfe- und Beratungsangebote informiert werden.

**Die Verantwortung für den Schutz der Kinder liegt bei den Erwachsenen. Erwachsene haben für die Sicherheit von Mädchen und Jungen zu sorgen.**

Bei Veranstaltungen, die externe Referent/innen an Schulen anbieten, sollte klar sein, ob es sich um Unterricht oder externe Veranstaltungen handelt.

Für die Integration der Kursinhalte in den schulischen Alltag bedarf es meist einer zusätzlichen Lehrerfortbildung.

## Botschaften an Mädchen und Jungen

***Du bist wichtig und wertvoll.  
Dein Körper gehört dir,  
du darfst über ihn bestimmen.  
Vertrau deinen eigenen Gefühlen,  
dein Gefühl ist wichtig.  
Du darfst NEIN sagen  
und dich wehren.  
Du darfst dir Hilfe holen.***

### **Vernetzung ist wichtig**

Nur langfristige Präventionsstrategien sind Erfolg versprechend. Dazu ist fachliche Zusammenarbeit erforderlich. Voraussetzung ist, dass das Angebot regional vernetzt wird, d.h. die Anbieter arbeiten mit den örtlichen Beratungs- und Präventionsstellen zusammen. Diese bieten Hilfe für den Einzelfall und vertiefende fachliche Information. Die Kursleitung gewährleistet ggf. eine Vermittlung an Interventions- und/oder Beratungsstellen.

### **Wie sollte der Kurs gestaltet sein?**

- Eine Gruppengröße von 8 - 12 Kindern ist ideal.
- Kein Crashkurs!
- Die Kursdauer sollte etwa 12 Unterrichtsstunden betragen.
- Wiederholungs- und Aufbaukurse sind sinnvoll! Längerfristige Kursangebote, z.B. auch im regulären Schulunterricht, sind wünschenswert.
- Die Teilnahme am Kurs und an einzelnen Übungen ist immer freiwillig.
- Schulkurse sollten diese Bedingung einhalten.
- Bei Übungen mit Körperkontakt entscheiden die Mädchen und Jungen selbst, ob sie dies wollen oder nicht.
- Eine geschlechterdifferenzierende Konzeption ist notwendig!
- Die unterschiedlichen Erfahrungen und Bedürfnisse von Mädchen und Jungen müssen berücksichtigt werden. Eine zumindest zeitweise Trennung von Mädchen und Jungen in Gruppen mit gleichgeschlechtlichen Trainerinnen bzw. Trainer ist sinnvoll. Ideal hierfür ist ein gemischtgeschlechtliches Trainerteam.
- Den Mädchen und Jungen müssen geeignete Beratungsangebote vor Ort vorgestellt und entsprechende Informationsmaterialien an Kinder und Eltern verteilt werden.

# Checkliste für Schulen und Kindertagesstätten

## Darauf sollten Sie achten:

<b>Rahmenbedingungen</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Geschützter Raum/geschützte Atmosphäre</li><li>• Kursinhalte und -methoden abgestimmt auf die Zielgruppe (bzgl. Alter, Fähigkeiten, Einschränkungen etc.)</li><li>• Gruppengröße max.12 Personen pro Trainer</li><li>• Geschlechtsbewusste Arbeit je nach Alter</li><li>• Gemischgeschlechtliches Leitungsteam</li><li>• Vernetzung des Kurses mit bestehenden Strukturen, Zusammenarbeit mit den Eltern (je nach Alter) - Möglichkeit zum konkreten Austausch über das eigene Kind (vor allem im Elementarbereich)</li><li>• Vernetzung mit Hilfsangeboten (Beratungsstellen, Kinderschutz, Jugendamt etc.) vor Ort</li><li>• Kein Einzelprojekt sondern in Alltagsstruktur der Einrichtung eingebunden: Nachhaltigkeit sichern</li></ul>
<b>Ziele und Inhalte</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Anteil an Techniken zur Selbstverteidigung im Kurs: Max. 30%</li><li>• Haltung zu den Kindern/Jugendlichen grundsätzlich ressourcen- und nicht defizitorientiert</li><li>• Gebot der Freiwilligkeit</li><li>• Keine Leistungsabfrage/Bewertung</li><li>• Keine Überraschungssituationen mit gefährlichen Anteilen (Live-Übergriff)</li><li>• Berücksichtigung der Individualität jedes Einzelnen und der konkreten Lebenswelt der Zielgruppe</li><li>• Angebote zur Erweiterung der eigenen Handlungsstrategien auf der Basis individueller Möglichkeiten</li><li>• Aufklärung über Gewalt und deren Folgen - Klare Position: Die Verantwortung ist und bleibt beim Täter</li><li>• Wahrnehmungsschulung, Schulung von Stimme und Körpersprache, der Umgang mit Konflikten sowie Selbstwertstärkung stehen inhaltlich im Mittelpunkt</li><li>• Der Kursablauf ist für Kinder/Jugendliche und Eltern transparent</li><li>• Kein falsches Sicherheitsangebot: Es gibt keine 100%ige Sicherheit</li><li>• Rollenspiele und Übungen dienen dem spielerischen Lernen und sollen auf keinen Fall Angst machen</li></ul>
<b>Methoden</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Bewegungsspiele</li><li>• Rollenspiele</li><li>• Zuordnungsspiele</li><li>• Kommunikationsübungen</li><li>• Kleingruppenarbeit/geschlechtshomogene Kleingruppen</li><li>• Gruppengespräche</li><li>• Körperliche Technikübungen</li><li>• Entspannungsübungen</li><li>• Möglichkeiten zur Partizipation der Kinder/Jugendlichen</li></ul>
<b>Qualifikation der Leitung</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Erfahrungen und Fachwissen in/zur Gruppenarbeit</li><li>• Fachliche und persönliche Auseinandersetzung mit dem Thema Gewalt</li><li>• Fachwissen zum Thema Gewalt und deren Folgen für Jungen und Mädchen</li><li>• Kritische Reflexion von Männer- und Frauenbildern</li><li>• Entwicklungspsychologische Kenntnisse</li><li>• Supervision der eigenen Arbeit</li><li>• Interventionsmöglichkeiten (siehe Vernetzung)</li><li>• Grundhaltung den Mädchen und Jungen gegenüber: wertschätzend und empathisch</li></ul>

## Herausgeber:

### **Aktion Kinder- und Jugendschutz Landesarbeitsstelle S-H e.V.**

Feldstr. 120  
24105 Kiel  
info@akjs-sh.de

### **Präventionsbüro PETZE Schulische Prävention von sexuellem Missbrauch an Mädchen und Jungen**

Feldstr. 76  
24105 Kiel  
petze.kiel@t-online.de



### **Präventionsbüro PETZE**

Landeskriminalamt Schleswig-Holstein  
Zentralstelle Polizeiliche Kriminalprävention  
Mühlenweg 166  
24116 Kiel  
Kiel.LKA13@polizei.landsh.de



Einige Textpassagen orientieren sich an anderen Broschüren zu diesem Thema. Wir danken den Landeskriminalämtern Baden-Württemberg und Niedersachsen für die freundliche Unterstützung.

Landespolizeiamt Schleswig-Holstein  
Koordinierungsstelle Prävention  
Mühlenweg 166  
24116 Kiel  
Kiel.LPA141@polizei.landsh.de

1. Auflage: 8000 Exemplare  
Druckerei des Landespolizeiamtes  
Schleswig-Holstein  
© 2006

## Selbstverpflichtungserklärung zu Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskursen an Schulen und Kindertagesstätten

1. Wir haben folgende Trägerstruktur:

- Gemeinnütziger Verein
- Stiftung
- GmbH
- Freiberufliche/r Einzeltrainerin oder Einzeltrainer
- Sonstige:

Wir sind Mitglied in folgendem Dachverband:

---

2. Die eingesetzten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter haben folgende

a) pädagogische

b) und methodische Qualifikationen:

3. Wir arbeiten im Team (Mann/Frau) phasenweise geschlechtsgetrennt:

Ja

nein

4. Die Trainingsgruppen umfassen max. \_\_\_\_Kinder und kosten

pro Kind: \_\_\_\_\_

pro Kurs: \_\_\_\_\_



5. Die fünf wichtigsten Lernziele in unseren Kursen sind:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

6. Wir bieten im Rahmen der Gewaltprävention den Lehrkräften vor Ort

- Fortbildung
- Unterstützung beim Transfer der Methoden in den Schulalltag
- Teilnahme während des Trainings mit den Kindern

7. Wir bieten einen Elternabend, begleitende Materialien und Möglichkeiten zum Austausch.

ja

nein



8. Wir haben mit der folgenden Fachberatungsstelle vor Ort persönlichen Kontakt, arbeiten vernetzt, klären den Hilfebedarf und vermitteln in Kriseninterventionen weiter:

Name und Anschrift der Einrichtung: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Ansprechpartnerin/Ansprechpartner:

\_\_\_\_\_

Tel.: \_\_\_\_\_

9. Wir vermitteln keine Techniken, die andere körperlich gefährden oder Grenzen verletzen.

Wir arbeiten nicht mit Live-Überfällen, da diese auf die Kinder verängstigend und retraumatisierend wirken können.

Wir vermitteln Kindern/Jugendlichen, dass es keine absolute Sicherheit gibt.

Wir vermitteln Kindern/Jugendlichen, dass Weglaufen und Hilfe holen in aller Regel die besten Strategien sind und geben Informationen von Beratungsstellen vor Ort sowie von Krisentelefonen weiter.



10. Wir überprüfen die Qualität unserer Arbeit durch folgende Evaluationsverfahren:

---

---

---

Wir können auf folgende Referenzen verweisen:

---

Ansprechpersonen sind:

---

---

**Hiermit versichere ich, dass die oben genannten Angaben von mir erfüllt werden:**

**Datum:**

**Unterschrift des Trägers:**

---

---

**Der Trainer/die Trainerin ist uns persönlich bekannt:**

Unterschrift und Stempel  
der Beratungsstelle

