



ÜBUNGEN UND IDEEN

FÜR WORKSHOPS MIT JUGENDLICHEN
ZUM THEMA SEXUELLE GEWALT UNTER JUGENDLICHEN



FÜR ALLE,
DIE MIT
JUGENDLICHEN
LEBEN UND
ARBEITEN



#UNDDU?

LET'S TALK ABOUT: SEXUELLE GEWALT UNTER JUGENDLICHEN

Wer kennt es nicht aus seinem Arbeits- oder Lebensalltag?!

Da fällt ein sexistischer Spruch, wird diskriminiert oder Gewalt ausgeübt und so vieles mehr, was uns sprachlos macht.

Deshalb ist es so wichtig, dass wir darüber sprechen – unter uns Erwachsenen, aber vor allem auch mit den Jugendlichen selbst. So weit die Theorie.

Denn ja, es kann unglaublich schwer sein, mit den Teenagern darüber zu sprechen. Es macht weder Spaß, noch ist es cool, angenehm oder gar schön.

Aber **es ist unser verdammter Job**.

Mit dieser Broschüre geben wir Ihnen Anregungen, wie Sie mit Ihren Jugendlichen über sexuelle Gewalt sprechen können. Wir stellen Ihnen Übungen vor, die wir selbst in unseren Workshops mit Jugendlichen einsetzen.

Das Thema ist schwierig. Deshalb versuchen wir, auch spielerische Elemente in die Übungen zu integrieren. Damit wollen wir nichts verharmlosen, sondern die Aufmerksamkeit der Jugendlichen gewinnen.



Wir laden Sie herzlich dazu ein, diese Übungen auszuprobieren. Gerne planen wir auch gemeinsam einen Workshop mit Ihren Jugendlichen.

Sprechen Sie uns gerne darauf an. Und melden Sie sich natürlich auch, wenn Sie Fragen zu den Übungen haben.

Ihr Team von Innocence in Danger e.V.

1. ÜBUNG

Einstieg in das Thema

DAS FAKTEN-QUIZ

→ Inhalt

Dieses Quiz ist ein guter Einstieg in das Thema **Sexuelle Gewalt unter Jugendlichen**. Hier wird spielerisch erläutert, welche Formen sexueller Gewalt es gibt, wo sexuelle Gewalt stattfindet und wie viele Jugendliche davon betroffen sind.

→ Ablauf

Es handelt sich um ein **Quiz im Multiple-Choice-Stil**. Das heißt, zuerst wird eine Frage erscheinen. Dann folgen drei Lösungsmöglichkeiten. Und danach wiederum folgt die richtige Lösung.

→ Format

Hier eignet sich besonders gut das **Vortragsformat**. Das heißt, Sie nutzen einen großen Bildschirm, einen Beamer oder ein Whiteboard.

Benötigte Materialien:



- großer Bildschirm, Beamer oder Whiteboard

Hier finden Sie das PDF zur Übung 1:



 qrco.de/bd9WQN

2. ÜBUNG

Missverständnisse klären

WISSENS-CHECK

→ Inhalt

Es gibt viele **Begriffe im Bereich sexueller Gewalt**. Nicht immer ist klar, was sich dahinter verbirgt. Vor allem auch, da sie oft englisch sind und irgendwie gut klingen. Das nimmt ihnen die Wucht und den Schrecken. Mit diesem Zuordnungsspiel können diese Begriffe mit den Jugendlichen geklärt werden. Und es gibt die Möglichkeit, direkt über verschiedene Formen sexueller Gewalt zu sprechen.

→ Ablauf

Was verbirgt sich hinter Cybergrooming? Und was ist eigentlich ein Revenge Porn? Es gibt **sechs Begriffe** und **sechs Erklärungen** dazu. Da sie ungeordnet aufgelistet sind, ist es die Aufgabe der Jugendlichen, die jeweils zusammengehörigen Begriffe herauszufinden.

→ Format

Diese Übung kann gemeinsam als **Gruppenarbeit** im Gespräch erfolgen. Dafür ist auch ein großer Bildschirm, ein Beamer oder ein Whiteboard hilfreich. Oder jede Person bekommt einen Ausdruck und kann mit einem Stift die Begriffe zuordnen. Danach werden die Jugendlichen gefragt, ob sie noch weitere Begriffe kennen.

Benötigte Materialien:

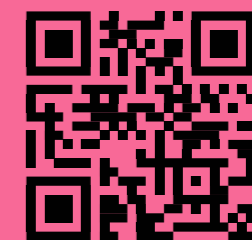


- großer Bildschirm, Beamer oder Whiteboard



- Stift & Ausdrucke

Hier finden Sie das PDF zur Übung 2:



 qrco.de/bd9WPn

3. ÜBUNG

Verhaltensweisen wahrnehmen & einschätzen

COOL ODER NICHT COOL?!

→ Inhalt

Wir erzählen die **fiktive Liebesgeschichte von Amira und Ben**. Die beiden lernen sich kennen, verlieben sich und trennen sich auch wieder. Es ist eine Geschichte, die das Leben schreibt. Dazu gehören auch die typischen Missverständnisse, Verlustängste, Kontrollverluste und Eifersüchteleien einer Beziehung. Durch all diese Phasen begleiten wir das junge Paar und fragen die Jugendlichen, wie sie die jeweilige Situation bewerten: Findest du Bens Reaktion **cool oder nicht cool**? Denkst du, es ist cool, wie Amira handelt, oder eher nicht?

→ Ablauf

Es handelt sich um ein **interaktives Format**. Zuerst wird eine Situation kurz und knackig geschildert. Dann sollen die Jugendlichen sich für „cool“ oder „nicht cool“ entscheiden. Und danach erfolgt eine Auflösung und Betrachtung der Situation.

→ Format

Diese Übung kann gemeinsam als **Gruppenarbeit** erfolgen. Dafür ist ein großer Bildschirm, ein Beamer oder ein Whiteboard hilfreich. Die Jugendlichen können dies aber auch in **Kleingruppen oder einzeln** bearbeiten.

Benötigte Materialien:



- großer Bildschirm, Beamer oder Whiteboard

Hier finden Sie das PDF zur Übung 3:



qrco.de/bd86MB

4. ÜBUNG

Verantwortung & Einfühlungsvermögen

FALLBEISPIEL PARTY!

→ Inhalt

Unsere Kampagne „Mach Dich stark! Gegen sexuelle Gewalt unter Jugendlichen.“ beinhaltet unter anderem **filmische Fallbeispiele**. Diese Filme können alle auf unserem YouTube-Kanal abgerufen werden. Eines dieser Fallbeispiele zeigt eine Party. Ein Junge wird von anderen in ein Zimmer gestoßen, begleitet von aggressiven, sexistischen Kommentaren. Wir möchten anhand dieser Situation die verschiedenen Perspektiven der Jugendlichen besprechen.

Warum handeln die anderen Jungs so? Wie fühlt sich der Junge in diesem Moment? Und wie geht es dem Mädchen, das dies alles beobachtet? Wie könnte sie darauf reagieren? Was würden die Jugendlichen tun, wenn sie selbst Zeugen dieser Situation wären?

→ Ablauf

Zuerst schauen wir gemeinsam den **Film** an. Danach diskutieren wir die verschiedenen Perspektiven der beteiligten Jugendlichen.

→ Format

Diese Übung ist eine **Diskussion**. Da vorher ein Film und ein paar Powerpoint-Folien gezeigt werden, sollte ein großer Bildschirm, ein Beamer oder ein Whiteboard zur Verfügung stehen.

Benötigte Materialien:



- großer Bildschirm, Beamer oder Whiteboard

Hier finden Sie das PDF zur Übung 4:



qrco.de/bd9WNC

5. ÜBUNG

Verschiedene Perspektiven zum Thema Freundschaft

ECHTE FREUNDSCHAFT IST...!

→ Inhalt

Wir tauschen uns mit den Jugendlichen darüber aus, **was Freundschaft für sie ausmacht**. Wir wollen sie damit zur Auseinandersetzung mit diesem sehr persönlichen und wichtigen Thema bewegen. Gerade unter Jugendlichen haben Freundschaften eine besondere Bedeutung. Gleichzeitig wollen wir ihnen aber auch vermitteln, dass nicht nur ihre persönliche Vorstellung von Freundschaft zählt, sondern es eine Vielzahl an Meinungen und Wahrnehmungen gibt.

→ Aussagen zum Thema Freundschaft

- „In einer Freundschaft darf man lügen.“
- „Freundschaft ist nicht so wichtig wie Liebe.“
- „Freundschaft macht glücklich.“
- „Wenn ich etwas poste, müssen Freunde oder Freundinnen direkt reagieren.“
- „Über Freunde oder Freundinnen lästert man nicht.“
- „Freundschaft steht immer an erster Stelle.“
- „In einer Freundschaft ist man immer füreinander da.“

→ Ablauf

1. Zwei Blätter mit „Ja“ und „Nein“ werden links und rechts im Raum auf die Erde gelegt.
2. Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen befinden sich auf der Mittellinie zwischen den beiden Bereichen. Dann werden die einzelnen Aussagen vorgelesen. Nach jeder Aussage stellen sich die Jugendlichen in den Ja- oder Nein-Bereich, je nachdem, ob sie der Aussage zustimmen oder nicht.
3. Nach jeder Aussage positionieren sich die Teilnehmer und Teilnehmerinnen neu.

4. Wir fragen einzelne Teilnehmer und Teilnehmerinnen zwischendurch immer wieder, wie sie zu ihrem Standpunkt gekommen sind.
5. Nach Beendigung der Aktionseinheit erhalten die Teilnehmer und Teilnehmerinnen die Aufgabe, sich im Stillen zu überlegen: Wo hat Freundschaft ihre Grenzen?
6. Die Auswertung erfolgt im Stuhlkreis. Dabei werden die Jugendlichen auch gefragt:

„Wie ist es euch im Verlauf der Positionierung ergangen?“
„Wie war es, alleine mit seiner Meinung dazustehen?“
„Wie kommt es, dass in einer Gruppe die Bedingungen für Freundschaft so unterschiedlich gestellt werden?“

→ Format

Es ist eine **gruppendynamische Übung**. Man braucht nur einen Raum und Zettel für die Ja-Nein-Bereiche und für die einzelnen Aussagen.

→ Varianten

Diese Übung kann durchaus auch **zu anderen Themen** wie Liebe oder Sex durchgeführt werden. Wichtig dabei ist, möglichst provokative Aussagen zu formulieren, um eine Diskussion anzuregen und vielfältige Perspektiven sichtbar zu machen.

Benötigte Materialien:



• etwas Platz



• Stift & Papier



6. ÜBUNG

Grenzen ziehen und Selbstschutz

ICH MAG HIMBEEREIS. UND DU?

→ Inhalt

Wir unterhalten uns mit den Jugendlichen darüber, **was sie gerne mögen**. Dabei wollen wir herausfinden, wann man bereit ist, etwas von sich preiszugeben. Wie fühlt es sich an, Interessen und Vorlieben mit anderen Menschen zu teilen? Und wie fühlt es sich an, wenn man damit ganz allein ist? Diese Übung lässt sich auch gut auf das Kommunikationsverhalten in den Sozialen Medien übertragen. Was zeigen die Jugendlichen dort von sich? Wie gehen sie mit Kommentaren um? Und warum fällt es vielen Menschen so leicht, dort fiese Kommentare zu äußern?

→ Ablauf

- 1.** Alle Teilnehmer und Teilnehmerinnen sitzen.
- 2.** Ein Teilnehmer oder eine Teilnehmerin steht auf und sagt, was er oder sie gerne mag, zum Beispiel: Himbeereis, Wandern oder die Musik von Rihanna.
- 3.** Dann sollen sich alle anderen Teilnehmer und Teilnehmerinnen dazu positionieren. Diejenigen, die auch diese Vorliebe haben, stehen auch auf. Wer die genannte Vorliebe nicht teilt, bleibt sitzen. Und diejenigen, die sie zumindest interessant finden, gehen in die Hocke.
- 4.** Dann setzen sich alle wieder hin und der nächste Teilnehmer oder die nächste Teilnehmerin ist dran.
- 5.** Bei dieser Übung ist es wichtig, dass niemand irgendetwas kommentiert oder Grimassen zieht.

→ Format

Diese Übung können wir überall machen – **drinnen wie draußen**. Es werden auch keine Materialien benötigt.



Innocence in Danger e.V.
Holtzendorffstraße 3
14057 Berlin

Telefon: 030 33 00 75 38
Fax: 030 33 00 75 48
E-Mail: info@innocenceindanger.de

www.innocenceindanger.de

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

innocence
DANGER