



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, da wird diskriminiert oder digitale und physische Gewalt ausgeübt und so vieles mehr, was uns sprachlos macht.

Aber genau deshalb ist es so wichtig, dass wir darüber reden – miteinander als betroffene Erwachsene, 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, sexy oder gar lit. 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 ein schwieriges, daher versuchen wir, möglichst spielerische Elemente in die Übungen zu integrieren. Nicht um zu verharmlosen, sondern um die Aufmerksamkeit der Jugendlichen zu gewinnen.



Wir laden Sie herzlich dazu ein, diese Übungen mit Ihren Jugendlichen auszuprobieren.

Wir können aber auch gerne gemeinsam einen Workshop mit Ihren Jugendlichen planen.

Sprechen Sie uns gerne darauf an. Und 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 **Quizformat im Multiple-Choice-Stil**. Das heißt, zuerst wird eine Frage eingeblendet. Dann folgen drei Lösungsmöglichkeiten. Und danach wiederum folgt die richtige Auflösung.

→ Format

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

Benötigte Materialien:



- großer Screen, Beamer oder Whiteboard

Hier finden Sie das PDF zur Übung 1:



kurzelinks.de/liaq

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 ist Gesprächsanlass, um 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**. 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 Screen, ein Beamer oder ein Whiteboard hilfreich. Oder jede*r Jugendliche 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 Screen, Beamer oder Whiteboard



- Stift

Hier finden Sie das PDF zur Übung 2:



kurzelinks.de/liaq

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. 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 Screen, ein Beamer oder ein Whiteboard hilfreich. Die Jugendlichen können dies aber auch in **Kleingruppen oder einzeln** ausprobieren.


Benötigte Materialien:



- großer Screen, Beamer oder Whiteboard

Hier finden Sie das PDF zur Übung 3:



 kurzelinks.de/liaq

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 mit den Jugendlichen die verschiedenen Perspektiven besprechen.

Warum handeln die anderen Jungs so? Wie muss sich der Junge in diesem Moment fühlen? Und das Mädchen, das dies alles beobachtet? Wie könnte sie darauf reagieren? Was würden die Jugendlichen machen, wenn sie Zeugen dieser Situation wären?

→ Ablauf

Zuerst wird gemeinsam das **filmische Fallbeispiel** angesehen. Danach diskutiert man die verschiedenen Perspektiven der beteiligten Jugendlichen.

→ Format

Diese Übung ist ein **Diskussionsformat**. Da dort ein Film sowie ein paar Powerpoint-Charts eingeblendet werden, sollte ein großer Screen, ein Beamer oder ein Whiteboard zur Verfügung stehen.


Benötigte Materialien:



- großer Screen, Beamer oder Whiteboard

Hier finden Sie das PDF zur Übung 4:



 kurzelinks.de/liaq

5. ÜBUNG

Verschiedene Perspektiven zum Thema Freundschaft

ECHTE FREUNDSCHAFT IST ...!

→ Inhalt

Wir tauschen uns mit den Jugendlichen darüber aus, **wie sie über Freundschaft denken**. Wir wollen sie damit zur Auseinandersetzung mit diesem sehr persönlichen und wichtigen Thema bewegen. Gerade unter Jugendlichen haben Freunde eine besondere Bedeutung und Wichtigkeit. Gleichzeitig wollen wir ihnen aber auch vermitteln, dass andere über Freundschaft vielleicht ganz anders denken. Dass es eine Vielzahl an Meinungen und Wahrnehmungen gibt.

→ Statements zum Thema Freundschaft

- „In einer Freundschaft darf man lügen.“
- „Freundschaft ist nicht so wichtig wie Liebe.“
- „Freundschaft macht glücklich.“
- „Wenn ich etwas poste, müssen Freund*innen direkt reagieren.“
- „Über Freund*innen 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*innen befinden sich auf der Mittellinie zwischen den beiden Polen. Statements werden vorgelesen. Je nachdem, ob sie zustimmen oder nicht, stellen sie sich näher oder in größerer Distanz zu dem Ja- oder Nein-Pol.
3. Nach jedem Statement positionieren sich die Teilnehmer*innen neu.

4. Einzelne Teilnehmer*innen sollten zwischendurch immer wieder gefragt werden, wie sie zu ihrem Standpunkt gekommen sind.
5. Nach Beendigung der Aktionseinheit erhalten die Teilnehmer*innen die Aufgabe, sich im Stillen zu überlegen: Wo hat Freundschaft Grenzen?
6. Die Auswertung erfolgt im Stuhlkreis. Dabei werden sie nach ihrem Feedback befragt:

- „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 nicht viel außer einen Raum und Zettel mit Statements.

→ 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 geht es darum herauszufinden, was man bereit ist, von sich preiszugeben. Wie es sich anfühlt, wenn man Interessen und Vorlieben mit anderen Menschen teilt. Und auch wie es sich anfühlt, wenn man damit ganz allein ist. Diese Übung lässt sich auch gut auf das Kommunikationsverhalten in den sozialen Netzwerken übertragen. Was zeigen die Jugendlichen dort von sich? Wie kommen sie mit Kommentaren klar? Und warum fällt es vielen dort so leicht, diese Kommentare zu äußern?

→ Ablauf

- 1.** Alle Teilnehmer*innen sitzen.
- 2.** Ein*e Teilnehmer*in steht auf und sagt, was er/sie gerne mag, z. B. Himbeereis oder Wandern oder Rihanna usw.
- 3.** Andere Teilnehmer*innen, die das auch mögen, stehen auch auf. Andere, die das nicht mögen, bleiben sitzen. Diejenigen, die es interessant finden, gehen in die Halb-Hocke.
- 4.** Dann setzen sich alle wieder hin und der/die Nächste 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

Phone: +49 30 - 3300 75 38
Fax: +49 30 - 3300 75 48
info@innocenceindanger.de

www.innocenceindanger.de

Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

innocence
DANGER