

# TRUST ME - VERTRAU MIR



## Ein Vorschlag für die Gruppenstunde

Schutz vor sexualisierter Gewalt ist uns wichtig! Deshalb gibt es seit 2009 im Bayerischen Jugendrotkreuz die Initiative „STOP! Augen auf!“ zur Gewaltprävention. Für die Prävention ist die Sensibilisierung und Aufklärung der Kinder und Jugendlichen ein wesentlicher Teil. Dazu gehört auch gegenseitiges Vertrauen und ein respektvoller Umgang miteinander. Wie das aussehen kann, haben wir für Euch als Gruppenstunde für 10- bis 14-Jährige zusammengestellt.

**Ziel:** Die Teilnehmenden lernen, dass Vertrauen wichtig ist, und dass es auch auf die Personen und die Situation ankommt.

**Gesamtzeit für die Umsetzung:** ca. 60 - 75 Minuten

**Zielgruppe:** Kinder im Alter von 10 - 14 Jahren

## Einstieg

**Ziel:** Die Teilnehmenden erhalten einen Überblick über die Inhalte der Gruppenstunde. Sie vereinbaren, sofern nicht bereits vorhanden, gemeinsam einen „Vertrag“, in dem die Umgangsformen untereinander festgelegt werden.

**Inhalt:** Übersicht über die Inhalte der Gruppenstunde und Regeln (Vertrag) für die Gruppenstunde

**Methode:** Vortrag

**Material:** ggf. ein bestehender Vertrag zu den gemeinsamen Umgangsformen innerhalb der Gruppe

**Zeit:** ca. 5 - 15 Minuten

## Vertiefung I

**Ziel:** Die Kinder spüren, was es heißt jemandem zu vertrauen bzw. was es heißt, dass ihnen vertraut wird.

**Inhalt:** Für dieses Spiel bietet es sich je nach Gruppengänge an, geschlechtsgetrennte Kleingruppen zu bilden. Alle Spielenden der Kleingruppe bis auf eine Person stellen sich Schulter an Schulter zu einem Kreis auf (Durchmesser: kleiner als zwei Meter, ggf. weitere Kleingruppen bilden). Die „übrige“ Person stellt sich in die Mitte des Kreises und macht sich steif wie ein Brett. Sie bleibt während des ganzen Spieles starr, mit dicht zusammengedrückten Beinen in der Kreismitte stehen. Nun schließt die in der Mitte stehende Person die Augen und lässt sich in eine Richtung fallen. Die Personen im Kreis fangen den Fall ab und schubsen das „Pendel“ sanft in eine andere Richtung. Alle Spielenden sind für das Wohlergehen des „Pendels“ verantwortlich, müssen immer aufmerksam sein und das „Pendel“ frühzeitig mit ihren ausgestreckten Armen in Empfang nehmen. Um besseren Halt zu haben, sollten alle Personen im Kreis in leichter Schrittstellung stehen. Nach einigen Minuten darf eine andere Person in die Mitte kommen und „pendeln“. Wichtig: Wer nicht mag, muss nicht „pendeln“. Es sollte ein Stopp-Wort vereinbart werden, bei dessen Ruf das „Pendel“ sofort zum Stehen kommt. Es sollten keine Augenbinden verwendet werden, sodass die Möglichkeit besteht, die Augen schnell zu öffnen.

**Methode:** Spiel

**Material:** keines

**Zeit:** ca. 15 - 20 Minuten (je nach Gruppengröße)

## Vertiefung II

**Ziel:** Die Kinder reflektieren ihre Gefühle und Gedanken aus der vorhergehenden Übung und stellen eine Verbindung zum Begriff Vertrauen her.

**Inhalt:** Die Teilnehmenden bilden einen Kreis. Eine Person nach der anderen tritt in die Kreismitte und äußert die eigene Einschätzung zum letzten Spiel. Die Anderen drücken ihre Meinung zu dieser Aussage aus, indem sie ihre Position im Kreis verändern. Wer zustimmt, tritt näher in die Mitte (je näher desto größer die Zustimmung), wer sich davon distanzieret, tritt weiter nach außen. Um den Einstieg zu erleichtern, können anfangs von der Leitung Meinungen vertreten werden, z.B.: „Ich hatte Angst, dass ich das Pendel nicht halten kann.“, „Als ich mich fallen gelassen habe, hatte ich ein Kribbeln im Bauch.“, „Ich habe mich gefragt, ob ich wirklich aufgefangen werde.“. Nach dieser Runde erhalten die Teilnehmenden jeweils vier Kärtchen und Stifte und sollen folgende Fragen zunächst für sich beantworten: Was ist Vertrauen? Warum habe ich der Gruppe/ der Gruppenleitung/ mir selbst bei der Übung vertraut? Für jede Aussage wird ein Kärtchen verwendet. Alle Kärtchen werden anschließend im Plenum vorgestellt, als Bild auf dem Boden ausgebreitet und nach Übereinstimmungen geclustert.

**Methode:** Reflexion, Einzelarbeit, Gruppenarbeit

**Material:** Kärtchen, Stifte

**Zeit:** ca. 30 Minuten

## Abschluss

**Ziel:** Die Teilnehmenden sollen wissen, dass sie mit Fragen und Problemen immer mit Eltern, Erziehungsberechtigten und Gruppenleitenden sprechen können.

**Methode:** Vortrag, Verabschiedung

**Material:** keines

**Zeit:** ca. 10 Minuten



### Was ist „STOP! Augen Auf!“?

Das ist eine Initiative des Bayerischen Jugendrotkreuzes zur Prävention von Gewalt und sexuellen Übergriffen. Das JRK betreut diese Initiative als Jugendverband des BRK für alle Gemeinschaften.

### Was sind Vertrauenspersonen?

Es sind speziell geschulte Ansprechpartner für alle Fragen zum Thema Schutz vor Gewalt. Egal ob Du eine Gruppe leitest und Fragen zur Umsetzung mit Deiner Gruppe hast oder ob Du persönlich einfach mal mit jemandem reden möchtest.

### Wie erreiche ich die Vertrauenspersonen?

Vertrauenspersonen gibt es in fast jedem Bezirksverband. Sie sind für Dich über unsere [D]Ratlos-Hotline jederzeit erreichbar. Alle Gespräche sind selbstverständlich vertraulich und sollen DIR helfen.

### [D]ratlos-Hotline, was ist das?

Unter der Nummer 0800 60 50 666 (kostenfrei) erreichst Du die Vertrauenspersonen, wenn Du Fragen hast. Zuerst wird Dich eine Person vom Info-Telefon fragen, woher Du kommst. Danach wirst Du mit einer Vertrauensperson verbunden. Es stehen männliche und weibliche Vertrauenspersonen für Dich bereit.

### Warum beschäftigt sich das Rote Kreuz mit diesem Thema?

Weil es wichtig ist! Wir, die Mitarbeitenden des Bayerischen Roten Kreuzes, wollen bei diesem Thema nicht wegschauen. Unsere zahlreichen Mitglieder sollen unterstützt und geschützt werden. Für Täterinnen und Täter möchten wir es so schwer wie möglich machen, die Verbandsstrukturen des BRK für ihre Zwecke auszunutzen.

**Wo kann ich noch mehr erfahren?** Unter [www.jrk-bayern.de/stop-augen-auf](http://www.jrk-bayern.de/stop-augen-auf) gibt es jede Menge Material zur Initiative. Aber Du kannst natürlich auch jederzeit eine der Vertrauenspersonen fragen!

Text: Christine Kratzer-Haugg, Steffi Widmann



© pip/photocase.de