

Handreichung zum Ablauf einer Grundschulung zur Prävention Sexualisierter Gewalt im Rahmen einer Juleica-Schulung

(Landeskirchenamt Hannover – Fachstelle Sexualisierte Gewalt, Stand: 01.2026)

Vorwort

Alle Mitarbeitenden in der Evangelischen Jugend müssen eine Grundschulung zur Prävention Sexualisierter Gewalt absolvieren. Bei einer Juleica-Schulung soll nach Möglichkeit die Grundschulung integriert werden.

Für die Inhalte der Grundschulung zur Prävention sexualisierter Gewalt sind die von der Landeskirche Hannovers **ausgebildeten Multiplikator*innen verantwortlich**. Findet die Präventions-Schulung im Rahmen der Juleica-Ausbildung statt, ist eine enge Abstimmung zwischen dir als Verantwortliche*r der Juleica-Schulung und eine*r Multiplikator*in erforderlich. Darüber hinaus ist es notwendig, dass diese*r Multiplikator*in zeitweise anwesend ist, um die vollständige Vermittlung der Inhalte sowie die geforderte Stundenanzahl zu bestätigen. Werden die Inhalte der Grundschulung nicht oder nicht in ausreichendem Umfang in der Juleica-Schulung behandelt, ist eine separate Schulung erforderlich.

Mit dieser Handreichung möchten wir dich als Leitung einer Juleica-Schulung bei der Durchführung unterstützen. Wir stellen dir Methoden zur Verfügung, die sich für die Arbeit mit Jugendlichen eignen. Diese Broschüre bietet nicht den vollständigen Inhalt, der zur Grundschulung gehört. Neben den Methoden, die du hier findest, stellen wir dir unter www.ejh.de/MethodenPraevention weiteres Material zur Verfügung.

Hinweise und Methoden zu den Themen der Schulung

Einstieg ins Thema

Wie bei anderen Einheiten der Juleica-Schulung ist es sinnvoll, mit einem Warm-up zu beginnen und sich dem Thema anzunähern. Da das Thema Sexualisierte Gewalt in besonderer Weise persönlich berühren und emotionale Reaktionen auslösen kann, ist eine gute Hinführung zum Thema umso wichtiger.

Bitte weise unbedingt auch darauf hin, dass niemand zu irgendetwas verpflichtet ist. Alle Teilnehmenden haben die Freiheit, Übungen auszusetzen oder auch den Raum zu verlassen, wenn ihnen die Situation unangenehm ist.

Briefkasten

Ihr könnt zu Beginn des Moduls (oder auch schon zu Beginn der Schulung) einen Briefkasten aufstellen, in dem die Teilnehmenden Fragen, Beschwerden etc. für das Leitungsteam einwerfen können. Diese Fragen können im Laufe der Einheit oder später aufgegriffen werden.

Ziel: Fragen der Teilnehmenden aufnehmen

Wissens-Skala

Ihr legt auf dem Boden eine Skala aus, z.B. 1-10 oder eine Linie. Die Teilnehmenden dürfen sich selbst positionieren: „So viel habe ich mit dem Thema Prävention Sexualisierte Gewalt schon zu tun gehabt“. Wer glaubt schon sehr viel zu wissen, geht auf die 10, wer ein wenig Vorwissen hat, geht auf die 3 usw. Im Anschluss können einige Jugendliche (freiwillig) etwas zu ihrer Position erzählen.

Alternativ können auch persönliche Gegenstände auf die Linie gelegt werden.

Ziel: Annäherung, Wahrnehmen von unterschiedlichen Wissensständen und Erfahrungen der Gruppe

Nähe- und Distanzverhalten

Die Auseinandersetzung mit Nähe- und Distanzverhalten ist grundlegend für einen achtsamen Umgang miteinander. Es ist ein guter Einstieg in das Thema Grenzverletzungen und sexualisierte Gewalt. Als Methode kann z.B. Folgendes verwendet werden.

Aufeinander zugehen, den richtigen Abstand des Gegenübers erspüren

Die Gruppe teilt sich in Paare auf, die sich jeweils in 4 bis 5 Metern Abstand mit den Gesichtern zueinander aufstellen. Wichtig ist, dass während der ganzen Übung nicht gesprochen werden soll. Vor der Übung erklärt die Gruppenleitung, worum es geht:

„Nehmt einander wahr, stellt euch so hin, wie ihr euch wohlfühlt und nehmt kurz Blickkontakt auf. Dann dürfen die Personen auf der einen Seite auf ihre*n Partner*in zugehen. Achtet auf euer Gegenüber. Wenn ihr den Eindruck habt, euch wird es unangenehm näher heranzugehen, bleibt stehen. Gleiches gilt für den Fall, wenn ihr den Eindruck habt, es wird Eurem Gegenüber zu nah.“ Danach geht ihr in die Ausgangsposition und wechselt die Rollen. Das Ganze kann noch einmal wiederholt werden in einer anderen Variante, in der die Person, die stehen bleibt, sich kleinmacht und hinhockt.

Mögliche Fragen zur Reflektion mit der Gruppe (zuerst in Paaren):

- Wie habe ich mich während der Übung gefühlt?
- Gab es eine Situation, die mir unangenehm/angenehm war?
- Wie habe ich Signale ausgesendet?
- Welche Signale hat mein*e Partner*in ausgesendet?
- Habe ich etwas Neues (über mich) erfahren?

Ziel: Sensibilisierung für individuelle Grenzwahrnehmungen

Sexualisierte Gewalt

Es braucht Faktenwissen rund um sexualisierte Gewalt. Was bedeutet eigentlich der Begriff? Was fällt darunter? Welche Gesetze muss man kennen?

Näheres zur Unterscheidung von Grenzverletzung, Übergriff und Straftat findest du in der Anlage „Schaubild Tellerfolie“. Dieses Schaubild kannst du mit der Gruppe (auch mit Fallbeispielen) erarbeiten.

Schlimme Linie – Wie schlimm ist es?

Auf dem Boden wird eine Linie gelegt. An einem Ende wird ein grüner Zettel gelegt, am anderen Ende ein roter Zettel. Dazwischen können noch ein gelber und ein oranger Zettel gelegt werden.

Dann werden Karten mit Beispiel-Situationen verdeckt verteilt oder in die Mitte gelegt.

Die Teilnehmenden können eine Karte mit einem Fallbeispiel ziehen. Sie lesen den Fall vor und überlegen, wo sie die Karte einordnen würden. Die Gruppe kann dabei helfen. Das grüne Ende steht für „völlig okay“, das rote Ende steht für „geht gar nicht!!!“ Dazwischen kann entsprechend alles andere abgelegt werden.

Die Beispielsituationen müssen nicht zwingend alle einvernehmlich geklärt werden. Bei einigen Fällen gibt es unter Umständen sehr unterschiedliche Ansichten. Das ist okay, denn wir nehmen die Grenzen unterschiedlich wahr. Außerdem sind es immer konstruierte Beispielfälle, wo wir keine weiteren Hintergründe kennen, von denen unser Urteil abhängt.

Im Anhang findest du Beispielsituationen, die ihr für die Übung nutzen könnt. Ihr könnt auch mit eigenen Beispielen aus der Gruppe arbeiten.

**Ziel: Annäherung zur Unterscheidung Grenzverletzung, Übergriff und Straftat.
Erkennen wie unterschiedlich Grenzverletzungen wahrgenommen werden können.**

Wimmelbilder

Eine tolle Methode sind auch die Wimmelbilder von Zartbitter e.V., die zusammen mit Kindern und Jugendlichen und von Dorothee Wolters entwickelt wurden. Die Bilder eignen sich gut, um mit Jugendgruppen über Grenzverletzungen ins Gespräch zu kommen. Du kannst sie online als interaktive Bilder nutzen oder bei Zartbitter e.V. als Plakat bestellen: www.zartbitter.de/wimmelbilder

Ziel: Mögliche Grenzverletzungen erkennen

Täter*innen-Strategien

Um Kinder und Jugendliche vor sexualisierter Gewalt gut schützen zu können, ist ein Wissen über die Strategien von Täter*innen wichtig. Dieses Wissen ist ein elementarer Bestandteil wirksamer Präventionsarbeit hinsichtlich sexualisierter Gewalt. In der Regel nutzen Täter*innen Mechanismen und Muster, um ihre Ziele zu verfolgen. Eine gute Kenntnis über dieses meist strategische Vorgehen kann hilfreich sein, sexualisierte Gewalt frühzeitig zu erkennen und im besten Fall zu verhindern. Hilfreiche Methoden, um dieses herausfordernde und sensible Thema altersgerecht zu behandeln, sind u.a.:

Komm doch mit...

Die Teilnehmenden bilden Zweiergruppen. Person A möchte im Kino einen bestimmten Film sehen. Person B möchte das aber nicht. Nun soll Person A ihre*n Partner*in überreden, in den Film zu gehen.

Danach wird im Plenum gemeinsam reflektiert, was für Überredungsstrategien es gab und was funktioniert hat (schmeicheln, Versprechungen, emotionale Erpressung etc.).

Ziel: Hinführung zu Täter*innenstrategien

Schutzkonzept

Die Evangelische Jugend soll für alle ein sicherer Ort sein: Hauptamtlich Mitarbeitende, Ehrenamtliche, Teilnehmer*innen. Um sexualisierte Gewalt bestmöglich zu unterbinden, ist sowohl eine persönliche als auch eine institutionsübergreifende Auseinandersetzung mit der Thematik notwendig. Schutzkonzepte sind überall und somit auch in der Evangelischen Jugend das Fundament für sichere Orte.

Selbstverpflichtung und Teamvertrag

Der Teamvertrag der Evangelischen Jugend beschreibt, wie sich ehrenamtlich und hauptamtlich Mitarbeitende verhalten wollen und müssen. Diese Selbstverpflichtungserklärung soll das Bewusstsein für sexualisierte Gewalt stärken und den Blick für Nähe und Distanzverhalten schärfen. Alle Mitarbeitenden verpflichten sich mit dieser Erklärung durch ihre Unterschrift zur Einhaltung der Verhaltensregeln.

Der Teamvertrag sollte nicht nur vorgelesen, sondern auch miteinander bearbeitet bzw. reflektiert werden. Hier kannst du den Teamvertrag herunterladen:

www.ejh.de/grundsatzliches/kindeswohl/teamvertrag

Murmelgruppen

Jede Murmelgruppe bekommt einen Satz des Teamvertrags mit folgenden Fragen:

- Was bedeutet das konkret?
- Warum ist das wichtig?
- Wo habt ihr Fragen?

Ziel: Reflektion des Teamvertrags

Kopfüber Teamer*in

Eine Figur wird auf ein Plakat gemalt. Die Gruppe darf dieser Figur nun einen Namen geben (z.B. Ernst). Achte darauf, dass niemand in der Gruppe diesen Namen hat. Diese Figur stellt eine*n Teamer*in dar. „Ernst“ tut alles, um anzuecken, andere zu verletzen und aus dem Team zu fliegen. Wie muss Ernst sich verhalten, um sein Ziel zu erreichen? (Es geht also um negative Verhaltensweisen - Kopfstandmethode). Die Jugendlichen sammeln jetzt Verhaltensweisen, die „Ernst“ zeigen könnte. Diese werden stichwortartig in die Figur geschrieben.

Danach kannst du mit der Gruppe überlegen, warum Teamer*innen so nicht handeln sollten und was für ein Verhalten sie sich wünschen.

Ziel: Gemeinsam reflektieren, wie wir achtsam miteinander umgehen.

Interventionsplan

Die Jugendlichen sollten wissen, was sie tun können und müssen (und was nicht), wenn sie sexualisierte Gewalt beobachten, einen Verdacht haben oder sich ihnen jemand anvertraut hat. Sie sollen sich ihrer Verantwortung bewusst sein, und wissen, an wen sie sich wenden müssen und können. Genauso gilt, dass sie wissen sollten, wo sie Unterstützung bekommen, wenn sie selbst sexualisierte Gewalt erlebt haben.

Tierische Eigenschaften von Ansprechpersonen

Im Raum liegen Bilder von Tieren (oder Schleichtiere). Die Teilnehmenden sollen sich mit der folgenden Fragestellung eine Karte aussuchen: „In welchem Tier siehst du Eigenschaften, die eine Person braucht, der sich jemand anvertraut, der*die sexualisierte Gewalt erlebt, davon gehört oder beobachtet hat?“

Jede*r wählt dann eine Karte. Dann tauschen die Teilnehmenden sich in Zweiergruppen dazu kurz (ca. 3-5 Minuten) aus. Im Plenum können im Anschluss Stichworte gesammelt werden, die zeigen welche Eigenschaften der Gruppe wichtig sind.

Material: Postkarten, Fotos oder Memorykarten mit verschiedenen Tieren (oder Schleichtiere)

Ziel: *Wichtige Eigenschaften einer Ansprechperson kennenlernen*

Handeln im Krisenfall

In Kleingruppen können die Jugendlichen anhand der folgenden Beispiele aus dem Kontext der Jugendarbeit überlegen, was sie tun würden und wo sie sich Hilfe holen können. So entwickeln sie einen ersten „Interventionsplan“. Im Plenum stellen sie nach der Kleingruppe ihre Ergebnisse vor.

– Ein neunjähriges Kind erzählt dir abends vor dem Schlafengehen auf dem Zimmer auf einer Freizeit, „Papa, kommt abends zu mir ins Bett und dann kuscheln wir. Ich mag das eigentlich gar nicht.“

Was kannst du tun? Wo bekommst du Hilfe?

– Du beobachtest, wie zwei Jungen ein Handy im Mädchen-Bad verstecken, womit sie später filmen möchten.

Was kannst du tun? Wo bekommst du Hilfe?

– Ein vierzehnjähriger Junge weint. Du gehst auf ihn zu. Er hat sich von seiner Freundin getrennt. „Sie schickt mir regelmäßig pornografische Bilder, mit beleidigenden Sprüchen. Sie hört einfach nicht auf damit.“

Was kannst du tun? Wo bekommst du Hilfe?

– Ein Mädchen wird von zwei Jungs belästigt. Ihre Freundin meldet sich bei dir: „Sie beleidigen meine Freundin immer, machen sich über ihren Busen oder ihren Po lustig. Sie weint jetzt im Zimmer.“

Was kannst du tun? Wo bekommst du Hilfe?

Ziel: *Erste Auseinandersetzung mit der eigenen Rolle bei einer Intervention*

Hilfe und Unterstützung

Um in Fällen, in denen es tatsächlich zu Gewalt kommt, gut handeln zu können, ist es wichtig zu wissen, wo man Hilfe und Unterstützung bekommen kann. Hier gibt das bestehende Schutzkonzept auch Auskunft.

Die Jugendlichen können über das Internet nach Hilfestellen suchen und sich die Ergebnisse präsentieren.

Du kannst hier einen Flyer oder eine „Notfallkarte“ mit Kontaktdaten verteilen (vgl. eigenes Schutzkonzept).

Die Fachstelle Sexualisierte Gewalt der Ev.-luth. Landeskirche Hannovers ist hier zu finden und zu erreichen:

Fachstelle Sexualisierter Gewalt der Evangelisch-Lutherischen Landeskirche Hannovers

www.praevention.landeskirche-hannovers.de

Telefon: 0511 1241-513 (Sekretariat)

Mail: fachstelle-sexualisierte-gewalt@evlka.de



Abschluss

Am Ende der Einheit sollte Raum sein, Gefühle wie Unsicherheit, Betroffenheit oder Stärke zu teilen. Auch Fragen, die offen geblieben sind, können dort angesprochen werden. Auf diese Weise kannst du Rückmeldungen bewusst wahrnehmen und ggf. reagieren.

Was erzählst Du?

Die Gruppe teilt sich in drei Gruppen. Jede Gruppe überlegt, was sie (siehe unten) von der Schulung erzählt. Die Ergebnisse werden auf einem Plakat festgehalten.

Gruppe 1: Pastor*in/Diakon*in

Gruppe 2: Bester/m Freund*in

Gruppe 3: Deinen jüngeren Geschwistern

Gefühlskarten

Bekannt und gut geeignet sind die Gefühlsmonster-Karten (bestellbar bei: www.gefuehlsmonster.de), aber es gibt auch andere Gefühlskarten, die ebenfalls online erhältlich sind.

Die Karten mit den unterschiedlichsten Gefühlslagen werden in der Mitte ausgelegt. Jede*r darf sich eine Karte nehmen, die die momentane Gefühlslage beschreibt.

Je nach Stimmung (vorher die Gruppe gut im Blick haben), gibt es zwei Möglichkeiten:

- Die Teilnehmenden sagen etwas zu ihrer Karte, z.B. warum sie sich gerade so fühlen
- Oder es wird nur eine „Ausstellung“ gemacht: Jede*r hält die Karte hoch ohne etwas dazu zu sagen.

Weitere Feedbackmöglichkeit:

Die Teilnehmer*innen stellen sich zu den ausgelegten Karten und reflektieren für sich und in der Gruppe folgende Fragen:

- a. Wie geht es mir aktuell?
- b. Was beschäftigt mich noch aus dem Kontext der Schulung? Was beschäftigt mich nun (neu) im „alltäglichen Kontext“?
- c. Was möchte ich noch besprechen? Unklarheiten, Offenes, Fragen etc. können somit aufgenommen werden.

Die Karten lassen sich auch als Einstiegsmethode verwenden oder zwischendrin.

Schlussinweis

Nun hast du einige Methoden zu den Inhalten der Grundschulung kennengelernt. Nimm in jedem Fall Kontakt zu einer*m zuständigen Multiplikator*in im Kirchenkreis auf, um die Schulung gemeinsam zu planen.

Bei weiteren Fragen kannst du dich an das Landesjugendpfarramt und an die Kolleg*innen der Prävention in der Fachstelle Sexualisierte Gewalt der Evangelisch-lutherischen Landeskirche Hannovers wenden.

Anhang: 1 Grenzverletzungen – Übergriffe – Missbrauch/Nötigung



Anhang 2: Schlimme Linie – Beispielsituationen

1. Ein Mitarbeiter (18) erzählt einer 13jährigen Teilnehmerin wiederholt, wie hübsch und erwachsen sie aussieht. Sie fühlt sich geschmeichelt.
2. Ein Pärchen hat sich getrennt. Nun redet der Junge (15) bei den anderen Jungen abwertend von der Figur und dem kleinen Busen seiner Ex-Freundin (15).
3. Ein Junge (14) weint, eine Mitarbeiterin (19) sieht das und fragt nach. Er erzählt ihr davon, dass seine Oma gestorben ist. Die Mitarbeiterin nimmt ihn in den Arm, um den Jungen zu trösten.
4. Du hörst wie sich zwei Jungen und ein Mädchen (14) über einen anderen Jungen (14) unterhalten: „Diese Schwuchtel, die wäre wohl gern ein Mädchen.“
5. Es ist Discoabend. Laut begrüßt ein Junge (17) ein Mädchen (16), das gerade ankommt: „Wow, heißes Kleid!“ Einige drehen sich um.
6. Am Lagerfeuer kommen sich zwei Jugendliche näher. Er (17) legt seine Hand um ihre (14) Schulter. Sie lässt ihn gewähren. Als er seine Hand auf ihren Oberschenkel legt, läuft sie fort.
7. Ein Junge (14) fotografiert sich und zwei andere Jungs (13-14) in den Duschen. Die beiden lachen darüber, einer bleibt eher still.
8. Eine Mitarbeiterin (29) umarmt grundsätzlich alle Jugendlichen zur Begrüßung.
9. Ein Kind (9) hat Heimweh, es setzt sich auf den Schoß des Diakons und weint.
10. Ein junger Mitarbeiter (18) zeigt auf seinem Smartphone einigen Teilnehmern (16) kleine Pornofilme mit dem Spruch „Ihr wollt doch echte Männer werden.“
11. Ein Mitarbeiter (23) ist Teil einer Chatgruppe mit einigen Jugendlichen (15-18). Als dort Bilder vom Strand auftauchen, werden einzelne Bilder mit emojis kommentiert. Das Bild von einem Mädchen im Bikini bekommt besonders viele Smileys. Der Mitarbeiter setzt auch eins.
12. Zwei Mädchen (11) haben sich eine Woche lang nicht richtig gewaschen. Die Zimmermitarbeiterin (19) beschließt am Abend nach dem Essen (19 Uhr), dass sie jetzt auf der Stelle duschen müssen. Die Mitarbeiterin bleibt vor der Dusche stehen, um das Duschen zu kontrollieren.
13. Einige Jungen (17) machen dumme Sprüche gegenüber einem Mädchen (17), ein Mitarbeiter (21) nimmt die Jungen an die Seite beschimpft sie: „Hey, hört sofort auf damit ihr notgeilen Säue.“
14. Nach einer Veranstaltung sitzen noch neun Mitarbeitende (15-19) am Lagerfeuer. Alle sitzen dicht zusammen, um sich zu wärmen, die Pastorin mittendrin.