



# Projekt Balance

PRÄSENTATION & BEGLEITHEFT

## EDITORIAL

■ *Liebe Interessentin/lieber Interessent,*

als ich auf ausdrücklichen Wunsch einer Grundschule im Main-Taunus-Kreis im Spätsommer 1998 mein bereits damals vorhandenes Konzept in einen lebendigen Workshop für Kinder umsetzte, ahnte ich nicht, wie durchweg positiv und »greifbar« die Rückmeldungen der Kinder und ihrer Eltern werden sollten.

Aufgrund der weiterhin gleichmäßigen Nachfrage und der fortwährend positiven Resonanz, konnte das Projekt Balance seit nunmehr zehn Jahren angeboten werden.

Dieses Projekt bezieht im Hinblick auf eine den Kinderseminaren vorgeschaltete Elterninformationsveranstaltung und die Übergabe von entsprechenden Begleitmaterialien (Elternbrief/Lehrerbrief/Medienliste) die Eltern bzw. Langzeitbegleiter in die Lernziele mit ein.

Es handelt sich grundsätzlich um ein Kommunikations- und Verhaltenstraining für Kinder mit der Zielrichtung auf



## **Kein Selbstverteidigungstraining sondern ein Kommunikations- und Verhaltenstraining!**



kommunikative Kompetenz, d.h., vordergründig auf den Erwerb von denkerischen und sprachlichen Fähigkeiten, um sich in den kindtypischen Begegnungen (Umgang mit Gleichaltrigen/Aufenthalt in der Schule/Umgang mit bekannten und fremdem Erwachsenen) der jeweiligen Situation angemessen und gut zurecht finden zu können. Gewaltfreie Aktionen sind auf Schulung und Vorbereitung angewiesen. Kinder lernen pro-soziale Verhaltensweisen auf die gleiche Weise, wie sie lernen, sich unsozial zu verhalten, nämlich über Vorbilder bzw. »Verstärkung«.

Gewalttätiges Verhalten entspringt häufig einem restriktiven Erziehungsklima in der Familie, einer Einbindung des Kindes in aggressive Gruppen bzw. dem häufigen Konsum gewalthaltiger Filme. Opfer werden andererseits Menschen mit mangelnder selbstbewusster Ausstrahlung (gilt gleichermaßen für die Zielgruppe Schüler und z.B. auch Frauen).

Es handelt sich im Gesamtzusammenhang ausdrücklich nicht um ein Seminar, das sich im Schwerpunkt mit präventiven Bemühungen hinsichtlich des sexuellen Missbrauchs von Kindern beschäftigt. Der thematische Ansatz hierzu findet einen festen Platz in der Elterninformationsveranstaltung und in der Vermittlung von Kinderrechten im Workshop.

Ich erachte es als geradezu unverantwortlich, die Last der Prävention den Kindern aufzuladen, wenn es um die sexuell motivierte Gewalttat zum Nachteil von Kindern geht. Nachlauf-Situationen mit dem Angstszenario »Fremder Mann will mich entführen« sind psychologisch sehr bedenklich. Prävention hierzu ist grundsätzlich Elternsache. In der Elternarbeit geht es mir um Aufklärung und sachliche Information sowie um das Aufzeigen von nützlichen Handlungsempfehlungen (Kinderrechte vermitteln/oder z.B. in alltäglichen Situationen Umgang mit bekannten und fremdem Erwachsenen »üben lassen«/Reflexion: wirkt mein Kind selbstsicher auf andere?/ ist meine Erziehungsstrategie auf Autonomie und Selbst-

management ausgerichtet oder macht sie ggf. abhängig und ängstlich?).

Die Verhaltensorientierte Prävention ist seit Beginn ein fester Bestandteil des Projektes Balance. Seit Ende 2007 möchte ich nunmehr noch intensiver über eine Schwerpunktsetzung im Bereich der Vermittlung von praxisnahen Hinweisen an die Eltern (Informationsblatt Verhaltensprävention) diesen Langzeitbegleitern die Gelegenheit geben, an konkreten Beispielen mit ihren Kindern die im Workshop erworbenen Inhalte erörtern zu können. Fragen, die damit im Zusammenhang stehen, lauten u.a.:

- Wo hält sich mein Kind tatsächlich auf/Wer sind die Kontakte? Welchen Medienkonsum hat mein Kind/welche Internet-Chat´s sind relevant? »Wem würden sie als Eltern sonst noch so viel Einflussnahme auf ihr Kind zugestehen, wie den Medien (Filmen/PC-Spielen/Internet usw.)?«
- Weiß mein Kind, wie es sich beim Aufenthalt »Alleine Zuhause« verhalten soll?
- Kenne ich den tatsächlich begangenen Schulweg meines Kindes (ggf. die Veränderungen) oder die Rahmenbedingungen der genutzten öffentlichen Verkehrsmittel bzw. erörtere ich die jeweilige Verkehrsstruktur/-situation (ggf. gefährliche Straßenkreuzungen/Fahrradwege/Unterführungen)?
- Erläutere ich meinem Kind an konkreten (altersgerechten und lebensnahen) Beispielen das Phänomen »Gruppen-druck«?
- Vermittle ich meinem Kind mit den grundsätzlich positiv gemeinten Hinweisen eher Angst oder Zuversicht?

### METHODISCHER HINWEIS

Ich denke, dass Aufklärung und Informationsweitergabe alleine unzureichend sind, wenn es um die Zielgruppe Kinder geht. Sie müssen meiner Ansicht nach emotional angesprochen werden, *ohne den belehrenden Zeigefinger*.

Darüber hinaus arbeite ich zu den Themenschwerpunkten mit sog. Fantasiereisen, die hervorragend zum Sozialen Lernen geeignet erscheinen und die eigenen schöpferischen Kräfte bzw. Potentiale der Kinder anregen, die u.a. für Problemlösungen von großer Wichtigkeit sind. Die Vorstellungskraft ist für die eigene Persönlichkeitsentwicklung von zentraler Bedeutung.



**Für Kinder transportiert sich das Thema offenbar kurzweilig und lebendig!**



Und – die lebensweltlichen Erfahrungen (authentische Erfahrungen) der Kinder müssen Berücksichtigung finden. Übrigens, liebe Eltern und Lehrer, eine Forderung vieler Sozialwissenschaftler, die sich mit Gewalt- und Suchtprävention beschäftigen.

Mittels Handpuppentheater, Erzähl-(Metaphern) Geschichten aus dem Lesestuhl, Einsatz von Fantasiereisen zum Sozialen Lernen, Rollenspielen und ergänzenden Aufgaben bzw. Übungen im Hinblick auf den gewaltfreien Umgang mit Konflikten transportiert sich das Thema offenbar kurzweilig und lebendig.

Kinder entdecken im Dargestellten eigene Gefühle wieder und können, wenn sie einbezogen sein wollen, ihre Stimmungen und auch Emotionen ausdrücken.

Seit Herbst 2002 begleitet eine Workshop-CD die Kinderseminare.

---

## THEMENSCHWERPUNKTE/STATEMENT/ LEITIDEEN

---

### ■ 1. *Prävention Sexueller Missbrauch*

Einschätzungen zur Häufigkeit des Sexuellen Missbrauchs z.N. von Kindern sind oft wenig realitätsbezogen. Besonders umfangreich wird es im Bereich der sexuellen Ausbeutung in Abhängigkeitsverhältnissen angenommen. Im Missbrauchsdelikt gibt es gerade auch einen bedeutenden Anteil männlicher Opfer. Nach wie vor führen die Medienberichte bzw. die vorherrschende Meinung vieler Elternhäuser zur gestellten Thematik in die *Sackgasse: Fremder Mann entführt Kind* und das, obwohl seit vielen Jahren kriminologisch nachgewiesen ist, dass der Fremdtäter sowohl der Forschung als auch der Realität widerspricht. Der Sexualmord in Verbindung mit Kindesentführung ist glücklicherweise ein extrem seltenes Ereignis. Die Täter kommen im Schwerpunkt aus dem sozia-

len Nahraum des Opfers. Man kann sagen, dass mit zunehmenden Bekanntschaftsgrad die Wahrscheinlichkeit steigt, dass die Handlungen des Missbrauchs intensiver, über einen längeren Zeitraum und mit mehr Gewalt ausgeführt werden.

Diesen Aspekten wird im Verlaufe des Projektes in vollem Umfange Rechnung getragen. Es werden keine Unterscheidungen zwischen Bekannten und Fremden getroffen, es sind schlichtweg alles *Erwachsene*. Kinder müssen wissen, was Erwachsene von ihnen verlangen dürfen, und was nicht. Damit sind insbesondere die Kinderrechte gemeint, die hier hinsichtlich *Nähe und Berührung* in Aufgaben und Rollenspielen erläutert werden. Es geht neben der Information insbesondere um Soziale Kompetenz, Selbstvertrauen und das eigene Gespür des Kindes (den inneren Kompass). Spätestens an dieser Stelle wird klar, dass in diesem Kontext die Elternarbeit von größter Bedeutung ist. Es geht in vielen Fällen darum, die Einstellung/Haltung der verantwortlichen Erwachsenen zu verändern. Trägt die Erziehungsstrategie zur Stärkung und zur Selbstsicherheit des Kindes bei oder macht sie eher abhängig bzw. verunsichert sie oder macht sie Angst?

Haben sie gewusst, dass das *Grundprinzip Behütung*, liebe Eltern/Lehrer/Erzieher, nicht vor Gewalt schützt!?

## ■ 2. *Prinzip des hier verwendeten Kommunikationsmodelles*

Zunächst möchte ich ausdrücklich erklären, dass neben der verbalen gerade auch die non-verbale Kommunikation von zentraler Bedeutung ist, geht es um die geforderten Fähigkeiten hinsichtlich der Konfliktsicherheit. Man weiß, dass die *mangelnde selbstbewusste Ausstrahlung* einen markanten realistischen Viktimisierungsfaktor (Opferfaktor) darstellt. Dies gilt interessanterweise auch für gewalttätige Auseinandersetzungen zwischen Schülern (Bullying) sowie gleichermaßen hinsichtlich der Präventionsbemühungen für den Sexuellen Missbrauch z. N. von Kindern. *Welche Wirkung erziele ich auf andere* – reflektiert aus der jeweils gegensätzlichen *Perspektive Schüchternheit (Opfer)* bzw. aus der *Perspektive Macht und Dominanz (Täter)*!?

Jedem Erwachsenen muss deutlich werden, dass Kinder die gezeigten/vorgelebten Kommunikationsmodelle internalisieren.

Hier bieten sich unseren Kindern stereotypisch Modelle, die sie über die mediale Gewaltdarstellung (Film/PC pp.) und insbesondere über die Elternhäuser kennen lernen und ver-



## » Behütung schützt nicht vor Gewalt! «

innerlichen. Mitunter setzen Eltern im Familienalltag bzw. in ihrer Partnerschaft Macht in Konfliktsituationen ein und zeigen somit, dass letztlich der Stärkere recht hat.

Konflikte entstehen häufig durch die Konfrontation mit »Du-Botschaften«, die den Charakter des anderen angreifen. Befehlen kommandieren, drohen und warnen, beschuldigen, beschimpfen oder »lächerlich-machen« (ggf. in Anwesenheit von anderen/Gruppendruck) erzeugen im Sinne eines persönlichen Angriffs Frustration und Aggression.

Im Workshop gilt: Beschreiben des unannehmbaren Verhaltens des Konfliktgegners/Beschreiben, was das für Folgen und Auswirkungen auf mich hat (Empathie) und Instruieren, was der andere »bitte« tun bzw. lassen soll.

Dies wird dann durch eine stimmige Körpersprache ergänzt, denn nur so entsteht eine klare Botschaft an den Empfänger.

Aggressive Handlungen werden im Zuge von Rollenspielen in einem *Zeitraffer* besprochen: Was ist hier genau passiert?/Wie hat sich A. bzw. B. gefühlt?/Wie könnte man auch ... lösen?

Ich beschäftige mich mit den typischen Kommunikations- und Konfliktsituationen von Kindern im Umgang mit Gleichaltrigen oder/und Erwachsenen, so dass Situationen mit Fremden ebenso geschult werden wie mit Bekannten. Aspekte wie räumlicher Abstand, Blickkontakt, Natürlichkeit bzw. selbstbewussteres Auftreten stehen im Blickpunkt des Geschehens.

### ■ 3. Jungen- und Mädchenarbeit

Eine nicht unerhebliche Bedeutung bei der Herausbildung der Lebenskompetenz kommt den weiblichen und männlichen Identifikationsmodellen und Vorbildern zu. Welches Rollenverständnis diese Vorbilder (Vater/Mutter/Bezugsperson/Film/Sport/Musik pp.) haben, trägt entscheidend zur Übernahme bestimmter Verhaltensweisen bei. Für Jungen fehlen

weitgehend reale Vorbilder. Die Gleichberechtigung der Mädchen darf sicher nicht zu einer Diskriminierung der Jungen führen. Die bloße Umkehrung der Verhältnisse ist keine Lösung. Ein positives Gegenbild ist eines, in dem Jungen und Mädchen, Männer und Frauen unabhängig vom Geschlecht ihre individuellen Stärken und Schwächen leben.

Im Seminar wird dahin gehend sensibilisiert und in Aufgaben erarbeitet, dass Mädchen und Jungen unterschiedlich sind, gleichermaßen jedoch zu besonderen Leistungen fähig sind, diese Leistungen ggf. nicht immer sichtbar gemacht werden.

Die Entwicklung der Gefühle wird bei Mädchen oft erweitert, bei Jungen oft behindert. Jungen werden angehalten, Gefühle wie Angst oder Ärger in Aktivität und Bewegung umzuwandeln. Mädchen dürfen sich fürchten und Trost auch in körperlicher Nähe finden.

Jungen tarnen dieses Bedürfnis oft durch unsanfte Berührungen und Kämpfe. Sie versuchen herauszufinden und so zu sein, was *männlich* sein könnte.

Wer zeigt ihnen, was männlich ist? Männlichkeit definiert sich in deren Vorstellung als *nicht-Weiblichkeit* (nicht so sein, wie ein Mädchen).

Der lärm-machende, der ohne Grund zu-hauende, der austestende oder geltungsbedürftige Junge möchte in vielen Fällen sein Bedürfnis ausdrücken. Dieses Verhalten wird als Aggression bzw. Gewalt wahrgenommen und als belastend empfunden bzw. sofort sanktioniert, ohne eine Ebene tiefer zu sehen.

Unseren Kindern schreibt die Gesellschaft (Elternhäuser/ Rollenvorbilder pp.) traditionelle Haltungen zu. In diesem Kontext gehören Macht- und Dominanzstrukturen aufgedeckt, die Gleichwertigkeit und Differenz verhindern können.

#### ■ 4. *Das Gefühl eigener Machbarkeit*

Unzweifelhaft müssen Kinder ihren Wahrnehmungen (Gefühl von angenehm oder unangenehm) vertrauen können. Nur, wer als Kind dies verinnerlichen kann, besitzt einen Kompass. Es geht um die Veränderung der Einstellung der Eltern-/Lehrerschaft als Langzeitbegleiter von Kindern. Wer Angst hat, der macht (überträgt) Angst – wer Mut hat, der macht Mut. Wer ein negatives Weltbild (selektive Wahrnehmung auf Angst, Gefahr und Risiko/Sorgen/Katastrophen/Kriminalität/Krankheit pp.) hat, der überträgt negative



## **Lob und Anerkennung führt zu einem positiven Selbstbild!**



Weltbilder und die damit gekoppelten negativen Gefühle. Als Dipl.-Mentaltrainer ergänze ich mit folgenden Zitat: »Du erzeugst immer das, was du denkst und du wirst das, was du dir vorstellst!«

Wir übertragen positive Lebenspläne/-konzepte. Konzentrieren sie sich auf die Stärken und positiven Seiten ihrer Kinder. Verstärken sie positives bzw. pro-soziales Verhalten, wenn es auch noch so selbstverständlich erscheint.

Menschen lernen durch Lob und Anerkennung. Dies führt zum positiven Selbstbild und zum Gefühl eigener Machbarkeit. Der Glaube ist es, der darüber entscheidet, ob wir uns Lebensbewältigung und Konfliktbewältigung zutrauen. Dieser Glaube wird gerade auch gebildet durch Erziehung und Umwelt. Im Workshop geht es darum, dass Kinder im Glauben bestärkt werden, dass sie nicht das hilflose schwache Kind (Opfer) sind.

### ■ 5. *Durchführung/Modalitäten*

- Voraussetzung ist Kooperation der Schule, die die Räumlichkeiten (Klassenraum pro Gruppe) zur Verfügung stellt. Ohne Befürwortung der Schule ist kein Projektverlauf möglich.
- Termine sind nur samstags möglich/Beginn 9.00 Uhr bzw. 10.00 Uhr.
- Dauer des Seminars: 5 Zeitstunden (6 Unterrichtsskizzen), Pausengestaltung: alle ca. 25 Minuten erfolgt Themen-/Methoden-/Ortswechsel bzw. Pause.
- Das Konzept berücksichtigt ausschließlich Grundschüler, die altersgemäß (1./2.-Klässler und 3./4.-Klässler) zusammengeführt werden.
- Teilnehmeranzahl: 20 bis 24 Kinder pro Gruppe.



- Seit bereits 1998 existiert ein fester »Zirkel« an mitwirkenden Seminarleiterinnen/Seminarleitern, der sich u.a. aus Dipl. Sozialarbeitern, Lehrerinnen/ Lehrern bzw. Erzieherinnen zusammensetzt.. Seit 2002 begleitet eine eigens erstellte CD mit Aufgaben und Übungen, Fantasiereisen zum Sozialen Lernen pp. den Workshop. Die Durchführung ist inhaltlich und methodisch einheitlich und angeglichen.
- Für den Projekttag benötigen die Kinder eine Selbstverpflegung/incl. Getränk, Schreib- bzw. Malsachen (Block) und die tatsächliche telefonische Erreichbarkeit (Liste) eines Elternteils.
- Die Seminargebühr beträgt 25 Euro pro Kind. Bitte sammeln sie die Seminargebühr rechtzeitig ein – in jedem Falle vor Beginn des Workshops – und übergeben sie diese gegen Rechnungsbeleg an den Seminarleiter, so dass pünktlich begonnen werden kann.
- Vor dem Hintergrund entsprechender Nachfragen aus den vergangenen Jahren benenne ich gerne eine Kontakt- und Beratungsstelle.  
Es handelt sich um den Verein  
*SCHOTTERBLUME e.V.*  
*Windener Straße 38*  
*56377 Nassau/Lahn*  
*Telefon 0.26.04-95.00.25.*  
Dieser Verein ist als Kontakt- und Informationsstelle für Opfer von seelischer, körperlicher und sexueller Gewalt in der Kindheit tätig.

## SCHLUSSWORT

Diese Tätigkeit verstehe ich als Kooperation, mich ggf. als Impulsgeber. Jedwede seriöse Auseinandersetzung mit diesem Thema verdient grundsätzlich Respekt und hat somit seine Berechtigung. Ich rege an, dass sie sich auch mit entsprechenden Alternativen befassen und letztlich das für sich auswählen, was ihnen am sinnvollsten erscheint.

Ein italienisches Sprichwort sagt:

»Zwischen dem Reden und dem Tun – liegt das weite Meer«.

Über eine Rückmeldung hinsichtlich der Resonanz bzw. des Seminarverlaufes würde ich mich freuen (Feedback-Schleife).

## QUALIFIKATIONEN / WER BIN ICH?

Diplom- Sozialarbeiter

Therapeutische Zusatzausbildungen:  
Fachberater für Psychotraumatologie (DIPT)  
Gestalt-Therapie  
Trauma-Therapie mit Kindern  
NLP-Trainer  
„Familienvater“

Eigene Projekte:

Berater „Kids-hope.net“  
E-Mail Beratung für Kinder und Jugendliche in Not

Sportübungsleiter

10% der Einnahmen aus dem Projekt gehen an  
den Verein „SCHOTTERBLUME“  
für Betroffene von seelischer, körperlicher und  
sexualisierter Gewalt in der Kindheit

## KONTAKT

Hermann J. Püllen  
Tannenweg 23  
56410 Montabaur  
Tel.: 02602/9196059 + 9939852  
Fax.:02602/1068882  
E-mail: [info@cp-puellen.de](mailto:info@cp-puellen.de)

