



Deutsches  
Jugendinstitut

Regine Derr/ Rebecca Gulowski/ Heinz Kindler/  
Christina Krüger/ Alisa Muther

# „Hilf mir, zu helfen“ – Ein Werkbuch für die Praxis

Peers als Adressat:innen von Disclosure und  
Brücken ins Hilfesystem

## **Forschung zu Kindern, Jugendlichen und Familien an der Schnittstelle von Wissenschaft, Politik und Fachpraxis**

Das Deutsche Jugendinstitut e.V. (DJI) ist eines der größten sozialwissenschaftlichen Forschungsinstitute Europas. Seit über 50 Jahren erforscht es die Lebenslagen von Kindern, Jugendlichen und Familien, berät Bund, Länder und Gemeinden und liefert wichtige Impulse für die Fachpraxis.

Träger des 1963 gegründeten Instituts ist ein gemeinnütziger Verein mit Mitgliedern aus Politik, Wissenschaft, Verbänden und Einrichtungen der Kinder-, Jugend- und Familienhilfe. Die Finanzierung erfolgt überwiegend aus Mitteln des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend und den Bundesländern. Weitere Zuwendungen erhält das DJI im Rahmen von Projektförderungen vom Bundesministerium für Bildung und Forschung, der Europäischen Kommission, Stiftungen und anderen Institutionen der Wissenschaftsförderung.

Aktuell arbeiten und forschen 470 Mitarbeiter:innen (davon rund 280 Wissenschaftler:innen) an den beiden Standorten München und Halle (Saale).

## Impressum

© 2022 Deutsches Jugendinstitut e. V.

Deutsches Jugendinstitut  
Nockherstraße 2  
81541 München

**Lektorat** Susanne John  
**Grafik** O.media GmbH Leipzig  
**Datum der Veröffentlichung** Mai 2022  
**ISBN 978-3-86379-419-4**  
**DOI 10.36189/DJI202213**

Deutsches Jugendinstitut  
Außenstelle Halle  
Franckeplatz 1, Haus 12/13  
06110 Halle

**Ansprechpartner** Regine Derr  
**Telefon** +49 89 62306-285  
**E-Mail** derr@dji.de  
**www.dji.de**

# Inhalt

<b>1. Ziele und Aufbau des Werkbuchs</b>	<b>13</b>
1.1 Zielgruppe des Werkbuchs	14
1.2 Hintergründe des Forschungsprojekts „Peers als Adressat:innen von Disclosure und Brücken ins Hilfesystem“	15
<b>2. Projektbeschreibung</b>	<b>17</b>
2.1 Wer wurde befragt?	17
2.2 Wie wurde ausgewertet?	18
2.3 Transfer in die Praxis	18
2.4 Darstellung der Präventionsmodule	20
<b>3. Das Anvertrauen sexualisierter Gewalt als Forschungsfeld: Peer-Disclosure-Forschung</b>	<b>21</b>
3.1 Disclosure gegenüber Peers nach erlebter sexualisierter Gewalt	21
3.2 Der Begriff Peers	24
3.3 Die Rolle von Peerbeziehungen in der Jugend	24
3.4 Jugendliche als Adressat:innen von Disclosure	26
3.5 Jugendliche als Adressat:innen von Disclosure in Präventionsangeboten	26
<b>4. Schlüsselergebnisse für die Praxis: Hilfekonzepte von jugendlichen Peers</b>	<b>28</b>
4.1 Was bedeutet es eigentlich zu helfen? Jugendliche Adressierte im Spannungsfeld zwischen Geheimhaltungs- und Handlungsdruck	29
4.2 Besondere Belastungsfaktoren	30
4.2.1 Passive Helfer:innen als paradoxes Rollenkonzept	30
4.2.2 Hilfekonzepte von jugendlichen Adressierten	32
4.2.3 Ein Dilemma: helfen wollen, aber nicht können	33
4.2.4 Wenn die Belastung zu groß wird – Jugendliche geben dem Handlungsdruck nach	34
4.3 Wie sich das Spannungsfeld entspannen kann	35
4.3.1 Anbindung an das Hilfesystem	35
4.3.2 Rollenklarheit und Grenzen	35
4.3.3 Unterstützung von außen – Erwachsene im Helfer:innen-Feld	36
4.4 Was fehlt, sind Konzepte	37
4.4.1 Unsicherheiten im Umgang mit der Disclosure-Situation	37
4.4.2 Ansätze der PAD-Prävention	38

<b>5. Module für die Präventionsarbeit</b>	<b>39</b>
5.1 MODUL 1: Sexuelle Grenzverletzungen und sexualisierte Gewalt unter Jugendlichen – Dynamiken und Hilfestrategien für Betroffene und Adressierte	40
5.1.1 Sexuelle Grenzverletzungen und sexualisierte Gewalt unter Jugendlichen: Definition	40
5.1.2 Prävalenzen sexualisierter Peergewalt	41
5.1.3 Sexualisierte Peergewalt als „Freundschaftskummer“? Zwischen Beziehungskonfusionen, Grenzen-Ziehen und dem Nicht-Benennen-Können der Taten und Tatpersonen	43
5.1.4 Beschreibung des Präventionsmoduls	46
5.2 MODUL 2: „Tausend Fragen im Kopf: Kommunikation und Disclosure“	49
5.2.1 Woher weiß ich, was ich weiß	50
5.2.2 Traumaspuren	51
5.2.3 Das Präventionsmodul 2 „Tausend Fragen im Kopf: Kommunikation und Disclosure“	56
5.3 MODUL 3: Stepping Stones: Stärken und Grenzen einer Freundschaft	60
5.3.1 Stärken einer Freundschaft	61
5.3.2 Grenzen der Unterstützung innerhalb einer Freundschaft	65
5.3.3 Das Präventionsmodul 3 „Stepping Stones: Stärken und Grenzen einer Freundschaft“	68
<b>6. Literatur</b>	<b>71</b>

**ANHANG:**

<b>Materialien für die Präventionsmodule</b>	<b>74</b>
<b>1. MODUL 1: Sexuelle Grenzverletzungen unter Gleichaltrigen – Dynamiken und Hilfestrategien für Betroffene und Adressierte</b>	<b>80</b>
1.1 Teilmodul 1A: Wissensvermittlung	82
1.1.1 Thematische Einheit: Informationen über sexualisierte Gewalt	82
1.1.2 Thematische Einheit: Grenzen	98
1.2 Teilmodul 1B: Handlungsmöglichkeiten und Gefühle	108
1.3 Teilmodul 1C: Wie kann ich (mir) helfen?	117
1.3.1 Thematische Einheit: Hilfe definieren	117
1.3.2 Thematische Einheit: Selbstfürsorge	144
<b>2. MODUL 2: „Tausend Fragen in meinem Kopf: Kommunikation und Disclosure“</b>	<b>145</b>
2.1 Teilmodul 2A: Wissensvermittlung	147
2.1.1 Thematische Einheit: Informationen über sexualisierte Gewalt	147
2.1.2 Thematische Einheit: Täter:innen und ihre Strategien	171
2.1.3 Thematische Einheit: Traumawissen	178
2.2 Teilmodul 2B: Kommunikation und Sprachbewusstsein	183
2.2.1 Thematische Einheit: Aspekte von Kommunikation	183
2.2.2 Thematische Einheit: Wertfreie Kommunikation und Sprachbewusstsein	191
2.3 Teilmodul 2C: Ressourcenarbeit	196
<b>3. MODUL 3: Stepping Stones: Stärken und Grenzen einer Freundschaft</b>	<b>209</b>
3.1 Teilmodul 3B: Grenzen einer Freundschaft	210

## **Fragen, die das Werkbuch beantworten soll**

Wie können wir Jugendliche dazu befähigen, gut damit umzugehen, wenn ihnen Freund:innen sexualisierte Gewalterfahrungen anvertrauen?

Wie können wir sie vor eigener Überforderung schützen und ihnen ermöglichen, in dieser Situation Stütze zu sein, ohne dabei zu sehr über eigene Grenzen zu gehen?

Das Werkbuch widmet sich diesen beiden Fragen auf Grundlage unserer Forschungsergebnisse aus dem Projekt „Peers als Adressat:innen von Disclosure und Brücken ins Hilfesystem“ und enthält Praxismodule mit zahlreichen Übungen, Anleitungen und Materialien.

# Vorwort: Stimmen aus dem Beirat

„Mein Grund, Teil dieses Beirats zu sein, ist, dass wir Teil einer Gesellschaft sind, in der wir sichere Räume für unsere Jugend brauchen, damit sie sich offen und authentisch äußern kann. Speziell zum Thema sexuelle Gewalt müssen Kinder und Jugendliche wissen, dass es ein System gibt, das sie schützt und dass sie dieses Thema bei ihren Freundinnen und Freunden ansprechen können.

Da ich als Jugendliche selbst Opfer sexueller Gewalt geworden bin, wurde mir klar, wie wichtig es ist, die Botschaft zu vermitteln, dass man bei Freunden auf ein offenes Ohr stößt und vielleicht auch auf ihr Verständnis zählen kann.

Auf der einen Seite muss man den Jugendlichen beibringen, dass sexuelle Gewalt leider häufiger vorkommt, als wir denken, und dass es wichtig ist, klare Grenzen für sich selbst zu haben. Andererseits sollte man ihnen beibringen, dass es manchmal reicht, einer Person zuzuhören, die irgendeine Art von Gewalt erlebt hat.

Sexuelle Gewalt ist vielschichtig. Zu lehren, was Zustimmung bedeutet sowie die verschiedenen Arten und Weisen, wie wir unsere eigenen Grenzen anerkennen und ziehen können, ist von größter Bedeutung. Je mehr wir über ein Thema sprechen, desto weniger Macht geben wir ihm, und deshalb hat dieses Arbeitsbuch den Zweck, die Anerkennung der eigenen Grenzen zu stärken.

Für Jugendliche, die sexuelle Gewalt erleben oder erlebt haben, ist es unverzichtbar, erstens zu wissen, dass es nicht ihre Schuld ist und zweitens das Gefühl zu haben, dass sie darüber reden können. Daher ist es auch essenziell, anderen Jugendlichen beizubringen, was aktives und ehrliches Zuhören eigentlich bedeutet und wie wichtig dieses „da sein“ werden kann für die Person, der zugehört wird.“

## **Renata Landa López, Betroffene**

„Die meisten der von sexueller Gewalt betroffenen jugendlichen Mädchen und jungen Frauen aus meinem Arbeitsfeld, einer spezialisierten Fachberatungsstelle, hatten mir zurückgemeldet, zuallererst ihren Freundinnen oder Freunden von den erlebten Grenzverletzungen erzählt zu haben. Und erst viel später waren sie in der Beratungsstelle angekommen.

Die Adressat:innen von Disclosure stehen selten im Fokus, Unterstützungsbedarf wird von ihrer Seite kaum formuliert. Es gibt zum Thema sexualisierte Gewalt tolle Präventionsangebote für Kinder, aber nur sehr wenige für Jugendliche, junge Erwachsene, und die Entwicklung eines Werkbuches für diese Altersgruppe setzt genau dort an und würde eine Lücke im Angebot schließen. Das Projekt des Deutschen Jugendinstituts ‚Peers als Adressatinnen und Adressaten von Disclosure und Brücken ins Hilfesystem‘ hatte sich vorgenommen, eben diese o. g. Schwerpunkte zu erforschen und praxistaugliche Präventionsangebote zu entwickeln.

Dass ich im Beirat zum Forschungsprojekt mitwirken konnte, schätze ich sehr.

Der Übergang von der/dem Jugendlichen ins junge Erwachsenenalter ist eine der schwierigsten Lebensphasen. Körperliche Veränderungen, psychische und soziale

Anforderungen sind enorm – ungewohnt, unberechenbar, verunsichernd. Neben der Ablösung vom Elternhaus soll in dieser Lebenszeit eine sexuelle Identität herausgebildet, sollen neue Beziehungen zu Gleichaltrigen aufgebaut, eine Geschlechtsrolle entwickelt, sexuelle Bedürfnisse in Beziehungen integriert, soziale und berufliche Identität gewonnen, das Wertesystem überprüft und aufgebaut, Selbstvertrauen und Zukunftszuversicht entwickelt werden. Leider stehen für all die Fragen, die Körper, Sexualität, Gefühle, geschlechtliche Identifizierung und Beziehungen betreffen, kaum Ansprechpersonen, denen sie vertrauen, zur Verfügung. Umso mehr gewinnen die Schule, das Umfeld, Peer-Groups, Medien an Bedeutung. Finden genau in dieser Zeit Grenzverletzungen statt, wollen die meisten Jugendlichen das Geschehene schnell vergessen und glauben, sie bekämen alles alleine hin. Sie rechnen nicht mit möglichen langfristigen Auswirkungen der Übergriffe (Panikattacken, Ängste, Phobien, Alpträume, Schlafstörungen, Flashbacks, Somatisierungen, Suchtverhalten, Konzentrations- und Leistungsstörungen, dissoziative Störungen u. v. m.). Zudem ist es sehr schwer, Erwachsene zu finden, die adäquat reagieren, denen sich Jugendliche anvertrauen können und wollen.

In einer ihnen vergleichbaren Lebenssituation befindet sich das Umfeld (Peergroup) und es fällt Jugendlichen leichter, darauf zurückzugreifen. Die Entlastung durch Gleichaltrige gelingt meist nur kurzfristig. Gleichaltrige sind aufgrund der eigenen psychischen und kognitiven Entwicklung oft überfordert und können das Ausmaß des Geschehenen nur begrenzt einordnen. Umso mehr braucht es hier Hilfestellungen und Unterstützung für beide Seiten (für Betroffene und Angesprochene). Potenzial liegt im schulischen- und/oder Freizeitbereich (außerhalb der Familie) als geeigneten Orten für Präventionsangebote. Genau hier setzt das Werkbuch mit dem Präventionsansatz an, mit der Möglichkeit, im außerfamiliären Rahmen Jugendliche zu sensibilisieren, zu entlasten und Hilfsangebote aufzuzeigen.

Dafür herzlichen Dank an die Mitarbeiter:innen des DJI für die Durchführung des Forschungsprojektes, für die effektive, konstruktive und strukturierte Vorgehensweise in der Erforschung der Belange der unterschiedlich betroffenen Jugendlichen. Danke für den respektvollen Umgang und die angenehme Atmosphäre in den Beiratssitzungen zu Präsenzzeiten und die Durchführung/Fertigstellung des Forschungsprojektes trotz erschwerter Bedingungen in der Pandemie. Dank geht auch den Kolleg:innen aus allen beteiligten Institutionen und natürlich den Jugendlichen. Viel Spaß und Erfolg mit dem Werkbuch.“

**Christa Klose**, Vorstand – BAG Forsa e. V., Mitarbeiterin – Beratungsstelle Lawine e. V.

„Offenlegung von sexualisierter Gewalt ist ein Akt der Enthüllung von bislang Verborgenen, an dem unterschiedliche Akteur:innen beteiligt sind. Möglicherweise sprechen Betroffene über die ihnen widerfahrene sexualisierte Gewalt, möglicherweise vertrauen sie sich den Adressat:innen auf eine andere Weise an. Peers kommt bei ersten Offenlegungen eine wichtige Bedeutung zu. Sie werden als Zuhörer:innen, aber auch als Spender:innen von emotionaler Unterstützung angesprochen.



Manchmal sind es Peers, die aufmerksam werden, die am Verhalten der Betroffenen bemerken, dass etwas nicht stimmt. Gerade in Situationen, in denen Betroffene unsicher sind, wie sie die Widerfahrnisse einordnen sollen, ob sie das Geschehene offenlegen oder verdecken wollen, ist die Aufmerksamkeit des Umfeldes wichtig. Kinder, denen sexualisierte Gewalt widerfahren ist, die von Täter:innen durch Drohungen zum Schweigen gebracht wurden, die das Vertrauen in Erwachsene verloren haben und/oder sich schämen und schuldig fühlen, sind vorsichtig und ‚testen‘ zunächst, wem sie sich anvertrauen können, wer sich als belastbar erweist. Menschen, die zuhören und ansprechbar sind, eröffnen ‚Räume zum Reden‘.

Von Ratsuchenden werden häufig Alltagssituationen genutzt, die jederzeit wieder verlassen werden können, Situationen, die unstrukturiert sind und ein gefahrloses Reden über das Widerfahrene ermöglichen, ein Klima von Offenheit bieten, Vertrauen und Vertraulichkeit, sowie eine Redekultur ‚auf Augenhöhe‘. Gleichaltrige bieten einen sicheren Raum, denn anders als Erwachsene sind Peers in rechtlicher Hinsicht nicht an den Kinderschutz gebunden und stehen deshalb nicht vor der Frage, ob sie das ihnen Anvertraute teilen müssen oder nicht.

Legen Betroffene eigene Widerfahrnisse sexualisierter Gewalt offen, dann kann dies für Gleichaltrige eine Herausforderung darstellen, z. B. Gefühle der Hilflosigkeit auslösen. Ein sicherer Umgang mit solchen Situationen kann schwerlich eingeübt werden, da solche Situationen selten sind und sich durch ihre Unabsehbarkeit einer konkreten Vorbereitung entziehen.

Umso wichtiger sind Projekte wie dieses, die darauf ausgerichtet sind, potenziellen Unterstützer:innen Unterstützung zuteilwerden zu lassen. Dazu sind sowohl Wissen über sexualisierte Gewalt, Übergriffe und Grenzverletzungen als auch Kenntnisse im Umgang mit Offenlegungssituationen erforderlich. Darüber hinaus müssen Jugendliche als Adressat:innen von Offenlegungen darauf vorbereitet werden, in potenziell überfordernden Situationen auf resilienzfördernde Strategien zurückgreifen zu können bzw. sich selbst Hilfe zu holen.“

**Elli Scambor**, Graz, [www.genderforschung.at](http://www.genderforschung.at)

„Zunächst möchten wir uns dafür bedanken, dass die DGfPI als Mitglied des Beirates dieses spannende Forschungsprojekt des DJI unterstützen und von 2018 bis 2021 begleiten durfte.

Die zentrale Fragestellung dieses Projektes ‚Wie kann Präventionsarbeit mit Jugendlichen und Heranwachsenden so gestaltet werden, dass Peers als Adressat:innen von Disclosure mitgedacht und mit angesprochen werden?‘ stellt Prävention von sexualisierter Gewalt, die Jugendliche erreichen will und deren Lebensrealitäten aufgreift, vor eine besondere Herausforderung: Jugendliche sind allzu oft mit der Realität, dass Gleichaltrige und Freunde:innen sexualisierte Gewalthandlungen erleben, unmittelbar konfrontiert und erfahren manchmal als erste oder einzige davon.

In einer hierauf ausgerichteten Präventionsarbeit liegt das Hauptaugenmerk nicht allein auf dem Schutz von Jugendlichen vor sexualisierter Gewalt, sondern auch auf ihrer Unterstützung im Umgang mit Erfahrungen sexualisierter Gewalt von Kin-

dern und Jugendlichen. Das Forschungsprojekt machte deutlich: Jugendliche, die Anvertraute von Gleichaltrigen, die sexualisierte Gewalt erleben oder erlebten, sind, brauchen Unterstützung durch Präventionsangebote, die sie als Adressat:innen von Disclosure ansprechen, sie brauchen aber auch den Zugang zum Unterstützungssystem, das für sie flächendeckend und niedrigschwellig erreichbar sein muss, und zwar für die betroffenen Jugendlichen und für die Anvertrauten im Disclosureprozess. Es gilt, die Jugendlichen über die besondere Situation und die besondere Dynamik zu informieren, mit der sie es zu tun bekommen, wenn sich ihnen ihr Freund/ihre Freundin offenbart. Sie sind durch die Einbeziehung in den Disclosureprozess mit der Gewaltdynamik konfrontiert, mit einer Situation, die auch für Erwachsene, nicht selten auch für professionelle Helfer:innen eine Überforderung darstellt. Prävention im Umgang mit sexualisierter Gewalt bedeutet somit, ein Wissen über die Dynamiken zu vermitteln, die Gewalt bei Menschen wie auch im Umfeld auslösen, und darum die Ebnung des Weges in eine professionelle Unterstützung und Selbstfürsorge zu ermöglichen.

Im Projekt wurden Präventionsbausteine entwickelt, die diesen Anforderungen Rechnung tragen und Jugendliche als Adressat:innen von Disclosure erreichen können. Die besondere Herausforderung des Projektes, von Präventionsangeboten und für die Fachwelt besteht darin, dass es hier zentral um die Haltung geht, wie den Jugendlichen begegnet wird und – die Haltung im Blick – mit welcher Intention, mit welcher Zielsetzung Jugendliche angesprochen werden sollen. Die Implementierung eines adäquaten Umgangs mit Gewaltdynamiken in die Präventionsarbeit ist ein Prozess, der angestoßen wurde; die DGfPI wird diesen Prozess durch Angebote des Fachaustausches, der Dissemination und der Vernetzung weiterhin unterstützen.

Für das Projekt, für die Ergebnisse, für den transparenten Diskurs, den wir haben miterleben und mitgestalten dürfen, sagen wir Dank.“

**Sylvia Fein**, Referentin der Deutschen Gesellschaft für Prävention und Intervention bei Kindesmisshandlung, -vernachlässigung und sexualisierter Gewalt (DGfPI) e. V.

An dieser Stelle möchten wir als Projekt-Team des DJI allen neun Mitgliedern des Beirats danken. Das vorliegende Werkbuch konnte nur in gemeinsamer Arbeit mit der beratenden, informierenden, kritisierenden, unterstützenden und vermittelnden Begleitung jedes einzelnen Mitglieds fertiggestellt werden. Wir bedanken uns für die freiwillig eingebrachten enormen zeitlichen und persönlichen Ressourcen unserer Beirat:innen über drei Jahre hinweg, für ihre Wertschätzung gegenüber unserer Arbeit sowie für ihre Offenheit, sich selbst und ihr Engagement zu zeigen und in das Projekt einzubringen.

In Anerkennung der Leistungen des Beirats hoffen wir, dass das vorliegende Werkbuch dazu beitragen kann, einen Präventionsansatz zu entwickeln „mit der Möglichkeit, im außerfamiliären Rahmen Jugendliche zu sensibilisieren, zu entlasten und Hilfsangebote aufzuzeigen“ (Christa Klose), dass das Werkbuch „Räume zum Reden“ (Elli Scambor) eröffnet, in denen sich junge Menschen „offen und authentisch äußern können“ (Renata Landa López) und „das Gefühl haben, dass sie darüber reden können“ (Sylvia Fein), was sie erleben mussten oder ihnen offengelegt wurde.

## Danksagung

Das Projekt-Team möchte sich zudem bei allen Teilnehmer:innen der Studie bedanken, die bereit waren, so offen mit uns über ihre Erfahrungen zu sprechen. Nur durch dieses Engagement war es uns möglich, Wissen über den Prozess des Anvertrauens sexualisierter Gewalt und den Umgang der Adressat:innen damit zu erheben und gemeinsam mit den Fachberater:innen Präventionsmodule zu entwickeln. Dieses Wissen und die Module sollen ein Beitrag sein, die Prävention sexualisierter Gewalt weiter auszubauen und junge Menschen besser zu stützen und zu stärken.

# Ziele und Aufbau des Werkbuchs

Dieses Werkbuch zielt darauf ab, über die Ergebnisse der Studie „Peers als Adressat:innen von Disclosure und Brücken ins Hilfesystem“ (PAD-Studie) des Deutschen Jugendinstituts (DJI) zu informieren und dieses Wissen sowie konzeptionelle Schlussfolgerungen daraus für die Präventionspraxis aufzubereiten. Schwerpunkt der Studie war die Erforschung von möglichen Unsicherheiten, Problemen und Konflikten rund um die Rolle von gleichaltrigen Jugendlichen im Prozess der Offenlegung sexualisierter Gewalterfahrungen, dem sogenannten Disclosure, und ihrem Zugang zum Hilfesystem (z. B. Beratungsstellen).

In Kooperation mit den Beratungsstellen Wildwasser Augsburg e. V., Präventionsbüro Ronja und Frauennotruf Westerbürg wurde für die Präventionsarbeit das vorliegende Werkbuch mit inhaltlichen und methodischen Bausteinen zur Thematisierung von Jugendlichen als Adressat:innen von Disclosure (deutsch: Offenlegung, Anvertrauen) sexualisierter Gewalterfahrungen entwickelt.



Es umfasst drei Präventionsmodule *Sexuelle Grenzverletzungen und sexualisierte Gewalt unter Jugendlichen – Dynamiken und Hilfestrategien für Betroffene und Adressierte* (Modul 1, s. Kap. 5.1), *Tausend Fragen im Kopf: Kommunikation und Disclosure* (Modul 2, s. Kap. 5.2) und *Stepping Stones: Stärken und Grenzen einer Freundschaft* (Modul 3, s. Kap. 5.3), die eigenständig durchgeführt oder in bereits bestehende Angebote von Präventionsstellen integriert werden können. Neben den Ablaufbeschreibungen der Module mit zahlreichen Übungen finden sich im Anhang reichhaltige Materialien für deren Durchführung.

Das Werkbuch ist folgendermaßen aufgebaut: Kapitel 1 beschreibt die Zielgruppen des Werkbuchs und erläutert die Hintergründe des Forschungsprojekts. Die Fragestellung, das methodische Vorgehen und die Beschreibung der Stichprobe sind Gegenstand von Kapitel 2. Dort wird zudem der Prozess dargestellt, in dem die Forschungsergebnisse in Materialien für die Präventionsarbeit transferiert wurden. Kapitel 3 fasst den Stand wissenschaftlicher Erkenntnisse zum Anvertrauen sexualisierter Gewalterfahrungen unter Jugendlichen zusammen und beschreibt die Rolle der Peers darin. Auch wird der Frage nachgegangen, inwieweit diese Rolle in Prä-

ventionsangeboten konzeptionell berücksichtigt wird. In Kapitel 4 werden zentrale Ergebnisse der Interviews mit Expert:innen, von sexualisierter Gewalt betroffenen Jugendlichen und Jugendlichen, denen solche Erfahrungen anvertraut wurden, dargestellt. Sie bilden in Verbindung mit der in Kapitel 3 behandelten empirischen Literatur die Wissensgrundlage für die drei Präventionsmodule, die in Kapitel 5 beschrieben werden.

Modul 1 behandelt Disclosure spezifisch nach sexualisierter Gewalt unter Jugendlichen. Ziel ist es, die Wahrnehmung von sexualisierter Gewalt, auch in ersten Partnerschaften, zu schärfen. Zudem geht es um mögliche Formen der Hilfe.

Modul 2 zielt darauf ab, das Wissen über sexualisierte Gewalt zu erhöhen. Denn ein Mangel an solchem Wissen führt bei Jugendlichen zu einer großen Verunsicherung, wenn Peers ihnen von sexualisierten Gewalterfahrungen berichten. Durch grundlegende Informationen über mögliche Folgen von Traumatisierung sollen Jugendliche zudem darauf vorbereitet werden, für sie überraschende und belastende Handlungen und Schilderungen Betroffener zu verstehen und mit ihnen umzugehen.

Modul 3 fokussiert darauf, Jugendliche zur Unterstützung ihrer betroffenen Peers zu befähigen, aber auch dazu, die eigenen Grenzen wahrzunehmen und für sich selbst zu sorgen. Sie sollen ermutigt werden, sich in Überforderungssituationen selbst Hilfe zu holen.

Die Modulbeschreibung beginnt jeweils mit Ergebnissen der PAD-Studie und anderer Studien zum jeweiligen Thema des Moduls. Anschließend werden Aufbau, Ziele und Materialien erläutert. Die Materialien zur Durchführung der Module finden sich im Anhang des Werkbuchs.

## 1.1 Zielgruppe des Werkbuchs

Dieses Werkbuch adressiert primär all diejenigen, die in der Prävention sexualisierter Gewalt als Lehr- und Fachkräfte tätig sind, beispielsweise in Beratungsstellen oder an der Hochschule. Die hier beschriebenen Module können in bereits bestehende Präventionskonzepte integriert werden, wenn dem Stellenwert von Jugendlichen im Prozess der Offenlegung sexualisierter Gewalterfahrungen und der Hilfesuche besonders Rechnung getragen werden soll. Das Werkbuch ist darüber hinaus auch für Studierende pädagogischer und psychologischer Fachrichtungen informierend, die in ihrer späteren Berufspraxis damit konfrontiert werden können, von jugendlichen Disclosure-Adressierten um Unterstützung gebeten zu werden.

Wir empfehlen, die Präventionsmodule nur dann durchzuführen, wenn bereits Erfahrungen in der Präventionspraxis vorhanden sind und ein sicherer Umgang mit den Themen sexualisierte Gewalt und Traumatisierungen gewährleistet werden kann.

#### **Für wen?**

- **Fachkräfte aus der Präventionspraxis**
- **Hochschullehrende**
- **Studierende (sozial-)pädagogischer und psychologischer Fachrichtungen**

**Voraussetzung für die Durchführung der Module: Erfahrungen in der beruflichen Praxis & Sicherheit im Umgang mit den behandelten Themen**

## 1.2 Hintergründe des Forschungsprojekts „Peers als Adressat:innen von Disclosure und Brücken ins Hilfesystem“

Das Projekt fügt sich in die Wissens- und Forschungslandschaft zu Fragen sexualisierter Gewalt ein, indem es an Ergebnisse der ersten Förderlinie des Bundesministeriums für Bildung und Forschung (BMBF) zu sexualisierter Gewalt gegen Kinder und Jugendliche in pädagogischen Kontexten anknüpft. Zu den wesentlichen und mehrfach bestätigten Befunden dieser Förderlinie sowie weiterer wissenschaftlicher Untersuchungen in Deutschland zum Thema sexualisierter Gewalt in pädagogischen Kontexten zählt die Einsicht, dass Jugendliche, die sexualisierte Gewalt erfahren haben, sich häufig zunächst nicht erwachsenen Vertrauenspersonen, sondern eher Gleichaltrigen, sogenannten Peers, anvertrauen. Beratungsstellen zu sexualisierter Gewalt greifen in ihren Präventionsangeboten ein Sich-Anvertrauen (engl. Disclosure) gegenüber Gleichaltrigen zwar am Rande auf, konnten sich dabei jedoch nicht auf gesichertes Wissen über die damit verbundenen Implikationen stützen (AMYNA 2016). Ein solches empirisches Wissen zu erheben und auf dieser

Grundlage zusammen mit Beratungsstellen inhaltlich und methodisch fundierte Module zu Peers als Adressat:innen von Disclosure für die Präventionsarbeit zu entwickeln, war daher das Hauptziel des Projekts.

Die entwickelten Module sollen dazu dienen, von sexualisierter Gewalt betroffene Jugendliche einerseits und jugendliche Adressat:innen von Disclosure andererseits zu stützen sowie Wege ins Hilfesystem zu bahnen. Jugendliche Adressat:innen von Disclosure sollen im Bemühen, ihren Freundinnen und Freunden zu helfen, vor Überforderung geschützt und bei der emotionalen Bewältigung belastender Schilderungen sexualisierter Gewalt unterstützt werden.



# Projektbeschreibung

Grundlage des Werkbuchs ist die vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) finanzierte und vom DJI durchgeführte Studie „Peers als Adressat:innen von Disclosure und Brücken ins Hilfesystem“. Der Begriff Disclosure steht für das Anvertrauen erlebter sexualisierter Gewalterfahrungen. Nationale und internationale Studien zeigen, dass sich Jugendliche, die sexualisierte Gewalt erfahren haben, häufig (zunächst) nicht erwachsenen Vertrauenspersonen, sondern Gleichaltrigen (engl. Peers) anvertrauen (Maschke/Stecker 2018; Lemaigre/Taylor/Gittoes 2017; Edgardh/Ormstad 2000). Dies wird Peer-Disclosure genannt und gilt für alle Kontexte sexualisierter Gewalt, z. B. sexualisierte Gewalt innerhalb der Familie, in Teenagerbeziehungen oder in Freizeitbekanntschaften.

Das Phänomen des Peer-Disclosure als besondere Form der Interaktion und des Beziehungshandelns von Jugendlichen war Gegenstand der Analyse in der vorliegenden Studie. Studie und Werkbuch möchten zu einem besseren Verständnis praxisrelevanter Aspekte des Phänomens Peer-Disclosure beitragen, wobei verschiedene Perspektiven sowie Akteur:innen aus der Präventionspraxis einbezogen wurden.

**Disclosure = Anvertrauen sexualisierter Gewalterfahrungen**

**Peer-Disclosure = Anvertrauen sexualisierter Gewalterfahrungen unter Jugendlichen (zunächst) ohne den Einbezug von Erwachsenen**

## 2.1 Wer wurde befragt?

In der ersten Projektphase wurden drei Zielgruppen befragt. Die Forschungsfrage lautete:

„Welche Herausforderungen ergeben sich aus einem Disclosure gegenüber Gleichaltrigen, und wie können sie in Präventionsangeboten so berücksichtigt werden, dass sowohl jugendliche Opfer sexualisierter Gewalt als auch jugendliche Disclosure-Adressierte bestmögliche Unterstützung erfahren?“

Die Befragung der Zielgruppen diente der Untersuchung von Herausforderungen, Fragen und Konflikten, die sich aus einem Disclosure gegenüber Gleichaltrigen ergeben können. Dabei sollten insbesondere die Sichtweisen von Jugendlichen und

jungen Erwachsenen im Fokus stehen, um sicherzustellen, dass deren Sichtweisen und Interessen in die zu entwickelnden Konzepte einfließen.

Die befragten Zielgruppen waren:

- Expert:innen aus der Praxis, z. B. von Beratungsstellen zu sexualisierter Gewalt und anderen psychosozialen Beratungsstellen, von Hilfefonetellen und Online-Beratungsangeboten in Deutschland (13 Interviews);
- von sexualisierter Gewalt betroffene junge Erwachsene (13 Interviews);
- Peer-Adressat:innen, also Jugendliche, die von einer/einem betroffenen Gleichaltrigen ins Vertrauen gezogen wurden (9 Interviews).

Insgesamt wurden 35 Interviews geführt und analysiert. Die Interviews dauerten 1,5 bis 3 Stunden und wurden mittels qualitativer Verfahren der Sozialforschung ausgewertet. Ziel der anonymen und vertraulichen Interviews war es zu erfahren, wie Jugendliche und junge Erwachsene, die sexualisierte Gewalterfahrungen gemacht haben, bessere Hilfe erhalten können. Darüber hinaus ging es um die Frage, welche Unterstützung die Gleichaltrigen, denen diese Erfahrungen anvertraut wurden, brauchen und sich wünschen.

## 2.2 Wie wurde ausgewertet?

Die Auswertung erfolgte inhaltlich vergleichend über die erhobenen Fälle. Die Interviews wurden aufgenommen, transkribiert und thematisch codiert. Über die inhaltliche Zusammenfassung im Rahmen einer formulierenden Interpretation hinaus wurden ausgewählte Schlüsselpassagen, d. h. inhaltlich besonders dichte Passagen, sequenzanalytisch ausgewertet, um implizite Normen und Zuschreibungen herauszuarbeiten, welche die Reaktionen auf ein Disclosure maßgeblich beeinflussen. Dazu gehören beispielsweise sogenannte sexuelle Skripte, d. h. Vorstellungen darüber, wie man sich in sexuellen Situationen als Mädchen oder Junge verhalten sollte oder Mythen über sexualisierte Gewalt.

## 2.3 Transfer in die Praxis

In einer zweiten Projektphase wurden aus den wesentlichen Befunden (siehe Kap. 4 und 5) zusammen mit den durch eine öffentliche Ausschreibung gewonnenen Fachberatungsstellen Wildwasser Augsburg e. V., Präventionsbüro Ronja und Frau-

ennotruf Westerburg Angebote für die Präventionsarbeit entwickelt und erprobt. In mehrtägigen Expert:innen-Workshops wurden die Studienergebnisse den Fachpraktiker:innen vorgestellt und mit ihnen diskutiert, bevor mit der Entwicklung der Angebote für die Präventionsarbeit begonnen wurde.

Die Durchführung des Projekts und die Entwicklung der Module wurden von Beginn an von einem Beirat begleitet, in dem von sexualisierter Gewalt Betroffene sowie Fach- und Leitungskräfte aus der Präventionspraxis vertreten waren. Gemeinsam mit den Mitgliedern des Beirats und den Fachpraktiker:innen wurden die Themen und Inhalte diskutiert und Ergebnisse ausgewählt, die in den Präventionsangeboten enthalten sein sollten, um der Rolle von Peers als Adressat:innen von Disclosure und Brücke ins Hilfesystem gerecht zu werden. Die Ergebnisse der Workshops bildeten die Grundlage für die Konzipierung der Präventionsmodule, die unterschiedliche thematische Schwerpunkte setzen.

Einstieg und Basis aller Präventionsmodule bildet die Wissensvermittlung rund um den Themenkomplex sexualisierte Gewalt. Im Anschluss an die Aufklärung über sexualisierte Gewalt folgen die thematischen Spezifizierungen. Den Abschluss aller Präventionsmodule bilden Übungen zu Hilfe und Selbsthilfe sowie Informationen zu (über-)regionalen Anlaufstellen.

Die drei Präventionsmodule setzen sich aus Teilmodulen zusammen und sind in thematische Einheiten mit dazugehörigen Übungen untergliedert. Die Präventionsmodule folgen zwei unterschiedlichen Durchführungsprinzipien. Während in MODUL 1 die Teilmodule aus größeren praktischen Übungen bestehen, sind MODUL 2 und MODUL 3 kleinschrittiger aufgebaut.

Das Material zu MODUL 1, MODUL 2 und MODUL 3 findet sich im *Anhang* des vorliegenden Werkbuchs. Zur Durchführung der MODULE 2 und 3 können zudem auf der Homepage des DJI PowerPoint-Präsentationen heruntergeladen werden.

Die nachfolgende Grafik gibt einen Überblick über den Aufbau und die Themen der drei Präventionsmodule:

## 2.4 Darstellung der Präventionsmodule



# Das Anvertrauen sexualisierter Gewalt als Forschungsfeld: Peer-Disclosure-Forschung

Im Folgenden werden wissenschaftliche Erkenntnisse zum Anvertrauen sexualisierter Gewalterfahrungen unter Jugendlichen zusammenfassend dargestellt. Die Rolle der Peers in diesem Prozess wird näher beleuchtet und geprüft, wie sie in Präventionsangeboten konzeptionell berücksichtigt wird.

## 3.1 Disclosure gegenüber Peers nach erlebter sexualisierter Gewalt

Während sich Kinder, die sexualisierte Gewalt erlitten haben, in der Mehrheit Eltern oder Bezugspersonen anvertrauen, werden im Jugendalter Peers als Vertrauenspersonen zunehmend wichtiger (Reitsema/Grietens 2016; Paine/Hansen 2002). Europäischen Studien zufolge wandten sich Jugendliche in Stichproben aus Schweden (Pribe/Svedin 2008) und der Schweiz (Mohler-Kuo u. a. 2014) entsprechend bevorzugt an Gleichaltrige, sofern sie erfahrene sexualisierte Gewalt überhaupt jemandem anvertrauten. Untersuchungen aus Deutschland stimmen mit diesem Befund überein. In der aktuellen Studie zur Jugendsexualität der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA 2021) wurden Mädchen und junge Frauen im Alter zwischen 14 und 25 Jahren gefragt, ob und wenn ja, wem sie sich nach sexualisierter Gewalt anvertraut haben. Rund 30 % der Befragten gaben an, direkt nach der Tat jemandem davon erzählt zu haben, 17 % erst einige Tage später. Allerdings haben 25 % der Mädchen und jungen Frauen mit niemandem darüber gesprochen. Wenn sie sich jemandem anvertraut hatten, spielte auch in dieser Studie Peer-Disclosure für die überwiegende Mehrheit der Befragten eine wichtige Rolle. So gaben 72 % der betroffenen Mädchen und jungen Frauen an, mit einer Person aus dem Freundeskreis gesprochen zu haben. Nur 10 % wandten sich an das soge-

nannte professionelle Hilfesystem, d. h. an Therapeutinnen und Therapeuten oder Fachberatungsstellen (BZgA 2021).

In einer weiteren deutschlandweiten Befragung von mehr als 4.000 Schüler:innen der 9. Klassen in vier Bundesländern vertrauten sich 55 % der von sexualisierter Gewalt betroffenen Mädchen und Jungen einer gleichaltrigen Vertrauensperson an. Erwachsene außerhalb des Schulkontextes wurden demgegenüber zu 31 % und Erwachsene im Schulkontext zu 12 % als Adressat:innen von Disclosure genannt (Mehrfachnennungen möglich) (Hofherr/Kindler 2018). Bei eher belasteten Gruppen von Jugendlichen, etwa in stationären Einrichtungen der Jugendhilfe und in Internaten, fanden sich generell geringere Disclosure-Raten. Noch stärker trat hier hervor, dass Jugendliche sich häufiger Gleichaltrigen anvertrauen als den betreuenden pädagogischen Mitarbeitenden oder anderen Erwachsenen. In zwei vorliegenden Untersuchungen wandten sich rund die Hälfte (49 %) (Rau u. a. 2016) bzw. 61 % (Derr u. a. 2017) der in stationären Jugendhilfeeinrichtungen bzw. Internaten lebenden Jugendlichen nach sexualisierter Gewalt an Gleichaltrige. Mit Mitarbeiter:innen sprachen dagegen nur 18 bzw. 36 % dieser Jugendlichen über die Erlebnisse. So kann festgehalten werden, dass jugendliche Peers „mit Abstand die wichtigsten Ansprechpartnerinnen und -partner für Jugendliche, die sexuelle Gewalt erleben mussten“, sind (Derr u. a. 2017, S. 17).

**Jugendliche sprechen am ehesten mit anderen Jugendlichen über erlebte sexualisierte Gewalt.**

Die vergleichsweise stärkere Bevorzugung von Peers als Adressat:innen von Disclosure bei Übergriffen unter Gleichaltrigen ist u. a. deshalb von Bedeutung, weil sexualisierte Gewalt im Jugendalter zu einem großen Anteil von anderen Jugendlichen ausgeübt wird, wie etwa Übersichtsarbeiten von Krahe und Scheinberger-Olwig (2002) sowie von Allroggen, Rau und Fegert (2012) zeigen. Mehrere aktuelle Studien bestätigen den Befund zudem für Risikostichproben, etwa für Jugendliche in stationären Einrichtungen (z. B. Allroggen u. a. 2017). Dieses Muster zeigte sich auch international etwa in zwei größeren US-amerikanischen Untersuchungen (Stein/Nofziger 2008; Kogan 2004), wobei sich Jugendliche in der zuletzt genannten Studie mit einer dreimal so hohen Wahrscheinlichkeit anderen Jugendlichen im Verhältnis zu Erwachsenen anvertrauten, wenn die Gewalt von Gleichaltrigen ausgegangen war, während bei Tatpersonen aus der Familie ein Disclosure gegenüber Erwachsenen wahrscheinlicher wurde.

**Sexualisierte Gewalt im Jugendalter geht überwiegend von anderen Jugendlichen aus.**

Als Erklärungsansatz dafür, warum Jugendliche sich vor allem anderen Peers und nicht Personen aus dem Hilfesystem oder anderen Erwachsenen anvertrauen, vermuten Malloy, Brubacher und Lamb (2013) befürchtete negative Folgen von Disclosure gegenüber Erwachsenen und Normen von Geheimhaltung bzw. Vertraulichkeit als Teil der Konzepte von Freundschaft bei Jugendlichen (vgl. Kap. 4).

Auch Priebe und Svedin (2008) vermuten als Ursachen dieses Musters befürchtete negative Reaktionen von Erwachsenen, etwa die Rücknahme zuvor gewährter Freiräume bezüglich der mit Gleichaltrigen verbrachten Zeit. Darüber hinaus wird die Wahl von Peers als Vertrauenspersonen für Disclosure vor allem mit einer im Jugendalter generell wachsenden Bedeutung emotionaler Unterstützung durch ausgewählte Peers in Zusammenhang gebracht (Feiring/Taska/Lewis 1998; Furman/Buhrmester 1992).

**Jugendliche zögern, sich nach sexualisierter Gewalt Erwachsenen anzuvertrauen, weil sie negative Reaktionen befürchten wie z.B. den Verlust von Vertraulichkeit oder die Einschränkung von Freiräumen.**

Disclosure ist für Betroffene mit Risiken und Chancen verbunden. So weisen längsschnittliche Befunde an erwachsenen Opfern sexualisierter Gewalt (z. B. Ullman/Peter-Hagene 2016; Orchowski/Untied/Gidycz 2013) darauf hin, dass sich unterstützend erlebte Reaktionen positiv auf die Bewältigung sexualisierter Gewalterfahrungen auswirken. Ablehnung, ein kontrollierendes Verhalten der Vertrauensperson oder ein ungewollter Verlust der Vertraulichkeit hingegen wirken sich negativ für die Betroffenen aus. Bei Jugendlichen scheinen bestätigende längsschnittliche Befunde allerdings auszustehen. Auch liegen keine vergleichenden Studien zu Disclosure-Situationen zwischen Jugendlichen und Erwachsenen mit Blick auf Erwartungen, Inhalte und Reaktionen vor. Die wenigen hierzu vorliegenden Untersuchungen berichten von überwiegend als unterstützend empfundenen Reaktionen gleichaltriger Adressat:innen von Disclosure im Jugendalter (für eine Forschungsübersicht siehe Reitsema/Grietens 2016). Für Deutschland berichteten in einer Befragungsstudie von Schüler:innen aus der 9. Klasse 86% derjenigen Betroffenen, die sich gleichaltrigen Freund:innen anvertraut hatten, von unterstützenden Reaktionen (Hofherr/Kindler 2018). Bei Disclosure gegenüber Erwachsenen lag der Anteil unterstützender Reaktionen geringfügig höher (88 %); allerdings war der Anteil der berichteten negativen Reaktionen von Erwachsenen mit 33 % mehr als doppelt so hoch wie bei Disclosure gegenüber Gleichaltrigen (13 %, Mehrfachantworten möglich). In einer Risikostichprobe zeigten sich Jugendliche aus stationären Jugendhilfeeinrichtungen und Internaten, die sich bei erlebter sexualisierter Gewalt Gleichaltrigen anvertraut hatten, rückblickend zufriedener als Jugendliche, die mit Erwachsenen gesprochen hatten (Rau u. a. 2016).

Gleichzeitig scheinen die Raten der Weiterleitung ins Hilfe- bzw. Justizsystem bei Disclosure gegenüber Gleichaltrigen geringer als bei Disclosure gegenüber Erwachsenen (Hofherr/Kindler 2018; Priebe/Svedin 2008; Stein/Nofziger 2008). Qualitative Analysen zeigen allerdings auch, dass der Einbezug des Hilfesystems von den Betroffenen teilweise als Kontrollverlust erlebt wurde, da es sich manchmal um eine ungewollte Informationsweitergabe handelte (z. B. Campbell u. a. 2015). Mit Ausnahme einer Studie aus der Schweiz (Schönbucher u. a. 2012, 2014) scheinen die in der Forschung mit Jugendlichen bislang entwickelten Kategorien zu Motiven, Erwartungen und empfundenen Reaktionen auf Disclosure nach sexualisierter Gewalt allerdings deutlich undifferenzierter als in der Forschung mit Erwachsenen, was die Entwicklung adäquater Hilfen für Jugendliche erschwert haben könnte.

## 3.2 Der Begriff Peers

Der Peer-Begriff ist aus dem Englischen entlehnt und wird mit „gleichgesinnt“, „gleichrangig“ oder „gleichaltrig“ übersetzt. Auch wenn der Begriff in verschiedenen Forschungsfeldern immer etwas anders verwendet wird, wird er in der deutschsprachigen Forschung zu Kindern und Jugendlichen gebraucht, um zu beschreiben, dass ungefähr gleichaltrige Menschen durch mehr oder weniger ähnliche soziale Zusammenhänge in sogenannten Peergroups miteinander verbunden sind. Im Vergleich zum Generationenbegriff betont Peer dabei nicht nur das Alter, sondern gemeinsame Sozialisationsprozesse, also das Aneignen ganz eigener Fähigkeiten, Orientierungen und gemeinschaftlicher Praktiken (Köhler/Krüger/Pfaff 2016). Im Unterschied zur Beschreibung von beispielsweise Freundschaften unter Jugendlichen ist der Peer-Begriff aber offener. Peerbeziehungen umfassen eine größere Bandbreite an sozialen Beziehungen, die hinsichtlich verschiedener Aspekte unterschieden werden. Zu diesen Unterscheidungskriterien gehören die Freiwilligkeit des Kontakts (z. B. freundschaftliche Beziehungen vs. Klassenkamerad:innen), die Beziehungsqualität (z. B. ob man sich mag oder nicht) und die Intensität bzw. Kontinuität des Kontakts (Köhler/Krüger/Pfaff 2016).

## 3.3 Die Rolle von Peerbeziehungen in der Jugend

Jugendliche spielen untereinander und füreinander eine wichtige Rolle. Der Erziehungswissenschaftler Jürgen Zinnecker prägte für die besondere Form der Sozialisa-



tion im Jugendalter den Begriff „Peer-Sozialisation“ (2000). Damit hebt er hervor, dass sich die Entwicklung von Jugendlichen gerade dadurch auszeichnet, dass sie relativ unabhängig von Erwachsenenwelten stattfindet. In der Adoleszenz entwickeln sich zunehmend komplexe Beziehungsgefüge unter Jugendlichen, die eine gewisse Unabhängigkeit von den erwachsenen Lebenswelten haben. Unter Verweis auf diverse Untersuchungen, zeige sich laut Zinnecker, dass „die entscheidenden Impulse zur Sozialisation heute von den Peers und nicht mehr von den Sozialisationsinstanzen der älteren Generation herrühren“ (Zinnecker 2000, S. 283). Dies bedeutet dann auch, dass nicht nur Eltern und Erwachsene aus dem Hilfesystem in den Blick genommen werden sollten, wenn es darum geht, betroffene Jugendliche sexualisierter Gewalt zu unterstützen, sondern eben auch ihre in vielen Lebenslagen sehr enge Bezugsgröße, die Peers.

Studien der Peer-Einflussforschung zeigen, dass das Verhalten Jugendlicher und dessen Veränderung in einem direkten und indirekten Zusammenhang mit dem Verhalten ihrer Peers, dabei vor allem der Freund:innen, steht (Giletta u. a. 2013). Gerade hierin liegt eine bislang kaum genutzte Ressource für die Prävention sexualisierter Gewalt. Für Problemstellungen von Kriminalität, Aggression und Substanzkonsum hingegen wird der Ansatz des indirekten und direkten Peer-Einflusses bereits berücksichtigt (Brechwald/Prinstein 2011). Unter einem direkten Peer-Einfluss versteht man ein sich angleichendes Verhalten, das sich Jugendliche durch Abschauen aneignen. Ein indirekter Peer-Einfluss besteht dann, wenn darüber hinaus auch Vorstellungen, Normen und Orientierungen unter Peers geteilt werden (Giletta u. a. 2013). Die hohe Bedeutung der Peers bietet also eine Chance, über gezielte Präventionsangebote für Jugendliche Betroffene und Adressat:innen zu erreichen, um Jugendliche nachhaltig zu stärken und auch das Sich-Anvertrauen untereinander zu erleichtern.

**Die hohe Bedeutung von Peers im Jugendalter bietet die Chance, sowohl von sexualisierter Gewalt betroffene Jugendliche als auch diejenigen Jugendlichen, denen sie sich anvertrauen, im Rahmen von Präventionsangeboten zu stärken.**

## 3.4 Jugendliche als Adressat:innen von Disclosure

International haben sich einige Studien mit dem Erleben von Disclosure aus der Perspektive der Adressierten und deren Sichtweisen auf das Geschehen bzw. ihrem Verhalten beschäftigt. Allerdings wurden nahezu durchgängig junge Erwachsene befragt (Mohler-Kuo u. a. 2014; Priebe/Svedin 2008). Die Anzahl der Studien zum Erleben von jugendlichen Disclosure-Adressat:innen ist insgesamt gering, und erstaunlicherweise wird das Belastungserleben eher ausgeblendet. Stattdessen fokussieren vorliegende Studien auf selbst berichtete Hilferaktionen oder auf das Selbstvertrauen, helfen zu können (Camp u. a. 2014). In der bereits erwähnten Befragung von mehr als 4.000 Schüler:innen in Deutschland gaben rund 20 % der Befragten an, mindestens eine Situation sexualisierter Gewalt mit Körperkontakt beobachtet oder davon gehört zu haben. Ein Drittel hat nach eigenen Angaben daraufhin der oder dem betroffenen Jugendlichen geraten, mit jemandem darüber zu sprechen. Jeder fünfte der adressierten Jugendlichen hat mit Erwachsenen außerhalb des Schulkontextes über die berichtete Gewalt gesprochen, 15 % mit Erwachsenen aus der Schule. Die häufigsten Gesprächspartner:innen waren mit 40 % jedoch auch für die Disclosure-Adressat:innen andere Jugendliche (Hofherr/Kindler 2018).

## 3.5 Jugendliche als Adressat:innen von Disclosure in Präventionsangeboten

Die Häufigkeit, mit der Jugendliche mit anderen Jugendlichen über erfahrene sexualisierte Gewalt sprechen, hat mehrfach zu der Forderung nach Angeboten für jugendliche Disclosure-Adressat:innen in der Präventionspraxis geführt (z. B. Schönbacher u. a. 2012; Stein/Nofziger 2008). Entsprechende Konzepte scheinen bislang jedoch nicht veröffentlicht. Allerdings gibt es sehr wohl Versuche der Präventionspraxis, auf den Bedarf zu reagieren. Im Rahmen einer Expertise im Auftrag des DJI befragte das Präventionsinstitut AMYNA e. V. 35 Beratungsstellen und sechs Anbietende von Selbstbehauptungskursen aus verschiedenen Bundesländern zur Berücksichtigung der Offenlegung sexualisierter Gewalterfahrungen gegenüber Peers in den Präventionsangeboten (AMYNA 2016). Eine grundsätzliche Berücksichtigung dieser Zielgruppe in den Präventionsangeboten für Kinder und Jugendliche bejahten 66 % der befragten Einrichtungen. Ein knappes Drittel der Einrichtungen (29 %) erklärte, diese Konstellation nur unter bestimmten Umständen zu

behandeln, z. B. wenn ein Kind oder Jugendlicher sie konkret auf die Anvertrauenssituation anspricht.

Beratungsstellen, die Disclosure gegenüber Gleichaltrigen thematisieren, gaben an, sowohl die Perspektive der Betroffenen als auch die der Adressat:innen zu besprechen. Bei Betroffenen gehe es um die Frage, an welche Freund:innen sie sich wenden könnten. Bei Adressat:innen gehe es um die Frage, welche Gefühle bei ihnen durch das Gehörte ausgelöst würden, wie sie die Betroffenen unterstützen könnten, wo ihre Grenzen lägen und wie sie mit der teilweise geäußerten Bitte, es niemandem weiterzuerzählen, umgehen könnten. Nur ein gutes Drittel der Einrichtungen, die den Aspekt der Offenlegung sexualisierter Gewalterfahrungen gegenüber Peers in ihren Angeboten berücksichtigen, gab an, über ein schriftliches Konzept zu verfügen. Hier setzt das DJI-Projekt „Peers als Adressat:innen von Disclosure und Brücken ins Hilfesystem“ und damit das vorliegende Werkbuch an, denn „gerade das strukturelle, soziale und psychologische Wissen über die Prozesse des Anvertrauens und Offenlegens von Missbrauchs- und Gewalterfahrungen würde die Weiterentwicklung der Präventionsmaßnahmen und eine weitere Professionalisierung des Umgangs mit Betroffenen vorantreiben“ (Gulowski/Krüger 2020, S. 30).

**Es besteht ein Mangel an Konzepten und Materialien für jugendliche Disclosure-Adressat:innen für die Präventionspraxis.**

# 4.

## Schlüsselergebnisse für die Praxis: Hilfe-konzepte von jugendlichen Peers

Im Folgenden werden zentrale Ergebnisse der Interviews mit von sexualisierter Gewalt betroffenen Jugendlichen und Jugendlichen, denen solche Erfahrungen anvertraut wurden, sowie mit Expert:innen aus der Hilfepraxis dargestellt. Aus diesen Erkenntnissen werden am Ende des Kapitels Ansatzpunkte für die Prävention abgeleitet.

„Die große Scheiße daran ist, dass man uns da hat so unvorbereitet drauf zugehen lassen. Was ja schon ziemlich unverantwortlich ist.“ Lexi, Adressatin

Die hier vorgestellten Inhalte sind für Lexi und für alle anderen Jugendlichen, die nicht wissen, was sie tun sollen, wenn sich Freund:innen ihnen anvertrauen und die sich von uns, den Erwachsenen, im Stich gelassen fühlen.

**Hinweis zur Anonymisierung: Die Namen der Interviewpartner:innen sind nicht die Klarnamen der befragten Personen, sondern immer ein Pseudonym. Die Interviews selbst wurden anonymisiert. Zur besseren Lesbarkeit wurden die Zitate sprachlich geglättet, der Wortlaut, die Verwendung spezieller Begriffe u. ä. wurden dabei nicht verändert.**

## 4.1 Was bedeutet es eigentlich zu helfen? Jugendliche Adressierte im Spannungsfeld zwischen Geheimhaltungs- und Handlungsdruck

„Also so im Bilderbuch steht ja, man soll zur Polizei gehen, aber es war ja auch klar, dass ich das nicht mach.“ Lexi, Adressatin

Die PAD-Studie zeigt, dass sich die befragten jugendlichen Adressierten während der Anvertrauensprozesse mit den betroffenen Personen im Spannungsfeld zwischen Geheimhaltung und Handlungsdruck wiederfinden. Dieses Spannungsfeld ergibt sich einerseits durch eine empfundene Verpflichtung zur Geheimhaltung und zum Schweigen, die mit dem Anvertrauen der erfahrenen sexualisierten Gewalt einhergeht. Für die Adressierten gilt es quasi als selbstverständlich, dass sie das ihnen Anvertraute nicht weitererzählen. Mögliche Überlegungen der Adressierten, das Anvertraute doch weiterzuerzählen und beispielsweise die Eltern der betroffenen Person einzuweihen, werden aus Loyalitätsgründen gegenüber der betroffenen Person meist wieder verworfen. Dieses Schweigegebot gilt nicht nur gegenüber möglichen Bezugspersonen der betroffenen Person wie den Eltern oder Personen aus dem professionellen Hilfesystem. Adressatin Lexi erzählt, dass es für sie ganz klar war, niemandem von der sexualisierten Gewalterfahrung ihrer Freundin zu erzählen, „also auch keinen, irgendwie, Lehrern oder Eltern oder so“ (Lexi, Adressatin). Die Verpflichtung zum Schweigen legen sich die Adressat:innen teilweise selbst auf. Dies bleibt auch dann relevant, wenn jugendliche Adressierte in Ausnahmefällen dennoch von der ihnen anvertrauten sexualisierten Gewalt erzählen. Die Adressatin Beyla, 17 Jahre, beschreibt, dass sie durch das Disclosure einer Freundin das erste Mal mit dem Thema sexualisierte Gewalt in Berührung gekommen ist und in der Folge das Bedürfnis hatte, mit jemandem darüber zu sprechen. Sie wägt zunächst ab, mit wem sie darüber sprechen könnte. Aufgrund der selbstaufgelegten Geheimhaltung entscheidet sie sich vorerst aber dagegen, mit weiteren Freund:innen darüber zu sprechen. Sie führt aus:

„Ich wollte nicht etwas weitersagen, das wär halt die Sache von Clara [betroffene Freundin] gewesen, und ich wollte dann nicht mit andern Leuten drüber reden, weil es ihre Entscheidung ist, wem sie das erzählt und wer das wissen soll und wer nicht“ (Beyla, 17 Jahre, Adressatin).

Beyla tauscht sich im weiteren Verlauf mit zwei weiteren Mädchen über die betroffene Freundin und die Situation aus. Dies ist für sie in Ordnung, da die betroffene

Person diesen beiden Adressatinnen ebenfalls von der sexualisierten Gewalt erzählt hatte. Allerdings achtet Beyla darauf, nichts zu erzählen, was die betroffene Person möglicherweise nur ihr, aber nicht den anderen Freundinnen erzählt hat.

Das Spannungsfeld ergibt sich andererseits durch einen enormen Handlungsdruck, den die Adressierten nach dem Disclosure der betroffenen Personen vielfach verspüren. Sie haben das Gefühl, etwas unternehmen und die betroffene Person ans Hilfesystem anbinden zu müssen, sofern noch nicht geschehen. Zwei Faktoren verstärken hierbei das Belastungserleben der jugendlichen Adressierten im Disclosure-Prozess. Dies ist zum einen eine ganz bestimmte Rollenverteilung zwischen Adressat:in und betroffener Person, die mit dem Schweigegebot einhergeht. Zum anderen ist dies eine stereotype Vorstellung von Hilfe, die unter jugendlichen Adressat:innen verbreitet und wirkmächtig ist (vgl. Kapitel 4.2.2 Hilfskonzepte von jugendlichen Adressierten)

**Jugendliche Disclosure-Adressat:innen werden oder fühlen sich dazu verpflichtet, nicht mit Dritten über die über die berichtete/erzählte sexualisierte Gewalt zu sprechen. Dieses Gebot steht in Konflikt zu dem Wunsch, Hilfe durch erwachsene Bezugspersonen oder professionelle Helfer:innen zu organisieren.**

## 4.2 Besondere Belastungsfaktoren

Durch den herausfordernden Disclosure-Prozess kommt es zu vielfältigen Gefühlen, wie z. B. Überforderung, Hilflosigkeit und Wut. Im Weiteren geht es um konkrete Belastungsfaktoren, welche die besondere Problematik von Peer-Disclosure verdeutlichen und gleichzeitig Möglichkeiten aufzeigen, an denen Prävention ansetzen und unterstützen kann.

### 4.2.1 Passive Helfer:innen als paradoxes Rollenkonzept

Die Entscheidungshoheit im Umgang mit der anvertrauten sexualisierten Gewalt wird von den Adressierten klar bei den Betroffenen verortet. Diese entscheiden nicht nur, ob, was und mit wem über die erfahrene sexualisierte Gewalt gesprochen

wird. Die Adressat:innen überlassen es den Betroffenen auch, ob, wann und auf welche Weise sie den Weg ins Hilfesystem gehen wollen. Dadurch sind die Rollen der betroffenen Person und des/der Adressierten klar verteilt: Die betroffene Person bestimmt den Umgang mit dem Disclosure, der/die Adressat:in unterstützt die betroffene Person auf ihrem Weg, hält sich ansonsten jedoch zurück und wird nicht ohne Zustimmung aktiv. Durch diese Rollenverteilung finden sich die Adressat:innen in einer passiven Position wieder, in der sie aus Loyalitätsgründen nicht selbst aktiv werden (dürfen).

Indem sich die Adressierten als passive Helfer:innen verstehen, fokussieren sie die Bedürfnisse der betroffenen Person bei gleichzeitiger Vernachlässigung bis hin zur Negierung eigener Bedürfnisse. Zwar schildern die Adressierten durchaus starke Gefühle von Überforderung und Hilflosigkeit. Allerdings scheinen sie diese in Relation zu den Gefühlen der betroffenen Personen zu setzen. Diesen messen die Adressat:innen einen besonderen Stellenwert zu, während ihre eigenen Bedürfnisse zwar vorhanden, aber angesichts der Situation der betroffenen Person zu vernachlässigen seien. Nicht die eigenen Bedürfnisse zählen, sondern vor allem jene der Betroffenen. So thematisieren Adressierte ihre eigenen Gefühle der Hilflosigkeit und Überforderung aus Rücksicht auf die Betroffenen im Austausch mit diesen nicht. Die Adressatin Kathrin, 20 Jahre, merkt an, dass sie der betroffenen Freundin gegenüber gar nicht zeigen wollte, dass sie so überfordert ist, weil sie sich dachte, dass diese bereits genügend Belastungen erlebe. Anstatt der betroffenen Freundin von ihrem Gefühl der Überforderung zu erzählen, kam Kathrin auf die Idee, sich eine handyfreie Woche „zu gönnen“, in der sie für die betroffene Freundin nur in Ausnahmefällen erreichbar war. Sie erzählt:

„(...) Ich wollte Lisa [betroffene Freundin] glaub ich damals auch einfach nicht sagen, so ich brauch jetzt mal ne Pause‘, ich wollt sie nicht im Stich lassen und ich wollt sie nicht alleine lassen und (...) das war dann irgendwie meine Strategie, einmal im Jahr diese Woche zu machen“ (Kathrin, 20 Jahre, Adressatin).

Die Adressatin Beyla, 17 Jahre, vergleicht ihr eigenes Gefühl der Überforderung in der Anvertrauenssituation mit den vermuteten Gefühlen der betroffenen Freundin und stellt sich die Frage:

„(...) Okay, wenn ich mit der Info schon so überfordert bin, wie überfordert muss sie [die betroffene Freundin] eigentlich damit sein, dass ihr das so passiert ist?“ (Beyla, 17 Jahre, Adressatin).

Dass die jugendlichen Adressierten ihre eigenen Bedürfnisse vernachlässigen, deckt sich auch mit den Angaben der befragten Fachkräfte. Zwar bieten Fachberatungsstellen durchaus auch Angehörigenberatung an. Diese wird jedoch vor allem von Eltern betroffener Kinder in Anspruch genommen. Jugendliche Peers als Adressierte hingegen fühlen sich davon nicht angesprochen, da sie sich nicht als Zielgruppe

von Beratungsstellen verstehen. Finden jugendliche Adressat:innen und betroffene Freund:innen doch einmal den Weg in eine Beratungsstelle, so stehen nach Schilderungen sowohl der befragten Fachkräfte als auch der befragten Adressierten im Beratungsgespräch die Gefühle und Bedürfnisse der betroffenen Person im Vordergrund.

**Die jugendlichen Adressat:innen verstehen sich als passive Helfer:innen, die nicht ohne Zustimmung der Betroffenen handeln dürfen. Dies kann zu Gefühlen von Hilflosigkeit und Überforderung führen, die aus Rücksicht auf die Betroffenen zurückgestellt werden.**

#### 4.2.2 Hilfekonzeppte von jugendlichen Adressierten

Ein Grund für den beschriebenen Handlungsdruck der jugendlichen Adressierten liegt darin, dass bei diesen häufig eine Vorstellung von „richtiger Hilfe“ zu existieren scheint, die sie ihre eigenen Handlungsmöglichkeiten und Wirkungsmacht als Freund:in übersehen lässt. Hilfe wurde, zumindest in den geführten Interviews, als aktive Unterstützung der betroffenen Person, sich Hilfe zu holen oder eine Strafverfolgung einzuleiten, verstanden. Dieses Hilfeverständnis der interviewten Jugendlichen unterscheidet zwischen einer eher juristisch-straftenden Instanz und einer eher professionell-helfenden Instanz. Auch Unterstützung bei der Einleitung juristischer Schritte, wie der Meldung bei der Polizei, der Anzeigeerstattung und der strafrechtlichen Verfolgung der Tatperson, wird in der Regel als „Hilfe“ verstanden.

Dies kann dann zu Spannungen oder Irritationen führen, wenn die betroffenen Jugendlichen nicht bereit sind, dies zu tun. Entweder liegen solche Irritationen auf der Seite der Adressat:innen, wie bei Lexi, für die bereits „im Bilderbuch steht, man soll zur Polizei gehen“, die es aber nicht tun würde, um die Freundin nicht unter Druck zu setzen. Möglich ist auch, dass sich die Betroffenen an dieser Stelle zu sehr unter Druck gesetzt fühlen; denn zur Polizei zu gehen, kann für betroffene Jugendliche ein zu schneller, großer Schritt sein. Die Betroffene Amira schildert, dass ihr Freund und Mitbewohner nach dem Anvertrauen erlebter sexualisierter Gewalt als allererstes gedrängt hatte, Anzeige zu erstatten, „eine weitere, folgende Vergewaltigung behielt ich dann für mich, weil ich nicht glücklich über die Reaktion meiner Freunde war“ (Amira, 22 Jahre, Betroffene).

Auch die Anbindung an eine professionell-helfende Instanz sowie die Inanspruchnahme von Hilfsangeboten in Form einer Therapie oder Unterstützung durch eine Beratungsstelle werden als konkrete Hilfe gesehen. Reines Zuhören, Trösten und Beistehen der betroffenen Person im Disclosure-Prozess wird hingegen vielfach nicht als (ausreichende) Hilfe verstanden. Dem Hilfeverständnis der jugendlichen



Adressierten liegt die Überzeugung zugrunde, dass erfahrene sexualisierte Gewalt aufgearbeitet und geahndet werden sollte und muss. Das Reden über die sexualisierte Gewalt mit erwachsenen Personen, wie den Eltern, weiteren Bezugspersonen oder Fachkräften des professionellen Hilfesystems, wird als wichtige Möglichkeit der Aufarbeitung der sexualisierten Gewalt verstanden und entsprechend für notwendig gehalten. Der Adressat Tobias äußert dementsprechend im Interview zur Bedeutung von Therapien und Therapeut:innen:

„(...) Ich geh davon aus, dass es eine Berechtigung gibt, warum es solche Leute gibt und dass die Methoden und Ahnung davon haben, wie man solchen Menschen, die davon betroffen sind, helfen kann.(...) Ich glaube sozusagen, um das gut aufzuarbeiten und da möglichst gut aus der Situation rauszugehen, ist es, glaube ich, an der Stelle super hilfreich für viele von den meisten Personen, sich sozusagen da professionelle Hilfe zu suchen; (...) Ich glaube, ohne [professionelle Aufarbeitung] stell ich mir das schwierig vor“ (Tobias, 20 Jahre, Adressat).

**Ein enges Verständnis von Hilfe verstärkt bei Adressat:innen den empfundenen Handlungsdruck.**

### 4.2.3 Ein Dilemma: helfen wollen, aber nicht können

Wie sich im Zitat der Adressatin Lexi zu Beginn des Kapitels andeutet, wird den Adressierten durch das (selbst) auferlegte Schweigegebot und die Verortung der Entscheidungshoheit bei den Betroffenen sowie durch eine stereotype Vorstellung von Hilfe die Möglichkeit zum Handeln genommen. Dadurch sind sie abhängig von den Entscheidungen der Betroffenen zum Umgang mit deren Erfahrungen. Wollen Betroffene juristisch-straftende und/oder professionell-helfende Instanzen nicht in Anspruch nehmen, finden sich die Adressat:innen in einer Situation wieder, in der sie sich als handlungsunfähig empfinden und eine scheinbar fast unüberwindbare Hürde einen Weg ins Hilfesystem versperrt. Adressatin Julia beschreibt ein solches Dilemma. Ihr haben sich mehrere Freundinnen und eine Verwandte anvertraut, sexualisierte Gewalt erfahren zu haben. Nur eine der Freundinnen überlegt, den Täter strafrechtlich zur Verantwortung zu ziehen. Die Betroffenen erlegen Julia explizit ein Schweigegebot auf. Dadurch findet sich Julia wiederholt in einer Situation wieder, in der sie nicht weiß, wie sie mit dem Disclosure umgehen soll:

„(...) Mir geht's um die Hilflosigkeit oder Verzweiflung sozusagen, dass man nicht weiß, was man machen soll, (...) was ich tun soll, wenn mir eine Person sowas erzählt, was ich mit dieser Ambivalenz anfangen soll, zwischen man sollte es eigentlich melden, aber man möchte trotzdem die Grenzen der betroffenen Person nicht

überschreiten, (...) weil sich die andere Person so sehr dagegen gewehrt hat, das jetzt irgendwie jetzt noch weiterzutragen sozusagen“ (Julia, 18 Jahre, Adressatin).

Es wird deutlich, dass die Adressatin Julia den Umgang der betroffenen Personen mit der widerfahrenen sexualisierten Gewalt respektieren möchte, gleichzeitig jedoch das Gefühl verspürt, etwas dagegen tun zu müssen: Sie will helfen – kann es in ihren Augen aber nicht.

#### 4.2.4 Wenn die Belastung zu groß wird – Jugendliche geben dem Handlungsdruck nach

Nur aus sehr triftigen Gründen haben sich Jugendliche in den vorliegenden Interviews entschieden, diese Hürde zu überwinden. Solche triftigen Gründe können beispielsweise die Verschlechterung der psychischen Verfassung der betroffenen Freundin oder des betroffenen Freundes sein. Der wahrgenommene Handlungsdruck wird bei den Adressierten noch größer, wenn die sexualisierte Gewalt anhält, die betroffene Person noch immer Kontakt zur Tatperson hat und/oder die betroffene Person durch die widerfahrene sexualisierte Gewalt psychisch stark belastet ist. Die Adressatin Beyla beschreibt eindrücklich ihre Überforderung im Umgang mit der betroffenen Freundin, deren psychische Verfassung sich zunehmend verschlechterte:

„Ich wusste nicht, was ich machen sollte, weil ja eben dieses Problem war, dass ich das niemandem erzählen durfte, (...) das war so schlimm, dass ich irgendwie nichts machen konnte, um ihr zu helfen, und dabei zuzusehen, wie es ihr immer schlechter ging, also dass ich da nichts dran ändern konnte, und ich wusste ja im Gegensatz zu ihren Eltern zum Beispiel, was mit ihr los ist, aber ich hatte nicht die Möglichkeit, ihr zu helfen; also es war eine sehr, sehr blöde Situation“ (Beyla, 17 Jahre, Adressatin).

Beyla und eine weitere Adressatin überwinden die Hürde der Geheimhaltung und Entscheidungshoheit erst, als die betroffene Freundin wegen einer Überdosis in ein Krankenhaus eingeliefert wird. Sie erzählen daraufhin der Mutter der betroffenen Freundin von der anvertrauten sexualisierten Gewalt. Hier wird der Loyalitätskonflikt deutlich. Beyla erzählt:

„Wir haben zwar immer von Clara [betroffene Freundin] eingepfiff bekommen: „nichts weitersagen, nichts!“, aber dann in dem Moment dachte Steffi sich einfach, dass das zu viel war einfach, dass wir das nicht unter Kontrolle haben, dass wir durch das Nichtweitersagen, dass wir das eigentlich schlimmer machen. Auf der einen Seite wollen wir ja Claras Willen respektieren; also die hatte sich ja auch schon

uns anvertraut und dann dieses Vertrauen zu missbrauchen, das tut uns ja leid; das war ja nicht gewollt. Aber wir wollen ja auch, dass es Clara gut geht und (...) wir haben halt geglaubt, dass es besser wäre, wenn (...) zumindest ihre Mutter das wissen würde“ (Beyla, 17 Jahre, Adressatin).

## 4.3 Wie sich das Spannungsfeld entspannen kann

### 4.3.1 Anbindung an das Hilfesystem

Der von den Adressierten empfundene Handlungsdruck wird deutlich reduziert, wenn sie von einer Anbindung der betroffenen Person an das Hilfesystem erfahren. Hier genügt es, dass die betroffene Person in irgendeiner Weise Hilfe erfährt, auch wenn diese Hilfe sich nicht unbedingt auf die Bearbeitung der sexualisierten Gewalt bezieht bzw. für die Adressierten nicht erkennbar ist, ob die sexualisierte Gewalt thematisiert wird. Die Adressatin Lexi beschreibt, dass es für sie und die anderen Adressatinnen eine Erleichterung war zu erfahren, dass die betroffene Freundin in psychologischer Behandlung ist:

„Wir waren ein bisschen irgendwie gefühlt damals entlastet, weil wir wussten, dass sie zu einer Gesprächstherapie irgendwie geht; ich hab des damals aber nicht ganz verstanden, was des war“ (Lexi, 18 Jahre, Adressatin).

Auch bei anderen Adressat:innen wurde dieser Effekt in den geführten Interviews sichtbar.

### 4.3.2 Rollenklarheit und Grenzen

Der Handlungsdruck scheint bei Adressierten ebenfalls dann nicht vorhanden oder deutlich reduziert, wenn diese eine realistische Einschätzung ihrer eigenen Rolle im Disclosure-Prozess haben. Dazu gehört beispielsweise, dass sich die Adressat:innen zwar als Gesprächspartner:in anbieten, sie sich jedoch gleichzeitig klar davon distanzieren, eine mögliche Therapeut:innenrolle im Umgang mit der betroffenen Person einzunehmen. Dem Adressaten Tobias scheint beispielsweise klar zu sein, welche Unterstützung er der betroffenen Freundin bieten kann und wo er in seiner Rolle als jugendlicher Adressat an seine Grenzen stößt. Hier scheint er für sich in

seiner Rolle auch eine klare Abgrenzung zu den Möglichkeiten des professionellen Hilfesystems vorzunehmen. Er äußert:

„(...) Ich habe nochmal drauf hingewiesen, dass ich ihr zwar gerne zuhören und auch weiterhin zur Verfügung stehe, dass ich aber dafür nicht ausgebildet bin und ich glaube, dass es vielversprechender ist, das mit einer Person zu besprechen, die da entsprechend geschult ist in der Richtung. Ich geh davon aus, (...) dass das weit über das hinausgeht [Unterstützung durch professionelles Hilfesystem], was man selber als einfacher Ansprechpartner zur Verfügung stellen kann; ich kann denen ja nur ein sicheres Gesprächsumfeld bieten (...)“ (Tobias, 20 Jahre, Adressat).

### 4.3.3 Unterstützung von außen – Erwachsene im Helfer:innen-Feld

Erwachsene aus dem Helfer:innen-Feld können den jugendlichen Adressierten helfen, ihre eigenen Grenzen im Disclosure-Prozess wahrzunehmen und zu vertreten sowie eine für sie machbare Rolle im Prozess von Anvertrauen und Bewältigung einzunehmen. Mithilfe dieser Unterstützung von außen – beispielsweise durch geschulte Fachkräfte an Schulen oder von Beratungsstellen – können jugendliche Adressierte ihr empfundenes Verantwortungsgefühl für die betroffene Freundin oder den betroffenen Freund und ihre Gefühle von Überforderung und Hilflosigkeit deutlich reduzieren. Die Adressatin Kathrin, 20 Jahre, beschreibt einen hochbelastenden Disclosure-Prozess mit einer Freundin. Sie stand dieser über einen längeren Zeitraum intensiv bei, indem sie beispielsweise ständig telefonisch verfügbar war, auch nachts. Kathrin wollte der betroffenen Freundin einerseits helfen und für sie da sein, andererseits wurde es ihr zu viel, und sie hatte am Ende keine Kraft mehr. Durch die Beraterin einer Frauenberatungsstelle, an die sie sich zusammen mit der betroffenen Person gewandt hat, lernte Kathrin, eine ihr mögliche und für sie machbare Rolle im Disclosure-Prozess einzunehmen. Sie erfuhr, dass sie als gute Freundin für die betroffene Person da sein kann. Eine Therapie konnte sie jedoch nicht ersetzen, egal wie sehr sie sich anstrengt. Dieser Perspektiven- und Rollenwechsel wurde von Kathrin als sehr hilfreich beschrieben und unterstützte sie darin, das Verantwortungsgefühl für die betroffene Freundin zu reduzieren.

Klare Rollen und Aufgaben im Disclosure-Prozess unterstützen die jugendlichen Adressierten, in diesem Spannungsfeld besser zu bestehen. Sie erlernen ein breiteres Verständnis von Hilfe, kennen besser ihre Möglichkeiten und Grenzen und weisen diese aus. Der Handlungsdruck wird für die Jugendlichen verringert, da ihnen klarer wird, dass sie bereits unterstützend handeln, wenn sie zuhören und im Rahmen ihrer Möglichkeiten verfügbar sind, auch wenn Betroffene keine direkte Begleitung zur Polizei oder in eine Beratungsstelle wünschen.

## 4.4 Was fehlt, sind Konzepte

Die von den Adressierten beschriebenen Reaktionen auf die Situation des Anvertrauens und deren Reflexion machen deutlich, dass den jugendlichen Adressierten vielfach ein Konzept von angemessenem Verhalten in einer Disclosure-Situation fehlt. Sie haben keine Übung bzw. Erfahrung darin und können sich nicht vorstellen, wie ein richtiges Reagieren in einer solchen Situation aussehen kann.

### 4.4.1 Unsicherheiten im Umgang mit der Disclosure-Situation

In der Reflexion der erlebten Disclosure-Situationen zeigt sich bei den Adressierten auch Jahre danach eine große und anhaltende Unsicherheit, wie sie am besten auf das Offenlegen sexualisierter Gewalt reagieren sollen. Interessant ist dabei, dass sich diese Unsicherheit nicht nur bei Adressat:innen findet, die sich selbst in der konkreten Situation als stark überfordert beschreiben. Diese Unsicherheit zeigt sich auch bei Adressierten, die sich privat in der Prävention sexualisierter Gewalt engagieren, sich viel mit der Problematik der sexualisierten Gewalt beschäftigen und/oder souverän in der konkreten Disclosure-Situation reagierten. Der Adressat Peter erzählt in der Reflexion von seiner Unsicherheit bezüglich seiner damaligen Reaktion, als sich ihm eine Bekannte anvertraute:

„ (...) Was ich jetzt halt im Nachhinein anders gemacht hätte, ich hätte vielleicht einfach nicht so viel fragen sollen und halt sie erzählen lassen, was sie erzählen wollte, vielleicht, aber ich bin mir da jetzt auch nicht hundert Prozent sicher, ob das auch das richtige gewesen wäre, ich weiß es nicht. (...) Ich wusste natürlich auch und weiß auch heute nicht genau, wie man auf sowas reagiert also (...) es sind viele Vielleichts“ (Peter, 17 Jahre, Adressat).

Die anhaltende Unsicherheit bei den Adressierten lässt sich teilweise durch das Fehlen eines Konzepts zum richtigen Verhalten in einer Disclosure-Situation erklären. Das verunsichert nicht nur in der Situation selbst, sondern auch danach. Offen bleibt die Frage, habe ich alles richtig gemacht? Nicht überraschend ist es daher, dass Adressat:innen in den Interviews immer wieder den Wunsch äußerten, sie hätten gerne gewusst, was in einer Anvertrauenssituation zu beachten sei, damit sie gut hätten reagieren können. Die Adressatin Lexi erzählt:

„ (...) im Nachhinein hätte mir irgendjemand mal gesagt, dass sowas passiert und dass ein paar Sachen wichtig sind oder dass so Menschen traumatisiert sind oder des

und des brauchen oder so, des hätte es glaub ich schon einfacher gemacht, in der Situation vielleicht noch richtiger zu reagieren und sich nicht so hilflos zu fühlen, oh fuck was mach ich jetzt; sag ich jetzt irgendwie, was ist meine Handlung, was tut ihr gut (...)" (Lexi, 18 Jahre, Adressatin).

#### 4.4.2 Ansätze der PAD-Prävention

Hier setzt die „PAD-Prävention“ ein, die Jugendliche befähigen soll, für sich stimmig zu reagieren und die sie bei unterstützendem Zuhören auch darin bestätigt, dadurch bereits Hilfreiches getan zu haben.

Ein solcher Ansatz ist sinnvoll, da die Interviews verdeutlichen, dass Jugendliche nicht auf ein geteiltes Konzept von sinnvollem und stimmigem Verhalten in einer Disclosure-Situation zurückgreifen können. Selbst wenn Adressat:innen stark ihrer Intuition vertrauen, richtig zu handeln, wünschen sie sich doch Unterstützung bei der Reflexion ihres Verhaltens.

# Module für die Präventionsarbeit

Anhand der Erkenntnisse aus den Interviews in Verbindung mit dem Befund anderer Studien, dass sexualisierte Gewalt im Jugendalter vor allem von anderen Jugendlichen ausgeübt wird (s. *Kapitel 3*), wurden drei wichtige Themen identifiziert, um Jugendliche im Rahmen von Präventionsangeboten auf Situationen vorzubereiten, in denen sie von sexualisierter Gewalt gegen Peers erfahren. Dies sind Dynamiken bei sexualisierter Gewalt unter Jugendlichen und darauf bezogene Hilfestrategien (1), Wissen über sexualisierte Gewalt und mögliche Folgen von Traumatisierung sowie Stärkung der kommunikativen Kompetenzen (2) und die Frage, wie Jugendliche, denen sexualisierte Gewalterfahrungen anvertraut werden, unterstützend reagieren können, ohne sich selbst zu überfordern.

Zu diesen Themen wurden von Wildwasser Augsburg, dem Präventionsbüro Ronja und dem Frauennotruf Westerbürg drei Module für die Präventionsarbeit entwickelt. Zur Kontextualisierung werden bei der Modulbeschreibung einleitend Erkenntnisse aus der PAD-Studie und weiteren empirischen Studien dargestellt. Danach werden Aufbau und Materialien der Präventionsmodule beschrieben.

Ein Modul besteht jeweils aus mehreren thematischen Einheiten und dazugehörigen Übungen. Für jedes der drei Präventionsmodule finden Sie im Anhang die benötigten Materialien für die Vorbereitung und Durchführung. Die Materialien der jeweiligen Module bestehen immer aus einer Ablaufskizze und den Übungsmaterialien. Die Ablaufskizze beinhaltet folgende Punkte:

- Name der thematischen Einheit
- Name der Übung
- Kurzbeschreibung
- Ziele
- Anzahl der Teilnehmenden
- Zeitlicher Umfang
- Räumliche Bedingungen
- Benötigte Materialien
- Besondere Anforderungen an das Team/mögliche Herausforderungen
- Kombinations-/Variationsmöglichkeiten

## 5.1 MODUL 1: Sexuelle Grenzverletzungen und sexualisierte Gewalt unter Jugendlichen – Dynamiken und Hilfestrategien für Betroffene und Adressierte

Eingebettet in fachliche Hintergründe zu Definition und Verbreitung sexualisierter Peergewalt und zu Problemen der Benennung und Einordnung sexualisierter Peergewalt für Jugendliche in ihrer Lebenswelt, wird das Präventionsmodul 1 „Sexuelle Grenzverletzungen und sexualisierte Gewalt unter Jugendlichen“ vorgestellt. Es wurde von *Wildwasser Augsburg e. V.* erarbeitet. In diesem Modul wird insbesondere die Schärfung der Wahrnehmung von sexualisierter Gewalt, auch in ersten Partnerschaften, behandelt sowie die Frage, wie Hilfe aussehen kann, wenn sich von sexualisierter Peergewalt Betroffene ihren Freund:innen anvertrauen.

### 5.1.1 Sexuelle Grenzverletzungen und sexualisierte Gewalt unter Jugendlichen: Definition

Die Unabhängige Kommission zur Aufarbeitung sexuellen Kindesmissbrauchs, die seit 2016 Ausmaß, Art und Folgen der sexualisierten Gewalt gegen Kinder und Jugendliche in Deutschland (BRD und ehemalige DDR) untersucht, definiert sexualisierte Gewalt unter Jugendlichen (Peer-to-Peer-Gewalt, d. h. Betroffene und Tatpersonen gehören zur gleichen Peergroup) als

„sexuelle und/oder sexualisierte Handlungen, die gegen den Willen eines Kindes oder Jugendlichen oder ohne dessen Zustimmung ausgeübt werden. Häufig wird dabei ein Machtgefälle zwischen den beteiligten übergriffigen und betroffenen Kindern oder Jugendlichen ausgenutzt, indem z. B. durch Versprechungen, vermeintliche Anerkennung, Drohungen oder körperliche Gewalt Druck ausgeübt wird. Die Formen der sexuellen Gewalt können unterschiedlichster Art sein. Sexuelle Übergriffe unter Kindern und Jugendlichen finden überall statt. Sie werden oft im Freundeskreis, durch Partnerinnen und Partner sowie in anderen sozialen Gruppen



verübt. Auch mittels Internet oder Smartphone können sexuelle Übergriffe erfolgen (z. B. durch die Verbreitung von Fotos und Videos)<sup>1</sup>.

Dabei kann unterschieden werden zwischen Gewalt und Grenzverletzungen durch Bekannte, Klassen- oder Vereinskamerad:innen, beim Dating oder durch erste Partner:innen.

## 5.1.2 Prävalenzen sexualisierter Peergewalt

Bereits das statistische Hellfeld, also Fälle, die polizeilich gemeldet und damit statistisch erfasst werden konnten, zeigt, dass Beziehungsgewalt ein relevantes Thema in der Prävention sein sollte. Erfasst werden hier im Bereich Partnerschaftsgewalt Taten gegen die sexuelle Selbstbestimmung, verschiedene Formen der Körperverletzung, Bedrohung, Stalking, Nötigung u. a. Für das Jahr 2019 hat die polizeiliche Kriminalstatistik knapp 6000 Tatverdächtige der Partnerschaftsgewalt unter 21 Jahren registriert; 4100 männliche und 1900 weibliche Personen (BKA 2020). Für den gleichen Berichtszeitraum verzeichnete das Bundeskriminalamt 11200 Betroffene<sup>2</sup> partnerschaftlicher Gewalt unter 21 Jahren. Das statistische Hellfeld zeigt, dass insbesondere Frauen von Partnerschaftsgewalt betroffen sind: 10100 der Opfer waren weiblich und knapp 1100 männlich (BKA 2020).

Studien im sogenannten Dunkelfeld, d. h. Untersuchungen, die die Verbreitung und Merkmale von Fällen sexualisierter Peergewalt erfassen können, unabhängig davon, ob sie angezeigt wurden oder einer anderen Institution bekannt geworden sind, verweisen ebenfalls auf die Relevanz des Themas sexualisierter Peergewalt und insbesondere sexualisierter Peergewalt in (Ex-)Partnerschaften und beim Dating.

Die SPEAK!-Studie erhob Zahlen zu den Erfahrungen körperlicher und nicht-körperlicher sexualisierter Gewalt von Jugendlichen. Gut die Hälfte der Befragten (52 %) gab an, bereits eine Form sexualisierter Gewalt (körperlich oder nicht-körperlich) erlebt zu haben. Rund jede:r Zweite der befragten Jugendlichen (48 %) hatte mindestens eine Erfahrung mit nicht-körperlichen Formen sexualisierter Gewalt gemacht, das Gros davon machte mehrfache Erfahrungen. Fast ein Viertel der Jugendlichen (23 %) hatte mindestens einmal körperliche sexualisierte Gewalt erlebt, die Mehrheit der Betroffenen sogar mehrmals. Die SPEAK!-Studie legt offen, dass rund jede:r vierte befragte Jugendliche (28 %) auch selbst als Aggressor:in etwas getan hatte, das „mit sexualisierter Gewalt zu tun hat“ (Maschke/Stecker 2017, S. 14). Von den Befragten, die körperliche sexualisierte Gewalt erfahren mussten,

<sup>1</sup> <https://www.aufarbeitungskommission.de/service-presse/service/glossar/peer-to-peer-gewalt/>

<sup>2</sup> „Es werden (...) die Opferverurteilungen von Personen erfasst, was einschließt, dass eine Person, die während eines Berichtszeitraums mehrmals als Opfer in der PKS Opfer wird, auch mehrmals gezählt wird“ (Bundeskriminalamt 2020, S. 3).

haben 32,1 % den Freund und 12,9 % den Ex-Partner als Täter angegeben. Für Formen nicht-körperlicher sexualisierter Gewalt hält die SPEAK!-Studie fest, dass der Freund von 28,2 % und die Freundin von 9 % der befragten Betroffenen als Tatperson benannt wurde (Maschke/Stecher 2017).

Auch in der aktuellen Wiederholungsbefragung zur Jugendsexualität der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA 2021) wurde in Anlehnung an die SPEAK!-Studie zwischen körperlicher und nicht-körperlicher sexualisierter Gewalterfahrung unterschieden. Hier teilten knapp über die Hälfte (54 %) aller befragten Jugendlichen und jungen Erwachsenen mit, Formen nicht-körperlicher sexualisierter Gewalt erfahren zu haben. Mädchen und junge Frauen (56 %) sind ähnlich häufig betroffen wie Jungen und junge Männer (53 %) (ebd.). Von körperlicher sexualisierter Gewalt berichteten 18 % der Mädchen und jungen Frauen. Ein Drittel von diesen gab an, dass sie mehrfach solche Erfahrungen machen mussten. Von den männlichen Befragten berichteten 5 %, dass sie körperliche sexualisierte Gewalterfahrungen erlebt haben (ebd.). Die weiblichen Betroffenen wurden auch nach den Tatpersonen gefragt. Hier zeigt sich, dass drei der vier meistgenannten Antworten auf die Frage „Woher kannten Sie die Person? Wer war das?“ Hinweise darauf gaben, dass die Tatperson aus dem Peer-Umfeld kommt. Bei 23 % der von körperlicher sexualisierter Gewalt betroffenen Mädchen und jungen Frauen war eine neue Bekanntschaft die Tatperson; 21 % berichteten, dass die körperliche sexualisierte Gewalt vom Ex-Freund oder dem Partner während der Beziehung ausgeübt wurde und in 19 % der Fälle sei es ein:e Freund:in/Mitschüler:in/Arbeitskolleg:in gewesen (BZgA 2021).

Blättner u. a. (2015) untersuchten in diesem Zusammenhang auch das Kontinuum der Formen „grenzwertiger, grenzüberschreitender und gewalttätiger Widerfahrungen in den Beziehungen und Verabredungen von Jugendlichen. (...) Gemeint sind körperliche, sexualisierte und emotionale Gewalthandlungen sowie Kontrollverhalten in ersten Intimbeziehungen oder bei Verabredungen von Jugendlichen zwischen 12 und 18 Jahren“ (Blättner u. a. 2015, S. 173). Für das Land Hessen untersuchten die Autor:innen Teenagerbeziehungen (14 bis 18 Jahre) und befragten rund 500 Jugendliche. Von den befragten Jugendlichen, die bereits Dating- und Beziehungserfahrungen gemacht haben, gaben gerundet 66 % der weiblichen Befragten und rund 60 % der Jungen an, mindestens einmal eine Form von Grenzüberschreitung oder Gewalt beim Dating oder durch feste Partner:innen erlebt zu haben. Die Mehrheit der befragten Teenager hatte bereits emotional schwierige Situationen, besonders in Form von kontrollierendem Verhalten durch den/die Partner:in, erlebt. 26 % der befragten Mädchen und 12,7 % der Jungen gaben an, im Kontext ihrer Beziehungen oder des Datings auch sexualisierte Grenzüberschreitungen oder Gewalt erlebt zu haben (Blättner u. a. 2015).

**Sexualisierte Gewalt gegen Jugendliche findet nicht selten im Bekannten- oder Freundeskreis, aber auch innerhalb einer Partnerschaft statt.**

Die Prävalenzen werden noch höher, wenn die Häufigkeit sexualisierter Peergewalt unabhängig von Beziehungsformen wie Dating und Partnerschaften unter Peers untersucht wird. Nur ein gutes Drittel (35,7 %) der Mädchen gab in einer Studie über sexuelle Aggressionen und Opfererfahrungen unter Jugendlichen und jungen Erwachsenen (Krahé 2009) an, ausschließlich einvernehmliche sexuelle Erfahrungen gemacht zu haben. Rund 30 % der weiblichen Befragten gaben an, von massiven Opfererfahrungen betroffen zu sein, d. h. es wurden gegen ihren Widerstand und/oder mit körperlicher Gewaltandrohung oder -anwendung sexualisierte Handlungen vorgenommen. Ausschließlich konsensuelle sexuelle Erlebnisse hatten laut Studie knapp über die Hälfte der männlichen Befragten (58,8 %), während 18 % der männlichen Befragten bereits schwere Opfererfahrungen durchleben mussten (Krahé 2009).

### 5.1.3 Sexualisierte Peergewalt als „Freundschaftskummer“? Zwischen Beziehungskonfusionen, Grenzen-Ziehen und dem Nicht-Benennen-Können der Taten und Tatpersonen

Sexuelle Grenzverletzungen und sexualisierte Gewalt unter Jugendlichen (Peer-to-Peer) sind ein komplexes Phänomen, das neben den Betroffenen auch für Adressat:innen, also Personen, denen erfahrene sexuelle Gewalt anvertraut wird, eine belastende Problemlage darstellt, durch die Peerbeziehungen herausgefordert werden können. Sexualisierte Peergewalt definiert sich durch den besonderen Beziehungszusammenhang in der Adoleszenz. Die Tatperson ist dabei meist eben nicht fremd und zudem nicht erwachsen, sondern selbst Teil der jugendlichen Lebenswelt, zu der sich die Peers positionieren und auf die sie sich beziehen.

„(...) und wir wissen halt nicht wirklich, wie wir damit umgehen sollen, weil der halt auch bei uns in der Schule ist und wir den jeden Tag sehen, sie ihn auch jeden Tag sieht und das ist halt schwierig, weil sie einerseits eine emotionale Bindung zu ihm hat, weil er ihr halt auch geholfen hat, als es ihr so schlecht ging und gleichzeitig sie trotzdem auch missbraucht hat“ (Marie, 17 Jahre, Adressatin).

Die oben zitierte Adressatin Marie, deren Freundin sich ihr anvertraute, schildert die Gleichzeitigkeit im Erleben von einer Clique Jugendlicher, die sich jeden Tag in der Schule trifft und dem Wissen, dass einer der männlichen Jugendlichen ihre Freundin, beide Teil der Gruppe, vergewaltigt hat und weiter missbraucht. Marie

beschreibt, dass sie und die später hinzugezogenen Freund:innen der Clique erst einige Zeit nach dem Disclosure der Freundin verstanden hatten, dass es sich um eine Vergewaltigung gehandelt hat: „Das hat aber ein bisschen gedauert (...), weil sie es nicht so genannt hat“, sagt Marie (Adressatin, 17 Jahre). Marie erklärt sich das so, dass die Betroffene, wie sie selbst und die anderen der Clique, nicht sicher war, dass es sich um eine Vergewaltigung handle, weil es um Oralverkehr ging, „also dadurch, dass es sozusagen auch keine Penetration war“ (Marie, Adressatin). Sie und die Freund:innen seien alle sehr betroffen und überfordert gewesen. Die Überforderung zeigte sich dabei auch in der Beziehungsdynamik der Clique, die in ein Dilemma zwischen dem der Betroffenen Beistehen und dem Nichtanerkennen des Freundes als Täter führte:

„Alle waren total betroffen, überfordert würde ich sagen, also ich glaube, dass die anderen alle denken, dass das wirklich sexuelle Gewalt war und total schlimm. Aber die anderen haben das auf jeden Fall vom Täter getrennt, dadurch, dass sie halt so gut mit ihm befreundet waren oder sind. Einerseits wollten sie natürlich irgendwie die betroffene Freundin unterstützen, aber andererseits haben sie das dann auch wieder, also wirklich einfach verdrängt“ (Marie, 17 Jahre, Adressatin).

Die selbst von sexualisierter Peer-Gewalt betroffene Conny vertraute sich mit 15 Jahren auch einer Freundin an. Zu diesem Zeitpunkt hatte sie der gleichaltrige Täter bereits mehrfach unter physischer Gewalt(-androhung) zu sexuellen Handlungen mit Verletzungsfolgen gezwungen. Dabei beschreibt sie das Disclosure-Setting jedoch vielmehr als ein Sprechen über ihre Probleme mit ihrem besten Freund, so, als hätte sie „Freundschaftskummer“:

„(...) dann habe ich auch mit meiner Freundin geredet, so nach dem Motto, wie sehr dieser Mensch mich verletzt hat, also nicht körperlich, sondern, weil wir uns halt mega nah standen, so ein bisschen Freundschaftskummer-mäßig, wie wenn einen halt ein Freund verarscht“ (Conny, 20 Jahre, Betroffene).

Gerade weil es eben als „Freundschaftskummer“ gerahmt war, scheint der Schritt aus der jugendlichen Peergroup heraus nicht denkbar und erschwert es, sich Erwachsenen aus dem Hilfesystem anzuvertrauen, da es sich thematisch um etwas handelt, was sonst auch nur mit den Freund:innen besprochen werden würde. Dies schließt an die bereits genannten Befunde zur Peer-Gewalt anderer Studien an, wonach es dreimal wahrscheinlicher ist, dass sich die Betroffenen einer oder einem Gleichaltrigen anvertrauen als einem Erwachsenen, wodurch sich die Chance auf professionelle Hilfe für die Betroffenen verringert (Stein/Nofziger 2008; Kogan 2004). Der fehlende Einbezug von Erwachsenen macht das Phänomen der sexualisierten Peergewalt damit aber zu einer Herausforderung für das gesamte Beziehungsgefüge von Peers. Marie und Conny zeigen hier exemplarisch, wie die Tatperson-Betroffenen-Beziehung quer zu gängigen, positiv besetzten Beziehungen wie z. B. zu Freund:innen, zu festen Partner:innen (der Freund:innen) und anderen an-

erkannten Peers in diversen sozialen Feldern steht. Dies führt zu Beziehungskonfusionen, Loyalitätskonflikten und einem Unterstützungsdilemma. Nicht selten sind damit Probleme bei der Benennung der Handlungen als Übergriffe und Gewalt verknüpft; entweder weil Stereotype und Mythen über sexualisierte Gewalt und/oder das Verständnis der Beziehungen dem entgegenstehen, oder aber, weil bislang keine vergleichbaren positiven sexuellen Erfahrungen mit anderen gemacht und Grenzziehungen im Bereich der Sexualität (noch) nicht etabliert wurden.

Die selbst betroffene Conny, heute 20, beschreibt hierzu im Interview ihre Erfahrungen im Alter von 15 Jahren:

„(...) also er hat sich so ein bisschen drüber lustig gemacht, und das hat fast schon voll spielerisch angefangen, ist aber dann komplett ausgeartet. Ich habe überhaupt nicht geblickt, was da eigentlich genau passiert. Ich wusste, dass mir das mega unangenehm ist, aber ich konnte es ja nicht vergleichen. Also ich hatte ja bislang nichts anderes erlebt in die Richtung.“

Auch Marie, der sexualisierte Gewalt von einer Freundin anvertraut wurde, wurde die Situation von ihrer Freundin als zu Beginn einvernehmlich geschildert, auch wenn sie dann in einer Vergewaltigung endete. Marie dazu:

„Das war ein Abend, an dem ihr Freund irgendwie später zu ihr gekommen ist und relativ betrunken war, und dann haben sie sich halt geküsst, und dann wollte er halt Sex mit ihr haben, und sie hat „nein“ gesagt, und dann hat er gesagt „ach komm“, und dann hat sie gesagt „nein“, und dann hat er gesagt „ja du musst ja gar nichts machen“, (...) und sie hat halt immer noch gesagt „nein“, und dann irgendwann hat sie halt nichts mehr gesagt, und dann hat der es halt einfach gemacht“ (Marie, 17 Jahre, Adressatin).

Die Grenzen zwischen dem ersten Erproben von Sexualität mit anderen, Grenzüberschreitungen und Grenzverletzungen sowie Gewalt scheinen in manchen Fällen für die Jugendlichen fließend. Nicht immer seien, so Allroggen u. a. (2011), die Grenzen und Übergänge zwischen konsensueller Sexualität und noch akzeptablen sexuellen Formen aggressiven Verhaltens für die Betroffenen deutlich. Bei ersten romantischen Beziehungen und beim Dating befinden Jugendliche sich noch im Lernprozess und Ausprobieren, gerade was Nähe und Distanz betrifft (Gerber 2010). Prägend für die eigene Beziehungsgestaltung sind, neben den Erfahrungen mit den Eltern, das Erleben von Beziehungen anderer Peers. Gerade in dieser Phase kann es auch zu Grenzüberschreitungen und Gewalthandlungen kommen, die (noch) nicht klar benannt werden oder werden können. Die Haltungen zur Sexualität und sexualisierter Gewalt der Peers untereinander sind dabei wichtige Faktoren bezüglich der Qualität erster Beziehungen und sexueller Kontakte (Allroggen/Rau/Fegert 2012) und sollten als wichtiger Ankerpunkt für Prävention gesehen werden.

**Sexualisierte Gewalt innerhalb von Partnerschaften oder im Freundeskreis sind für Jugendliche manchmal schwierig als solche zu erkennen.**

**Zudem können sie Loyalitätskonflikte auslösen.**

## 5.1.4 Beschreibung des Präventionsmoduls

Vor dem Hintergrund der beschriebenen Herausforderungen und Problemkonstellationen wurde das Präventionsmodul 1 „Sexuelle Grenzverletzungen und sexualisierte Gewalt unter Jugendlichen“ entwickelt. Aufgegriffen wurden insbesondere die Themen der wahrgenommenen Uneindeutigkeit sexueller Handlungen mit schwierigen Abgrenzungen zwischen einvernehmlicher Sexualität über Formen sexueller Grenzüberschreitungen bis hin zu sexualisierter Gewalt. Im Zusammenhang damit stehen auch stereotype Vorstellungen und Mythen über sexualisierte Gewalt, die insbesondere im Kontext von Peergewalt hoch problematisch sind. Das Modul greift auch Fragen nach dem Umgang mit Beziehungskonfusionen und Loyalitätskonflikten innerhalb der Peergroup auf und bietet Übungen an, um dem Unterstützungsdilemma (siehe auch Kap. 4) besser zu begegnen.

### Ablauf und Materialien

Das Präventionsmodul 1 gliedert sich in drei voneinander unabhängige Teilmodule auf:

- 1A: Wissensvermittlung
- 1B: Handlungsmöglichkeiten und Gefühle
- 1C: Wie kann ich (mir) helfen?

Jedes dieser Teilmodule besteht aus einer oder mehreren praktischen, von den Praxispartner:innen von *Wildwasser Augsburg e.V.* entworfenen Übungen. Im Anhang finden sich für die Teilmodule die jeweilige Ablaufskizze sowie die Materialien und Erläuterungsbögen zu den Übungen, die der Vorbereitung auf die Durchführung dienen.

## Teilmodul 1A: Wissensvermittlung

### **Thematische Einheit: Informationen über sexualisierte Gewalt**

Ziel der Einheit ist, die Jugendlichen darüber aufzuklären, was sexualisierte Gewalt ist, wobei sexualisierte Peergewalt besonders berücksichtigt wird. Gerade hier verdecken Mythen den Blick auf die eigentliche Gewalt und den Missbrauch. In dieser Einheit steht daher die Wissensvermittlung im Vordergrund, um das Bild von sexualisierter Gewalt zu schärfen. Den Jugendlichen soll aber auch eine Haltung vermittelt werden, die die Schuld immer und ausschließlich bei dem/der Täter:in verortet, um Loyalitätskonflikten zu begegnen. Im Anhang finden sich hier die entsprechenden Materialien zur *Übung „Klischee“*.

### **Thematische Einheit: Grenzen**

- Ziel der Einheit ist es, die Jugendlichen zu befähigen, für sich selbst und als Disclosure-Adressat:innen ein besseres Verständnis dafür zu bekommen, was sexualisierte Gewalt ist. Situationen, in denen es zu sexualisierter Gewalt kommt, können individuell sehr unterschiedlich wahrgenommen werden. Das Verständnis dafür soll mit dieser Einheit geschärft werden. Es wird über die Unterschiede zwischen
  - konsensuellen sexuellen Handlungen,
  - sexuellen Grenzverletzungen,
  - sexuellen Übergriffen sowie
  - strafrechtlich relevanten Formen sexualisierter Gewaltinformiert, und die Grenzziehungen werden erprobt und eingeübt.

Im Anhang finden sich hier die entsprechenden Materialien zur *Übung „Gewalt-Skala“*.

## Teilmodul 1B: Handlungsmöglichkeiten und Gefühle

In diesem Teilmodul geht es um das Aufzeigen von Handlungsmöglichkeiten und Hilfestrategien bei Vorfällen sexualisierter Peergewalt. Hierbei werden die Perspektiven von Betroffenen, Beobachter:innen und Adressat:innen berücksichtigt. Das in Kap. 4 und 5.1.2 von den Adressat:innen beschriebene Gefühl der Handlungsunfähigkeit und mangelnde Wissen, welche Aufgabe man als Adressat:in hat, sollen hier benannt und gemeinsam reflektiert werden. Ziel ist es, mit den Jugendlichen konkrete Handlungsmöglichkeiten und Hilfestrategien zu entwickeln, die für die Adressat:innen stimmig sind und sie nicht überfordern. Im Anhang finden sich hier die entsprechenden Materialien zur *Übung „Perspektivwechsel“*.

## Teilmodul 1C: Wie kann ich (mir) helfen?

### **Thematische Einheit: Hilfe(n) definieren**

Was also tun, wenn mir mein:e Freund:in anvertraut, sexualisierte Gewalt erfahren zu haben? Wie in Kap. 4 zum Hilfeverständnis beschrieben, haben die befragten Jugendlichen der PAD-Studie häufig eine verengte Vorstellung davon, was Hilfe sein kann (z. B. Anzeige bei der Polizei). Wenn Betroffene einen solchen Schritt nicht gehen wollen, führt dies bei den Adressat:innen im Zusammenspiel mit einem hohen Geheimhaltungsdruck in eine empfundene Handlungsunfähigkeit, die sehr belastend sein kann. Die Einheit soll hier den Blick weiten und die Jugendlichen anleiten, sich mit dem Begriff der Hilfe und dessen Dimensionen auseinanderzusetzen. Die Teilnehmenden sollen Strategien an die Hand bekommen, wie sie sich im Fall einer eigenen Betroffenheit oder der einer anderen Person, z. B. im Rahmen eines Disclosure-Prozesses, verhalten und für sich selbst sorgen können. Damit sollen sie aufgezeigt bekommen, wie viele Möglichkeiten sie haben, sich und anderen zu helfen.

Im Anhang finden sich hier die Materialien zu der *Übung „Mindmap Hilfe“*.



## Teilmodul 1C: Wie kann ich (mir) helfen?

### **Thematische Einheit: Selbstfürsorge**

Die Teilnehmenden lernen, dass es von den eigenen individuellen Bedürfnissen und Fähigkeiten abhängt, wie Hilfe im Einzelfall ausgestaltet wird und dass Selbstfürsorge-Strategien ein wichtiger Aspekt in der Hilfe für andere sind.

In der *Übung* „Was tut mir gut?“ erkunden und entwickeln die Jugendlichen Strategien, die ihnen helfen, in schwierigen Situationen etwas für ihr eigenes Wohlbefinden tun zu können. Im Anhang finden sich hier die Materialien zu der Übung.

Ergänzend können auch die Übungen des *Teilmoduls 2C/3C* durchgeführt werden.

## 5.2 MODUL 2: „Tausend Fragen im Kopf: Kommunikation und Disclosure“

Wie Studien belegen (vgl. hierzu exemplarisch Reitsema/Grietens 2016), können Freund:innen von betroffenen Jugendlichen die am meisten unterstützende aller möglichen Ressourcen sein. Besonders enge (Peer-)Beziehungen scheinen eine wichtige Rolle zu spielen, um Jugendlichen die Aufdeckung von sexualisierter Gewalterfahrung zu erleichtern (Lemaigre/Taylor/Gittoes 2017). Für die Aufarbeitung des Erlebten scheinen aber gerade negative Reaktionen seitens der Adressat:innen besonders bedeutsam zu sein (Lange u. a. 1999). Zu solchen negativen Reaktionen können bewusste Abwehr- und Ablehnungsreaktionen zählen, aber auch gut gemeinte Unterstützungsleistungen, die seitens der Betroffenen als negativ empfunden werden. Zu solchen negativen Reaktionen seitens der Adressat:innen gehören z. B. die Bestärkung, sich niemandem weiter zu öffnen sowie bevormundendes oder grenzverletzendes Verhalten (Ahrens 2006). Hier sind dann von den adressierten Jugendlichen eine besondere Sensibilität und Fingerspitzengefühl gefragt, unterstützend zu reagieren.

In diesem Kapitel wird anhand der Interviews gezeigt, wie mangelndes Wissen über sexualisierte Gewalt bei Jugendlichen zu einer großen Verunsicherung führt, wenn

Peers ihnen von sexualisierten Gewalterfahrungen berichten. Zudem wird auf die von den Adressat:innen in den Interviews berichteten Irritationen und Belastungen eingegangen, welche die Schilderungen und Handlungen der Betroffenen bei ihnen ausgelöst haben. Diese werden als mögliche Folge einer Traumatisierung eingeordnet. Abschließend werden Inhalte und Ablauf des Präventionsmoduls 2 vorgestellt, das diese Herausforderungen aufgreift. Das Modul wurde vom Präventionsbüro Ronja und dem Frauennotruf Westerbürg konzipiert.

### 5.2.1 Woher weiß ich, was ich weiß

In der PAD-Studie wurde weder von den interviewten Betroffenen noch von den interviewten Adressat:innen berichtet, dass es zu expliziten Hilfeaufforderungen durch die betroffene Person während des Disclosure-Prozesses gekommen ist. Nichtsdestoweniger thematisierten die Interviewten Gebote und Verbote im Umgang mit anvertrauter sexualisierter Gewalt. Ein Beispiel dafür ist das Schweigegebot. Obwohl es von den Betroffenen nicht (immer) explizit eingefordert wurde, fühlten sich die Adressierten fast durchgängig an eine selbst auferlegte Schweigepflicht gebunden: „Ich hab mir selber natürlich absolute Schweigepflicht auferlegt“ (Peter, 17 Jahre, Adressat). Möglicherweise trägt eine unausgesprochene gesellschaftliche Tabuisierung des Themas sexualisierte Gewalt („darüber redet man nicht“) dazu bei, sich zum Schweigen verpflichtet zu fühlen. Dadurch entsteht sowohl bei den Betroffenen wie bei den Adressat:innen der fälschliche Eindruck, bei dem Erlebten handele es sich um einen Einzelfall, was die Hürden weiter erhöht, über erfahrene sexualisierte Gewalt zu sprechen. Jedenfalls berichtet die Adressatin Beyla, dass sexualisierte Gewalt ein Thema ist, dass sich für nicht betroffene Jugendliche weit weg anfühlt:

„(...) ich weiß nicht, aber sowas hört man einfach immer nur, dass es irgendwie passiert, aber sowas passiert einem dann nicht im echten Leben – zumindest bekommt man das nie mit“ (Beyla, 17 Jahre, Adressatin).

Und auch die Adressatin Lexi schildert, dass das Thema für sie zwar nicht unbekannt, aber dennoch gefühlt immer weit weg war, bevor ihre Freundin sich ihr anvertraute und ihr mitteilte, dass sie in der Familie über Jahre hinweg missbraucht wurde:

„(...) also es war nicht so, dass ich das erste Mal was davon gehört hab, aber ich hab immer gedacht, das passiert allen andern, nur nicht den Leuten, die ich kenn, und deshalb war ich total schockiert, und ich hatte tausend Fragen im Kopf, und hab mich nicht getraut, die zu stellen, weil ich keine Ahnung hatte, wie man damit umgehen soll“ (Lexi, 18 Jahre, Adressatin).

## 5.2.2 Traumaspuren

Sexualisierte Gewalt führt mit hoher Wahrscheinlichkeit zu einer Traumatisierung. Neben objektiven Merkmalen der erfahrenen sexualisierten Gewalt spielen immer auch individuelle Faktoren bei der Ausbildung von Traumafolgestörungen eine Rolle. Dennoch gibt es aufgrund therapeutischer Erfahrungen Schätzwerte, wie wahrscheinlich problematische Verläufe einer Traumaverarbeitung nach sexualisierter Gewalt sind. Studien gehen davon aus, dass rund 50 % der Betroffenen von Vergewaltigung und sexuellem Missbrauch eine klinisch diagnostizierbare Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS) entwickeln (Hausmann 2006). Studien legen offen, dass sexualisierte Gewalt in Kindheit und Jugend zu den deutlichsten Prädiktoren für die Entwicklung einer PTBS zählt (Straube, 2002; Perkonigg u. a. 2000). Auch andere Traumafolgen, wie dissoziative Identitätsstörungen und Substanzmissbrauch, gehören zu den möglichen, teils langfristig negativen Folgen sexualisierter Gewalt für die psychische Gesundheit (Fischer/Riedesser 2020).

Die Deutschsprachige Gesellschaft für Psychotraumatologie (DeGPT 2020<sup>3</sup>) beschreibt traumatisches Erleben als ein Einengen des Bewusstseins, ein Gefühl von Betäubung und Unwirklichkeit, sodass die als existenziell bedrohlich erlebten Ereignisse und Abläufe wie von außen wahrgenommen werden. Dabei können Details des Geschehens nur vereinzelt aufgenommen oder auch ganz ausgeblendet werden. Die Psychotraumatologie erklärt die Prozesse hinter Posttraumatischen Belastungsstörungen (PTBS) anschaulich damit, dass das Gehirn eines Menschen, dessen Nervensystem durch ein oder mehrere Ereignisse einem zu hohen negativen Stress ausgesetzt gewesen sei, versuche, das Erlebte dadurch zu verarbeiten. Dadurch kann es zu Alpträumen, Flashbacks und Vermeidungsstrategien sowie zu starker innerer Unruhe (engl. *Hyperarousal*) kommen. Das Beschwerdebild ist aber vielfältig und wechselnd. Nicht selten können Betroffene das Erlebte nur schwer in Worte fassen und haben daher Schwierigkeiten darüber zu berichten. Dies bezeichnen Fischer und Riedesser auch als das „wortlose Entsetzen (engl. *speechless terror*)“ (2020, S. 129).

Mit diesen Problematiken und Folgen können auch jugendliche Peer-Adressat:innen konfrontiert werden. Ohne dass in den Interviews – weder bei den betroffenen noch bei den adressierten Jugendlichen – der Begriff des Traumas aufgegriffen wurde, zeigten sich dennoch in einzelnen Fällen Traumaspuren. Diese sollten nicht als klinische (Fern-)Diagnosen missverstanden werden, sondern als psychotraumatologisch informierte Verstehenszugänge (Analyseheuristiken) der Beziehungs- und Kommunikationsdynamiken zwischen adressierten und betroffenen Jugendlichen. Die im Projekt als Traumaspuren bezeichneten Momente beschreiben Schilderungen, in denen es zu Irritationen im Disclosure-Prozess gekommen war,

3 <https://www.degpt.de/informationen/fuer-betroffene/>

für die es seitens der Adressat:innen (teilweise bis heute) keine für sie ausreichend plausiblen Erklärungen gegeben hat, in der Rekonstruktion aber das Verhalten auf Traumafolgen zurückgeführt werden könnte. Solche als Traumaspuren interpretierbaren Momente wurden von Adressat:innen häufig als übermäßig belastend erlebt.

Zu solchen Traumaspuren gehören in den Interviews der PAD-Studie unter anderem die Reinszenierung/Reviktimisierung und bestimmte Formen des Sprechens über sexualisierte Gewalterfahrungen.

**Handlungen und Schilderungen von Betroffenen, die von Adressat:innen als besonders irritierend und belastend empfunden werden, können Folgen einer Traumatisierung sein.**

### **Reinszenierung/Reviktimisierung**

Wenn die betroffene Person, die sexualisierte Gewalt erlebt hat, mit der Tatperson in Kontakt bleibt oder die Beziehung aufrechterhält und ggf. eine entschuldigende Haltung gegenüber dieser Tatperson einnimmt, kann dies in der Psychotraumatologie als Reinszenierung oder Reviktimisierung gedeutet werden: „Was nicht repräsentiert werden kann, was nicht zu einem kohärenten Bild zusammengefügt werden kann, muss solange, bis dies gelingt, durch die Wiederholung inszeniert werden. (...) So drängt es traumatisierte Menschen zur Reinszenierung des Traumas auf der Handlungsebene“ (Burchartz 2019, S. 12) und führt nicht selten zu erneuter Gewalt. Die betroffene Jugendliche Conny beschreibt es folgendermaßen:

„Ich dachte doch, sowas kann mir nicht passieren, ich treff mich jetzt wieder mit dem und beweis mir quasi, dass ich mit so einer Situation besser umgehen kann; und dann halt immer wieder, immer wieder, (...) aber für mich war das halt nicht abgeschlossen; also die Situation war nicht fertig, und ich wollte die so mega-gezwungen fertig zu Ende kriegen, dass ich da mal die Oberhand hatte, und das ist halt ein Jahr lang kläglich gescheitert“ (Conny, 20 Jahre, Betroffene).

In diesem Jahr vertraut sich Conny auch ihrem besten Freund an. Anfangs möchte er sie unterstützen und hört ihr zu, im Verlauf des Disclosure-Prozesses wird er aber immer wieder damit konfrontiert, dass Conny den Kontakt zum Täter sucht, was er nicht verstehen und nachvollziehen kann. Die Beziehung zwischen Conny und dem adressierten Freund wird immer verhaltener und krisenhafter, bis sich Conny schließlich einem weiteren Anvertrauen entzieht:

„Ich hab ihm dann aber gar nicht mehr so gesagt, was passiert ist, weil ich mir dann von ihm ja auch wieder nur so nen Dings abgeholt hätte von wegen ‚ja, bist ja auch

blöd, dass du da selber wieder hingehst‘ und so. Deswegen hab ich dann gar nichts mehr dazu was gesagt“ (Conny, 20 Jahre, Betroffene).

Die Kommunikation zwischen den beiden wird seitens des Adressaten harscher. „Ja was soll ich mich denn kümmern, wenn du selber so blöd bist, da wieder hinzugehen“, wiederholt Conny die Worte ihres besten Freundes im Interview, die ihr sehr nahegegangen sind, und erklärt, warum: „Weil ich ja selber nicht verstanden habe, warum ich da wieder hingeh.“

Auch die Adressatin Jacky, 20 Jahre, beschreibt vier Situationen, in denen sich Freundinnen ihr jeweils anvertraut hatten. In drei der Fälle habe sie sich als wertvolle Gesprächspartnerin erlebt und sich stark genug gefühlt, um den Freundinnen beizustehen. In einem vierten Fall aber beschreibt sie ihre Belastung als überfordernd. Sie wandte sich schließlich von der Freundin ab, der sie vorher noch geholfen hatte, sich von ihrem gewalttätigen Partner zu trennen, weil er sie in der Partnerschaft mehrfach vergewaltigt hatte. Jacky erklärt:

„Vor kurzem sie ist wieder zurück, weil er wieder gesagt hat, ja, ich änder mich blabla und so scheiß; sorry. Solche Menschen ändern sich nicht. Ich muss ehrlich gesagt sagen, von ihr hab ich jetzt langsam die Schnauze voll, weil ich hab echt viel für sie gemacht, und sie hats einfach nicht geblickt, und ich hab keinen Bock mehr, die Storys anzuhören, wie unglücklich sie doch ist (...) und dann geht sie wieder zurück. Da redest du echt gegen ne Wand. Da werd ich dann auch wütend weil ich mir denk, ey, willst du mich verarschen. Ganz ehrlich, dann willst du diese Situation ja haben, dann willst du es, ganz ehrlich“ (Jacky, 20 Jahre, Adressatin).

Jacky bricht den Kontakt zu ihrer Freundin ab. Etwas, das ihr leidtut, denn sie möchte auch wissen, wie es ihrer Freundin geht. Aber:

„Irgendwann hat man keinen Bock und keine Energie mehr gegen eine Wand anzurennen“ (...) da ist ein Moment, wo ich sag „okay ich kann mir die Storys einfach nicht mehr anhören. (...) ich hatte einfach mein eigenes Leben zu führen und hab mich um mein Studium zu kümmern, (...) und dann irgendwann kann ich auch nicht mehr.“

Jacky verliert die Kraft und zieht für sich eine Grenze, um mit der Situation besser umgehen zu können. Gleichzeitig weiß sie, dass ihre Freundin weiterhin der Gewalt ausgesetzt ist. Für sie ein Dilemma, dass sie auch während des Interviews emotional sehr aufwühlt, da sie für sich keine stimmige Lösung für dieses Problem finden kann.

**Zwischen „Da ist einfach alles aus ihr rausgesprudelt“ und „Dann hat man wieder son neues Puzzleteil“ – Erfahrungen der Adressat:innen mit dem Sprechen über sexualisierte Gewalterfahrungen**

Es zeigte sich in den geführten Interviews, dass es häufig dann zu Irritationen seitens der Adressat:innen gekommen war, wenn sich das Anvertrauen nicht ohne weiteres zu einer kohärenten Geschichte zusammenfügen ließ, lediglich über Fragmente berichtet wurde und die Art und Weise des Erzählens mehr einem Wiedererleben als einem Erinnern glich.

Die Adressatin Kathrin wurde im Kontakt mit ihrer Freundin immer wieder sehr unmittelbar mit den Details der sexualisierten Gewalt der Freundin konfrontiert. Sie selbst empfand sich dabei kaum in der Position, darauf zu reagieren oder sie zu unterbrechen:

„Da hat sie auch ziemlich detailreich erzählt, und es kam halt alles einfach raus in dem Moment, und ich hab sie auch einfach erzählen lassen, sie musste einfach diesen Druck einmal rausreden, aber es war also auch die totale Überforderung.“

„Da ist einfach alles aus ihr rausgesprudelt, (...) an dem Tag war sie nur am Reden, Reden, Reden; und sie ist auch schon halt, ja die haben mich ausgezogen und keine Ahnung; dann haben die mich ja vergewaltigt und dann‘ (...)“ (Kathrin, 20 Jahre, Adressatin).

Kathrin berichtet, dass sie und ihre Freundin immer wieder in die gleiche Situation „gerutscht“ seien und es „immer wieder ins Erzählen ging und immer, immer wieder; sie hatte selbst überhaupt keinen Umgang damit,“ Kathrin für sich selbst zu diesem Zeitpunkt jedoch auch nicht. Die detaillierten Schilderungen sind für Kathrin schwer erträglich, und der Disclosure-Prozess wird für sie zu einer hochbelastenden Zeit, in der sie selbst anfängt, mit Ängsten zu kämpfen. Sie beschreibt für sich selbst den Disclosure-Prozess als etwas, das ihr Erleben veränderte, wenngleich sie nicht den genauen Zeitpunkt dafür ausmachen könne:

„(...) keine Ahnung, ich hatte sonst glaub ich immer son gutes Weltbild, hatte meinen Hund, da bin ich abends einfach im Stockdunklen mit dem spazieren gegangen, und wenn mir da irgendwie ein Mann entgegenkam, dann hatte ich jetzt keine Angst vor dem (...) und, äh, plötzlich hört man da so ne Horrorstory“ (Kathrin, 20 Jahre, Adressatin).

Die Adressatin Beyla erlebt das Disclosure ganz anders, aber nicht weniger belastend. Ihre betroffene Freundin erzählte wenig, gab kaum Details preis und umriss nur grob ihre Erlebnisse, sodass Beyla sich lange Zeit kein Bild von der Gesamtsituation machen konnte. Sie beschreibt den über mehrere Monate andauernden Di-

closure-Prozess als eine Art „Puzzle“, das sie sich Stück für Stück zusammengesetzt hat:

„Das ist so immer alles sehr nebenbei gewesen und nur eine Minute, und dann wars wieder weg, das war wie son Puzzle immer gewesen; sie hat dann eine Information gegeben, und die hat man dann zu den anderen Informationen dazu, und dann konnte man sich so ein Bild darüber machen, was vielleicht passiert sein könnte“ (Beyla, 17 Jahre, Adressatin).

Da Beylas Freundin zu Beginn immer nur einzelne Fragmente preisgab und sagte, dass „es nicht ganz freiwillig war“, deutete Beyla ihre Erfahrungen als etwas, dass sie vielleicht auf einer Party gemacht hatte, weil sie betrunken gewesen ist und „dann im Nachhinein bereut hat“. Nach und nach seien aber mehr Puzzleteile dazugekommen, ohne dass sie von ihrer Freundin wirklich die „ganze Geschichte“ erfahren habe. Diese Vagheit und die einzelnen Fragmente führten dazu, dass sie sich immer mehr Gedanken darüber machte und sich das „Bild, das ich [Beyla] vorher im Kopf hatte, komplett geändert hat“. Je mehr Beyla die Einzelheiten aus verschiedenen Situationen und Gesprächen zusammensetzte, desto mehr „ging so diese Horrorvorstellung, die ich im Kopf hatte, weiter“. Ihr wurde klar, dass es sich um etwas „richtig Ernstes“ handeln würde. Sie erfuhr nach und nach, dass ihre Freundin mit 13 Jahren von mehreren Männern vergewaltigt wurde und dass ihre anfänglichen Vorstellungen über das, was passiert ist, überhaupt nicht mit dem übereinstimmten, was ihrer Freundin tatsächlich widerfahren ist. Aus heutiger Sicht reflektiert sie darüber, dass sie dieses „bruchstückhafte Erzählen der Freundin“ als langsames In-Erinnerung-Treten der Erlebnisse interpretiert, sie damals aber von ihren eigenen Gefühlen überwältigt wurde: „Ich weiß nicht, hatte so schlimme Bilder im Kopf, und ähm, ja, ich hab dann einfach, als sie mir das erzählt hat, angefangen zu weinen.“ Auch im weiteren Verlauf kommt es zu hochemotionalen Situationen, in denen Beyla mit ihren eigenen Gefühlen kaum umgehen konnte. Ihre Freundin suchte immer wieder sexuell-riskante Beziehungen, nannte sich selbst sexsüchtig und krank, weil sie sich als Betroffene sexualisierter Gewalt so verhielt (vgl. Kap. 6.2.1). Beyla beschreibt sich in diesen Situationen als „total aufgelöst eigentlich, und ich wusste dann überhaupt nicht, was ich machen sollte, weil, ich hab keine Erfahrungen mit sowas, ich war total überfordert.“

Anhand der Fälle von Kathrin und Beyla sowie der früher berichteten Fälle von Jacky und Conny (vgl. Kap. 6.2.1) kann exemplarisch verdeutlicht werden, was es heißen kann, Adressat:in sexualisierter Gewalterfahrung zu sein und auch mit traumatischen Erfahrungen konfrontiert zu werden, die von den Betroffenen nur schwer als kohärente Geschichte wiedergegeben werden können. Es ist naheliegend, dass das Sprechen über sexualisierte Gewalterfahrungen manchmal von Traumafolgen und einem daraus resultierenden Verhalten begleitet ist, das für manche Adressat:innen erst einmal kontraintuitiv und unverständlich erscheinen mag.

### 5.2.3 Das Präventionsmodul 2 „Tausend Fragen im Kopf: Kommunikation und Disclosure“

Vor dem Hintergrund der in Kap. 5.2.1 und 5.2.2 beschriebenen Herausforderungen und Problemkonstellationen wurde das Präventionsmodul 2 „Tausend Fragen im Kopf: Kommunikation und Disclosure“ vom *Frauennotruf Westerbürg* und dem *Präventionsbüro Ronja* entwickelt. Um Adressat:innen in einem möglichen Disclosure-Prozess das Gefühl zu nehmen, ihnen würde etwas ganz Außergewöhnliches erzählt, soll den Jugendlichen mit Zahlen und Fakten rund um Prävalenzen und Täter:innenstrategien die Einsicht vermittelt werden, dass sexualisierte Gewalt überall vorkommen kann und dass es nicht den einen Täter oder die eine Täterin gibt. Das Teilmodul „Wissensvermittlung“ greift zudem die Fragen der Adressat:innen zu Vertraulichkeit und Hilfe auf. Es werden Möglichkeiten besprochen, sich trotz des (selbst) auferlegten Schweigegebots Hilfe zu holen und ein „eingeschränktes Schweigen“ zu gestalten. Die Aufklärung über mögliche Folgen von sexualisierter Gewalt sowie psychoedukative Einheiten zum Thema Traumatisierung sollen Jugendliche darin unterstützen zu verstehen, weshalb sich ihre Peers, die sexualisierte Gewalt erleben mussten, auf die eine oder andere Art verhalten, auch wenn dies auf Anhieb nicht plausibel erscheinen mag. Teilmodul „Kommunikation“ hat zum Ziel, die Teilnehmenden für eine wertschätzende Kommunikation zu sensibilisieren. Außerdem werden kommunikative Strategien vermittelt, die dabei helfen, eine gemeinsame Sprache zwischen betroffener und adressierter Person zu finden, einen Dialog zu initiieren und aufrechtzuerhalten, sodass sich die Jugendlichen über nächste Schritte verständigen und miteinander abstimmen können. Um jugendliche Disclosure-Adressat:innen vor Überforderung zu schützen, geht es im Teilmodul „Ressourcenarbeit“ darum, dass sie sich ihrer persönlichen Stärken, aber auch Grenzen in der Unterstützungsarbeit bewusst werden.

Die Teilmodule zur Wissensvermittlung (Modul 2A) und Ressourcenarbeit (Modul 2C) sind identisch mit Modul 3A und 3C (vgl. Übersicht über die Module in *Abchnitt 2.4*).

#### **Ablauf und Materialien**

Das Präventionsmodul „Tausend Fragen im Kopf: Kommunikation und Disclosure“ besteht aus drei aufeinander aufbauenden Teilmodulen.

- 2A: Wissensvermittlung<sup>4</sup>
- 2B: Kommunikation und Sprachbewusstsein
- 2C: Ressourcenarbeit<sup>5</sup>

<sup>4</sup> Das Modul 2A ist identisch mit dem Modul 3A; im Anhang wird dieses Modul daher 2A/3A benannt.

<sup>5</sup> Das Modul 2C ist identisch mit dem Modul 3C; im Anhang wird dieses Modul daher 2C/3C benannt.



Alle drei Teilmodule setzen sich aus unterschiedlichen thematischen Einheiten mit einer oder mehreren Übungen zusammen. Für jedes Teilmodul gibt es eine PowerPoint-Präsentation, die zur visuellen Unterstützung aller thematischen Einheiten genutzt werden kann. Es gibt zu allen Einheiten aber auch Fact-Sheets oder Kopiervorlagen, sodass die Durchführung der Übungen nicht an die Projektion der Präsentation gebunden ist. Diese finden sich im Anhang.

## Teilmodul 2A: Wissensvermittlung

### **Thematische Einheit: Informationen über sexualisierte Gewalt**

Ziel ist es Jugendlichen zu vermitteln, dass sexualisierte Gewalt eine Verletzung der sexuellen Selbstbestimmung ist. Es soll ein Verständnis für unterschiedliche Schweregrade sexualisierter Gewalt geschaffen werden, indem zwischen sexuellen Grenzverletzungen, sexuellen Grenzüberschreitungen und sexualisierten Übergriffen sowie strafrechtlich relevanten Formen sexualisierter Gewalt unterschieden wird. Die Aspekte Grenzen, Macht, Abhängigkeit und Geheimhaltung als Teil sexualisierter Gewalt werden herausgearbeitet.

Jugendliche sollen dafür sensibilisiert werden, dass sexualisierte Gewalt überall vorkommen kann – im sozialen Nahraum sowie im Internet. Es werden Hintergrundinformationen dazu vermittelt, welche Personen einem erhöhten Risiko ausgesetzt sind, von sexualisierter Gewalt betroffen zu sein. Weiterhin wird dafür sensibilisiert, dass es zwar Anzeichen gibt, die auf das Erleben von sexualisierter Gewalt hinweisen, jedoch schwierig zu deuten sind und leicht übersehen werden können.

Die thematische Einheit umfasst insgesamt sechs Übungen: *„Definition von Gewalt und sexualisierter Gewalt“*, *„TAT-ORT“*, *„Was ist was?“*, *„Wo kommt sexualisierte Gewalt vor?“*, *„Risikofaktoren“* sowie *„Frühwarnzeichen“*

### **Thematische Einheit: Täter:innen und ihre Strategien**

Zu Beginn werden stereotype Täter:innen-Bilder reflektiert und diskutiert: Grundsätzlich kann jede:r in jeder Situation sexualisierte Gewalt ausüben. Ziel dieser Einheit ist es, den Teilnehmer:innen ein Verständnis dafür zu vermitteln, dass Täter:innen gezielt und strategisch vorgehen. Die Verantwortung für die Tat liegt immer bei den Täter:innen und ereignet sich nicht zufällig aus der Situation heraus.

Die dazugehörenden Übungen sind *„Täter:innen-Bild“*, *„Täter:innen-Beschreibung“* sowie *„Täter:innen-Vorgehen“*.

## Teilmodul 2A: Wissensvermittlung

### **Thematische Einheit: Traumawissen**

Die Teilnehmenden lernen, welche Auswirkungen sexualisierte Gewalt auf die psychische Verarbeitung derartiger Erlebnisse haben kann und wie unterschiedlich Betroffene darauf reagieren können. Offenlegungen können in ihrer Gesprächsstruktur zusammenhangslos, wenig chronologisch, widersprüchlich und ambivalent ausfallen. Es soll eine Wissensgrundlage dafür geschaffen werden, dass Peers den Betroffenen Glauben schenken können, auch wenn die Erzählungen widersprüchlich und unglaublich erscheinen.

Die dazugehörigen Übungen sind *„Die Walnuss“* sowie *„Einführung in das Thema Traumatisierung, Trauma und Traumafolgen“*.

## Teilmodul 2B: Kommunikation und Sprachbewusstsein

### **Thematische Einheit: Aspekte von Kommunikation**

Es sollen erste wichtige Aspekte von Kommunikation im Allgemeinen vermittelt und die Teilnehmenden für verbale und nonverbale Kommunikationsweisen sensibilisiert werden. Ziel ist die Vermittlung von Informationen und Handlungsweisen für eine gelingende, gewaltfreie und wertschätzende Kommunikation. Die Teilnehmenden werden für das Thema Kommunikation sensibilisiert, um die Aspekte reflektiert in ihr Handeln einfließen lassen zu können.

Die dazugehörigen Übungen sind *„Einführung in das Thema Kommunikation“* sowie *„Gelingende, gewaltfreie, wertschätzende Kommunikation“*.

### **Thematische Einheit: Wertfreie Kommunikation und Sprachbewusstsein**

Ziel ist es hier, wertfreie Kommunikation praktisch zu üben, um Sprachbewusstsein zu schaffen und Sensibilität zu fördern. Außerdem soll in Kleingruppen gewaltfreie und wertschätzende Kommunikation eingeübt werden, um Gespräche stärkend und lösungsorientiert gestalten zu können. Sprachbewusstheit und -sensibilität sowie Lösungsorientierung werden gefördert.

Die dazugehörigen Übungen sind *„Wertfreie Kommunikation“* sowie *„Ratschläge geben“*.

## Teilmodul 2C: Ressourcenarbeit

Die Teilnehmenden machen sich ihre Bewältigungsstrategien und persönlichen Ressourcen bewusst. Durch positive Botschaften und Rückmeldungen wird das Selbstbewusstsein der Teilnehmenden gestärkt. Ihnen wird so ein persönlicher Notfallkoffer mitgegeben, den sie in zukünftigen belastenden Situationen hervorholen können.

Die individuelle Ausrichtung der eigenen (potenziellen) Unterstützungsarbeit wird visualisiert. Die Teilnehmenden setzen sich mit ihren eigenen Stärken und Kompetenzen auseinander. So finden sie heraus, wo ihre persönlichen Stärken, Motivationen, aber auch Grenzen in der Unterstützungsarbeit liegen. Dadurch, dass auch eine Rückmeldung durch andere erfolgt, bietet sich die Möglichkeit der Reflexion und des Ausbaus persönlicher Stärke und des Selbstbewusstseins. Es werden zudem Hintergrundinformationen zu Empowerment vermittelt.

Die dazugehörigen Übungen sind: „*Ich bin...*“, „*Selbstbild und Fremdbild*“, „*Empowerment*“, „*Mein Notfallkoffer*“ sowie „*Bedürfnisbarometer*“.

Ergänzend oder alternativ kann auch die Übung „*Was tut mir gut?*“ aus Modul 1C durchgeführt werden. Dabei erkunden und entwickeln die Jugendlichen Strategien, die ihnen helfen, gerade in schwierigen Situationen selbst etwas für ihr Wohlbefinden tun zu können.

## 5.3 MODUL 3: Stepping Stones: Stärken und Grenzen einer Freundschaft

Im Folgenden wird anhand der Interviews veranschaulicht, dass es sich bei Disclosure nicht um ein einmaliges Ereignis, sondern vielmehr um einen längeren Prozess handelt. Dabei wägen Betroffene genau ab, wem sie sich anvertrauen. Adressat:innen fühlen sich bei ihrem Bemühen, Unterstützung zu leisten, zuweilen sehr belastet und überfordert. Sie zur Unterstützung ihrer betroffenen Peers zu befähigen, aber auch dazu, die eigenen Grenzen wahrzunehmen und auf eigene Bedürfnisse zu achten, ist Ziel des in Abschnitt 5.3.3 beschriebenen Präventionsmoduls. Es wurde vom *Präventionsbüro Ronja* und dem *Frauennotruf Westerbürg* erstellt.

Wie auf ein Sich-Anvertrauen reagiert wird, ist ein bedeutsamer Faktor sowohl für den weiteren Umgang mit als auch die Verarbeitung von sexualisierten Gewalterfahrungen. Längsschnittanalysen weisen darauf hin, dass sich als unterstützend erlebte Reaktionen positiv und negativ erlebte Reaktionen hinderlich auf die Verarbeitung des Erlebten auswirken (Ullman/Peter-Hagene 2016; Orchowski/Untied/Gidycz 2013). Durch das Sprechen über sexualisierte Gewalt steigt zudem die Wahrscheinlichkeit, dass Betroffene an ein professionelles Hilfesystem angebunden werden (Paine/Hansen 2002, zit. in Rau u. a. 2016). Studien zeigen weiterhin, dass durch ein Disclosure akute Missbrauchs- und Gewaltsituationen schneller beendet und damit weitere Viktimisierungen verhindert werden können (McElvaney/Greene/Hogan 2014, zit. in Rau u. a. 2016).

Disclosure kann dabei nicht als isoliertes Ereignis verstanden werden, in dem über Gewalterfahrungen berichtet wird. Vielmehr handelt es sich um einen ganz individuellen, in vielfältigen sozialen Settings ablaufenden, gleichsam dialogisch-reflexiven Erkenntnisprozess (Gulowski/Krüger 2020), d. h. durch und im Verlauf des Sich-Anvertrauens verändert sich häufig etwas im Bewusstsein und Verständnis der Betroffenen. Dies zeigen auch die Interviews der PAD-Studie.

Conny, Betroffene von sexualisierter Peer-Gewalt, spricht mit ihrer Freundin bei einem Sommerfest in einer größeren Gruppe über Konflikte mit Freund:innen. Einer Freundin erzählt sie dann näher von der Beziehung zu einem gleichaltrigen Jungen. Ihre Absicht ist eigentlich zu erklären, dass sie sehr wenig nachtragend sei und immer zu schnell verzeihen würde. Nebenbei schildert sie aber auch die Übergriffe. Neben ihr am Tisch sitzt der einige Jahre ältere Leiter ihrer Jugendgruppe.

„(...) er saß am Tisch daneben, und er hat so gesagt: ‚Moment, stopp, von was redet ihr hier? (...) wir sind hier gerade auf komplett einer anderen Schiene unterwegs. Hier geht’s eigentlich grade so um Freunde, die halt

mal irgendwie was Blödes sagen oder so und ihr seid grade auf einer Gewalt-schiene. Stopp! Halt! (...) wollen wir uns vielleicht mal kurz rübersetzen?‘ Und dann saßen wir auf einer Treppe, weg von den anderen, und er hat mit mir geredet und gefragt, was da jetzt eigentlich passiert ist, und dann hab ich erzählt und hab ultra-geheult. (...) und dann hab ich ihm am nächsten Tag geschrieben, ob er mir den Link schicken kann zu der Internetseite mit Adressen, und er hat mir den geschickt, und da kam ich dann auf die Seite der Fachberatungsstelle“ (Conny, 20 Jahre, Betroffene).

Als Conny auf dem Sommerfest über ihre eigenen problematischen und auch gewaltvollen Erfahrungen spricht, teilt sie diese nicht mit und gibt sich nicht als Betroffene zu erkennen. Zu diesem Zeitpunkt, reflektiert sie später im Interview, hätte sie noch gar nicht gewusst, dass es sich um eine missbräuchliche Beziehung handle und sie mehrfach sexualisierter Gewalt ausgesetzt war. Wie in Abschnitt 5.1.3 (Sexualisierte Gewalt als „Freundschaftskummer“?) bereits skizziert, beschreibt sie eher „Freundschaftskummer“ im Gespräch mit den anderen beim Sommerfest. Die Stärke der Freundschaft mit den Anwesenden liegt im Fall von Conny sicher darin, dass sie sich mit ihren Sorgen an die Freundin wendet. Aber auch die Grenze wird deutlich, wenn ihre Freund:innen sie nicht darauf hinweisen, dass es sich um mehr als nur „Freundschaftskummer“ handelt. Das Darüber-Sprechen eröffnet erst die Möglichkeit, dass der Jugendgruppenleiter ihre Erfahrungen neu rahmt und bewertet. Als sie daraufhin in den nächsten Tagen Kontakt mit der Beratungsstelle aufnimmt und sie ihre ersten Gespräche dort hat, schafft sie es, das Erlebte als das einzuordnen, was es ist: sexualisierte Gewalt. Damit beginnt für sie auch der Prozess, sich von dieser Beziehung zu lösen.

Festzuhalten ist demnach, dass Disclosure nach Scambor, Wittenzellner und Rieske (2018) „Prozesse des Erinnerns, Einordnens und Offenlegens von sexualisierter Gewalt durch Betroffene selbst, deren privates Umfeld und/oder professionell eingebundene Akteur\_innen“ (S. 700) bezeichnet und diese Prozesse immer auch von der (erwarteten) Tragfähigkeit der Beziehungen abhängen, in die sie eingebettet sind. Je mehr sich in Freundschaften also auch über Sorgen, Probleme und „Freundschaftskummer“ ausgetauscht werden kann, desto höher scheint die Möglichkeit, im Sprechen Disclosure-Prozesse zu initiieren.

### 5.3.1 Stärken einer Freundschaft

Die PAD-Studie legt offen, dass die Konzeption von „Peers als Brücke ins Hilfesystem“ nicht statisch und einseitig gedacht werden darf. Dass der/die Adressat:in den Weg der betroffenen Person, die sich ihr oder ihm anvertraut hat, bis ins Hilfesystem begleitet, trifft empirisch häufig nicht zu und scheint auch für die Adressat:innen nicht zwangsläufig sinnvoll. In den Interviews zeigt sich vielmehr

eine große Vielfalt der Hilfen. Disclosure-Prozesse werden im Kontext spezifischer Merkmale und Beziehungsausprägungen (z. B. Vertrautheit, Expertise) initiiert und sind im weiteren Verlauf durch ganz unterschiedliche Kompetenzen und individuelle, biografisch bestimmte Grenzen auf beiden Seiten geprägt. Prävention, die auf Peer-Adressat:innen fokussiert, sollte daher jugendlichen Peers näher bringen, wie sie bei weiteren Schritten und Entscheidungen der betroffenen Person unterstützend wirken und sie begleiten können, ohne dass die Vermittlung ins Hilfesystem als feststehendes Ziel behandelt wird.

Gleichzeitig sollte Prävention Peer-Adressat:innen auch vor Überforderung schützen und das Wahren eigener Grenzen und Bedürfnisse stärken. Im Fall einer Grenzziehung, sei es seitens der Betroffenen oder der Peer-Adressat:innen, sollte dies nicht als Scheitern verstanden werden. Daher greifen wir das Bild des *Stepping Stone* auf. Der *Stepping Stone* kann ein wichtiger Schritt der Unterstützung für die Betroffenen sein, den Adressat:innen begleiten. Auch ein erstes empathisches Zuhören sollte als wichtiger erster Schritt verstanden und nicht in dessen Relevanz unterschätzt werden. Auch wenn der nächste Schritt vielleicht von der Betroffenen Person allein gegangen wird und von einer anderen Person begleitet.

„Also, dass man das der besten Freundin oder so erzählt, das ist gut, und ich glaub, das muss man vielleicht auch. Aber dass man sich vielleicht auch im Klaren darüber ist, dass die Person letztendlich trotzdem nicht die richtige Ansprechperson ist. Also, dass es vielleicht noch eine andere, weitere Ansprechperson braucht, die vielleicht sogar dann dafür geschult ist, mit so einer Situation umzugehen. Also ob das jetzt ein Vertrauenslehrer oder so ist oder, oder so andere in der Beratungsstelle oder so, des ist ja dann im ersten Moment egal“ (Diana-Marie, 24 Jahre, Betroffene).

## **Kommunikation und Beziehung**

Die in der PAD-Studie befragten betroffenen Jugendlichen erwiesen sich mehrheitlich als sehr kompetent in der Auswahl der Peers, die sie ins Vertrauen gezogen hatten. Einige der Interviewten tasteten sich auch ganz gezielt an ein Disclosure heran und prüften, ob sie die Person ins Vertrauen ziehen oder nicht, so wie Anna. Anna erlebte seit ihrer frühen Kindheit sexualisierte Gewalt und Missbrauch durch einen nahen Verwandten. Sie verbrachte gerade einen Nachmittag mit ihrer besten Freundin und schilderte ihr, dass

„so ein Typ im Vorbeifahren aufm Fahrrad seinen Penis rausgeholt hat und mir gezeigt hatte (...) und ich hatte ihr irgendwie dann auch nur so ganz leicht versucht zu erzählen, irgendwas mit meinem Verwandten, und sie hat das aber gar nicht so richtig angenommen irgendwie, und dann hab ich das auch schnell wieder so gelassen“ (Anna, 25 Jahre, Betroffene).

Vor diesem Hintergrund zeigt sich die besondere Möglichkeit der Prävention gerade darin, Peers im Prozessverlauf des Disclosures zu befähigen, zuzuhören, zu verstehen und unterstützend zu reagieren; denn durch ihre Reaktionen und die Gestaltung der Beziehung und des weiteren Settings können die Verläufe des Umgangs mit der erlebten sexualisierten Gewalt und der Hilfesuche für die Betroffenen weiter bestimmt werden. Nicht selten werden, wie bei Conny, zu Beginn des Disclosure-Prozesses auch andere Themen verhandelt und die sexualisierte Gewalt nicht klar benannt. Auch Diana-Marie (Betroffene) sagt im Interview:

„Ich hab nicht mal verstanden, was mir passiert ist. Ich konnte das nicht mal benennen, weil das so weit aus meiner Realität entfernt war. Und ich hätte zum Beispiel im Traum nicht daran gedacht, zu einer Beratungsstelle zu gehen, weil ich das gar nicht miteinander in Verbindung gebracht habe.“

Erst als sie während eines Spaziergangs mit ihrer Freundin über andere intime Themen redet, beginnt sie, auch über ihre Gewalterfahrungen zu sprechen:

„Also es war eh sowieso eine sehr gute Freundin, mit der ich viel über halt so intime Sachen geredet hab, und ich glaube, dass es eher dann dadurch ausgelöst war, dass ich irgendwie das Gefühl hatte, wenn wir eh über solche Themen reden, und ich weiß, dass ich mich ihr quasi anvertrauen kann, dass ich ihr dann davon auch erzählen kann“ (Diana-Marie, 24 Jahre, Betroffene).

Diana-Marie beschreibt, dass sie sich sicher gefühlt hat und wusste, dass sie ihrer Freundin vertrauen konnte, dass diese es nicht ohne ihre Erlaubnis weitererzählen würde. Auch zweifelte sie nicht daran, dass ihre Freundin ihr glauben würde. Dies seien für sie wichtige Kriterien gewesen, als sie im Sprechen über Intimes, auch über die Vergewaltigung, berichtete.

Anhand der PAD-Interviews lässt sich eine Typologie wichtiger Beziehungskriterien entwerfen, die ein Disclosure erleichtern. Teilweise werden diese auch von den Fachberater:innen beschrieben:

(1) Sehr enge Freundschaften, die sich durch ein sehr enges und intimes Verhältnis auszeichnen; eine Freundschaft beschrieben durch „dir erzähl ich alles“ und „wir teilen den Nagellack und auch die Bauchschmerzen“ (Fachberater:in 5).

(2) Partner:innen, mit denen man Intimität und/oder Sexualität teilt. Hier sind vor allem feste Beziehungen wichtig, weil „ich dem das dann irgendwann auch erzählen muss“ oder Traumafolge-Reaktionen erklären muss, die durch Trigger, beispielsweise durch Sexualität, ausgelöst werden (Fachberater:in 6).

(3) In der Thematik der sexualisierten Gewalt als besonders kompetent wahrgenommene Peers. Diese werden wegen spezifischer Eigenschaften und weniger wegen einer bereits vorher großen Nähe als Adressat:innen ins Vertrauen gezogen.

Die befragten Jugendlichen haben sich an Peers gewandt, denen sie aufgrund bestimmter Merkmale eine besondere Expertise zur Problematik der sexualisierten Gewalt zugeschrieben haben, sei es aufgrund einer

Themenexpertise: basierend auf Interessen (z.B. für feministische, queere Themen, Selbstverteidigung), gesellschaftlichem Engagement (z.B. in der Jugendverbandsarbeit) oder einer Ausbildung/einem Studium (z.B. im sozialen Bereich)

oder

Erfahrungsexpertise: basierend auf Erfahrungen sexualisierter Gewalt oder anderer gravierender Probleme (z.B. Gewalt in der Familie)

## **Empowerment**

Mit dem Beginn von Disclosure werden Reflexions-, Beziehungs- und Kommunikationsprozesse angestoßen. In diesen Prozessen ist es für betroffene Jugendlichen wichtig, das Gefühl zu bekommen, wieder befähigt zu werden, aus schwierigen Situationen herauszukommen und das eigene Leben selbst (wieder) gestalten und bewältigen zu können. So wie Conny, die davon berichtete, dass sie erst einen Beratungstermin vereinbaren konnte, nachdem der Adressat ihr gesagt hatte, dass das gegen sie gerichtete Verhalten des Jungen nicht legitim sei. Als er ihr den Weblink von einer Beratungsstelle schickte, ging es dann sehr schnell:

„[Ich habe das] sehr schnell rausgehauen, (...) das ist ein Problem, was jetzt scheiße ist, aber was in zwei Jahren, wenn ich's gut mach, ist es in zwei Jahren nicht mehr mein Hauptproblem (...) und weil ich halt wusste, dass es lösbar ist, (...) und deswegen wollte ich's auch so schnell wie möglich halt gelöst haben und nicht mich da hinsetzen und jetzt sagen ‚mach‘, sondern (...) mitarbeiten“ (Conny, 20 Jahre, Betroffene).

Conny beschreibt einen Prozess hin zur wiedererlangten Befähigung, den Gewalt Erfahrungen etwas entgegenzusetzen. In der Beratung spricht man daher auch von Empowerment, d. h. einer (Selbst-)Ermächtigung, also einem Prozess, der es Menschen (in schwierigen Lebenslagen) ermöglichen soll, das eigene Leben selbst zu gestalten und zu bewältigen. Dabei ist relevant, dass die Person im Prozess unterstützt und begleitet und nicht gedrängt wird. Daher wird es von den Betroffenen häufig als Gradmesser für eine passende Reaktion verstanden, inwieweit sie sich durch die Adressat:innen in ihrer Handlungsfähigkeit unterstützt und respektiert fühlen.



### 5.3.2 Grenzen der Unterstützung innerhalb einer Freundschaft

Jugendliche Adressat:innen von Disclosure sexualisierter Gewalt sollen aber nicht nur zu einer konstruktiv-reflektierten Form von Unterstützung ermutigt werden (siehe Kap. 5.2: Kommunikation und Disclosure), sondern auch darin unterstützt werden, die eigenen Kompetenzen und Grenzen zu kennen, für sich zu sorgen und sich nicht zu überfordern.

Ausgangspunkt ist dabei, dass sich die von uns befragten jugendlichen Adressierten einer enormen Herausforderung gegenübergestellt sahen, weil ihnen klar war, dass es sich bei der ihnen anvertrauten sexualisierten Gewalt um ein besonders ernstes Thema handelt:

„Das war dann für mich so diese Horrorvorstellung oder wie so Nachrichten, die man immer im Fernsehen sieht, dass was passiert mit Kindern, das hat mich dann total erschrocken und dass ihr das auch passiert ist, und dass ich das nicht gedacht habe und das ist erste Mal, dass ich mit sowas in Kontakt gekommen bin und deshalb war ich da ja; erschrocken drüber“ (Beyla, 17 Jahre, Adressatin).

Hinzu kommt das als selbstverständlich empfundene Gebot der Geheimhaltung (siehe Kap. 4: Hilfevorstellungen jugendlicher Peers), das den Disclosure-Prozess mitbestimmt. Bei der von den Adressat:innen in den Interviews beschriebenen Überforderung lassen sich mindestens zwei Formen des Umgangs mit dem Anvertrauten unterscheiden. Beiden Formen ist gemeinsam, dass sie die Bedürfnisse und Grenzen der Adressierten hintanstellen und zur Überlastung führen können. Worin sie sich unterscheiden, wird in den beiden folgenden Abschnitten deutlich.

#### **Begrenzung in Wissen und Möglichkeiten**

Die jugendlichen Adressat:innen berichten in den Interviews häufig, wegen der als zu groß empfundenen Tragweite des Anvertrauten überfordert gewesen zu sein. Sie haben den Eindruck, dass sowohl ihr Wissen als auch ihre Möglichkeiten zu begrenzt seien, um adäquat handeln zu können. Die Adressat:innen sehen sich explizit oder implizit an sie gestellten Anforderungen gegenüber, für die sie sich nicht ausreichend gerüstet fühlen. Gleichzeitig gehen sie davon aus, sich selbst keine Unterstützung holen zu dürfen. Ihre eigenen Bedürfnisse stellen sie zurück (siehe Kap. 4):

„(...)da geht's mir jetzt weniger drum, wie es mir damit geht oder so; weil ich des immer gut überbrücken konnte“ (Julia, 18 Jahre, Adressatin).

Gleichzeitig sagt sie,

„aber mir geht's um die Hilflosigkeit oder Verzweiflung, dass man nicht weiß, was man machen soll. (...), was ich mit dieser Ambivalenz anfangen soll, zwischen man sollte es eigentlich melden, aber man möchte trotzdem die Grenzen der betroffenen Person nicht überschreiten. (...) Und ich wusste es vor zwei Jahren nicht, und jetzt weiß ich es fast genau so wenig“ (Julia, 18 Jahre, Adressatin).

Auch Lexi beschreibt ihre Überforderung insbesondere im Zusammenhang mit dem Gefühl, einem „so riesig[en]“ Thema begegnen zu müssen:

„Ich habe immer so das Gefühl gehabt, wenn mir jemand etwas Schlimmes erzählt, dann will ich für denjenigen da sein und will mich drum kümmern, dass es nicht mehr schlimm ist, aber das Thema ist für mich so riesig und so facettenreich und geht so tief, dass mich das schon ziemlich überfordert hat“ (Lexi, 18 Jahre, Adressatin).

Zusätzlich zum Eindruck der Überforderung wird teilweise ein Gefühlschaos unterschiedlicher emotionaler Zustände von den Jugendlichen als belastend beschrieben:

„Also in erster Linie Entsetzen und gleichzeitig halt auch, ich weiß nicht, also vielleicht Mitleid, oder Sorge? Auf jeden Fall, ja vordergründig war ich vor allem in dem Moment erstmal, war ich entsetzt. (...) Das ist halt so ne Mischung aus Wut auf diesen Typen und Verzweiflung, weil ich einfach nicht wusste, was ich jetzt machen soll, ich kann ja nicht gegen den Willen von jemandem dann es ihren Eltern sagen oder keine Ahnung sonst wo hingehen“ (Peter, 17 Jahre, Adressat).

In all den hier zitierten Aussagen der Adressierten Julia, Lexi und Peter kommt das in Kap. 4 (Hilfevorstellungen jugendlicher Peers) angesprochene Spannungsfeld zwischen zum Teil selbst auferlegtem Geheimhaltungsdruck und gleichzeitig fehlenden alternativen Handlungsoptionen zum Ausdruck. Die 17-jährige Adressatin Marie fasst dieses Dilemma der gefühlten Begrenzung pointiert für sich zusammen:

„Naja, dass ich halt nicht so handle wie ich, also, wie es sozusagen meinen Gedanken entsprechen würde“.

### **Entgrenzung der Verantwortung und Überschreiten der eigenen Grenzen**

Die Überforderung drückt sich bei manchen Adressierten auch darin aus, dass sie sich über die Grenzen ihrer Belastbarkeit hinweg, der Betroffenen und ihrer Situation annehmen. Auch hier wird offenkundig, dass die Vorstellung von Hilfe und Unterstützung sich weniger auf die Ressourcen einer Freundschaft bezieht, wie z. B. zuzuhören, zu trösten, gemeinsam zu recherchieren, anwesend zu sein, gemeinsam

etwas zu unternehmen o. ä. (vgl. auch Kap. 4: Hilfevorstellungen jugendlicher Peers). Vielmehr rückt in diesen Fällen das Thema in das Zentrum der Freundschaft und die Adressierten versuchen über die eigenen Belastungsgrenzen hinaus, mitunter bis zur völligen körperlichen Erschöpfung, den Betroffenen zu helfen. Dabei sind die Unterstützenden weiterhin in ihren Alltag und die damit verbundenen Aufgaben eingebunden.

Eine solche Situation beschreibt Kathrin, heute 20 Jahre alt, über einen sehr langen und als belastend erlebten Prozess der Begleitung ihrer Freundin, die im Urlaub vergewaltigt wurde und sich ihr einige Zeit später anvertraute:

„Ich bin morgens kurz vor fünf aufgestanden, ich hatte Schule natürlich, und musste morgens so früh raus, weil der Hund raus musste. Nachts um drei Uhr hatte ich noch mit ihr [betroffene Freundin] geschrieben und dann saß ich in der Schule, und muss ein gutes Zeugnis hinlegen, meine Probleme in der Schule waren ja auch nicht weg, da gabs auch noch irgendwie reichlich, was ich da koordinieren musste, (...) und ich hatte voll das Programm. Abschluss, Begleitung der Prüfung, ganztags in der Schule für zwei Fremdsprachen, um gute Prüfungen zu schreiben; und daneben halt noch die Schulprobleme, und dann noch obendrauf [die betroffene Freundin] - das war schon anstrengend. Ich brauchte Wochenende. Wochenenden, einfach um irgendwie mal morgens ausschlafen zu können, um einfach auch den Tag gut hinzubekommen, ohne im Dauerstress zu sein, hier muss ich ihr [betroffene Freundin] schreiben, oder ich habe mich da halt für verantwortlich gefühlt, und der ganze Rest muss auch noch irgendwie gewuppt werden am Wochenende. Aber ich habe damals auch stundenlang mit ihr geschrieben, also locker 5 Stunden, habe aber da schon immer die Krise bekommen, weil ich dann so viel am Handy war, aber dann hatte ich wenigstens nur sie und nicht noch Schule und sonst was“ (Kathrin, 20 Jahre, Adressatin).

Obwohl Kathrin sich schon damals überfordert und stark gestresst fühlte, macht sie nach deren Ferien weiter und versucht, buchstäblich rund um die Uhr für ihre Freundin zur Verfügung zu stehen:

„Ich glaube, ich habe das gar nicht als Problem bezeichnet für mich. (...) ich habe schon gemerkt, okay das ist stressig, das ist auch überfordernd, aber ich helfe ihr ja und von daher ist das kein Problem“ (Kathrin, 20 Jahre, Adressatin).

Ähnliches schilderte auch Beyla (Adressatin). Auch sie unterstützt ihre Freundin über Monate hinweg, trotz der empfundenen Überlastung. Wie Kathrin bezieht sie ihren Antrieb aus dem Wissen, dass die betroffene Freundin außer ihr niemanden sonst ins Vertrauen gezogen hat und sie die einzige ist, die unterstützen kann:

„Es gab nämlich Momente, wo ich mir dachte ‚okay, das wird zu viel für mich, und ich will das nicht mehr‘. Das war dann aber vor allem (...) wo sie sich dann von

mir komplett distanziert hatte und ich mir dachte ‚ich kann ihr nicht die ganze Zeit hinterherlaufen‘. (...) Das Problem war, dass sie sonst niemanden hatte. Wenn ich ihr nicht hinterhergelaufen wäre, dann hätte sie niemanden mehr gehabt; und ich weiß, dass es ihr nicht gut ging (...) aber auf der anderen Seite, ich hatte ja ein eigenes Leben. Bei mir lief in der Schule nicht gut, ich habe jetzt auch die Schule wiederholt, also nicht wegen dem, aber ich hatte auch selbst viel Stress zuhause und in der Schule, und das war dann so dieses Zusätzliche. (...) Wo ich mir dann auch dachte ‚okay, ich kann das nicht mehr‘, (...) soll ich einfach sagen, ‚tut mir leid ich würde dir ja gern helfen, aber ich kann das nicht mehr‘. (...) Das waren einfach so Sachen, die ich mir dann überlegt hab, weil ich dann wirklich kurz davor war, weil ich einfach nicht mehr konnte, weil sich nichts mehr verändert hat – monatelang. Es ist einfach so geblieben, oder es hat sich verschlechtert“ (Beyla, 17 Jahre, Adressatin).

In den Fällen von Kathrin und Beyla zeigt sich, wie die sexualisierte Gewalt über den Disclosure-Prozess zunehmend die Freundschaft dominiert, eine Entwicklung, die sich über einen längeren Zeitraum erstreckt. Beide schildern die eigenen Belastungen und gleichzeitig das hohe Verantwortungsgefühl, ihre Freundin nicht allein lassen zu wollen. Diese Loyalität und Verantwortung führen zu einer großen Belastung der Adressat:innen. Hier liegt aber auch gerade eine wichtige Ressource für die Präventionsarbeit. Das große Engagement und die Verbindlichkeit der Jugendlichen eröffnen die Möglichkeit, den weiteren Verlauf der Aufarbeitung für Betroffene positiv zu beeinflussen oder noch anhaltende Gewalt zu beenden. Allerdings erscheint es wichtig, dass die jugendlichen Adressierten Möglichkeiten aufgezeigt und Handlungsweisen an die Hand bekommen, um im Spannungsfeld der Geheimhaltung und des Handlungsdrucks bestehen zu können. Hierfür müssen sie ihre eigenen Grenzen reflektieren sowie ihre Kompetenzen und Bedürfnisse kennenlernen, um so der Überforderung und dem Gefühl der Handlungssohnmacht etwas entgegensetzen zu können.

### 5.3.3 Das Präventionsmodul 3 „Stepping Stones: Stärken und Grenzen einer Freundschaft“

Vor dem Hintergrund der beschriebenen Herausforderungen und Problemkonstellationen wurde das Präventionsmodul 3 „Stepping Stones: Stärken und Grenzen einer Freundschaft“ entwickelt. Spezifisch für dieses Modul ist die Beschäftigung mit dem Thema der Grenzen von Unterstützung innerhalb einer Freundschaft aus der Perspektive der Adressat:innen. Mit Hilfe dieses Moduls können eigene Grenzen ausgelotet und Gefühle der Überforderung thematisiert werden. Die Teilmodule zur Wissensvermittlung (Modul 3A) und Ressourcenarbeit (Modul 3C) sind identisch mit den Modulen 2A bzw. 2C (vgl. Übersicht über die Module in *Abschnitt*

2.4). Durch Informationen rund um Prävalenzen und Täter:innenstrategien soll den Jugendlichen vermittelt werden, dass sexualisierte Gewalt überall vorkommen kann und dass es nicht den typischen Täter oder die typische Täterin gibt. Durch Psychoedukation sollen potenzielle Adressat:innen und Betroffene dafür sensibilisiert werden, dass Trauma und Traumafolgestörungen möglicherweise einen Einfluss auf den Disclosure-Prozess haben. Dieses Wissen soll Jugendlichen dabei helfen, die Situation betroffener Gleichaltriger besser einschätzen zu können.

Neben dieser Wissensgrundlage steht die Selbstfürsorge im Fokus sowie die Möglichkeit, eigene Grenzen der freundschaftlichen Unterstützungsarbeit zu reflektieren. So sollen Adressat:innen mehr Sicherheit für sich selbst und im Umgang mit Betroffenen erlangen. Die vorgeschlagenen Übungen sollen dazu beitragen, dass Jugendliche die Kraft haben, Grenzen zu ziehen und zu wahren sich ihrer eigenen Ressourcen bewusst zu werden und Strategien der Selbstfürsorge kennenzulernen und zu reflektieren (siehe auch Kap. 4).

### **Ablauf und Materialien**

Das Präventionsmodul „*Stepping Stones*: Stärken und Grenzen einer Freundschaft“ besteht aus drei aufeinander aufbauenden Teilmodulen.

- 2A: Wissensvermittlung<sup>6</sup>
- 2B: Grenzen der Unterstützung in einer Freundschaft
- 3C: Ressourcenarbeit<sup>7</sup>

Für jedes Teilmodul gibt es eine PowerPoint-Präsentation, die zur visuellen Unterstützung aller thematischen Einheiten genutzt werden kann. Es gibt zu allen Einheiten auch Fact-Sheets oder Kopiervorlagen, sodass die Durchführung der Übungen nicht an die Projektion der Präsentation gebunden ist.

### **Teilmodul 3A: Wissensvermittlung**

Das Teilmodul ist identisch mit *Teilmodul 2A*.

<sup>6</sup> Das Modul 3A ist identisch mit dem Modul 2A; im Anhang wird dieses Modul daher 2A/3A benannt.

<sup>7</sup> Das Modul 3C ist identisch mit dem Modul 2C; im Anhang wird dieses Modul daher 2C/3C benannt.

### Teilmodul 3B: Grenzen einer Freundschaft

Im Rahmen dieses Moduls setzen sich die Jugendlichen mit Sinn und Grenzen von Unterstützungsarbeit auseinander. Die Teilnehmenden sollen dafür sensibilisiert werden, ihre eigenen Bedürfnisse zu berücksichtigen und Grenzen zu setzen. Dadurch soll vermieden werden, dass es im Disclosure-Prozess zu Gefühlen der Überforderung kommt. Die Bereitschaft, sich in Überforderungssituationen selbst Hilfe zu holen, soll gestärkt werden. Die Teilnehmenden werden dafür sensibilisiert, die eigenen Grenzen und das eigene Wohlergehen im Blick zu behalten. Sie lernen, dass sie Gespräche z. B. über Gewalterfahrungen beenden dürfen, wenn es ihnen zu viel wird, und dass Erwachsene für den Schutz von Kindern und Jugendlichen verantwortlich sind.

Die dazugehörigen Übungen sind *„Grenzen einer Freundschaft“*, *„Abgrenzung und Schutz“* sowie *„Euer Rettungsring“*.

### Teilmodul 3C: Ressourcenarbeit

Das Teilmodul ist identisch mit *Teilmodul 2C*.

# Literatur

- Ahrens, Courtney E. (2006): Being silenced: the impact of negative social reactions on the disclosure of rape. In: *American Journal of Community Psychology*, 38. Jg., H. 3-4, S. 263–274
- Allroggen, Marc/Rau, Thea/Fegert, Jörg M. (2012): Sexuelle Übergriffe von Jugendlichen und Heranwachsenden auf Jugendliche. In: *Zeitschrift für Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie*, 60. Jg., H. 1, S. 35–40
- Allroggen, Marc/Rau, Thea/Ohlert, Jeannine/Fegert, Jörg M. (2017): Lifetime prevalence and incidence of sexual victimization of adolescents in institutional care. In: *Child Abuse & Neglect*, 66. Jg., S. 23–30
- Allroggen, Marc/Spröber, Nina/Rau, Thea/Fegert, Jörg M. (Hrsg.) (2011): Sexuelle Gewalt unter Kindern und Jugendlichen. Ursachen und Folgen. Eine Expertise der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie/ Psychotherapie. Ulm
- AMZYNA e. V. (2016): Peer-Ansätze in Konzepten der Prävention sexueller Gewalt gegen Kinder und Jugendliche in Deutschland. Unveröffentlichte Expertise im Auftrag des DJI. München
- Blättner, Beate/Schultes, Kristin/Hehl, Lieselotte/Brzank, Petra (2015): Grenzüberschreitungen und Gewalt in Teenagerbeziehungen. In: *Prävention und Gesundheitsforschung*, 10. Jg., H. 2, S. 173–179
- Brechwald, Whitney A./Prinstein, Mitchell J. (2011): Beyond homophily: A decade of advances in understanding peer influence processes. In: *Journal of Research on Adolescence*, 21. Jg., H. 1, S. 166–179
- Bundeskriminalamt (BKA) (2020): Partnerschaftsgewalt. Kriminalstatistische Auswertung – Berichtsjahr 2019. Wiesbaden
- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (2021): Jugendsexualität 2020. Sexualisierte Gewalt. Köln
- Burchartz, Arne (2019): Traumatisierungen bei Kindern und Jugendlichen. Psychodynamisch verstehen und behandeln. Stuttgart
- Campbell, Rebecca/Greenson, Megan/Fehler-Cabrat, Giannina/Kennedy, Angie (2015): Pathways to Help Adolescent Sexual Assault Victims' Disclosure and Help-Seeking Experiences. In: *Violence Against Women*, 21. Jg., H. 7, S. 824–847
- Camp, Tinneke van/Hébert, Martine/Guidi, Elisa/Lavoie, Francine/Blais, Martin (2014): Teens' self-efficacy to deal with dating violence as victim, perpetrator or bystander. In: *International Review of Victimology*, 20. Jg., H. 3, S. 289–303
- Derr, Regine/Hartl, Johann/Mosser, Peter/Eppinger, Sabeth/Kindler, Heinz (2017): Kultur des Hinhörens. Sprechen über sexuelle Gewalt, Organisationsklima und Prävention in stationären Einrichtungen der Jugendhilfe. Zentrale Ergebnisse. Unter Mitarbeit von Alisa Muther. München
- Edgardh, Karin/Ormstad, Kari (2000): Prevalence and characteristics of sexual abuse in a national sample of Swedish seventeen-year-old boys and girls. In: *Acta Paediatrica*, 89. Jg., H. 3, S. 310–319
- Feiring, Candice/Taska, Lynn/Lewis, Michael (1998): The Role of Shame and Attributional Style in Children's and Adolescents' Adaptation to Sexual Abuse. In: *Child Maltreatment*, 3. Jg., H. 2, S. 129–142
- Fischer, Gottfried/Riedesser, Peter (2020): *Lehrbuch der Psychotraumatologie*. 5. Aufl. München
- Furman, Wyndol/Buhrmester, Duane (1992): Age and Sex Differences in Perceptions of Networks of Personal Relationships. In: *Child Development*, 63. Jg., S. 103–115
- Gerber, Franziska (2010): Die Vielfalt und Komplexität häuslicher Gewalt erkennen. In: *Fachstelle für Gleichstellung Stadt Zürich/Frauenklinik Maternité/Stadtspital Triemli Zürich/Verein Inselhof Triemli*

- Zürich (Hrsg.): Häusliche Gewalt erkennen und richtig reagieren. Handbuch für Medizin, Pflege und Beratung. 2. Aufl. Bern, S. 165–180
- Giletta, Matteo/Burk, William J./Scholte, Ron H./Engels, Rutger C./Prinstein, Mitchell J. (2013): Direct and Indirect Peer Socialization of Adolescent Nonsuicidal Self-Injury. In: *Journal of Research on Adolescence*, 23. Jg., H. 3, S. 450–463
- Gulowski, Rebecca/Krüger, Christina (2020): Jugendliche reden über sexualisierte Gewalterfahrungen vor allem mit ihren Peers. Erste Erkenntnisse aus dem BMBF-Projekt „Peers als Adressatinnen und Adressaten von Disclosure und Brücken ins Hilfesystem“. In: *Forum Sexualaufklärung*, H. 1, S. 30–34
- Hausmann, Clemens (2006): Einführung in die Psychotraumatologie. Wien
- Hofherr, Stefan/Kindler, Heinz (2018): Sexuelle Übergriffe in Schulen aus der Sicht von Schülerinnen und Schülern. Zusammenhänge zum Erleben von Schule und der Bereitschaft zur Hilfesuche. In: *Zeitschrift für Pädagogik, Beiheft 64*, S. 95–110
- Kogan, Steven (2004): Disclosing unwanted sexual experiences: results from a national sample of adolescent women. In: *Child Abuse & Neglect*, 28. Jg., H. 2, S. 147–165
- Köhler, Sina-Mareen/Krüger, Heinz-Hermann/Pfaff, Nicole (Hrsg.) (2016): Handbuch Peerforschung. Opladen/Berlin/Toronto
- Krahé, Barbara (2009): Sexuelle Aggression und Opfererfahrung unter Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Prävalenz und Prädiktoren. In: *Psychologische Rundschau*, 60. Jg., H. 3, S. 173–183
- Krahé, Barbara/Scheinberger-Olwig, Renate (2002): Sexuelle Aggression: Verbreitungsgrad und Risikofaktoren bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen. Göttingen
- Lange, Alfred/De Beurs, Edwin/Dolan, Conor/Lachnit, Tanja/Sjollema, Sandra/Hanewald, Gerrit (1999): Long-term effects of childhood sexual abuse. Objective and subjective characteristics of the abuse and psychopathology in later life. In: *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 187. Jg., H. 3, S. 150–158
- Lemaigre, Charlotte/Taylor, Emily P./Gittoes, Claire (2017): Barriers and facilitators to disclosing sexual abuse in childhood and adolescence. A systematic review. In: *Child Abuse & Neglect*, 70. Jg., S. 39–52
- Malloy, Lindsay C./Brubacher, Sonja P./Lamb, Michael E. (2013): “Because She’s One Who Listens” Children Discuss Disclosure Recipients in Forensic Interviews. In: *Child Maltreatment*, 18. Jg., H. 4, S. 245–251
- Maschke, Sabine/Stecher, Ludwig (2017): SPEAK! „Sexualisierte Gewalt in der Erfahrung Jugendlicher“, Öffentlicher Kurzbericht. Marburg
- Maschke, Sabine/Stecher, Ludwig (2018): Sexuelle Gewalt: Die Erfahrungen Jugendlicher heute. Weinheim/Basel
- McElvaney, Rosaleen/Greene, Sheila/Hogan, Diane (2014): To Tell or Not to Tell? Factors Influencing Young People’s Informal Disclosures of Child Sexual Abuse. In: *Journal of Interpersonal Violence*, 29. Jg., H. 5, S. 928–47
- Mohler-Kuo, Meichun/Landolt, Markus/Maier, Thomas/Meidert, Ursula/Schönbucher, Verena/Schnyder, Ulrich (2014): Child Sexual Abuse Revisited: A Population-Based Cross-Sectional Study Among Swiss Adolescents. In: *Journal of Adolescent Health*, 54. Jg., H. 3, S. 304–311
- Orchowski, Lindsay/Untied, Amy/Gidycz, Christine (2013): Social reactions to disclosure of sexual victimization and adjustment among survivors of sexual assault. In: *Journal of Interpersonal Violence*, 28. Jg., H. 10, S. 2005–2023
- Paine, Mary/Hansen, David (2002): Factors influencing children to self-disclose sexual abuse. In: *Clinical Psychology Review*, 22. Jg., H. 2, S. 271–295



- Perkonig, Axel/Kessler, Ronald C./Storz, Stefan/Wittchen, Hans-Ulrich (2000): Traumatic events and post-traumatic stress disorder in the community: prevalence, risk factors and comorbidity. In: *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 101. Jg., H. 1, S. 46–59
- Priebe, Gisela/Svedin, Carl Göran (2008): Child Sexual Abuse Is Largely Hidden from the Adult Society: An Epidemiological Study of Adolescents' Disclosures. In: *Child Abuse & Neglect*, 32. Jg., H. 12, S. 1095–1108
- Rau, Thea/Ohlert, Jeannine/Fegert, Jörg M./Allroggen, Marc (2016): Disclosure von Jugendlichen in Jugendhilfeeinrichtungen und Internaten nach sexueller Gewalterfahrung. In: *Praxis der Kinderpsychologie und Kinderpsychiatrie*, 65. Jg., H. 9, S. 638–654
- Reitsema, Anne Margit/Grietens, Hans (2016): Is anybody listening? The literature on the dialogical process of child sexual abuse disclosure reviewed. In: *Trauma, Violence, and Abuse*, 17. Jg., H. 3, S. 330–340
- Scambor, Elli/Witzenzellner, Ulla/Rieske, Thomas Viola (2018): Bedingungen für gelingende Aufdeckungsprozesse. In: Retkowski, Alexandra/Treibel, Angelika/Tuider, Elisabeth (Hrsg.): *Handbuch sexualisierte Gewalt und pädagogische Kontexte. Theorie, Forschung, Praxis*. Weinheim/Basel, S. 709–718
- Schönbucher, Verena/Maier, Thomas/Mohler-Kuo, Meichun/Schnyder, Ulrich/Landolt, Markus (2014): Adolescent perspectives on social support received in the aftermath of sexual abuse: A qualitative study. In: *Archives of sexual behavior*, 43. Jg., H. 3, S. 571–586
- Schönbucher, Verena/Maier, Thomas/Mohler-Kuo, Meichun/Schnyder, Ulrich/Landolt, Markus (2012): Disclosure of child sexual abuse by adolescents: A qualitative in-depth study. In: *Journal of Interpersonal Violence*, 27. Jg., H. 17, S. 3486–3513
- Steil, Regina/Straube, Eckart R. (2002): Posttraumatische Belastungsstörung bei Kindern und Jugendlichen. In: *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie*, 31. Jg., H. 1, S. 1–13
- Stein, Rachel E./Nofziger, Stacey D. (2008): Adolescent Sexual Victimization. Choice of Confidant and the Failure of Authorities. In: *Youth Violence and Juvenile Justice*, 6. Jg., H. 2, S. 158–177
- Ullman, Sarah E./Peter-Hagene, Liana C. (2016): Longitudinal Relationships of Social Reactions, PTSD, and Revictimization in Sexual Assault Survivors. In: *Journal of Interpersonal Violence*, 31. Jg., H. 6, S. 1074–1094
- Zinnecker, Jürgen (2000): Selbstsozialisation. Essay über ein aktuelles Konzept. In: *Zeitschrift für Soziologie der Erziehung und Sozialisation*, 20. Jg., H. 3, S. 272–29

# ANHANG:

## Materialien für die Präventionsmodule

### Vorstellung der Praxispartner

Herzstück des DJI-Forschungsprojekts Peers als Adressaten von Disclosure und Brücken ins Hilfesystem ist die Zusammenarbeit zwischen empirischer Wissenschaft und Fachpraxis. Im Folgenden stellen die Entwicklerinnen der Praxismaterialien sich und ihre Einrichtungen vor.

#### Praxispartner: Wildwasser Augsburg e.V.



WILDWASSER AUGSBURG e.V.

Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt

Wildwasser Augsburg e. V. hat das Präventionsmodul Sexuelle Grenzverletzungen unter Gleichaltrigen – Dynamiken und Hilfestrategien (Modul 1) im Rahmen des Forschungsprojekts entwickelt. Wildwasser Augsburg e. V. ist eine Fachberatungsstelle gegen sexualisierte Gewalt in Augsburg. Der Verein wurde 1991 gegründet. Unterstützung und Hilfe erhalten Betroffene (m/w/d) ab dem 10. Lebensjahr sowie deren Angehörige und Fachkräfte. Zu den drei Säulen unserer Fachstelle gehören neben der Fachberatung und Selbsthilfe auch die Präventionsarbeit. In Fortbildungen und Vorträgen schulen wir Eltern, Fachkräfte und Ehrenamtliche, sexualisierte Gewalt frühzeitig zu erkennen und einen kompetenten Umgang damit zu erlernen. Für Kindergärten und Grundschulen bietet die Fachberatungsstelle Selbstbehauptungskurse an. Ziele unserer Präventionsarbeit in weiterführenden Schulen sind die Auseinandersetzung mit den eigenen Grenzen, das Erlernen und Üben, Grenzen zu setzen (verbal und nonverbal) sowie das Erarbeiten von Handlungsmöglichkeiten und Informieren über Hilfestellen.

## Warum wir uns für das Projekt beworben haben

In unseren Präventionsworkshops arbeiten wir häufig mit Jugendlichen zusammen, sowohl im schulischen als auch im außerschulischen Bereich. Wir haben in diesem Zusammenhang oftmals Disclosure-Prozesse erlebt: Mal läuft ein Mädchen weinend aus dem Raum oder erzählt innerhalb der Gruppe von sexuellen Gewalterfahrungen. Dies wirkt sich selbstverständlich auf die Gruppe aus. Uns war es als Fachberatungsstelle immer ein Anliegen, die Bedürfnisse aller Beteiligten – Betroffener und Adressat:innen – zu berücksichtigen und auf diese so gut wie möglich einzugehen. Da das Projekt speziell Disclosure-Adressat:innen in den Blick nimmt, fanden wir es besonders spannend und haben uns als Praxispartnerinnen beworben. Als Zuständige arbeiteten Anna-Lena Zech (Projektleiterin) und Jelena Büchner im und am praktischen Teil des Projekts.

## Die beteiligten Fachkräfte



Foto: © Irena Riegel

### Anna-Lena Zech

Ich bin Pädagogin und Sonderpädagogin und arbeite seit Oktober 2014 in der Fachberatungsstelle. Zu meinen Aufgaben gehören unter anderem die Fachberatung von Betroffenen, Angehörigen und Fachkräften sowie die Anleitung von Selbsthilfegruppen. Seit Oktober 2015 leite ich den Fachbereich Prävention. Dazu gehören die Entwicklung von Konzepten, die Durchführung von Kursen und Workshops sowie deren Organisation. Die Arbeit am Projekt und vor allem die Verknüpfung von Theorie und Praxis empfand ich als sehr bereichernd. Viele Erkenntnisse aus der Studie lassen sich durch meine Praxiserfahrung bestätigen. Neu war für mich, wie unterschiedlich der Begriff Hilfe von Betroffenen und Adressat:innen definiert wird.



Foto: © Irena Riegel

### Jelena Büchner

Hauptberuflich arbeite ich als wissenschaftliche Mitarbeiterin im Fachbereich Erziehungswissenschaft mit den Schwerpunkten Geschlechterforschung und Interkulturelle Pädagogik an der Universität Augsburg. Seit Anfang des Jahres 2019 bin ich zudem Teil des Wildwasser-Teams und bin in erster Linie im Bereich der Prävention mit Anna-Lena Zech tätig. Auch für mich ist die Arbeit im Projekt eine Bereicherung, da die Erfahrung zeigt, dass viele Jugendliche zu Adressat:innen gemacht werden und dadurch oft überfordert sind. Die Reflexion und Hilfestellung im Rahmen der Module erleichtert es den Jugendlichen, einen Umgang damit zu finden.

## Praxispartner: Frauen gegen Gewalt e.V. Westerbürg



Der Verein Frauen gegen Gewalt e. V. Westerbürg mit seinen verschiedenen Fachabteilungen feierte im Jahr 2020 sein 30-jähriges Bestehen und hat sich seit seiner Gründung neben der Beratungsarbeit Präventions-, Netzwerk- und Bildungsarbeit zum Thema sexualisierte Gewalt zur Aufgabe gemacht.

Der Frauennotruf ist eine Anlaufstelle für Beratung, Begleitung und Unterstützung von Mädchen und Frauen, die sexualisierte Gewalt erlebt haben oder erleben sowie für deren Angehörige und Bezugspersonen. Die Mitarbeiterinnen sind in Trauma-Fachberatung ausgebildet, sodass Stabilisierungsarbeit geleistet werden kann. Als Fachberatungsstelle für sexualisierte Gewalt stehen wir auch Fachkräften zur Verfügung.

Das Präventionsbüro Ronja besteht seit 1998 und hat seither landesweit zahlreiche Präventionsprojekte zu unterschiedlichen Schwerpunkten des Themas (sexualisierter) Gewalt konzipiert, realisiert und evaluiert. Diese Programme werden u. a. in Kindertagesstätten, verschiedenen Klassenstufen an unterschiedlichen Schulen und Jugendeinrichtungen durchgeführt. Weitere Arbeitsschwerpunkte sind die Durchführung von Schulungen, Elternabenden und Fortbildungen. Wir sind stets an der Weiterentwicklung der eigenen fachlichen Arbeit, der Einbindung aktueller Themen sowie der Bewusstseinsbildung der Öffentlichkeit interessiert.



Die Leiterin des Präventionsbüros Ronja, Claudia Wienand, nahm bereits im Jahr 2017 an der Studie des DJI zu „Wissen von Schülerinnen und Schülern über sexuelle Gewalt in pädagogischen Kontexten“ teil (Hofherr 2017).

### Warum wir uns für das Projekt beworben haben

Als spezialisierte Fachberatungsstelle zu sexualisierter Gewalt ist es uns ein Anliegen, über den Themenkomplex sexualisierte Gewalt aufzuklären und über damit einhergehende Dynamiken und Täter:innenstrategien zu informieren. Wir möchten den Teilnehmenden der Präventionsveranstaltungen eine Haltung zu sexualisierter Gewalt als Form der strukturellen Gewalt und des Machtmissbrauchs vermitteln und bieten seit langem in unterschiedlichen Settings und zu verschiedenen The-

menschwerpunkten Präventionsprojekte an. Aus dieser Arbeit heraus wissen wir um Sinn und Notwendigkeit solcher Angebote. Dabei steht eine Fokussierung auf das Positive und auf mögliche Lösungsansätze im Vordergrund. Hinzu kommt, dass einige unserer Mitarbeiterinnen qualifiziertes Wissen aus absolvierten Peer-Ausbildungen in unsere Arbeit einbringen.

Präventionsarbeit halten wir gerade für Kinder und Jugendliche für besonders wichtig. Die Auswahl der Zielgruppe dieses Projekts hat uns ebenso überzeugt wie der Ansatz aufzuklären ohne zu ängstigen. Wir möchten mit Jugendlichen über sie betreffende Themen ins Gespräch kommen und sie in ihrer Lebenswelt wahrnehmen. Unsere Haltung, sie als Expert:innen ihres Lebens zu sehen, gibt ihnen die Möglichkeit, aus ihrer Erfahrungswelt heraus agieren zu können. Mit unseren erarbeiteten Modulen möchten wir das Thema sexualisierte Gewalt sichtbar machen und den Jugendlichen einen sicheren Raum für neue Erkenntnisse und Reflexion bieten.

Mit unseren in Teilmodul 2C/3C entwickelten Übungen möchten wir sie darin unterstützen, aufeinander aufzupassen, ohne sie in eine Überforderungssituation zu bringen. Jugendliche sollten mit ihren Problemen nicht allein gelassen werden, denn letztendlich sind Erwachsene für die Sicherheit und Unterstützung von Kindern und Jugendlichen verantwortlich. Dies spiegelte sich in den vom DJI durchgeführten Interviews wider, weshalb wir diesen Aspekt in den erarbeiteten Modulen mehrfach betonen.

Bereits einfaches Zuhören und weitere vermeintlich „kleine“ Aktionen werden von Betroffenen bereits als hilfreich und unterstützend empfunden. Daher sind aktives Zuhören und wertschätzende Kommunikation als entlastende Maßnahmen ein Fokus des Teilmoduls 2B. Zudem ist es eine weitere Möglichkeit, bestehende institutionelle Hilfs- und Unterstützungsangebote bekannt zu machen. Oftmals ist den Jugendlichen lediglich die Polizei als einzige Unterstützungseinrichtung in diesem Zusammenhang bekannt.

Mit der kreativen Ausarbeitung der Präventionsmodule leisten wir gern unseren Beitrag zur Verstetigung der Projektinhalte und begrüßen den Perspektivwechsel von den Betroffenen hin zu den unterstützenden Peers. Wir hatten unsere Freude bei der Arbeit an diesem Projekt und in diesem engagierten Team.

## Die beteiligten Fachkräfte



Foto: Privat

### **Claudia Wienand,**

Jahrgang 1971, in Köln geboren und dort aufgewachsen hat Diplom-Sozialpädagogik studiert. 1993 erfolgte der Umzug in den Westerwald, wo sie bis heute mit ihrer Familie (drei Kinder, Hund u. Katze) lebt. Seit 2011 leitet sie das Präventionsbüro Ronja beim Verein Frauen gegen Gewalt e. V. Westerburg (Prävention von sexualisierter Gewalt, Mädchenarbeit). Sie engagiert sich ehrenamtlich in Vereinen und der Kom-

munalpolitik, treibt gerne Sport und hat Weiterbildungen zur WenDo-Trainerin (Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskonzept), Psychosozialen Prozessbegleiterin und Onlineberaterin absolviert. Sie konzipierte zahlreiche Präventionsprojekte, -materialien und führt Workshops, Projektstage, Fachvorträge, Fortbildungen, Sprechstunden und Beratung durch, die ihr viel Spaß bereiten, abwechslungsreich sind und regelmäßig evaluiert werden.



Foto: Privat

### **Anna Polzin,**

Jahrgang 1996, geboren in Dillenburg, lebt und arbeitet im Westerwaldkreis. Sie hat an der Universität Siegen Soziale Arbeit (BA) studiert und leitete währenddessen die Soziale Betreuung eines Alten- und Pflegeheims. Nach ihrem Studium war sie als pädagogische Mitarbeiterin in einer stationären Wohngruppe für männliche Jugendliche tätig. Seit August 2020 arbeitet sie beim Verein Frauen gegen Gewalt e. V. und

wirkt seit ihrem ersten Arbeitstag am Peers-Projekt mit. Rückblickend auf ihre Schulzeit war der Film „Speak – Die Wahrheit ändert alles“ das einzige Mal, dass das Thema sexualisierte Gewalt im Unterricht behandelt wurde. Aus diesem Grund nutzt sie verschiedene Social-Media-Kanäle, um Jugendliche zum Themenkomplex sexualisierte Gewalt zu informieren.



Foto: Privat

### **Kati Wagner,**

geboren 1969 in Hachenburg, lebt und arbeitet im Westerwald. Sie absolvierte künstlerische Ausbildungen (Kunstglaserin, Glasmalerin und Bildereinrahmung), nahm dann einige berufliche Umwege (Ausbildung zur Floristin und Buchhändlerin), bis sie nach einigen Jahren durch ihre ehrenamtliche Tätigkeit ihre Berufung fand. Sie machte eine Peer-Ausbildung,

deren Besonderheit darin liegt, dass Betroffene ausgebildet werden, um Betroffene zu helfen. Im Verein Frauen gegen Gewalt e. V. rief sie mit einer Kollegin das Projekt „REIST gemeinsam“ ins Leben, in dem von sexualisierter Gewalt betroffene Frauen bei einer eigenständigen und selbstbestimmten Lebensführung unterstützt werden. Aufgrund ihrer eigenen Vergangenheit – sie erlebte sexuellen und emotionalen Missbrauch in ihrer Kindheit – und der Peerausbildung konnte sie ihren Erfahrungsschatz aus verschiedenen Perspektiven sowie ihre Kreativität in dieses Projekt einbringen.



Foto: Privat

**Sharon-Teresa Heinen,**

geboren 1996 in Neuwied, studiert derzeit im 6. Semester Soziale Arbeit, B. A. an der Hochschule Koblenz. Sie wuchs im Westerwald auf und absolvierte mehrere Praktika in den Bereichen Frauenarbeit, Suchthilfe und Jugendarbeit. Ihr Projektstudium absolvierte sie im Peers-Projekt, in welchem sie viele Ideen und ihre Kreativität einbringen konnte. Darüber hinaus beschäftigt sie sich im Studium schwerpunktmäßig mit Antirassismus, Diversity und Intersektionalitätsansätzen.

# 1.

## MODUL 1: Sexuelle Grenzverletzungen unter Gleichaltrigen – Dynamiken und Hilfestrategien für Betroffene und Adressierte

Das MODUL 1 Sexuelle Grenzverletzungen unter Gleichaltrigen – Dynamiken und Hilfestrategien wurde von Wildwasser Augsburg e. V. erarbeitet und setzt sich aus drei Teilmodulen mit thematischen Einheiten und größeren praktischen Übung(en) zusammen:

### **Teilmodul 1A: Wissensvermittlung**

- Thematische Einheit: Informationen über sexualisierte Gewalt
- Thematische Einheit: Grenzen

### **Teilmodul 1B: Handlungsmöglichkeiten und Gefühle**

### **Teilmodul 1C: Wie kann ich (mir) helfen?**

- Thematische Einheit: Hilfe definieren
- Thematische Einheit: Selbstfürsorge

Für die Durchführung des gesamten Präventionsmoduls sind zwei Mal 90 Minuten, also zwei Doppel-Schulstunden vorgesehen. Es empfiehlt sich, zum Einstieg als auch zwischen den thematischen Einheiten (körperliche) Auflockerungsübungen mit den Jugendlichen einzuplanen, damit sie immer wieder die Schwere des Themas abschütteln können, sich erden und zu sich kommen können.

Im Folgenden werden die zum Modul 1 gehörenden Übungen beschrieben. Zu Beginn steht jeweils ein Überblick über Ziele, Dauer, Anforderungen und das für die Übung benötigte Material. Für die thematischen Einheiten 1 bis 3 gibt es ei-



nen detaillierten Erläuterungsbogen für Übungsleiter:innen. Darin werden die einzelnen Aufgaben für die Jugendlichen eingehend beschrieben und weiterführende Informationen geliefert, um den Jugendlichen die Antworten erläutern zu können. Zudem werden Hinweise auf die Diskussionsführung geben, worauf zu achten ist und was bei der Moderation des Plenumsgesprächs zu bedenken ist. Abgeschlossen wird die Vorstellung der jeweiligen thematischen Einheiten mit den Kopiervorlagen der benötigten und zuvor beschriebenen Materialien.

# 1.1 Teilmodul 1A: Wissensvermittlung

## 1.1.1 Thematische Einheit: Informationen über sexualisierte Gewalt

### Übung „Klischee“

**Kurze Beschreibung:** Mit dieser Übung sollen Mythen zum Thema sexualisierte Gewalt aufgeklärt und entlarvt werden. Es werden vor allem Stereotype und falsche Annahmen über Täter:innen, aber auch über Betroffene diskutiert.

**Ziele:** Wissensvermittlung durch das Aufklären über Tatsachen und Fakten soll das Bild von sexualisierter Gewalt schärfen. Den Jugendlichen soll zudem eine Haltung vermittelt werden, die die Schuld immer und ausschließlich bei Täter:innen verortet.

**Anzahl der Teilnehmenden:** Keine Mindestanzahl, max. 15 Teilnehmende

**Zeitlicher Umfang:** 30 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** keine

#### **Benötigte Materialien:**

- Kärtchen mit den Aussagen zu sexualisierter Gewalt
- Kärtchen mit den Auflösungen
- Grüne und rote Klebepunkte
- Klebeband
- Für die Anleiter:innen: Erläuterungsbogen zur Übung *Klischee*

#### **Besondere Anforderungen an das Team/mögliche Herausforderungen:**

Die Wissensvermittlung soll möglichst neutral geschehen. Vermieden werden sollen ein Überdramatisieren und/oder Angst schüren.

**Ablaufbeschreibung:** Die Jugendlichen sollen sich so im Raum verteilen oder hinsetzen, dass sie alle auf dieselbe Wand oder Tafel schauen können. Die Anleiter:innen kleben die Aussage-Kärtchen einzeln nacheinander an die Wand oder Tafel. Die Jugendlichen werden dazu aufgefordert, im Stillen und allein darüber nachzudenken, ob sie glauben, dass es sich um eine richtige oder eine falsche Aussage handelt. Sobald sie sich entschieden haben, holen sie sich einen grünen Klebepunkt, wenn sie der Meinung sind, dass die Aussage richtig ist oder einen roten Klebepunkt,

wenn sie glauben, dass die Aussage falsch ist. Die Jugendlichen kleben die Punkte auf die (laminierten) Karten mit den Aussagen.

Die Anleiter:innen lösen im nächsten Schritt auf: Liegen die Jugendlichen richtig oder falsch mit ihrer Einschätzung? Danach werden noch weitere Informationen zu den Aussagen gegeben, wie im folgenden Beispiel illustriert.

Die Aussage ist: „Die meisten Täter:innen sind Fremde.“ Auf dem Antwort-Kärtchen steht: „Stimmt nicht. Die meisten Täter:innen sind bekannt. Ca. 80 % der Täter:innen kommen aus dem sozialen Nahfeld, davon etwa die Hälfte aus dem familiären Umfeld.“ Ergänzend dazu können konkrete Beispiele genannt werden. Familiärer Bereich: Vater/Mutter, Stiefvater/-mutter, Bruder/Schwester, Onkel/Tante etc. Soziales Nahfeld, also Bekannte, die nicht zur Familie gehören: Trainer:in, Lehrer:in, Fahrdienste etc. Siehe dazu die Erläuterungen zu den jeweiligen Aussagen bzw. Antworten.

Für die Reihenfolge der Verwendung der Aussage-Kärtchen können sich die Anleiter:innen am Erläuterungsbogen orientieren.

**Kombinations-/Variationsmöglichkeiten:** Wenn im Raum eine Tafel mit mehreren Seiten (umklappbar) vorhanden ist, kann die Übung variiert werden. Hierbei werden die Aussagen auf die umgeklappte Seite geklebt, und die Jugendlichen gehen einzeln nacheinander nach vorne, sodass die Anonymität bei der Übung gewährt ist. Die Anleiter:innen kleben drei Punkte vorher auf, damit es keine Rückschlüsse auf die ersten Jugendlichen geben kann.

Sollten Sie diese Übung als einzelne Übung aus dem Modul herausgreifen, empfiehlt es sich, die Aussage „Sexualisierte Gewalt gibt es unter Gleichaltrigen“ vertieft zu besprechen: Hierbei ist der Fokus verstärkt auf Peer-Gewalt zu richten, sprich auf die Thematisierung sexualisierter Gewalt unter Freund:innen (gemeint sind nicht Freund:innen im Sinne von Partner:innen). Sollten Sie die Übung „*Klischee*“ mit der Übung „*Perspektivwechsel*“ kombinieren, ist dieser Zusatz nicht nötig, da in letzterer der Fokus explizit auf Peer-Gewalt unter Freund:innen gerichtet ist.

#### **Zum Weiterlesen:**

Erkens, Christiane/Scharmanski, Sara/Heßling, Angelika (2021): Sexualisierte Gewalt in der Erfahrung Jugendlicher: Ergebnisse einer repräsentativen Befragung. In: Bundesgesundheitsblatt, Gesundheitsforschung, Gesundheitsschutz. Jg. 64, H. 11, S. 1382–1390, <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/s00103-021-03430-w.pdf>

Stadler, Lena/Bieneck, Steffen/Pfeiffer, Christian (2012): Repräsentativbefragung Sexueller Missbrauch 2011. Hg. v. Kriminologisches Forschungsinstitut Niedersachsen. Hannover (Forschungsbericht, 118), [https://kfn.de/wp-content/uploads/Forschungsberichte/FB\\_118.pdf](https://kfn.de/wp-content/uploads/Forschungsberichte/FB_118.pdf)

## Erläuterungsbogen zur Übung Klischee

### 1. Aussage: Die meisten Täter:innen sind Fremde.

**Antwort: Stimmt nicht.**

Die meisten Täter:innen sind bekannt. Ca. 80 % der Täter:innen kommen aus dem sozialen Nahfeld, davon etwa die Hälfte aus dem familiären Umfeld.

**Weitere Ausführungen zu der Aussage:**

- Tätergruppe Nr. 1: Vater/Stiefvater.
- 40 % Familie (Vater, Stiefvater, Bruder, Cousin, Mutter, Onkel etc.). 40 % Bekannte aus dem sozialen Nahfeld (Nachbar:in, Trainer:in etc.).
- Nur 20 % der Täter:innen sind Fremde. In den 20 % sind auch die Exhibitionisten enthalten. Evtl. Erklärung, was Exhibitionismus ist, erforderlich.

### 2. Aussage: Täter:innen planen die Tat in der Regel.

**Antwort: Stimmt.**

Sexualisierte Gewalt ist in der Regel immer eine geplante Tat.

**Weitere Ausführungen zu der Aussage:**

- Eine Tat zu planen, heißt Vorüberlegungen anzustellen: Z. B. wen nehme ich mit nach Hause? oder Wie kann ich jemanden „aus Versehen“ am Po berühren?
- Vertrauen wird aufgebaut, um es dann auszunutzen.
- Schrittweiser Prozess, immer etwas mehr.

### 3. Aussage: Die meisten Täter:innen sind Ausländer:innen.

**Antwort: Stimmt nicht.**

Täter:innen sind sowohl Deutsche als auch Ausländer:innen.

**Weitere Ausführungen zu der Aussage:**

Oftmals einseitige Berichterstattung in den Medien (z. B. Der:die Täter:in war ein:e Ausländer:in oder ein:e Täter:in mit Migrationshintergrund).

#### **4. Aussage: Sexualisierte Gewalt kommt vor allem in Familien mit niedrigem Bildungsniveau vor.**

**Antwort: Stimmt nicht.**

Sexualisierte Gewalt kommt in allen Bildungsschichten vor.

**Weitere Ausführungen zu der Aussage:**

- Ggf. Erklärung, was man unter „Bildungsniveau“ versteht.
- Erklären, dass es sowohl Betroffene als auch Täter:innen gibt – in allen Bildungsschichten.
- Beispiele nennen für Berufe mit unterschiedlichem Bildungsniveau.

#### **5. Aussage: Auch Jungen sind von sexualisierter Gewalt betroffen.**

**Antwort: Stimmt.**

Auch Jungen und Männer werden Opfer von sexualisierter Gewalt.

**Weitere Ausführungen zu der Aussage:**

- Ggf. Zahlen aus der aktuellen Polizeilichen Kriminalstatistik (PKS) nennen.
- Lange wurde dies vor allem in der öffentlichen Diskussion nicht berücksichtigt.
- Mittlerweile gibt es auch immer mehr Beratungsangebote für betroffene Jungen und Männer.

#### **6. Aussage: Sexualisierte Gewalt gibt es unter Gleichaltrigen.**

**Antwort: Stimmt.**

- Nicht immer sind Täter:innen älter als die Betroffenen.
- Im Jugendalter sind Täter:innen oft auch Gleichaltrige.

**Weitere Ausführungen zu der Aussage:**

- Sexualisierte Gewalt findet auch unter Peers statt.
- Oftmals haben Jugendliche das Bild eines älteren Täters vor Augen.

**7. Aussage: Wenn ein Mädchen sexy Kleidung trägt, ist sie selbst schuld, wenn jemand das ausnutzt.**

**Antwort: Stimmt nicht.**

Ein Mädchen, das sexy Kleidung trägt, ist nicht selbst schuld. Jedes Mädchen und jede Frau darf selbst entscheiden, was sie trägt.

**Weitere Ausführungen zu der Aussage:**

- „Schlabberklamotten“ schützen nicht vor sexualisierter Gewalt!
- Die Schuld ist immer eindeutig dem:der Täter:in zuzuweisen.

**8. Aussage: Wenn ein Mädchen ein Nacktfoto verschickt, ist sie selbst schuld, wenn es weitergeschickt wird.**

**Antwort: Stimmt nicht.**

Das Mädchen hat das Nacktfoto einer bestimmten Person geschickt. Wenn diese es weiter verschickt, verstößt sie gegen die Rechte des Mädchens am eigenen Bild.

**Weitere Ausführungen zu der Aussage:**

- Oftmals werden solche Bilder aus Wut/Enttäuschung/Verletzttheit weitergeschickt.
- Nicht nur (Ex-)Partner:innen können Bilder weiterverschicken, sondern auch (ehemalige) Freund:innen.
- Die Schuld liegt nicht bei dem Mädchen.
- Über Chancen und Gefahren von sozialen Medien aufklären.

**9. Aussage: Betroffene erzählen sofort nach der Tat, was ihnen passiert ist und holen sich Hilfe.**

**Antwort: Stimmt nicht.**

In vielen Fällen erzählen die Betroffenen erst Tage/Wochen oder Jahre nach der Tat, was ihnen passiert ist.

**Weitere Ausführungen zu der Aussage:**

- Verarbeitung der Geschehnisse braucht Zeit.
- Oftmals Verharmlosung der Geschehnisse, nicht nur durch Täter:innen, sondern auch durch Betroffene selbst (Strategie).
- Betroffene befinden sich oftmals in einem Schockzustand.
- Sie denken, sie sind selbst schuld, schämen sich.

- Täter:innen wenden unterschiedliche Täter:innen-Strategien an, um die Betroffenen zum Schweigen zu bringen (Drohen, Manipulieren, Schuld zuweisen etc.). Dies erschwert es Betroffenen oftmals, sich Hilfe zu holen.

**10. Aussage: Betroffene erzählen nicht immer vollständig und in geordneter Reihenfolge, was ihnen passiert ist.**

**Antwort: Stimmt.**

Betroffene haben oftmals Erinnerungslücken oder können sich teilweise gar nicht daran erinnern, was ihnen passiert ist.

**Weitere Ausführungen zu der Aussage:**

- Nur weil jemand sich nicht oder nur teilweise an die Tat(en) erinnern kann, heißt das nicht, dass es nicht stimmt, was die Person erzählt.
- Es ist wichtig, den Menschen glauben zu schenken, wenn sie sich anvertrauen.

Auf den folgenden Seiten finden Sie die Kopiervorlagen für die Aussagen und Antworten der Übung *Klischee*.

**Die meisten  
Täter:innen sind  
Ausländer:innen.**

---

**Wenn ein Mädchen sexy  
Kleidung trägt, ist sie selbst  
schuld, wenn jemand das  
ausnutzt.**



Auch Jungen sind  
von sexualisierter  
Gewalt betroffen.

---

Die meisten  
Täter:innen sind  
Fremde.

Wenn ein Mädchen ein Nacktfoto von sich verschickt, ist sie selbst schuld, wenn es weitergeschickt wird.

---

Betroffene erzählen sofort nach der Tat, was ihnen passiert ist und holen sich Hilfe.

**Sexualisierte Gewalt  
kommt vor allem in  
Familien mit niedrigem  
Bildungsniveau vor.**

---

**Täter:innen planen  
die Tat in der Regel.**

**Betroffene erzählen nicht immer vollständig und in geordneter Reihenfolge, was ihnen passiert ist.**

---

**Sexualisierte Gewalt gibt es unter Gleichaltrigen.**

# Stimmt nicht.

Sexualisierte Gewalt  
kommt in allen Bildungs-  
schichten vor.

---

# Stimmt nicht.

Täter:innen sind sowohl  
Deutsche als auch  
Ausländer:innen

# Stimmt.

Sexualisierte Gewalt ist  
in der Regel immer eine  
geplante Tat.

---

# Stimmt nicht.

Die meisten Täter:innen sind bekannt.  
Ca. 80 % der Täter:innen kommen aus  
dem sozialen Nahfeld, davon etwa  
die Hälfte aus dem familiären Umfeld.

# Stimmt nicht.

Das Mädchen hat das Nacktfoto einer bestimmten Person geschickt. Wenn diese es weiter verschickt, verstößt sie gegen die Rechte des Mädchens am eigenen Bild.

---

# Stimmt.

Auch Jungen und Männer werden Opfer von sexualisierter Gewalt.

# Stimmt nicht.

In vielen Fällen erzählen die Betroffenen erst Tage/Wochen oder Jahre nach der Tat, was Ihnen passiert ist.

---

# Stimmt nicht.

Ein Mädchen, das sexy Kleidung trägt, ist nicht selbst schuld. Jedes Mädchen und jede Frau, darf selbst entscheiden, was sie trägt.



# Stimmt.

Betroffene haben oftmals Erinnerungslücken oder können sich teilweise gar nicht daran erinnern, was ihnen passiert ist.

---

# Stimmt.

Nicht immer sind Täter:innen älter als die Betroffenen.

## 1.1.2 Thematische Einheit: Grenzen

### Übung „Gewalt-Skala“

**Kurze Beschreibung:** In dieser Übung geht es darum, eigene Grenzen zu definieren, aber auch darüber zu sprechen, was unter sexualisierter Gewalt zu verstehen ist.

**Ziele:** Situationen, in denen es zu sexualisierter Gewalt kommt, können individuell sehr unterschiedlich wahrgenommen werden. Das Verständnis dafür soll mit dieser Übung geschärft werden.

**Anzahl der Teilnehmenden:** Mind. 4 Teilnehmende (2 Personen pro Gruppe), max. 15 Teilnehmende

**Zeitlicher Umfang:** (je nach TN-Zahl) mind. 45 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** Keine

#### **Benötigte Materialien:**

- Kärtchen mit den verschiedenen Begriffen zur Einordnung:
- OK
- sexuelle Grenzverletzung
- sexueller Übergriff
- strafrechtlich relevante Form sexualisierter Gewalt
- Bunte Kärtchen mit den jeweiligen Beispielen
- **Empfehlung:** pro Gruppe sollte ein Set an Beispielen in einer eigenen Farbe gedruckt werden.
- Für die Anleiter:innen: Erläuterungsbogen zur Übung „Gewaltskala“

#### **Besondere Anforderungen an das Team/mögliche Herausforderungen:**

Es ist darauf zu achten, dass jede Meinung akzeptiert und wertgeschätzt wird. Dies bezieht sich sowohl auf die Jugendlichen als auch auf die Anleiter:innen. Unwissenheit und Halbwissen über sexualisierte Gewalt dürfen nicht gewertet, sondern es soll sachlich darüber informiert werden. Auch ein gewisses Maß an Ambiguitätstoleranz der Anleiter:in ist gefordert. Die Durchführenden sollten die im Strafgesetzbuch enthaltenen Straftaten gegen die sexuelle Selbstbestimmung kennen.

**Ablaufbeschreibung:** Die Übungsleiter:innen erklären zunächst den Ablauf der Übung. Zuerst werden die Kärtchen mit den o. g. Begriffen zur Einstufung bzw. Einordnung in einer aufsteigenden Reihenfolge auf den Boden gelegt: von *Ok* über *sexuelle Grenzverletzung*, zu *sexualisiertem Übergriff*, bis hin zu *strafrechtlich relevanter Form sexualisierter Gewalt*. Danach wird mit den Jugendlichen besprochen, ob die verschiedenen Abstufungen klar sind. Als hilfreich hat sich erwiesen darauf hin-

zuweisen, dass *sexuelle Grenzverletzungen* zumeist unabsichtlich passieren, während bei *sexuellen Übergriffen und sexualisierter Gewalt* davon ausgegangen werden kann, dass diese absichtlich geschehen.

Die Jugendlichen werden jetzt in Gruppen eingeteilt und bekommen die verschiedenen Beispiele an die Hand. Diese sollen sie zuerst in ihrer Kleingruppe besprechen (ca. 10 Min.). Danach werden die Ergebnisse im Plenum zusammengetragen und diskutiert: Die Anleiter:innen lesen dabei immer ein Beispiel vor. Danach sollen die jeweiligen Gruppen immer nacheinander erklären, wo sie das jeweilige Beispiel einordnen würden und warum. Sie legen dabei ihre verschiedenfarbigen Karten auf die Gewalt-Skala auf den Boden. Somit ergibt sich auch ein visueller Eindruck, der den Jugendliche vermittelt, dass Situationen individuell sehr unterschiedlich eingeschätzt werden, d. h. dass eine Situation von der einen Person als unproblematisch, von einer anderen Person aber als sehr belastend erlebt werden kann. Zusätzlich wird hier Wissen über sexualisierte Gewalt vermittelt. So verweisen die Beispiele teilweise auch auf die strafrechtlichen Hintergründe und auf Mythen über sexualisierte Gewalt. Diese können diskutiert und reduziert werden.

**Kombinations-/Variationsmöglichkeiten:** Je nach gruppenspezifischen Themen können eigene, auf die Gruppe bezogene Beispiele entwickelt werden.

Je nach Gruppengröße können Beispiele weggelassen bzw. hinzugefügt werden.

Zum Verständnis der Begriffe kann das Fact-Sheet „*Definitionen sexualisierter Gewalt*“ aus Modul 2A verwendet werden. Weitere Beispielsituationen können der Übung „*Was ist was?*“ aus Modul 2A entnommen werden.

### **Zum Weiterlesen:**

Zur Differenzierung zwischen Grenzverletzungen, sexuellen Übergriffen und strafrechtlich relevanten Formen sexualisierter Gewalt siehe Ursula Enders (Hg.) (2012): *Grenzen achten. Schutz vor sexuellem Missbrauch in Institutionen. Ein Handbuch für die Praxis.* Köln, S. 31.

## Erläuterungsbogen zur Übung Gewalt-Skala

**1. Beispiel:** Peter (15 Jahre) fordert seine Freundin Cindy (14 Jahre) auf, mit ihm zu schlafen, da die beiden schon seit einem Jahr ein Paar sind, andernfalls würde er sie verlassen.

### Einordnung:

Sexuelle Grenzüberschreitung/sexualisierter Übergriff

### Weitere Ausführungen zu dem Beispiel:

- Unabhängig vom Alter müssen beide es wollen und sich bereit fühlen.
- Sex zu fordern, ist etwas anderes, als danach zu fragen!
- Es handelt sich hier um eine Form von Erpressung, unter Druck setzen.
- **Falls die Frage kommt: Ab wann ist es erlaubt, Sex zu haben?**
  - Es geht nicht nur darum, wie alt die Person ist, sondern auch immer darum, wie alt der:die Partner:in ist.
  - In der Regel können **Minderjährige ab 14** nicht bestraft werden, wenn sie miteinander Sex haben. Erst wenn **über 18-Jährige mit unter 14-Jährigen** sexuellen Kontakt haben, machen Erstere sich strafbar. (Wenn die Person von jemandem angezeigt wird).

**2. Beispiel:** Tatjana (18 Jahre) lernt beim Feiern im Club Chris (21 Jahre) kennen, der ihr gut gefällt. Beim Tanzen streicht er ihr über den Po.

### Einordnung:

Ok bis hin zu strafrechtlich relevanter Form von sexueller Gewalt (je nachdem, wie es Tatjana empfindet)

### Weitere Ausführungen zu dem Beispiel:

- Je nach Haltung der Anleitenden sagt diese, wo sie/er das Beispiel einordnen würde. (Haltung Wildwasser Augsburg e.V.: Sexuelle Grenzüberschreitungen und sexualisierte Übergriffe).
- Jemanden mögen/gut finden gibt keine Erlaubnis für sexuelle Handlungen.
- Unterschied zwischen über Po streichen und ihn aus Versehen berühren.
- Betreffende Person (in diesem Beispiel Tatjana) entscheidet, wie sie es findet und die Situation somit einzuschätzen ist.

### 3. Beispiel: Ayla fragt Thomas, ob sie ihn küssen darf.

#### Einordnung:

OK

#### Weitere Ausführungen zu dem Beispiel:

- Sie fragt ihn => Konsens!
- Er hat die Möglichkeit auch „nein“ zu sagen.

**4. Beispiel:** Timo (17 Jahre) trifft sich mit seinem Freund Dennis (16 Jahre) bei ihm zuhause. Dennis fragt, ob sie sich einen Film anschauen wollen, was Timo bejaht. Dennis schaltet den Fernseher ein. Es kommt ein Porno.

#### Einordnung:

Strafrechtlich relevante Form von sexueller Gewalt

#### Weitere Ausführungen zu dem Beispiel:

- Frage ans Plenum: „Was glaubt ihr, ab wann sind Pornos erlaubt?“
  - Pornos sind ab 18 Jahren erlaubt.
- Frage ans Plenum: „Was glaubt ihr, warum sind Pornos erst ab 18 Jahren erlaubt?“
  - Kinder- und Jugenschutzgesetz.
  - Das Gezeigte in Pornos spiegelt nicht die Realität (Der Mann, der immer kann und die Frau, die immer will und zu allem bereit ist)
  - In Pornos spielen Emotionen keine Rolle, in der Realität schon.
  - Es soll verhindert werden, dass Kinder und Jugendliche glauben, dass Sex so funktioniert. Sie sollen einen gesunden/natürlichen Zugang zu dem Thema bekommen.
- Dennis begeht in dem Moment, als er den Fernseher einschaltet, eine Straftat, da beide unter 18 sind.
- Falls vom Plenum die Aussage kommt, dass das nicht so schlimm sei, weil Timo den Fernseher ja einfach gleich wieder ausschalten könnte, der Hinweis: Ja, das könnte er, und trotzdem hat er die Bilder gesehen. Und das „Gesehene“ kann er nicht einfach so wieder löschen, aus seinem Kopf „streichen“.

**5. Beispiel:** Marlene (15 Jahre) berührt beim Umdrehen im Klassenzimmer den Busen von Steffi (15 Jahre).

**Einordnung:**

Sexuelle Grenzverletzung

**Weitere Ausführungen zu dem Beispiel:**

- Obwohl beide das gleiche Geschlecht haben, handelt es sich um eine Grenzverletzung.
- Kein Übergriff, da von einem Versehen ausgegangen wird.
- Keine Absicht, trotzdem Berührung an einer intimen Stelle, daher nicht OK.
- Evtl. nach eigenen ähnlichen Erfahrungen fragen, von eigenen Erfahrungen berichten.
- Bei Grenzverletzungen, also, wenn etwas unabsichtlich geschehen ist, reicht oftmals eine Entschuldigung aus. Sie könnte lauten: „Tut mir leid, das wollte ich nicht; das war aus Versehen“ etc.

**6. Beispiel:** Anna (17 Jahre) fährt mit dem Bus nach Hause und hört Musik. An einer Haltestelle steigt ein älterer Mann ein und setzt sich auf den leeren Platz neben sie. Er legt seine Hand auf ihren Oberschenkel.

**Einordnung:**

Definitiv sexueller Übergriff, ggf. auch strafrechtlich relevante Form von sexueller Gewalt

**Weitere Ausführungen zu dem Beispiel:**

- Unterschied zwischen Hand auflegen oder kurz berühren/streifen.
- Hinweis geben: Oberschenkel geht vom Knie bis zur Leiste.
- Frage ans Plenum: Macht es einen Unterschied, ob am Knie oder oberen Teil des Oberschenkels angefasst wird? Vorder- oder Rückseite des Oberschenkels?
- Keine Reaktion durch Schockstarre bedeutet nicht, dass man sein Einverständnis gegeben hat.
- **Falls die Frage nach Strafbarkeit kommt:**
  - Grundsätzlich ist eine Strafanzeige immer möglich.
  - Fachkräfte empfehlen vor der Anzeigerstattung immer eine juristische Beratung.

Auf den folgenden Seiten finden Sie die Kopiervorlagen für die Übung „Gewalt-Skala“.



# Sexuelle Grenzverletzung

**Sexuelle Grenz-  
überschreitung/  
sexualisierte  
Gewalt**

---

**Strafrechtlich  
relevante Form  
sexualisierter  
Gewalt**



Marlene (15 Jahre)  
berührt beim Umdrehen  
im Klassenzimmer  
den Busen von Steffi  
(15 Jahre).

---

Anna (17 Jahre) fährt mit dem Bus  
nach Hause und hört Musik. An einer  
Haltestelle steigt ein älterer Mann ein  
und setzt sich auf den leeren Platz  
neben sie. Er legt seine Hand auf  
ihren Oberschenkel.

Angela fragt  
Thomas, ob sie ihn  
küssen darf.

---

Timo (17 Jahre) trifft sich mit seinem  
Freund Dennis (16 Jahre) bei ihm  
zu Hause. Dennis fragt, ob sie sich  
einen Film anschauen wollen, was  
Timo bejaht. Dennis schaltet den  
Fernseher ein. Es kommt ein Porno.

Tatjana (18 Jahre) lernt beim Feiern im Club Chris (21 Jahre) kennen, der ihr gut gefällt. Beim Tanzen streicht er ihr über den Po.

---

Peter (15 Jahre) fordert seine Freundin Cindy (14 Jahre) auf, mit ihm zu schlafen, da die beiden schon seit einem Jahr ein Paar sind, andernfalls würde er sie verlassen.

## 1.2 Teilmodul 1B: Handlungsmöglichkeiten und Gefühle

### Übung „Perspektivwechsel“

**Kurze Beschreibung:** Bei dieser Übung geht es um das Aufzeigen von Handlungsmöglichkeiten und Hilfestrategien bei Vorfällen sexualisierter Gewalt. Hierbei werden die Perspektiven von Betroffenen, Beobachter:innen und Adressat:innen berücksichtigt.

**Ziele:** Gemeinsames Erarbeiten und Reflektieren von Handlungsmöglichkeiten und Hilfestrategien

**Anzahl der Teilnehmenden:** Mind. 6 Personen, die in drei Gruppen eingeteilt werden; max. 15 Teilnehmende

**Zeitlicher Umfang:** 40 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** keine

**Benötigte Materialien:**

- Kärtchen einer Erzählung aus drei unterschiedlichen Perspektiven
- Empfehlung: jede Perspektive sollte auf Papier einer anderen Farbe gedruckt werden (insgesamt drei Farben)
- Für die Anleiter:innen: Erläuterungsbogen zur Übung Perspektivwechsel

**Besondere Anforderungen an das Team/mögliche Herausforderungen:**

Trigger-Warnung: Bei dieser Übung sollen die Jugendlichen sich in eine Situation hineinversetzen. Dies kann dazu führen, dass bei ihnen etwas ausgelöst wird, da sie eine solche oder ähnliche Situation bereits erlebt haben.

Es ist zu empfehlen, vor der Übung „*Perspektivwechsel*“ eine Übung zum Thema Wahrnehmung eigener Grenzen durchzuführen. Dies könnte zum Beispiel die Übung „*Gewalt-Skala*“ aus diesem Modul sein.

**Ablaufbeschreibung:** Die Jugendlichen werden in drei Arbeitsgruppen aufgeteilt und erhalten Kärtchen, auf denen eine Situation eines sexuellen Übergriffs geschildert wird. Diese Situation wird aus drei Perspektiven geschildert, jede Gruppe erhält nur Kärtchen mit der Schilderung aus einer Perspektive.

Es geht um eine Partysituation, in der zunächst viel Alkohol getrunken und ausgelassen gefeiert wird. Nach der Party legen sich die Jugendlichen schlafen. Ein Mädchen (Jenny, 17 Jahre) fragt dabei einen Jungen (Carlos, 16 Jahre), ob sie sich zu ihm legen darf. Er willigt ein. Später wacht er davon auf, dass das Mädchen ihm in die Hose fasst. Geschildert wird die Situation aus:

- Sicht des Betroffenen, Carlos. (Gruppe/Farbe 1)
- Sicht einer beobachtenden Person, welche die Situation sieht. (Gruppe/Farbe 2)
- Sicht eines:einer Freund:in, der/die Carlos erzählt, was ihm passiert ist. (Gruppe/Farbe 3)

Die Kärtchen mit den Erzählungen aus verschiedenen Perspektiven beinhalten auch Fragen, die von den Jugendlichen diskutiert werden sollen, wie z. B. Was kann Carlos tun?

Die Jugendlichen erhalten pro Arbeitsgruppe zunächst die Kärtchen der gleichen Farbe mit der Schilderung derselben Perspektive und den Fragen, die sie diskutieren sollen (ca. 10 Minuten).

Danach werden die unterschiedlichen Perspektiven in der Reihenfolge Betroffene/r, Beobachter:in, Adressat:in im Plenum vorgelesen und die Gedanken der Jugendlichen diskutiert. Die Jugendlichen sollen hier reflektieren, wie sie in unterschiedlichen Situationen agieren können. Was können sie tun, wenn sie selbst in eine solche Lage kommen? Wie können sie sich verhalten, wenn sie sexualisierte Gewalt beobachten? Wie können sie handeln, wenn sie von einer Freundin oder einem Freund zu Adressat:innen gemacht werden?

Die Jugendlichen sollen auch lernen, welche verschiedenen Gefühle und Folgen mit sexualisierter Gewalt einhergehen können. Zudem soll thematisiert werden, ob und welchen Unterschied das Geschlecht der betroffenen Person macht. Werden Situationen sexualisierter Gewalt anders eingeschätzt, wenn die betroffene Person männlich ist? Welche Vorstellungen über Männlichkeit und Weiblichkeit gehen damit einher?

**Kombinations-/Variationsmöglichkeiten:** Es empfiehlt sich nach dieser Übung, die Übung „*Mindmap Hilfe*“ anzuschließen.

## Erläuterungsbogen zur Übung Perspektivwechsel

### Betroffenenperspektive

**Wichtig ist es klarzumachen, dass Carlos keine Schuld hat.**

- Der Konsum von Alkohol macht ihn nicht (mit) schuldig.
- Er hat seine Zustimmung zum Dazulegen gegeben, nicht zum Anfassen.

**Was kann Carlos tun?**

- Aufstehen und weggehen
- Jennys Hand wegnehmen/schieben
- Sagen, dass sie aufhören soll, dass er es nicht möchte
- Wenn sie nicht aufhört, laut nach jemandem rufen, der mit ihnen im Raum/Haus ist
- Schockstarre oder Überraschungseffekt können zu Handlungsunfähigkeit führen, bedeuten aber kein Einverständnis oder eine (Mit-)Schuld.

### Gefühle: (Was glaubst du, wie Carlos sich fühlt?)

**Wut**

- Auf Jenny (warum hat sie das gemacht?)
- Auf sich selbst (warum habe ich eingewilligt, dass sie sich zu mir legen darf? Warum habe ich es nicht gleich gemerkt und bin aufgestanden und weggegangen?)

**Trauer**

- Warum ist ausgerechnet mir das passiert?
- Ich fand Jenny eigentlich ganz nett.

**Schuld und Scham**

- Ich schäme mich für das, was passiert ist.
- Ich bin mit schuld, weil ich ihr erlaubt habe, sich zu mir zu legen etc.

**Angst**

- Was passiert als nächstes?
- Angst, dass so etwas vielleicht noch einmal passiert

**Erregung**

**Verwirrung**

- Warum hat Jenny das gemacht? Damit habe ich gar nicht gerechnet.

### **Gemischte Gefühle**

- Das könnte mir grundsätzlich gefallen, aber nicht so überfallartig.

### **Folgen: (Welche Folgen kann das haben?)**

- Vertrauensprobleme/-schwierigkeiten
- Müdigkeit durch Grübeln
- Schlafprobleme
- Konzentrationsschwierigkeiten in der Schule oder extreme Fokussierung auf Schule
- Rückzug (wird introvertiert)
- Aggressivität (ebenfalls eine Form, mit dem Erlebten umzugehen)
- Suchtverhalten (Alkohol, Drogen, Essstörung)

### **Beobachter:innenperspektive:**

- Carlos Reaktion beobachten
  - Reagiert irritiert und fassungslos => Jennys Handlung scheint ihm also nicht zu gefallen.
- Wenn man merkt, dass Carlos nicht gefällt, was Jenny macht, kann man hingehen und sagen, dass sie aufhören soll.
- Bei Unsicherheit bei Carlos nachfragen.
- Möglichkeit, andere anwesende Personen anzusprechen, darauf aufmerksam machen.
- Situation anders auflösen, in dem man z. B. aufsteht, Licht anmacht und so tut, als würde man etwas suchen und alle, auch die beiden fragen, ob sie es gesehen hätten.
- Den Vorfall nicht im Freundeskreis breittreten, also nicht jeder/jedem erzählen!

### **Freund:innenperspektive:**

- Wichtig: Carlos glauben, ihn trösten, in den Arm nehmen etc.
- Auch bei Freundschaft mit beiden Beteiligten, der Schilderung Glauben schenken und vor allem keine Schuld zuweisen.
- Keine Verharmlosung des Geschehenen.
- Nach Hilfe- und Unterstützungsbedarf fragen.
- Keine Detailfragen zu dem Übergriff
  - Carlos entscheidet, wann und wieviel er erzählen möchte. Akzeptiere das!

- Freund:innen haben keinen Ermittlungsauftrag.
- Keine vorschnellen Aktionen!
  - Nicht die Polizei einschalten.
  - Es nicht einfach seinen Eltern erzählen, vor allem nicht, wenn Carlos das nicht will.
    - seinen Weg mit ihm gehen, Unterstützung anbieten.
    - Begleitung zu Fachstelle(n) anbieten.
- Fragen wie, „warum bist du nicht aufgestanden und weggegangen?“ vermeiden!
  - Kann Schuldgefühle auslösen.
- Den Vorfall nicht im Freundeskreis breittreten, keine Lästereien!
- Vertrauenswürdige Personen auswählen, denen du dich anvertrauen kannst bei Unsicherheit oder Überlastungsgefühl.

### **Schwierigkeiten, wenn man mit beiden befreundet ist (Fragen ans Plenum):**

- Mit wem solidarisiert man sich?
- Glaubt man dem übergriffigen Mädchen mehr, weil man mit ihr besser befreundet ist oder, weil man auch denkt, dass Frauen so etwas nicht machen?
- Wie kann man als Freund:in von beiden mit Jenny umgehen?
  - Wenn sie z. B. sagt, wieso redest du nicht mehr mit mir?
  - Soll man ihr dann erzählen, was Carlos gesagt hat?
  - Was ist, wenn sie es leugnet?
- Wie verhält sich Jenny? Zeigt sie Einsicht? Entschuldigt sie sich? Dann ist evtl. weiterhin Kontakt mit ihr möglich.
- Oder aber: Wenn sie keinerlei Einsicht zeigt, sich nicht entschuldigt, es kleinredet, wie gestaltet man dann den Kontakt zu Jenny? Kontaktabbruch? etc.

### **Jugendlichen Sinn und Zweck der Übung erklären:**

- Ein und dieselbe Situation wird aus unterschiedlichen Perspektiven betrachtet.
- Je nach Perspektive gibt es unterschiedliche Handlungsmöglichkeiten, aber auch Gefühle.
- Handlungsmöglichkeiten aufzeigen,
  - Wenn ihr die Person seid, der so etwas passiert
  - Wenn ihr die Person seid, die so etwas beobachtet
  - Wenn ihr die Person seid, die so etwas erzählt bekommt

### **Hintergrundinformation dieser Übung für die Anleitenden:**



Es wird bewusst eine Situation gewählt, in der die betroffene Person ein Junge und die übergriffige Person ein Mädchen ist. Wird dem Jungen weniger Schutzbedürftigkeit zugestanden, weil er ein Junge ist und deswegen stark sein muss? Wird ihm unterstellt, dass er an sexuellen Handlungen immer und auf jeden Fall Spaß haben muss? Diese Fragen sollen reflektiert werden, indem während der Besprechung der unterschiedlichen Perspektiven nachfragt wird, ob es etwas anderes wäre, wenn die betroffene Person ein Mädchen wäre und die übergriffige ein Junge. Müssten Adressat:innen dann anders reagieren?

Darauf eingehen, dass die Gefühle und die Folgen, die ein betroffener Junge hat oder haben kann, ähnlich oder sogar gleich sein können wie die von betroffenen Mädchen. Evtl. an der Stelle noch erwähnen, dass mehr Scham und das Gefühl, weniger männlich zu sein, bei betroffenen Jungen und Männern eine (größere) Rolle spielt. Dies wird besonders dann relevant, wenn es darum geht, sich Hilfe und Unterstützung zu holen. Deutlich machen, dass es keine Gefühle gibt, die nur Mädchen und Frauen oder Jungen und Männer haben (dürfen).

Auf den folgenden Seiten finden Sie die Kopiervorlagen für die Übung „Perspektivwechsel“.

Carlos (16 Jahre) ist auf einer Party bei seinem besten Freund Michi (16 Jahre). Er feiert dort ausgelassen mit Freunden, es wird auch Alkohol getrunken. Carlos übernachtet gemeinsam mit ein paar anderen Freund:innen bei Michi. Jenny (17 Jahre), eine Freundin von beiden, fragt ihn, ob sie sich zu ihm legen darf. Er willigt ein. Später beginnt sie, ihm in die Hose zu fassen. Carlos wacht davon auf.

*Was glaubst du, wie Carlos sich fühlt?*

*Was kann Carlos tun?*

*Welche Folgen kann das haben?*

Du feierst mit deinen Freunden gemeinsam bei Michi (16 Jahre). Es wird ausgelassen gefeiert, und es wird auch Alkohol getrunken. Du bleibst dort über Nacht. Du beobachtest im weiteren Verlauf, dass Jenny (17 Jahre) sich zum Schlafen zu Carlos (16 Jahre) legt. Es scheint, als hätte er nichts dagegen. Carlos schläft ein. Du merkst, dass Jenny beginnt, Carlos in die Hose zu fassen und er davon aufwacht. Er wirkt irritiert.

*Wie reagierst du?*

Dein Freund Carlos (16 Jahre) erzählt dir, dass er gestern auf einer Party bei Michi (16 Jahre) zu Hause war. Er berichtet davon, dass ausgelassen gefeiert und auch Alkohol getrunken wurde. Carlos hat dort auch übernachtet. Er erzählt dir, dass eure gemeinsame Freundin Jenny (17 Jahre), ihn gefragt hat, ob sie sich zu ihm legen dürfe. Carlos habe zugestimmt und sei eingeschlafen. Er berichtet dir, er sei aufgewacht, weil Jenny ihm in die Hose gefasst hat. Das Erlebte belastet ihn.

*Wie reagierst du?*

*Was kannst du tun bzw. sagen?*

## 1.3 Teilmodul 1C: Wie kann ich (mir) helfen?

### 1.3.1 Thematische Einheit: Hilfe definieren

#### Übung „Mindmap Hilfe“

**Kurze Beschreibung:** Auseinandersetzung mit dem Begriff „Hilfe“ und dessen Dimensionen. Erarbeitung von Selbstfürsorge-Strategien

**Ziele:** Die Jugendlichen sollen Strategien an die Hand bekommen, wie sie sich im Fall einer eigenen Betroffenheit oder der einer anderen Person, z. B. im Rahmen eines Disclosure-Prozesses, verhalten und für sich selbst sorgen können.

**Anzahl der Teilnehmenden:** keine Mindestgröße erforderlich

**Zeitlicher Umfang:** Mindmap Hilfe: 20 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** ausreichend großer Raum zum Auslegen der Mindmap

#### **Benötigte Materialien:**

- Kärtchen mit den verschiedenen Hilfe-Bausteinen (Kopiervorlagen auf den folgenden Seiten)
- Unbeschriftete Kärtchen
- Handouts für die Jugendlichen

#### **Besondere Anforderungen an das Team/mögliche Herausforderungen:**

Darauf achten, dass die bereits vorhandenen Strategien der Jugendlichen ausreichend wertgeschätzt werden, z. B. „nur“ für die andere Person da sein, ist auch eine Form der Hilfe.

**Ablaufbeschreibung:** Mit den Jugendlichen wird zunächst ein Brainstorming dazu durchgeführt, wie Hilfe allgemein aussehen und was sie bedeuten kann. Hier soll auch thematisiert werden, wie Hilfe aussehen kann, wenn eine Person sich nach erlebter sexualisierter Gewalt ihnen anvertraut. Die Anleiter:innen legen danach die verschiedenen Bausteine, also z. B. *Hilfe* und darunter *glauben*, *zuhören*, *trösten*, *in den Arm nehmen* und *da sein* auf den Boden. Die verschiedenen Bausteine sollen am Ende nebeneinanderliegen, sodass die Bandbreite an Hilfemöglichkeiten au-

genfällig wird. Die Jugendlichen bekommen die verschiedenen Bausteine nach der Übung als Handout, sodass sie sich daran orientieren können, falls sie in eine solche Situation kommen sollten.

Für die Reihenfolge der Auslegung der Baustein-Kärtchen können sich die Anleiter:innen an dem Handout orientieren. Sie sollten zusätzliche, unbeschriftete Kärtchen bereithalten, um weitere Vorschläge der Jugendliche darauf zu notieren.

**Kombinations-/Variationsmöglichkeiten:**

„Mindmap Hilfe“ bietet eine gute Überleitung zur Übung „Was tut mir gut?“, da der letzte Baustein sich mit der Thematik Selbstfürsorge beschäftigt.

Auf den folgenden Seiten finden Sie die Kopiervorlagen für die Übung „Mindmap Hilfe“.

## Mindmap Hilfe

Hilfe	Kommunikation	Prozess	Information	Einordnung der Taten	Unterstützende Erwachsene	Beratung	Polizei	Selbstfürsorge
glauben	Fragen, ob Nachfragen in Ordnung sind	schrittweises Vorgehen	sich über sex. Gewalt informieren	kein Muss	Eltern	Recht auf Beratung	Entscheidung der/des Betroffenen	eigene Gefühle wahrnehmen
zuhören	offene Fragen	kein überstürztes Handeln	Online z.B. <a href="http://www.was-geht-zu-weit.de">www.was-geht-zu-weit.de</a>	Perspektive Betroffene	Verwandte (Tante, Oma, Onkel)	Beratungsstellen	Beratungseinrichtungen, Freunde etc. haben keine Anzeigepflicht	auf die eigenen Grenzen achten
trösten	möglichst wertfrei	andere Personen einbeziehen	telefonisch z.B. Nummer gegen Kummer 116 111	Perspektive Angehörige (Familie)	Lehrkräfte	Online-Beratung		sich Hilfe holen
in den Arm nehmen	Vermeiden von (unbeabsichtigten) Schuldzuweisungen und Vorwürfen		Beratungsstellen vor Ort	Perspektive Freund:innen, Bekannte	Sozialarbeiter:innen (Jugendzentrum, Schulsozialarbeit, Jugendamt)	Telefonseelsorge		sich etwas Gutes tun
da sein					Trainer:in	mit oder ohne Eltern		
						anonym		
						kostenlos		
						Beratung auch für Angehörige und Unterstützer:in-nen		

**Hilfe**

---

**glauben**



zuhören

---

trösten

in den Arm  
nehmen

---

da sein

# **Kommuni- kation**

---

**Fragen, ob  
Nachfragen in  
Ordnung sind**




offene  
Fragen

---

möglichst  
wertfrei





Vermeiden von  
(unbeabsichtigten)  
Schuldzuweisungen  
und Vorwürfen

---

**Prozess**



**schrittweises  
Vorgehen**

---

**kein  
überstürztes  
Handeln**



andere  
Personen  
einbeziehen

---

**Information**



sich über  
sexuelle  
Gewalt  
informieren

---

Online  
z.B. [www.was-geht-  
zu-weit.de](http://www.was-geht-zu-weit.de)





**telefonisch**

**z.B. Nummer gegen  
Kummer 116 111**

---

**Beratungs-  
stellen vor Ort**



# **Einordnung der Tat(en)**

---

**Kein Muss!**

**Perspektive  
Betroffene**

---

**Perspektive  
Angehörige  
(Familie)**

**Perspektive  
Freund:innen,  
Bekannte,...**

---


**Unterstüt-  
zende Er-  
wachsene**



# Eltern

---

Verwandte  
(Tante, Oma,  
Onkel, ...)



# Lehrkräfte

---

Sozialarbeiter:innen  
(Jugendzentrum,  
Schulsozialarbeit,  
Jugendamt)



**Trainer:in**

---

**Beratung**



# Recht auf Beratung

---

Beratungs-  
stellen





**Online-  
Beratung**

---

**Telefon-  
seelsorge**



mit oder  
ohne Eltern

---

anonym



# kostenlos

---

Beratung auch  
für Angehörige,  
Freund:innen...





**Polizei**

---

**Entscheidung  
der/des  
Betroffenen**



Beratungseinrichtungen,  
Freund:innen  
etc. haben keine  
Anzeigespflicht

---

**Selbst-  
fürsorge**

eigene  
Gefühle  
wahrnehmen

---

auf die eigenen  
Grenzen achten

**sich Hilfe  
holen**

---

**sich etwas  
Gutes tun**

## 1.3.2 Thematische Einheit: Selbstfürsorge

### Übung „Was tut mir gut?“

**Kurze Beschreibung:** Erarbeitung von Selbstfürsorge-Strategien

**Ziele:** Die Jugendlichen sollen Strategien an die Hand bekommen, wie sie sich im Fall einer eigenen Betroffenheit oder der einer anderen Person, z. B. im Rahmen eines Disclosure-Prozesses, verhalten und für sich selbst sorgen können.

**Anzahl der Teilnehmenden:** keine Mindestgröße erforderlich

**Zeitlicher Umfang:** 10 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** ausreichend großer Raum zum Auslegen der Mindmap

**Benötigte Materialien:**

- Bilder mit Selbstfürsorge-Beispielen (Sport, Musik, etc.)

**Besondere Anforderungen an das Team/mögliche Herausforderungen:**

Darauf achten, dass die bereits vorhandenen Strategien der Jugendlichen ausreichend wertgeschätzt werden, z. B. „nur“ für die andere Person da sein = Hilfe.

**Ablaufbeschreibung:**

Den Jugendlichen werden unterstützt mit visuellen Reizen (Bildern), die fragen: „Was tut euch gut“ und „Was macht ihr, wenn es euch mal nicht gut geht?“. Die Ergebnisse sollen in Einzelarbeit von den Jugendlichen notiert werden.

**Kombinations-/Variationsmöglichkeiten:** „Mindmap Hilfe“ bietet eine gute Überleitung zur Übung „Was tut mir gut?“, da der letzte Baustein sich mit der Thematik Selbstfürsorge beschäftigt.



# MODUL 2: „Tausend Fragen in meinem Kopf: Kommunikation und Disclosure“

Der Frauennotruf Westerborg und das Präventionsbüro Ronja haben *MODUL 2* und *MODUL 3* entwickelt, die sich aus jeweils drei Teilmodulen zusammensetzen. Das *Teilmodul A Wissensvermittlung* bildet die Grundlage beider Präventionsmodule. Es werden Informationen vermittelt und Aufklärung zu sexualisierter Gewalt geleistet, damit eine Wissensgrundlage vorliegt, auf der im Folgenden aufgebaut werden kann. In *Teilmodul B* werden nach der Behandlung grundlegender Aspekte von Kommunikation Grundlagen einer wertschätzenden und gewaltfreien Kommunikation vermittelt und erprobt. Die Übungen des Teilmoduls C zielen darauf ab, dass sich die Teilnehmenden eigener Stärken und Strategien zur Bewältigung belastender Situationen bewusst werden und diese erweitern können. Dieses Teilmodul ist bei den Modulen 2 und 3 ebenfalls identisch.

Die Übungsleitung sollte sich im Vorfeld mit dem Themenkomplex sexualisierte Gewalt und den Dynamiken auseinandergesetzt haben, um mit den Teilnehmenden in einen Dialog treten und relevante Aspekte herausarbeiten zu können. Diese Präventionsworkshops sollen aufklären, informieren und stärkend wirken, ohne zu ängstigen. Es ist auf eine wertschätzende Atmosphäre zu achten.

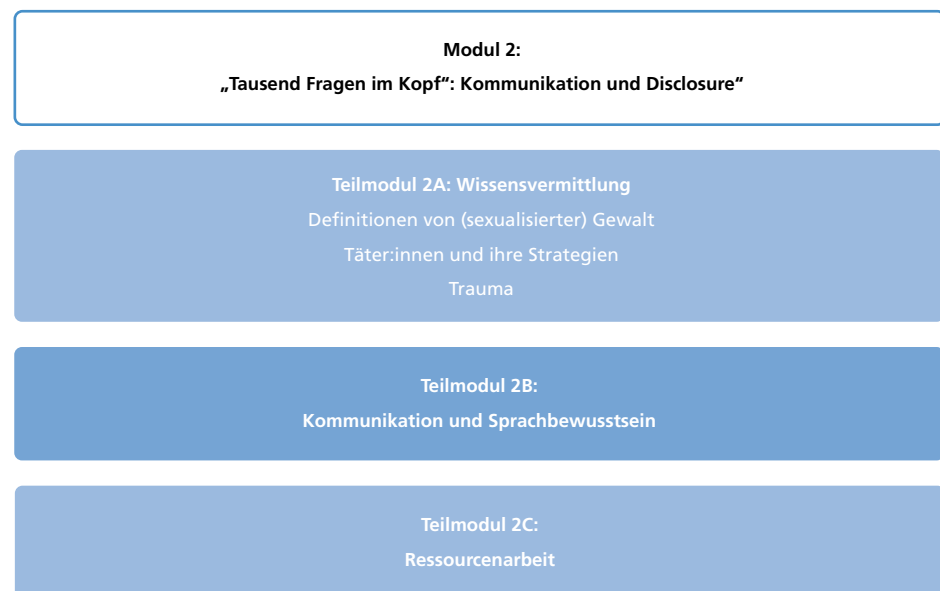
Zu Beginn sollte den Teilnehmer:innen deutlich gemacht werden, dass ein sensibles Thema behandelt wird und dass sie jederzeit die Möglichkeit haben, die Situation oder die Übung zu verlassen, sollte es ihnen zu nahegehen (Trigger- bzw. Contentwarning). Ebenso sollte auf eine wertschätzende und diskriminierungsfreie Atmosphäre zwischen den Teilnehmenden geachtet werden, damit neben der Wissensvermittlung auch Selbsterfahrung möglich ist. Alle Übungen basieren auf Freiwilligkeit.

Professionelles fachliches Vorwissen zu den behandelten Themen ist für eine verantwortliche Anleitung der Übungen sowie der inhaltlichen Aufarbeitung der einzelnen Aspekte notwendige Voraussetzung. Die einzelnen Übungen sind für eine Zielgruppe ab ca. 14 Jahren konzipiert. Die Präventionsmodule sollten von mindestens zwei Übungsleiter:innen durchgeführt werden, damit eine der leitenden Personen

begleitend und stabilisierend eingreifen kann, sollte es bei einzelnen Teilnehmenden erforderlich sein.

Die Durchführung des gesamten Präventionsmoduls ist in zwei Mal 90 Minuten (d. H. zwei Mal zwei Schulstunden) möglich, es ist aufgrund von vielfältigen Diskussionsmöglichkeiten sinnvoller, mit zwei Mal drei Schulstunden (also zwei Mal 120 Minuten) einzuplanen.

Das Präventionsmodul „Tausend Fragen im Kopf: Kommunikation und Disclosure“ setzt sich wie folgt zusammen:



Zu den Teilmodulen 2A und 2B stehen auf der Homepage des DJI PowerPoint-Präsentationen zur Verfügung, die zur visuellen Unterstützung der Durchführung eingesetzt werden können. Für die Übungen aus Teilmodul 2A „Was ist was?“ und „Täter:innen-Vorgehen“ eignet sich die Verwendung der PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2A\_3A\_Wissensvermittlung* besonders gut.

Bei Teilmodul 2B ist die Übung „Wertfreie Kommunikation“ mit Hilfe der PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2B\_Kommunikation\_und\_Sprachbewusstsein* unkomplizierter und mit weniger Materialaufwand durchführbar. Es gibt jedoch Arbeitsblätter zu jeder Übung, sodass auch analog und ohne PC und Beamer gearbeitet werden kann.

Wir haben einen bunten Blumenstrauß an Übungen erarbeitet, aus denen nach Belieben ausgewählt werden kann bzw. welche der Gruppenzusammensetzung entsprechend angepasst werden können. Eine gute Kenntnis der Gruppe erleichtert die Einschätzung, welche Übungen mit den Teilnehmenden gut durchführbar sind.

## 2.1 Teilmodul 2A: Wissensvermittlung

### 2.1.1 Thematische Einheit: Informationen über sexualisierte Gewalt

#### Übung „Definition von Gewalt und sexualisierter Gewalt“

**Kurze Beschreibung:** Diese Übung eignet sich als Einstieg in das Thema, um eine Wissensgrundlage für die weiteren Übungen und Ausarbeitungen zu schaffen. Der verwendete Begriff *sexualisierte Gewalt* betont den Gewaltaspekt, der mit sexueller Komponente zusätzlich demütigend wirkt.

Anhand des Fact-Sheets, der PowerPoint-Präsentation oder mittels Plakaten werden die Definitionen vom Gewaltbegriff im Allgemeinen und sexualisierter Gewalt im Besonderen vorgetragen und die Aspekte (Grenzen, Macht, Abhängigkeit und Geheimhaltung) erläutert.

Bei sexualisierter Gewalt wird Sexualität instrumentalisiert, d. h. sie ist der sexuelle Ausdruck von Aggression, Kontrolle und Macht, um zu demütigen und zu unterwerfen und ist somit ein Angriff auf die körperliche und seelische Unversehrtheit eines Menschen.

**Ziele:** Die Jugendlichen sollen erfahren, dass sexualisierte Gewalt eine Form der Diskriminierung und ein Angriff auf die sexuelle Selbstbestimmung ist. Es ist keine besondere Form der Sexualität, sondern ein Macht- bzw. Autoritätsmissbrauch.

Die Aspekte der sexualisierten Gewalt (Grenzen, Macht, Abhängigkeit und Geheimhaltung) sollen herausgearbeitet werden.

**Anzahl der Teilnehmenden:** Ist abhängig von der Klassenstärke bzw. Gruppengröße; möglich ist eine Anzahl von 5 bis ca. 30 Personen. Die Gruppe kann heterogen und gemischtgeschlechtlich zusammengesetzt sein, wodurch Blickwinkel und Diskussionsergebnisse bereichert werden können.

**Zeitlicher Umfang:** ca. 10 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** Stuhlkreis oder Tischformation

**Benötigte Materialien:**

- Fact-Sheet „Definition“ oder Plakate (z. B. Flipchart)
- oder PC, Beamer und PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2A\_3A\_Wissensvermittlung* (Folien 4-6)

**Ablaufbeschreibung:** Definitionen vortragen (lassen) und Aspekte im Gruppengespräch erläutern.

**Kombinations-/Variationsmöglichkeiten:** Besprechung entweder in Plakatform im Plenum oder mittels der PowerPoint-Präsentation.

**Zum Nach- bzw. Weiterlesen:**

Hagemann-White, Carol (1992): Strategien gegen Gewalt im Geschlechterverhältnis. Pfaffenweiler

# Fact-Sheet:

## Definition Sexualisierte Gewalt

### **Gewalt:**

»Gewalt ist die Verletzung der körperlichen oder seelischen Identität eines Menschen durch einen anderen.«

(Carol Hagemann-White 1992)

### **Sexualisierte Gewalt:**

»Sexualisierte Gewalt sind alle sexuellen Handlungen, die gegen den Willen des Opfers, ohne seine Zustimmung, in einer aggressiven, ausbeuterischen oder verletzenden Weise ausgeübt werden. Sexuelle Gewalt setzt ein Machtgefälle voraus, welches durch Abhängigkeit, Altersunterschied, psychische oder physische Unterlegenheit und andere Faktoren entsteht.«

(Monika Egli-Alge)

- d.h. Sexualität wird instrumentalisiert, um zu demütigen und zu unterwerfen.
- Sexualisierte Gewalt ist der sexuelle Ausdruck von Aggression, Kontrolle und Macht und ist ein Angriff auf die körperliche und seelische Unversehrtheit der Betroffenen.

### **Aspekte Sexualisierter Gewalt**

- Grenzen
- Macht/Abhängigkeit
- Geheimhaltung

## Übung „TAT-ORT“

**Kurze Beschreibung:** Diese Übung soll verschiedene Formen sexualisierter Gewalt aufzeigen und ist dabei nahe am Alltag der Jugendlichen ausgerichtet.

Auf dem Wimmelbild TAT-ORT sollen Situationen, die Zärtlichkeit und Liebe darstellen, von den Teilnehmenden mit einem Herz gekennzeichnet werden. Die Situationen, die Grenzüberschreitungen und Übergriffe bis hin zu strafrechtlich relevanten Szenen zeigen, werden mit einem Kreuz markiert.

Anschließend werden die einzelnen Situationen nacheinander im Plenum besprochen.

**Ziele:** Den Jugendlichen sollen Informationen zu unterschiedlichen Formen sexualisierter Gewalt nähergebracht werden, welche im sozialen Nahbereich und in alltäglichen Situationen auftreten können.

**Bei der Besprechung sollen diese Formen herausgearbeitet werden:**

- sexuelle Grenzverletzungen
- sexuelle Übergriffe
- strafrechtlich relevante Formen sexualisierter Gewalt

Eine zentrale Rolle spielt hierbei das persönliche Empfinden zu Grenzen, welches in der Besprechung thematisiert werden und Beachtung finden sollte.

**Anzahl der Teilnehmenden:** Einzelarbeit – Besprechung im Plenum

**Zeitlicher Umfang:** ca. 15 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** Stuhlkreis oder Tischformation

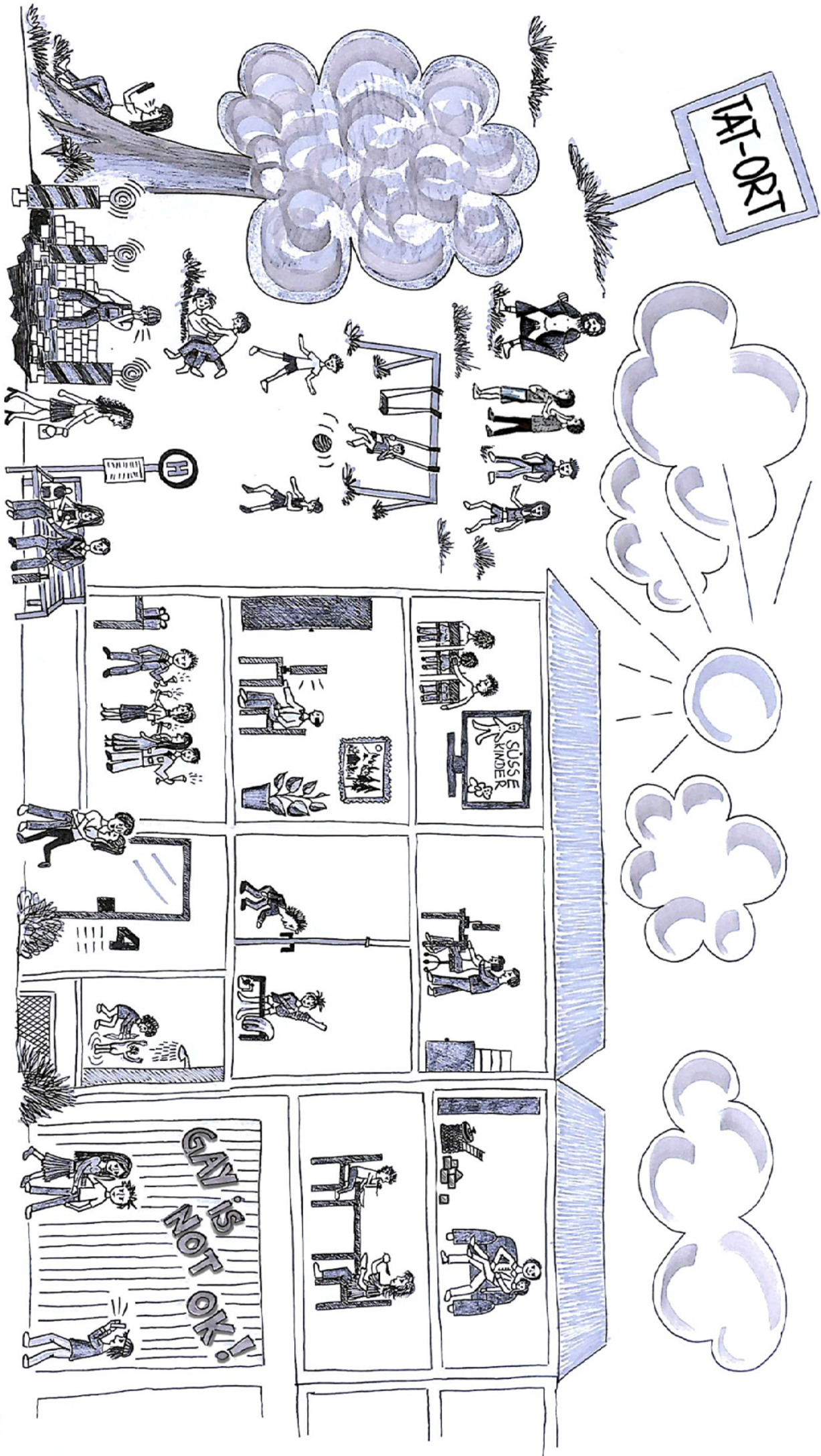
**Benötigte Materialien:**

- Wimmelbild TAT-ORT
- Stifte
- Fact-Sheet „Formen sexualisierter Gewalt“
- evtl. Piktogramm-Karten
- ggf. PC, Beamer und PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2A\_3A\_Wissensvermittlung* (Folie 8-12)

**Ablaufbeschreibung:** Die Besprechung im Plenum kann genutzt werden, um auf das Erleben der Betroffenen aufmerksam zu machen und persönliche Betroffenheit zu thematisieren. Individuelle Grenzen enden da, wo die Grenzen anderer beginnen.

**Kombinations-/Variationsmöglichkeiten:** Alternativ können die einzelnen Szenen mit den Piktogramm-Karten, die die Jugendlichen hochhalten, bewertet und besprochen werden. Dazu die Piktogramm-Karten auf grünes (lachender Smiley) und rotes (unglücklicher Smiley) Papier kopieren und an die Teilnehmenden ausgeben.







# Fact-Sheet:

## Formen sexualisierter Gewalt

### **Sexuelle Grenzverletzungen**

- meist unbeabsichtigt
- z. B. versehentliche Berührungen
- Wichtig ist der Umgang damit (wird sich entschuldigt etc.)

### **Sexuelle Grenzüberschreitungen und sexualisierte Übergriffe**

- beabsichtigt, willentlich
- nur eine Person trifft die Entscheidung
- Hinweggehen über (deutlich) gesendete (nonverbale) Signale
- z. B. einseitiges Handeln in Situationen, die mit einvernehmlichen sexuellen Handlungen begonnen haben

### **Strafrechtlich relevante Formen von sexualisierter Gewalt**

- strafrechtlich relevante sexualisierte Übergriffe/Handlungen gegen die sexuelle Selbstbestimmung
- Straftatbestände nach dem Strafgesetzbuch §§174-184
- z. B. „Upskirting“, Versenden von pornografischem Material an unter 18-Jährige, Vergewaltigung

## Übung „Was ist was?“ – Einordnen kurzer Fallbeispiele

**Kurze Beschreibung:** Voraussetzung für dieses Fragespiel ist, dass die Formen von sexualisierter Gewalt (Grenzverletzungen, sexuelle Übergriffe sowie strafrechtlich relevante Formen von sexualisierter Gewalt) bekannt sind (siehe Fact-Sheet *Formen sexualisierter Gewalt* oder PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2A\_3A\_Wissensvermittlung*, Folien 9-12).

Dieses Fragespiel soll die unterschiedlichen Formen sexualisierter Gewalt anhand lebensweltlicher Beispiele verdeutlichen. Die Teilnehmenden ordnen die vorgestellten Fallbeispiele mit Hilfe von Piktogramm-Karten ein. Hier gibt es keine ausschließliche Wertung mit richtig oder falsch, denn persönliches Empfinden und Grenzen können individuell unterschiedlich ausfallen. Die Diskussion nach jeder Einschätzung kann wertvolle Erkenntnisse liefern. Strafrechtlich relevante Formen werden vom Strafgesetzbuch definiert.

**Ziele:** Die Jugendlichen sollen unterschiedliche Formen von sexualisierter Gewalt einschätzen und kennenlernen. Grenzverletzungen können unbeabsichtigt auftreten und kommen im Alltagsgeschehen vor. Hierfür kann sich entschuldigt und ein Fehlverhalten eingeräumt werden. Situationen, die persönlich als eher harmlos erlebt werden, können für andere Personen jedoch grenzüberschreitend sein. Sexuelle Übergriffe sind hingegen beabsichtigt, lediglich von einer Seite gewollt und zeigen die Machtausübung. Persönliche Grenzen werden bewusst überschritten. Strafrechtlich relevante Formen sind Straftatbestände und können nach dem Strafgesetzbuch geahndet werden. Der Blickwinkel und das empathische Einfühlen sollen erweitert werden. Die Grenzen meiner Mitmenschen und deren Reaktionen sind wichtige Kriterien für mein Handeln.

**Anzahl der Teilnehmenden:** Ist abhängig von der Klassenstärke bzw. Gruppengröße; möglich ist eine Anzahl von 5 bis ca. 30 Personen. Die Gruppe kann heterogen und gemischtgeschlechtlich zusammengesetzt sein, wodurch Blickwinkel und Diskussionsergebnisse bereichert werden können.

**Zeitlicher Umfang:** ca. 15 Minuten, je nach Anzahl der ausgewählten Beispiele

**Räumliche Bedingungen:** Stuhlkreis oder Tischformation

### **Benötigte Materialien:**

- vier Piktogramm-Karten (grün, gelb, orange, rot) pro Teilnehmer:in
- Fallbeispiele ausgedruckt auf einzelnen Karten
- Karten mit jeweils einer der drei Überschriften „Grenzverletzungen“, „sexuelle Übergriffe“ und „strafrechtlich relevante Formen von sexualisierter Gewalt“

- ggf. PC, Beamer und PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2A\_3A\_Wissensvermittlung* (Folien 13-33)
- Für die Anleiter:innen: Lösungsblatt

**Ablaufbeschreibung:** Die Fallbeispiele oder eine Auswahl davon werden von den Anleiter:innen einzeln vorgestellt und jeweils durch Hochhalten der Piktogramm-Karten von den Teilnehmenden bewertet.

Die Besprechung im Plenum kann genutzt werden, um auf das Erleben der Betroffenen aufmerksam zu machen und persönliche Betroffenheit zu thematisieren. Individuelle Grenzen enden da, wo die Grenzen anderer beginnen.

**Kombinations-/Variationsmöglichkeiten:** Alternativ können die Fallbeispiele auf einzelne Karten gedruckt, an die Teilnehmenden verteilt, kurz in Kleingruppen besprochen und im Anschluss an einer Pinnwand unter die entsprechende Kategorie geheftet werden. Dazu werden Karten mit den drei Überschriften „Grenzverletzungen“, „sexuelle Übergriffe“ sowie „strafrechtlich relevante Formen von sexualisierter Gewalt“ benötigt.

## Fallbeispiele: „Was ist was?“

### **WAS IST WAS?**

Grenzverletzungen, sexuelle Übergriffe oder strafrechtlich relevante Formen sexualisierter Gewalt

**1) Bei der Klassenfahrt der 8c spielt der Klassenlehrer am letzten Tag bei „Wahrheit oder Pflicht“ mit und möchte von einer Schülerin wissen, ob sie mit ihrem Freund schon intim war.**

**2) Auf dem Pausenhof beobachtet eine Gruppe von Schülerinnen und Schülern wie im angrenzenden Park ein Mann seinen Unterleib entblößt und vor den Augen der Jugendlichen masturbiert.**

**3) Auf dem Pausenhof unterhält sich der Musikreferendar mit einer Gruppe Schülerinnen und Schüler der Klassenstufe 9 und macht dabei eindeutig sexuelle Bewegungen.**

**4) Im Sportunterricht berührt die Sportlehrkraft bei der Hilfestellung versehentlich die Brust einer Schülerin.**

**5) Die Deutschlehrerin mittleren Alters sagt zu einem Schüler der Jahrgangsstufe 12: „Wenn du ein wenig älter wärst, dann wüsste ich nicht, ob wir beide nicht mal was zusammen hätten.“**

**6) Ein Sportlehrer schaut beim Duschen nach dem Schwimmunterricht einem Schüler auf den Penis.**

**7) Der AG-Leiter sagt zu einer Schülerin der Klasse 9A: „Na, du hast aber auch schon ganz schön viel Holz vor der Hütte.“**

**8) Der Erdkundelehrer beugt sich im Unterricht von hinten über eine Schülerin und schaut ihr bei einer Erklärung tief in den Ausschnitt.**

**9) Ein 16-jähriger Schüler fotografiert einem Mädchen im Bus unter den Rock.**

**10) Die junge Referendarin kommt bekleidet mit einem bauchfreien und tief ausgeschnittenen Top und einem sehr kurzen Rock in den Unterricht.**

**11) Über Facebook fordert der Mathematiklehrer einen Schüler der 6. Klasse dazu auf, ihm Fotos zu schicken, auf denen er nackt ist.**

**12) Beim Schulfest zieht ein Schüler der Jahrgangsstufe 13 eine Gruppe Schülerinnen förmlich „mit den Blicken aus“.**

**13) Eine Schülerin der 9. Klasse schickt im Vertrauen ein Nacktbild an einen Jungen, den sie sehr mag. Kurz darauf verbreitet es sich wie ein Lauffeuer.**

**14) Auf einer Party bedrängt ein Schüler der 11. Klasse eine Mitschülerin beim Tanzen mit distanzlosem Verhalten und zwingt ihr Küsse auf. Er drängt sie in einen Nebenraum. Dort lässt er nicht von ihr ab und dringt mit wenig Gegenwehr in sie ein.**

**15) Drei Freundinnen der 8a begrüßen sich untereinander mit „Na, du Schlampe“.**

**16) Nachdem sich ein Jugendlicher als homosexuell geoutet hat, wird er von einigen Klassenkameraden regelmäßig auf dem Schulflur angerempelt und bekommt Nachrichten mit beleidigendem Inhalt.**

**17) Beim Kurstreffen geht der Stammkursleiter in lockerer Runde dazu über, Filme mit pornografischem Inhalt zu zeigen.**

**18) Bei der Studienfahrt redet die Lehrerin am Lagerfeuer in geselliger Runde über ihre Bettgeschichten.**

**19) Der Sportlehrer einer Grundschule führt im Umkleideraum mit seinem Penis „Zaubertricks“ vor und „zaubert ihn groß“.**

**20) Ein Schüler schickt unaufgefordert ein „Dick Pic“ (Foto von seinem Penis) an seine Klassenkameradin.**

# Lösungen: „Was- ist-was?“

## Lösungsblatt

– Einschätzungen Präventionsbüro Ronja –

1) Bei der Klassenfahrt der 8c spielt der Klassenlehrer am letzten Tag bei „Wahrheit oder Pflicht“ mit und möchte von einer Schülerin wissen, ob sie mit ihrem Freund schon intim war. → **sexueller Übergriff**

2) Auf dem Pausenhof beobachtet eine Gruppe von Schülerinnen und Schülern wie sich im angrenzenden Park ein Mann seinen Unterleib entblößt und vor den Augen der Jugendlichen masturbiert. → **strafrechtlich relevant**

3) Auf dem Pausenhof unterhält sich der Musikreferendar mit einer Gruppe Schülerinnen und Schüler der Klassenstufe 9 und macht dabei eindeutig sexuelle Bewegungen. → **sexueller Übergriff**

4) Im Sportunterricht berührt die Sportlehrkraft bei der Hilfestellung versehentlich die Brust einer Schülerin. → **Grenzverletzung**

5) Die Deutschlehrerin mittleren Alters sagt zu einem Schüler der Jahrgangsstufe 12: „Wenn du ein wenig älter wärst, dann wüsste ich nicht, ob wir beide mal was zusammen hätten.“ → **sexueller Übergriff**

6) Ein Sportlehrer schaut beim Duschen nach dem Schwimmbadbesuch einem Schüler auf den Penis. → **sexueller Übergriff**

7) Der AG-Leiter sagt zu einer Schülerin der Klasse 9A: „Na, du hast aber auch schon ganz schön Holz vor der Hütte.“ → **sexueller Übergriff**

8) Der Erdkundelehrer beugt sich im Unterricht von hinten über eine Schülerin und schaut ihr bei einer Erklärung tief in den Ausschnitt. → **sexueller Übergriff**

9) Ein 16-jähriger Schüler fotografiert einem Mädchen im Bus unter den Rock. → **strafrechtlich relevant**

10) Die junge Referendarin kommt mit brauchfreiem und tief ausgeschnittenem Top und einem sehr kurzen Rock in den Unterricht. → **Grenzverletzung**

11) Über Facebook fordert der Mathematiklehrer einen Schüler der 6. Klasse dazu auf, ihm Fotos zu schicken, auf denen er nackt ist. → **strafrechtlich relevant**

12) Beim Schulfest zieht ein Schüler der Jahrgangsstufe 13 eine Gruppe Schülerinnen förmlich „mit den Blicken aus“. → **sexueller Übergriff**

13) Eine Schülerin der 9. Klasse schickt im Vertrauen ein Nacktbild an einen Jungen, den sie sehr mag. Kurz darauf verbreitet es sich wie ein Lauffeuer. → **strafrechtlich relevant**



14) Auf einer Stufenfete bedrängt ein Schüler der 11. Klasse eine Mitschülerin beim Tanzen mit distanzlosem Verhalten und zwingt ihr Küsse auf. Er drängt sie in einen Nebenraum. Dort lässt er nicht von ihr ab und dringt mit wenig Gegenwehr in sie ein. → **strafrechtlich relevant**

15) Drei Freundinnen der 8a begrüßen sich untereinander mit „Na, du Schlampe“. → **Grenzverletzung**

16) Nachdem sich ein Jugendlicher als homosexuell geoutet hat, wird er von einigen Klassenkameraden regelmäßig auf dem Schulflur angerempelt und bekommt Nachrichten mit beleidigendem Inhalt. → **sexueller Übergriff**

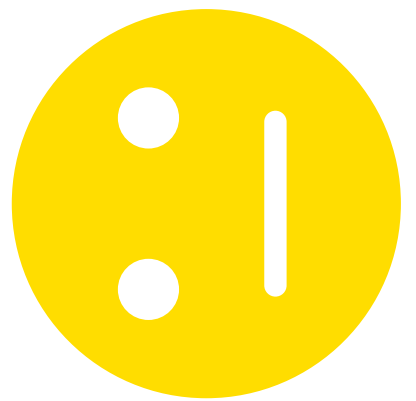
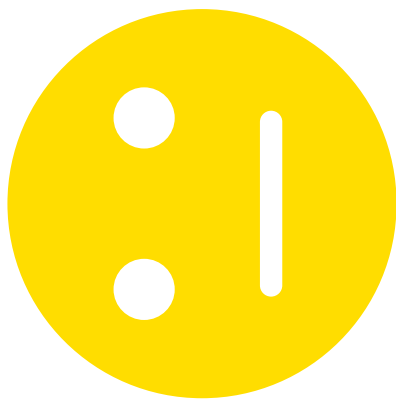
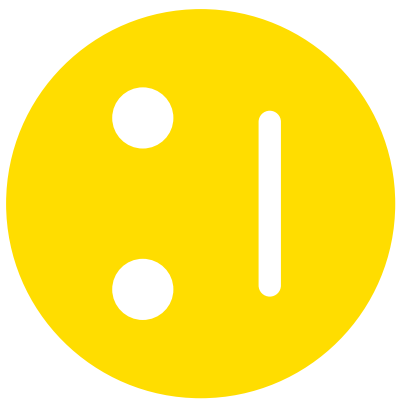
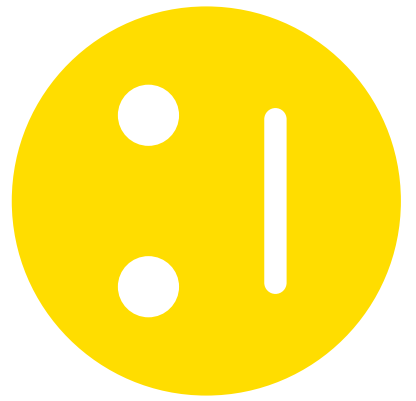
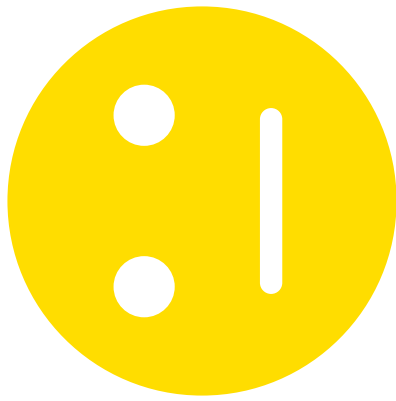
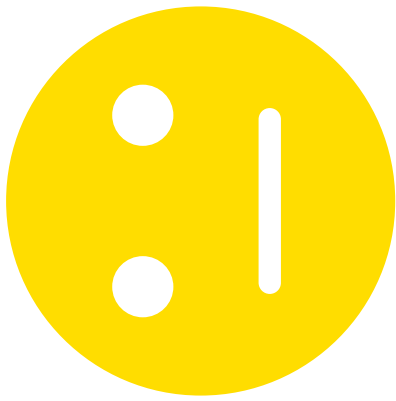
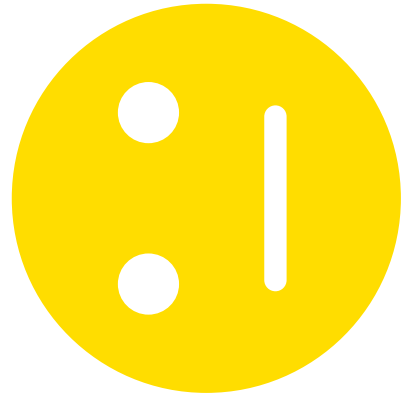
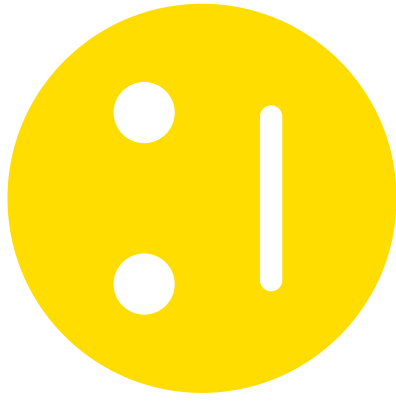
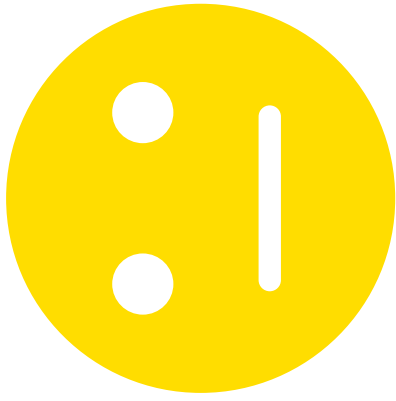
17) Beim Kurstreffen geht der Stammkursleiter in lockerer Runde dazu über, Filme mit pornografischem Inhalt zu zeigen. → **strafrechtlich relevant**

18) Bei der Studienfahrt redet die Stammkursleiterin am Lagerfeuer in geselliger Runde über ihre Bettgeschichten. → **sexueller Übergriff**

19) Der Sportlehrer einer Grundschule führt im Umkleideraum mit seinem Penis „Zaubertricks“ vor und „zaubert ihn groß“. → **strafrechtlich relevant**

20) Ein Schüler schickt unaufgefordert ein „Dick Pic“ (Foto von seinem Penis) an seine Klassenkameradin. → **strafrechtlich relevant**







## Übung „Wo kommt sexualisierte Gewalt vor?“

**Kurze Beschreibung:** Den Teilnehmenden werden Hintergrundinformationen darüber vermittelt, an welchen Orten bzw. in welchen Situationen sexualisierte Grenzverletzungen, Übergriffe und Straftaten geschehen können.

**Ziele:** Sensibilisierung dafür, dass grundsätzlich an jedem Ort und in jeder Situation sexualisierte Grenzverletzungen, Übergriffe und Straftaten geschehen können.

**Anzahl der Teilnehmenden:** Ist abhängig von der Klassenstärke bzw. Gruppengröße, von 5 bis ca. 30 Personen. Die Gruppe kann heterogen und gemischtgeschlechtlich zusammengesetzt sein, wodurch Blickwinkel und Diskussionsergebnisse bereichert werden können.

**Zeitlicher Umfang:** ca. 15 bis 30 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** Stuhlkreis oder Tischformation

### Benötigte Materialien:

- Factsheet „Wo kommt sexualisierte Gewalt vor?“
- Alternativ: PC, Beamer und PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2A\_3A\_Wissensvermittlung* (Folie 34)

**Ablaufbeschreibung:** Die Inhalte werden den Teilnehmenden anhand des Factsheets oder der Präsentation vorgetragen und anschließend in der Gruppe reflektiert. Alternativ werden mit den Teilnehmenden in Form eines Brainstormings Orte und Situationen gesammelt, in denen es zu sexualisierten Grenzverletzungen, Übergriffen und Straftaten kommen kann. Dann dauert die Übung etwas länger, da die Übungsleitung die Sammlung der Orte bündeln und strukturieren sollte.

**Kombinations-/Variationsmöglichkeiten:** Die Inhalte des Factsheets können mit Hilfe der PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2A\_3A\_Wissensvermittlung* vermittelt werden.

## Factsheet: Wo kommt sexualisierte Gewalt vor?

- in der Familie/Wohnstätte
- in Kindergarten/Schule/Ausbildungsstätte
- am Arbeitsplatz/im Praktikum
- im Alltag
- in der Freizeit mit Freund:innen und Bekannten
- im Sportverein/beim Sport
- beim Arzt
- in der Kirche
- im Internet

## Übung „Risikofaktoren“

**Kurze Beschreibung:** Den Teilnehmenden werden anhand des Factsheets Hintergrundinformationen darüber vermittelt, welche Personen einem erhöhten Risiko ausgesetzt sind, Grenzverletzungen, sexuelle Grenzüberschreitungen und sexualisierte Übergriffe sowie strafrechtlich relevante Formen sexualisierter Gewalt zu erleben.

**Ziele:** Wissensvermittlung und Sensibilisierung für die Thematik, welche Personen einem erhöhten Risiko ausgesetzt sind, von Grenzverletzungen, sexuellen Grenzüberschreitungen und sexualisierten Übergriffen sowie strafrechtlich relevanten Formen sexualisierter Gewalt betroffen zu sein.

**Anzahl der Teilnehmenden:** Ist abhängig von der Klassenstärke bzw. Gruppengröße, von 5 bis 30 Personen. Die Gruppe kann heterogen und gemischtgeschlechtlich zusammengesetzt sein, wodurch Blickwinkel und Diskussionsergebnisse bereichert werden können.

**Zeitlicher Umfang:** ca. 15 bis 30 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** Stuhlkreis oder Tischformation

### **Benötigte Materialien:**

- Factsheet: Risikofaktoren
- Flipchart, Stifte
- Alternativ: PC, Beamer und PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2A\_3A\_Wissensvermittlung* (Folie 35-37)

**Ablaufbeschreibung:** Die Inhalte werden den Teilnehmenden anhand des Factsheets oder der Präsentation vorgetragen und anschließend in der Gruppe reflektiert. Alternativ wird in Form eines Brainstormings mit den Teilnehmenden gesammelt, welche Personen aus ihrer Sicht einem erhöhten Risiko ausgesetzt sind, von Grenzverletzungen, sexuellen Grenzüberschreitungen und sexualisierten Übergriffen sowie strafrechtlich relevanten Formen sexualisierter Gewalt betroffen zu sein. Dann dauert die Übung etwas länger, da die Übungsleitung die Sammlung bündeln und strukturieren sowie fehlende Aspekte des Factsheets ergänzen sollte.

# Factsheet: Risikofaktoren

## **Menschen**

- mit geringeren Möglichkeiten, sich bei erlebter sexualisierter Gewalt jemandem mitzuteilen (z.B. wegen einer Erkrankung oder Behinderung)
- mit familiären Belastungen (Gewalt, Trauer, Erkrankungen, Sucht usw.)
- mit ungenügender Sexualaufklärung
- mit Erlebnissen von grenzüberschreitendem Verhalten
- die sich weiblich definieren
- denen enge, vertrauensvolle und verlässliche Beziehungen fehlen
- die in besonderer Abhängigkeit von Erwachsenen (Betreuungseinrichtung, Schule, Sport) stehen
- in deren Erziehung strenger Gehorsam, traditionelle Rollenbilder und hohe Anpassung gefordert werden/wurden
- mit geringeren Selbstschutzfähigkeiten (z.B. aufgrund eines niedrigen Selbstwertgefühls)

**besitzen ein erhöhtes Risiko, von Grenzverletzungen, sexuellen Grenzüberschreitungen und sexualisierten Übergriffen sowie strafrechtlich relevanten Formen sexualisierter Gewalt betroffen zu sein.**



## Übung „Frühwarnzeichen“

**Kurze Beschreibung:** Den Teilnehmenden werden anhand des Factsheets oder in einem Gruppengespräch Informationen darüber vermittelt, welche Anzeichen es gibt, die auf das Erleben von Grenzverletzungen, sexuellen Grenzüberschreitungen und sexualisierten Übergriffen sowie strafrechtlich relevanten Formen sexualisierter Gewalt hindeuten könnten.

**Ziele:** Wissensvermittlung und Sensibilisierung für die Problematik, dass es zwar Anzeichen gibt, die auf erlebte sexualisierte Gewalt hinweisen können, diese jedoch unter Umständen schwierig zu deuten sind und leicht übergangen werden.

**Anzahl der Teilnehmenden:** Ist abhängig von der Klassenstärke bzw. Gruppengröße, von 5 bis ca. 30 Personen. Die Gruppe kann heterogen und gemischtgeschlechtlich zusammengesetzt sein, wodurch Blickwinkel und Diskussionsergebnisse bereichert werden können.

**Zeitlicher Umfang:** ca. 15 bis 30 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** Stuhlkreis oder Tischformation

### **Benötigte Materialien:**

- Factsheet: Frühwarnzeichen
- Alternativ: PC, Beamer und PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2A\_3A\_Wissensvermittlung* (Folien 38–41)

**Ablaufbeschreibung:** Die Inhalte werden den Teilnehmenden anhand des Factsheets oder der Präsentation vorgetragen und anschließend in der Gesamtgruppe reflektiert

### **Kombinations-/Variationsmöglichkeiten:**

Es wird im Gespräch mit den Teilnehmenden gesammelt, welche Anzeichen es gibt, die auf das Erleben von Grenzverletzungen, sexuellen Übergriffen sowie strafrechtlich relevanten Formen sexualisierter Gewalt hindeuten könnten. Dann dauert die Übung etwas länger, da die Übungsleitung die Sammlung bündeln und strukturieren sowie durch noch fehlende Aspekte aus dem Factsheet ergänzen sollte.

# Factsheet: Frühwarnzeichen

## **Allgemein gilt nach erlebter sexualisierter Gewalt:**

- Es gibt keine eindeutigen Symptome bei sexualisierten Gewalterlebnissen (außer rechtsmedizinische Beweise).
- Die Reaktionen der Betroffenen auf die Gewaltvorfälle und ihre Verarbeitung sind so unterschiedlich, wie die Persönlichkeiten verschieden sind.
- Viele Betroffene sprechen mit niemandem über das Erlebte.
- Betroffene sprechen oft in der dritten Person über die Vorfälle (so, als wäre es nicht ihnen persönlich widerfahren).
- Typisch ist ein Wechsel zwischen symptomreichen und symptomarmen Zeiten.
- Es können Gefühle der Selbstabwertung und des Selbstzweifels auftreten.
- Es können Wahrnehmungsstörungen auftreten („War es ein Traum oder Wirklichkeit?“).
- Die Betroffenen haben unter Umständen Angst, dass ihnen nicht geglaubt wird bzw. dass sie nicht ernst genommen werden.
- Viele Betroffene reden sich eine Mitschuld ein (d.h. ein eigener Anteil am Geschehenen wird angenommen).
- Betroffene entwickeln teilweise Angst vor dem Verlust von Freund:innen/der Familie/dem Arbeitsplatz.
- Die Betroffenen sind unter Umständen Loyalitätskonflikten ausgesetzt und haben ambivalente Gefühle (beispielsweise, wenn mit dem Täter/der Täterin auch schöne Erlebnisse geteilt wurden).
- Die Betroffenen verlieren das Vertrauen in sich und andere.
- Die Betroffenen können aufgrund des Erlebens sexueller Gewalt physische (körperliche), psychische (seelische) und psychosomatische Symptome entwickeln.

## 2.1.2 Thematische Einheit: Täter:innen und ihre Strategien

### Übung „Täter:innen-Bild“

**Kurze Beschreibung:** In der Gruppe werden Vorstellungen von Täter:innen gesammelt, besprochen und reflektiert.

**Ziele:** Die Teilnehmenden sollen sich kritisch mit ihren Vorstellungen von Täter:innen, die häufig auf Vorurteilen und Mythen basieren, auseinandersetzen. Es wird herausgearbeitet, dass es keinen typischen Täter/keine typische Täterin gibt, die an bestimmten Merkmalen erkannt bzw. identifiziert werden könnten.

**Anzahl der Teilnehmenden:** Ist abhängig von der Klassenstärke bzw. Gruppengröße, von ca. 5 bis 30 Personen. Die Gruppe kann heterogen und gemischtgeschlechtlich zusammengesetzt sein, wodurch Blickwinkel und Diskussionsergebnisse bereichert werden können.

**Zeitlicher Umfang:** ca. 15 bis 30 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** Stuhlkreis oder Tischformation

#### Benötigte Materialien:

- Möglichkeit zum Schreiben/Sammeln (Tafel, Flipchart o.Ä.)
- Marker/Kreide
- Arbeitsblatt: Täter:innen-Bild
- Klebeband zum Befestigen
- ggf. PC, Beamer und PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2A\_3A\_Wissensvermittlung* (Folien 43-44)

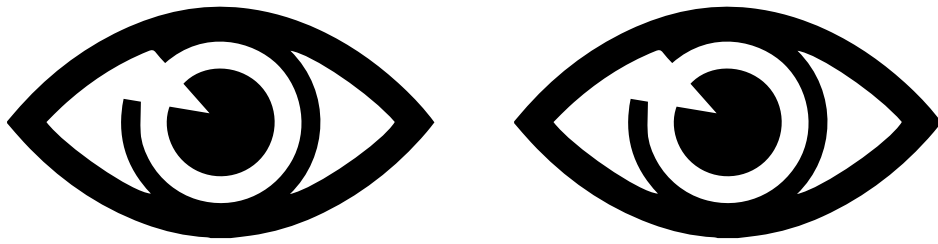
**Ablaufbeschreibung:** An der Tafel (o.Ä.) wird das *Arbeitsblatt Täter:innen-Bild*, auf dem nur ein Augenpaar zu sehen ist, befestigt. Alternativ kann ein Augenpaar gut sichtbar für alle aufgezeichnet werden.

Die Teilnehmenden werden gefragt, wie sie sich einen typischen Täter/eine typische Täterin vorstellen. Die Antworten werden in einer Mindmap um das (geschlechts- und herkunftsneutrale) Augenpaar herum gesammelt. Es besteht außerdem die Möglichkeit, die Augen als Anregung für die Jugendlichen zu nutzen, das Bild weiter zu malen und die Person durch Zeichnungen zu vervollständigen. So kann aus dem neutralen Paar Augen z.B. ein Täter oder eine Täterin entstehen. Zum Abschluss der Übung können Vorurteile und Mythen (z.B. Der typische Täter ist ein dicker, ungepflegter Mann) entkräftet sowie Zahlen und Fakten (z.B. es gibt tatsächlich eine höhere Anzahl an männlichen Tätern) angeführt werden. Ziel ist

es, den Jugendlichen zu vermitteln, dass es kein typisches Täter:innen-Bild gibt, sondern dass grundsätzlich jede Person sexualisierte Gewalt ausüben kann.

**Kombinations-/Variationsmöglichkeiten:** Alle Teilnehmenden erhalten ein eigenes Arbeitsblatt mit dem Augensymbol, um in Einzelarbeit zu erarbeiten, wer ihrer bzw. seiner Meinung nach sexualisierte Gewalt ausübt.

# Brainstorming Täter:in



## Übung „Täter:innen-Beschreibung“

**Kurze Beschreibung:** Den Teilnehmenden werden Informationen darüber vermittelt, wer sexualisierte Grenzverletzungen, Übergriffe oder Straftaten ausübt.

**Ziele:** Wissensvermittlung und Sensibilisierung für die Thematik, dass grundsätzlich jede:r in jeder Situation sexualisierte Grenzverletzungen, sexuelle Grenzüberschreitungen bzw. sexualisierte Übergriffe und strafrechtlich relevante Formen sexualisierter Gewalt ausüben kann.

**Anzahl der Teilnehmenden:** Ist abhängig von der Klassenstärke bzw. Gruppengröße, von ca. 5 bis 30 Personen. Die Gruppe kann heterogen und gemischtgeschlechtlich zusammengesetzt sein, wodurch Blickwinkel und Diskussionsergebnisse bereichert werden können.

**Zeitlicher Umfang:** ca. 15 bis 30 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** Stuhlkreis oder Tischformation

### Benötigte Materialien:

- Factsheet: Täter:innen-Beschreibung
- ggf. PC, Beamer und PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2A\_3A\_Wissensvermittlung* (Folie 45-)

**Ablaufbeschreibung:** Die Inhalte werden den Teilnehmenden anhand des Factsheets oder der Präsentation vorgetragen und anschließend reflektiert, oder es werden auf Zuruf aus dem Kreis der Teilnehmenden Merkmale von Täter:innen gesammelt. Im letztgenannten Fall dauert die Übung etwas länger, da die Übungsleitung die Sammlung bündeln und strukturieren sowie durch noch fehlende Aspekte aus dem Factsheet ergänzen sollte.

# Factsheet: Täter:innen-Beschreibung

## **Täter:innen-Beschreibung**

- oft angesehene Bürger:innen (engagiert u. hilfsbereit)
- 80% aus sozialem Nahbereich
- überwiegend männlich (ca. 85%), aber auch Frauen
- oft Mehrfachtäter:innen
- Missbrauch von Autorität und Macht
- aus allen sozialen Schichten und jeden Alters

## Übung „Täter:innen-Vorgehen“

**Kurze Beschreibung:** Den Teilnehmenden werden anhand des Factsheets oder in einer Gruppendiskussion Informationen über das Vorgehen von Täter:innen vermittelt.

**Ziele:** Wissensvermittlung und Sensibilisierung für die Thematik, dass sexuelle Grenzverletzungen, sexuelle Übergriffe und strafrechtlich relevante Formen sexualisierter Gewalt geplante, bewusste und gezielte Taten darstellen, die nicht zufällig, aus Überforderung heraus oder situationsbedingt entstehen.

**Anzahl der Teilnehmenden:** Ist abhängig von der Klassenstärke bzw. Gruppengröße, von 5 bis ca. 30 Personen. Die Gruppe kann heterogen und gemischtgeschlechtlich zusammengesetzt sein, wodurch Blickwinkel und Diskussionsergebnisse bereichert werden können.

**Zeitlicher Umfang:** ca. 15 bis 30 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** Stuhlkreis oder Tischformation

### Benötigte Materialien:

- Factsheet: Täter:innen-Vorgehen
- ggf. PC, Beamer und PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2A\_3A\_Wissensvermittlung* (Folien 47–52)

**Ablaufbeschreibung:** Die Inhalte werden den Teilnehmenden anhand des Factsheets oder der Präsentation vorgetragen und dann gemeinsam in der Gruppe reflektiert.

**Kombinations-/Variationsmöglichkeiten:** Das in der *PowerPoint-Präsentation* enthaltene Beispiel (von Zartbitter Köln e.V.) aus einem Sportverein kann zur Verdeutlichung des strategischen Vorgehens von Täter:innen vorgetragen werden.



# Factsheet: Täter:innen-Vorgehen

## **Täter:innen-Vorgehen**

- Geplante, bewusste und gezielte Taten
- Vertrauen gewinnen (z.B. durch besondere Aufmerksamkeit und Zuwendung)
- Kooperationsbereitschaft durch allmähliche Desensibilisierung gegenüber sexuellen Handlungen sowie durch Geschenke oder Privilegiengewinn
- Aufbau von Geheimhaltungsdruck
- Aussprechen von Drohungen
- Anwendung von Gewalt
- Hinweis, dass sowieso niemand den Betroffenen glauben wird

**Täter:innen tragen die alleinige Verantwortung!**

## 2.1.3 Thematische Einheit: Traumawissen

### Übung „Die Walnuss“

**Kurze Beschreibung:** Die Teilnehmenden bekommen jeweils eine Walnuss ausgeteilt, die sie aufknacken sollen. Im weiteren Verlauf werden die Begriffe Trauma, Traumatisierung und Traumafolgestörung erläutert.

**Ziele:** Anhand dieser Methode sollen die Teilnehmenden an das Thema „Trauma“ herangeführt werden. Sie sollen erkennen, welche Auswirkungen sexualisierte Gewalt auf die psychische Verarbeitung haben kann und wie unterschiedlich Betroffene auf das Erlebte reagieren.

**Anzahl der Teilnehmenden:** Ist abhängig von der Klassenstärke bzw. Gruppengröße, von ca. 5 bis 30 Personen. Die Gruppe kann heterogen und gemischtgeschlechtlich zusammengesetzt sein, wodurch Blickwinkel und Diskussionsergebnisse bereichert werden können.

**Zeitlicher Umfang:** ca. 30 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** Stuhlkreis oder Tischformation

**Benötigte Materialien:**

- Walnüsse für alle Teilnehmenden, evtl. Nussknacker
- ggf. PC, Beamer PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2A\_3A\_Wissensvermittlung* (Folien 54-55)

**Besondere Anforderungen an das Team/mögliche Herausforderungen:** Es ist unbedingt erforderlich, sich vor der Durchführung dieser Übung mit den Thematiken sexualisierte Gewalt, Trauma und Traumafolgen auseinandergesetzt zu haben, um mit den Teilnehmenden in einen aufklärenden Dialog treten zu können.

**Ablaufbeschreibung:** Die Walnüsse werden an die einzelnen Teilnehmenden ausgeteilt. Die Aufgabenstellung lautet, die Walnuss auf irgendeine Weise aufzuknacken (z.B. mit den Händen, mit Hilfe eines Gegenstandes oder den Füßen). In der Gruppe wird festgestellt, dass jede zerknackte Walnuss in ihrer Fragmentierung unterschiedlich aussieht (manche sind glatt in der Mitte durchgebrochen, andere sind in viele Teile zersplittert etc.). Durch die optische Ähnlichkeit wird ein Bezug zum menschlichen Gehirn hergestellt.

Das Knacken der Walnuss veranschaulicht das Erleben einer traumatischen Situation, sodass die Vielfalt der Auswirkungen auf die Verarbeitung der Betroffenen erläutert werden kann. Genau wie die Walnüsse individuell zersplintern, reagieren

Menschen sehr unterschiedlich auf das Erlebte. Gleichzeitig kann der Verarbeitungsprozess erschwert sein, da Erinnerungen bruchstückhaft und ungeordnet im Gedächtnis liegen. Einige Nussstücke springen weiter weg – Betroffene können sich an Teile des Erlebten häufig nicht (bewusst) erinnern oder die Ereignisse nicht chronologisch einordnen. Je schwerer die belastende Situation war (je größer die Krafterwirkung beim Knacken der Nuss) oder je länger sie angehalten hat, desto wahrscheinlicher entwickelt sich eine Traumafolgestörung mit entsprechenden Symptomen.

### **Zum Nach- bzw. Weiterlesen:**

Wibbe, Ingeborg (2008): „Dann bin ich ja gar nicht so verrückt“. In: Fliß, Claudia/Igney, Claudia (Hrsg.): Handbuch Trauma und Dissoziation. Interdisziplinäre Kooperation für komplex traumatisierte Menschen. Lengerich, S. 169–184

## Übung „Einführung in das Thema Traumatisierung, Trauma und Traumafolgen“

**Kurze Beschreibung:** Den Teilnehmenden werden anhand des Factsheets oder mittels eines Gruppengesprächs Informationen vermittelt, wie sich eine erlebte traumatische Situation auf die Betroffenen auswirken kann und welche Folgen bei dieser besonderen Form der Verarbeitung auftreten können.

**Ziele:** Wissensvermittlung und Sensibilisierung dafür, dass sexualisierte Gewalt für viele Betroffene ein traumatisches Erlebnis darstellt. Offenlegungen können in ihrer Gesprächsstruktur zusammenhangslos, wenig chronologisch, widersprüchlich und ambivalent ausfallen. Die Teilnehmenden sollen ein Bewusstsein für diese besondere Form der Erlebnisverarbeitung und ein Verständnis für die Situation der Betroffenen entwickeln. Sie sollen lernen, dass widersprüchliche Erzählungen kein Grund sein müssen, Betroffenen nicht zu glauben.

**Anzahl der Teilnehmenden:** Ist abhängig von der Klassenstärke bzw. Gruppengröße, von ca. 5 bis 30 Personen. Die Gruppe kann heterogen und gemischtgeschlechtlich zusammengesetzt sein, wodurch Blickwinkel und Diskussionsergebnisse bereichert werden können.

**Zeitlicher Umfang:** ca. 15 bis 30 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** Stuhlkreis oder Tischformation

### **Benötigte Materialien:**

- Factsheet: Trauma und Traumafolgen
- ggf. PC, Beamer und PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2A\_3A\_Wissensvermittlung* (Folien 56-62)

**Besondere Anforderungen an das Team/mögliche Herausforderungen:** Die Übungsleitung sollte sich im Vorfeld mit den Thematiken sexualisierte Gewalt, Trauma und Traumafolgen auseinandergesetzt haben, um mit den Teilnehmenden in einen Dialog treten zu können. Diese Präventionsworkshops sollen aufklären und informieren, ohne zu ängstigen.

**Ablaufbeschreibung:** Die Inhalte werden den Teilnehmenden vorgetragen und dann gemeinsam in der Gruppe reflektiert. Alternativ werden im Gruppengespräch Aspekte gesammelt, reflektiert, und es wird auf Fragen eingegangen.

**Kombinations-/Variationsmöglichkeiten:** Zur Veranschaulichung des Themas bietet es sich an, im Vorfeld die Übung „Walnuss“ durchzuführen.

# Factsheet: Trauma und Traumafolgen

## Trauma und Traumafolgen

### **Ein Trauma ...**

- ist ein extrem belastendes Ereignis, das von der betroffenen Person nicht bewältigt und verarbeitet werden kann und daher eine tiefe psychische Verletzung darstellt.
- entsteht häufig infolge einer unmittelbaren Gefahr für das Leben und die körperliche und seelische Unversehrtheit der eigenen oder einer anderen Person.

In angstmachenden Situationen gibt es zunächst zwei Reaktionsmöglichkeiten: Flucht oder Angriff/Kampf. Da bei traumatisierenden Umständen Flucht und Kampf oftmals keine Option sind, ist ein Erstarren bzw. ein „Einfrieren“ häufig die Folge. Es kann dann auch zu einer „Dissoziation“ kommen, einem Schutzmechanismus, bei dem die Erinnerungen an die traumatische Situation (auch Gefühle und Körperempfindungen) „abgespalten“ werden.

### **Besonderheiten des Traumagedächtnisses:**

- Erinnerungen sind oft nur lückenhaft, und Zeit sowie Raum können aufgrund der unsortierten Verarbeitung und Speicherung von Informationen nicht chronologisch eingeordnet werden.
- Traumatische Erlebnisse werden oftmals verdrängt, um überleben bzw. weiterleben zu können.
- Erzählungen sind oftmals unzusammenhängend und ohne logische Reihenfolge.
- Erlebtes aus der Vergangenheit und damit verbundene Gefühle und Erregungen wirken sich auf die Gegenwart aus.
- Mögliche Reaktionen auf ein Trauma sind beispielsweise ein Gefühl des Ausgeliefertseins oder eine hypersensible Wahrnehmung bestimmter Dinge (z.B. Gerüche, Geräusche, Farben etc.).
- Flashbacks, d.h. ein Wiedererleben des traumatischen Ereignisses, sind ein weiteres typisches Merkmal einer Traumafolgestörung.
  - Ausgelöst werden können Flashbacks durch sogenannte „Trigger“. Alles, was einen an irgendeinen Aspekt des Traumas (bewusst oder unbewusst) erinnert, kann dabei ein Trigger sein, z.B. ein Bild, ein Geruch, ein Geräusch, eine Stimme.
  - Ein Flashback kann starke Körperreaktionen auslösen, wie z.B. erneutes Erstarren, Fluchtgedanken oder tatsächliches Weglaufen, starke Angst, Atemnot und Schweißausbrüche.

### **Ursachen für Traumata**

- Naturkatastrophen
- Schwerwiegender Unfall
- Diagnose einer unheilbaren Krankheit
- Krieg
- Folter
- Beobachtung des gewaltsamen Todes anderer
- Fluchterfahrungen
- Ausgeprägte emotionale oder körperliche Vernachlässigung in der Kindheit
- Sexualisierte Gewalt

### **Mögliche Traumafolgestörungen:**

- Dauerhafte Stressreaktionen
- Psychosomatische Störungen
- Verhaltensstörungen und Zwänge
- Angst- und Schlafstörungen
- Depressionen
- Posttraumatische Belastungsstörung (PTBS)

→ Wichtig: Ein Trauma kann mit qualifizierter Unterstützung (Traumatherapie) aufgearbeitet werden.

## 2.2 Teilmodul 2B: Kommunikation und Sprachbewusstsein

Das Teilmodul 2B Kommunikation und Sprachbewusstsein baut auf dem Teilmodul 2A/3A Wissensvermittlung auf und vermittelt wichtige Aspekte zum Themenkomplex gewaltfreie und wertschätzende Kommunikation.

Auch zu diesem Teilmodul ist auf der Homepage des DJI eine *PowerPoint-Präsentation* verfügbar, die als Leitfaden sowie zur visuellen Unterstützung bei der Durchführung des Präventionsmoduls eingesetzt werden kann. Einzelne Übungen wie z.B. die Übung „*Wertfreie Kommunikation*“ sind mit Hilfe der PowerPoint-Präsentation unkomplizierter und mit weniger Materialaufwand durchzuführen. Es gibt jedoch Arbeitsblätter zu jeder Übung, sodass auch ohne PC und Beamer gearbeitet werden kann.

### 2.2.1 Thematische Einheit: Aspekte von Kommunikation

#### Übung „Einführung in das Thema Kommunikation“

**Kurze Beschreibung:** Diese Übung eignet sich als Einstieg in das Thema Kommunikation. Den Teilnehmenden werden im Plenum durch die Anleiter:innen erste wichtige Aspekte von Kommunikation im Allgemeinen vermittelt.

**Ziele:** Wissensvermittlung für die weitere Arbeit am Thema Kommunikation. Die Teilnehmenden sollen für verbale und nonverbale Kommunikationsweisen sensibilisiert werden, um diese Aspekte in ihr Denken und Handeln einfließen lassen zu können.

**Anzahl der Teilnehmenden:** Ist abhängig von der Klassenstärke bzw. Gruppengröße – von ca. 5 bis 30 Personen. Die Gruppe kann heterogen und gemischtgeschlechtlich zusammengesetzt sein, wodurch Blickwinkel und Diskussionsergebnisse bereichert werden können.

**Zeitlicher Umfang:** ca. 15 bis 30 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** Stuhlkreis oder Tischformation

**Benötigte Materialien:**

- Factsheet: Einführung Kommunikation
- ggf. PC, Beamer und PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2B\_Kommunikation\_und\_Sprachbewusstsein* (Folien 3-5)

**Ablaufbeschreibung:** Die Inhalte werden den Teilnehmenden anhand des Factsheets oder der Präsentation vorgetragen und anschließend in der Gruppe reflektiert.



# Factsheet: Einführung Kommunikation

## **Warum ist Kommunikation hier so wichtig?**

- DISCLOSURE: Ein Sich-Anvertrauen (hier: bei Erleben von sexualisierter Gewalt)
- Betroffene brauchen meist mehrere Anläufe, um in den Disclosure-Prozess zu kommen. Erste Reaktionen auf diese „Anläufe“ sind ausschlaggebend für den weiteren Verlauf. Negative Reaktionen können dazu führen, dass Betroffene sich dazu entscheiden, das Erlebte für sich zu behalten.
- Die Art und Weise, wie man miteinander redet/kommuniziert, beeinflusst die Beziehung zueinander und spielt im Disclosure-Prozess eine entscheidende Rolle.

## **Was kann Kommunikation?**

- Kommunikation findet immer statt. Auch Schweigen ist eine Botschaft.
- Kommunikation ist ein wichtiger Bestandteil des sozialen Miteinanders.
- Kommunikation geschieht über Worte, Gesten, Blicke und Mimik, Tonlage/Betonung und Körperhaltung.
- Durch eine ehrliche und direkte Kommunikation entsteht Vertrauen.
- Die Nachricht des Senders kann beim Empfänger unterschiedlich ankommen. So können Missverständnisse entstehen.

## Übung „Gelingende, gewaltfreie, wertschätzende Kommunikation“

**Kurze Beschreibung:** Den Teilnehmenden werden im Plenum durch die Anleiter:innen Hintergrundinformationen zum Thema gelingende, gewaltfreie und wertschätzende Kommunikation vermittelt. Zum Nachlesen kann den Teilnehmenden das Handout „Gespräche gelingen, wenn Du ...“ ausgehändigt werden.

**Ziele:** Wissensvermittlung für die weitere Arbeit am Thema Kommunikation. Die Teilnehmenden sollen für das Thema Kommunikation sensibilisiert werden, um die Aspekte reflektiert in ihr Handeln einfließen lassen zu können.

**Anzahl der Teilnehmenden:** Ist abhängig von der Klassenstärke bzw. Gruppengröße – von 5 bis ca. 30 Personen. Die Gruppe kann heterogen und gemischtgeschlechtlich zusammengesetzt sein, wodurch Blickwinkel und Diskussionsergebnisse bereichert werden können.

**Zeitlicher Umfang:** ca. 15 bis 30 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** Stuhlkreis oder Tischformation

### Benötigte Materialien:

- Factsheets:
  - Gewaltfreie, wertschätzende Kommunikation
  - Aktives Zuhören
  - Ich-Botschaften
- Handout: Gespräche können gelingen, wenn du ...
- ggf. PC, Beamer und PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2B\_Kommunikation\_und\_Sprachbewusstsein* (Folien 6–9)

**Ablaufbeschreibung:** Die Inhalte werden den Teilnehmenden anhand des Factsheets oder der Präsentation vorgetragen und anschließend gemeinsam reflektiert. Alternativ werden in Form eines Gruppengesprächs Merkmale einer gewaltfreien und wertschätzenden Kommunikation gesammelt. Im letztgenannten Fall dauert die Übung etwas länger, da die Übungsleitung die Sammlung bündeln und strukturieren sowie durch noch fehlende Aspekte aus dem Factsheet ergänzen sollte. Zur Vertiefung des Themas kann den Teilnehmenden das Handout „Gespräche können gelingen, wenn du ...“ ausgehändigt werden.

### Zum Nach- bzw. Weiterlesen:

William R. Miller, William R./Rollnick, Stephen (2015): Die Grundhaltung des Motivational Interviewing, Freiburg

# Factsheet: Gewaltfreie, wertschätzende Kommunikation

## Empfehlungen für eine gelingende Kommunikation

- Einfühlung in das Gegenüber und Absichern der eigenen Wahrnehmung
  - Aktives Zuhören
  - Ich-Botschaften senden
  - Behutsames, empathisches Fragen
- Keine Formulierung von Vorwürfen und Forderungen, sondern von Bitten
- Zweifel vorsichtig äußern
- Möglichst aufrichtig sein
- Klarheit über die eigenen Gefühle, Grenzen und Bedürfnisse, dazu gehört unter anderem:
  - Sich selbst Rat und Unterstützung holen, wenn man nicht weiter weiß
  - NEIN sagen, wenn die eigenen Grenzen überschritten werden

## Gewaltfreie, wertschätzende Kommunikation

Aktivieren

Ermutigen

Motivieren



Befehlen

Bestimmen

Vorgeben

z.B. „Ich weiß, was du tun musst, und das machst du am besten so.“

→ „Jeder Mensch ist Experte/Expertin in den Dingen, die ihn/sie selbst behandeln.“ (William R. Miller/Stephen Rollnick)

# Factsheet: Aktives Zuhören

## **Was ist das?**

- Beim aktiven Zuhören wendet man sich dem Gesprächspartner/der Gesprächspartnerin zu, man gibt durch verbale und nonverbale Rückmeldungen zu verstehen, dass man zuhört und interessiert ist und wiederholt das Gesagte.
- Ziel ist es, dem Gegenüber das Gefühl zu vermitteln, gesehen und gehört zu werden.

## **Wie funktioniert aktives Zuhören?**

- Blickkontakt herstellen
- Nonverbale Rückmeldungen (positiver Gesichtsausdruck, Kopfnicken, Lächeln etc.)
- Aufmerksamkeit vermittelnde Laute („Hm“, „ja“ o.ä.)
- Das Gesagte wiederholen bzw. nachfragen, wie etwas gemeint ist („Habe ich es richtig verstanden, dass ...?“)

# Factsheet: Ich-Botschaften

## Ich-Botschaften

### Wie?

- Sprechen in der Ich-Form – jede:r bleibt bei sich
- Eigene Gefühle, Bedürfnisse, Wünsche wahrnehmen und äußern

### Beispiel:

- „Du nimmst mich nicht ernst.“ → „Ich fühle mich nicht ernstgenommen.“

# Gespräche können gelingen, wenn du ...

... keine Forderungen stellst, sondern Bitten formulierst

... ICH-Botschaften verwendest.

...keine Vorwürfe machst.

...aktiv zuhörst.

... behutsame Fragen stellst.

... dich so gut es geht in dein Gegenüber einfühlst.

... möglichst aufrichtig bleibst.

... ein NEIN nicht als persönliche Ablehnung verstehst.

... dir im Klaren darüber bist, dass Schweigen verschiedene Gründe haben kann.

... dein Gegenüber ernst nimmst und ihr:ihm Glauben schenkst.

... die Gefühle, Bedürfnisse und Grenzen deines Gegenübers akzeptierst.

... dir auch selbst Rat und Unterstützung holst, wenn du nicht weiter weißt.

## 2.2.2 Thematische Einheit: Wertfreie Kommunikation und Sprachbewusstsein

### Übung „Wertfreie Kommunikation“

**Kurze Beschreibung:** Diese Übung vermittelt Informationen über die Merkmale gelingender, gewaltfreier und wertschätzender Kommunikation. Die Teilnehmenden haben die Aufgabe, ein Bild ohne wertende Inhalte und Äußerungen zu beschreiben.

**Ziele:** Die Teilnehmenden üben, wertfrei zu kommunizieren, mit dem Ziel, Sprachbewusstsein und -sensibilität zu fördern.

**Anzahl der Teilnehmenden:** Ist abhängig von der Klassenstärke bzw. Gruppengröße – von 5 bis ca. 30 Personen. Die Gruppe kann heterogen und gemischtgeschlechtlich zusammengesetzt sein, wodurch Blickwinkel und Diskussionsergebnisse bereichert werden können.

**Zeitlicher Umfang:** ca. 30 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** Stuhlkreis oder Tischformation

**Benötigte Materialien:**

- Zu beschreibendes Bild (s. Beispiel)
- Factsheet: Wertfreie Kommunikation
- oder PC, Beamer und PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2B\_Kommunikation\_und\_Sprachbewusstsein* (Folien 10-12)

**Ablaufbeschreibung:** Vor Beginn der Übung sollte den Teilnehmenden zunächst das Konzept der wertfreien Kommunikation (noch einmal) erklärt werden. Ein aus den Vorschlägen (siehe Anhang) oder individuell ausgewähltes Bild wird mit der Aufforderung, die dargestellte Situation möglichst wertfrei zu beschreiben, mittels Beamer an die Wand projiziert oder als kopiertes Arbeitsblatt ausgeteilt. Bei den Meldungen aus der Gruppe ist auf eine neutrale, interpretationsfreie Wortwahl zu achten. Im Anschluss an die Bildbeschreibung wird die Übung in der Gruppe reflektiert, um die Sprachsensibilität der Teilnehmenden zu fördern.

# Factsheet: Wertfreie Kommunikation

## Wertfreie Kommunikation

### Wie?

- Wahrnehmung neutral/objektiv kommunizieren
- Keine Bewertungen/eigenen Interpretationen äußern → auf der Sachebene bleiben

### Beispiele:

- „Du bist zu spät.“ → „Wir waren für 15 Uhr verabredet, jetzt ist es 15.15 Uhr.“
- „Er hat sehr viel gegessen.“ → „Er hat zwei Schnitzel mit Pommes gegessen.“



Bildvorschläge wertfreie Bildbeschreibung

© 2013, Claudie Lamarre, World of Images, CCDMD.



© Pexels/Keira Burton





## Übung „Ratschläge geben“

**Kurze Beschreibung:** Bei dieser Übung trainieren die Teilnehmenden in Kleingruppen eine gewaltfreie und wertschätzende Kommunikation.

**Ziele:** Die Methode soll in zwei aufeinanderfolgenden Phasen den Unterschied zwischen einer leitenden und bestimmenden Gesprächsführung und einer gewaltfreien, wertschätzenden und motivierenden Gesprächsführung hervorheben. Sprachbewusstsein und -sensibilität sowie Lösungsorientierung werden gefördert.

**Anzahl der Teilnehmenden:** In Kleingruppen zu je 3 Personen

**Zeitlicher Umfang:** 45 bis 60 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** Die Teilnehmenden müssen die Möglichkeit haben, sich in Kleingruppen zusammenzufinden und die Übung ungestört durchführen zu können.

### Benötigte Materialien:

- **optional** PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2B\_Kommunikation\_und\_Sprachbewusstsein* (Folien 12-14)

**Ablaufbeschreibung:** Im Vorfeld sollten die Inhalte der gelingenden, gewaltfreien, wertschätzenden Kommunikation vermittelt werden (s. Factsheet: Wertfreie Kommunikation oder PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2B\_Kommunikation\_und\_Sprachbewusstsein* (Folie 13)). Die Teilnehmenden werden aufgefordert, sich in Dreiergruppen zusammenzufinden. Eine Person nimmt die Rolle der:des zu Beratenden ein, die zweite Person die der:des Beratenden. Die dritte Person fungiert als Beobachter:in. Gemeinsam soll in zwei Phasen über ein Problem, welches die Teilnehmenden selbst wählen, gesprochen werden. In zwei Übungsphasen (insgesamt ca. 30 Minuten) werden zwei Formen von Gesprächsführung selbst erprobt.

In der ersten Phase gibt die:der Beratende mehrere Ratschläge, führt viele Gründe an, ist bestimmend und befehlend und schreibt Lösungswege vor, die der zu beratenden Person helfen sollen, das Problem anzugehen.

In der zweiten Phase unterstützt die:der Beratende den:die zu Beratende:n bei der individuellen Lösungsfindung, motiviert zum Ausprobieren, ermutigt zum Handeln und weist auf bereits Erreichtes sowie vorhandene Ressourcen sowie Stärken hin.

Im Anschluss gibt der:die Beobachter:in wieder, welche Unterschiede er:sie in den beiden Phasen bemerkt hat. Steht ausreichend Zeit zur Verfügung, kann ein Rollentausch durchgeführt werden. Nach der praktischen Durchführung in den Kleingruppen werden die von den Teilnehmenden wahrgenommenen Unterschiede zwischen den beiden Phasen im Plenum erfragt und besprochen.

## 2.3 Teilmodul 2C: Ressourcenarbeit

In diesem Teilmodul erhalten die Teilnehmenden Hilfestellungen für den Umgang mit belastenden Situationen, indem sie eigene Ressourcen und Stärken sowie Strategien zur Bewältigung von belastenden Situationen reflektieren.

### Übung „Ich bin“

**Kurze Beschreibung:** Die Teilnehmenden schreiben sich gegenseitig positive und wertschätzende Botschaften.

**Ziele:** Die positiven Botschaften und Rückmeldungen stärken das Selbstbewusstsein der Teilnehmenden.

**Anzahl der Teilnehmenden:** Ist abhängig von der Klassenstärke bzw. Gruppengröße – von 5 bis ca. 30 Personen. Die Gruppe kann heterogen und gemischtgeschlechtlich zusammengesetzt sein, wodurch Blickwinkel und Diskussionsergebnisse bereichert werden können.

**Zeitlicher Umfang:** ca. 30 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** Stuhlkreis oder Tischformation

#### **Benötigte Materialien:**

- Arbeitsblatt: Ich bin ...
- alternativ zum Arbeitsblatt viele kleine Zettel
- für die Zettel 1 Glas pro Teilnehmer:in (z.B. Marmeladen-, Einmachgläser)
- Stifte oder Kleber

**Ablaufbeschreibung:** Die Teilnehmenden erhalten das Arbeitsblatt „Ich bin“ und schreiben ihren Namen in das vorgesehene Feld. Danach wird das Blatt in der Gruppe weitergegeben, sodass alle Teilnehmenden der entsprechenden Person eine positive, wertschätzende, stärkende Nachricht über die Person selbst oder über ihr Verhalten schreiben. Am Ende der Bearbeitungszeit erhält jede:r Teilnehmende sein Arbeitsblatt zurück, das nun mit netten und angenehmen Botschaften gefüllt ist.

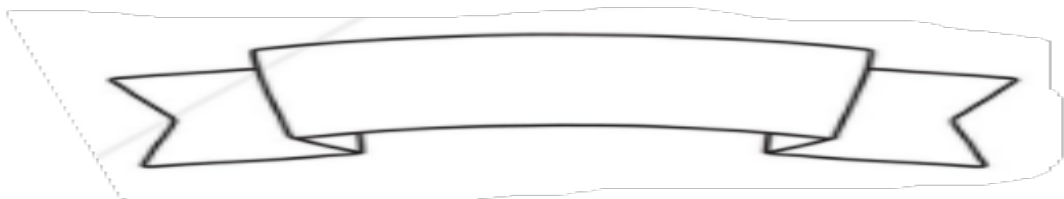
**Kombinations-/Variationsmöglichkeiten:** Anstatt des Arbeitsblatts können kleinere Zettel oder Klebezettel vorbereitet und an die Teilnehmenden verteilt werden. Auf diesen Zetteln können positive Botschaften, Bilder oder andere wertschätzende Rückmeldungen für die einzelnen Teilnehmenden geschrieben und anschließend auf den „Ich bin“-Zettel der jeweiligen Person geklebt werden. Alternativ können die kleinen Zettel in ein hübsch dekoriertes Glas gelegt werden. So erhalten die Teilnehmenden mit diesen Potpourris von schönen Wörtern eine stärkende Rückmeldung.



»»» • ««« • »»» • «««    »»» • ««« • »»» • «««

ICH

bin



»»» • ««« • »»» • «««    »»» • ««« • »»» • «««

## Übung „Selbstbild und Fremdbild“

**Kurze Beschreibung:** Die Teilnehmenden füllen in Einzelarbeit zunächst das Arbeitsblatt *Selbstbild* aus. Anschließend wird das Arbeitsblatt *Fremdbild* von jeweils drei anderen Personen der Gruppe ausgefüllt, die eine wohlwollende Rückmeldung geben.

**Ziele:** Die Teilnehmenden setzen sich mit ihren eigenen Wesenszügen auseinander. Zusätzlich erfolgt eine Rückmeldung durch andere. Die Übung bietet die Möglichkeit der Reflexion der eigenen Stärken und fördert dadurch den Aufbau des Selbstbewusstseins.

**Anzahl der Teilnehmenden:** Ist abhängig von der Klassenstärke bzw. Gruppengröße, von 5 bis ca. 30 Personen. Die Gruppe kann heterogen und gemischtgeschlechtlich zusammengesetzt sein, wodurch Blickwinkel und Diskussionsergebnisse bereichert werden können.

**Zeitlicher Umfang:** ca. 30 bis 60 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** Stuhlkreis oder Tischformation

### Benötigte Materialien:

- Arbeitsblatt: Selbstbild
- Arbeitsblatt: Fremdbild
- Stifte
- ggf. PC, Beamer und PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2C\_3C\_Ressourcenarbeit* (Folien 2-3)

**Besondere Anforderungen an das Team/mögliche Herausforderungen:** Es muss sichergestellt werden, dass die Teilnehmenden sich gegenseitig ohne Abwertung einschätzen, sodass sich niemand bei der Übung unwohl fühlt.

**Ablaufbeschreibung:** Die Teilnehmenden bekommen zunächst das Arbeitsblatt *Selbstbild*, welches sie in Einzelarbeit ausfüllen. Die Ausprägung der vorgegebenen Eigenschaften bei sich selbst sollen mit 1=schwach bis 5=stark eingeschätzt werden. In der Spalte Beispiele können Situationen eingetragen werden, in denen diese Eigenschaft besonders deutlich wurde. Dieses Arbeitsblatt behalten die Teilnehmenden bei sich.

Nach dieser Phase der Einzelarbeit wird das Arbeitsblatt *Fremdbild* ausgeteilt, und jede Person schreibt ihren Namen in das dafür vorgesehene Feld. Anschließend wird es an eine:n Teilnehmende:n ausgehändigt, der:die der benannten Person eine Rückmeldung zur Ausprägung der vorgegebenen Eigenschaften gibt. Das Arbeitsblatt ist so konzipiert, dass jeweils drei Teilnehmende die Person einschätzen kön-

nen, indem die erste Person in der rechten Spalte beginnt und diese dann nach hinten wegfaltet, bevor sie das Blatt an die nächste Person weitergibt usw. Es ist dabei darauf zu achten, dass das Arbeitsblatt möglichst nach dem Zufallsprinzip weitergegeben wird, da das Ergebnis ansonsten stark durch freundschaftliche Beziehungen geprägt sein könnte.

Haben drei Personen das Arbeitsblatt ausgefüllt, wird es an die namentlich erwähnte Person zurückgegeben, sodass die entsprechende Person Rückmeldungen erhält. Diese können nun mit der Selbsteinschätzung verglichen werden.

## Arbeitsblatt: Selbstbild

Wie sehe ich mich selbst?	Schwach → Stark	Beispiel
selbstbewusst	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6	
direkt	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6	
einfühlsam	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6	
rücksichtsvoll	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6	
mutig	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6	
hilfsbereit	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6	
geduldig	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6	
tolerant	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6	



## Arbeitsblatt: Fremdbild

Wie sehen mich andere?	Schwach → Stark	Schwach → Stark	Schwach → Stark
selbstbewusst	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
direkt	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
einfühlsam	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
rücksichtsvoll	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
mutig	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
hilfsbereit	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
geduldig	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6
tolerant	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6	1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6

## Übung „Empowerment“

**Kurze Beschreibung:** Den Teilnehmenden werden anhand des Factsheets oder in Form einer Gruppendiskussion Hintergrundinformationen zum Thema Empowerment vermittelt.

**Ziele:** Wissensvermittlung und Sensibilisierung für die Thematik, dass grundsätzlich jede:r die Lösung für ein Problem in sich trägt.

**Anzahl der Teilnehmenden:** Ist abhängig von der Klassenstärke bzw. Gruppengröße, von 5 bis ca. 30 Personen. Die Gruppe kann heterogen und gemischtgeschlechtlich zusammengesetzt sein, wodurch Blickwinkel und Diskussionsergebnisse bereichert werden können.

**Zeitlicher Umfang:** ca. 15 bis 30 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** Stuhlkreis oder Tischformation

### **Benötigte Materialien:**

- Factsheet: Empowerment
- oder PC, Beamer und PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2C\_3C\_Ressourcenarbeit* (Folien 4-5)

**Ablaufbeschreibung:** Die Inhalte werden den Teilnehmenden anhand des Factsheets oder der Präsentation vorgetragen und anschließend gemeinsam reflektiert. Alternativ werden in Form eines Gruppengesprächs Merkmale von Empowerment gesammelt. Im letztgenannten Fall dauert die Übung etwas länger, da die Übungsleitung die Sammlung bündeln und strukturieren sowie durch noch fehlende Aspekte aus dem Factsheet ergänzen sollte.

# Factsheet: Empowerment

## Empowerment

### **Empowerment – Was ist das?**

- Empowerment = (Selbst-)Ermächtigung, Befähigung
- Ein Prozess, der es Menschen (in schwierigen Lebenslagen) ermöglichen kann, das eigene Leben selbst zu gestalten und zu bewältigen.
- Die Entscheidungsmacht über das eigene Leben liegt bei jedem Menschen selbst.
- Bewusstmachen eigener Fähigkeiten und Stärken

### **Empowerment fördern**

- Die Person als Expert\*in ihres Lebens anerkennen
- Hoffnung geben („Es wird dir wieder besser gehen“)
- Bei Entscheidungen unterstützen, nicht dazu drängen

## Übung „Notfallkoffer“

**Kurze Beschreibung:** Mit den Teilnehmenden werden Strategien zusammengetragen, die ihnen im Umgang mit negativen Gefühlen (z.B. Traurigkeit, Angst, Wut) helfen können. Anschließend packen die Teilnehmenden ihre persönlichen Highlights in den *Notfallkoffer* (Arbeitsblatt).

**Ziele:** Die Teilnehmenden machen sich ihre Bewältigungsstrategien und persönlichen Ressourcen bewusst und können den gefüllten Notfallkoffer als Unterstützung in zukünftigen belastenden Situationen nutzen.

**Anzahl der Teilnehmenden:** Ist abhängig von der Klassenstärke bzw. Gruppengröße – von 5 bis ca. 30 Personen. Die Gruppe kann heterogen und gemischtgeschlechtlich zusammengesetzt sein, wodurch Blickwinkel und Diskussionsergebnisse bereichert werden können.

**Zeitlicher Umfang:** ca. 30 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** Stuhlkreis oder Tischformation

### Benötigte Materialien:

- Arbeitsblatt: Notfallkoffer
- Stifte
- ggf. PC, Beamer und PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2C\_3C\_Ressourcenarbeit* (Folie 6)

**Ablaufbeschreibung:** Mit den Teilnehmenden werden im Plenum Strategien zusammengetragen, die in schwierigen Situationen Hilfe und Unterstützung bei der Bewältigung negativer Emotionen leisten können. Dabei sollte herausgearbeitet werden, dass sich die präferierten Strategien zwischen den Teilnehmenden unterscheiden können. Anschließend packen die Teilnehmenden ihre persönlichen Highlights in ihren individuelle *Notfallkoffer*.

In dieser Übung wird der Blick auf Stärken und Ressourcen gelenkt. Dazu wird mit den Jugendlichen überlegt, welche Strategien (z.B. Musik hören, Tagebuchschreiben, Lesen, Sport machen, mit anderen darüber sprechen, ein Bad nehmen ...) ihnen in der Vergangenheit im Umgang mit negativen Gefühlen geholfen haben bzw. in zukünftigen Situationen helfen könnten.

### Beispiel für mögliche Fragestellungen:

- Wenn ich traurig bin, dann hilft mir ...
- Wenn ich Angst habe, dann hilft mir ...
- Wenn ich wütend bin, dann hilft mir ...

Arbeitsblatt: Notfallkoffer



Mein Notfallkoffer:

---

---

---

---

---

---

---

---

## Übung „Bedürfnisbarometer“

**Kurze Beschreibung:** Die Teilnehmenden füllen in Einzelarbeit das Arbeitsblatt zu ihren persönlichen Bedürfnissen und deren Erfüllung aus. Anschließend kann in der Gruppe über die persönlichen Einschätzungen gesprochen werden. Darüber hinaus kann thematisiert werden, was jede:r Einzelne benötigt, um bisher (zu) wenig erfüllte Bedürfnisse zu stärken.

**Ziele:** Die Teilnehmenden setzen sich mit ihren eigenen Bedürfnissen auseinander und überlegen sich Strategien, wie sie ihre Situation verbessern können. Sie sollen ermutigt werden, ihre persönlichen Wünsche und Bedürfnisse, aber auch Grenzen zu berücksichtigen.

**Anzahl der Teilnehmenden:** Ist abhängig von der Klassenstärke bzw. Gruppengröße, von 5 bis ca. 30 Personen. Die Gruppe kann heterogen und gemischtgeschlechtlich zusammengesetzt sein, wodurch Blickwinkel und Diskussionsergebnisse bereichert werden können.

**Zeitlicher Umfang:** ca. 30 bis 60 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** Stuhlkreis oder Tischformation

### Benötigte Materialien:

- Arbeitsblatt: Bedürfnisbarometer
- Stifte in zwei verschiedenen Farben
- ggf. PC, Beamer und PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2C\_3C* (Folien 7-8)

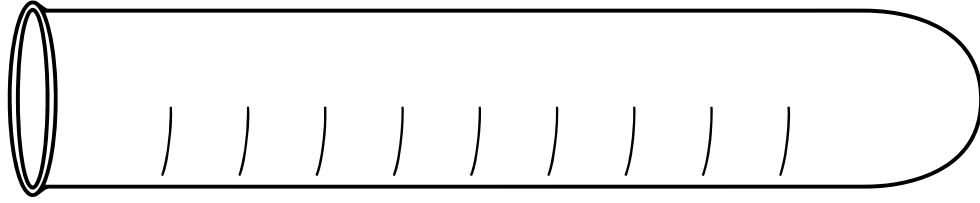
**Besondere Anforderungen an das Team/mögliche Herausforderungen:** Sollte ein:e Teilnehmer:in in der Auseinandersetzung mit der eigenen Lebensgeschichte mit Unwohlsein oder Belastung reagieren, ist Stabilisierungsarbeit zu leisten.

**Ablaufbeschreibung:** Die Teilnehmenden erhalten das Arbeitsblatt *Bedürfnisbarometer* und markieren an jedem Reagenzglas, wie stark das jeweilige Bedürfnis erfüllt ist. Im Nachgang kann optional mit einer anderen Farbe der Wunsch-Zustand gekennzeichnet werden.

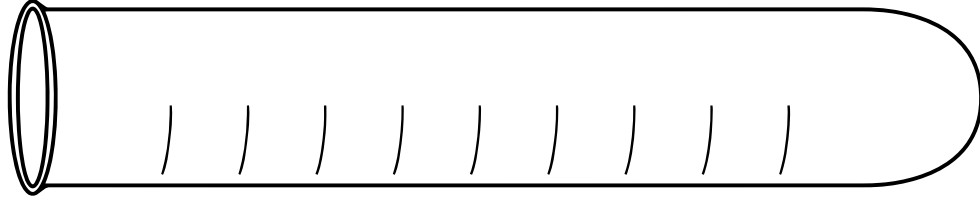
Nach der Einzelarbeit besteht die Möglichkeit, sich in der Gruppe über persönliche Bedürfnisse auszutauschen und darüber zu sprechen, mit welchen Mitteln eine Verbesserung erreicht werden könnte.

**Kombinations-/Variationsmöglichkeiten:** Die individuelle Bedürfniserfüllung oder Wunschvorstellung kann von einzelnen Teilnehmenden auch pantomimisch oder mittels eines Standbildes dargestellt werden.

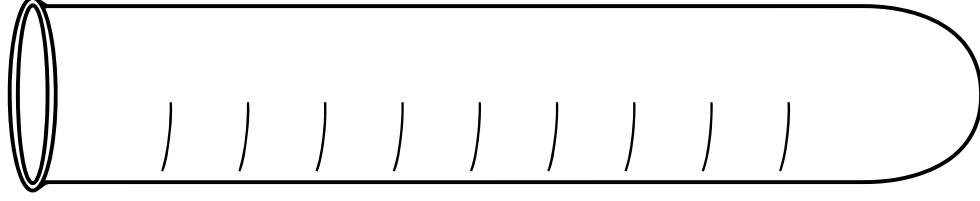
**Arbeitsblatt: Bedürfnisbarometer**



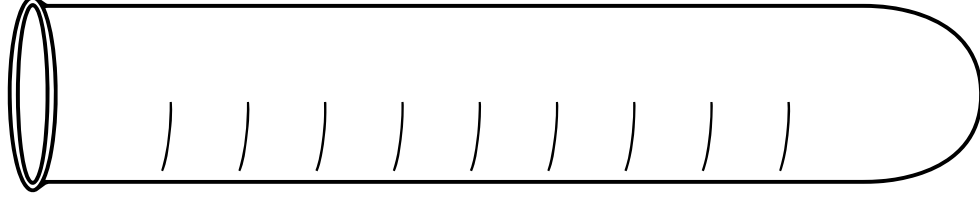
Ich habe das gleiche Recht wie alle anderen auch und erfahre Gerechtigkeit.



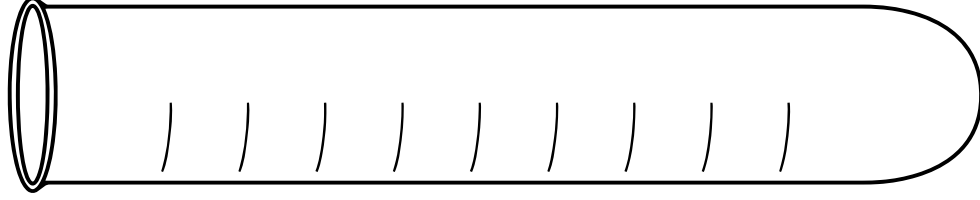
Ich kann gesund leben.



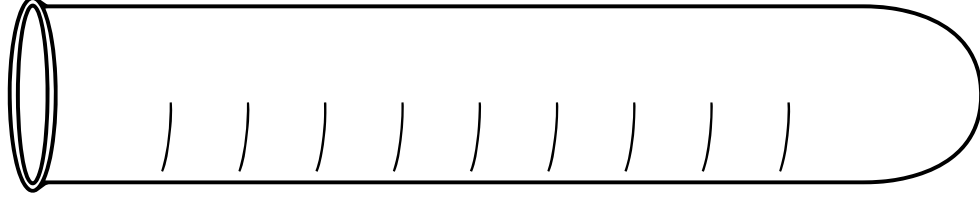
Ich fühle mich wahrgenommen und geschätzt.



Ich kann mich frei entfalten, (weiter)entwickeln und meine Individualität ausleben.



Ich kann mich ausruhen, entspannen und erholen.



Ich kann Freude und Spaß haben.

# Arbeitsblatt: Bedürfnisbarometer

Ich kann mich bilden und mir Wissen aneignen.

Ich lebe geschützt und in Sicherheit.

Ich erfahre Geborgenheit, Fürsorge und Nähe.

Ich kann mich beteiligen, wählen und mitbestimmen.

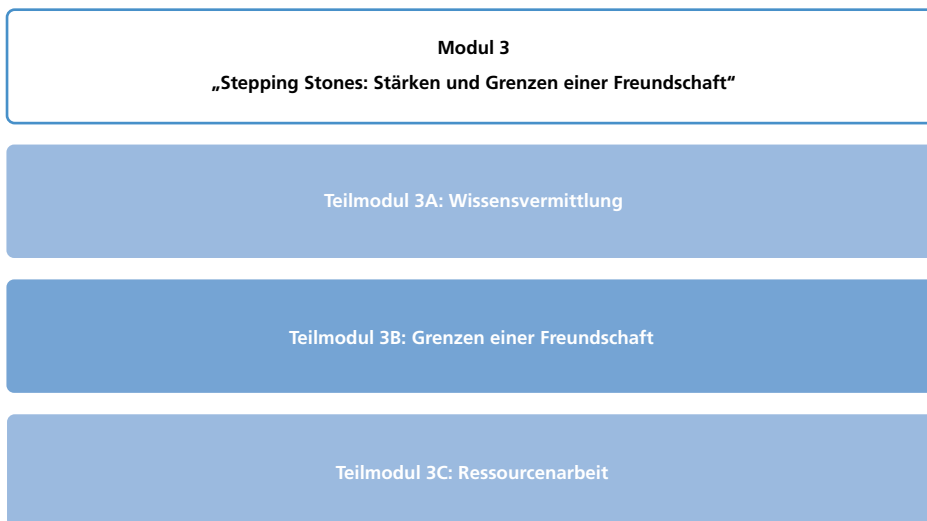
Ich habe eine verlässliche Bezugsperson.

Ich kann selbstbestimmt leben und Entscheidungen treffen.



# MODUL 3: Stepping Stones: Stärken und Grenzen einer Freundschaft

Auf der Basis der Studienergebnisse des DJI haben der Frauennotruf Westerburg und das Präventionsbüro Ronja das MODUL 3 *Stepping Stones: Stärken und Grenzen einer Freundschaft* entwickelt, das sich aus den folgenden Teilmodulen zusammensetzt:



**Anmerkung:** Die Module 3A und 3C sind mit den Modulen 2A bzw. 2C identisch und werden daher im Folgenden nicht erneut beschrieben.

## 3.1 Teilmodul 3B: Grenzen einer Freundschaft

Das *Teilmodul 3B Grenzen einer Freundschaft* baut auf dem *Teilmodul 2A/3A Wissensvermittlung* auf und vermittelt wichtige Aspekte zum Themenkomplex Abgrenzung und Schutz in Disclosure-Situation.

Auch zu diesem Teilmodul ist auf der Homepage des DJI eine PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_3B\_Grenzen\_einer\_Freundschaft* verfügbar, die als Leitfaden sowie zur visuellen Unterstützung bei der Durchführung des Moduls eingesetzt werden kann.

### Übung: Geschichte „Grenzen einer Freundschaft“

**Kurze Beschreibung:** Diese Übung eignet sich als Einstieg in das Thema „Grenzen von Unterstützungsarbeit“. Es wird Stück für Stück eine Geschichte vorgelesen. Die Teilnehmenden entscheiden dabei nach jedem Stück/Abschnitt der Geschichte, ob sie mitgehen, d.h. den:die Freund:in weiter unterstützen oder stehenbleiben, d.h. eine Grenze ziehen und die Unterstützung beenden.

**Ziele:** Die Teilnehmenden lernen, ihre eigenen Bedürfnisse zu beachten und Grenzen der Unterstützung zu setzen, um Gefühle der Überforderung zu vermeiden. Die Achtsamkeit für die eigene Person stärkt die Selbstfürsorge und soll die Bereitschaft, sich bei Überforderung selbst Hilfe zu holen, fördern.

**Anzahl der Teilnehmenden:** Ist abhängig von der Raumgröße; die Teilnehmenden sollten sich in einer Reihe nebeneinander platzieren können, sodass ausreichend Platz für Schritte nach vorne besteht; evtl. muss es zwei Durchgänge geben.

**Zeitlicher Umfang:** ca. 30 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** Es ist ausreichend Raum notwendig, damit sich die Teilnehmenden in der Großgruppe nebeneinander aufstellen und schrittweise nach vorn gehen können. Bei schönem Wetter kann die Übung gerne im Freien durchgeführt werden.

#### Benötigte Materialien:

- Vorlage zur Geschichte „Grenzen einer Freundschaft“
- Fußkonturen aus Pappe pro Teilnehmer:in

**Ablaufbeschreibung:** Die Fußkonturen aus Pappe werden an die Teilnehmenden verteilt. Die Teilnehmenden stellen sich (mit den Fußkonturen aus Pappe in der Hand) nebeneinander so auf, dass sie ausreichend Platz für mehrere Schritte nach vorn haben. Die Geschichte wird abschnittsweise vorgelesen. Es geht dabei um eine Situation, in der sich eine Jugendliche/ein Jugendlicher einer gleichaltrigen Person anvertraut. Die Teilnehmenden entscheiden nach jedem Abschnitt, ob sie mitgehen, also einen Schritt nach vorn machen, oder ob sie stehen bleiben und damit aus der Unterstützungsarbeit „aussteigen“. In diesem Fall legen sie die Fußkonturen aus Pappe vor sich auf den Boden. Ein „Ausstieg“ aus der Unterstützung ist nach jedem vorgelesenen Abschnitt möglich.

Die Geschichte wird – auch wenn bereits alle Teilnehmenden stehen geblieben sind – zu Ende vorgelesen, damit alle die Möglichkeit haben, den Ausgang der Geschichte zu erfahren. So wird auch verhindert, dass bloße Neugier ein Grund ist, weitere Schritte mitzugehen. In der Gruppe wird abschließend besprochen, welche Gründe die Teilnehmenden veranlasst haben, bei bestimmten Punkten stehen zu bleiben oder weiterzugehen, und wie ein „Ausstieg“ aus der Unterstützungsarbeit gut gestaltet werden kann.

Von Seiten der Übungsleitung ist zu betonen, dass, auch wenn die Unterstützung an einem bestimmten Punkt beendet wird, bereits wertvolle Unterstützung geleistet worden ist. Gleichzeitig sollte den Teilnehmenden verdeutlicht werden, dass das Ende der Unterstützung auf keinen Fall das Ende der Freundschaft/Bekannntschaft bedeuten muss. Gleichzeitig sollte unterstrichen werden, dass ein erneutes Eintreten in den Kontakt und in den Disclosure-Prozess jederzeit wieder möglich ist.

Zum Ende der Übung soll im gemeinsamen Gespräch herausgearbeitet werden, wie wichtig es ist, die eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen, Grenzen zu setzen, um sich selbst vor Überforderung zu schützen bzw. Hilfe und Unterstützung bei Erwachsenen zu suchen.

# Geschichte: Grenzen einer Freundschaft– Mädchen

1. Du bist mit einer Freundin unterwegs.
2. In einem ruhigen Moment sagt sie: „Hey, ich wollte dir da mal was erzählen – ich habe Probleme zuhause.“
3. Auf dein Nachfragen hin wird sie unsicher und sagt „Naja, ich weiß auch nicht genau. Ich übertreibe wahrscheinlich.“ Sie wechselt daraufhin das Thema.
4. Drei Wochen später seid ihr erneut unterwegs, und sie macht komische Bemerkungen über ihre Verwandtschaft: „Ja, letztens hat mich mein Onkel wieder gefragt, ob wir was zusammen unternehmen wollen. Halt allein. Ich fühle mich irgendwie immer komisch dabei. Er fragt halt auch immer dann, wenn der Rest der Familie nicht dabei ist.“
5. Du fragst nach, was sie damit meint. Deine Freundin antwortet: „Es ist eigentlich nichts Wildes. Er ist ja eigentlich voll nett.“
6. Du bist skeptisch – neugierig fragst du nochmal nach.
7. Sie zögert und druckst herum. Nach einer Weile erzählt sie: „Ich fühle mich bei ihm meistens nicht so wohl. Er macht halt immer öfter Sachen, die mir nicht gefallen. Weißt du, wie ich das meine?“
8. So genau weißt du nicht, wovon sie spricht, aber du fragst auch nicht weiter nach. Irgendwie geht dir die Sache aber nicht aus dem Kopf, und du würdest gern genauer wissen, was los ist.
9. Als ihr nochmal allein seid, öffnet sich deine Freundin dir gegenüber: „Schon bei der Begrüßung drückt er sich eng an mich, und seine Hände landen auf meinem Po. Ich versuch mich dann immer wegzudrücken, aber er hält mich so fest. Erzähl es bitte keinem weiter! Ich will nicht, dass es jemand weiß!“
10. Nun, wo das Geheimnis einmal gelüftet ist, möchte deine Freundin oft, wenn ihr allein seid, mit dir darüber reden. Sie ruft dich auch ab und zu nachts an und fragt dich um Rat.
11. Es tut dir sehr leid, was deine Freundin durchmacht, und du möchtest ihr unbedingt helfen.

12. Wenn ihr mit mehreren unterwegs seid, ist deine Freundin immer lustig und aufgedreht, aber sobald ihr allein seid, herrscht eine drückende Stimmung. Es dreht sich alles nur noch um ihre Probleme. Sie sagt: „Ich kann schließlich nur mit dir darüber reden!“
13. Deine Freundin fragt dich ständig, ob du Zeit hast. Wenn du schon etwas Anderes vorhast, reagiert sie beleidigt.
14. Eigentlich würdest du gerne mal wieder mehr mit anderen Freunden:innen unternehmen, aber dein schlechtes Gewissen wird größer. Du möchtest deine Freundin nicht im Stich lassen und fühlst dich verantwortlich.
15. Die nächtlichen Anrufe nehmen zu, und dein Wohlbefinden leidet. Du hast das Gefühl, noch mehr tun zu müssen, weil es ihr nicht besser geht. Du fühlst dich irgendwie hilflos und überfordert.
16. Deine Freundin sagt: „Du bist die Einzige, mit der ich reden kann. Ich habe doch nur dich.“ Du möchtest auch für sie da sein und stellst deine eigenen Bedürfnisse immer mehr hinten an.
17. Langsam wird dir alles zu viel. Deine Freundin sagt: „Am liebsten wäre ich tot“. Du bist mit den Nerven am Ende und kommst mit der schweren Last nicht mehr klar. Du benötigst selbst Unterstützung und Hilfe.

# Geschichte: Grenzen einer Freundschaft – Jungen

1. Du bist mit einem Freund unterwegs.
2. In einem ruhigen Moment sagt er: „Hey, ich wollte dir da mal was erzählen – ich habe Probleme zuhause.“
3. Auf dein Nachfragen hin wird er unsicher und sagt „Naja, ich weiß auch nicht genau. Ich übertreibe wahrscheinlich.“ Er wechselt daraufhin das Thema.
4. Drei Wochen später seid ihr erneut unterwegs, und er macht komische Bemerkungen über seine Verwandtschaft: „Ja letztens hat mich meine Tante wieder gefragt, ob wir was zusammen unternehmen wollen. Halt allein. Ich fühle mich irgendwie immer komisch dabei. Sie fragt halt auch immer dann, wenn der Rest der Familie nicht dabei ist.“
5. Du fragst nach, was er damit meint. Dein Freund antwortet: „Es ist eigentlich nichts Wildes. Sie ist ja eigentlich voll nett.“
6. Du bist skeptisch – neugierig fragst du nochmal nach.
7. Er zögert und druckst herum. Nach einer Weile erzählt er: „Ich fühle mich bei ihr meistens nicht so wohl. Sie macht halt immer öfter Sachen, die mir nicht gefallen. Weißt du, wie ich das meine?“
8. So genau weißt du nicht, wovon er spricht, aber du fragst auch nicht weiter nach. Irgendwie geht dir die Sache aber nicht aus dem Kopf, und du würdest gern genauer wissen, was los ist.
9. Als ihr nochmal alleine seid, öffnet sich dein Freund dir gegenüber: „Schon bei der Begrüßung drückt sie sich eng an mich, und ihre Hände landen auf meinem Po. Ich versuch mich dann immer wegzudrücken, aber sie hält mich so fest. Erzähl es bitte keinem weiter! Ich will nicht, dass es jemand weiß!“
10. Nun, wo das Geheimnis einmal gelüftet ist, möchte dein Freund oft, wenn ihr alleine seid, mit dir darüber reden. Er ruft dich auch ab und zu nachts an und fragt dich um Rat.
11. Es tut dir sehr leid, was dein Freund durchmacht, und du möchtest ihm unbedingt helfen.

12. Wenn ihr mit mehreren unterwegs seid, ist dein Freund immer lustig und aufgedreht, aber sobald ihr alleine seid, herrscht eine drückende Stimmung. Es dreht sich alles nur noch um seine Probleme. Er sagt: „Ich kann schließlich nur mit dir darüber reden!“
13. Dein Freund fragt dich ständig, ob du Zeit hast. Wenn du schon etwas Anderes vorhast, reagiert er beleidigt.
14. Eigentlich würdest du gerne mal wieder mehr mit anderen Freunden:innen unternehmen, aber dein schlechtes Gewissen wird größer. Du möchtest deinen Freund nicht im Stich lassen und fühlst dich verantwortlich.
15. Die nächtlichen Anrufe nehmen zu, und dein Wohlbefinden leidet. Du hast das Gefühl, noch mehr tun zu müssen, weil es ihm nicht besser geht. Du fühlst dich irgendwie hilflos und überfordert.
16. Dein Freund sagt: „Du bist der Einzige, mit dem ich reden kann. Ich habe doch nur dich.“ Du möchtest auch für ihn da sein und stellst deine eigenen Bedürfnisse immer mehr hinten an.
17. Langsam wird dir alles zu viel. Dein Freund sagt: „Am liebsten wäre ich tot“. Du bist mit den Nerven am Ende und kommst mit der schweren Last nicht mehr klar. Du benötigst selbst Unterstützung und Hilfe

## Übung „Abgrenzung und Schutz“

**Kurze Beschreibung:** Den Teilnehmenden werden anhand des Factsheets oder mittels Brainstorming Hintergrundinformationen zu der Bedeutung von Abgrenzung und Schutz in Disclosure-Situationen vermittelt.

**Ziele:** Wissensvermittlung über die Möglichkeit und die Bedeutung von Abgrenzung und Schutz der eigenen Bedürfnisse als Grundlage für die weitere Arbeit am Thema Unterstützung und Hilfe.

**Anzahl der Teilnehmenden:** Ist abhängig von der Klassenstärke bzw. Gruppengröße, von 5 bis ca. 30 Personen. Die Gruppe kann heterogen und gemischtgeschlechtlich zusammengesetzt sein, wodurch Blickwinkel und Diskussionsergebnisse bereichert werden können.

**Zeitlicher Umfang:** ca. 15 bis 30 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** Stuhlkreis oder Tischformation

### **Benötigte Materialien:**

- Factsheet: Abgrenzung und Schutz
- oder PC, Beamer und PowerPoint-Präsentation *Teilmodul 3B\_Grenzen\_einer\_Freundschaft* (Folien 2-3)

**Ablaufbeschreibung:** Die Inhalte werden den Teilnehmenden anhand des Factsheets oder der Präsentation vorgetragen und anschließend gemeinsam diskutiert. Alternativ können in Form eines Brainstormings Beispiele für Situationen gesammelt werden, in denen sich die Teilnehmenden in Unterstützungssituationen überfordert gefühlt haben. Aufbauend auf dieser Sammlung kann dann anhand des Factsheets die Bedeutung von Abgrenzung und Schutz in Disclosure-Situationen in der Gruppe besprochen werden.



# Factsheet: Abgrenzung und Schutz

## **Grenzen in Disclosure-Situationen**

- Die Übungen bereiten euch darauf vor, in möglichen Disclosure-Situationen zu unterstützen.
- ABER: Bei Gefühlen wie Überforderung oder Belastung solltet ihr Unterstützung suchen.
- Achtet darauf, die eigenen Grenzen/Gefühle zu wahren. Man kann nur helfen, wenn man die Kraft/Energie dazu hat.

## **Leitlinien**

- Ihr solltet immer die eigenen Grenzen und das eigene Wohlergehen im Blick behalten.
- Ihr seid nicht dazu verpflichtet, auf Gespräche über Gewalterfahrungen einzugehen.
- Wenn ihr das Gespräch nicht (mehr) wollt, müsst ihr euch nicht rechtfertigen.
- Ihr könnt euch jederzeit dazu entscheiden, das Gespräch zu verlassen.

**Letztendlich sind Erwachsene für den Schutz zuständig!**

## Übung: „Euer Rettungsring“

**Kurze Beschreibung:** Mit den Teilnehmenden werden in einem Plenumsgespräch zentrale Merkmale von Selbstfürsorge erarbeitet. Zum besseren Einprägen und Nachlesen kann den Teilnehmenden das Handout ausgehändigt werden.

**Ziele:** Sensibilisierung für die Thematik, dass Hilfsbereitschaft sehr wertvoll ist, aber auch überfordernd sein kann. Gleichaltrige sind für Jugendliche bei Problemen, Schwierigkeiten und Gewalterfahrungen oft die ersten Ansprechpersonen. Jugendliche sollten in der Rolle als Ansprechperson gestärkt werden. Sie sind jedoch nicht dafür verantwortlich, die:den sich anvertrauende:n Gleichaltrige:n zu schützen. So sollte deutlich gemacht werden, dass Erwachsene für Hilfs-, Unterstützungsleistungen und Schutz von Kindern und Jugendlichen verantwortlich sind.

**Anzahl der Teilnehmenden:** Ist abhängig von der Klassenstärke bzw. Gruppengröße, von 5 bis ca. 30 Personen. Die Gruppe kann heterogen und gemischtgeschlechtlich zusammengesetzt sein, wodurch Blickwinkel und Diskussionsergebnisse bereichert werden können.

**Zeitlicher Umfang:** ca. 30 Minuten

**Räumliche Bedingungen:** Stuhlkreis oder Tischformation

### Benötigte Materialien:

- Handout: Euer Rettungsring
- PC, Beamer und PowerPoint-Präsentation *Teilmodul\_2C\_3C\_Grenzen\_einer\_Freundschaft* (Folie 4)

**Ablaufbeschreibung:** Die Inhalte werden den Teilnehmenden anhand des Handouts oder der Präsentation vorgetragen und anschließend gemeinsam reflektiert. Alternativ werden in Form eines Gruppengesprächs die zentralen Merkmale von Selbstfürsorge und Hilfe zur Selbsthilfe gesammelt. Im letztgenannten Fall dauert die Übung etwas länger, da die Übungsleitung die Sammlung bündeln und strukturieren sowie durch noch fehlende Aspekte aus dem Handout ergänzen sollte.

## HILFE ZUR SELBSTHILFE

# *Euer Rettungsring*

- Jede Person trägt die Verantwortung für das eigene Wohlergehen.
- Es hilft niemandem, wenn du dich selbst überforderst und dein Wohlergehen leidet, denn es geht anderen nicht besser wenn es dir schlecht geht.
- Geht es dir gut, kannst du andere besser unterstützen.
- Gedanken wie „Ich muss ihr/ihm helfen, sie/er hat doch sonst niemanden“, „Ich muss für sie/ihn da sein, ich kann sie/ihn nicht im Stich lassen“ vermeiden.
- Keine Rettungshaltung einnehmen – nur die betroffene Person selbst kann Veränderungen herbeiführen.
- Es gibt professionelle Stellen, bei denen ihr oder die Betroffenen Hilfe und Unterstützung bekommt.

GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium  
für Bildung  
und Forschung

**Deutsches Jugendinstitut e.V.**

Nockherstraße 2  
D-81541 München

Postfach 90 03 52  
D-81503 München

**Telefon** +49 89 62306-0

**Fax** +49 89 62306-162

**[www.dji.de](http://www.dji.de)**