Präventionseinheit für Christenlehre- /Kindergruppen

© Tabea Schönfelder

Ziele der Einheit:

- *Kinder können eigene Grenzen benennen („Das will ich / das will ich nicht“)*
- *Kinder können Grenzen anderer erkennen und respektieren*
- *Kinder können konkret reagieren (Nein sagen, weggehen, Hilfe holen)*
- *Kinder wissen, an wen sie sich wenden können*
- *Kinder erleben: Jesus nimmt mich ernst – das erlebe ich auch hier.*

Vorbemerkungen:

Die Einheit kann als Ganzes durchgeführt oder in einzelnen Bausteinen genutzt werden.

Da sensible Themen angesprochen werden und die Erfahrungen der Kinder unterschiedlich sind, enthalten die Methoden jeweils zusätzliche Hinweise für die Leitung.

Es kann vorkommen, dass Kinder auf einzelne Inhalte mit Lachen oder Albernheit reagieren. Dies ist oft ein Zeichen von Unsicherheit. Wichtig ist, die Kinder dafür nicht auszuschimpfen, sondern ruhig zu bleiben und einzuordnen, warum das Thema wichtig ist. Die Kinder können ermutigt werden, sich auf die Inhalte einzulassen und respektvoll mitzuarbeiten. Gegebenenfalls kann nachgefragt werden, was hinter dem Verhalten steckt, ohne einzelne Kinder unter Druck zu setzen.

Wenn Kinder persönliche Erfahrungen andeuten, sollten diese nicht vor der Gruppe vertieft werden. Die Leitung kann signalisieren, dass sie nach der Einheit ansprechbar ist und ggf. Unterstützung hinzuziehen.

Zu Beginn der Einheit kann es sinnvoll sein, gemeinsame Regeln zu vereinbaren:

- Wir machen uns nicht über andere lustig.
- Jeder darf etwas sagen, aber niemand muss etwas erzählen.
- Wir hören einander zu und lassen ausreden.
- Wir gehen respektvoll miteinander um.
- Wir nehmen die Gefühle von anderen ernst.

Die Gesamte Einheit dauert 80 bis 110 min.

Einstieg

Methode: „Schon erlebt – noch nie erlebt“ (10-15 min)

Hinweise für die Leitung:

- *Geht sensibel mit den Situationen um. Ihr kennt die Kinder am besten und wisst, welche Fragen passend sind.*
- *Kein Kind muss etwas erzählen. Erzählen geschieht immer freiwillig.*
- *Wenn ein Kind etwas erzählt, darf es ausreden. Es wird ernst genommen und nicht bewertet.*
- *Es werden keine Nachfragen gestellt, die ein Kind unter Druck setzen oder zu persönlichen Details drängen.*
- *Die Leitung behält die Verantwortung für den Rahmen und achtet darauf, dass sich alle Kinder sicher fühlen.*

Durchführung:

Im Raum gibt es zwei Seiten, zu denen sich die Kinder zuordnen können:

- „Das habe ich schon einmal erlebt“
- „Das habe ich noch nie erlebt“

Zu Beginn stehen alle Kinder in der Mitte. Dann werden nacheinander verschiedene Situationen genannt. Die Kinder entscheiden selbst, wo sie sich hinstellen.

Nach einzelnen Situationen kann gefragt werden, ob jemand etwas dazu erzählen möchte.

Mögliche Situationen:

- Du sagst etwas – aber jemand hört dir nicht richtig zu
- Du wirst beim Erzählen unterbrochen
- Jemand lacht über das, was du sagst
- Du willst etwas erklären – du darfst nicht ausreden
- Du hast etwas bemerkt – aber niemand glaubt dir
- Dir wird nicht geglaubt, weil du noch zu klein bist
- Jemand entscheidet über dich – ohne dich zu fragen
- Du musst etwas tun, obwohl du das nicht willst
- Erwachsene sagen: „Das ist doch nicht so schlimm“
- Du sagst, Stopp – aber es wird trotzdem nicht aufgehört
- Du traust dir nicht, etwas nicht zu sagen, weil du sonst petzen würdest.

Überleitung

Folgendes kann so oder ähnlich gesagt werden: *„Kinder haben das schon ganz oft erlebt: Dass ihnen nicht richtig zugehört wird. Dass sie nicht ernst genommen werden. Manchmal, weil sie noch klein sind. Manchmal, weil Erwachsene denken: Das ist nicht so wichtig, wie meine Sache. Aber wisst ihr was? So ging es Kinder schon in der Bibel!“*

Biblische Geschichte MK 10,13-16

Die Geschichte wird erzählt oder mithilfe einer der nachstehenden Methoden nachgespielt.Durch das Spielen der Geschichte können die Kinder verschiedene Perspektiven erleben:

Wie es sich anfühlt, zurückgewiesen zu werden, aber auch, andere zurückzuweisen oder für andere einzustehen. So wird die Geschichte nicht nur gehört, sondern bewusst erlebt.

Im Anschluss kann gemeinsam darüber gesprochen werden. Folgende Fragen können dafür genutzt werden:

- *Wie hat sich eure Rolle angefühlt?*
- *Was war ein guter Moment für dich? Was war schwierig?*
- *Was hat Jesus anders gemacht?*

<u>Wichtige Hinweise für die Durchführung/Leitung</u>

- *Zurückweisung geschieht nur mit Worten, nicht körperlich.*
- *Es wird niemand festgehalten, geschubst oder berührt.*
- *Die Leitung achtet darauf, dass die Sprache klar, aber respektvoll bleibt (keine Beleidigungen oder verletzenden Aussagen).*
- *Kein Kind wird bloßgestellt oder zu einer Rolle gedrängt.*
- *Wenn ein Kind sich unwohl fühlt, kann es jederzeit aus der Situation aussteigen.*
- *Die Leitung behält den Überblick und sorgt für einen sicheren Rahmen.*

Methode 1: Erzählspiel: „Jesus und die Kinder“ (10 min)

Die Leitung erzählt die Geschichte, währenddessen spielen die Kinder „live“ mit.

Vorbereitung

Die Rollen werden vorher festlegen:

- Jesus
- Jünger
- Kinder mit ihren Eltern
- Kissen, Decken oder Stühle, Spielzeug bereitstellen, die als Kulisse genutzt werden können
- Eventuell auch Kostüme
- Raumaufteilung:
- Eine Seite: Kinder
- Andere Seite: Jesus und Jünger

Durchführung:

Geschichte frei erzählt:
Jesus und seine Freunde – die Jünger – waren oft zusammen unterwegs. *(Jesus und Jünger laufen locker durch den Raum)*

Sie reden miteinander, lachen, erleben viel zusammen.

Irgendwann kommen sie an einen Ort, an dem sie sich ausruhen wollen. *(Jesus und Jünger nehmen sich Stühle, Kissen, Decke…. suchen sich einen Platz und setzen sich)*

Ganz in der Nähe sind Kinder mit ihren Eltern und spielen dort. Sie bemerken Jesus (*Kinder schauen hin, zeigen auf Jesus)*

Und weil sie ihn spannend finden, wollen sie zu ihm gehen. *(Kinder gehen langsam auf Jesus zu)*

Als die Jünger das bemerken, denken sie sofort: Also das passt jetzt nicht. Jesus hat keine Zeit dafür“ Also stehen sie auf und stellen sich vor Jesus. (*Jünger stellen sich zwischen Jesus und die Kinder; die Kinder bleiben stehen)*

Vielleicht sagten sie so etwas wie: „Geht mal wieder spielen!“ oder „Jesus hat keine Zeit für euch!“ oder „Ihr seid noch zu klein!“ *(die Jünger können solche Sätze zu den Kindern sagen)*

Die Kinder sind daraufhin sehr enttäuscht. Sie hatten sich ja gefreut zu Jesus zu gehen! Sie ließen ihre Köpfe hängen, drehten sich um und wollten gerade wieder weggehen *(Kinder, senken Köpfe, gehen langsam zurück)*
Sie schauen nach unten.“

Doch da steht Jesus auf. *(…)*

Und er sagt zu den Kindern: „Die Kinder sind nicht unwichtig! Ganz im Gegenteil:
Sie sind wichtig! Von ihnen können wir viel lernen. Lasst sie zu mir kommen!“ *(Das Kind, kann diese Sätze wiederholen)*

Da gehen die Jünger zur Seite. *(Jünger-Kinder gehen zur Seite und ermöglichen, dass die Kinder zu Jesus kommen können).* Und die Kinder dürfen zu Jesus kommen.

Methode 2: (Für größere Kinder) Eigenes Anspiel entwickeln (20 min)

Die biblische Geschichte von Jesus und den Kindern wird zunächst gemeinsam gelesen oder von der Leitung vorgelesen. Anschließend werden die Kinder eingeladen, die Szene selbst in ein kleines Anspiel umzusetzen.

Überleitung

Folgendes kann so oder ähnlich den Kindern gesagt werden: *„Kinder erleben oft, dass sie nicht gehört oder nicht ernst genommen werden. Aber Jesus macht das ganz anders. Er macht sehr deutlich: Kinder sind wichtig. Für Gott seid ihr genauso wichtig wie Erwachsene. Und deshalb ist es auch wichtig, wie andere mit euch umgehen. Und auch: wie ihr miteinander umgeht.*

Und genau darum soll es heute gehen: Wie dürfen andere mit mir umgehen? Und wie gehe ich mit anderen um? Und was kann ich tun, wenn mir etwas nicht gefällt?“

Was möchte ich (nicht)?

In diesem Abschnitt sollen die Kinder reflektieren, was sie wollen, wo sie unentschieden sind und was sie nicht möchten.

Methode: Ampelspiel (10 - 15 min)

Mit dieser Methode nehmen Kinder ihre eigenen Gefühle wahr und erleben gleichzeitig: Grenzen sind unterschiedlich. Ziel ist es, dass Kinder erleben, dass sie ihre eigenen Grenzen haben dürfen. Im Nächsten Schritt wird es darum gehen mit den Kindern zu überlegen, was man tun kann, wenn Grenzen überschritten wurden.

Wichtige Hinweise an die Kinder:

- Ich lese euch gleich verschiedene Situationen vor und ihr entscheidet:
  Fühlt sich das für euch gut an? Oder eher nicht? Oder seid ihr da unschlüssig? Je nachdem, wie ihr antworten wollt, geht ihr zur jeweiligen Farbe.
- Wichtig: Es gibt kein richtig oder falsch! Jede und jeder darf etwas anderes entscheiden – und das ist okay.

Wichtige Hinweise für die Leitung:

- Achtet darauf, dass Kinder sich frei und ehrlich positionieren können, ohne Druck durch andere.
- Entscheidungen der Kinder werden nicht kommentiert, bewertet oder korrigiert**.**
- Unterschiede werden sichtbar gemacht, aber nicht diskutiert oder bewertet („spannend, dass das unterschiedlich ist“ reicht).
- Wenn Situationen ins Lächerliche gezogen werden:
  - ruhig nachfragen: „Was bringt dich gerade zum Lachen?“
  - ggf. einordnen: „Für manche ist das ein ernstes Thema.“
- Kinder dürfen ihre Position jederzeit ändern, wenn sie merken: „Ich will doch woanders stehen.“
- Wenn Kinder ungewöhnlich stark reagieren:
  - nicht vor der Gruppe vertiefen
  - kurz wahrnehmen („Das war dir gerade wichtig“)
  - nach der Einheit ggf. Gespräch anbieten

Vorbereitung

Im Raum werden drei Bereiche mit Farben (Tücher, Schilder…) markiert: (Alternativ können Kinder Zettel mit den 3 Farben bekommen und dann die jeweilige Farbe hoch halten).

- **Grün** = „Das ist für mich okay“
- **Gelb** = „Ich bin unsicher / kommt drauf an“
- **Rot** = „Das will ich nicht“

Mögliche Situationen (nicht alle nutzen! Max 5-10 auswählen)

- Du sollst jemanden ein High-Five geben.
- Jemand umarmt dich einfach.
- Du sagst „Stop“ – aber der oder die andere macht weiter.
- Jemand nimmt dir etwas weg.
- Du sollst vor anderen singen.
- Du wirst beim Spielen festgehalten
- Jemand verbietet dir etwas Ehrliches zu sagen.

- Jemand lacht dich aus/ Jemand macht sich über dich lustig
- Jemand macht ein Foto von dir, ohne dich zu fragen.
- Jemand zwingt dich etwas zu machen.
- Ein Erwachsener sagt: „Stell dich nicht so an“
- Jemand bestimmt immer, was gemacht wird
- Du willst etwas nicht erzählen – aber jemand drängt dich dazu

Überleitung:

Folgendes kann so oder ähnlich den Kindern gesagt werden: *„Es gibt immer wieder Situationen, in denen wir uns unwohl fühlen. Zum Beispiel, wenn wir nicht ernst genommen werden. Oder wenn uns jemand mit Worten verletzt. Aber auch, wenn uns jemand anfasst – und wir das eigentlich gar nicht wollen. Denn es gibt Stellen am Körper, bei denen es sich für viele Menschen nicht gut anfühlt, wenn sie einfach so berührt werden.“*

Methode: Körperumriss & Grenzen sichtbar machen (15min)

Mit dieser Methode setzen sich Kinder mit ihrem eigenen Körper auseinander und entwickeln ein Gespür dafür, dass es Bereiche gibt, die niemand einfach anfassen darf. Gleichzeitig erleben sie, dass auch andere Kinder solche Bereiche benennen, und erfahren: Es ist in Ordnung, solche Grenzen zu haben und zu zeigen.

Hinweise für die Leitung

- Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten – alle Beiträge werden ernst genommen.
- Witze oder abwertende Kommentare werden ruhig gestoppt und eingeordnet.
- Sprecht über den Körper sachlich und ohne Beschämung.
- Körperstellen werden korrekt benannt, ohne Verniedlichungen.
- Kinder müssen nichts Persönliches erzählen.
- Die Leitung sorgt dafür, dass sich alle sicher und respektiert fühlen. Wenn Leitung sicher auftritt, fühlen sich auch die Kinder sicher mit dem Thema.

Vorbereitung

- Große Figur auf Papier zeichnen (wichtig: nicht den Körperumriss eines Kindes ummalen – sondern frei zeichnen!). Einmal von vorn, einmal von hinten.
- Klebepunkte oder Marker

- Optional: zwei Farben (z. B. „besonders geschützt“ / „kommt drauf an“)

Durchführung

Die Kinder erhalten Klebepunkte und können diese an die Stellen des Körperumrisses kleben, an denen sie nicht einfach berührt werden möchten. Dabei müssen sie nichts erklären oder begründen. Es gibt kein richtig oder falsch – jede Entscheidung ist in Ordnung.
Wenn alle fertig sind, schaut sich die Gruppe das Ergebnis gemeinsam an. Die Leitung fasst zusammen, was sichtbar geworden ist, und macht deutlich: Es ist wichtig und richtig, dass Kinder solche Grenzen haben und zeigen.

Überleitung

Folgendes kann den Kindern gesagt werden: *„Was kann man tun, wenn doch Dinge geschehen, die man nicht gut findet? Egal ob es Worte oder Berührungen sind?*“

→ Hier könnte man mit den Kindern sammeln, was sie schon an Ideen haben. Im Anschluss daran wird die 3-Schritte-Regel erklärt.

Was kann ich tun?

Methode: 3-Schritte-Regel (10 min)

Die Kinder lernen drei einfache Schritte kennen, die ihnen helfen, wenn eine Grenze überschritten wird. Die Leitung stellt dafür die drei Schritte mithilfe von Symbolen dar (Stopschild, Schuhe, Kreuz) und bespricht sie gemeinsam mit den Kindern.

1. Stopp sagen: Die Kinder üben, laut und deutlich zu sagen: „Stopp! Ich will das nicht!“
2. Weggehen: Die Kinder überlegen gemeinsam, wie sie sich aus einer Situation entfernen können.
3. Hilfe holen: Gemeinsam wird gesammelt, an wen sie sich wenden können (z. B. Mitarbeitende, Eltern oder andere vertraute Erwachsene).

Die Schritte werden gemeinsam besprochen und eingeübt. Dabei wird deutlich gemacht:
Die Kinder dürfen sich wehren und müssen nicht in einer Situation bleiben, die sich für sie nicht gut anfühlt. Zusätzlich wird betont: Wenn jemand nicht auf „Stopp“ hört, ist es richtig, Hilfe zu holen. Und: Wenn eine Person nicht hilft, darf man sich auch an jemand anderen wenden.

Methode: Methode: Gute und schlechte Geheimnisse (10 min)

Die Kinder setzen sich mit dem Unterschied zwischen guten und schlechten Geheimnissen auseinander. Diese Unterscheidung ist wichtig, weil Kinder lernen sollen, dass nicht alles, was geheim bleiben soll, ist gut. Gerade bei unangenehmen oder grenzüberschreitenden Situationen kann es vorkommen, dass Kinder aufgefordert werden, etwas für sich zu behalten. Hier ist es wichtig, dass Kinder erkennen, dass sie solchen Geheimnissen nicht folgen müssen, sondern sich Hilfe holen dürfen.

Durchführung

Folgende Geschichte wird den Kindern erzählt:

Mia ist bei ihrer Oma zu Besuch. Die beiden sitzen am Tisch und basteln zusammen. Mias Mama hat bald Geburtstag und Mia möchte ihr etwas ganz Besonderes schenken. Ihre Oma hilft ihr dabei - sie schneiden, kleben und fertigen eine sehr schöne Vase aus Papier und einem alten Glas. Als sie fertig sind, lächelt die Oma und sagt: „Wenn Mama heute fragt, was wir gemacht haben, dann sagen wir einfach: „Wir haben gebastelt. Aber wir verraten noch nicht was – das ist eine Überraschung. Das bleibt erstmal unser Geheimnis.“ Mia nickt. Sie freut sich, drauf das Geschenk als Überraschung zu haben. Das ist ein schönes Geheimnis.
Ein paar Tage später ist Mia auf dem Spielplatz. Sie sitzt auf der Schaukel und schaukelt. Da kommt ein älteres Mädchen dazu. Plötzlich schubst sie Mia von der Schaukel. Mia fällt hin und schürft sich die Knie auf. Sie ist erschrocken, denn es tut ganz schön weh und blutet auch ein bisschen. Das größere Mädchen kommt schnell zu ihr und sagt: „Wenn das unser Geheimnis bleibt, dann bin ich deine Freundin!“ Mia wird still, denn eigentlich möchte sie es ihrer Mama erzählen. Aber jetzt ist sie unsicher. Und sie hat auch ein bisschen Angst vor dem Mädchen. In ihrem Bauch fühlt es sich plötzlich ganz komisch an.

Auswertung mit den Kindern

Folgende Fragen, werden mit den Kindern besprochen:

- Wie hat sich Mia beim Basteln gefühlt?“
- „Und wie auf dem Spielplatz?“
- „Was ist der Unterschied zwischen den beiden Geheimnissen?“

Auswertung durch die Leitung:

Folgendes sollte durch die Leitung deutlich gemacht werden: *„Es gibt Geheimnisse, die sich gut anfühlen. Und es gibt Geheimnisse, die sich nicht gut anfühlen. Wenn sich ein Geheimnis nicht gut*

anfühlt, darfs man es immer weitererzählen –zum Beispiel einer Person, der man vertraut und die helfen kann zu verstehen, ob es ein gutes oder ein schlechtes Geheimnis ist.“

Überleitung

Nachdem die Kinder die 3-Schritte-Regel kennengelernt haben und sich darüber im klaren sind, was gute und schlechte Geheimnisse sind, wird der Blick erweitert: Es geht nicht nur darum, die eigenen Grenzen zu schützen, sondern auch darum, die Grenzen anderer wahrzunehmen und zu achten. Die Leitung greift dazu Erfahrungen der Kinder auf (z. B. aus dem Ampelspiel oder dem Alltag) und lenkt den Fokus darauf, wie sich Grenzüberschreitungen für andere anfühlen können. Ziel ist es, dass die Kinder lernen: „Das, was ich tue, hat Auswirkungen darauf, wie es anderen geht.“

Die Grenzen der anderen achten

Methode: Gemeinsam positive „Wir-Regeln“ entwickeln (10-15 min)

In dieser Methode entwickeln die Kinder gemeinsam Regeln für den Umgang miteinander. Der Fokus liegt darauf, die Grenzen anderer wahrzunehmen und zu achten.
Die Leitung sammelt mit den Kindern Situationen und fragt: „Was hilft, damit sich alle wohlfühlen?“ Die Antworten der Kinder werden aufgegriffen und gemeinsam in positive „Wir-Regeln“ formuliert, z.B.:

- „Wir hören auf, wenn jemand Stopp sagt.“
- „Wir fragen, bevor wir jemanden anfassen.“
- „Wir lachen niemanden aus.“
- „Wir lassen andere ausreden.“
- „Wie holen Hilfe, wenn jemand anderes Hilfe braucht“

Die Regeln werden für alle sichtbar festgehalten (z. B. auf einem Plakat). Dabei wird deutlich gemacht: Diese Regeln helfen uns, gut miteinander umzugehen und die Grenzen aller zu achten.

Abschluss (5 min)

Zum Abschluss wird das Wesentliche der Einheit noch einmal aufgegriffen.

Die Leitung erinnert an die Geschichte von Jesus und den Kindern:
Die Kinder wurden weggeschickt – aber Jesus hat sie bewusst zu sich geholt und gezeigt: Sie sind wichtig.

Gemeinsam wird festgehalten:

- Kinder sind wichtig und werden ernst genommen.
- Eigene Grenzen dürfen benannt und geschützt werden.
- Auch die Grenzen anderer sollen geachtet werden.

Die Leitung macht deutlich: Die Kinder dürfen sagen, was ihnen gefällt und was nicht. Sie dürfen sich wehren und sich Hilfe holen, wenn etwas nicht in Ordnung ist.

Optional kann die Einheit mit einem kurzen Gebet abgeschlossen werden.