

IN DIR STECKT MEHR!



Wir wecken
Deine
Fähigkeiten!

Selbstbehauptungstraining **WIR** gegen Gewalt

STREETWORK
ROTTAL-INN



Unter **Selbstbehauptung** versteht man die Fähigkeit sich in grenzüberschreitenden Situationen der eigenen Grenzen, Rechte und Möglichkeiten bewusst zu sein und diese deutlich machen bzw. umsetzen zu können.



**BEINAHE JEDE ZWEITE / JEDER ZWEITE
JUGENDLICHE WIRD ZUMINDEST EINMAL
OPFER VON KÖRPERLICHER GEWALT!**

**Gerade junge Menschen verhalten sich
in bedrohlichen und konfliktreichen
Situationen häufig falsch. Körperliche
Gewalt ist oft Folge von bestimmten
Verhaltens- und Handlungsschemata.
„Sinnvolles“ Verhalten in
gewaltträchtigen Situationen kann
erlernt werden.**

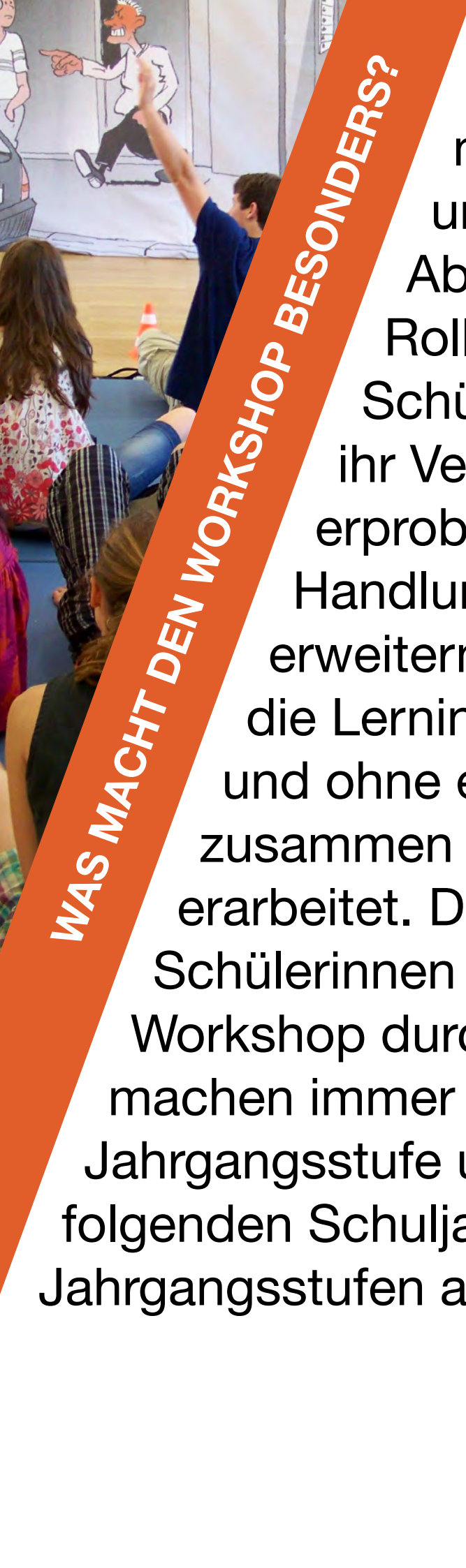


**90 PROZENT ERFOLGSGCHANCEN
KEIN OPFER VON GEWALT ZU WERDEN!**

WIR gegen Gewalt Selbstbehauptungs- training

Im fünfstündigen Schulworkshop haben Schülerinnen und Schüler ab der 8. Jahrgangsstufe die Möglichkeit, „sinnvolles“ Verhalten in gefährlichen Situationen mit Hilfe von Rollenspielen einzuüben. Zukünftige Konflikte können so ohne körperliche Auseinandersetzung bewältigt werden. Im Workshop werden Grundlagen geschaffen, Gefahren früh zu erkennen, Gefahren zu meiden, Konflikte zu deeskalieren und eigenverantwortlich zu handeln.



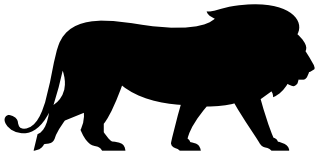


WAS MACHT DEN WORKSHOP BESONDERS?

Im Mittelpunkt stehen nicht Frontalunterricht und lange theoretische Abhandlungen, sondern Rollenspiele, bei denen die Schülerinnen und Schüler ihr Verhalten spielerisch erproben und so ihr Handlungsrepertoire optimal erweitern können. Es werden die Lerninhalte auf Augenhöhe und ohne erhobenen Zeigefinger zusammen mit einer ganzen Klasse erarbeitet. Damit möglichst viele Schülerinnen und Schüler den Workshop durchlaufen können, machen immer alle Klassen einer Jahrgangsstufe und in den darauffolgenden Schuljahren die gleichen Jahrgangsstufen am Projekt mit.

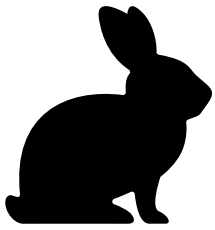


Das kleine Einmaleins der Deeskalation und Konfliktlösung: Konflikt- und Deeskalationstypen



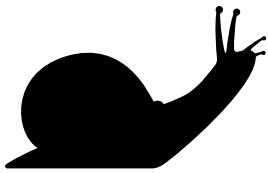
Kampftyp

--> greift sofort an



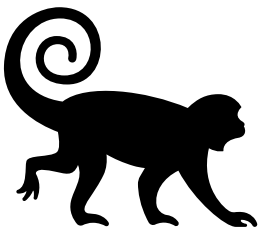
Fluchttyp

--> geht Konflikt aus dem Weg



Handlungsunfähiger Typ

--> handelt nicht



Kreativer Typ

--> versucht Konflikt ideenreich zu lösen



Kommunikativer Typ

--> versucht durch reden Konflikt zu lösen

Zivilcourage, wörtlich Bürgermut, setzt sich aus den beiden Wörtern zivil (lat. civilis, 1. bürgerlich, 2. anständig, annehmbar) und courage (französisch »Mut«) zusammen.



**IN DER ZIVILCOURAGE FÜHRT
UNÜBERLEGTES VERHALTEN
OFTMALS ZU MASSEN-
SCHLÄGEREIEN!**

**Da der Eigenschutz immer im
Vordergrund stehen soll, üben wir
Techniken, mit deren Hilfe in
Gefahrensituationen anderen
Personen geholfen werden kann,
ohne zusätzlich zu eskalieren.**

Sexualisierte Gewalt beschreibt Handlungen mit sexuellem Bezug ohne Einwilligung beziehungsweise Einwilligungsfähigkeit des/der Betroffenen.



**GERADE WEIBLICHE JUGENDLICHE WERDEN
OPFER VON SEXUALISierter GEWALT.
90 % DER TATEN WERDEN NICHT ANGEZEIGT!**

Frauen, die sich wehren, verringern die Wahrscheinlichkeit, Opfer von sexueller Gewalt zu werden, enorm. Studien zeigen, dass rund 80% der Frauen, die sich früh und intensiv gewehrt haben, den (fremden, weitläufig bekannten oder gerade kennengelernten) Täter in die Flucht schlagen konnten. Deshalb trainieren wir in den Workshops spezielle Verhaltensweisen ein, die dafür sorgen sollen, dass der Täter sein Vorhaben abbricht.



„ ... Sie lebte in einem großen Wohnblock, der mit guten Sicherheitsvorkehrungen ausgestattet war. Nach einem anstrengenden Arbeitstag kam sie nach Hause und schaute, bevor sie nach oben ging, unten in der Eingangshalle nach ihrer Post. Als sie ihren Briefkasten leerte, wurde sie von hinten am Oberarm gepackt. Sie dachte, dass es ein Nachbar sei, mit dem sie zuvor eine heftige Auseinandersetzung gehabt hatte. Sie riss sich los, drehte sich um und schrie voller Wut »Nimm deine Hände weg! Wie kannst du es wagen, mich anzufassen!« Der Mann rannte sofort aus dem Gebäude. Die Frau war ziemlich verblüfft, dass der Angreifer nicht ihr Nachbar gewesen war, sondern ein Fremder. Da eigentlich nichts passiert war, verdrängte sie die Geschichte. Als sie zwei Wochen später morgens die Zeitung durchblättert, begegnete sie diesem Mann erneut – dieses mal war er als Phantombild eines Vergewaltigers abgebildet, der gesucht wurde, weil er elf Frauen vergewaltigt hatte. Nur ihre sofortige Reaktion hatte sie vor einer brutalen Vergewaltigung bewahrt ... „

(Quelle: Mit mir nicht! Selbstverteidigung und Selbstbehauptung im Alltag,
Sunny Graff)

Selbstverteidigungstechniken können in einigen Konfliktsituationen hilfreich sein. Deshalb trainieren wir ausgewählte Abstands- und Entflechtungstechniken, die nicht die gewalttätige Auseinandersetzung mit dem Täter zum Ziel haben, sondern dem möglichen Opfer Zeit verschaffen, um Hilfe zu holen oder zu fliehen. Eine wichtige Rolle spielt dabei die Stimme, da sie den Schülerinnen und Schülern immer zur Verfügung steht.

NUR SELTEN IST MAN AUF SOG. SELBSTVERTEIDUNGSTECHNIKEN ANGEWIESEN!



Notwehr bezeichnet im Straf- und Zivilrecht diejenige Verteidigungshandlung, die erforderlich ist, um einen gegenwärtigen rechtswidrigen Angriff von sich oder einem anderen abzuwenden.



IN DER NOTWEHR KÖNNEN KEINE GEGENSTÄNDE GENERELL UND BEDINGUNGSLOS EMPFOHLEN WERDEN!

Aber bestimmte Gegenstände können in Nowehrsituationen hilfreich sein, wie z.B. Taschenlampen, Taschenalarme oder Signalpfeifen, da sie Aufmerksamkeit schaffen und den Täter verunsichern. Pfeffersprays helfen nur, wenn man im Einsatz geübt ist und diese im Ernstfall auch parat hat. Waffen, wie z.B. bestimmte Messer, sind nicht nur verboten, sondern führen in den allermeisten Situationen zu einer Eskalation von Gewalt.

Verantwortungsdiffusion: Bei einer größeren Zahl von Umstehenden kommt es zu einer Abnahme der Eigenverantwortung und es wird darauf gewartet, dass eine andere Person eingreift bzw. den ersten Schritt einer Intervention wagt.



**WENN JEMAND IN NOT IST, KÖNNTEN
ANDERE PERSONEN HELFEN. OFTMALS
TUN SIE DAS ABER NICHT!**

**Deshalb trainieren wir im Workshop, wie
man Passanten anspricht, damit diese
mit hoher Wahrscheinlichkeit helfen.
Auch lernen die Schülerinnen und
Schüler, wie man richtig mit der Polizei
telefoniert und wie man andere Hilfs-
möglichkeiten, z.B. Alarmanlagen und
die eigene Stimme, richtig einsetzt.**

Was sagen die Schüllerinnen und Schüler über den Workshop?

„Es ist schon richtig super. Besonders die Tipps finde ich gut, wie man sich gewaltfrei aus den üblen Situationen befreien kann, oder bei Schlägereien einschreiten kann, ohne selbst Opfer zu werden. Die Selbstverteidigungsübungen war auch klasse.“

Andreas Angermaier
(zur Zeit des Workshops 15 Jahre alt)

„Ich finde das Seminar echt gut. Wenn man später mal weggeht und in solche Situationen kommt, weiß man wenigstens, was man machen muss, wenn man blöd angemacht wird. Außerdem bekommt man durch das Training mehr Selbstbewusstsein. Die Trainer bringen das auch super rüber.“

Sandra Kellermann
(zur Zeit des Workshops 15 Jahre alt)

Im Schuljahr 18/19 befragten wir 643 Schülerinnen und Schüler.

Darstellung der Ergebnisse: X von 10 Teilnehmern:

● = Ja ● = Nein

Du wirst provoziert, bedroht oder beleidigt. Weißt du, was du machen kannst, damit es zu keiner Schlägerei kommt?



Eine Person in deiner Nähe wird bedroht oder geschlagen. Weißt du, wie du helfen kannst, ohne Gewalt anzuwenden?



Weißt du, wie du in Gefahrensituationen mit Personen in deiner Umgebung reden kannst, damit diese dir helfen?



Weißt du, wie Stimme, Gesichtsausdruck, Gestik und Körpersprache sein sollen, damit du selbstbewusst wirkst?



Du wirst belästigt oder begripscht. Weißt du, was du machen kannst, damit die Person damit aufhört?



Du wirst geschlagen oder festgehalten. Weißt du, wie du dich wehren oder losreißen kannst?



Weißt du, welche Gegenstände in einer Gefahrensituation helfen können?



Hast du schon einen Tipp aus dem Workshop ausprobiert?



↪ Hat dir der Tipp geholfen?



Denkst du, dass du dich in zukünftigen Gefahrensituationen sicherer fühlen wirst?



Würdest du den Workshop anderen Schülern weiterempfehlen?



So viele haben bisher mitgemacht (Stand: Dez. 2020)

11 000

Schülerinnen und Schüler

450

Klassen



Nach dem Workshop erhalten die Teilnehmer einen Comic mit 10 Tipps zum mit nach Hause nehmen

SCHREI' SO LAUT DU KANNST



TRINK' NICHT SO VIEL UND LASS DICH NICHT PROVOZIEREN



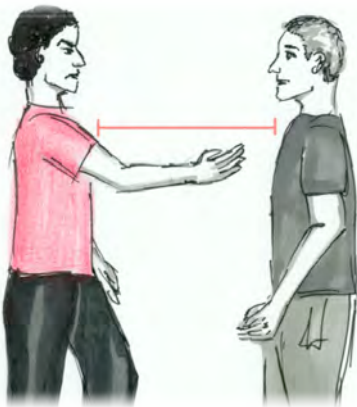
VERUNSICHERE DEN TÄTER, Z.B. DURCH UNGEWÖHNLICHE FRAGEN



HÄNDE AUS DER HOSENTASCHE, SICHERER STAND, NICHT LÄCHELN



HALT' ABSTAND, MIND. EINE ARMLÄNGE



GEH' NICHT AUF DEN TÄTER LOS, SONDERN BRING DAS OPFER IN SICHERHEIT



GEH' STRESS SCHON FRÜHZEITIG AUS DEM WEG



SPRICH GEZIELT UMSTEHENDE PERSONEN AN



FÜHLST DU DICH UNSICHER ODER WIRST DU BEDROHT, DANN LAUF WEG



RUF' DIE POLIZE, DEINE ELTERN ODER FREUNDE AN



Aktuelle Infos zum Projekt: www.Streetwork-Pfarrkirchen.de

Auf der Rückseite des Comics finden die Schülerinnen und Schüler wichtige Telefonnummern

Für Opfer von Gewalt

Weißer Ring

116 006 (ganz Deutschland)
0151 55164647 (Rottal-Inn)

Polizeiinspektionen

Pfarrkirchen 08561 96040
Eggenfelden 08721 96050
Simbach am Inn 08571 91390

Jugendberatung Rottal-Inn

08721 125 330

Amt für Jugend und Familie Rottal-Inn

08561 20-0

Amtsgericht Eggenfelden

08721 7770

Streetwork Rottal-Inn

Pfarrkirchen 0151 121 888 25
Eggenfelden 0151 467 11 561
Simbach am Inn 0152 337 966 86

Hilfetelefon (Beratung und Hilfe für Frauen)

08000 116 016

Telefonseelsorge

0800 111 0 111 oder 0800 111 0 222

Big Hotline (Bei häuslicher Gewalt, Hilfe für Frauen und ihre Kinder)

030 611 03 00

Hotline gegen Gewalt

01805 439 258

Hilfetelefon sexueller Missbrauch

0800 22 55 530

Gewalt Notruf

07222 988823

Igel e.V. Passau

0851 2040

iMMA e.V. München & kibs München

Onlineberatung

www.kim-ffb.de

Mädchen und junge Frauen

089 260 75 31

Jungen und junge Männer

089 23 17 16 9120

Bei Problemen mit eigenen Aggressionen

Jugendgerichtshilfe in Rottal-Inn

08721 125310

Jugendberatung Rottal-Inn

08721 125 330

Amt für Jugend und Familie Rottal-Inn

08561 20 0

Streetwork Rottal-Inn

Pfarrkirchen 0151 121 888 25
Eggenfelden 0151 467 11 561
Simbach am Inn 0152 337 966 86

Kontakt Regensburg e.V.

0941 567 45 83

Die Täterhotline "euline"

01805 439 258

Regensburger Beratungsstelle gegen Gewalt

0941 5674583

Ambulanz der Universität Regensburg (bei sexueller Gewalt)

0941 9411088

Regionales Männerbüro Landshut

0871 27 60 500

Gewaltprävention Niederbayern

08561 9887054

Sie erreichen uns:

Träger von WIR gegen Gewalt

Streetwork Pfarrkirchen
Kreis-Caritasverband Rottal-Inn e.V.
Pflegstraße 15
84347 Pfarrkirchen
Mobil: 0151 121 888 25
streetwork@caritas-rottal-inn.de
www.streetwork-pfarrkirchen.de

Verantwortlich für Inhalte und Layout dieser
Infobroschüre: J. Kandlbinder, Streetwork Pfarrkirchen

Kooperationspartner

Streetwork Simbach
Kreis-Caritasverband Rottal-Inn e.V.
Kirchenplatz 3, 84359 Simbach
Mobil: 0152 337 966 86

Streetwork Eggenfelden
Katholische Jugendfürsorge d. Diözese Regensburg
Landshuter St. 34, 84037 Eggenfelden
Mobil: 0151 467 11 561

Wir bedanken uns herzlich für die Unterstützung bei unserem Netzwerk WIR gegen Gewalt

Schirmherr: Herr Landrat Fahmüller - Hauptsponsor: Sparkasse Rottal-Inn - Mit freundlicher Unterstützung vom Netzwerk WGG
Schuljahr: 2018/2019

