

## SAMMLUNG PRÄVENTIONSSPIELE

### Vertrauensspiele (ab ca. 10 Jahren)

Hinweis: Kinder sollten zu diesen Spielen ermutigt, aber nie gezwungen werden. Wer sich nicht getraut, wird nicht blossgestellt – sonst zerstören die Spiele eher das Vertrauen.

- Ein TN steht auf einer Erhöhung (z.B. Kiste), schliesst die Augen und lässt sich steif in die auffangenden Arme der Mitspieler fallen. Was fühlt ihr dabei?
- Ein Kind bewegt sich blind und reagiert nur auf die Signale des führenden Kindes (vielleicht zuerst den Körper berühren, beim zweiten Mal nur noch die Stimme brauchen).
- Zwei Spieler stehen sich in einer grösseren Entfernung gegenüber und schliessen die Augen. Beide strecken die Handflächen nach vorne und steuern aufeinander zu. Wie verhält es sich mit dem Tempo von Beginn an bis zur Berührung? Was fühlt ihr dabei?
- Jemand rennt blind auf ein Hindernis (z.B. gespannte Schnur) zu, wird aber kurz vorher von den anderen abgefangen. Was ist das für ein Gefühl?
- Ein Kind wird mit Laub, Erde oder anderem Material zugedeckt. Je nach Material kann es versuchen, sich selbständig zu befreien. Achtung: freie Atmung sicherstellen und nicht alleine lassen!

### Körperpolitik (ab ca. 14 Jahren)

Ziel Beziehung zum eigenen Körper bewusst machen

Jedes Kind erhält einen Zeichnungsbogen und Stifte, dazu ein Blatt mit den unten aufgelisteten Anweisungen und Fragen und zeichnet/schreibt für sich. In einer zweiten Phase wird das Bild zu zweit besprochen und anschliessend das Ganze gemeinsam ausgewertet.

Anweisungen:

Zeichne eine Landkarte deines Körpers. Male zunächst deinen Körper von vorne mit allen seinen Einzelheiten. Wenn du das getan hast, stell dir vor, dass dein Körper das Gebiet eines Staates darstellt. Beantworte die folgenden Fragen für dich und übertrage deine Antworten auf die entsprechenden Stellen deiner Körperlandkarte.

- Wo ist die Hauptstadt?
- Wo verlaufen die Grenzen der einzelnen Kantone?
- Wo sind die reichen, wo die armen Kantone?
- Wo gibt es Spannungen und Unruhen; evtl. zwischen Kantonen?
- Wo möchtest du noch Kapital anlegen?



- Aus welchen Regionen kannst du noch Energien exportieren?
- Wo sind deine Verteidigungskräfte stationiert?
- Gegen wen sind sie gerichtet?
- Welche Aussenpolitik betreibst du?
- Wo sind die grössten Energievorkommen und Bodenschätze?
- Wo sind Erholungsgebiete?
- Wo sind Sehenswürdigkeiten?
- Wo sind historische Gedenkstätten oder Monumente?
- Gibt es unerforschte Gebiete?

## Warm up (ab ca. 8 Jahren)

Ziel Unbewusste Redensarten bewusst machen

Die Kinder versuchen, möglichst viele Redensarten zu finden, die eine freundschaftliche Beziehung beschreiben. Diese Redensarten sollen so wörtlich als möglich einzeln, zu zweit oder in kleinen Gruppen dargestellt werden. Zwischen den einzelnen Darstellungen kann flotte Musik zur Auflockerung gespielt werden.

Beispiele

- „miteinander gehen“
- „sich jemanden anlachen“
- „auf jemanden stehen“
- „jemanden zum Fressen gern haben“
- „auf jemanden abfahren“
- „jemanden antörnen“

Variante: Eine Gruppe spielt pantomimisch einen Begriff. Die andere Gruppe versucht diesen Begriff zu erraten.

## Einstiege (ab ca. 10 Jahren)

Hinweis

Die folgenden kleinen Übungen können als Themeneinstiege verwendet und deshalb einzeln verwendet werden.

### Spiegel, Spiegel an der Wand

Die Gruppe teilt sich in Paare auf. Immer zwei Kinder stellen sich im Abstand von ca. 1,5 m zueinander auf. Eines von beiden fängt an, Bewegungen zu machen, während das Gegenüber versucht, diese nachzuahmen, zu spiegeln. Nach einigen Minuten werden die Rollen gewechselt, so dass jedes Kind jede Rolle einmal erlebt hat. Anschliessend kann versucht werden die Rollen fließend zu wechseln, ohne dass eine direkte Absprache erfolgt.



### **Adleraugen**

Die Gruppe teilt sich in Paare auf. Die Kinder stellen sich im Abstand von 1-2 m mit dem Gesicht zueinander auf. Eines der Kinder versucht nun, sein Gegenüber so genau als möglich wahrzunehmen und sich alle Details an Kleidung, Körperhaltung, Mimik einzuprägen. Nach 2 Minuten dreht sich der Beobachter um und das andere Kind verändert in der Zwischenzeit ein Detail der Haltung oder der Kleidung. Die Veränderung muss wahrnehmbar sein. Auf ein Zeichen der Spielleitung drehen sich dann die Beobachtenden wieder um und versuchen, die Veränderungen zu entdecken. Danach werden die Rollen getauscht.

### **Alle für einen?**

Jedes Kind sucht sich einen Filzstift aus und beginnt auf einem Blatt Papier die gegenwärtige Jahreszeit zeichnerisch darzustellen. Wenn es eine andere Farbe braucht, muss es zum Kind mit der entsprechenden Farbe hin. Es darf sich aber den Filzstift nicht ausleihen, sondern muss die Hand des anderen Kindes führen.

## **Fröhlich und Traurig (ab ca. 4 Jahren)**

Ziel     Gefühle bewusst machen und lernen, die eigenen Gefühle zu formulieren

Alle Kinder setzen sich in einen Kreis auf den Boden. Nun darf der Reihe nach jedes der Kinder Dinge nennen, die es fröhlich macht. Wem fällt zuerst nichts mehr ein? Wenn keinem mehr etwas einfällt, kann man die Runde einmal andersherum starten. Dabei nennt jedes Kind Sachen, die es traurig stimmt. Auch hier läuft die Runde so lange, bis keinem mehr etwas einfällt!

Weitere Idee

Wenn die Kinder noch Lust haben, kann man über die aufgezählten Dinge ein Gespräch führen. Vielleicht sind dem einen oder anderen Dinge aufgefallen, die ihn persönlich überhaupt nicht fröhlich stimmen, obwohl ein anderes Kind diese genannt hat.

## **Weg mit euch! (ab ca. 6 Jahren)**

Ziel     Sich wirkungsvoll ausdrücken können.

Ein Kind darf als erstes in die Mitte, die anderen Kinder stellen sich in einen grossen Kreis rundherum. Alle Kinder im äusseren Kreis spielen nun Gespenster und kommen langsam, aber sicher auf das in der Mitte stehende Kind zugeschlichen, gekrochen, gehüpft o.ä. Wenn das Kind in der Mitte meint, dass die vielen frechen Gespenster ihm zu nahe kommen, ruft es laut: „Weg mit euch!“ War dieser Befehl an die frechen Gespenster laut, deutlich und überzeugend hervorgebracht, müssen all die kleinen Gespenster wieder an ihren ursprünglichen Platz zurück.

Hinweis

Je nach Gruppengrösse kann man diesen Spielvorgang pro Kind zwei bis dreimal wiederholen. Ist die Gruppe jedoch zu gross, empfiehlt es sich, die Kinder in zwei kleinere Gruppen aufzuteilen.



**Literaturangaben**

- ...und Kinder werden stärker / Impulse und Spiele zur Prävention sexueller Ausbeutung mit Kindern und Jugendlichen (Herausgeber Cevi Schweiz) 1999
- Let's talk about sex / Impulse und Spiele zum Thema Sexualität für LeiterInnen von Kindern & Jugendlichen (Herausgeber Blauring und Jungwacht Schweiz) 2001

