



#humanity
Zivilcourage & Werte



**ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ**

Aus Liebe zum Menschen.



#humanity
Zivilcourage & Werte



**ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ**

Aus Liebe zum Menschen.



»» Stimmen zu #humanity



Sie wissen das sicher schon: Das Rote Kreuz versteht sich als Fürsprecher der Menschlichkeit auf allen Ebenen. Das beginnt mit der Jugendarbeit in den Schulen. Und weil die Jugend im Internet zu Hause ist, muss auch die Menschlichkeit digitaler werden: Das halte ich für eine großartige Idee. Auch im digitalen Raum gilt es, andere zu achten, nicht vorschnell zu urteilen und sorgsam miteinander umzugehen – besonders wenn alles immer schneller und flüchtiger wird. Vielleicht können wir gemeinsam einen Beitrag dazu leisten. Gegen Hass im Netz, für mehr Sicherheit und für digitale Menschlichkeit.



ÖRK/Nadja Meister



ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

Univ.-Prof. DDr. Gerald Schöpfer,
Präsident des Österreichischen Roten Kreuzes



Mehr #humanity im Netz: Als Jugendrotkreuz wollten wir dazu das nötige Rüstzeug für Pädagoginnen und Pädagogen erstellen – für Workshops und Aktivitäten innerhalb und außerhalb der Schule. Dabei geht es nicht nur um Inputs für nötige Bewusstseinsbildung, sondern auch um konkrete Anwendungsmöglichkeiten digitaler Tools im Unterricht. Das ist der Fokus zu Beginn unserer Initiative. Am Ende sind es Betreuungspersonen, die Kindern und Jugendlichen entscheidend helfen können, damit im digitalen Raum nicht die Angst oder der Hass regieren, und die Menschlichkeit die Oberhand behält.



ÖJRK/Harold Naajler

Mag. Renate Hauser,
Bereichsleiterin des Österreichischen Jugendrotkreuzes



Es gibt mehr als 450 Jugendgruppen im Roten Kreuz in Österreich, und alle Mitglieder tummeln sich im Netz: Da finde ich es ein schönes und wichtiges Zeichen, gemeinsam einen Schwerpunkt zu digitaler Menschlichkeit – zu grenzübergreifender #humanity – zu setzen. Die Jugendgruppenleiterinnen und Jugendgruppenleiter werden begeistert sein: Die Materialien und Workshops sind eine tolle Unterstützung für ihre Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Ich bin überzeugt, dass es gelingen wird, zuerst unsere Betreuungspersonen und dann die jungen Menschen für mehr Menschlichkeit zu begeistern – in der Online- wie auch in der Offline-Welt.

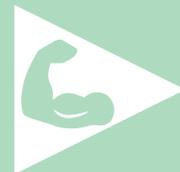


ÖJRK/Nadja Meister

Ing. Patrick Lackner,
Bundesreferent für Jugendgruppen im Roten Kreuz und Jugendrotkreuz



Zivilcourage & Werte



Mit #humanity stärken wir Kinder und Jugendliche in Menschlichkeit und Solidarität für ein Leben und Wirken in einer digitalisierten Welt.

Die Onlinewelt ist aus der Lebensrealität von Kindern und Jugendlichen nicht mehr wegzudenken, aber wie steht es mit dem Thema Menschlichkeit im Netz?

2019 startet das Österreichische Jugendrotkreuz einen Themenschwerpunkt mit dem Titel #humanity. Dabei werden wir über drei Jahre lang dazu beitragen, die Online-Welt menschlicher zu machen. Die Themen „humanitäre Werteeziehung“ und „digitale Lebenswelten von Kindern und Jugendlichen“ werden dabei vereint. Im ersten Jahr bieten wir vor allem Workshops und Materialien für Betreuungspersonen (PädagogInnen, JugendgruppenleiterInnen, etc.) an. Außerdem gibt es spezielle Angebote für Kinder und Jugendliche, mit denen wir ihr Interesse wecken wollen.

Im Rahmen dieses Themenpakets dreht sich alles um das Thema Zivilcourage & Werte.

Werte stellen für eine menschlich geprägte Gesellschaft einen wichtigen Bestandteil dar, umso bedeutender ist die Auseinandersetzung mit diesen bereits mit Kindern und Jugendlichen. Auch das Thema der Zivilcourage stellt eine Wichtigkeit dar, die es sowohl im Offline- wie auch Onlinebereich zu adressieren gilt.

Aber wie vermittelt man dieses Thema passend Kindern und Jugendlichen?

Mit diesem Themenpaket versuchen wir dafür eine Hilfestellung zu geben. Zum einen finden sich hier Hintergrundinformationen um sich selbst mit dem Thema auseinanderzusetzen. Ebenso finden sich Übungen für verschiedene Altersstufen. Die folgenden Übungen sind in drei Kategorien aufgebaut:

- 1. Sich selbst kennen**
- 2. Situationen analysieren**
- 3. Aktiv werden**



ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

Diese drei Stufen bieten Differenzierung, Reflexionsmöglichkeit und Entwicklung zu zivilcouragiertem Verhalten und den eigenen Werten. Wenn sich Kinder und Jugendliche kaum mit den eigenen Werten, dem eigenen Ich auseinandergesetzt haben, stellen die Übungen „sich selbst kennen“ eine Basis dar. Die Übungen „Situationen analysieren“ schaffen bei Kindern und Jugendlichen ein Bewusstsein für verschiedenste Ereignisse, in denen zivilcouragiertes Verhalten erfordert ist. In der dritten Kategorie finden sich Übungen zum Handeln oder „aktiv werden“, die beispielsweise durch Rollenspiele mit den Kindern und Jugendlichen erarbeitet werden können.

Die Übungen können demnach aufeinander aufbauend angewandt werden oder auch als alleinstehend betrachtet und genutzt werden.

Im Themenpaket befinden sich immer Auszüge zu den Materialien, alle ausgearbeiteten und vorbereiteten Materialien befinden sich online und können unter www.humanity.at/zivilcourage heruntergeladen werden.

Auf www.humanity.at gibt es zusätzlich alle weiteren Informationen rund um #humanity, sowie weitere Themenpakete und Materialien zu: „Humanitäres Völkerrecht“, „Grundsätze & Leitbild“, so wie auch „Digitale Lebenswelten von Kindern und Jugendlichen“.

Solltest du dir deine Materialien lieber selbst zusammen stellen wollen, findest du alle Übungen aus dieser und allen anderen Unterlagen auch in unserer Materialiensammlung einfach erklärt und zum Download bereit:

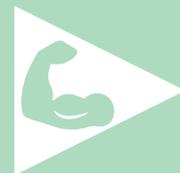
www.humanity.at/materialiensammlung

Wie viel Zeit brauche ich für eine Übung?

Grundsätzlich sind alle Übung im Rahmen einer Schul- oder Kindergartengruppenstunde umsetzbar. Der Umfang unterscheidet sich allerdings: Einige Übungen sind als Einstieg gedacht und andere können – je nach Zusammensetzung der Gruppe und zeitlicher Verfügbarkeit der Betreuungsperson – kürzer oder intensiver gestaltet werden.



Zivilcourage kann man lernen!



Bedrohung, Mobbing und Diskriminierung sind Alltagserscheinungen. Doch kaum jemand schaut hin oder greift ein – oft bleibt es nur bei guten Absichten. Zivilcouragiertes Handeln bedeutet in der Schule, dem Kindergarten oder in der Öffentlichkeit in "unangenehmen" Situationen einzugreifen und sich mutig für andere einzusetzen.

Was ist eigentlich Zivilcourage?

Es gibt keine allgemeingültige Definition von Zivilcourage:

Zivilcourage ist der Mut, in unangenehmen Situationen in der Öffentlichkeit einzugreifen. Eingreifen kann – je nach eigenen Grenzen und Fähigkeiten und nach dem Wunsch der Betroffenen – bedeuten, dass man hinschaut, den Betroffenen Unterstützung anbietet, Vorfälle dokumentiert oder Unterstützung bzw. Hilfe holt. Auch in der Online-Welt ist zivilcouragiertes Handeln gefragt, um Hass im Netz in Grenzen zu halten, Räume nicht stillschweigend aufzugeben und wiederum Betroffenen den Rücken zu stärken.

Verein ZARA – Zivilcourage und
Anti-Rassismus-Arbeit

Mut, den jemand beweist, indem er humane und demokratische Werte (z. B. Menschenwürde, Gerechtigkeit) ohne Rücksicht auf eventuelle Folgen in der Öffentlichkeit, gegenüber Obrigkeiten, Vorgesetzten u. a. vertritt.

Duden, 8. Auflage

... ein bestimmter Typus sozial verantwortlichen Handelns, keine Eigenschaft einer Person. Zivilcouragiertes Handeln geschieht in Situationen, in denen zentrale Wertüberzeugungen und soziale Normen (z. B. Menschenwürde, Menschenrechte, Gerechtigkeit, friedlicher Konfliktaustrag unter Bürgern) oder die physische oder psychische Integrität einer Person verletzt werden. Zivilcouragiert handelt, wer bereit ist, trotz drohender Nachteile für die eigene Person, als Einzelne/Einzeller – seltener als Mitglied einer Gruppe – einzutreten für die Wahrung humaner und moralischer Werte, für die Integrität und die legitimen, kollektiven, primär nicht-materiellen Interessen vor allem anderer Personen, aber auch des Handelnden selbst.

Gerd Meyer, Politikwissenschaftler



ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

Diesen und weiteren Definitionen von Zivilcourage ist gemeinsam, dass es sich um ein mutiges, emotionales, prosoziales Verhalten handelt, das auf demokratischen Grundwerten und persönlichen Wertüberzeugungen fußt. Es geht dabei nicht um materielle Werte, sondern persönliche Überzeugungen.

Zivilcourage geht einher mit dem Risiko negativer persönlicher Konsequenzen (Beispiel: Ich setze mich für ein Mobbingopfer ein und werde dann ebenfalls gemobbt.) und gegebenenfalls Normbrüchen (Beispiel: Ich spreche eine Nachbarin auf mögliche häusliche Gewalt an und greife dadurch in die Privatsphäre ihrer Familie ein.)

Was ist der Unterschied zwischen Zivilcourage und Hilfeleistung?

In beiden Fällen helfe ich einer Person in einer Notsituation. Es gibt aber wichtige Unterscheidungsmerkmale:

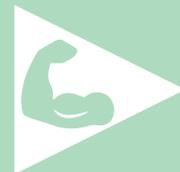
1. Zivilcouragiertes Handeln ist öffentlich, d. h. in der Regel sind mehr als zwei Personen beteiligt, nämlich TäterIn, Opfer und zivilcouragiert eingreifende Person.
Bei der Hilfeleistung reichen zwei Personen – eine, die Hilfe braucht (z. B. nach einem Sturz) und eine Person, die hilft.
2. Bei zivilcouragiertem Handeln ist der Ausgang oft ungewiss und es gibt mögliche negative körperliche und soziale Konsequenzen. Beispiel: Ich setze mich für eine Frau ein, die im Bus aufgrund ihres Kopftuchs verhöhnt wird und riskiere dabei verbale oder physische Angriffe auf meine Person.

Hilfeleistung ist hingegen sozial positiv konnotiert. Helfende, z. B. bei einem Autounfall, müssen nicht mit negativen sozialen Konsequenzen für ihr Eingreifen rechnen.

3. Bei der Zivilcourage geht es auch um das Verletzen von Werten (z. B. Menschenwürde) oder Rechten.
Beispiel: Wenn ich einer Person helfe, die bei einem Unfall physisch oder psychisch verletzt wurde, so ist dies nicht Zivilcourage, sondern Hilfeleistung. Greife ich in der Öffentlichkeit zugunsten einer Person ein, die rassistisch beschimpft wird, zeige ich Zivilcourage.
4. Es gibt ein reales oder subjektiv wahrgenommenes Machtungleichgewicht zu Ungunsten derer, die zivilcouragiert handeln.
Beispiel: Der Schulleiter erzählt regelmäßig ausländerfeindliche Witze im Beisein einer türkischen Kollegin und der Rest vom Kollegium schweigt. Hier braucht es Zivilcourage, um als LehrerInnen das Thema „ausländerfeindliche Witze“ anzusprechen und es besteht das Risiko etwaiger persönlicher und beruflicher Nachteile. „Macht“ spielt hingegen im Bereich der Hilfeleistung keine Rolle.
5. Bei zivilcouragiertem Verhalten werden ansonsten akzeptierte Regeln gebrochen, um helfen zu können.
Beispiel: Ein Mann beschimpft lautstark eine Frau im Bus. Ich greife zu Gunsten der Frau ein und verletze dadurch unter Umständen die Privatsphäre eines Paares.



Warum Zivilcourage üben?



Basierend auf den eigenen Erfahrungen der Gruppe geht es darum, den persönlichen Handlungsspielraum zu erweitern, eigene Grenzen auszuloten und körperliche wie verbale Selbstbehauptung zu trainieren. Man braucht ganz sicher keinen schwarzen Gürtel in Karate, um wirkungsvoll eingreifen zu können! Zivilcourage kann man lernen und je öfter man übt, desto besser!

Je öfter eine Person sich in einer Situation befunden hat, in der sie aktives Einschreiten einüben konnte und je häufiger sie/er dies kompetent bewältigt hat, desto größer ist die Wahrscheinlichkeit, dass Selbstvertrauen, Handlungsentschlossenheit und vor allem Handlungsroutine zunehmen.

*Kai Jonas und Veronika Brandstätter,
SozialwissenschaftlerInnen*

Dabei werden in der Forschung fünf zentrale Faktoren für zivilcouragiertes Verhalten benannt:

1. Erkennen und Kennen

Zivilcourage-Übungen vermitteln, wie wichtig zunächst das bloße Bemerkens eines Ereignisses ist. Aufmerksamkeit im Alltag und bewusste Wahrnehmung der Umgebung sind für Zivilcourage förderlich, Eile und Ablenkung (z. B. durch Kopfhörer) eher hinderlich. Hat man die Notsituation einer Person einmal wahrgenommen, so ist es wichtig, die Augen nicht zu verschließen oder sie zu ignorieren.

2. Können

Die Übungen in diesem Themenpaket dienen der Förderung von Fähigkeiten und Fertigkeiten z. B. durch Rollenspiele: Was sage ich? Wie sage ich es? In den Übungen wird aber auch Wissen, z. B. über die Funktionsweise der Sicherheitssysteme im öffentlichen Nahverkehr (Notbremse, Notruf) vermittelt. Durch das Aufzeigen und Einüben konkreter Handlungsoptionen wird das jeweils eigene Verhaltensrepertoire für Zivilcourage erweitert.



ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

3. Wollen

... oder die Frage: Was geschieht, wenn ich nicht eingreife? Wenn niemand reagiert, bedeutet das, dass es gar kein Notfall ist? Oder verlassen wir uns alle nur darauf, dass schon irgendwer anderer eingreifen wird? Und wie fühlt es sich überhaupt an, vor einem großen Publikum beschimpft zu werden und niemand hilft einem? Macht es das nicht noch schlimmer?

Zivilcourage-Übungen helfen, die eigenen Einschätzungen und Einstellungen zu Notsituationen zu reflektieren.

4. Sollen

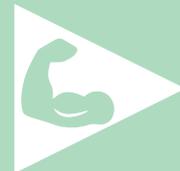
Bin ich bereit, Verantwortung für diese Situation zu übernehmen? Ist für mich eine emotionale oder moralische Grenze überschritten, die mich einschreiten lässt? In den Zivilcourage-Übungen wird das eigene "innere Barometer" erforscht, d. h. die eigenen Einstellungen und Verhaltenstendenzen werden durchleuchtet. Dies schärft die Sensibilität für die Notwendigkeit zivilcouragierten Verhaltens im Alltag.

5. Dürfen

Die Übungen vermitteln durch Reflexionen, Rollenspiele und Körperübungen auch eine Steigerung des Selbstwerts, was wiederum zivilcouragiertes Verhalten begünstigt. Hinzu kommt die Ermutigung der TeilnehmerInnen zu zivilcouragiertem Verhalten und aktivem Eintreten für Demokratie, Menschenrechte und Menschenwürde.



Zivilcourage-Übungen mit Kindern und Jugendlichen



Als oberste Maxime gilt:

KLEINE SCHRITTE STATT HELDENTATEN!

Eines der wichtigsten Lernziele aller Zivilcourage-Übungen ist es, Handlungskompetenzen zu vermitteln, bei denen man sich nicht selbst in Gefahr bringt.

Für alle Altersstufen setzen die Methoden auf gedanklicher Ebene, beim Verhalten und bei der Selbsterfahrung an. Anhand von Beispielen und Alltagserfahrungen der Kinder und Jugendlichen wird Zivilcourage konkretisiert, werden altersgerechte Handlungsoptionen entwickelt, erprobt und eingeübt. Damit erfolgt eine Sensibilisierung für die Thematik und stellt einen wichtigen Baustein zur Entwicklung eines selbstreflektierten Verhalten von Kindern und Jugendlichen dar.

Im Kindergarten und der Primarstufe

Auch wenn der Begriff "Zivilcourage" wenigen Kindern geläufig ist und er bei Workshops auch viel besser mit "Achtsamkeit, aufeinander aufpassen und Verantwortung übernehmen" umschrie-

ben werden kann, so teilen auch junge Kinder bereits Ziele zivilcouragierten Verhaltens:

- Unrecht nicht hinnehmen
- einstehen für Schwächere
- böse Worte nicht unwidersprochen stehen lassen
- ein Machtungleichgewicht ausgleichen wollen

Die Übungen sollen die Kinder bestärken, Grenzen wahrzunehmen und Gefühle zu benennen. Ein weiteres Ziel ist es, soziale Kompetenz, Teamfähigkeit und Selbstbehauptung zu stärken. Mit dieser Altersgruppe kann am besten über Körperübungen und Spiele sowie Bilder und Geschichten gearbeitet werden.



ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ

Aus Liebe zum Menschen.





Wertebildung bei Kindern



Das Österreichische Jugendrotkreuz steht für die Vermittlung von demokratischer, humanitärer und sozialer Bildung sowie für die Förderung von Selbst- und Sozialkompetenzen und engagiert sich in der Bildungsarbeit in der Schule seit gut 70 Jahren. Vor diesem Hintergrund stellt das Thema der Wertebildung einen großen Schwerpunkt dar.

„Werte spielen in unserem Leben eine wichtige Rolle. Als Vorstellungen von dem, was gesellschaftlich und persönlich wünschenswert ist, geben sie uns Orientierung für unser Handeln und den Umgang miteinander. Persönliche Wertvorstellungen sind maßgeblich dafür, wie wir unser Leben individuell gestalten. Die in einer Gesellschaft geltenden Grundwerte wiederum bilden die Basis für ein friedvolles Miteinander und den sozialen Zusammenhalt. Wir können auf diese Orientierung nicht verzichten, zumal sich unsere Gesellschaft in den letzten Jahrzehnten tiefgreifend gewandelt hat. Megatrends wie Globalisierung, Digitalisierung, demographischer Wandel und soziale Ungleichheit verändern unser Leben. Die da-

mit einhergehenden Umbrüche sind in Wirtschaft, Politik und Kultur, aber auch im Alltag jedes Einzelnen spürbar. Die wesentlichen Effekte: zunehmende Komplexität und Vielfalt. Mit dem globalen technologischen Wandel entstehen neue wirtschaftliche Möglichkeiten, aber auch die Ansprüche an den Einzelnen wachsen. Lebens- und Arbeitswelten verändern sich rasant, sie werden mobiler und individueller. Zugleich wandeln sich auch die sozialen Beziehungen bis hin zu Familienstrukturen. Nicht zuletzt stellen weltweite Wanderung und Flucht unsere Gesellschaft dauerhaft vor große Aufgaben. In Deutschland leben heute Menschen aus unterschiedlichen Kulturen und Religionen zusammen, mit unterschiedlichen Überzeugungen, Wertorientierungen und Lebensstilen.“



ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

Quelle: www.bertelsmann-stiftung.de/fileadmin/files/BSt/Publikationen/GrauePublikationen/LW_Leitlinien-Wertebildung.pdf

*Leitlinien für die Wertebildung von Kindern und Jugendliche,
Bertelsmann Stiftung, 2017*

Kinder entwickeln Wertehaltungen, nach denen sie später handeln und damit die Gemeinschaft mitgestalten. Dass es also Werte braucht, steht in unserer Gesellschaft außer Frage. Wie gestaltet man allerdings Wertebildung? Aus unserer Erfahrung wissen wir, humanitäre Werte und Wertehaltungen können am besten in Form von Learning by Doing erlernt und verinnerlicht werden. Werden die Themen Werte, Menschlichkeit und damit verbunden auch Zivilcourage bereits in der Kindheit und Jugend adressiert, besteht die beste Chance, diese für die Zukunft langfristig zu verankern. Diese Chance sollten wir uns nicht entgehen lassen.

Die Zivilcourage & Werte Box kann durch die Förderung aus dem Digitalisierungsfonds Arbeit 4.0 der Arbeiterkammer Wien produziert und in einer großen Auflage in ganz Österreich verteilt werden.





Fazit

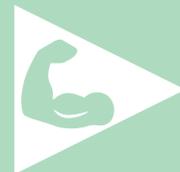
Zivilcouragiert zu handeln und sich in Situationen für andere Menschen stark zu machen, die ungerecht behandelt werden, ist definitiv leichter gesagt als getan. Erst recht, wenn mit negativen Konsequenzen für einen selbst gerechnet werden muss. Das gilt für Erwachsene genauso wie für Kinder und Jugendliche. Allerdings kann, wie hier bereits erwähnt, Zivilcourage erlernt werden. Gerade bei jüngeren Kindern ist das Verständnis für Recht und Unrecht bereits gut ausgeprägt und sollte daher in jedem Fall im Rahmen des Unterrichts oder in der Kindergartengruppe weiter behandelt werden.

Unserem Ansatz nach ist die Auseinandersetzung mit dem Thema Werte und auch Zivilcourage im Offline-Bereich wichtiger Garant dafür, dass vor allem Jugendliche auch in der Lage sind, ihre Werthaltung dann auch im Online-Bereich zu leben und aktiv für andere einzutreten, wenn Unrecht passiert.

Die Unterlagen in diesem Themenpaket dienen also vorwiegend dazu, Kinder und Jugendliche zu einem reflektierten Umgang miteinander

anzuhalten. Zum einen, um sich selbst besser kennenzulernen und somit einen wichtigen Teil dazu beizutragen, dass sich bei Kindern und Jugendlichen ein Werteverständnis formt. Aber auch im Hinblick darauf, Situationen analysieren und in weiterer Folge abschätzen zu können, wann jemand anderer Hilfe benötigt und es aktives Handeln braucht. Durch die regelmäßige Auseinandersetzung mit den Themen Wertebildung und Zivilcourage, trägst du in der Schulklasse oder in der Kindergartengruppe einen großen Teil dazu bei, dass sich Kinder und Jugendliche heute und in Zukunft menschlich verhalten.

Weitere Materialien rund um das Thema
#humanity findest du unter:
www.humanity.at/themenpakete

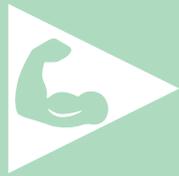


ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ

Aus Liebe zum Menschen.



Situationen zum Nachdenken



Stell dir vor ...

- ... ein Fußballfan beschimpft einen Fan aus der anderen Mannschaft.
- ... jemand lacht am Spielplatz einen anderen aus.
- ... drei ältere Schülerinnen verspotten ein Mädchen am Schulgang und machen sich lustig über ihre bunte Schultasche.
- ... in der Kindergartengruppe drängt sich ein Kind vor und schubst dabei andere Kinder, um schneller zum Essen zu kommen.
- ... ein Mädchen spielt in der Spielecke mit den Stofftieren, und plötzlich kommt ein Junge und reißt ihr die Stofftiere aus der Hand.
- ... jedes Mal wenn die Pädagogin nicht hinschaut, nimmt ein Junge dem anderen einen Teil seiner Jause weg und streitet es dann ab.
- ... im Pausenhof will ein Mädchen mit anderen spielen, aber die anderen wollen sie nicht mitspielen lassen.
- ... in der Gruppe bastelt ein Junge an seinem Drachen. Gerade als er fertig wird, kommt ein Mädchen und wirft einen Ball auf den Drachen.
- ... Ein Junge aus der Klasse fällt im Turnunterricht hin und verletzt sich am Knie. Die anderen Kinder lachen ihn aus.
- ... in deiner Parallelklasse wird ein Junge, der sehr schüchtern ist, ausgeschlossen. Er darf nirgends mitspielen und keiner redet mit ihm.
- ... Klassenkameraden versperren einem Mädchen im Rollstuhl in der Pause absichtlich den Weg.
- ... du merkst wie sich im Turnunterricht einige Mitschüler über die Figur eines Mädchens lustig machen.



Das sind nur ein paar Situationen, die wir alle kennen und die wir in der einen oder anderen Form vielleicht auch schon selbst erlebt haben. Genauso bekannt ist uns Erwachsenen auch, wie schwer es manchmal fällt zu entscheiden, ob man in diesen Situationen eingreift oder nicht – und welche Konsequenzen das eigene Handeln oder Nicht-Handeln nach sich zieht. Nicht anders geht es jungen Menschen in diesen Situationen, von denen es offline, aber auch online heutzutage scheinbar immer mehr gibt.

Das Institut für Soziologie der Universität Wien präsentierte im Februar 2019 erste Ergebnisse ihrer Studie „Zivilcourage 2.0“. 96% der befragten Jugendlichen waren schon einmal in der Rolle eines Bystanders, das heißt sie haben beispielsweise Hasskommentare, Fakeprofile, verspottende Fotos gesehen. 63 % der Befragten befanden sich selbst schon in der Rolle des Opfers, indem sie beispielsweise schlimme Fotos oder Videos erhalten haben. 32 % der Jugendlichen gaben an, selbst schon einmal Online-Täterin/Täter gewesen zu sein, indem sie zum Beispiel selbst Hasskommentare verfasst haben. Die Kinder und Jugendlichen erfahren Unrecht sowohl in der Online- als auch Offline-Welt. Daher ist es wichtig, Zivilcourage zu üben.

Die Projektbeschreibung zu dieser Forschung „Zivilcourage 2.0“ vom 21.02.2019 findest du unter: www.soz.univie.ac.at/forschung/drittmittelprojekte/#c629306 (Stand 20.05.2019)

Weitere Situationen zum Nachdenken findest du im „Buch der Entscheidungen“ (ÖJRK, 2015) und in unseren „Digitale Dilemma-Geschichten“ (www.humanity.at). Hier geht es darum, dass Kinder und Jugendliche Dilemmata erkennen, Handlungsmöglichkeiten identifizieren, Entscheidungen treffen, Lösung bewerten und anschließend die eigene Sichtweise reflektieren.

Methodensammlung

Methoden Kategorie 1 – Sich selbst kennen

Die Kategorie 1 enthält Übungen rund um das Thema „sich selbst kennen“. Wahrnehmung, Achtsamkeit und Bewusstsein stehen hier im Mittelpunkt, um den Kindern und Jugendlichen die Möglichkeit zu bieten, ihre eigenen Werte zu finden und definieren.

Alle Übungen sind nach Altersstufen aufgebaut, beschreiben das Ziel, das benötigte Material, den Inhalt und enthalten einen Teil zur Reflexion, der vor allem für Zivilcourage und Werte wesentlich ist.

Übungen und Methoden	Altersgruppe
1.a Schrei Stopp	ab 4 Jahren
1.b Ich bin ich	ab 4 Jahren
1.c Wegschieben	ab 5 Jahren
1.d Eine Sache, die ich mag	ab 5 Jahren
1.e Gefühlsdusche	ab 5 Jahren
1.1 Grenzen spüren	ab 6 Jahren
1.2 Rette mich, wer kann	ab 6 Jahren
1.3 Marionette	ab 6 Jahren
1.4 Mut-Skala – Wie mutig bin ich?	ab 6 Jahren
1.5 Lenas Traum	ab 6 Jahren
1.6 Mein Wappen	ab 6 Jahren
1.7 Allein, zu zweit, alle	ab 8 Jahren
1.8 Welche Werte teilen wir?	ab 8 Jahren



#humanity
Zivilcourage & Werte



**ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ**

Aus Liebe zum Menschen.

1.a Schrei Stopp

Alter: Ab 4 Jahren

Ziel: Kinder denken über sich selbst nach und erkennen, wie es sich anfühlt, sich unter Stress zu äußern.

Material/Raum: Sitzkreis

Beschreibung: Die Betreuungsperson stellt eine ruhige und angenehme Atmosphäre her, bevor sie oder er mit der Übung beginnt. So können die Kinder sich wohlfühlen und über ihre Gefühle und Erfahrungen offen sprechen. Die Kinder werden dazu angeleitet, ihre Atmung bewusst wahrzunehmen und gemeinsam tief ein- und auszuatmen. Die Betreuungsperson stellt nun die Aufgabe: „Was passiert, wenn ich ausatme und versuche, gleich danach ‚STOPP‘ zu schreien?“. Die Kinder sollen das ausprobieren. In einem zweiten Schritt sollen sie ‚STOPP‘ schreien, gleich nachdem sie eingatmet haben.

Reflexion: Die Betreuungsperson stellt den Kindern nach der Übung folgende Fragen:

- Wie hat es sich jeweils angefühlt ‚STOPP‘ zu schreien?
- Was war lauter?
- Was war sicherer?
- Was hast du dabei gelernt?
- Wann könnte es wichtig sein, ‚STOPP‘ zu schreien?



#humanity
Zivilcourage & Werte



**ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ**

Aus Liebe zum Menschen.

1.b Ich bin ich

Alter: Ab 4 Jahren

Ziel: Kinder üben spielerisch Selbstbehauptung.

Material/Raum: Vers zum Vorlesen

Beschreibung: Alle Kinder sitzen zusammen im Kreis. Die Kinder klatschen für diese Übung abwechselnd auf die Oberschenkel und in die Hände, oder stampfen auf. Dazu sprechen sie den folgenden Text im Rhythmus:

„Ich bin ich. Und du bist du!

Hör' mir bitte einmal zu:

Mag ich etwas gerne leiden,

kann ich mich für JA entscheiden.

Mein ich aber: Lass das sein,

sag ich laut und deutlich NEIN!“

Reflexion: Die Kinder werden gefragt, wann sie das letzte Mal „nein“ gesagt haben und warum. Genauso kann gefragt werden, wann es schwerfällt, „Nein“ zu sagen. Die Kinder sollen verstehen, dass „Nein“ sagen genauso wichtig ist wie „Ja“ sagen, und dass das jeder darf.

Quelle: Pädagogische Hochschule Niederösterreich (Hrsg): Werte leben, Werte bilden. Wertebildung im Kindergarten. Impulse für das pädagogische Handeln. Wien, 2018

Staudinger, U. (1999). Ich gehör nur mir. Sexuelle Übergriffe erkennen und abwehren lernen. Ein Praxishandbuch für Kindergarten und Grundschule. Linz: Veritas



#humanity
Zivilcourage & Werte



ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

1.c Wegschieben

Alter: ab 5 Jahren

Ziel: Die Kinder erkennen ihre eigenen Stärken und erleben ihre Grenzen. Kinder lernen, auf Andere zu achten.

Material/Raum: möglichst viel Platz

Beschreibung: Die Kinder bilden Zweierteams, stehen einander gegenüber und strecken ihre Arme aus. Dann legen sie ihre Handflächen aneinander. Sie stellen ein Bein zurück, um den Stand zu sichern und versuchen, sich nun gegenseitig vom Platz zu schieben. Wird das Spiel einem Kind unangenehm, ruft es „STOPP“ und das Spiel ist beendet. Hier geht es nicht um Aggressivität und Sieg, sondern darum, den eigenen Körper einzusetzen und die eigene Stärke zu spüren.

Hinweis: Die Teams können nach einiger Zeit neu zusammengestellt werden.

Reflexion: Gemeinsam soll besprochen werden wie es ist, wenn man sich stark fühlt. Die Kinder können auch aufzählen was man tun kann damit man sich sicher und stark fühlt.



#humanity
Zivilcourage & Werte



**ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ**

Aus Liebe zum Menschen.

1.d Eine Sache, die ich mag

Alter: ab 5 Jahren

Ziel: Die Kinder lernen sich selbst kennen, erkennen ihre Stärken und stehen im Mittelpunkt.

Material/Raum: keine besonderen Voraussetzungen notwendig

Beschreibung: Jeder und jede überlegt für sich, was er oder sie gerne hat oder macht (z.B. Ball spielen, Rad fahren, Eis essen, etc.). Es können auch Dinge genannt werden, die er oder sie besonders gut kann. Was das ist, wird zunächst nicht verraten. Wenn jedes Kind etwas gefunden hat, wird nacheinander der Begriff pantomimisch dargestellt. Im Anschluss an die Pantomime sollen die Kinder erraten, was dargestellt wurde. Die Betreuungsperson achtet darauf, dass die Kinder erst laut raten, wenn die Darstellung abgeschlossen ist.

Den jüngeren Kindern kann anfänglich auch vorgezeigt werden, wie das Darstellen funktioniert oder auch dabei geholfen werden.

Reflexion: Im Anschluss an die Übungen sollen die Kinder dazu animiert werden, mehr über die dargestellte Sache oder Tätigkeit zu erzählen, die sie oder er besonders gut kann. Die Kinder sollen in ihrem Gefühl von „das mag ich/das kann ich gut“ bestärkt werden.



#humanity
Zivilcourage & Werte



**ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ**

Aus Liebe zum Menschen.

1.e Gefühlsdusche

Alter: ab 5 Jahren

Ziel: Die Kinder lernen, wie man jemandem etwas Gutes tun und dessen Selbstwertgefühl stärken kann.

Material/Raum: keine besonderen Voraussetzungen

Beschreibung: Die Betreuungsperson wählt zwei Kinder aus, die sich mit dem Rücken zur Gruppe hinsetzen. Alle anderen Kinder sitzen nun hinter ihnen und dürfen die zwei Kinder der Reihe nach mit ihren positiven Gedanken über sie „bewerfen“. Die Betreuungsperson wählt aus, welches Kind mit Sprechen an der Reihe ist. Jedes Kind kann positive Gedanken zu einem oder beiden Kindern äußern. Die beiden Kinder sollen nur zuhören.

Die Betreuungsperson muss darauf achten, dass hier nur positive und keine negativen Gedanken Platz bekommen und ausgesprochen werden. Nach einiger Zeit dürfen andere Kinder vorne sitzen, sodass möglichst jedes Kind eine positive Gefühlsdusche bekommt.

Reflexion: Anschließend können die Kinder gefragt werden, wie sie sich nach ihrer Gefühlsdusche fühlen und auch wie es war, andere mit positiven Dingen zu „bewerfen“.



#humanity
Zivilcourage & Werte



**ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ**

Aus Liebe zum Menschen.

1.1 Grenzen spüren

Alter: ab 6 Jahren

Ziel: Kinder und Jugendliche erkennen persönliche Grenzen und auch was passiert, wenn diese überschritten werden. Dies ist ein wichtiger erster Schritt, um zu verstehen, dass man für Zivilcourage diese Grenze manchmal überschreiten muss.

Material/Raum: möglichst viel freien Platz

Beschreibung: Die Kinder und Jugendlichen gehen paarweise zusammen. Eine Person bleibt stehen (A), die andere (B) geht aus einer vorher definierten Entfernung auf die andere (A) zu und beide sehen sich dabei an. Die Aufgabe für Person A ist es, für sich zu beobachten, wie die Reaktion des eigenen Körpers ist und sobald ein unangenehmes Gefühl zu spüren ist „Stopp“ zu sagen. Hinweis: Dies kann bei jeder Person anders sein. Dann wird die Übung wiederholt und die Rollen werden getauscht.

Reflexion: In der Gruppe wird besprochen, wie es den Kindern und Jugendlichen ergangen ist und wann sich etwas unangenehm angefühlt hat. Die Betreuungsperson verknüpft dies nun mit dem Thema Zivilcourage: Die Schwierigkeit liegt hier oft darin, bewusst die eigene Grenze zu überschreiten. Um anderen zu helfen, ist es manchmal notwendig, die Grenze im sicheren Rahmen zu übertreten. Das kann jede und jeder trainieren.



#humanity
Zivilcourage & Werte



WIEN



ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

1.2 Rette mich, wer kann

Alter: ab 6 Jahren

Ziel: Wahrnehmung und Achtsamkeit für andere schärfen

Material/Raum: möglichst viel freien Platz

Beschreibung: In der Gruppe wird durchgezählt, somit erhält jede und jeder eine Nummer. Nun spazieren alle Kinder durch den Raum, es kann auch Musik aufgedreht werden. Nach einiger Zeit nennt die Betreuungsperson eine Zahl. Die Person, die diese Zahl hat, beginnt nun langsam in Ohnmacht zu fallen. Die Aufgabe der anderen ist es, diese Person aufzufangen, bevor sie zu Boden fällt. Wird sie nicht aufgefangen, bleibt sie am Boden liegen.

Reflexion: Danach wird in der Runde besprochen, wie es den Kindern gegangen ist. Wie hat es sich angefühlt selbst in Ohnmacht zu fallen oder jemanden aufzufangen? Warum haben sie sich dazu entschieden zu helfen? Was war schwierig? Somit soll das eigene Verhalten reflektiert werden.



#humanity
Zivilcourage & Werte



**ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ**

Aus Liebe zum Menschen.

1.3 Marionette

Alter: ab 6 Jahren

Ziel: körperliche Selbstbehauptung üben

Material/Raum: Raum für Kreis, Sessel an den Raumrand gestellt

Beschreibung: Ein Kind steht in der Mitte des Kreises und spielt eine Marionette. Die anderen Kinder müssen mit klaren Anweisungen die Marionette so verändern, dass die Körperhaltung der Marionette...

1. ... ängstlich, schüchtern (Beobachtungen teilen: nimmt sich wenig Raum, sieht kaum was rundherum passiert ...)
 2. ... selbstbewusst (Beobachtungen teilen: nimmt sich Raum, ohne anderen Raum wegzunehmen, sieht Umgebung gut ...)
 3. ... aggressiv, dominant (Beobachtung teilen: nimmt sich mehr Raum als nötig, hat ein begrenztes Sichtfeld ...)
- ... wirkt/ausieht. Anschließend mit allen Kindern, z. B. während diese sich im Raum bewegen oder im Kreis stehen, die drei „Ausdrücke“ üben.

Reflexion: Danach werden in der Gruppe Fragen gestellt: Wie fühlt sich die jeweilige Person? Wie wirkt die Marionette auf andere? Welche Körperhaltung ist die beste, wenn ich in einer Situation zugunsten eines anderen Kindes eingreifen möchte und warum?



#humanity
Zivilcourage & Werte



**ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ**

Aus Liebe zum Menschen.

1.4 Mut-Skala - Wie mutig bin ich?

Alter: ab 6 Jahren

Ziel: Die Kinder üben sich in Selbstbehauptung und können Selbstbewusstsein erlangen.

Material/Raum: Genügend freien Raum, die Sessel können an den Rand gestellt werden. Eine Linie mit Seil oder Kreppband am Boden aufzeichnen. An das eine Ende das Bild eines Löwen, an das andere das Bild einer Maus legen.

Beschreibung: Die Betreuungsperson erklärt, dass die Linie eine Skala symbolisiert. Die beiden Enden stehen für „sehr mutig“ (Löwe) bzw. ein „wenig mutig“ (Maus). Die Kinder werden aufgefordert, sich nach ihrer eigenen Einschätzung zu positionieren.

Reflexion: Danach finden sich alle wieder in der Gruppe zusammen und es werden Beispiele diskutiert – wo war ich schon einmal mutig? (Sich alleine zu positionieren, ist auch mutig. Oder zur eigenen Meinung zu stehen und nicht das zu tun, was andere tun.)

Nach der Reflexion dürfen sich alle noch einmal eine (neue) Position auf der Skala aussuchen



#humanity
Zivilcourage & Werte



**ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ**

Aus Liebe zum Menschen.

1.5 Lenas Traum

Alter: ab 6 Jahren

Ziel: Die Kinder sollen ein Bewusstsein für den Wert von Unterschieden entwickeln und ihre Selbsterkenntnisse fördern.

Material/Raum: Geschichte „Lenas Traum“ von Roland Bühs, zu finden ist diese hier:
www.stiftung-gegen-rassismus.de/wp-content/uploads/2019/02/Grundschule.pdf

Beschreibung: Die Betreuungsperson liest die Geschichte vor. Danach malen die Kinder eine Situation aus der Geschichte oder sie entwerfen dazu eine Bildergeschichte.

Reflexion: Danach werden in der Gruppe Fragen gestellt und beantwortet:

- Was ist in der Geschichte passiert?
- Was hat sich Lena gewünscht? Wie geht es Lena im Traum?
- Was würdest du fühlen, wenn es dir so ginge wie Lena? Was würdest du davon halten, wenn alle das Gleiche gut finden und die gleichen Hobbys haben?
- Was wäre gut daran? Was wäre schlecht daran? (Vor- und Nachteile)
- Was ist gut an Unterschieden? Was ist gut an Gemeinsamkeiten?
- Was meint Lena damit, wenn sie sagt: „Ach, wenn du wüsstest, wie schön das ist, dass du anders bist als ich!“
- Wie sollten wir Personen behandeln, die andere Dinge als wir selbst gut finden?

Quelle: Geschichte Lenas Traum, © Anti-Defamation League und Verlag Bertelsmann Stiftung



#humanity
Zivilcourage & Werte



WIEN



ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

1.6 Mein Wappen

Alter: ab 6 Jahren

Ziel: persönliche Stärken, Schwächen und Ziele mit Hilfe einer Fantasiereise erforschen

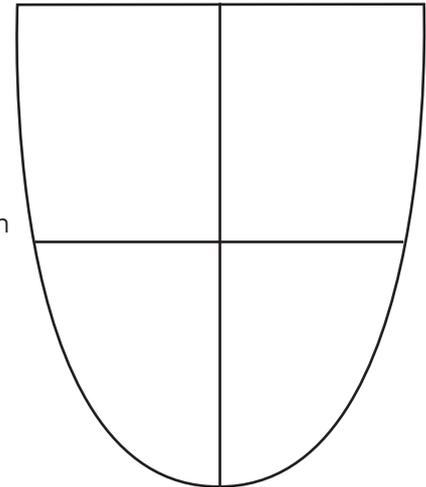
Material/Raum: Wappenvorlage, Fantasiereise

Beschreibung: Die Betreuungsperson erklärt den Kindern, dass nun alle gemeinsam auf eine Reise nach ihren persönlichen Stärken, Schwächen und Zielen gehen. Nach der Fantasiereise werden die Ergebnisse in Form eines persönlichen Wappens, das in vier Teile unterteilt ist, festgehalten. Das Wappen kann gezeichnet oder beschrieben werden.

1. Teil des Wappens: Stärken, Fähigkeiten
2. Teil des Wappens: Schwächen, Ängste
3. Teil des Wappens: Wünsche, Träume
4. Teil des Wappens: Was kannst du selbst tun, damit diese Wünsche/
Träume in Erfüllung gehen?

Reflexion: Die Kinder dürfen sich dann eine PartnerIn auswählen, um ihr Wappen zu erklären und kurz zu präsentieren. Anschließend werden alle Wappen in der Klasse aufgehängt. Die Betreuungsperson bespricht im Plenum dann noch einmal alle Stärken und Fähigkeiten der einzelnen Schülerinnen und Schüler.

Mein Wappen



Quelle: Fantasiereise nach Maureen Murdock „Dann trägt mich eine Wolke“ (2009, Verlag Peter Hess)



#humanity
Zivilcourage & Werte



WIEN



ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

1.7 Allein, zu zweit, alle

Alter: ab 8 Jahren

Ziel: Kinder sammeln Begriffe, Situationen, wo sie selbst anderen geholfen haben und stellen eine gemeinsame Definition von Zivilcourage auf.

Material/Raum: Stift, Zettel, Flipchart oder Tafel, Stoppuhr

Beschreibung: Bevor die Übung beginnt, schreiben die Kinder die Buchstaben des Alphabets jede und jeder für sich untereinander auf ein Blatt Papier. Das Ziel ist es, zu jedem Buchstaben ein Wort zu finden, das die Kinder mit „jemandem helfen“ oder „mir wurde geholfen“ verbinden. Die Betreuungsperson erklärt den Kindern, dass sie zuerst 2 Minuten für sich selbst Zeit haben, um sich zu überlegen, wann sie anderen geholfen haben und welche Wörter ihnen dazu einfallen. Diese Wörter schreiben sie ins Alphabet. Wenn die 2 Minuten um sind (die Betreuungsperson stoppt die Zeit sichtbar für die Kinder mit), dürfen sich die Kinder für ungefähr 4 Minuten mit ihrer Sitznachbarin oder ihrem Sitznachbarn austauschen, um das Alphabet zu vervollständigen (auch hier stoppt die Betreuungsperson die Zeit). Danach fragt die Betreuungsperson nach Worten, Situationen, die den Kindern eingefallen sind und sammelt die besten Begriffe zu den Buchstaben von Zivilcourage an der Tafel bzw. am Flipchart. So entstehen eigene Definitionen und es können erste Assoziationen verortet werden.

Reflexion: Kinder zeichnen eine Situation, in der sie jemandem geholfen haben oder in der ihnen selbst geholfen wurde.



#humanity
Zivilcourage & Werte



ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

1.8 Welche Werte teilen wir?

Alter: ab 8 Jahren

Ziel: Die Kinder erkennen ihre gemeinsamen Werte.

Material/Raum: Raum mit Platz, Aussagenkärtchen

Beschreibung: Die Betreuungsperson bereitet je zwei gegensätzliche Aussagen vor, die für das Wohl der Klasse besonders wichtig sind (zum Beispiel: spezielle Herausforderungen). Gegensätzliche Aussagen könnten sein: „Unsere Klasse ist sehr in Cliques aufgeteilt.“ versus „Niemand wird in unserer Klasse ausgeschlossen.“ Die zwei Aussagen werden jeweils gegenüber am Ende des Raumes platziert. Nun werden die Kinder aufgefordert, sich selbst zu platzieren mit der Frage „Wie ist das in unserer Gruppe/Klasse?“ Die Betreuungsperson kann dann einzelne Kinder nach dem Grund ihrer ausgewählten Position fragen. Auch die Frage: „Wie wünschst du es dir?“, kann gestellt werden.

Hinweis: Falls ein Problem in der Gruppe/Klasse vorherrscht, ist diese Übung nicht dazu geeignet, Lösungen für das Problem zu finden, sondern um gemeinsam Werte zu finden.

Reflexion: Im Plenum wird besprochen, welche Werte für die Gruppe und Klasse eindeutig wichtig sind. Wie schwierig es manchmal vielleicht gewesen ist, sich eher allein auf eine Position zu stellen.

Quelle: Stronger Children – Less Violence“ Projekt 2009–2011 – Daphne Programm, Projektnr. JLS/2008–1/DAP-204 - Anpassung: mhtconsult, DK online unter www.vhs-th.de/fileadmin/redaktion/Der_Verband/Downloads/DL-KitaSchule/StrongerChildren2_DE.pdf (Stand 24.05.2019)



#humanity Zivilcourage & Werte



WIEN



ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

Methodensammlung

Methoden Kategorie 2 – Situationen analysieren

Die zweite Kategorie bietet Übungen, um sich mit Situationen, in denen zivilcouragiertes Handeln erfordert ist, auseinander zu setzen. Kinder und Jugendliche schaffen dadurch ein Bewusstsein für schwierige Ereignisse, in die sie eingreifen können.

Alle Übungen sind nach Altersstufen aufgebaut, beschreiben das Ziel, das benötigte Material, den Inhalt und enthalten einen Teil zur Reflexion, der vor allem für Zivilcourage und Werte wesentlich ist.

Übungen und Methoden	Altersgruppe
2.a Emotionsbilder	ab 4 Jahren
2.b Miteinander-Fest	ab 4 Jahren
2.c Gefühle erkennen	ab 4 Jahren
2.d Armer Rudolph	ab 4 Jahren
2.e Stille Post der Gefühle	ab 5 Jahren
2.f Im Museum	ab 5 Jahren
2.1 Verhaltens-Memory	ab 6 Jahren
2.2 Irgendwie anders	ab 6 Jahren
2.3 Ich bin viele: Stand-up	ab 6 Jahren
2.4 Ja sagen	ab 6 Jahren
2.5 Die Streittypen	ab 6 Jahren
2.6 Aufbauher und Miesmacher	ab 8 Jahren



#humanity
Zivilcourage & Werte



WIEN



ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

2.a Emotionsbilder

Alter: ab 4 Jahren

Ziel: Kinder erkennen verschiedene Emotionen bei sich und anderen. Sie entwickeln Verständnis für die Bedürfnisse anderer.

Material/Raum: Papier, Malstifte

Beschreibung: Die Gruppe sitzt im Kreis, Papier und Stifte werden ausgeteilt. Nun werden verschiedene Situationen vorgelesen und wenn nötig auch etwas detaillierter beschrieben, so dass alle Kinder sich darunter etwas vorstellen können. Nachdem eine Situation beschrieben und von allen verstanden wurde, sollen die Kinder malen, wie sie sich in dieser gefühlt haben oder wahrscheinlich fühlen würden.

Situationen können z.B. sein:

- „Ich habe ein neues Spielzeug geschenkt bekommen.“
- „Ich streite mich mit meinem Bruder/meiner Schwester.“
- „Ich bin allein in einem dunklen Zimmer.“
- „Ich werde mit meinen Eltern ins Kino gehen.“
- „Mein Lieblingsspielzeug ist kaputtgegangen.“



Sind einige Situationen beschrieben und ist von den Kindern dazu gemalt worden, werden die Situationen nochmals durchgegangen. Diesmal sollen die Kinder nacheinander die gemalten Emotionen vorspielen, die anderen Kinder beobachten sie dabei. Dabei kann je nach Alter und Fähigkeit beschrieben werden, wie es sich anfühlt oder auch mit Mimik, Körpersprache oder Ausdruck dargestellt werden.

Als Input können den Kindern auch reale Bilder von Situationen und Gefühlen gezeigt werden. Eine Auswahl findet sich auf www.humanity.at/zivilcourage

Reflexion: Fragen Sie die Kinder:

1. Was war schwieriger zu zeigen, wenn du dich gefreut oder du dich traurig gefühlt hast?
2. Wie geht es dir, wenn du siehst, dass es einem Freund oder einer Freundin nicht so gut geht?
3. Was machst du, wenn du ganz traurig bist oder dich sehr ärgerst?

2.b Miteinander-Fest

Alter: ab 4 Jahren

Ziel: Kinder erleben, dass sie durch ihr Verhalten ihre Gemeinschaft selbst gestalten können und jedes Kind dazu beiträgt.

Material/Raum: Schnur, bunte Bänder

Beschreibung: Die Schnur wird an einer Wand entlang gespannt. Den Kindern wird erklärt, dass immer dann, wenn sich ein Kind in der Gruppe besonders rücksichtsvoll und freundlich verhält, eine Masche aus einem farbigen Band an die Schnur gebunden wird. Die Situationen wo sich jemand rücksichtsvoll verhalten kann können Kinder beobachten und der Pädagogin sagen, aber auch die Pädagogin oder der Pädagoge können Beobachtungen einbringen. Mit der Zeit wird aus der Schnur ein bunter Raumschmuck. Wenn die Schnur voller Maschen ist, wird ein „Miteinander-Fest“ gefeiert, das Motto ist: „Wir haben es uns schön gemacht!“

Die bunte Maschenschnur bleibt hängen, eine zweite wird begonnen. Mit der Zeit entsteht ein Wandschmuck. Wenn gewünscht, können auch kleine Notizen zu den Maschen gehängt werden, um sich daran zu erinnern, was Rücksichtsvolles gemacht wurde. So kann die Situation auch beim Miteinander-Fest wieder in Erinnerung gerufen werden.

Quelle: Pädagogische Hochschule Niederösterreich (Hrsg): Werte leben, Werte bilden. Wertebildung im Kindergarten. Impulse für das pädagogische Handeln. Wien, 2018



#humanity
Zivilcourage & Werte



WIEN



ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

2.c Gefühle erkennen

Alter: ab 4 Jahren

Ziel: Die Kinder erkennen und benennen Gefühle und können sich in andere einfühlen.

Material/Raum: Gefühlskarten, Bilder von Kindern, die bestimmte Gefühle ausdrücken

Beschreibung: Die Bilder werden am Tisch oder auf dem Boden aufgedeckt verteilt, die Gefühlskarten liegen verdeckt auf einem Stapel. Das erste Kind deckt eine Gefühlskarte auf, benennt das Gefühl und sucht in der Mitte ein dazu passendes Bild. Es versucht zu erkennen und zu erzählen, warum sich diese Person freut, sich ärgert, oder wovor sie Angst hat. Bei negativen Gefühlen fragt die Betreuungsperson nach: „Was würde sich dieses Kind wünschen, damit es ihm besser geht?“ (Beispiele: ein Bild von einem Kind, das freudestrahlend vor seiner Geburtstagstorte steht, ein weinendes Kind liegt neben einer Schaukel am Boden, ein verärgertes Kind mit einem kaputten Spielzeug, ein ängstliches Kind vor einem großen Hund, etc. ...)

Am besten wird diese Übung mit einer kleineren Gruppe gespielt, damit die Kinder nicht zu lange warten müssen, bis sie selbst an der Reihe sind.

Eine Vorlage zu den Gefühlskarten und Bildern findest du unter www.humanity.at/zivilcourage

Quelle: Kinder- und Jugendanwaltschaft Salzburg. Andrea Holz-Dahrenstaedt (Hrsg) Ich bin anders als du. Anregungen zur Gewaltprävention im Kindergarten mit dem Theaterstück „Das hässliche Entlein“. 2009, Salzburg https://www.kija-sbg.at/fileadmin/_migrated/content_uploads/Ich-bin-anders-als-Du.pdf



#humanity Zivilcourage & Werte



WIEN



ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

2.d Armer Rudolf

Alter: ab 4 Jahren

Ziel: Kinder erleben Gemeinschaftssinn und Empathie. Sie erleben, welche Kraft es hat, sich um jemand anderen zu kümmern.

Material/Raum: Handpuppe od. Plüschtier, Papier und Malstifte, Geschichte von Rudolf

Beschreibung: Die Kinder sitzen in einem Kreis und die Betreuungsperson stellt in der Runde die Handpuppe Rudolf vor (hierfür kann jede Handpuppe oder ein Plüschtier verwendet werden). Die Geschichte von Rudolf wird erzählt, der heute leider keinen so guten Tag hat und sehr traurig ist. Die Kinder werden nun aufgefordert, sich zu überlegen, wie sie Rudolf helfen können und auch wie sie ihn wiederaufbauen können. Jede Idee der Kinder wird in Form eines Symbols auf einen Zettel aufgemalt. Alle Blätter werden danach zusammengeklebt, sodass eine große Papierdecke entsteht. Mit dieser Decke kann sich Rudolf, oder jemand anderer, immer zudecken, wenn er oder sie gerade Aufmunterung braucht.

Reflexion: Mit den Kindern soll im Anschluss besprochen werden, was sie gedacht haben, als sie Rudolfs Geschichte gehört haben. Kennen sie die Situationen, die Rudolf erlebt hat? Hatten die Kinder auch schon einmal Tage, an denen alles schiefgelaufen ist? War es schwierig, Dinge zu finden, die Rudolf aufmuntern oder ihm helfen könnten? Gemeinsam soll besprochen werden, dass es die kleinen Dinge sind, die anderen in einer schwierigen Situation helfen können.



Rudolf hat keinen guten Tag.

Es ist ein Morgen wie viele andere auch. Rudolf wird von seiner Mama geweckt, die ihm auch gleich einen großen Kuss auf die Stirn drückt. Langsam steht Rudolf auf, gähnt und streckt sich. Er zieht sich etwas an und geht dann frühstücken. Langsam wird er wach und freut sich schon auf seinen Tag im Kindergarten. Heute wird er auch seine selbstgemachte Laterne herzeigen, die er am Wochenende gebastelt hat. Jetzt ist Rudolf ganz aufgeregt und kann es gar nicht abwarten in den Kindergarten zu kommen. Voller Freude zieht er sich Jacke und Schuhe an und geht mit seiner Laterne in der Hand aus dem Haus. Am Vortag hat es ganz viel geregnet und es haben sich einige Lacken gebildet.

Mit viel Schwung geht Rudolf los, aber oho der Boden ist wohl etwas zu nass und Rudolf rutscht aus und fällt hin. „Aua“, denkt sich Rudolf, und er wird ganz traurig, als er merkt, dass er auf seine Laterne gefallen ist. Diese liegt nun völlig durchnässt und platt gedrückt vor ihm auf dem Boden. Rudolf steigen die Tränen in die Augen. So hat er sich seinen Tag nicht vorgestellt. Seine Mama gibt Rudolf eine Umarmung und nach einigen Tränen gehen sie weiter Richtung Kindergarten. Mit gesenktem Kopf geht Rudolf an der Hand seiner Mama auf den Kindergarten zu, da hört er eine laute Stimme, die ruft „hahaha, der Rudolf hat sich in die Hose gemacht“. Das war Kevin, er geht auch in den Kindergarten, aber in eine andere Gruppe. Erst nachdem Kevin so laut gebrüllt hat, merkt Rudolf, dass von dem Sturz auch seine Hose nass und auch schmutzig ist. Hanna und Louise haben Kevins Spruch gehört. Die zwei lachen nun laut mit und zeigen auf Rudolfs Hose. Da wird Rudolf gleich noch trauriger. So wollte er wirklich nicht, dass der Tag beginnt, irgendwie läuft alles schief...

2.e Stille Post der Gefühle

Alter: ab 5 Jahren

Ziel: Kinder erkennen Gefühle und können diese auch bei anderen erkennen.

Material/Raum: Gefühlskarten

Beschreibung: Immer fünf Kinder stellen sich hintereinander auf und schauen alle in eine Richtung. Das letztgeordnete Kind bekommt nun eine Gefühlskarte gezeigt. Er oder sie soll nun dieses Gefühl auf der Karte ohne Worte, also nur pantomimisch, dem nächsten Kind in der Reihe vermitteln, ohne, dass die anderen etwas davon mitbekommen. Dieses Kind muss sich, ebenfalls ohne zu sprechen, die Darstellung ansehen und die Info an das nächste Kind weitergeben. Nachdem das Gefühl dem vordersten Kind in der Reihe dargestellt wurde, darf dieses sagen um welches Gefühl es sich seiner Meinung nach handelt.

Die Kinder können nach jeder Runde auch Platz wechseln, so dass immer jemand anderer vorne und hinten in der Reihe steht.

Reflexion: Gemeinsam kann dann in der Runde besprochen und reflektiert werden, wie man merkt, wenn jemand glücklich, traurig, wütend etc. ist. Die Kinder sollen hier beschreiben, wie bzw. woran ihnen das bei anderen auffällt.

Eine Vorlage zu den Gefühlskarten findest du unter www.humanity.at/zivilcourage



#humanity
Zivilcourage & Werte



**ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ**

Aus Liebe zum Menschen.

2.f Im Museum

Alter: ab 5 Jahren

Ziel: Die Kinder beobachten Situationen und nehmen Veränderungen bewusster wahr.

Material/Raum: möglichst viel Platz

Beschreibung: Die Kinder werden in zwei Gruppen eingeteilt: Die Museumsbesucher und die Museumsfiguren. Die Figuren stehen starr an einem Fleck und die Besucher gehen herum und schauen sich die Figuren an – so wie im Museum. Wichtig: Die Figuren dürfen nicht berührt werden. Die Besucherinnen sollen sich eine Figur merken und dann das Museum verlassen. Nun wechseln ein bis zwei Figuren ihre Plätze und verändern auch, wie sie stehen. Wenn sie wieder erstarrt sind, kommen die Besucher herein und müssen herausfinden, was sich geändert hat. Dazu sollen sie wieder um die Figuren herumgehen und beobachten, ohne zu sprechen. Nach einer Minute setzen sich alle Kinder auf den Boden. Nacheinander erzählen sie, was sie beobachtet haben.

Diese Übung kann auch abgewandelt umgesetzt werden, indem die Pädagogin oder der Pädagoge einer der Figuren den Auftrag gibt, so zu tun als hätte die Figur, die sie darstellen, Angst. Die Besucherinnen bekommen die Aufgabe herauszufinden, welche Figur ihre Hilfe braucht, weil es ihr nicht gut geht.

Reflexion: Gemeinsam kann anschließend besprochen werden, wie es ist, wenn man andere beobachtet. War es schwierig, Veränderungen zu bemerken? Worauf kann man achten, wenn man herausfinden will, ob es jemandem nicht gut geht? Jene Kinder, die Figuren dargestellt haben sollen beschreiben, wie es war, beobachtet zu werden.

Quelle: Jamie Walker, Gewaltfreier Umgang mit Konflikten in der Grundschule, Verlag Cornelsen Scriptor, in: Gewaltfrei miteinander. Spiele und Übungen. Friedensbüro Graz. 2017

http://hpneu.friedensbuero-graz.at/wp-content/uploads/2017/07/08-B_VS-Spiele_Selbstwert_kl.pdf



#humanity
Zivilcourage & Werte



ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

2.1 Verhaltens-Memory

Alter: ab 6 Jahren

Ziel: Kinder erkennen Situationen und Aktionen.

Material/Raum: Vorlage Verhaltens-Memory

Beschreibung: Aus der bestehenden Verhaltens-Memory-Vorlage werden in der Gruppe passende Situationen und Aktionen verbunden (z. B. miteinander streiten – Streit schlichten). Jedes Paar wird dann ausgeschnitten und in einer Farbe angemalt. Die Begriffe können auch auf Karton geklebt werden und auch noch um weitere Paare ergänzt werden. Anschließend kann das Memory nach den bekannten Regeln gespielt werden.

Eine Vorlagen zu den Memory-Karten findest du unter www.humanity.at/zivilcourage

Reflexion: Die Kinder zeichnen eine Bildergeschichte zu einem Memory-Paar ihrer Wahl.



#humanity
Zivilcourage & Werte



ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ

Aus Liebe zum Menschen.

2.2 Irgendwie anders

Alter: ab 6 Jahren

Ziel: Kinder setzen sich mit Toleranz, Freundschaft und Akzeptanz auseinander.

Material/Raum: Kinderbuch „Irgendwie anders“. AutorInnen: Kathryn Cave, Chris Ridell, Illustration: Chris Ridell, Übersetzung: Salah Naoura, Verlag: Oetinger Verlag, 1994

diese findest du unter www.humanity.at/zivilcourage

Beschreibung: Betreuungsperson liest den ersten Teil der Geschichte vor, damit die Kinder zuerst ihr eigenes Ende erfinden und auch malen können. Jedes Kind hat dann Zeit, sein eigenes Ende kurz in der Gruppe mit seinem gemalten Bild vorzustellen.

Reflexion: Die Betreuungsperson bespricht die Bilder und stellt währenddessen folgende Fragen an die Kinder:

- Wie fühlen sich die einzelnen Personen in der Geschichte und am Ende?
- Wer hat selbst schon einmal Ähnliches erlebt?



#humanity
Zivilcourage & Werte



**ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ**

Aus Liebe zum Menschen.

2.3 Ich bin viele: Stand-up

Alter: ab 6 Jahren

Ziel: Kinder erkennen Gruppenzugehörigkeit, Zuschreibungen und Vielfalt an.

Material/Raum: Sesselkreis

Beschreibung: Alle Kinder sitzen im Kreis. Eine Reihe von Aussagen wird vorgelesen und die Kinder werden gebeten aufzustehen, wenn eine Aussage auf sie zutrifft und sich vor der nächsten Aussage wieder hinzusetzen. Wichtig: Niemand ist gezwungen, aufzustehen, wenn sie oder er das bei einer Aussage nicht möchte.

Die Betreuerinnen und Betreuer bitten alle Kinder jeweils aufzustehen, die ...

... Geschwister haben	... Schlappen tragen
... ein Haustier haben	... Menschen sind
... gerne lesen	... eine Brille tragen
... ein Mädchen sind	... in Österreich leben
... ein Bub sind	... gerne Rad fahren
... sich schon mal verliebt haben	... Ski fahren oder Fußball spielen
... schon mal außerhalb Österreichs/Europas waren	... Religion wichtig finden
... gerne Musik hören	... Personen mit einer Behinderung kennen
... an Aliens glauben	... gerne im Internet surfen
... gerne tanzen	... Vegetarierin oder Vegetarier sind
... eine elektrische Zahnbürste haben	... mehr als 2 Sprachen sprechen



Reflexion:

- Bei welchen Rollen sind alle aufgestanden?
- Ist jemand bei einer Rolle alleine gestanden? Wie hat es sich angefühlt, alleine oder fast alleine zu stehen?
- Was war es für ein Gefühl Teil einer größeren Gruppe zu sein?
- Welche Rolle mögt ihr am liebsten, welche ist euch am wichtigsten?
- Welche Rollen kann man sich aussuchen?
- Welche Rollen habt ihr von Geburt an?
- Haben sich deine Rollen im Laufe der Zeit verändert? Welche Rollen werden sich (vielleicht) noch ändern, glaubt ihr? (Schülerin, Schwester, Brille)
- Hast du etwas Neues über dich und über die Gruppe gelernt?

Betreuungsperson fasst am Ende die Erkenntnisse zusammen: Wir sind alle verschieden – haben aber auch viel gemeinsam. Manchmal sind viele gestanden, manchmal waren es wenige. Manche Rollen kann man sich aussuchen und manche sind von Geburt an so.

Quelle: ZARA – Zivilcourage und Anti-Rassismus-Arbeit



2.4 Ja sagen

Alter: ab 6 Jahren

Ziel: Kinder erleben die vielfältige Bedeutung des Wortes „Ja“ (fragend, zögernd, abweisend, ermunternd, etc.) und verstehen, dass die Intonation dieses Wortes maßgeblich eine Situation bestimmen kann. Zudem erfahren sie, wie wichtig die Fähigkeit ist, zur eigenen Meinung auch stehen zu können. Ziel ist die Förderung von Zivilcourage.

Material/Raum: möglichst viel freien Platz, Sesselkreis

Beschreibung: Die Kinder bilden einen Stuhlkreis. Zunächst sollen sie nun der Reihe nach „Ja“ sagen. In der zweiten Runde gibt der Lehrer oder die Lehrerin eine beliebige Frage vor, welche die SchülerInnen wiederum der Reihe nach mit „Ja“ beantworten sollen – auch wenn sie die Frage eigentlich verneinen würden (z. B. „Isst du gerne Spaghetti?“). Aufgrund dieser Tatsache wird das Wort „Ja“ völlig verschieden betont werden, sodass viele unterschiedliche „Ja`s“ zu hören sind.

Reflexion:

- Was war das für ein Gefühl, mit „Ja“ zu antworten, obwohl man eigentlich „Nein“ sagen müsste?
- Wie fühlt es sich an, nicht zur eigenen Meinung zu stehen?
- Welche unterschiedlichen Aspekte kann man in einem Wort bzw. in einer Aussage hinsichtlich der Betonung und des Ausdrucks hören (Ironie, Angst, etc.)?
- Kommt mir so eine Situation im Alltag bekannt vor? Wo erlebe ich sie evtl. regelmäßig?

Quelle: www.bpb.de/lernen/grafstat/mobbing/46668/info-05-08-ja-sagen

nach Frey, D u.a.: zammgraut. Ein Training von Anti-Gewalt bis Zivilcourage für Kinder und Jugendliche, in: Jonas, K. u.a.: Zivilcourage trainieren! Theorie und Praxis, Göttingen u.a.: Hogrefe 2007, S. 137–203, hier: S. 162f.



#humanity
Zivilcourage & Werte



**ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ**

Aus Liebe zum Menschen.

2.5 Die Streittypen (von Verena Chavanne)

Alter: ab 6 Jahren

Ziel: Kinder erkennen, dass Menschen verschieden sind und demnach auch in Situationen unterschiedlich handeln bzw. sich verhalten.

Material/Raum: Geschichte der streitenden Tiere, Bilder der Tiere

Beschreibung: Die Betreuungsperson liest die Geschichte der streitenden Tiere vor, stellt immer wieder Zwischenfragen: „Was glaubt ihr, wie wird der Hase/Wolf... reagieren? – Besprich das für eine Minute mit einer Partnerin oder einem Partner.“ Während des Erzählens werden als Gedächtnisstütze auch Tierbilder aufgehängt. Jedes Tier hat eine andere Art, sich bei Streit zu verhalten, erklärt die Betreuungsperson und sammelt mit den Kindern die Reaktionen von jedem Tier zusammen.

Reflexion: Die Betreuungsperson stellt anschließend folgende Reflexionsfragen: Was sagen, fühlen und tun die verschiedenen Tiere im Streit? Welche Streitstrategie führt in der Geschichte oder im Alltag zu nachhaltigen Lösungen? Welchen Beitrag kann ich durch meine Reaktion auf Konflikte zu einem guten Klima innerhalb der Klasse leisten? Hinweis: Die Betreuungsperson kann den Kindern auch eine Beobachtungsaufgabe mitgeben.

Beobachtungsaufgabe:

Immer wieder gibt es Meinungsverschiedenheiten in der Klasse. Ich reagiere normalerweise ähnlich wie..... in der Geschichte. Letzte Woche habe ich ausprobiert, wie es ist, wenn ich wie.....reagiere.
So habe ich mich dabei gefühlt:



#humanity
Zivilcourage & Werte



**ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ**

Aus Liebe zum Menschen.

2.6 Aufbauer und Miesmacher

Alter: ab 8 Jahren

Ziel: Kinder verbinden ihre Emotionen zu Situationen und drücken diese aus.

Material/Raum: Aufbauer- und Miesmacher-Situationen

Beschreibung: Die Betreuungsperson oder die Kinder ziehen aus einer Box verschiedene Situationsbeschreibungen und lesen diese vor. Anschließend nimmt sich jeder für sich eine Minute Zeit, um darüber nachzudenken, wie sie oder er sich fühlt. Danach stoppt die Betreuungsperson zwei Minuten, in denen sich die Kinder mit einer Partnerin oder einem Partner kurz über ihre Gefühle austauschen und für „Aufbauer“ oder „Miesmacher“ entscheiden. Sobald die zwei Minuten um sind, bittet die Betreuungsperson die Kinder ihre Entscheidung mit Daumen nach oben (Aufbauer – „Wir fühlen uns gut“) oder Daumen nach unten (Miesmacher – „Wir fühlen uns schlecht“) zu zeigen. Das Prozedere wird bei jeder Aussage wiederholt.



Beispiele für Aussagen:

Wie sehen denn deine Haare aus? Bist du in einen Farbtopf gefallen?	Tina und ich gehen heute Abend ins Kino. Hast du Lust mitzukommen?
Sag mal, wie oft soll ich dir das noch erklären? Du checkst echt gar nichts!	Ich stimme zwar nicht mit deiner Meinung überein, aber ich fand sie interessant und habe noch eine ganze Weile darüber nachgedacht.
Geh weg, du Opfer! Wir wollen dich hier nicht haben.	Fand ich übrigens nett von dir, dass du mir dein Handy geborgt hast.

Reflexion: Die Betreuungsperson sammelt mit den Kindern noch weitere „Aufbauer“, die dann auf ein Plakat geschrieben und in der Klasse aufgehängt werden.

Methodensammlung

Methoden Kategorie 3 – Aktiv werden

In den Übungen der Kategorie 3 geht es hauptsächlich ums „Aktiv werden“ und konkrete Handlungsoptionen. Kinder und Jugendliche können dadurch Zivilcourage trainieren.

Alle Übungen sind nach Altersstufen aufgebaut, beschreiben das Ziel, das benötigte Material, den Inhalt und enthalten einen Teil zur Reflexion, der vor allem für Zivilcourage und Werte wesentlich ist.

Übungen und Methoden	Altersgruppe
3.a Megafon	ab 4 Jahren
3.b Unser Vertrag	ab 5 Jahren
3.c Will ich das überhaupt?	ab 5 Jahren
3.d Wer kann helfen?	ab 5 Jahren
3.e Täter und Opfer	ab 5 Jahren
3.1 2-Ecken-Spiel	ab 7 Jahren
3.2 Brunnen	ab 7 Jahren
3.3 Unterschriften-Bingo	ab 8 Jahren
3.4 Wir zeigen, wie es geht	ab 10 Jahren



#humanity
Zivilcourage & Werte



**ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ**

Aus Liebe zum Menschen.

3.a Megafon

Alter: ab 4 Jahren

Ziel: Kinder probieren spielerisch aus, wie man Hilfe holen kann.

Material/Raum: Zeichen- oder Bastelvorlage für ein Megafon - diese findest du unter www.humanity.at/zivilcourage

Beschreibung: Die Kinder stellen sich im Kreis auf und legen eine Hand auf ihren Bauch, um zu spüren, wie ihr Atem die Bauchdecke hebt und senkt. Jedes Kind lässt die Hand am Bauch liegen und versucht zuerst ganz leise „Wer kann mir helfen?“ oder „Kannst du mir helfen?“ oder „Ich brauche Hilfe“ zu sagen. Danach nehmen sie ihr selbst gebasteltes Megafon, holen tief Luft und sagen laut und deutlich „Ich brauche Hilfe!“ oder „Hilf mir!“ oder „Hilfe!“.

Reflexion: Die Betreuungsperson stellt danach an die Kinder folgende Fragen:

- Wie hast du dich gefühlt, als du ganz leise um Hilfe gefragt hast?
- Wie hast du dich gefühlt, als du es durch dein Megafon gesagt hast?
- Wann glaubst du, kommt jemand, um dir zu helfen?
- In welchen Situationen hast du schon einmal geholfen oder wurde dir geholfen?
- Glaubst du es ist wichtig, dass man laut um Hilfe rufen kann?

Quelle: 20. Möwe Fachtagung. Verschiedene Gesichter psychischer Gewalt. Mag.a Bettina Petershofer-Rieder.
<https://www.die-moewe.at/sites/default/files/Mobbing%20schon%20im%20Kindergarten.pdf>



#humanity
Zivilcourage & Werte



**ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ**

Aus Liebe zum Menschen.

3.b Unser Vertrag

Alter: ab 5 Jahren

Ziel: Kinder erarbeiten gemeinsam Regeln für ihre Gruppe, um ein gutes Miteinander sicherzustellen.

Material/Raum: großes Papier, Stifte, Beispiele für Regeln

Beschreibung: Alle Kinder sitzen im Kreis und es sollte eine entspannte und konzentrierte Atmosphäre herrschen. Die Betreuungsperson erklärt, dass sich die Gruppe gemeinsam Regeln für das Zusammensein erarbeiten will. Die Pädagogin oder der Pädagoge stellen hier fest, dass alle verstehen, was Regeln sind.

Gemeinsam sind nun die Kinder gefordert, auf dem Blatt Papier jene Regeln festzuhalten, die aus ihrer Sicht für das Zusammensein wichtig sind. Die Regeln können geschrieben oder gemalt werden. Die Betreuungsperson achtet dabei darauf, dass jede festgehaltene Regel gehört und verstanden wird. Auch der Pädagoge oder die Pädagogin kann hier Regeln hinzufügen. Am Ende werden alle Regeln nochmals durchgegangen und als Bestätigung von allen unterschrieben oder mit einem Daumenabdruck bestätigt. Das Plakat kann nun gut sichtbar aufgehängt werden.



Hinweise:

- Jeder eingebrachte Vorschlag soll berücksichtigt und respektiert werden. Vermeiden Sie, dass sich die Kinder über Vorschläge lustig machen.
- Sollte eine eingebrachte Idee von der Gruppe abgelehnt werden, versuchen Sie, doch zu einem Kompromiss zu kommen.
- Sprechen Sie speziell eher ruhigere oder schüchterne Kinder an, um auch ihre Ideen einzubinden.
- Achte Sie darauf, dass sich mindestens eine Regel auf das Thema Mobbing/Gewalt wie auch eine auf das Thema „anderen helfen“ bezieht.

Reflexion: Nachdem das Plakat mit Gruppenregeln fertiggestellt ist, können den Kindern folgende Fragen zur Reflexion gestellt werden:

1. Könnt ihr die Wichtigkeit, gemeinsam Regeln aufzustellen, erkennen? – Warum? Warum nicht?
2. Konntet ihr alle für euch wichtigen Themen einbringen?
3. Habt ihr euch wohlgeföhlt, als bestimmte Themen/Problemen für den Vertrag angesprochen wurden? Wenn nicht, warum?
4. Wie könnt ihr sicherstellen, dass die Regeln beachtet und respektiert werden?
5. Was passiert, wenn jemand die Regeln nicht anerkennt und berücksichtigt?

3.c Will ich das überhaupt?

Alter: ab 5 Jahren

Ziel: : Kinder verstehen, wie es ist, wenn man beeinflusst wird und lernen darauf zu achten, wenn eine Person einer anderen etwas Schlechtes will.

Material/Raum: Vertrag der Gruppe (erarbeitet in Übung 3.b.)

Beschreibung: Alle Kinder bis auf eines legen sich in einem Kreis auf den Bauch, der Kopf zeigt in die Mitte. Alle Kinder sollen nun die Arme verschränken oder einander die Hand geben, so dass ein vernetzter Kreis entsteht. Das Kind außerhalb des Kreises hat nun die Aufgabe, ein Kind nach dem anderen an den Füßen aus dem Kreis zu ziehen. Die anderen Kinder müssen so fest wie möglich zusammenhalten und den Kreis schnell wieder schließen, sollte jemand erfolgreich herausgezogen werden

Runde zwei:

In der zweiten Runde braucht es dasselbe Setting wie zuvor, es kann aber auch ein anderes Kind sein, das versucht, die anderen aus dem Kreis zu ziehen. Die Aufgabe verändert sich aber insofern, als das Kind nur Mädchen aus dem Kreis ziehen soll.

Runde drei:

Nun werden ein paar Kinder aus dem Kreis herausgenommen und gebeten bei dem Spiel zuzusehen. Das Spiel wird nun ein drittes Mal gespielt. Nun soll das Kind außerhalb des Kreises nur Kinder herausziehen, die Buben sind.



Reflexion: Je nach Gruppe kann nach jeder Runde reflektiert werden. Es müssen auch nicht drei Durchgänge gespielt werden. Ziel ist es, darauf einzugehen wie man sich fühlt, wenn man von jemand anderem zu etwas gezwungen wird, das für einen selbst negativ ist (z.B. aus einer Gruppe gerissen werden). Wie fühlt es sich an, wenn jemand anderer versucht, etwas für mich zu entscheiden, das ich vielleicht nicht will und das mir nicht guttut. Wichtig ist es also, auch auf andere zu achten und etwas zu sagen, wenn man das Gefühl hat, dass ein Mensch gemein zu jemand anderem ist oder ihm wehtut.

Mögliche Fragen, um die Diskussion zu fördern:

- Wie ist es euch gegangen, als ihr aus dem Kreis gezogen wurdet? War das ein schönes Gefühl?
- Wie war es, Kinder dazu zu zwingen den Kreis zu verlassen?
- Hast du selbst entscheiden können, ob du den Kreis verlassen willst?
- Wie hat es von außen ausgesehen, wenn Kinder aus dem Kreis gezogen wurden? Hättet ihr etwas tun können, um den Kindern im Kreis zu helfen?

3.d Wer kann helfen?

Alter: ab 5 Jahren

Ziel: Kinder sollen erkennen, dass jeder im Alltag immer wieder hilft und helfen kann.

Material/Raum: Zeichenstifte, Papier und Material in einer großen Schachtel vorbereitet

Beschreibung: Die Betreuungsperson bittet einige Kinder, die Kiste mit den Zeichenmaterialien mit ihr oder ihm gemeinsam in den Raum hineinzutragen. Danach setzen sich alle um die Kiste und überlegen alle zusammen, wie die Kinder geholfen haben, damit die Kiste ihren Weg in den Raum findet (mitgetragen, Platz gemacht, Tür aufgehalten usw.). Im Anschluss überlegen alle gemeinsam, wie man im Alltag schon geholfen hat und wen man kennt, der schon einmal Hilfe benötigt hat. Die Kinder können Beispiele erzählen.

Danach räumen alle Kinder die Zeichenkiste gemeinsam aus und belegen die Tische mit den Malsachen. Jedes Kind malt eine Situation, in der es schon einmal geholfen hat bzw. ihm geholfen wurde. Die Bilder können danach in einer „Helfermappe“ gesammelt oder an einer Wand aufgehängt werden.

Quelle: Kinder- und Jugendanwaltschaft Salzburg. Andrea Holz-Dahrenstaedt (Hrsg) Ich bin anders als du. Anregungen zur Gewaltprävention im Kindergarten mit dem Theaterstück „Das hässliche Entlein“. 2009, Salzburg https://www.kija-sbg.at/fileadmin/_migrated/content_uploads/Ich-bin-anders-als-Du.pdf



#humanity
Zivilcourage & Werte



**ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ**

Aus Liebe zum Menschen.

3.e Täter und Opfer

Alter: ab 5 Jahren

Ziel: Kinder können auf einen Angriff reagieren und benutzen ihre Körpersprache.

Material/Raum: möglichst viel Platz

Beschreibung: Die Betreuungsperson stellt eine ruhige und angenehme Atmosphäre her bevor sie oder er mit der Übung beginnt. So fühlen sich die Kinder wohl und können über ihre Gefühle und Erfahrungen sprechen.

Die Kinder stehen in Paaren einander gegenüber, mit einem Abstand von ca. 3–4 Metern. Die Kinder der einen Seite schlüpfen in die Rolle eines Opfers, die anderen in die eines Täters oder einer Täterin. Die Täter sollen nun eine Angriffs-Pose einnehmen und die Opfer sollen fest und aufrecht stehen. Die Täter und Täterinnen gehen langsam auf das Gegenüber zu. Das Opfer versucht, sie zu stoppen – dies wird in folgenden Schritten versucht:

Die Betreuungsperson leitet nacheinander mit der Gruppe folgende Schritte an:

- a. Die Opfer stehen fest und aufrecht, bewegen sich aber nicht mehr, sie versuchen, die Täter nur mit einem Blick / dem Ausdruck in ihren Augen zu stoppen.
- b. Die Kinder nutzen nur ihre Hand (ohne einander zu berühren), um den Täter oder die Täterin zu stoppen.
- c. Die Opfer versuchen einen Schritt nach vorn zu machen und sich selbst in eine angreifende Stellung zu bringen.
- d. Die Kinder benutzen ihre Sprache und schreien „STOPP“. Danach werden die Rollen getauscht.



Hinweis: Alle vier Schritte werden ohne jeglichen körperlichen Kontakt oder Beschimpfungen zwischen Angreifern und Opfern durchgespielt.

Reflexion: Die Betreuungsperson stellt den Kindern nach der Übung folgende Fragen:

- Wie stoppt ihr einen Angreifer oder eine Angreiferin?
- Was hat am besten funktioniert, um euch zu verteidigen?
- Wie hast du dich als Opfer oder Täter, bei der Übung gefühlt? Wie beim Angriff, wie in der Verteidigung?

3.1 2-Ecken-Spiel

Alter: ab 7 Jahren

Ziel: Kinder lernen Zivilcourage-Situationen und Handlungsmöglichkeiten kennen und entscheiden sich.

Material/Raum: Für jede beschriebene Situation werden die Varianten A und B auf Zettel geschrieben und in gegenüberliegenden Zimmerecken aufgelegt.

Beschreibung: Den Kindern wird eine Situation vorgelesen und zwei Optionen zur Verfügung gestellt.

Die Fragen lauten: Wie würdest du dich entscheiden? Was würdest du machen?

Jede und jeder geht zur jeweiligen Ecke, die der eigenen Meinung am nächsten kommt. Falls eine andere Idee aufkommt (Variante C), bleiben die jeweiligen Kinder sitzen und stellen ihre Lösungsidee vor.

1. In der Straßenbahn beschimpft ein Junge aus der 4. Klasse einen Buben aus der 2. Klasse. Was machst du?
 - A. Ich biete dem Buben den freien Platz neben mir an.
 - B. Ich sage nichts, denn ich will nicht, dass mir was passiert.
 - C. Ich habe eine andere Idee, nämlich ...



2. Ich beobachte, wie zwei Kinder aus der Parallelklasse einem anderen Kind die Jause wegnehmen
 - A. Ich schaue weg und bin froh, dass sie mir nicht die Jause wegnehmen.
 - B. Ich frage das Kind, ob ich ihm helfen soll.
 - C. Ich habe eine andere Idee, nämlich ...

Weitere Beispiele für Situationen findest du unter www.humanity.at/zivilcourage

Reflexion: Betreuungsperson fragt währenddessen: Was macht das Handeln leicht/schwierig in der jeweiligen Situation? Außerdem sammeln die Kinder mit der Betreuungsperson weitere Handlungsoptionen (als Gruppe helfen, Hilfe holen, ...)

3.2 Brunnen

Alter: ab 7 Jahren

Ziel: Kinder werden sich bewusst, dass viele verschiedene Eigenschaften in einer Gruppe gebraucht werden.

Material/Raum: Raum mit Platz für einen Sitzkreis

Beschreibung: Die Kinder sitzen in einem Kreis, ein Kind lässt sich in der Mitte des Kreises fallen und sagt: „Ich bin in den Brunnen gefallen.“ Die anderen Kinder und die Betreuungsperson fragen: „Wer soll dich retten?“ Das Kind sucht sich eine Eigenschaft aus und antwortet zum Beispiel: „Die Person, die am lautesten schreien kann.“ Oder „Die Person, die heute glücklich ist.“ Alle Kinder demonstrieren dann diese Eigenschaft und das Kind im Brunnen wählt jemanden aus, der dieser Rolle am besten gerecht wird. Das ausgewählte Kind geht danach in den Brunnen und das Spiel wird fortgesetzt. Hinweis: Jedes Kind sollte einmal in den Brunnen „fallen“.

Reflexion: Die Betreuungsperson leitet folgende Fragen zur Reflexion im Plenum an: Wie habt ihr euch während der Übung gefühlt? Welche Eigenschaften sind in schwierigen Situationen sehr hilfreich oder weniger hilfreich?

Quelle: Stronger Children – Less Violence“ Projekt 2009–2011 – Daphne Programm, Projektnr. JLS/2008–1/DAP-204 - Anpassung: mhtconsult, DK online unter www.vhs-th.de/fileadmin/redaktion/Der_Verband/Downloads/DL-KitaSchule/StrongerChildren2_DE.pdf (Stand 24.05.2019)



#humanity
Zivilcourage & Werte



**ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ**

Aus Liebe zum Menschen.

3.3 Unterschriften-Bingo

Alter: ab 8 Jahren

Ziel: Kinder erkennen, dass das Handeln und Einsetzen für andere immer wieder vorkommt und keine so große Seltenheit ist.

Material/Raum: Rasterblatt mit Aussagen

Beschreibung: Auf einem Rasterblatt stehen verschiedene Aussagen. Die Kinder haben nun die Aufgabe, sich mit dem Rasterblatt durch die Schule zu bewegen und zu den einzelnen Aussagen Unterschriften zu sammeln. Es darf immer dann von einer Person unterschrieben werden, wenn sie die Handlung schon einmal durchgeführt hat. Wer bei einer Aussage zuerst zehn Unterschriften gesammelt hat, gewinnt.

Beispiele für Aussagen	
Ich habe einer Mitschülerin die Hausübung erklärt.	Ich teile die Jause mit dem Klassenkollegen, der keine hat.
Als meine Klassenkollegin beim Dauerlauf im Turnunterricht nicht mehr laufen konnte, habe ich sie angefeuert und motiviert.	Zwei Schüler in meiner Klasse haben sich gestritten und ich bin dazwischen gegangen.
In der U-Bahn bin ich für eine schwangere Frau aufgestanden, damit sie sich setzen kann.	Ich habe einer alten Frau schon einmal beim Tragen ihrer Einkäufe geholfen.

Reflexion: Kinder zeichnen für sich selbst eine Situation, in der sie jemandem geholfen haben oder in der ihnen geholfen wurde und verstehen, dass anderen zu helfen oft mit einer kleinen Tat beginnt.



#humanity
Zivilcourage & Werte



**ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ**

Aus Liebe zum Menschen.

3.4 Wir zeigen, wie es geht!

Alter: ab 10 Jahren

Ziel: Jugendliche formulieren für sich Tipps zum aktiven zivilcouragierten Handeln und präsentieren diese Ideen.

Material/Raum: Handy

Beschreibung: Die Jugendlichen werden in Kleingruppen von jeweils 3 - 4 Personen aufgeteilt und erhalten alle den Auftrag, vorbildliche Verhaltensweisen in Situationen, in denen jemandem Unrecht getan wird, zu beschreiben. Dies sollen sie in Form eines Podcast (mit dem Handy) aufnehmen. Daher müssen sie sich überlegen, wie sie diese Tipps darstellen wollen, um sie anderen verständlich zu machen. Die Aufnahmen können danach in der Gruppe vorgespielt bzw. auch anderen Personen zugänglich gemacht werden, um andere zu aktivem Handeln zu motivieren (Schule, Bezirksstelle, #getsocial, etc.). Dies kann auch in Form eines Erklärvideos umgesetzt werden, sodass die Jugendlichen Szenen bildnerisch darstellen und dies in Form eines Videos zusammenschneiden.

Reflexion: Zivilcouragiertes Handeln kann unterschiedliche Ausprägungen haben – welche ist davon die richtige? Durch Diskussion sollen die Schülerinnen und Schüler auf gemeinsame Antworten kommen. Die Betreuungsperson fasst am Ende zusammen: Es ist wichtig, eine Form zu wählen, bei der man sich selbst nicht in Gefahr bringt!



#humanity
Zivilcourage & Werte



**ÖSTERREICHISCHES
JUGENDROTKREUZ**

Aus Liebe zum Menschen.

Weitere Materialien und Angebote
zu #humanity findest du unter
www.humanity.at

Weitere Materialien und Angebote
zu #humanity findest du unter
www.humanity.at