

«Nein-Sagen» verhindert Gewalt

«Nein-Sagen-Können spielt bei der Prävention von Gewalt eine wichtige Rolle.» Dies ist der zentrale Ausgangspunkt des «Nein-Projekts» der Tagesstätte für Schulkinder im Berner Quartier Länggasse. Im Rahmen der ausserschulischen Betreuung lernen Kinder und Jugendliche im gemeinschaftlichen Umgang für sich selber und gegenüber andern Grenzen zu setzen.

Katrin Grimm, Sie haben 1992 das «Nein-Projekt» lanciert. Was können wir uns darunter vorstellen?

Das Nein-Projekt legt einen spezifischen Fokus auf die Prävention sexueller Gewalt. Mit Sachinformationen und Rollenspielen lernen Kinder ihr Selbstbestimmungsrecht über sich und ihren Körper zu behaupten, sich zu wehren und Hilfe zu holen. Die Kinder lernen spielerisch, sich mit ihren physischen Grenzen auseinanderzusetzen. Dies nehmen sie häufig zum ersten Mal ganz bewusst wahr. Sie spüren, wie Angst sich breit machen kann, wenn Grenzen gewaltsam, aber auch unauffällig und subtil überschritten werden.

Können Sie uns schildern, wie die Arbeit mit den Kindern und Jugendlichen konkret abläuft?

Wir reservieren einen Mittwochnachmittag, um mit den Kindern der 2. und 3. Klasse der Grundschule am Nein-Projekt zu arbeiten. Wir beginnen in diesem Alter, da gerade die 6- bis 12-jährigen Kinder am meisten von sexueller Gewalt betroffen sind und eine Sensibilisierung zu diesem Thema präventiv wirken kann.

Die Kinder beginnen mit dem Malen des Umrisses ihres Körpers und bezeichnen mit den Farben Rot und Blau die verschiedenen Körperzonen und deren Zugänglichkeit für andere Menschen. Rot heisst «stopp, hier fasst mich niemand an» und Blau sind Zonen, wo es den Kindern eher gleich ist. Ich sage bewusst «eher», denn in der Auseinandersetzung differenzieren die Kinder spontan auch die Art der Berührung: nicht nur wer berührt,

sondern wie berührt wird. Massagen der Mütter werden von allen Kindern hochgeschätzt und sehr gerne angenommen, wohingegen schmerzhaft Berührungen auch von sozial offenen Körperzonen, wie es z.B. die Hände sind, abgelehnt werden. So können «blaue» Körperzonen zu «roten» werden.

Für praktisch alle Kinder stellen Hände keine Tabuzone dar. Dagegen klar in den Bereich des Tabus gehören die Geschlechtsteile – auch für die Eltern und für Vertrauenspersonen. Manche Kinder sind jedoch auch speziell am Kopf und an den Schultern sensibel. Diese individuellen Ausprägungen werden den Kindern bewusst, indem sie zu zweit in einem anderen Spiel den Körper «abchlöpferlen» (mit dem Finger anklopfen) und feststellen, was angenehm und was unangenehm ist.

In einer weiteren Wahrnehmungübung spielen Kinder Situationen nach, in denen ein Kind den «Täter» und ein anderes das «Opfer» spielt, das nun vom Täter auf verschiedenste Arten belästigt werden kann. Diese gespielten Belästigungen hören erst dann auf, wenn das andere Kind energisch, klar und auch laut Nein sagt. Nein-Sagen zu Verhaltensweisen und Handlungen, die uns nicht gut tun, ist ein spontanes Verhalten. Mit den Jugendlichen bauen wir auf dieser Erfahrung auf und führen Gespräche in der Gruppe, aber auch zu zweit. Dabei werden verschiedenste Fragen diskutiert, bei denen es darum geht, eine klare, starke und persönliche Haltung zu Gewalt zu entwickeln.

Die meisten Kinder werden dazu erzogen, sich nach dem auszurichten, was die Erwachsenen vorgeben. Lernt man Nein-Sagen so einfach?

Nein zu sagen, sich zu wehren, wenn wir uns bedrängt fühlen, entsteht aus einem natürlichen Bedürfnis heraus. Wir stellen tatsächlich fest, dass zunächst nur ganz schüchterne Neins kommen. Das laute und entschiedene Nein-Sagen-Können braucht Übung. Das gelingt selbst uns Erwachsenen oft nicht, weil wir es nie bewusst trainiert haben. Wenn Grenzen verletzt werden, soll man das ausdrücken können: «Das will ich nicht!» Ein hohes Mass an Selbstbewusstsein ist der beste Schutz vor (sexueller) Gewalt.

Das Nein-Projekt richtet sich auf die Prävention sexueller Gewalt. Sie postulieren, dass das Nein-Projekt generell gegen Gewalt wirksam ist. Weshalb?

«Savoir dire non» empêche la violence

Nein-Sagen-Können spielt bei allen Formen der Gewalt eine zentrale Rolle. Das Nein-Projekt ist ein spezifischer Teil unserer gesamten Gewaltprävention. Der Hauptfeiler dabei ist der «Stamm». Es ist eine Tagi-Konferenz aller Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen. Wir treffen uns wöchentlich zur gemeinsamen Diskussion. Dort werden Wünsche und Anregungen deponiert, es wird über tolle Erlebnisse, aber auch über unangenehme Vorkommnisse berichtet. Die Themenpalette ist gross, und alle Anliegen haben Platz. Bei Problemen suchen wir gemeinsam nach Lösungen, die wir dann nach einer Woche überprüfen, ändern oder anpassen. In diesem Rahmen lernen die Kinder und Jugendlichen einander zuzuhören, andere ernst zu nehmen und auf Probleme adäquat zu reagieren.

Können Sie uns ein Beispiel von Problemlösung nennen?

Es gab Probleme beim Lego-Spielen. Ein oder zwei Kinder haben für sich die begehrten Lego-Teile genommen und sie nicht an die andern weitergeben wollen. Es gab Streit, und eines der Kinder begann, die Lego-Burg des andern zu zerstören. Wir haben am nächsten «Stamm» zu klären versucht, was abgelaufen ist und die Kinder aufgefordert, Regeln aufzustellen, die für alle «stimmen». Sie haben dann für sich entschieden, welches die attraktiven Teile sind, dass damit gehandelt werden kann. Eine weitere Idee war auch, dass einer der Chef ist, der das Ganze koordiniert. Ausserdem wurde vereinbart, dass alle zwei Wochen alle Bauten aufgelöst werden, damit wieder alle Teile für alle zur Verfügung stehen. Seither funktioniert es gut. Es kann sein, dass diese Regeln später wieder geändert werden. Bei uns ist immer alles diskutier- und veränderbar.

Klare Regeln scheinen eine wichtige Grundlage für ein friedliches Zusammenleben zu sein. Welche Regeln gelten im «Tagi»?

Ja, klare Regeln sind absolut zentral. Wir haben eine ganze Liste von Regeln. Das reicht von mehr formalen Dingen wie Spiele aufräumen, die man benutzt hat, im Haus Hausschuhe tragen, keine Mobiltelefone benutzen bis zu Grundsätzen des gegenseitigen Umgangs. So werden keine Über- oder Schimpfnamen benutzt, die persönlichen Schubladen sind absolut privat, das heisst nichts rausnehmen und nichts reintun, wenn jemand sagt, «hör auf», dann provoziert man nicht weiter, und – besonders zentral –, dass Probleme im Gespräch gelöst werden.

Halten sich die Kinder und Jugendlichen daran?

Sie halten sich daran. Wenn es Probleme gibt, dann besprechen wir dies im «Stamm». Ich führe unser gutes Zusammenleben auf die Qualität der Begegnung, auf unsere Gesprächskultur, zurück. So herrscht bei uns keine Gewalt, niemand wird verprügelt oder erhält Drohungen. Überhaupt erstaunt, wie wenig aggressive Umgangsformen in unserem «Tagi»-Alltag auftreten. Wenn Kinder im Tagi Streit haben, dann hören wir folgende Sätze, die meist auch die Situation deeskalieren: «lass doch gut sein, es ist doch nur ein Spiel»; «wir stimmen ab»; «wenn der

«En matière de prévention de la violence, savoir dire non joue un rôle important». C'est le point de départ central du «projet non» de l'établissement de jour des écoliers de la Länggasse, à Berne. Dans le cadre de l'accompagnement extrascolaire, les enfants et les adolescents apprennent ensemble à se fixer des limites et à en poser à autrui. Cette aptitude à fixer des limites contribue grandement à empêcher l'émergence de situations de violence qu'elles aient pour origine une question de sexe ou de race.

Schiri es bestimmt, ist es so»; «ausschliessen ist gemein, wir können doch abwechseln». Auch rassistisches Verhalten ist klar verpönt. Jemanden «Schoggichopf» betiteln, das sei «wie schlagen, total gemein», sagen die Kinder und verstosse gegen die Tagi-Regeln.

Was unternehmen Sie, wenn die Dinge doch nicht ganz so rund laufen, wie Sie sie schildern? Wird auch zu Sanktionen gegriffen?

Sanktionen braucht es eigentlich sehr selten. Das sind kleinere Aufgaben für die ganze Gemeinschaft (im Garten «Fötzeli» auflesen oder im Herbst Birnen einsammeln oder auch mal Toiletten schrubben), die die Betreffenden aber immer mit einem Erwachsenen zusammen ausführen. So besteht die Möglichkeit zum Gespräch, und meist wird dem/der Betroffenen klar, was hinter dem eigenen, aggressiven Verhalten steckt und welche alternativen Verhaltensweisen gebraucht werden könnten. Denn auch Reflexion des eigenen Verhaltens braucht Übung.

Kinder und Jugendliche haben manchmal auch das Bedürfnis, sich auszutoben, sich zu raufen. Wie gehen Sie auf dieses Bedürfnis ein?

Wir haben sogar einen speziellen Raum dafür, den «Matten-treff». Dort können die Kinder miteinander kämpfen. Sie müssen aber immer vorher die Regeln vereinbaren. Bei den Grundschulkindern muss ein Erwachsener dabei sein, denn in der Hitze des Gefechts können die Regeln in Vergessenheit geraten. Es gibt Kinder, die nutzen das häufig, andere eher selten.

Um nochmals auf den «Stamm» zurückzukommen: Unsere Begegnungs- und Gesprächskultur fördert das offene und aktive Zuhören, eine Grundlage in der Gewaltprävention: Sie verhindert, dass wir in der Begegnung mit den anderen uns von Vorurteilen und Ängsten leiten lassen. Die Kinder erleben beim «Stamm» auch die Wirksamkeit ihres Handelns. Sie können die Veränderungen, die sie herbeiführen, direkt erfahren. Das macht sie stark und selbstbewusst: die beste Gewalt- und Suchtprävention.

Literatur

Huser-Studer, Joëlle und Romana Leuzinger, 2000. Grenzen: sexuelle Gewalt gegen Kinder und Jugendliche. Zürich: Verlag der Elementarlehrerinnen- und Elementarlehrerkonferenz des Kantons Zürich.

Katrin Grimm ist Kinder- und Jugendpsychologin und stellvertretende Leiterin der Tagesstätte für Schulkinder Länggasse der Stadt Bern.