

Gewalt zum Thema machen

Primäre Gewaltprävention für Kinder in der Grundschule

Kurze Zusammenfassung

Kinder werden nahezu unvermeidbar mit Gewalt und Aggression in Kontakt kommen. Sie werden Opfer von direkter, also direkt gegen sie gerichtete Gewalt, und indirekter Gewalt, in dem sie Gewalt als Zuschauer und Zeuge beobachten. Diese Gewalterfahrungen haben vielfach das Potential, die Kinder nachhaltig zu verletzen und in ihrer Entwicklung negativ zu beeinträchtigen.

Ziel von primärer Gewaltprävention muss es also u.a. sein, Kinder altersgerecht und nachhaltig für das Thema Gewalt zu sensibilisieren, das Thema mit ihnen und für sie zu enttabuisieren und sie im sicheren und möglichst konstruktiven Umgang mit Gewalt zu trainieren. Dies kann unter anderem in Form eines professionellen Trainings geschehen.

Ausführliche Darstellung der Problembereiche der Zielgruppe mit denen das Training eingesetzt wird.

1 Ausführliche Darstellung der Problembereiche der Zielgruppe des Trainings

1.1 Definition von Gewalt

Es gibt keine allgemeingültige Definition für die Begriffe „Gewalt“ und „Aggression“. Im Alltagsgebrauch werden sie nicht selten synonym und ohne Trennschärfe verwendet. Auch in der wissenschaftlichen Literatur gibt es eine Vielzahl von Definitionen, die sich zum Teil erheblich von einander unterscheiden. Bevor man also einen inhaltlichen Diskurs zu Gewalt führt, empfiehlt es sich, diesen Begriff vorab zu definieren.

Für unser Konzept definieren wir Gewalt als „ein Verhalten, dessen Ziel eine Beschädigung oder Verletzung ist und welches gegen den Willen der geschädigten Person geschieht. Die Schädigungen können dabei körperlich, seelisch, sozial, materiell und wirtschaftlich sein.“ Dies umfasst unter anderem auch Gewaltformen wie körperliche, seelische und psychische, sexualisierte, strukturelle und kulturelle Gewalt.

1.2 Gewaltbelastung von Kindern in Deutschland

„Kinder sind vor allem Opfer von Gewalt!“ (Gugel 2014, S.14). Diese Sichtweise gilt insbesondere auch für Kinder, die aggressives Verhalten ausüben. Sie sind in der Regel häufig selbst Opfer von Gewalt. Aggressive Verhaltensweisen sind in der Regel keine isolierten Phänomene. Sie sind, gerade bei Kindern und jungen Jugendlichen, Indikator für tieferliegende Probleme (z.B. eigene Gewalterfahrungen), Hinweis auf misslungene Entwicklungs- und Kompensationsstrategien oder auch Ergebnis einer „(noch) nicht entwickelten sprachlichen und sozialen Kompetenz“ (Gugel 2014, S.12).

Es ist insgesamt nicht leicht, allgemein aussagekräftige Zahlen zur tatsächlichen Gewaltbelastungen von Kindern in Deutschland zu finden.

In wissenschaftlichen Studien wird aus Gründen der Durchführbarkeit leider immer nur ein Ausschnitt von möglichen Gewalterfahrungen abgefragt. Dazu kommt noch, dass Kindern nicht jedes Gewalterlebnis auch als solches bewusst ist/wird. Aus diesem Grund ist davon auszugehen, dass die tatsächliche Zahl der von Gewalterfahrungen betroffenen Kinder noch deutlich höher liegt als man in Statistiken ablesen kann.

Kinder, die in unserer Gesellschaft aufwachsen, werden fast zwangsläufig mit Gewalt in Kontakt kommen, denn auch in modernen Gesellschaften kann ein weitgehend gewaltfreier Umgang als Grundlage des Zusammenlebens nicht garantiert werden (vgl. Gugel 2014, S. 10). Dies liegt unter anderem daran, dass Gewalt laut Gugel eine „Grundkonstante menschlichen Lebens ist“ (2014, S.10), die vor allem dann auftritt, wenn Menschen sich in Not sehen und keine alternativen und vergleichbar effektiven Handlungsoptionen zur Verfügung stehen.

Kinder erleben Gewalt vor allem im sozialen Nahbereich. Das bedeutet, dass die Gewalt in der Regel durch Gleichaltrige oder durch ihnen bekannte Erwachsene ausgeführt wird. Studien gehen davon aus, dass auch heute noch etwa 10 bis 15 Prozent aller Eltern schwerwiegende und relativ häufige Körperstrafen bei ihren Kindern anwenden“ (vgl. www.polizei-beratung.de, 2018). Dazu kommen dann noch Opfererfahrungen durch Gewalt von Geschwistern, Gewalt in der Schule, in Sportvereinen, in der Öffentlichkeit, in (sozialen) Medien,...! Nicht immer ist den betroffenen Kindern dabei klar, dass eine erlebte oder ausgeführte Handlung gewalttätig war.

Eigene Gewalterfahrungen, vor allem in der Familie, sind dabei ein bedeutsamer Risikofaktor dafür, dass Kinder später selbst gewalttätig handeln (vgl. Nolting 2007, 80; Gugel 2007, 47; Baier, et.al. 2010, 266).

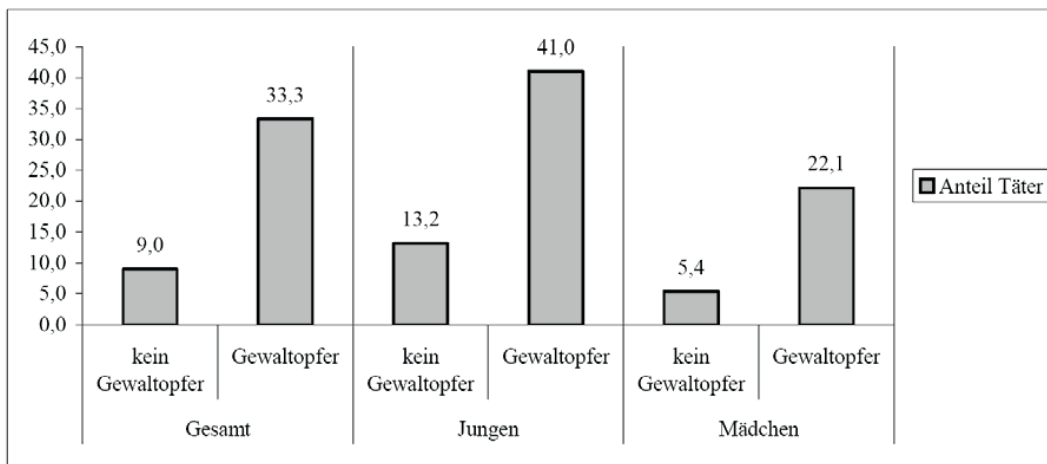


Abb.1 Anteil der Gewalttäter (mind. ein Gewaltdelikt [i.S.d. PKS] in den letzten zwölf Monaten nach Opferstatus und Geschlecht (in %; gerichtete Daten)

Festzuhalten ist, dass bei weitem nicht jede Gewalterfahrung bei jedem Kind zu nachhaltigen Verletzungen, Verunsicherungen und eigenem delinquenten Verhalten führt. Ob und wie sehr ein Kind durch Gewalterfahrungen verletzt und verunsichert wird, hängt unter anderem davon ab, wie das Kind diese Erfahrung für sich wahrnimmt und wertet. Außerdem spielt es eine Rolle, wie handlungsfähig bzw. selbstwirksam sich das Kind im Umgang mit dem Gewalterlebnis fühlt und wie gut es in der Verarbeitung der Gewalterlebnisse begleitet wird.

Kinder sind zunächst nicht immer in der Lage, sich sprachlich ausreichend differenziert auszudrücken. Diese Fähigkeit einer adäquaten und differenzierten Kommunikation müssen sie nach und nach entwickeln. Dabei lernen sie auch im besonderen Maße anhand von erwachsenen Vorbildern (Nolting 2007, S. 84 ff). So lange dann neue Fähigkeiten nicht ausreichend routiniert sind, ist es den Kindern kaum oder gar nicht möglich, diese in Momenten sehr hoher Anspannung abzurufen (Van Der Kolk 2018, S.78ff). Verhaltensveränderungen brauchen also Zeit, sichere Trainingsräume und vor allem positive Verstärkung (Nolting 2007, 199f). Wenn Kinder Gewalt anwenden, dann meist, um dadurch wichtige Grundbedürfnisse zu befriedigen bzw. um zu kommunizieren (Gugel 2014, S.11). In diesen Fällen gehen wir davon aus, dass sie oftmals nur deswegen zu Gewalt greifen, weil sie im Moment über kein anderes „Werkzeug“ verfügen, um sich auszudrücken und sich Gehör zu verschaffen. Wir verstehen Gewalt also auch als eine Form der Selbstoffenbarungsbotenschaft (vgl. Schulz-von-Thun 1981, S.26).

Wenn Kinder älter werden, vergrößert sich ihr autonomer, von den Erwachsenen losgelöster, Aktivitätsradius zunehmend. Dies gilt insbesondere auch für die Nutzung digitaler Medien. Dadurch steigt für die Kinder auch die Gefahr, alleine sowie ungefiltert und unbegleitet mit Gewalt konfrontiert zu werden, die in Form und Intensität für sie bisher neu war. Durch den Umstand, dass zunächst keine erwachsenen Bezugspersonen von diesen Gewalterlebnissen Kenntnis haben, sind Kinder in der Bewältigung dieser Erlebnisse häufig auf sich alleine gestellt.

2 Beschreibung des Settings, in dem die Methode bzw. Intervention eingesetzt werden kann

Das Trainingsprogramm „Gewalt zum Thema machen“ ist konzipiert für den Einsatz in der primären Gewaltprävention. Die hier beschriebene Variante richtet sich dabei an Kinder in den Jahrgangsstufen drei und vier der Grundschule und somit an Kinder im Alter von ca. acht bis neun Jahren. Ab diesem Zeitpunkt gilt die plausible Annahme, dass die meisten Kinder entwicklungspsychologisch soweit entwickelt sind, dass sie die eingesetzten Methoden ausreichend verstehen, reflektieren und differenzieren können. Besonders wichtig ist hierbei die Fähigkeit zur Differenzierung von Rollenspiel (also nachgestellten fiktiven Interaktionen) und „realen“ Situationen (vgl. Kasten 2014, S.281). Durch eine auf die Altersgruppe und Zielgruppe angepasste Veränderung der Methoden, wird das Programm auch in der Arbeit mit Jugendlichen und sogar Erwachsenen durchgeführt.

Die dem Konzept zugrunde liegende Definition von Gewaltprävention stammt dabei von Scheithauer (2012, S.80): „Gewaltprävention zielt auf die direkte oder indirekte Beeinflussung von Personen bzw. Situationen, um das Risiko zu vermindern, dass Gewalttaten begangen und Menschen Täter oder Opfer von Gewalt werden.“ Gewaltprävention wird dabei üblicherweise in drei Ebenen unterteilt (vgl. Scheithauer 2012, S.82).

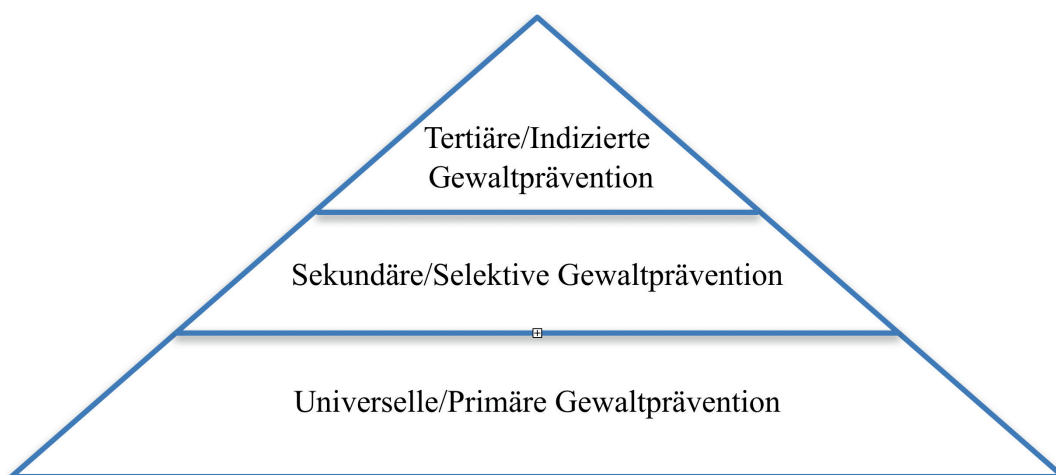


Abb. 2 Ebenen der Gewaltprävention (nach Scheithauer 2012, S.82)

Ebene 1: Primäre/universelle Gewaltprävention: Nach Gugel (2007, S.33) richtet sich primäre Gewaltprävention an alle Mitglieder einer Bevölkerungsgruppe und macht vor allem in der Arbeit mit Kindern Sinn (vgl. Gugel 2014, S7). Ziel primärer Gewaltprävention ist „die Verhinderung [von Gewalt] im Vorfeld, indem sie gewaltfördernde Bedingungen und Risikofaktoren aufdeckt und verändert bzw. Kinder und Jugendliche zum adäquaten kompetenten, sozialen Umgang befähigt“ (Gugel 2007, S.33). Ich möchte die Zielformulierung

ergänzen um das Ziel, Kinder altersgerecht und adäquat auf einen möglichst sicheren und adäquaten Umgang mit – den in unserer Gesellschaft unvermeidbaren – Gewalt- und Aggressionserfahrungen vorzubereiten. Das bedeutet vor allem: eine altersgerechte Sensibilisierung der Kinder für Gewalt, die Enttabuisierung des Themas und das Trainieren von adäquaten, sozialverträglichen und individuell umsetzbaren Umgangsstrategien mit Gewalt.

Ebene 2: Sekundäre/selektive Gewaltprävention: Sekundäre Gewaltprävention richtet sich an Mitglieder einer Gruppe, welche einem erhöhten Risiko ausgesetzt sind, Opfer und Täter von Gewalt zu werden. Als Risikofaktoren gelten hierbei unter anderem: biologische Risikofaktoren, familiäre Risikofaktoren, frühe Persönlichkeits- und Verhaltensrisiken, schulische Risiken, Risiken in der sozialen Wahrnehmung und Denkweise, Risiken in der Auswahl der Peergroup, Risiken im sozialen Umfeld und situative Risiken. Jeder einzelne Risikofaktor wirkt für sich alleine erstmal nur relativ schwach. Treten nun mehrere Risikofaktoren gemeinsam und einzelne dabei besonders stark in Erscheinung, steigt das Risiko erheblich an (vgl. Gugel 2011, S.32).

Ebene 3: Tertiäre/indizierte Gewaltprävention: Tertiäre Gewaltprävention richtet sich an Individuen und Gruppen, die schon eine ernsthafte Gewaltbelastung aufweisen. Diese Ebene der Prävention wird zum Teil auch als Intervention bezeichnet.

3 Das Trainingsprogramm „Gewalt zum Thema machen“

Die Grundschule eignet sich in unseren Augen für die Durchführung eines primär-präventiven Trainingsprogramms besonders gut. Dies liegt vor allem daran, dass man dort aufgrund der allgemeinen Schulpflicht theoretisch alle Kinder erreichen kann. Außerdem wird das Training durch die gezielte und systematische Einbindung in ein umfassendes Erziehungs- und Präventionskonzept einer Schule weitaus wirkungsvoller sein, als wenn es losgelöst und für sich alleine durchgeführt wird (vgl. dazu Gugel 2014, S.14). Ein weiterer Pluspunkt für die Umsetzung in der Grundschule ist die Anwesenheit von vertrauten Lehrerinnen und Lehrern. Diese erhalten durch die Begleitung des Trainings die Gelegenheit, neues Wissen über die Erlebnis- und Lebenswirklichkeiten ihrer Schülerinnen und Schüler zu erlangen und somit ihren pädagogischen Umgang mit diesen Kindern und ihren Familiensystemen zu optimieren. Gleichzeitig dienen sie als Vertrauensperson und können den Kindern emotionale Sicherheit bieten. Wenn das Training durch schulexterne Fachkräfte durchgeführt wird, werden die anwesenden Lehrer und LehrerInnen zu wichtigen Vermittlungs- und Verbindungspersonen für Eltern dieser Kinder und den nicht im Training anwesenden Lehrern und Lehrerinnen.

Das Training mit der Klasse/der Gruppe umfasst einen Umfang von sechs Trainingseinheiten à 90 Minuten. Dieser Umfang stellt einen empfohlenen Mindestumfang dar. Die Trainingseinheiten finden einmal oder zweimal in der Woche statt. Das Training findet im Klassenverbund statt, wobei zeitweise auch in kleineren Gruppen gearbeitet wird. Ab einer Klassenstärke von mehr als 15 Kindern wird das Training optimaler Weise von zwei Trainerinnen und Trainern durchgeführt.

Das Gesamtkonzept ist in sechs Phasen gegliedert:

Phase 1: Vorbereitung

Phase 2: Kontaktaufbau und Orientierung

Phase 3: Sensibilisieren, Gewalt zum Thema machen

Phase 4: Verhaltensstrategien bei Grenzverletzung und Gewalt

Phase 5: Abschluss und Abschied

Phase 6: Alltagstransfer und Nachsorge

Die Phasen zwei bis fünf bilden dabei das eigentliche Training mit den Kindern. Sie selbst bilden nicht die tatsächliche Trainingsstruktur. Es kommt vor, dass in einer Trainingseinheit mehrere oder auch nur eine Phase bearbeitet werden. Je nach Gruppendynamik und Themenbedarf der Klassen bedarf es einer flexiblen Gestaltung von Intensität und Zeitumfang in der Bearbeitung der einzelnen Themen. Ein beispielhafter Trainingsablauf wird weiter unten vorgestellt.

3.1 Phase 1

Zielabsprachen und Klärung der Rahmenbedingungen

Differenziertes Wissen über Gewaltprävention ist allgemein nicht besonders weit verbreitet. Dies gilt auch für pädagogisches und lehrendes Fachpersonal. Das bedeutet, dass man im Vorfeld eines primärpräventiven Trainings immer eine transparente und detaillierte Auftrags- und Erwartungskklärung durchführt. Es ist dabei vor allem die Aufgabe der potentiellen Trainer und Trainerinnen, abzuklären, mit welcher Motivation und Zielsetzung die Trainings in der Schule durchgeführt werden sollen. Eine solche Auftragsklärung kann mitunter sehr aufwändig sein, allerdings kann dadurch verhindert werden, dass es zu inkompatiblen Vorstellungen von Trainingszielen und Trainingseffekten kommt. Nicht selten ist es so, dass die Erwartung und Hoffnung herrscht, man könne durch ein kurzzeitpädagogisches und primärpräventives Training massiv ausgeprägte (Verhaltens-)“Probleme“ bei einzelnen Kindern, in Gruppen oder Systemen reduzieren oder gar auflösen. Dies ist nicht der Fall und auch explizit nicht das Ziel des Programms „Gewalt zum Thema machen“! Wenn solche Differenzen jedoch im Vorfeld eines Trainings nicht offengelegt und ausgeräumt werden, dann wird das Training scheitern, auch wenn es eigentlich gut gelaufen ist.

Die erklärten Ziele des Programms sind:

- Kinder altersgerecht für die Themen „Gewalt“ und „Aggression“ zu sensibilisieren, damit sie ihre selbstbezogene und soziale Wahrnehmung entsprechend schulen und verändern können
- die Themen „Gewalt“ und „Aggression“ für die Kinder zu enttabuisieren und sie besprechbar machen, damit Kinder sich im Fall von Gewaltereignissen den Mut haben, sich anderen Menschen anzuvertrauen und diese um Unterstützung zu bitten
- Kindern alltagstaugliche und risikoarme und möglichst gewaltfreie Umgangsstrategien für den Umgang mit Gewalterlebnissen zur Verfügung zu stellen
- eine günstige Ausgangslage dafür zu schaffen, dass die Kinder in Folge des Trainings alleine und mit Unterstützung von z.B. Eltern und Lehrkräften die erworbenen Kenntnisse weiter erproben und festigen können.

Wenn man in Sachen realistischer Zielformulierung Klarheit geschaffen hat, gilt es einen für die Zielformulierung angemessenen Rahmen zu fassen. Dabei geht es vor allem um die Fragen:

- Wieviele Trainingseinheiten sollen in welchem Rhythmus stattfinden?
- Wieviele Trainerinnen und Trainer braucht es für ein effektives Training?
- Welche Räumlichkeiten stehen zur Verfügung?

Sicherheit der Kinder im Training

Wie oben erwähnt, richten sich Angebote der primären Gewaltprävention und somit auch das im Folgenden beschriebene Training prinzipiell an alle Kinder einer Gruppe/Klasse. Das bedeutet, dass diese Angebote so konzipiert sein müssen, dass sie für alle teilnehmenden Kinder passende Methoden, Inhalte und Rahmenbedingungen beinhalten. Um dies zu gewährleisten, müssen die Trainer und Trainerinnen im Vorfeld erfahren, ob es

Kinder mit speziellen Bedürfnissen und Voraussetzungen gibt, auf sie sich methodisch und organisatorisch einstellen müssen. Es kann natürlich auch sein, dass es Kinder gibt, die aus bestimmten Gründen nicht an einem solchen Training teilnehmen können und sollen. Dies muss im Vorfeld geklärt werden. Ausschlussgründe können sein: die Eltern untersagen eine Teilnahme an dem Training oder das Kind befindet sich in therapeutischer Behandlung und die behandelnden Therapeuten raten von einer Teilnahme ab, da diese zu einer unkalulierbaren Belastung für das Kind werden könnte (o.ä.).

Man muss sich dabei aber immer Klaren darüber sein, dass wahrscheinlich in jeder Schulklasse Kinder anwesend sind, die in der Vergangenheit oder noch andauernd Opfer von schwerwiegender Gewalt (z.B. Häusliche Gewalt, Mobbing, Missbrauch) geworden sind oder werden. Diese Kinder können auch primär-präventive Trainings als z.T. schwerwiegende Belastung empfinden. Im schlimmsten Fall geraten diese Kinder durch triggernde Sätze, Gesten, Bilder oder Handlungen im Training in eine erneute Krise. Dieses Risiko muss im Vorfeld eines Trainings bestmöglich reduziert werden. Dazu müssen Eltern, Lehrer und Lehrerinnen über die Inhalte, Zielsetzungen und Verfahrensweisen informiert werden. Gleichzeitig muss mit den begleitenden Lehrerinnen und Lehrern besprochen werden, wie Kinder aufgefangen werden können, die während des Trainingsprozesses „auffällig“ werden und – wie diese – danach sicher in die Gruppe und ins Training bzw. in die Klasse/Gruppe zurückgeführt werden können.

3.2 Phase 2

Wenn man als externe Fachkraft in eine Klasse kommt, dann muss man zunächst einen möglichst positiven Kontakt zu den Kindern aufbauen. Das Wohlbefinden und die subjektive individuelle Sicherheit der Kinder hängt zu einem nicht unerheblichen Maße davon ab, wie sympathisch und achtsam sie die Trainerperson wahrnehmen.

Erfahrungsgemäß blicken durch Gewalt belastete Kinder mit besonderer Sorge und Skepsis auf das bevorstehende Training. Ein wichtiger Beitrag zur Orientierung und damit auch zur Sicherung ist es, diese Kinder detailliert darüber aufzuklären, was im Training passieren wird und was das Ziel des Trainings ist. Ein besonderes Augenmerk liegt darauf, klar zu machen, dass das gesamte Training auf freiwilliger Basis mitgemacht werden darf. Das bedeutet, dass jedes Kind zu jedem Zeitpunkt alleine entscheidet, ob es sich an z.B. einer Übung beteiligen möchte oder nicht. Es muss allen Kinder frei stehen, sich zeitweise und ohne Rechtfertigungsdruck aus der Gruppe zu entfernen, wenn es z.B. Erzählungen und Übungen zu bestimmten Themen nicht beiwohnen möchte.

Die Phase 2 dient aber auch den Trainern und Trainerinnen dazu, die Klasse als Gruppe kennen zu lernen. Es geht im Speziellen darum, die Atmosphäre in der Klasse zu erspüren, die Kooperations-, Konzentrations- und kognitive Leistungsfähigkeit der Kinder einzuschätzen. In dieser Phase bieten sich diverse Methoden an. Besonders empfehlenswert sind Spiele, bei denen die Trainer und Trainerinnen sowohl die Gruppe, als auch einzelne Schüler und Schülerinnen erleben können. Ein spielerischer Einstieg bietet vielen Kindern einen positiven emotionalen Zugang zu dem Training und hilft ihnen dabei, Sorgen, Unsicherheit und Anspannung zu reduzieren.

3.3 Sensibilisierungsphase

Im Folgenden zeigt Abb.3 die Gewaltspirale. Dieses Bild stellt eine Auflistung der im Training behandelten Themen dar. Es hilft den Kindern zum einen dabei, sich an die Inhalte des Trainings zu erinnern und zum anderen kann es als konkreter Handlungsplan in herausfordernden sozialen Situationen, oder als Reflexionshilfe in Nachkrisengesprächen dienen.



Abb. 3 Die Gewaltspirale

Differenzierte Wahrnehmung von Gewalt

Ein Ziel der Sensibilisierungsphase ist es, das Gewaltverständnis und somit die Wahrnehmungs- und Wertungskompetenzen der Kinder zu erweitern. Gugel (2006, S.6) weist darauf hin, dass Erwachsene und Kinder in der Regel ein unterschiedliches Gewaltverständnis haben. „Die „Gewaltschwelle“ liegt bei Schülern höher und verbale Formen von Gewalt sind nicht so stark im Blickfeld wie dies bei Lehrerinnen und Lehrern der Fall ist.“ Dabei wird die sogenannte „leichte körperliche

Gewalt, wie angefasst werden, anrempeln, anspucken, Handgreiflichkeiten, herumgeschubst werden, jemanden anpacken, jemanden festhalten, jemanden stoßen ... wird von nur jeweils etwa 1 % der männlichen und weiblichen Schüler als Gewalt genannt.“ (ebd.)

Wenn Kinder diese Formen der Grenzverletzung auch schon als Gewalt wahrnehmen lernen und sich der potentiellen negativen Konsequenzen für die Betroffenen bewusst werden, dann ist zum einen erwartbar, dass ein Teil von Ihnen eine höhere innere Hemmschwelle zur Ausübung solcher Handlungen entwickelt. Zum anderen kann eine solche Veränderung im Gewaltverständnis dazu führen, dass Kinder sich frühzeitiger Hilfe suchen, wenn sie mit entsprechenden Gewaltformen konfrontiert werden.

Emotionale Selbst- und Fremdwahrnehmung

Neben der Sensibilisierung zum Thema Gewalt geht es in dieser Phase auch darum, die emotionale Selbst- und Fremdwahrnehmung der Kinder zu fördern bzw. gemeinsam mit den Lehrkräften herauszufinden, welches Kind dort noch besonderen Förderbedarf aufweist.

Das Wahrnehmen eigener Emotionen ist in Bezug auf primäre Gewaltprävention von zentraler Bedeutung. Emotionen helfen den Kindern maßgeblich dabei, zu erkennen, ob eine erlebte Situation für sie „angenehm“ oder „unangenehm“ ist und geben somit einen Hinweis darauf, ob es konkreten Handlungsbedarf gibt oder nicht. Im Training wird die Wahrnehmung der Emotionen, speziell unangenehmer (auch bedrohlicher) Emotionen fokussiert. Wir sprechen dann auch von „inneren Warnsignalen“. Eine differenzierte Wahrnehmung von Emotionen hilft auch dabei, sich emotional genauer auszudrücken und somit eine präzisere Bedürfnisäußerung zu formulieren, welches gerade in Konflikten ein

bedeutsamer Deeskalationsfaktor sein kann. Bei Kindern mit einem sichtbaren Mangel an Differenzierungsfähigkeit wird das Training selbst nicht ausreichen. Allerdings kann man diesen Förderbedarf im Training aufdecken und dann im Nachhinein entsprechende Förderungen einleiten.

3.4 Verhaltens- und Handlungsstrategien im Umgang mit Gewalt kennenlernen und erproben

Weggehen

Wenn ein Kind frühzeitig potentiell unangenehme Situationen und entsprechende soziale und räumliche Auswege erkennt, dann kann es evtl. durch die Strategie „weggehen“ eine mögliche Gewalterfahrung vermeiden. Motorisch gesehen haben fast alle Kinder die Möglichkeit, diese Strategie umzusetzen. In der Realität ist sie sicherlich auch eine der am häufigsten angewandten Strategien. Es gibt diverse Hürden für die Anwendung und Einschränkungen in der Wirksamkeit dieser Strategie. Die zwei wichtigsten sollen hier genannt werden:

1. Die Kinder finden keinen wirklichen Ausweg, weil die Grenzverletzer das „Weggehen“ nicht zulassen oder weil der Ort, wie z.B. Schule oder Schulbus, ein dauerhaftes „Weggehen“ nicht zulassen. An dieser Stelle muss geschaut werden, welche weiteren Strategien nötig sind, damit weggehen erfolgreich sein kann.
2. Die Kinder wollen nicht „weggehen“, weil sie diesen Schritt als Niederlage empfinden. Hier ist es nötig, an der Haltung zu arbeiten und das „Weggehen“ als konstruktiven, selbstbestimmten und strategisch klugen Schritt umzudeuten. Der oft bemühte Satz „der Klügere gibt nach“ wird dabei wohl nicht immer ausreichen. Hilfreich kann hier auch der Einsatz der Methode „Kosten-Nutzen-Analyse“ sein.

Ignorieren

Ignorieren bedeutet laut Duden „absichtliches übersehen, übergehen und nicht beachten“. Diese Strategie eignet sich besonders als Reaktion auf Provokationen und herausforderndes Verhalten. Ob Ignorieren überhaupt und erfolgreich eingesetzt wird, hängt vor allem von der Bereitschaft der herausgeforderten Person ab. Diese Bereitschaft sinkt in der Regel, wenn persönliche Bedürfnisse unaushaltbar verletzt werden und die herausgeforderte Person sich machtvoll genug fühlt, um aktiv Gegenwehr zu leisten.

Man kann Ignorieren aktiv trainieren. Besonders effektiv ist die Strategie meist in der Kombination mit „Weggehen“ oder „Hilfe holen“. Für die Akzeptanz der Strategie ist auch hier hilfreich, diese als konstruktiven, selbstbestimmten und strategisch klugen Schritt umzudeuten.

Grenzen setzen, sich behaupten

Kinder haben das Recht, sich gegen Gewalt und Grenzverletzung zu schützen, aber sie haben nicht die Pflicht!! Diese Haltung und Botschaft ist sehr wichtig. Verzichtet man darauf, könnte bei einigen Kindern der Eindruck entstehen, dass sie selbst schuld daran sind, Gewaltopfer geworden zu sein, weil sie sich nicht richtig gewehrt hätten.

Es muss allen Verantwortlichen klar sein, dass Kinder sich gegen bestimmte Gewaltübergriffe nicht ausreichend zur Wehr setzen können. Dies gilt insbesondere für sexuelle Übergriffe durch Personen aus dem sozialen Nahbereich oder häusliche Gewalt. Die akute Opferwerdung in solchen Fällen kann nicht durch die im Training erlernten Strategien verhindert werden, und die Kinder tragen keine Schuld an den Übergriffen. Das Training kann jedoch dazu beitragen, dass die Kinder die Unrechtmäßigkeit der Taten erkennen und sich ermutigt und legitimiert fühlen, sich nach den Übergriffen anderen Menschen anzuvertrauen und somit schneller Hilfe zu erlangen.

Die Mehrzahl der erlebten Grenzverletzungen und Gewalthandlungen, mit denen Kinder umgehen müssen, sind jedoch weniger drastisch, und die Kinder haben durchaus die Möglichkeit, sich gegen diese zu behaupten. Dabei bedeutet Selbstbehauptung für uns „Das gewaltfreie Schützen der eigenen Person, eigener Bedürfnisse und Interessen gegen unerwünschte soziale Einwirkungen“. Das Kennenlernen und Trainieren von Selbstbehauptungstechniken bildet das Herzstück des Trainings. Es hält Lernmöglichkeiten für fast alle Zielgruppen, die sich in der Grundschule vereinen, bereit. Zum einen können die eher schüchternen Kinder lernen und ermutigt werden, sich offensiver bemerkbar zu machen. Zum anderen können die eher impulsiv, offensiv oder gar aggressiv agierenden Kinder lernen, wie man auch mit weniger Druck Provokation und Aggression agieren kann, ohne dabei subjektiv zum Opfer zu werden. Für alle weiteren Kinder, die sich irgendwo zwischen den beiden Polen befinden, bestehen natürlich die gleichen Trainings- und Entwicklungsmöglichkeiten.

Man beginnt in dieser Phase mit isolierten und einfachen Kommunikationsübungen (z.B....). In diesen Übungen werden einzelne Techniken trainiert. Diese Techniken werden dann im Verlauf des Trainings in Stück für Stück komplexer werdenden Trainingsmethoden weiter verfestigt. Die zentrale Methode des Selbstbehauptungstrainings ist das „vorbereitete“ und das „freie Situationstraining“. In dieser Methode sind die Kinder herausgefordert, sich in einer fiktiven Alltagssituation gegen eine Grenzüberschreitung zu behaupten. Das Situationstraining bietet als Methode dabei sehr viel positive Potentiale. Es ist von besonderer Wichtigkeit, dass das Herausforderungsniveau der Situationstrainings genau auf die Möglichkeiten und Voraussetzungen der jeweiligen Kinder abgestimmt wird. Das Ziel ist, dass die Kinder sich als kompetent und handlungswirksam erfahren und es schaffen, für sie alternative Kommunikations- und Verhaltensmuster zu testen. Auf keinen Fall dürfen die Kinder in den Situationstrainings verängstigt, beschämt oder bloßgestellt werden.

Flucht

Flucht ist natürlich auch eine effektive Selbstschutzstrategie. Diese Strategie ähnelt sehr dem „Weggehen“. Der Unterschied liegt eher im Gefühl. Wer flüchtet, der tut dies aufgrund einer akuten Bedrohung, der er oder sie sich situativ nicht gewachsen fühlt. Dieses Selbsteingeständnis der Angst oder Ohnmacht ist für nicht wenige Kinder (und auch Erwachsene) eine große Hürde. Das Training unterstützt dabei, diese Technik zu enttabuisieren und auch sie in ein neues Licht bzw. in einen neuen Bedeutungsrahmen zu stellen. Flucht als kluge Notfalltechnik!! Das bedeutet, dass Kinder dazu ermutigt werden müssen, die Strategie der Flucht als akzeptable Option in ihr Verhaltensrepertoire aufzunehmen. Außerdem soll die soziale Akzeptanz für diese Strategie erhöht werden, damit Kinder, die aus einer Situation geflüchtet sind, nicht von anderen aufgrund dessen als Feiglinge etc. beschimpft werden.

Hilfe holen, helfen

Schwerpunkt des hier dargestellten Training ist das „Hilfe holen“. Bei anderer Schwerpunktsetzung (z.B. Zivilcourage) kann man auch schwerpunktmäßig das „Helfen“ trainieren.

Trainiert wird vor allem das Hilfe holen im öffentlichen Raum. Dabei geht es vor allem darum, dass die Kinder lernen, auf sich aufmerksam zu machen, fremde Menschen gezielt anzusprechen und zum helfen aufzufordern. Erfahrungsgemäß tun sich unbeteiligte Passanten schwer darin, unaufgefordert in einer potentiellen Grenzverletzungsinteraktion zwischen Kindern zu intervenieren. Diese Hemmung sinkt merklich, wenn sie konkret aufgefordert werden.

Das Thema „Hilfe holen innerhalb des sozialen Nahbereichs“ wird nicht in Form eines „Techniktrainings“ behandelt. Vielmehr gehört es zum Gesamtziel des Trainings, die Hemmung der Kinder zu senken, sich im Falle einer Gewalterfahrung durch eine vertraute Person einem anderen Menschen anzuvertrauen. Dies kann unter anderem dadurch gelingen, dass die Strategie „Hilfe holen“ bei den Kindern in einen positiven Bedeutungsrahmen gesetzt wird.

Gerade bei sexualisierter Gewalt ist es häufig so, dass die Kinder ihre Beziehung zu den Tätern vor den ersten Taten positiv bewerten. Dadurch fällt es Ihnen meist noch schwerer, die Tat als solche zu erkennen. Wenn Sie wissen, dass sie in solchen Fällen auf ihr Bauchgefühl hören dürfen und niemals eine Mitschuld am Erlebten tragen, erhöht sich die Wahrscheinlichkeit, dass sie sich einem anderen Menschen anvertrauen und somit Hilfe für sich selbst holen. Des Weiteren erhöht es die Wahrscheinlichkeit, dass Kinder sich Hilfe holen, wenn sie erkennen, dass sie mit ihren potentiellen Opfererfahrungen nicht alleine sind und es kein sozialer Makel ist, wenn man durch andere Menschen zum Opfer gemacht wurde. Diese Sichtweise ist für Jungen erfahrungsgemäß deutlich schwerer anzunehmen als für Mädchen. Dies hat unter anderem mit der Sozialisation der Geschlechterrollen zu tun (vgl. S.14). Der Themenbereich Geschlechterrollen ist jedoch nicht Bestandteil dieses Trainingsprogramm. Vielmehr muss dieses Thema dauerhaft in Familie und erzieherischen Institutionen bearbeitet werden.

Sich wehren

Kinder haben ein Anrecht darauf, sich gegen Gewalt zu wehren. Das bedeutet, dass auch sie sich im Rahmen von Notwehr gegen einen Angriff zur Wehr setzen dürfen!

Kindern im Rahmen von kurzzeitpädagogischen Trainingssettings körperliche Verteidigungstechniken beizubringen, ist aus folgenden Gründen sehr kritisch zu betrachten:

1. Kein zeitlich begrenztes Präventionstraining bietet ausreichend Zeit, damit Kinder Verteidigungstechniken so häufig und intensiv trainieren können, dass sie danach in der Lage wären, diese Techniken in hochemotionalen Übergriffsmomenten anzuwenden. Dazu kommt, dass die Zeit, die für das Trainieren der körperlichen Techniken verwendet wird, dann beim Training von verbalen Deeskalations- und Selbstbehauptungstechniken fehlt.
2. Nach dem Präventionstraining gibt es in der Regel keine weiterführenden Trainingsangebote zur Stabilisierung der Techniken, was aber nötig wäre, damit die erlernten Techniken nicht vergessen oder falsch in Erinnerung bleiben.
3. Den Kindern wird eine Scheinsicherheit verkauft. Die geschulten Techniken können im Einsatz gegen Peer-Übergriffe helfen, aber nicht gegen deutlich überlegene (körperlich, sozial) Angreifer.
4. Es existiert ein großes Eskalationsrisiko durch Einsatz von körperlicher Gegenwehr. Kinder, die körperliche Verteidigungstechniken in Stresssituationen unsachgemäß anwenden (und genau das wird passieren), tragen dazu bei, dass Konflikte noch schneller und heftiger eskalieren.
5. Ein ganz großer Teil von Gewalterfahrungen (vor alle sexualisierte Gewalt) geschehen im Kontext von Familie und sozialem Nahbereich. Die Täter*Innen sind den Kindern in der Regel körperlich, kognitiv und sozial überlegen. In diesen Settings können sich Kindern durch körperliche Gegenwehr nicht wirklich schützen. Vielmehr besteht hier die Gefahr, dass den Kindern die körperliche Gegenwehr missverständlich dargestellt wird. Die Kinder gelten dann als aggressiv...und werden eher als „Täter“ denn als „Opfer“ behandelt.

Es ist dabei sicherlich zwischen defensiven und offensiven Selbstschutztechniken zu differenzieren. Defensives Selbstverteidigungstechniken sind z.B. das Lösen von Griffen und das Wegschubsen von Angreifern. Sie dienen dazu, einen Angriff kurzzeitig zu unterbrechen um dann Flüchten zu können. Das Schulen solcher Techniken ist erstmal etwas weniger kritisch zu sehen als offensive Selbstverteidigungstechniken, die dazu dienen, einen Angreifer kampfunfähig zu machen (z.B. durch einen Tritt in den Unterleib). Solche offensive Techniken haben in einem primärpräventiven, kurzzeitpädagogischen Training absolut nichts zu suchen! Allerdings ist auch der Einsatz der defensiven Techniken (siehe oben) fragwürdig, da sie keinen sinnvollen Mehrwert bieten und damit zunächst nur Zeit kosten, die dann nicht mehr anderweitig genutzt werden kann.

3.5 Phase 6

Kurzzeitpädagogische Trainings geben wichtige Impulse. Wenn diese Impulse nach Beendigung des Trainings nicht wachgehalten oder weiter bearbeitet werden, dann werden diese mit der Zeit verblassen und somit wäre das Training nur sehr kurzfristig wirksam gewesen. Die Impulse aus dem hier beschriebenen Training können sowohl durch die Lehrkräfte an den Grundschulen, durch die Eltern, als auch durch die Kinder selbst nachbearbeitet werden. So ist es empfehlenswert, dass die Inhalte des Trainings in regelmäßigen Abständen durch die Lehrkräfte und Eltern gemeinsam mit den Kindern wiederholt werden. Dazu ist es notwendig, dass diese auch genaue Kenntnis über die Seminarinhalte haben. Entsprechend geeignetes Material kann von den Trainern und TrainerInnen bekannt gemacht werden (z.B. www.Coolandsafe.eu). Eine Möglichkeit ist es auch, im Nachgang Konflikte in Schule, Familie (etc.) mit Hilfe der „Gewaltspirale“ zu reflektieren und zu schauen, ob es alternative Verhaltenswege gegeben hätte. Diese könnten dann sogar auch im Rahmen eines ganz simplen Situationstrainings exemplarisch geübt werden.

Für das Selbsttraining bietet sich vor allem das Imaginationstraining, also das Training durch Vorstellen, an (vgl. Weineck 2007, S.915ff). Besonders junge Kinder brauchen bei dieser Methode jedoch meist noch die Unterstützung von Erwachsenen. Die Kinder werden sich dabei vor allem um jene Inhalte kümmern, die Ihnen persönlich besonders relevant erscheinen.

Da sich Kinder und ihre soziale Umgebung mit der Zeit merklich weiterentwickeln und verändern, ist es sehr zu empfehlen, z.B. im frühen Jugendalter ein weiteres Training durchzuführen, da die Jugendlichen dann mit ganz anderen Formen und Herausforderungen konfrontiert sein werden, als sie es in der Grundschule noch waren.

3.6 Wirksamkeit

Es gibt in Deutschland bisher wenig aussagekräftige Studie zur Wirksamkeit von Gewaltpräventionstrainings. In der „Grünen Liste Prävention“ (vgl. www.gruene-liste-praevention.de) findet man eine Übersicht über evaluierte Präventionsprogramme. Das hier vorgestellte Training ist nicht wissenschaftlich evaluiert. Aus langjähriger Erfahrung wissen wir jedoch, dass die Wahrnehmungs- und Wertungskompetenz bezüglich Gewalt und Aggression sich bei den Trainingsteilnehmer*Innen positiv verändert., Ausserdem steigt die Bereitschaft, sich nach einer Gewalterfahrung Hilfe zu holen (vgl. Hofherr 2018, S.37). Wie in Kapitel 3.5 bereits benannt, verliert sich jedoch der Effekt mit der Zeit, wenn das Thema nicht weiterhin „wachgehalten“ wird. Dies ist keine Einschränkung der Wirksamkeit des Trainings, vielmehr muss die Notwendigkeit der Nachbereitung und Fortführung von Beginn an konzeptionell mitgedacht werden, damit das Training einen dauerhaften Effekt hat. Vor allem während des Trainingsprozesses selbst und in den ersten zwei Wochen danach kann es dazu kommen, dass Kinder auf die Trainer und Trainerinnen, die begleiten-

den Lehrkräfte oder ihre Eltern zukommen und von Gewalterfahrungen berichten, die bis dahin nicht bekannt waren.

Nolting (2007, S.249) bekräftigt die Notwendigkeit der Nachbereitung, wenn er darauf hinweist, dass jegliche Verhaltensveränderungen in der Regel nur dann nachhaltig stabil sein können, wenn die Einflüsse aus den Trainings durch „gleichgerichtete Einflüsse im Alltag (...) der Schule oder der eigenen Familie gestützt werden“. Falls dies nicht gewährleistet ist, sinkt die Wahrscheinlichkeit, dass die Effekte des präventiven Trainings einen nachhaltigen Effekt haben.

Bezogen auf die verhaltenstrainierenden Anteile in dem Konzept kann gesagt werden, dass die Teilnehmerinnen und Teilnehmer nach dem Training sich noch lange nicht in jeder „Gewaltsituation“ immer total souverän und sicher verhalten können. Dies beschreibt nicht die Wirkungslosigkeit des Trainings. Vielmehr liegt dies an der Komplexität des geforderten Handelns in unübersichtlichen und belasteten Situationen (vgl. Jonas 2012, S.224). Das Training soll den Trainierenden hier vor allem Impulse geben, sich ihrer Handlungsfähigkeit bewusst zu werden. Hier passt vielleicht ein Vergleich mit einem Erste Hilfe Kurs: Auch dort ist Wirksamkeit nicht nachgewiesen, aber jeder weiß, dass ein gut gemachter Kurs in Teilen hängen bleibt. Vor allem behält man jene Themen, die für einen persönlich relevant sind.

Das Training verfolgt nicht das Ziel, individuelle aggressive Verhaltensmuster einzelnen Kinder sowie „problematische“ Interaktionsmuster in Gruppen nachhaltig zu verändern. Dazu ist es methodisch und strukturell nicht geeignet und konzipiert.

Dabei kann „jedes Programm nur so gut sein, wie die konkrete Durchführung“ (Nolting 2007, 249). Das bedeutet, dass neben einem wissenschaftlich fundierten und didaktisch gut ausgearbeiteten Konzept auch die Qualifizierung und Eignung der Trainerperson eine relevante Rolle spielt. Bezüglich der erforderlichen Mindestqualifikationen geeigneten Trainern und Trainerinnen gibt der AJS NRW (2018) gute Orientierungshilfen.

4 Mögliche Konflikte und Herausforderungen bzw. mögliche Risiken und unerwünschte Wirkungen

- Es besteht auch das Risiko, dass von Lehrerinnen und Lehrern sowie von Eltern falsche Erwartungen und Hoffnungen in die Wirkung des Trainings gesetzt werden (vgl. Gugel 2014, S14). Durch das oben beschriebene Training setzt in der Regel keine direkte Verhaltensveränderung bei jenen Schülern und Schülerinnen ein, welche in Sachen Aggression und Gewalt besonders auffallen. Dies ist auch erklärt nicht das Ziel dieses Trainings. Als Ergebnis der Enttäuschung kann es jedoch vorkommen, dass diese Kinder daraufhin noch mehr alleine für ihr Verhalten verantwortlich gemacht werden, „da sie ja so ein Training hatten, müssen sie nun doch wohl in der Lage sein, sich anders zu verhalten...!“ Diese Erwartungshaltung ist völlig unangemessen!
- Prävention deckt auf! Es ist unserer Erfahrung nach zu erwarten, dass im Rahmen des Trainings oder im direkten Nachgang bisher unbekannte Fälle von Gewalterfahrung durch Kinder offen gemacht werden. Dies ist ein erklärtes Ziel dieser Trainings. Ist jenes Trainingsziel den Lehrern, Lehrerinnen und Eltern aber nicht ausreichend bewusst, kann das zu Frust und Konflikten führen, da man im Nachgang des Trainings mehr mit dem Thema Gewalt zu tun hat als vorher.
- Aus dem Training erfolgte Verhaltensveränderungen werden nicht bestärkt und deswegen auch wieder aufgegeben (weil man es nicht mit bekommt bzw. weil man die Kinder schon so negativ sieht, dass man Verbesserungen nicht mehr sehen kann oder will).

- Es entsteht möglicherweise mehr soziale Unruhe. Kinder wehren sich in Situationen, in denen sie Grenzüberschreitungen bisher stillschweigend ertragen haben, obwohl sie sich dabei unwohl fühlten. Es könnte der Eindruck entstehen, dass die Prävention jetzt eher zur Eskalation beigetragen hat. Die ist vordergründig vielleicht nachvollziehbar, vor allem aus der Sicht der verantwortlichen Lehrer und Lehrerinnen oder Eltern, nicht jedoch aus der Sichtweise der Kinder, die sich nun trauen, sich zu behaupten.
- Verängstigen oder gar Retraumatisierung von Kindern. Das Risiko dafür sollte im Vorfeld auf ein absolutes Minimum reduziert werden, in dem man sich entsprechende Informationen über die Kinder einholt. Gibt es Kenntnisse über belastende soziale Erfahrungen, bis hin zu schweren Gewalterfahrungen bei einzelnen Kindern? Wenn ja, sollte man anhand des geplanten Trainingsprogramms überprüfen, ob es durch das Programm und die entsprechenden Methoden zu unzumutbaren Belastungen der betroffenen Kinder kommen kann und wie man im Fall dessen reagieren sollte. Des Weiteren liegt es in der Verantwortung von Trainern und Trainerinnen, das Training so zu gestalten, dass das Risiko von Retraumatisierungen potentiell traumatisierter Kinder möglichst zu vermeiden ist. Dies bedeutet unter anderem, dass Trainerinnen und Trainer in den Situationstrainings klar und zeitgleich sehr behutsam vorgehen und sehr sensibel auf die non-verbale Kommunikation der Kinder eingehen. Außerdem sollten die Trainer und Trainerinnen auf die explizite Nennung und vor allem auf die konkrete Beschreibung oder gar Reinzenerierung von schweren Gewaltformen verzichten.

5 Fazit

Primäre bzw. universelle Gewaltprävention leistet mit relativ wenig Aufwand einen wichtigen Beitrag in der Erziehung von Kindern und Jugendlichen. Durch altersgerechte und professionelle Konzepte können Kinder angemessen für das Thema Gewalt sensibilisiert werden. Durch diese Sensibilisierung und Enttabuisierung steigt die Chance, dass Kinder Gewalt, egal ob gegen sich oder gegen andere gerichtet, schneller als solche erkennen und dadurch die Möglichkeit haben, sich aktiv für eine Verhinderung oder Beendigung der Gewalt einzusetzen.

Eine gezielte Stärkung der Kinder hilft ihnen dabei, Gewalt frühzeitig zu erkennen und rechtzeitig und angemessen zu handeln. Bei der Frage nach der richtigen Reaktionsstrategie können Trainings jeglicher Art immer nur Ideen für möglicherweise passende Strategien geben. Was genau in einer Gewaltsituation das „richtige“ Verhalten sein kann, kann in einem Training nicht gesagt werden. Je vielseitiger und sicherer sich die Kinder aber verhalten können, desto größer ist die Chance, dass sie während eines Gewalterlebnis handlungsfähig sind/bleiben.

Bei allem Ehrgeiz auf Seiten der Trainer und Trainerinnen muss immer beachtet werden, dass es auch zahlreiche Situationen gibt, in denen Kinder nicht ohne die Hilfe von Erwachsenen auskommen. Dies gilt vor allem für eine der schlimmsten Gewaltformen, dem sexuellen Missbrauch innerhalb des Familiensystems.

Wenn Kinder Opfer von Gewalt werden, dann haben Sie das Recht, sich zu wehren, aber sie haben nicht die Pflicht. Präventive Trainings können Kindern den entscheidenden Anstoß geben, sich Hilfe zu holen. Das bedeutet, dass jeder Trainer und jede Trainerin im Bereich der Gewaltprävention wissen muss, wie man professionell mit Selbstoffenbarungen umgeht. Damit den Kindern dann auch wirklich effektive Hilfe angeboten werden kann, ist es immens wichtig, dass die Trainer und Trainerinnen über die lokalen Hilfsnetzwerke informiert sind, an die sich Kinder und evtl. deren Eltern wenden.

Dabei muss man anerkennen, dass es keinen 100%igen Schutz durch irgendeine Art Präventionsprogramm gibt.

Autor

Mechler, Lars: Diplom Sportwissenschaftler, Systemischer Berater, Anti-Gewalt-Trainer; Fachbereichsleiter Prävention/Training/Beratung bei Wellenbrecher e.V., Euskirchen, mechler@wellenbrecher.de.

Literatur

AJS NRW (2018). Trainings für Kinder und Jugendliche gegen Grenzverletzungen und sexuelle Übergriffe. Informationsbroschüre. Verfügbar unter: https://www.ajs.nrw.de/wp-content/uploads/2018/03/180313_RZ_AJS_apersicher_Quali_Verteidigung_Screen.pdf [10.11.2018]

D., Pfeiffer, C., Rabold, S., Simonson, J. Kappes, C. (2010). Kinder und Jugendliche in Deutschland: Gewalterfahrungen, Integration, Medienkonsum. Zweiter Bericht zum gemeinsamen Forschungsbericht des Bundesministeriums des Inneren und des KFN. Hannover: Kriminologisches Forschungsinstitut Niedersachsen e.V.

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (2002). Achtsamkeit und Anerkennung. Materialien zur Förderung des Sozialverhaltens in der Grundschule. Köln

Brinkmann, H.U.; Frech, S.; Posselt, R.E. (2011). Gewalt zum Thema machen. Gewaltprävention mit Kindern und Jugendlichen (erweiterte, überarbeitete Neuauflage). Bundeszentrale für Politische Bildung

Duden (2018). Verfügbar unter: <https://www.duden.de/rechtschreibung/ignorieren> [20.10.2018]

Gugel, G. (2011). Ursachen von Gewalt und Aggression. In: Brinkmann, H.U.; Frech, S.; Posselt, R.E. (2011). Gewalt zum Thema machen. Gewaltprävention mit Kindern und Jugendlichen (erweiterte, überarbeitete Neuauflage). Bundeszentrale für Politische Bildung. S., S.24-33

Gugel, G. (2007). Handbuch Gewaltprävention in der Grundschule. Grundlagen - Lernfelder - Handlungsmöglichkeiten. Tübingen: Institut für Friedenspädagogik Tübingen - WSD Pro Child e.V.

Gugel, G. (2014). Handbuch Gewaltprävention III. Für den Vorschulbereich und die Arbeit mit Kindern. Tübingen: Berghof-Foundation/Friedenspädagogik Tübingen - Wir stärken Dich e.V.

Gugel G. (2006). Gewalt und Gewaltprävention. Grundfragen, Grundlagen, Ansätze und Handlungsfelder von Gewaltprävention und ihre Bedeutung für Entwicklungszusammenarbeit (2. überarbeitete Auflage). Tübingen: Institut für Friedenspädagogik Tübingen

Jonas, K.J. (2012). Zivilcourage lernen: Was können Zivilcourage-Trainings leisten? In: Meyer, G.; Frech, S. Zivilcourage. Aufrechter Gang im Alltag. Schwalbach: Wochenschau Verlag

Kasten, H. (2014). Entwicklungspsychologie - Lehrbuch für pädagogische Fachkräfte. Haan-Gruiten: Verlag Europa Lehrmittel.

Marshall-Rosenberg (2009). Gewaltfreie Kommunikation. Eine Sprache des Lebens. Paderborn: Junfermann Verlag

- Polizeiliche Kriminalstatistik* (2018). <https://www.polizei-beratung.de/presse/infografiken/?L=0> [22.09.2018]
- Polizei-beratung.de* (2018). Website. <https://www.polizei-beratung.de/themen-und-tipps/gewalt/kindesmisshandlung/fakten/> [22.09.2018]
- Herbert, C.; Rosenbach, K.; Niebebank* (2008). Gelingensbedingungen für die Prävention von interpersonaler Gewalt im Kindes- und Jugendalter. Bonn: DKF
- Hofherr, S.* (2018). Sexuelle Gewalterfahrungen von Schülerinnen und Schülern und sexuelle Gewalt als Thema in der Schule. In: BZgA FORUM. Sexualaufklärung und Familie. Ausgabe 2-2018. Prävention sexualisierter Gewalt. S. 34-37.
- Nolting, H.P.* (2007). Lernfall Aggression. Wie Sie entsteht - Wie Sie zu vermindern ist. (2. Auflage). Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag.
- Scheithauer, Herbert; Charlotte Rosenbach; Kay Niebebank* (2012): Gelingensbedingungen für die Prävention von interpersonaler Gewalt im Kindes- und Jugendalter (3. korrig. und überarb. Auflage)., Bonn: DKF
- Schulz von Thun, F.* (1981). Miteinander reden: 1 - Störungen und Klärungen. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag.
- Van Der Kolk, B.* (2018). Verkörperter Schrecken. Traumaspuren im Gehirn, Geist und Körper und wie man sie heilen kann (5. Auflage). Lichtenau/Westfalen: Probst Verlag
- Weineck, J.* (2007). Optimales Training. Leistungsphysiologische Trainingslehre unter besonderer Berücksichtigung des Kinder und Jugendtrainings (15. Auflage). Balingen: Spitta Verlag