

Wir machen Kinder und Jugendliche stark gegen sexualisierte Gewalt!

„Fass mich nicht an“ ist ein Training für 9- bis 16-jährige Kinder und Jugendliche. Das Training soll den Teilnehmerinnen und Teilnehmern vermitteln, für ihr Selbstbestimmungsrecht einzustehen, Verantwortung für andere zu übernehmen und Zivilcourage zu entwickeln.

In einer vertrauensvollen Atmosphäre wollen wir unsere Themen zur Prävention sexualisierter Gewalt diskutieren, eigene Erfahrungen und eigenes Handeln reflektieren und Unsicherheiten äußern.

Schülerinnen und Schüler sollen lernen, verantwortlich mit sich und anderen umzugehen und Mut zeigen, sich zu äußern, wenn etwas unangenehm ist oder andere bedrängt werden.

Wir wollen keine Panikmache, sondern Aufklärung, Selbstbestimmung, Information und Austausch!

## UNTERKUNFT

Kinder- und Jugendbildungsstätte der KjG  
Haus Sonnenberg  
Am Sonnenberg 14  
51519 Odenthal/Voiswinkel  
[www.kjg-haus-sonnenberg.de](http://www.kjg-haus-sonnenberg.de)

## TRÄGERIN

Die Katholische junge Gemeinde (KjG) im Diözesarverband Köln ist anerkannte Trägerin der Kinder- und Jugendhilfe und bundesweit organisiert. Ziel der KjG ist es, Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen ein engagiertes Forum zu bieten, in dem sie ihre Interessen in Kirche und Gesellschaft demokratisch einbringen und vertreten können und gemeinsam ihre Freizeit gestalten.

## KONTAKT

Thomas Pieger (Projektleiter)  
Diplom-Pädagoge, Diplom-Theaterpädagoge,  
Sexualpädagoge

Tel.: 0221.1642 6840  
mail: [thomas.pieger@kjg-koeln.de](mailto:thomas.pieger@kjg-koeln.de)



*Training zur Prävention  
sexualisierter Gewalt*

## UNSERE ARBEITSWEISEN

**Wir** besprechen Grundlagen der Sexualerziehung, der körperlichen Entwicklung von Kindern und Jugendlichen sowie deren Sprache.

**Wir** schaffen eine vertrauensvolle Atmosphäre und eine Erzählkultur, die geprägt ist von Offenheit, Respekt, Spaß und Spiel.

**Wir** trainieren die Wahrnehmung eigener Gefühle und Grenzen.

**Wir** vermitteln Verhaltensmöglichkeiten gegen sexualisierte Gewalt. Hierbei gehen wir auf die Stärken und Schwächen der Kinder und Jugendlichen ein.

**Wir** trainieren Selbstbehauptung und Konfliktlösung mit Methoden aus dem Bereich der Sexualpädagogik, Geschlechterpädagogik, Theaterpädagogik und der lösungsorientierten Beratung.

**Wir** arbeiten sowohl im Klassenverband als auch in reinen Jungen- und Mädchengruppen.

## UNSERE THEMEN

### Mein Körper

Wissen über den Körper und seine Veränderungen erlangen sowie ein selbstbewusster Umgang hiermit.

### Gefühle

Gefühle wahrnehmen, zulassen und aussprechen lernen, Unterscheidung von schönen und schlechten Gefühlen.

### Grenzen setzen und wahrnehmen

Eigene Grenzen bestimmen, wahrnehmen und respektieren der persönlichen Grenzen anderer.

### Nähe und Distanz

Ausgleich zwischen Nähe und Distanz finden, Nähe zulassen und Grenzen ziehen können.

### Selbstbehauptung & Selbststärkung

Selbstbehauptung, Selbstbestimmung, Wertschätzung und Vertrauen als Sozialkompetenzen erkennen.

### Meine Rechte

Recht auf Intimität und Privatsphäre erklären, Informationen über gesetzliche Regelungen und Verordnungen.

### Petzen, warum eigentlich nicht?

Umgang mit guten und schlechten Geheimnissen, Angst vor vermeintlichem „Petzen“ nehmen.

### Hilfe holen

Bei Problemen Hilfe holen: in der Familie, im Freundeskreis, bei Lehrern und Beratungsstellen.

### Gewaltprävention & Konfliktbewältigung

Eigene Erfahrungen und eigenes Handeln reflektieren, gewaltfreie Lösungen trainieren, konstruktive Kritik äußern und annehmen.

## UNSER ANGEBOT

- Ein- bis Drei-Tagestraining mit Vollverpflegung in Haus Sonnenberg
- mindestens zwei geschulte und erfahrene Trainerinnen und Trainer
- Vorbereitungsgespräch mit den zuständigen Lehrerinnen und Lehrern, um organisatorische und inhaltliche Fragen zu klären – individuelle Absprachen sind möglich.
- Bereitstellung der Materialien
- Nachbereitungsgespräch mit den Lehrerinnen und Lehrern, um das Training zu reflektieren
- kostenfreie Unterkunft und Verpflegung der begleitenden Lehrerinnen und Lehrer
- Außerhalb der Trainingszeiten übernehmen die Lehrerinnen und Lehrer die Aufsichtspflicht.

## KOSTEN

Training (5 Stunden) 22 € / Person  
in der Schule

Tagestraining in 45 € / Person  
Haus Sonnenberg

2-Tagestraining 75 € / Person

3-Tagestraining 95 € / Person

- MindestteilnehmerInnenzahl: 25 Personen
- An- und Abreise werden selbst organisiert.

