

## Mein Körper gehört mir – ein interaktives Präventionsprogramm der „theaterpädagogischen werkstatt (tpw)“ zu Gast in der Regenbogenschule

Wir freuen uns, dass wir das Theater- und Präventionsprogramm „**Mein Körper gehört mir!**“ für die 3. und 4. Klassen der Regenbogenschule an drei Tagen im Juni 2024 für unsere Schule gewinnen konnten. Im Rahmen des Aufklärungsunterrichts in der Schule wurden die Schüler:innen auf dieses Theaterstück intensiv vorbereitet.

„Mein Körper gehört mir!“ ist ein bundesweit erfolgreiches Programm der theaterpädagogischen werkstatt (tpw), das das Ziel hat, Kinder in der Wahrnehmung ihrer Gefühle und in dem Vertrauen zu sich selbst zu stärken, um sie besser vor sexualisierter Gewalt zu schützen.

Bevor das Theaterstück beginnt, starten alle mit dem **Körpersong**. In dem Lied wird das Thema der Selbstbestimmung über den eigenen Körper auf ansprechende Weise in den Mittelpunkt gerückt. Das gemeinsame Singen macht locker, fördert die Konzentration und die Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit den nachfolgenden Szenen.

Die dargebotenen Spielszenen sind an den Lebensalltag der Kinder angelehnt und dadurch für sie gut nachvollziehbar. Das Stück ist so angelegt, dass die Schauspieler Szenen spielen und im Nachgang eine Reflexion über das Dargestellte gemeinsam mit den Schüler:innen vorgenommen wird. Da sind Fragen, Kommentare und Beispiele ausdrücklich erwünscht. Die Schüler:innen der Jahrgänge 3 und 4 waren an diesen 3 Tagen aktiv dabei und konnten viele wichtige Erkenntnisse für sich, für den Umgang mit ihrem Körper und für ihr Sicherheitsgefühl bei unangenehmen Gefühlen gewinnen. Sie erlebten, wie wichtig ihre eigenen Gefühle und Wahrnehmungen sind und erfuhren, wo sie Hilfe bekommen können, wenn sie welche brauchen.

Hilfreich waren die drei Fragen, die sich jedes Kind bei unangenehmen Situationen im zwischenmenschlichen Bereich stellen soll:

1. Habe ich ein Ja- oder Nein- Gefühl?
2. Weiß eine vertraute Person, wo ich bin?
3. Bekomme ich Hilfe, wenn ich welche brauche?

Zudem lernten sie die „Nummer gegen Kummer“ des Kinder- und Jugendtelefons (116111) kennen, die sie von Montag - Samstag zwischen 14.00 -20.00 Uhr anrufen dürfen. Eine eigene Visitenkarte mit dieser Nummer wurde jedem Kind ausgeteilt.

Alle Theaterszenen führten zu einem erfolgreichen Abschluss und vermittelten dadurch die Zuversicht, dass jede/r selbst Einfluss darauf hat, dass das schlechte Gefühl einem guten Gefühl weichen kann – damit sexualisierte Gewalt verhindert oder beendet werden kann.

Im Rahmen der „Schutzkonzeptarbeit“, die jede Schule in NRW leisten muss, damit Kinder und Jugendliche in den Schulen vor sexualisierter und genereller Gewalt besser geschützt werden, hilft dieses Theaterstück unter präventiven Aspekten sehr,

Schüler:innen aufzuklären und sie stark zu machen, ihren eigenen Gefühlen zu vertrauen, selbstbestimmt mit ihrem Körper umzugehen und sich Hilfe zu holen, wenn es unangenehm wird

**Wir danken dem Verein „Menschen gegen Kindesmissbrauch e.V.“, der uns das Projekt durch die finanzielle Unterstützung ermöglicht hat!**

☎ 05242968820(tel:05242968820)

✉ sekretariat.regenbogenschule@kreis-guetersloh.de(mailto:sekretariat.regenbogenschule@kreis-guetersloh.de)



## Mein Körper gehört mir – ein interaktives Präventionsprogramm der „theaterpädagogischen werkstatt (tpw) zu Gast in der Regenbogenschule

Juli 3, 2024(<https://regenbogenschule-gt.de/2024/07/03>)



**Duellmann**

Alle Beiträge (<https://regenbogenschule-gt.de/author/duellmann>)

Wir freuen uns, dass wir das Theater- und Präventionsprogramm „Mein Körper gehört mir!“ für die 3. und 4. Klassen der Regenbogenschule an drei Tagen im Juni 2024 für unsere Schule gewinnen konnten. Im Rahmen des Aufklärungsunterrichts in der Schule wurden die Schüler:innen auf dieses Theaterstück intensiv vorbereitet.

„Mein Körper gehört mir!“ ist ein bundesweit erfolgreiches Programm der theaterpädagogischen werkstatt (tpw), das das Ziel hat, Kinder in der Wahrnehmung ihrer Gefühle und in dem Vertrauen zu sich selbst zu stärken, um sie besser vor sexualisierter Gewalt zu schützen.

Bevor das Theaterstück beginnt, starten alle mit dem **Körpersong**. In dem Lied wird das Thema der Selbstbestimmung über den eigenen Körper auf ansprechende Weise in den Mittelpunkt gerückt. Das gemeinsame Singen macht locker, fördert die Konzentration und die Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit den nachfolgenden Szenen.

Die dargebotenen Spielszenen sind an den Lebensalltag der Kinder angelehnt und dadurch für sie gut nachvollziehbar. Das Stück ist so angelegt, dass die Schauspieler Szenen spielen und im Nachgang eine Reflexion über das Dargestellte gemeinsam mit den Schüler:innen vorgenommen wird. Da sind Fragen, Kommentare und Beispiele ausdrücklich erwünscht. Die Schüler:innen der Jahrgänge 3 und 4 waren an diesen 3 Tagen aktiv dabei und konnten viele wichtige Erkenntnisse für sich, für den Umgang mit ihrem Körper und für ihr Sicherheitsgefühl bei unangenehmen Gefühlen gewinnen.

Sie erlebten, wie wichtig ihre **eigenen Gefühle und Wahrnehmungen** sind und erfuhren, wo sie Hilfe bekommen können, wenn sie welche brauchen.

Hilfreich waren die **drei Fragen**, die sich jedes Kind bei unangenehmen Situationen im zwischenmenschlichen Bereich stellen soll:

1. Habe ich ein Ja- oder Nein- Gefühl?
2. Weiß eine vertraute Person, wo ich bin?
3. Bekomme ich Hilfe, wenn ich welche brauche?

Zudem lernten sie die „Nummer gegen Kummer“ des Kinder- und Jugendtelefons (116111) kennen, die sie von Montag – Samstag zwischen 14.00 –20.00 Uhr anrufen dürfen. Eine eigene Visitenkarte mit dieser Nummer wurde jedem Kind ausgeteilt.

Alle Theaterszenen führten zu einem erfolgreichen Abschluss und vermittelten dadurch die Zuversicht, dass jede/r selbst Einfluss darauf hat, dass das schlechte Gefühl einem guten Gefühl weichen kann – damit sexualisierte Gewalt verhindert oder beendet werden kann.

Im Rahmen der „**Schutzkonzeptarbeit**“, die jede Schule in NRW leisten muss, damit Kinder und Jugendliche in den Schulen vor sexualisierter und genereller Gewalt besser geschützt werden, hilft dieses Theaterstück unter präventiven Aspekten sehr, Schüler:innen aufzuklären und sie stark zu machen, ihren eigenen Gefühlen zu vertrauen, selbstbestimmt mit ihrem Körper umzugehen und sich Hilfe zu holen, wenn es unangenehm wird

**Wir danken dem Verein „Menschen gegen Kindesmissbrauch e.V.“, der uns das Projekt durch die finanzielle Unterstützung ermöglicht hat!**