

# Verhaltensregeln und Hinweise zur Präventionsschulung (sexualisierte Gewalt)

Unsere Arbeit mit Kindern und Jugendlichen ist geprägt von Respekt, Wertschätzung und Vertrauen.  
Jede Person bringt ihre eigene Geschichte, Grenzen und Bedürfnisse mit. Deshalb schaffen wir  
gemeinsam einen Raum, in dem sich alle sicher fühlen können.

## 1. Vertrauensvoller und sicherer Rahmen

- Wir begegnen uns offen, respektvoll und wertschätzend.
- Persönliche Erfahrungen und Beiträge werden ernst genommen.
- Alles, was geteilt wird, behandeln wir vertraulich.
- Jede Person entscheidet selbst, wie viel sie teilen möchte.

## 2. Achtsamer Umgang mit Grenzen

- Wir respektieren persönliche Grenzen, Intimsphäre und Schamgrenzen.
- Körperliche und verbale Grenzüberschreitungen haben keinen Platz.
- „Nein“ oder Unsicherheit werden immer ernst genommen.
- Wir achten auf unser eigenes Verhalten und das der Gruppe.

## 3. Verantwortung und Haltung

- Wir tragen gemeinsam Verantwortung für einen sicheren Raum.
- Diskriminierendes, sexistisches oder übergriffiges Verhalten wird nicht toleriert.
- Wir beziehen Stellung, wenn wir Grenzverletzungen wahrnehmen.

## 4. Ansprechen von Unsicherheiten und Vorfällen

- Es ist ausdrücklich erwünscht, Fragen, Unsicherheiten oder Beobachtungen anzusprechen.
- Niemand muss mit einem unguuten Gefühl alleine bleiben.
- Auch kleine Beobachtungen dürfen und sollen geteilt werden.

## 5. Externe Hilfe- und Beratungsangebote

Wenn du selbst betroffen bist oder Unterstützung brauchst, kannst du dich anonym und vertraulich an folgende Stellen wenden:

### Hilfetelefon Sexueller Missbrauch

0800 22 55 530

[www.hilfe-telefon-missbrauch.de](http://www.hilfe-telefon-missbrauch.de)

### Nummer gegen Kummer (für Kinder & Jugendliche)

116 111

[www.nummergegenkummer.de](http://www.nummergegenkummer.de) (Auch Chat möglich!)

## 6. Selbstfürsorge

- Die Inhalte der Schulung können emotional herausfordernd sein.
- Es ist jederzeit möglich, eine Pause zu machen oder den Raum kurz zu verlassen.
- Sprich uns an, wenn du Unterstützung brauchst.

## Verbindlichkeit

Mit der Teilnahme an der Schulung erklärst du dich bereit, diese Verhaltensregeln zu achten und zu einem sicheren, respektvollen Lernraum beizutragen.