

# Ich bin unschlagbar!

**Gruppenstunde | Alter: 8-14 | Aufwand: mittel**

## Hintergrund

Seit mehr als 25 Jahren ist in Österreich jegliche Form von Gewalt in der Erziehung von Kindern und Jugendlichen gesetzlich verboten - das bedeutet: Gewalt gegen Kinder hat keinerlei Berechtigung. Nur rund ein Drittel der Erwachsenen weiß davon.

Es gibt so gut wie keine Initiativen oder Kampagnen der Politik, um Bewusstsein für das Gewaltverbot an Kindern und Jugendlichen bzw. ein gewaltfreies Miteinander in der Familie zu schaffen. In aktuellen gesellschaftlichen Debatten sprechen sich sogar immer wieder bekannte Persönlichkeiten für (abgeschwächte Formen von) Gewalt an Kindern aus - zuletzt ein Redakteur der Tageszeitung "Die Presse", der Papst, Felix Baumgartner, etc.

Seit mehr als 25 Jahren ist in Österreich jegliche Form von Gewalt in der Erziehung von Kindern und Jugendlichen gesetzlich verboten - das bedeutet: Gewalt gegen Kinder hat keinerlei Berechtigung. Nur rund ein Drittel der Erwachsenen weiß davon.

Es gibt so gut wie keine Initiativen oder Kampagnen der Politik, um Bewusstsein für das Gewaltverbot an Kindern und Jugendlichen bzw. ein gewaltfreies Miteinander in der Familie zu schaffen. In aktuellen gesellschaftlichen Debatten sprechen sich sogar immer wieder bekannte Persönlichkeiten für (abgeschwächte Formen von) Gewalt an Kindern aus - zuletzt ein Redakteur der Tageszeitung "Die Presse", der Papst, Felix Baumgartner, etc.

Wir wollen dies ändern und als Jungschar ein klares, lautes und eingängiges Statement gegen Gewalt an Kindern setzen, weil Kinder laut Artikel 19. der Konvention über die Rechte des Kindes ein Recht darauf haben, vor Gewalt geschützt zu werden!

## Material

- Ein leere Flasche (Glas oder Plastik) mit Pippis Brief (siehe unten)
- Fotoapparat
- "Kinder sind unschlagbar!" Buttons oder Material um die Buttons gemeinsam zu machen

## Aufbau

Die Kinder durchlaufen ein "Pippilottawiktualia-Training", das ihnen hilft, ihren Körper und ihre Kräfte gut zu spüren. Am Ende des Trainings wird ein Standbild entwickelt und als Dank und Bestärkung bekommen die Kinder einen "ich bin unschlagbar!" Button.

## Einstieg - Pippis Brief

Du schreibst folgenden Brief und gibst ihn in eine leere Flasche. Diese Flaschenpost versteckst du und sagst deinen Kindern, dass sie Post bekommen haben.

*Liebe (Namen deiner Kinder),*

*Ich befinde mich gerade im Taka-Tuka Land und es geht mir großartig! Ihr könnt mich gern mal besuchen kommen!*

*Ich schreibe euch heute diesen Brief, weil mir zu Ohren gekommen ist, dass in eurem Land viele Erwachsene nicht wissen, dass jedes Kind unschlagbar ist und dass Gewalt an Kindern strengstens verboten ist. Ich finde dagegen sollte man etwas tun! Was meint ihr?*

*Ich hab da eine Idee: Am besten XY (dein Name) führt mit euch mein "Pippilottawiktualia-Training" durch, das eure Kräfte stärken wird. Und vielleicht wollt ihr ja nach dem Training den großen Menschen in eurem Land mal sagen, was Sache ist?!*

*Ganz liebe Grüße!*

*Pippi Langstrumpf*

Du sagst deinen Kindern, dass du von Pippi zum/r "Pippilottawiktualia-Trainer/in" ausgebildet wurdest und, wenn sie Lust haben, mit ihnen dieses Training machen kannst!

## **Vorbereitung: Begrüßung und Aufwärmen**

Am Beginn des Trainings geht es darum, dass ihr in die Gänge kommt. Nach einer Begrüßung könnt ihr ein paar Aufwärmspiele ausprobieren.

### **Begrüßung**

Alle bilden Paare. Du nennst zwei Körperteile, die sich zur Begrüßung berühren sollen, zum Beispiel: "Nase zu Ellenbogen!". Dann versucht jede/r, mit der eigenen Nase den Ellenbogen des Gegenübers zu berühren. Du kannst auch sagen: "Fuß an Knie!" oder "Ohr zur Handfläche!". Es dürfen auch schwierige Kombinationen wie "Schulter zu kleiner Zehe!" sein. Ihr könnt euch so lange es euch Spaß macht begrüßen und zwischendurch Partner/innen wechseln.

### **Auto fahren**

Ihr bleibt zu zweit und stellt euch hintereinander hin. Eine/r ist der/die Fahrer/in, der/die andere das Auto. Der/die Fahrerin kann das Auto lenken:

Wenn sie/er ihren Zeigefinger zwischen die Schulterblätter des "Autos" legt, fährt es geradeaus. Der Finger auf der linken Schulter bedeutet "links abbiegen" und auf der rechten Schulter "rechts abbiegen", Finger auf dem Nacken bedeutet "Rückwärtsgang". Je stärker der Druck des Fingers ist, desto höher ist die Geschwindigkeit. Die Lenker/innen müssen aufpassen, nicht in andere Autos zu fahren.

### **Der Bär**

Ein Kind ist der "Bär", die anderen sind "Holzfäller". Der Bär brüllt fürchterlich. Die Holzfäller fallen steif um, wenn sie den Schrei hören und bleiben starr liegen. Der Bär versucht nun, ein Lebenszeichen von einem Holzfäller zu bekommen. Er schnuppert an ihnen, kitzelt sie,... Wenn ein Holzfäller lacht oder sich bewegt, verwandelt er sich in einen Bären und hilft dem Bären, die anderen Holzfäller zum Leben und Lachen zu bringen.

## Trainingsphase 1 - Kräfte entdecken und ausprobieren

Ihr könnt, je nach Lust und Laune, ein paar der folgenden Übungen ausprobieren, um eure Kräfte zu mobilisieren.

### **Boxen**

Geht wieder zu zweit zusammen und beginnt zu boxen, ohne miteinander zu reden und ohne einander zu berühren. Wichtig ist, dass auf jeden Schlag eine Reaktion folgt und ihr euren ganzen Körper einsetzt.

### **Von der Stelle schieben**

Alle stellen sich wieder zu zweit zusammen und legen die Hände auf die Schultern des Gegenübers. Auf ein Zeichen beginnen alle einander mit aller Kraft von der Stelle zu schieben. Das darf aber keinem gelingen. Keiner darf gewinnen oder verlieren. Merkt jemand, dass sein Gegenüber schwächer wird, nimmt er sich zurück. Verstärkt der andere seine Anstrengung, stemmt er sich mit aller Kraft dagegen.

### **Rücken an Rücken, Popsch an Popsch**

Schiebend rutscht jeder mit den Füßen nach vorne, bis beide gleichzeitig am Boden sitzen. Dann stehen beide auf, stemmen und stützen sich gegenseitig.

### **Auf dem Meer**

Ein Kind liegt am Boden und macht sich ganz schwer. Die anderen versuchen es aufzuheben und hochzustemmen. Wenn es gelingt, wird das Kind über den Köpfen sanft hin und hergeschaukelt, wie auf Meereswellen.

## Trainingsphase 2: Sich ausdrücken

Eure Kräfte sind nun mobilisiert. Im nächsten Schritt übt ihr, euch auszudrücken und eure Kräfte anderen zugänglich zu machen.

### **Sich spiegeln**

Stellt euch in zwei Reihen einander gegenüber auf. Eine Reihe schneidet Grimassen und macht kleine Bewegungen und die andere Reihe versucht, das Spiegelbild von seinem/ihrer Gegenüber zu sein. Am besten ihr beginnt erst mit dem Mund, dann dem ganzen Gesicht, dann mit dem Kopf, den Armen, dem Oberkörper, dem Unterkörper und schließlich mit dem ganzen Körper, Bewegungen zu machen. Wechselt nach einiger Zeit die Rollen.

### **Bildhauerei**

Bei dieser Übung geht wieder zu zweit zusammen. Eine/r ist nun der/die Bildhauerin und macht eine Skulptur aus dem/der anderen. Dazu stehen euch folgende Werkzeuge zur Verfügung:

- Mit Hilfe eines durchsichtigen Fadens (wie bei einer Marionette) können Körperteile der Skulptur in die richtige Position gebracht werden.
- Wenn ihr blast, ist der Faden wieder weg und die Position bleibt.

- Ihr könnt die Position wieder verändern, indem ihr einen neuen Faden anbringt.
- Den Gesichtsausdruck könnt ihr modellieren, indem ihr ihn z.B. vormacht.

Wenn ihr mit eurer Skulptur zufrieden seid, könnt ihr ihr noch ein Wort oder einen Satz ins Ohr flüstern. In einem nächsten Schritt können nämlich alle Bildhauer/innen die Skulpturen in der Galerie betrachten. Wird eine Skulptur angetupft, sagt diese, was ihr der/die Bildhauer/in zugeflüstert hat. Danach werden die Skulpturen zu Bildhauer/innen und können nun selbst Skulpturen bauen.

### **Fortgeschrittene Bildhauerei**

Geht zu dritt zusammen und baut nun mit zwei Personen ein Bild zum Thema "Ich bin stark wie Pippi Langstrumpf". Wenn ihr mit dem Bild zufrieden seid, könnt ihr wieder eine Ausstellung wie vorher machen.

### **Abschluss - Ein Bild gegen Gewalt**

Nun seid ihr im Training schon recht weit fortgeschritten. Die letzte Aufgabe steht euch bevor: Ihr macht gemeinsam ein Standbild zum Thema "Ich bin unschlagbar!". Eine/r von euch beginnt und stellt sich hin, andere können dazu kommen, bis es für alle gut passt. Wenn es euch leichter fällt, kann auch jemand wie in den oberen Übungen modellieren. Macht ein Foto von dem Bild und schickt es uns an [dlwien@jungschar.at](mailto:dlwien@jungschar.at) - dann können wir es auf unserer Homepage veröffentlichen um Erwachsene darauf aufmerksam zu machen, dass Gewalt an Kindern nicht sein darf!

Als Dank und Bestärkung am Ende des Trainings kannst du jedem Kind einen "Kinder sind unschlagbar!" Button mitgeben. Entweder du machst mit ihnen einen Button in der Gruppenstunde (du kannst dir im Jungschärbüro eine Buttonmaschine ausborgen), oder du rufst im Büro an, wir machen Buttons für und schicken sie dir zu. (Als Alternative könntet ihr auch Leiberln mit dem Spruch "Kinder sind unschlagbar!" bemalen).

*Ideen aus: Augusto Boal - Theater der Unterdrückten. Übungen und Spiele für Schauspieler und Nicht-Schauspieler (Dieses Buch gibt es im [Jungschar-Büro](#) auszuborgen.)*

*Autor/in: Betti Zelenak*

*Publikation: kumquat "alle anders - alle gleich" 3/2015*