

# Prävention geschlechts- spezifischer Gewalt

Praktische Ansätze und Methoden  
für die Arbeit mit Jugendlichen  
zu Geschlecht und Ehrvorstellungen

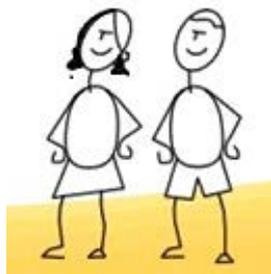


Ein Handbuch für pädagogische  
und psychosoziale Fachkräfte

## Impressum

**samara – Verein zur Prävention  
von (sexualisierter) Gewalt**

ZVR-Zahl: 352036160  
Stutterheimstraße 16–18/2/24d  
A-1150 Wien  
office@praevention-samara.at  
Tel. 0660 55 999 06  
www.praevention-samara.at



**Herausgeberinnen und Projektleitung:** Andrea Arnold und Marion Gruber

**Recherche, Entwicklung und praktische Erprobung der Methoden:** Andrea Arnold, Rumeysa Dür-Kwieder, Marion Gruber, Marlo Pillwein, Jörg Reck

**Projektmitarbeiter\*innen:** Anne Bechter, Rumeysa Dür-Kwieder, Christine Kossmeier, Christoph Omann, Marlo Pillwein, Jörg Reck, Elisabeth Schrödl, Benjamin Weber

**Layout und Illustrationen:** Carli Biller

**Korrekturat:** Jannik Eder

**Download:** Das Handbuch ist als Online-Version auf der Homepage des Vereins samara [www.praevention-samara.at](http://www.praevention-samara.at) downloadbar.

Dieses Handbuch entstand im Rahmen des Pilotprojektes „Prävention von geschlechtsspezifischer Gewalt an Mädchen und Frauen mit Mehrfachdiskriminierungen im Kontext von Ehrvorstellungen“ (01.10.2020 bis 31.03.2022). Das Pilotprojekt wurde gefördert von:

 Bundeskanzleramt

 Bundesministerium  
Soziales, Gesundheit, Pflege  
und Konsumentenschutz

 **ONB**  
ÖSTERREICHISCHE NATIONALBANK  
EUROSYSTEM

Alle Rechte vorbehalten. Die Kopiervorlagen aus diesem Handbuch dürfen ausschließlich für eigene Unterrichtszwecke in der Schule oder den direkten Gebrauch mit Kindern und Jugendlichen zu Hause, in pädagogischen oder sozialen Einrichtungen verwendet werden. Der Copyrightvermerk darf nicht entfernt werden. Bei Bezugnahme auf das vorliegende Handbuch zitieren Sie bitte Titel, Herausgeberinnen und Erscheinungsjahr. Die Reproduktion für nichtkommerzielle Zwecke im Bildungsbereich ist mit Quellenangabe ausdrücklich erwünscht.

Die Verantwortung für den Inhalt tragen allein die Herausgeberinnen; die Inhalte müssen nicht die Meinung aller Kolleg\*innen des Vereins samara widerspiegeln. Der Verein samara haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenden Angaben.

Wien, 2022 (aktualisiert: 2023)

# Inhaltsverzeichnis

|                                       |    |
|---------------------------------------|----|
| Danksagung                            | 4  |
| Vorwort                               | 5  |
| Zitate von Jugendlichen               | 6  |
| Haltungen und Ansätze für die Praxis  | 8  |
| Methoden                              | 12 |
| Ehrenwörter                           | 13 |
| Ein Alien fragt: Mensch was ist Ehre? | 16 |
| Gefühlsscharade                       | 20 |
| Top oder Flop – Beziehung?            | 24 |
| Mythos „Jungfernhäutchen“             | 28 |
| Informations- und Beratungsstellen    | 33 |

# Danksagung

Wir bedanken uns besonders bei allen Jugendlichen, die uns im Rahmen von Gesprächsrunden, Workshops und Einzelgesprächen an ihren Lebenswelten teilhaben haben lassen und ihre Gedanken, Sorgen, Probleme, Wünsche und Lösungsstrategien mit uns geteilt haben.

Ein herzlicher Dank gilt auch allen Fachkräften, Multiplikator\*innen und Einrichtungsleiter\*innen, mit denen wir im Projekt zusammengearbeitet haben. Die Diskussionen und Nachfragen aus dieser oft intensiven Zusammenarbeit haben das Pilotprojekt und unsere Arbeit mit den Jugendlichen sehr bereichert.

Wir danken Marion Thuswald und Gabriele Bargehr für ihre wertvolle Unterstützung und Begleitung an verschiedenen Punkten im Verlauf des Pilotprojektes.

Carli Biller danken wir für die schönen Illustrationen, das Layout des Handbuchs und die ausgezeichnete Zusammenarbeit.

Die intensive Arbeit im Pilotprojekt und dieses Handbuch wurden durch unsere Fördergebenden möglich gemacht. Wir bedanken uns beim Bundeskanzleramt Frauenprojektförderung, dem Sozialministerium und der Österreichischen Nationalbank.

Wir danken dem gesamten Team des Vereins samara, das mit seiner hohen fachlichen Expertise, den multidisziplinären Blickwinkeln und großem Engagement inmitten der COVID-19 Pandemie besonderes zum Gelingen des Pilotprojektes beigetragen hat. Rumeysa Dürkwieder, Marlo Pillwein und Jörg Reck haben mit viel Professionalität und Kreativität maßgeblich die Entwicklung und praktische Erprobung der Methoden mitgestaltet.

# Vorwort

Liebe Leser\*innen,

dieses Handbuch soll psychosozialen und pädagogischen Fachkräften und allen Interessierten Anregungen und praktische Methoden bieten, um mit Jugendlichen gewaltpräventiv zu Themen rund um Geschlecht und Ehrvorstellungen zu arbeiten.

Geschlechtsspezifische Gewalt findet in vielen Formen und Intensitäten statt. Als Einstieg lassen wir dazu Jugendliche aus dem Pilotprojekt über Zitate selbst zu Wort kommen. Danach skizzieren wir in einem Erfahrungsbericht aus dem Pilotprojekt Themen und Spannungsfelder, die sich in der Arbeit mit Jugendlichen wiederholt gezeigt haben, und beschreiben Haltungen und didaktische Ansätze zu diesen sensiblen Themen, die sich in unserer Praxis bewährt haben.

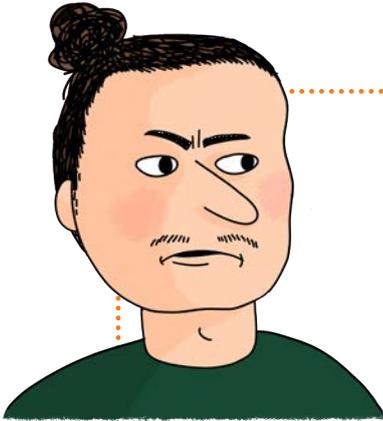
Anschließend stellen wir Ihnen eine Auswahl verschiedener praktischer Methoden vor, die wir in unserem Pilotprojekt entwickelt haben. Dabei haben wir Methoden ausgewählt, die mit Jugendlichen im Gruppensetting durchgeführt werden können. Sie sind so aufbereitet, dass sie direkt in der Arbeit mit Jugendlichen angewendet werden können.

Schutz vor Gewalt ist kein individueller Auftrag, sondern profitiert von professioneller Zusammenarbeit und Unterstützung. Die Komplexität der Situationen und Problemlagen ist oft hoch, ebenso die Belastung für begleitende Fachkräfte. Sich bei Unklarheiten bzw. Verdachtsmomenten an Kolleg\*innen und spezialisierte Beratungsstellen zu wenden, ist ein wichtiger Teil professionellen Arbeitens. Daher finden Sie am Ende der Broschüre Informationen zu Beratungseinrichtungen mit verschiedenen Schwerpunkten in Österreich.

Wir hoffen, dass dieses Handbuch Anregungen und Impulse für Ihre Arbeit mit Jugendlichen geben kann. Bei der Arbeit am Handbuch haben wir versucht, unsere Erfahrungen aus dem Pilotprojekt zu bündeln und weiterzugeben. Über Erfahrungswerte, Hinweise und Kritiken zu den Inhalten dieses Handbuches freuen wir uns.

Die Herausgeberinnen, Andrea Arnold und Marion Gruber

# Zitate von Jugendlichen



Wenn meine Schwester was mit einem Jungen hat, kriege ich Ärger.

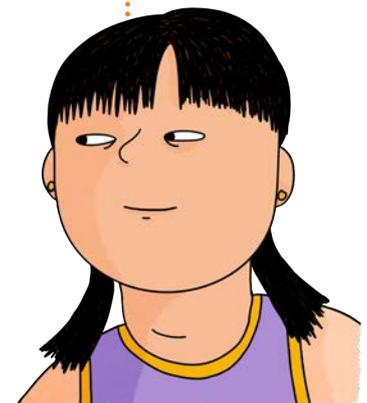
Eine Frau zu schlagen, ist ehrenlos.



Bei mir zu Hause ist das so, alle denken so, ich bin so aufgewachsen. Aber für mich ist es nicht so.



Das ist ein Outfit-Check. Es ist normal, schon auch nervig.



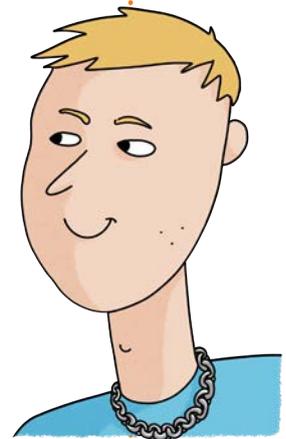
Ich verstehe nicht, warum ein Mädchen ihren Freund entscheiden lässt, was sie anziehen darf.





Wenn man die ganze Zeit kontrolliert, geht Vertrauen verloren.

Wenn jemand meine Mutter beleidigt, schlag ich zu. Es geht nicht anders. Ehre ist wichtiger, als Schwierigkeiten mit der Polizei zu bekommen.



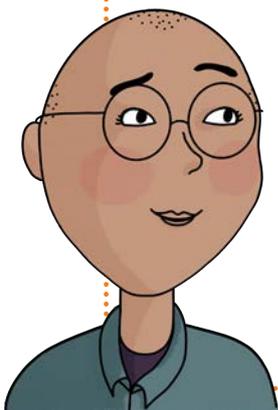
Ich kann mich auch alleine beschützen.



Ich würde meiner kleinen Schwester nichts verbieten oder sie kontrollieren. Ich würde ihr beibringen, wie sie sich schützen kann.



Wenn ein Mann Sex vor der Ehe hat, verliert er nichts, wenn eine Frau das macht, verliert sie alles.



# Haltungen und Ansätze für die Praxis

Im **Pilotprojekt haben wir in vierteiligen Workshop-Reihen** mit Jugendlichen gemeinsam zu den Themenkomplexen Gewalt, Geschlecht und Ehre gewaltpräventiv gearbeitet. Im Rahmen dieser Arbeit haben wir Methoden prozesshaft (weiter-)entwickelt und in der Praxis erprobt, von denen wir eine Auswahl in diesem Handbuch vorstellen. Unsere Ansätze, Haltungen und Methoden spiegeln viele Jahre praktischer Erfahrung in der gewaltpräventiven Arbeit mit Jugendlichen, aber auch des professionellen Austausches im Verein samara und mit unseren Netzwerkpartner\*innen wieder. Einige Gedanken dazu, die um spezifische Erfahrungswerte aus diesem Pilotprojekt angereichert sind, stellen wir in diesem Text vor.

In der Arbeit mit Jugendlichen ist es uns besonders wichtig, **einen Raum zu öffnen**, in dem Themen und unterschiedliche individuelle und kollektive Zugänge ohne (pauschale) Abwertungen besprechbar sind. Wir versuchen in unserer Arbeit den Jugendlichen mit einer offenen, interessierten und ums Verstehen bemühten Haltung zu begegnen und diese auch bei für uns problematischen Aussagen von Jugendlichen zu bewahren. Dafür ist es unerlässlich, dass wir als Fachkräfte und/oder Bezugspersonen unsere eigenen Positionierungen, Haltungen und Meinungen selbstkritisch hinterfragen. Gleichzeitig ist es wichtig und notwendig, bei **grenzüberschreitenden** bzw. gewaltvollen Aussagen und Verhalten klar Position zu beziehen. Hier zeigt sich ein **Spannungsfeld**, welches uns in der gewaltpräventiven Arbeit ständig begleitet und das immer auch ein situatives Ausbalancieren erfordert.

Um einen **thematischen Gesprächsraum zu öffnen** und Jugendliche zu Austausch und Reflexion anzuregen, bieten sich spielerische und interaktive Methoden an. Mithilfe der Methoden *Ehrenwörter* und *Ein Alien fragt: Mensch, was ist Ehre?* kann ein offener Einstieg in das Thema Ehre und Ehrvorstellungen ermöglicht werden. Im Rahmen dieser Methoden diskutieren wir mit Jugendlichen, was Ehre für sie bedeutet, welche Bedeutungen Ehrvorstellungen in ihren Lebenswelten haben, wo und wie sie diesen begegnen. Wir sprechen auch darüber, was für sie das Positive und Stärkende und auch das Negative und Beschränkende daran ist und in welchen Spannungsfeldern sie im Zusammenhang mit Ehrvorstellungen stehen.

Gewaltpräventives Arbeiten beinhaltet auch immer eine **Sensibilisierung für unterschiedliche Gewaltformen** und ihre Ausprägungen. In der Übung *Top oder Flop – Beziehung?* werden alltagsnah Situationen thematisiert, die in romantischen Beziehungen Anzeichen für kontrollierende, gewaltvolle Dynamiken beinhalten. Aufklärung und gemeinsames Besprechen, wo Gewalt beginnt, ist vor allem auch hinsichtlich individueller und gesellschaftlicher Normverschiebungen notwendig. Auch das Besprechen von Auswirkungen von Gewalt und von Möglichkeiten, sich **Unterstützung zu holen**, sind wichtige Bestandteile gewaltpräventiven Arbeitens. Dabei ist es bedeutsam, dass Wörter und Wissen zum Thema erarbeitet, gemeinsam Handlungsmöglichkeiten ausgelotet und erweitert werden. Wir haben bei den Jugendlichen ein großes Interesse an stärkenden und traumapädagogischen Übungen erlebt, die vor allem für Betroffene eine Form der Entlastung bieten können. Weitere Entlastung kann durch das

Aufzeigen von Beratungs- und Unterstützungsmöglichkeiten geschaffen werden. Unabhängig von persönlichen Betroffenheiten ist das Thematisieren von Entlastungsmöglichkeiten sinnvoll, da die Jugendlichen dieses Wissen als Multiplikator\*innen in ihre Lebenswelten tragen.

Bei allen gewaltpräventiven Themen ist es uns besonders wichtig, **ressourcen-, zukunfts- und lösungsorientiert** zu arbeiten. Das beinhaltet im Sinne einer Selbstermächtigung der Jugendlichen ein Aufzeigen und Erweitern von unterschiedlichen Ressourcen und Handlungsmöglichkeiten. Ebenso eine Reflexion darüber, wie sich die Jugendlichen in Bezug auf bestimmte Thematiken ihre Zukunft vorstellen und was sie brauchen, um das erreichen zu können. Dabei fließt auch die Thematisierung von strukturellen und gesellschaftlichen Hindernissen mit ein und die gemeinsame Suche nach solidarischen Lösungen.

Ein wichtiger gewaltpräventiver Baustein ist auch die Auseinandersetzung mit **Gefühlen**. Das gemeinsame Erarbeiten und Ausbauen von Emotionswissen stärkt Jugendliche und kann helfen, herausfordernde Situationen und Erfahrungen zu bewältigen. Spielerische Übungen können dazu beitragen, Gefühle bei sich selbst und anderen wahrzunehmen, zu erkennen und vielfältigere Möglichkeiten im Umgang zu erlernen. Ziel gewaltpräventiven Arbeitens ist daher auch, dass Jugendliche verschiedenste, auch widersprüchliche Gefühle akzeptieren und über ihre gesellschaftliche Bewertung hinweg – etwa der häufigen Abwertung von Wut bei jungen Frauen – einen konstruktiven Umgang lernen. Immer wieder tauchen in der Arbeit mit Jugendlichen auch die Zusammenhänge zwischen Gefühlsausdruck und geschlechtlichen Normierungen auf, die begleitend bearbeitet werden können. So etwa in der Übung Gefühlsscharade, in der interaktiv und humorvoll eine Auswahl von Gefühlen thematisiert wird, die auch mit unterschiedlichen Ehrvorstellungen zusammenhängen können.

In unserer Arbeit hat sich besonders **Storytelling** als eine methodische Möglichkeit bewährt, durch die Jugendliche in Diskussionen lebensweltnah ihre eigenen Meinungen, Erfahrungen, Probleme und Lösungsideen einbringen können. Im Zusammenhang mit geschlechtsspezifischer Gewalt tauchen immer wieder tabuisierte und mit individuellen Gefährdungen einhergehende Themen und Fragestellungen auf. Mithilfe methodisch aufgearbeiteter Geschichten und Beispielen von anderen Jugendlichen wird es möglich, dass sich Jugendliche in einem geschützten Rahmen mit diesen Herausforderungen auseinandersetzen können oder auch **diskret** wichtige Informationen für sich mitnehmen können. In Diskussionen und Übungen zielen wir darauf, dass sich die Jugendlichen viel (Handlungs-)Wissen für ihre jeweiligen Lebenswelten und Erfahrungsräume mitnehmen können.

Jugendliche sind ganz unterschiedlich von Gewalt gefährdet oder betroffen. Geschlecht ist dabei ein bedeutender Faktor, den wir im gewaltpräventiven Arbeiten mit Jugendlichen einbeziehen. In den Diskussionen sind uns vielfältige **Normierungen** in Bezug auf Geschlecht und Sexualität begegnet, die vor allem mit Einschränkungen von Mädchen und Frauen einhergehen. So sind Mädchen und junge Frauen durch **Ehrvorstellungen verstärkt Kontroll- und Unterdrückungsmechanismen ausgesetzt**. Diese können sich auf den Bekleidungsstil, mögliche Partner\*innen, das Verhalten im privaten und öffentlichen Raum, soziale Kontakte, die Ausbildungs- und Berufswahl, das Benützen des Handys u. v. m. beziehen. Kontrollmechanismen sind teilweise im alltäglichen Handeln stark normalisiert und akzeptiert. Frauen, Inter\*, nichtbinäre bzw. Trans-Personen und queer begehrende Jugendliche sind **von Gewalt** im

Kontext von Ehrvorstellungen **spezifisch betroffen**. Enge, starre Rollenbilder erzeugen viel Druck für alle. Männliche Jugendliche haben oftmals deutlich weitere Handlungsspielräume als ihre weiblichen Peers. Gleichzeitig lasten starre patriarchale Rollenbilder und Dilemmata auch auf jungen Männern. So haben wir im Projekt darauf Wert gelegt, auch für sie einen Raum zu öffnen, um selbstkritisch ihre Denk- und Handlungsmöglichkeiten in Bezug auf Geschlechterrollen, Normierungen und Gewalt im Kontext von Ehrvorstellungen zu reflektieren, zu erweitern und sie zu entlasten. Männliche Jugendliche können für ihre mitunter machtvolleren Rollen in patriarchalen Systemen sensibilisiert und durch das Aufzeigen von unterschiedlichen Handlungsmöglichkeiten eingeladen werden, sich aktiv und parteilich gegen geschlechtsspezifische Gewalt zu positionieren und unterstützende Rollen einzunehmen.

An vielen Punkten ist es bedeutsam, **zielgruppenangepasst sexualpädagogisches Wissen** zu vermitteln, etwa über sexuelle und reproduktive Rechte, und erst darauf aufbauend einen Austausch zu Überzeugungen, Meinungen und Erfahrungen zu vertiefen. Die Übung Mythos „Jungfernhäutchen“ vermittelt in einem ersten Schritt in einem Video und Online-Quiz Wissen, bevor eine anschließende Reflexion zum Thema „Jungfräulichkeit“ und den damit oftmals einhergehenden Kontroll- und Gewalterfahrungen von Mädchen und jungen Frauen eröffnet wird.

Die proaktive Thematisierung verschiedener Gewaltformen und von Herausforderungen in den Lebenswelten der Jugendlichen signalisiert Ansprechbarkeit. Besonders Mädchen und junge Frauen nutzen die Workshops oder **Gesprächsangebote** häufig, um über Schwierigkeiten, Unsicherheiten und Frustrationen zu berichten. Mitunter wenden sie sich auch an die Trainer\*innen oder Fachkräfte vor Ort, um von erlebter Gewalt zu berichten. Diese Mitteilungs-Situationen (**disclosure**) sind ein Zeichen von Vertrauen, und es ist wichtig, darauf wertschätzend und sensibel zu reagieren. Für die **weitere Begleitung** der Jugendlichen sind genaue Absprachen mit der betroffenen Person sowie ruhiges, vernetztes Handeln und die Unterstützung durch spezialisierte Einrichtungen wichtig.

Gerade das Thema Ehre ist oft stark tabuisiert und wirkmächtig, was auch in der Arbeit mit den Jugendlichen spürbar ist. Die Auseinandersetzung mit dem Wirken von Ehrvorstellungen streift viele **gesellschaftliche Tabus und Wertvorstellungen**. Jugendliche werden in einer Auseinandersetzung und Diskussionen begleitet, die zentrale Werte berühren. Nicht zuletzt die Verbindungslinien zu Beziehungen, Sexualität und **Identität** berühren Kernthemen der Adoleszenz. Wir konnten in den mehrteiligen Workshop-Reihen beobachten, wie wichtig die langsame Annäherung und Vertrauensbildung waren. In vielen Workshop-Reihen gab es ein vorsichtiges Herantasten vonseiten der Jugendlichen, ein Abtasten davon, was vor den Trainer\*innen gesagt werden kann, ohne pauschalisierte Abwertungen und Ablehnung zu erfahren, aber auch immer wieder ein Abtasten davon, welche Erfahrungen und Thematiken für die Trainer\*innen überhaupt verständlich sind.

**Ehrvorstellungen** waren als Wertorientierungen einerseits stark präsent und relevant dafür, welche Handlungsspielräume für Jugendliche akzeptabel und überhaupt denkbar sind. Andererseits wurden die individuellen Bedeutungen von Ehre immer wieder vorsichtig umkreist. Die Entscheidung, über spielerische Übungen das Themenfeld Ehre möglichst breit und in vielen Facetten darzustellen, hat sich im Laufe des Pilotprojektes daher als eine produktive Herangehensweise

gezeigt. Deutlich wurde, dass Ehre in vielen gesellschaftlichen Gruppen ein wichtiger Wert ist, aber oftmals uneindeutig und umstritten ist, was konkret als ehrenvolles oder unehrenhaftes Verhalten angesehen wird. Dies brachte leidenschaftliche und auch differenzierte Diskussionen unter den Jugendlichen mit sich, die gleichzeitig immer aufgezeigt haben, dass dies eine **gesellschaftliche Vereinbarung und damit gestaltbar** ist. Immer wieder wurde sichtbar, dass unterschiedliche Ehrvorstellungen für Jugendliche – aller Geschlechter – eine wichtige Rolle in der **Legitimation** und Akzeptanz von **geschlechtsspezifischer Gewalt** spielen. Unser Arbeiten hat dabei darauf gezielt, auf Widersprüche und Ungerechtigkeiten hinzuweisen, Irritationsmomente zu schaffen und die Möglichkeit bestärkend hervorzuheben, in der eigenen Lebensgestaltung aktiv Einfluss zu nehmen.

Viele Jugendliche spüren, dass Ehrvorstellungen als Wertorientierung oft kritisch betrachtet werden und mitunter zur Abwertung von gesellschaftlichen Gruppen herangezogen werden. Umso wichtiger ist die klare Orientierung daran, dass es konkretes gewaltvolles und übergriffiges Verhalten ist, das problematisiert wird.

Die Jugendlichen schreiben uns – wie auch andersherum – als Fachkräfte und Personen Identitätsfacetten und Erfahrungsräume zu und haben oft ein sehr feines Gespür dafür, welche Haltungen und Meinungen wir (unausgesprochen) mitbringen. Diese gilt es als Teil des professionellen Handelns aktiv zu reflektieren und auf Stereotype und Vorurteile zu prüfen. Daher ist uns eine **intersektionale, rassismussensible Perspektive** in unserem Arbeiten zum Themenkomplex Geschlecht, Gewalt und Ehre wichtig, in der Verwobenheiten und verschiedene Formen von Ungleichheit berücksichtigt werden. Neben der laufenden **Reflexion** des eigenen (fachlichen) Handelns und Denkens gehört für uns auch das Aneignen von relevantem fachlichem Wissen dazu.

Wir haben im Pilotprojekt verschiedenste **Themen** mit den Jugendlichen bearbeitet, die im Zusammenhang mit geschlechtsspezifischer Gewalt und teilweise auch Ehrvorstellungen stehen: Zugehörigkeit, Freund\*innenschaft, Liebe, Familie, Ehe, Würde, Heirat, Diskriminierung, Tradition, Ausgrenzung, Mythen, Angst, Scham, Gewalt, Mann-/Frau-/Trans-Sein, Entscheidungen, Jungfräulichkeit. Immer wieder sind wir auf **Spannungsfelder** in den Meinungen und Zugängen der Jugendlichen gestoßen. Besonders das Spannungsfeld Kontrolle versus Vertrauen in romantischen und familiären Beziehungen trat deutlich hervor, oft gemäß dem Motto: „Vertrauen ist gut, Kontrolle ist besser!“ (Teilnehmerin, 17 Jahre, über soziale Kontakte). Häufig taten sich auch Diskussionen auf zwischen den Polen Kontrolle und Schutz, Respekt und Angst sowie Individualität und Kollektivität. Dabei war es uns wichtig, diese Diskussionen achtsam zu begleiten, Widersprüche und Herausforderungen herauszuarbeiten, bei Bedarf zu entlasten und gemeinsam nach (breiteren) Gestaltungsmöglichkeiten zu suchen.

Nicht zuletzt wurde in den Workshop-Reihen in Pausengesprächen und anderen informellen Situationen deutlich, wie sehr für viele Jugendliche das Ansprechen und Besprechbarmachen dieser Thematiken eine positive Erfahrung ist, die einen **Austauschprozess** mit den eigenen Peers angestoßen hat!

# Methoden

# Ehrenwörter

## Dauer

30 bis 60 Minuten

## Materialien

Moderationskarten und Stifte

Kreis bzw. Halbkreis aus Sesseln, sodass alle sich und die Pinnwand gut sehen können, sowie Platz für Kleingruppenarbeit

## Ziele und Potenziale

- ▶ **Einstiegsmöglichkeit**, um über das Thema **Ehre** zu sprechen
- ▶ Vielfältige und alltägliche **Verwendungsformen** und **Bedeutungen** des **Begriffs Ehre** aufzeigen und reflektieren
- ▶ **Sichtbarmachen** der unterschiedlichen **Assoziationen** und **Erfahrungen**, die die Jugendlichen in Bezug auf das Thema Ehre haben

## Ablauf

- Es werden Kleingruppen zu je 2 bis 3 Personen gebildet. Die Jugendlichen bekommen die Aufgabe, in Murmelgruppen alle Wörter oder Phrasen, die sie kennen, in denen der Begriff Ehre vorkommt, zu sammeln und auf die Moderationskarten zu schreiben (pro Karte ein Begriff). Auch Wörter in anderen Sprachen als Deutsch können aufgeschrieben werden. Dafür bekommen sie 5 Minuten Zeit.
- Danach kommen alle Jugendlichen wieder im Sesselkreis zusammen. Die gesammelten Wörter und Phrasen werden von den jeweiligen Kleingruppen vorgelesen, gegebenenfalls erklärt und in der Mitte des Sesselkreises aufgelegt bzw. auf eine für alle gut sichtbare Pinnwand gehängt. Der\*die Anleiter\*in kann bei Bedarf weiterführende Informationen zu einzelnen Aspekten geben, die Begriffe clustern und Wörter oder Phrasen, die noch nicht genannt wurden, hinzufügen.
- Anschließend wird eine vertiefende Diskussion angeleitet. Der\*die Anleiter\*in nimmt eine moderierende, nichtwertende Position ein und stellt Fragen, um die Jugendlichen zur Reflexion anzuregen. Er\*sie achtet darauf, dass alle, die möchten, ihre Meinung äußern können und die Jugendlichen einander zuhören. Wenn jemand nichts sagen möchte, wird das auch respektiert.

## Mögliche Fragen an die Jugendlichen

- Woher kennst du dieses Wort? Welche Bedeutung hat es? In welchem Zusammenhang wird es verwendet? Wie wird dieses Wort verwendet?
- Was verbindest du mit Ehre? Hat das Wort für dich in einer anderen Sprache eine andere oder zusätzliche Bedeutung?
- Welche Vor- und Nachteile hat Ehre für dich?
- Welche Bedeutung hat Ehre in deinem Umfeld / deiner Familie / deinem Freund\*innenkreis?

---

## Wichtig

- Die Übung soll ein möglichst bewertungsfreies Nachdenken über den Begriff Ehre und unterschiedliche lebensweltliche Zugänge ermöglichen. Eine fehlerfreundliche Haltung ist dabei wichtig, etwa Rechtschreibfehlern gegenüber oder, wenn Jugendliche Wörter aufschreiben, die nur ähnlich wie Ehre klingen.
- Jugendliche können im Zusammenhang mit Ehrvorstellungen von unterschiedlichen Gewaltformen persönlich betroffen sein. Hier ist es wichtig, aufmerksam zu sein und bei Bedarf im Einzelgespräch gezielt Unterstützung anzubieten. Bei Problemen und Fragestellungen, die die Kompetenzen des\*der Anleiter\*in übersteigen, ist es unbedingt notwendig, das eigene professionelle Netzwerk miteinzubeziehen und/oder Hilfe bei spezialisierten Beratungsstellen zu holen.

---

## Tipps

- Es können auch Aussagen und Beispiele genannt werden, die in gewisser Weise mit dem Thema Ehre zusammenhängen, jedoch nicht das Wort Ehre direkt beinhalten (bspw. Jungfräulichkeit). Diese können in der weiteren Diskussion aufgegriffen werden.
- Zudem können Wörter oder Phrasen aus der Jugendsprache vorkommen, die keinen Eintrag in einem Wörterbuch aufweisen. Diese können von dem\*der Anleiter\*in aufgegriffen werden und über die Verwendung und Bedeutung im Sprachgebrauch der Jugendlichen gesprochen werden.
- Anschließend an diese Einstiegsübung kann je nach Interessenslage und lebensweltlichen Bezügen zu unterschiedlichen Thematiken im Zusammenhang mit Ehrvorstellungen vertiefend weitergearbeitet werden.

---

## Variante

- ◇ Diese Übung kann auch digital umgesetzt werden. Hier sammeln die Jugendlichen die Begriffe über eine digitale Wortwolke, z. B. über folgende Plattformen: [www.answergarden.ch](http://www.answergarden.ch) oder [www.menti.com](http://www.menti.com). Entweder jede\*r sammelt für sich oder die Jugendlichen tauschen sich zeitgleich in Break-out-Rooms dazu aus.

geehrt werden ehrlos Ehrenmord Ehrenschafti Habe die Ehre Ehrenmann  
 ehrenvoll Ehrengast Beehren ehrgeizig bei meiner Ehre Ehrenfrau  
 Ehre sei Gott in der Höhe beehren Ehrenvorstellungen Ehrenwort  
 Ehrendoktor Ehrgeiz Ehrfurcht  
 Ehre wem Ehre gebührt Ehrenabzeichen  
 Ehrentag begehren Ehrenkodex Ehrenkodex  
 ehrenamtlich kehren Ehre genommen ehrlich  
 Ehrenmudda Verehrer verehren Ehrenkodex ehrenhaft  
 ehrenwert Euer Ehren! Ehrlichkeit Ehrenmitgliedschaft lehrte Sehr geehrte  
 jemanden verehren Lehre Ehrenpreis Ehrenplatz Verehrung Ehrengab  
 sich die Ehre geben Ehrenmann/Ehrenfrau

*Beispiel für eine Wortwolke aus einer Fortbildung*

## Begriffssammlung als Anregung

- ehrevoll
- ehrenhaft
- ehrlich
- Ehrenamt
- Ehrenwort
- Ehrensache
- Ehrrerbietung
- Ehrgeiz
- ehrwürdig
- Ehrenbürger\*in
- Ehrenmitglied
- Habe die Ehre
- Es ist mir eine Ehre ...
- Ehrendoktor
- Euer Ehren!
- Ehrenkodex
- Ehrendoktor\*innentitel
- sharaf

- Ehrgefühl
- Ehrverletzung (Tatbestand)
- Verlust der Ehre
- Ehrenmord
- Ehrvorstellung
- Ehrgemeinschaft
- Soldatenehre
- unehrenhafte Entlassung
- Ehrenzeichen (um Verdienste  
für die Republik Österreich)
- Ehrengruß
- Stammesehre
- ehrenlos
- Ehrenbeleidigung
- ehrbar
- Ehre, wem Ehre gebührt
- Ehrung
- Familienehre
- saygınlık

- ehrfürchtig sein
- Sieger\*innenehrung
- die letzte Ehre erweisen
- şeref
- Ehrengast
- Ehrengab
- Ehrenplatz
- jemanden verehren
- Verehrer\*in haben
- Ehrenmann/frau
- jemandem die Ehre nehmen
- Sehr geehrte ...
- Bei meiner Ehre
- onur
- ehrenreich
- Ehrenrecht
- ehrenamtlich
- Ehrfurcht

# Ein Alien fragt: Mensch was ist Ehre?

## Dauer

30 bis 60 Minuten

## Materialien

**Flipchart** oder **Whiteboard** zum Zeichnen des Aliens

**Moderationskarten** und **Stifte**

**Halbkreis aus Sesseln**, sodass sich alle und das Flipchart/Whiteboard gut sehen können, sowie **Platz für Kleingruppenarbeit**

## Ziele und Potenziale

- ▶ **Einstiegsmöglichkeit**, um über das Thema **Ehre** zu sprechen
- ▶ **Sichtbarmachen** der unterschiedlichen **Assoziationen** und **Erfahrungen**, die die Jugendlichen in Bezug auf das Thema Ehre haben
- ▶ Anregung zur **Reflexion**, welche Bedeutungen und welche Relevanz der Begriff Ehre für jede\*n Einzelne\*n hat
- ▶ **Sensibilisierung**, dass es nicht die eine „richtige“, sondern vielfältige Vorstellungen von Ehre gibt

## Ablauf

- Als Einstieg der Übung wird den Jugendlichen folgendes Szenario beschrieben:

*Stellt euch vor, es ist Nachmittag und ihr chillt mit euren Freund\*innen in eurem Lieblingspark. Die Schule/Arbeit ist für heute vorbei und ihr könnt voll entspannt den Nachmittag genießen. Ihr sitzt gemeinsam auf einer Bank und redet gerade miteinander, als es plötzlich laut kracht und zischt, ein Blitz am Himmel und ... ein Alien steht vor euch!*

*Am Anfang denkt ihr euch noch: „Oha, was passiert?“ Mit so einer Begegnung habt ihr heute nicht mehr gerechnet! Aber dann merkt ihr schnell, dass das Alien ganz entspannt ist. Und weil ihr das Alien sympathisch findet, ladet ihr es zu euch in die Runde ein. Ihr redet über alles Mögliche, z. B. wie es heißt, wo es herkommt, was es so macht.*

*Im Anschluss erzählt ein\*e Freund\*in von euch, dass er\*sie gestern einen Kumpel in FIFA fertig gemacht und dessen Ehre genommen hat. Daraufhin fragt euch das Alien: „Was genommen? Ehre? Was ist Ehre?“*

- Die Jugendlichen bilden Kleingruppen zu je 3 bis 4 Personen. Ihre Aufgabe ist es, sich darüber auszutauschen, wie sie dem Alien Ehre erklären würden und die Ergebnisse auf Moderationskarten festzuhalten. Dafür bekommen sie 10 Minuten Zeit.
- Im Anschluss treffen sich alle in der Großgruppe und tragen ihre Gedanken und Ideen zusammen. Der\*die Anleiter\*in moderiert und kümmert sich um das Visualisieren der Beiträge.
- Anschließend wird eine vertiefende Diskussion angeleitet. Der\*die Anleiter\*in nimmt eine moderierende, nichtwertende Position ein und stellt Fragen, um die Jugendlichen zur Reflexion anzuregen. Er\*sie achtet darauf, dass alle, die möchten, ihre Meinung äußern können und die Jugendlichen einander zuhören. Wenn jemand nichts sagen möchte, wird das auch respektiert.

### Mögliche Fragen an die Jugendlichen

- Wie ist es euch damit gegangen, Ehre zu erklären? Was war schwer, was war leicht für euch?
- Gab es in eurer Kleingruppe unterschiedliche Erklärungen von Ehre?
- Gab es etwas, was euch gefreut hat? Gab es etwas, was euch geärgert hat?
- Gab es etwas, das euch überrascht hat? Sind euch Besonderheiten aufgefallen? Falls ja, welche?
- Sind euch Gemeinsamkeiten aufgefallen? Falls ja, welche?

## Wichtig

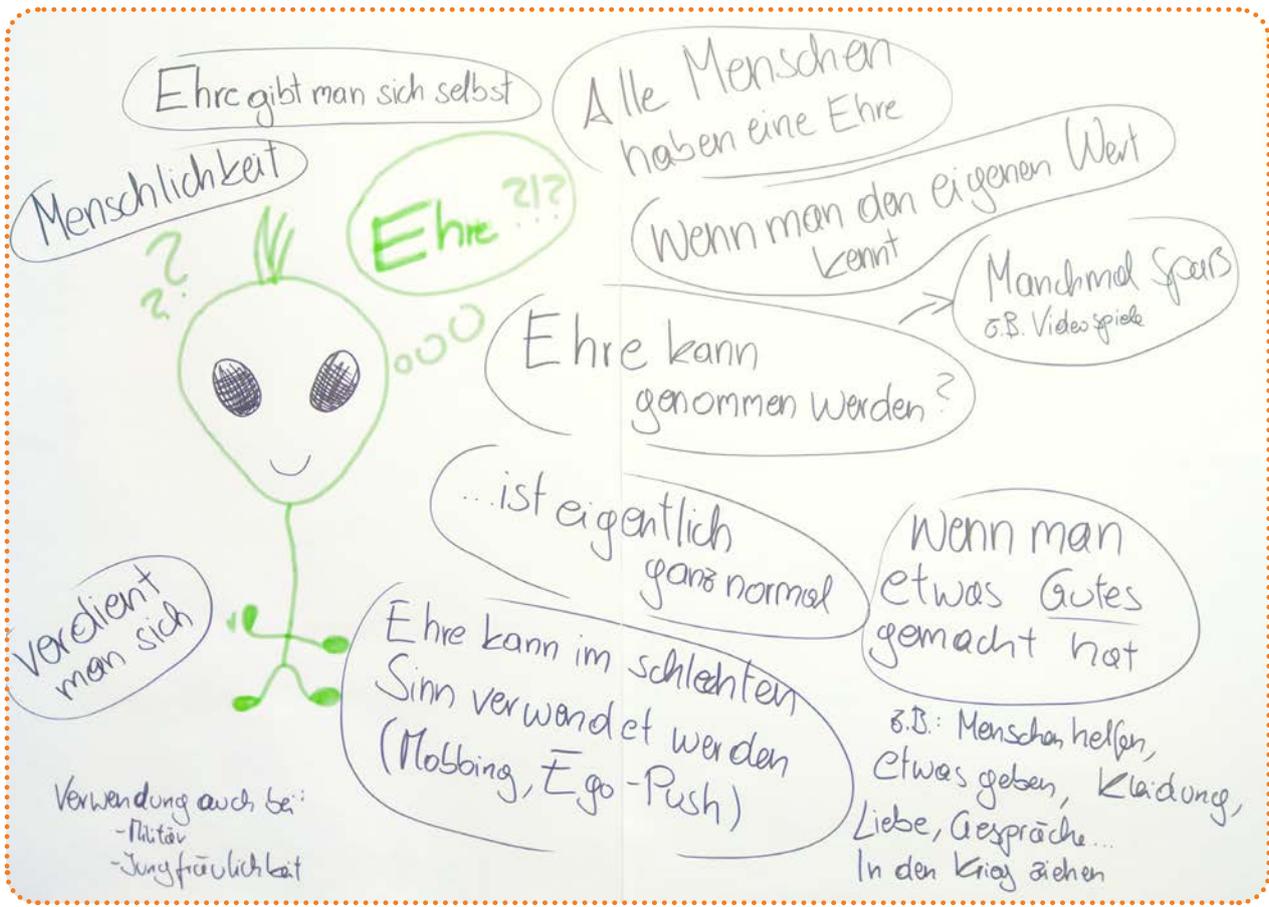
- Jugendliche können im Zusammenhang mit Ehrvorstellungen von unterschiedlichen Gewaltformen persönlich betroffen sein. Hier ist es wichtig, aufmerksam zu sein und bei Bedarf im Einzelgespräch gezielt Hilfe und Unterstützung anzubieten. Bei Problemen und Fragestellungen, die die Kompetenzen des\*der Anleiter\*in übersteigen, ist es unbedingt notwendig, das eigene professionelle Netzwerk miteinzubeziehen und/oder Hilfe bei spezialisierten Beratungsstellen zu holen.
  - Aufgrund unterschiedlicher Meinungen und Haltungen können Konflikte auftauchen, mit denen die Gruppe weiter umgehen muss. Hier ist eine gute Nachbearbeitung wichtig.
- 

## Tipps

- Um die Geschichte für die Jugendlichen möglichst greifbar zu machen, ist es hilfreich, dass sie Elemente der Geschichte mitbestimmen dürfen (z. B. Ort). An jener Stelle der Erzählung, wo es um den Smalltalk mit dem Alien geht, können die Jugendlichen interaktiv eingebunden werden z. B. Fragen nach dem Namen des Aliens, von welchem Planeten das Alien kommt, etc.
  - In der Geschichte kann anstelle des FIFA-Beispiels eine andere Situation geschildert werden, in der es um Ehre geht. Je nachdem, wie offen oder konkret diese Situation beschrieben wird, kann die folgende Sammlung der Jugendlichen zu Ehre breiter oder enger ausfallen.
  - Das Alien kann bereits während der Erzählung der Geschichte gezeichnet werden. Bei der Gestaltung können die Ideen der Jugendlichen eingebunden werden (z. B. fragen, wie das Alien aussieht).
  - Anschließend an diese Einstiegsübung kann vertiefend weitergearbeitet werden (bspw. zu Ehre und Geschlechterrollen, Wertvorstellungen in Bezug auf Sexualität, Beziehungen und Familie, individuellen und kollektiven Entscheidungsräumen).
- 

## Variante

- ◇ Diese Übung kann auch digital umgesetzt werden. Der Ablauf ist gleich der analogen Variante. Die Arbeit in den Kleingruppen findet in Break-out Rooms statt. Anstelle der Stifte und der Moderationskarten wird je Kleingruppe mit einer digitalen Pinnwand (z. B. Padlet, Mural) gearbeitet. Ein Beispiel für die Visualisierung im Padlet findet sich unter: [www.padlet.com/praevention\\_samara/alien](http://www.padlet.com/praevention_samara/alien)



Beispiel aus einem Workshop mit Jugendlichen

# Gefühlsscharade

## Dauer

15 bis 30 Minuten

## Materialien

**Behältnis**, aus dem die Gefühlskarten gezogen werden

**Karten**, auf denen jeweils ein Gefühl steht

**Halbkreis aus Sesseln**, wodurch eine Theaterbühne mit Publikumsplätzen dargestellt wird

## Ziele und Potenziale

- ▶ Förderung **emotionaler Kompetenz**
- ▶ **Gefühle** bei sich selbst und anderen **erkennen können** – unter Einbezug von **Mimik und Körpersprache**
- ▶ Reflexion **vergeschlechtlichter Normen** bezüglich Gefühlsausdruck und Gefühlserleben
- ▶ Förderung der **Akzeptanz von Gefühlen**, unabhängig von ihrer gesellschaftlichen Bewertung

## Ablauf

- Es wird ein Halbkreis aus Sesseln geformt, sodass alle Jugendlichen eine gute Sicht auf die Bühne haben.
- Vorab werden gemeinsam Regeln für einen wertschätzenden Umgang festgelegt und Applaus für die Schauspieler\*innen geübt.
- Zwei Freiwillige kommen als Schauspieler\*innen auf die Bühne und ziehen gemeinsam eine Gefühlskarte. **Wichtig!** Die Gefühlskarte darf nicht laut vorgelesen werden. Ab diesem Zeitpunkt sollen die Schauspieler\*innen nicht mehr miteinander reden, weil sie das Gefühl unabhängig voneinander darstellen sollen.

- Auf ein Signal geht es los und die Schauspieler\*innen stellen das Gefühl pantomimisch dar.
  - Das Publikum versucht, das dargestellte Gefühl zu erraten, und darf die Ideen hinausrufen.
  - Wenn jemand das Gefühl errät, wird das Spiel gestoppt und für die Schauspieler\*innen applaudiert. Anschließend wird ein gemeinsamer Austausch angeleitet. Der\*die Anleiter\*in nimmt eine moderierende, nichtwertende Position ein und stellt Fragen, um die Jugendlichen zur Reflexion anzuregen. Er\*sie achtet darauf, dass alle, die möchten, ihre Meinungen und Gedanken äußern können und die Jugendlichen einander zuhören. Wenn jemand nichts sagen möchte, wird das auch respektiert.
  - Nach dem Austausch startet die nächste Runde und andere Schauspieler\*innen betreten die Bühne, um pantomimisch ein Gefühl darzustellen.
- 

### Mögliche Fragen an die Jugendlichen

- Woran habt ihr das Gefühl erkannt?
  - Ist euch etwas Besonderes bei der Darstellung aufgefallen?
  - Kennt ihr das Gefühl? Wann habt ihr euch schon mal so gefühlt?
  - Zeigen Männer und Frauen das Gefühl gleich oder gibt es da Unterschiede? Warum ist das so?
  - Optional: Was kann man machen, wenn man sich so fühlt?
- 

### Wichtig

- Das spielerische Darstellen vor einer Gruppe erfordert Mut und Sicherheit. Es ist besonders darauf zu achten, dass ein wertschätzender Raum für die Schauspieler\*innen geschaffen wird und Abwertungen aus dem Publikum sofort gestoppt werden.

## Tipps

- Mit der Anzahl der Schauspieler\*innen kann je nach Gruppensituation flexibel umgegangen werden.
  - Bei Bedarf kann der\*die Anleiter\*in das erste Gefühl vorspielen um eventuell vorhandene Hemmungen abzubauen.
  - Anschließend an diese spielerische Übung kann vertiefend weitergearbeitet werden (bspw. zu gesellschaftlichen Normierungen von Gefühlen, Zusammenhängen von Gefühlen und körperlichem Empfinden, Möglichkeiten, Gefühle zu regulieren).
- 

## Variante

- ◇ In Bezug auf die Darstellungsformen können unterschiedliche Vorgaben gemacht werden: nur durch Mimik, nur durch Körpersprache, durch Mimik und Körpersprache gemeinsam, mit und ohne Stimme.
-

**verletzt**

**sich schämen**

**ängstlich**

**glücklich**

**verliebt**

**nervös**

**stolz**

**traurig**

**selbstsicher**

**erleichtert**

**überrascht**

**wütend**

# Top oder Flop – Beziehung?

## Dauer

45 bis 60 Minuten

## Materialien

Je ein **A4-Blatt** in grün, gelb und rot

**Karten/Blätter**, auf denen jeweils eine Situation steht

**Moderationskarten** und **Stifte**

**Kreis** bzw. **Halbkreis aus Sesseln**, sodass alle sich gut sehen können,  
sowie **Platz für Kleingruppenarbeit**

## Ziele und Potenziale

- ▶ **Sensibilisierung** für Anzeichen und Merkmale **belastender bzw. gewaltvoller Beziehungsdynamiken**
- ▶ Austausch über **Vorstellungen** von **Liebe, Beziehungen** und **Sexualität**
- ▶ **Reflexion von Geschlechterrollen** innerhalb von Beziehungen
- ▶ **Einordnen** alltäglicher **Konfliktsituationen** und gemeinsame **Suche nach konstruktiven Lösungen**

## Ablauf

- Die drei A4-Blätter werden wie eine Ampel auf den Boden in der Mitte des Sesselkreises aufgelegt bzw. auf eine vorhandene Pinnwand gehängt. Der\*die Anleiter\*in erklärt die Bedeutung der Ampelfarben: Rot steht für „Flop! Geht gar nicht! Tut mir/jemand anderem nicht gut!“, Gelb steht für „Na ja, es gefällt mir nicht besonders, ist aber auch nicht total schlimm“, Grün steht für „Top! Alles Super – so wünsche ich es mir. Tut mir/jemand anderem gut“.
- Die Jugendlichen bilden Kleingruppen zu je 2 bis 3 Personen. Jede Kleingruppe bekommt 3 bis 4 Karten mit Situationen, die in einer Beziehung vorkommen können. Die Jugendlichen haben die Aufgabe, in ihrer Gruppe die vorgegebenen Situationen zu diskutieren und gemeinsam zu entscheiden, wo sie diese Situationen auf der Ampel einordnen.
- Danach soll sich jede Kleingruppe jeweils zwei eigene Situationen überlegen, die sie einer positiven (Top!) bzw. negativen (Flop!) Beziehungsdynamik zuordnen würden. Für diese beiden Aufgaben bekommen sie 10 bis 15 Minuten Zeit.

- Im Anschluss treffen sich alle in der Großgruppe. Die Jugendlichen lesen die einzelnen Situationen laut vor, legen sie auf der Ampel auf und erklären den anderen, warum sie die jeweilige Situation so einordnen.
  - Der\*die Anleiter\*in moderiert die anschließende vertiefende Diskussion. Er\*sie nimmt dabei eine moderierende, nicht-wertende Position ein und stellt Fragen, um die Jugendlichen zur Reflexion anzuregen. Er\*sie achtet darauf, dass alle, die möchten, ihre Meinung äußern können und die Jugendlichen einander zuhören. Wenn jemand nichts sagen möchte, wird das auch respektiert.
- 

### Mögliche Fragen an die Jugendlichen

- Was fällt euch auf, wenn ihr euch die Ampel mit den Situationen anschaut?
  - Hättet ihr diese Situation auch hier oder woanders eingeordnet? Warum?
  - Was glaubt ihr, wie sich die Personen in dieser Situation fühlen?
  - Habt ihr schon einmal ähnliche Situationen erlebt? Wie habt ihr euch gefühlt?
  - Wann ist für euch eine Beziehung gut/top? Was ist euch in Beziehungen wichtig und warum?
  - Wann ist für euch eine Beziehung problematisch/flop? Wann tut einem\*r eine Beziehung nicht (mehr) gut? Wann ist eine Beziehung gewaltvoll?
  - Warum gehen Personen gewaltvolle Beziehungen ein? Warum denkt ihr, bleibt man in einer Beziehung, obwohl der\*die Partner\*in einen nicht gut behandelt?
  - Was kannst du tun, wenn ein\*e Freund\*in von dir in einer belastenden bzw. gewaltvollen Beziehung ist?
- 

### Wichtig

- Jugendliche können im Zusammenhang mit Beziehungen von unterschiedlichen Gewaltformen persönlich betroffen sein. Hier ist es wichtig, einen sensiblen Blick und offene Ohren zu haben und bei Bedarf im Einzelgespräch gezielt Unterstützung anzubieten. Bei Problemen und Fragestellungen, die die Kompetenzen des\*der Anleiter\*in übersteigen, ist es unbedingt notwendig, das eigene professionelle Netzwerk miteinzubeziehen und/oder Hilfe bei spezialisierten Beratungsstellen zu holen.
- Die Methode soll Jugendliche dazu anregen, ihre Erfahrungen zu teilen. Falls Jugendliche von gewaltvollen Erfahrungen berichten wollen, muss in seltenen Fällen die Erzählung zum Schutz der anderen Jugendlichen unterbunden und auf ein Einzelgespräch verwiesen werden (bspw. bei detaillierten Beschreibungen von konkreten Gewaltsituationen).

## Tipps

- Die ausformulierten Beziehungssituationen werden am besten auf A5 oder A4 kopiert, damit sie bei der Arbeit in der Großgruppe für alle gut lesbar sind.
- Je nach Bedürfnissen der Gruppe kann die Übung auch teilweise oder ganz geschlechtergetrennt durchgeführt werden.
- Die ausformulierten Beziehungssituationen sind exemplarisch angeführt und können für die jeweilige Zielgruppe entsprechend nach Alter, Beziehungsstatus (in einer Beziehung, in einer Partner\*innenschaft, in einer Ehe, etc.), sexuellen Orientierungen, kulturellen Besonderheiten, usw. adaptiert werden.
- Über die Frage nach Tipps für Freund\*innen, die in einer solchen Situation sind, kann der\*die Anleiter\*in Informationen zu Unterstützungsangeboten (Beratungsstellen etc.) einfließen lassen.

---

## Variante

- ◇ Diese Übung kann auch digital umgesetzt werden. Der Ablauf ist gleich der analogen Variante. Die Arbeit in den Kleingruppen findet in Break-Out Rooms statt. Die einzelnen Beziehungssituationen werden den Kleingruppen per Chat geschickt. Für die Visualisierung der Ampel in der Großgruppe kann mit digitalen Pinnwänden gearbeitet werden (z.B. Padlet, Mural). Ein Beispiel für die Visualisierung im Padlet findet sich unter: [www.padlet.com/praevention\\_samara/topflop](http://www.padlet.com/praevention_samara/topflop)

---

## Beispiele Beziehungssituationen

*Sie feiern gemeinsam, wenn eine\*r von ihnen eine gute Nachricht erhält.*

*Sie streiten zwar manchmal, aber reden sich danach aus und hören sich gegenseitig zu.*

*Sie planen gemeinsam Ausflüge und verbringen schöne Zeit zu zweit.*

*Sie wechseln sich beim Auswählen der Fernsehsendungen ab, die sie gemeinsam ansehen möchten.*

*Sie mag es nicht, wenn er mit seinen Freunden ausgeht, denn sie traut ihm nicht, wenn er nicht bei ihr ist.*

*Als sie Probleme hat, eine Karte zu lesen, sagt er: „Frauen können sich nicht orientieren, weil es angeboren ist.“*

*Am Abend vor dem Abgabetermin einer Schulaufgabe bittet er sie, die Aufgabe für ihn zu erledigen, weil er keine Zeit dafür hatte.*

*Sie betrügt ihn, also schlägt er sie.*

*Er hat das Gefühl, dass er vor ihr immer stark sein muss.*

*Sie sagt ihr, dass sie sich besser kleiden soll.*

*Sie haben geplant, etwas gemeinsam zu unternehmen, aber dann sagt sie in letzter Minute ab, weil sie denkt, dass das, was sie geplant haben, nicht cool ist.*

*Er nennt sie beim Streiten „dumm“.*

*Sie kritisiert seine Freunde.*

*Sie zerrt sie während eines Streites am Arm.*

*Als sie nach 21 Uhr nach Hause kommt, nennt er sie eine Hure, die sich rumtreibt.*

*Sie fährt zu schnell und er sagt ihr, dass sie die Geschwindigkeit reduzieren soll.*

*Sie erzählt seinen Freunden, dass er letzte Nacht Sex mit ihm hatte, obwohl es nicht stimmt.*

*Sie setzt ihn unter Druck, Sex mit ihr zu haben.*

*Er setzt sie unter Druck, Sex mit ihm zu haben.*

*Auch wenn sie unterschiedliche Meinungen haben, respektieren sie sich gegenseitig.*

*Er denkt, dass sie Sex mit ihm haben will, wenn sie einen kurzen Rock oder ein offenes Hemd trägt.*

*Sie teilen sich die Kosten für das Abendessen und die Kinokarten.*

*Wenn sie zusammen ausgehen, schaut sie sich andere Männer an und kommentiert manchmal, dass sie sexy sind.*

*Er ruft ihn am nächsten Morgen nach ihrer Verabredung an und sagt ihm, dass er sich gut amüsiert hat und hofft, dass er danach gut geschlafen hat.*

*Als er erfährt, dass sie ihn betrogen hat, rechtfertigt sie sich damit, dass sie betrunken war und für ihre Fehler nicht verantwortlich ist.*

*Er drängt sie dazu, Nacktfotos zu machen. Er plant, die Fotos im Internet zu veröffentlichen und sagt: „Meine Liebe, du siehst sehr sexy aus und ich möchte, dass das die ganze Welt sieht.“*

*Sie reden miteinander, wenn sie beide zu Hause oder in der Schule Probleme haben.*

*Wenn sie wütend aufeinander sind, hören sie sich trotzdem zu.*

*Während der Schwangerschaft seiner Freundin hat er sich auch dazu entschieden 9 Monate lang auf Alkohol zu verzichten.*

*Er fragt sie, wie es ihr geht und wie ihr Tag war.*

*Als ihr Handy klingelt, nimmt er es in die Hand und schaut, wer anruft.*

*Sie liest heimlich die SMS auf seinem Handy, als er aufs Klo geht.*

*Als er bei einem Streit weint, lacht sie ihn aus.*

*Als er bei einem Streit weint, lacht er ihn aus.*

# Mythos „Jungfernhäutchen“

## Dauer

30 bis 60 Minuten

## Materialien

Laptop oder Tablet, Beamer und Leinwand/weiße Wand,  
Audioausgabemöglichkeit, Internetzugang

Smartphones und Internetzugang für alle Jugendlichen

Halbkreis aus Sesseln, sodass alle sich und die Leinwand gut sehen können

## Ziele und Potenziale

- ▶ Vermittlung von sexualpädagogischem Wissen rund um das **Hymen** und das **Thema „Jungfräulichkeit“**
- ▶ Aufklären über **Mythen**, die zur **Kontrolle von Sexualität** und weiteren Lebensbereichen (bspw. Sozial- und Freizeitverhalten) herangezogen werden
- ▶ Einstiegsmöglichkeit, um über das **Spannungsfeld Vertrauen vs. Kontrolle** in Beziehungen zu sprechen
- ▶ Austausch über **Sexualität** und **Wertvorstellungen**

## Ablauf

- Der\*die Anleiter\*in erklärt den Ablauf der Übung und kündigt das Video sowie den Inhalt des Videos an.
- Das Video wird gemeinsam angesehen (ca. 5 Minuten).
- Im Anschluss an das Video öffnet der\*die Anleiter\*in den Raum für Verständnisfragen.
- Sind alle Verständnisfragen geklärt, erklärt der\*die Anleiter\*in das Kahoot!-Quiz.

*Wir spielen gleich ein Kahoot. Das Kahoot besteht aus zwei Teilen. Zuerst kommt ein Quiz mit vier Fragen. Bei jeder Frage gibt es vier verschiedene Antworten, die vorgeschlagen werden. Davon können unterschiedlich viele Antworten richtig sein. Du kannst also keine, eine, zwei, drei oder alle vier Antworten ankreuzen. Nach dem Quiz gibt es eine Umfrage mit zwei Fragen. Hier gibt es kein richtig oder falsch, sondern es zählt deine Meinung.*

- Jede\*r Jugendliche überlegt sich einen Nicknamen für das Quiz. Der\*die Anleiter\*in startet das Kahoot; die Jugendlichen öffnen Kahoot im Browser ihrer Smartphones (kahoot.it) oder in der Kahoot-App und bekommen von dem\*der Anleiter\*in den Spiele-PIN. Nachdem jede\*r Jugendliche am Smartphone den eigenen Nicknamen eingegeben hat, startet der\*die Anleiter\*in das Quiz.
- Das Kahoot-Quiz und die anschließende Umfrage werden Frage für Frage gespielt.
- Nach Abschluss des Quiz und der Umfrage wird ein Austausch und eine vertiefende Diskussion angeleitet. Der\*die Anleiter\*in nimmt eine moderierende, nicht-wertende Position ein und stellt Fragen, um die Jugendlichen zur Reflexion anzuregen. Er\*sie achtet darauf, dass alle, die möchten, ihre Meinung äußern können und die Jugendlichen einander zuhören. Wenn jemand nichts sagen möchte, wird das auch respektiert.

---

### Mögliche Fragen an die Jugendlichen

- Welche Mythen werden im Video erklärt? Was war neu für dich?
- Warum ist "Jungfernhäutchen" kein passender Begriff? Warum ist es den Menschen im Video wichtig, einen anderen Begriff für dieses Körperteil zu benutzen?
- Ist "Jungfräulichkeit" wichtig? Wie wird mit dem Thema Jungfräulichkeit in euren Familien und Freund\*innenkreisen umgegangen?

---

### Wichtig

- Jugendliche können im Zusammenhang mit dem Thema „Jungfräulichkeit“ von unterschiedlichen Gewaltformen persönlich betroffen sein. Hier ist es wichtig, einen sensiblen Blick und offene Ohren zu haben und bei Bedarf im Einzelgespräch gezielt Unterstützung anzubieten. Bei Problemen und Fragestellungen, die die Kompetenzen des\*der Anleiter\*in übersteigen, ist es unbedingt notwendig, das eigene professionelle Netzwerk miteinzubeziehen und/oder Hilfe bei spezialisierten Beratungsstellen zu holen.
- Beim Einloggen zum Kahoot-Quiz wählen die Jugendlichen einen Nicknamen. Dieser scheint nach jeder Frage und am Ende bei den Quizergebnissen auf. Es ist empfehlenswert, einen Namen zu wählen, der keine Rückschlüsse auf die Person zulässt, damit die Antworten möglichst frei von sozialer Erwünschtheit gegeben werden können. Als Unterstützung können durch den\*die Anleiter\*in Kategorien für die Nicknamen vorgegeben werden, wie bspw. jede\*r denkt sich ein Tier aus.
- Im Video und im Quiz wird die Thematik auf Männer und Frauen reduziert besprochen. Durch die Moderation kann der\*die Anleiter\*in Realitäten und Erfahrungsräume nicht-binärer, trans\*- und inter\*geschlechtlicher Menschen sichtbar machen und einbeziehen.

## Tipps

- Das Kahoot ist zweiteilig aufgebaut. Das Quiz besteht aus vier Wissensfragen – hier steht die Informationsvermittlung im Vordergrund. Bei Bedarf kann nach jeder Frage ein kurzer Wissensaustausch angeleitet werden. Die anschließende Umfrage besteht aus zwei Fragen und dient als Anregung für die anschließende Diskussion.
- In der Diskussion können u.a. folgende Themenkomplexe besprochen werden: Jungfräulichkeit und Erwartungen dazu je nach Geschlecht, Ehre und Jungfräulichkeit, Vertrauen und Kontrolle, Erwartungen des Umfeldes an Partner\*innen und Entscheidungen, Gewalt in der Familie/Ehe und Zukunftsvorstellungen.
- Wird das Kahoot! gemeinsam in einem Raum gespielt, wird empfohlen, das Video gemeinsam auf einer großen Leinwand anzusehen und nicht an den einzelnen Smartphones. Dafür muss der\*die Anleiter\*in das Video nach dem Start des Kahoots überspringen (Button rechts oben im Bildfeld).
- Die Übung kann je nach Bedürfnissen der Jugendlichen sowohl in gemischtgeschlechtlichen Gruppen als auch geschlechtergetrennt durchgeführt werden.
- Vertiefende Lektüre bietet bspw. das Buch „Das Jungfernhäutchen gibt es nicht“ von Olivia Hälterlein.

---

## Variante

- ◇ Das Kahoot kann auch digital miteinander gespielt werden. Nach dem Starten des Kahoot! erscheint auf der ersten Seite das Video, das von jedem\*jeder Einzelnen direkt auf den jeweiligen Endgeräten/Smartphones angesehen werden kann; alternativ kann der\*die Anleiter\*in den eigenen Bildschirm teilen. Der folgende Austausch bzw. die Diskussion findet im Online-Meeting statt.

---

## Starten des Kahoot-Quiz „Mythos Jungfernhäutchen“

- Link zum Starten des Kahoot-Quiz:  
<https://create.kahoot.it/profiles/c20bc4f6-abad-4316-b928-4f534dbe05e8>
- Link zu den Videos:  
Facts über das Hymen (auch Jungfernhäutchen genannt) von Pro Familia (bereits im Kahoot eingebettet): [www.youtube.com/watch?v=dbCByJ95QQ0](http://www.youtube.com/watch?v=dbCByJ95QQ0)
- Jungfernhäutchen – Mythen und Fakten zum Hymen vom Youtube-Channel „Auf Klo“ (als Alternative zum vorigen Video): [www.youtube.com/watch?v=BKXLkLcIJg](http://www.youtube.com/watch?v=BKXLkLcIJg)

## Technische Schritt-für-Schritt-Anleitung des Kahoot-Quiz:

- Registrierung unter [www.kahoot.com](http://www.kahoot.com) vornehmen (Kontotyp: Lehrkraft, Arbeitsplatz: Schule – derzeit ist mit dieser kostenlosen Registrierung ein Spielen mit bis zu 40 Personen möglich).
- „Als Gast spielen“ anklicken (oben rechts am Bildschirm)
- „Als Gast fortfahren“ anklicken
- „Klassischer Modus“ anklicken
- Den PIN an die Jugendlichen weitergeben
- Warten, bis alle Jugendlichen sich mit Nicknamen eingeloggt haben
- „Start“ klicken
- Video ansehen oder: auf „Weiter“ klicken
- Frage vorlesen – Jugendliche geben ihre Antworten – Ergebnis ansehen und besprechen – „Weiter“ klicken – Punktestand wird angezeigt – auf „Weiter“ klicken
- Dasselbe: Frage ...
- Sieger\*innenehrung spielen

---

## Übersicht über die Quizfragen inklusive der richtigen Antwortoptionen:

1.

Quiz

**Welche Begriffe können statt "Jungfernhäutchen" verwendet werden?**

120 Sekunden

|   |                            |   |
|---|----------------------------|---|
|  | Hymen                      | ✓ |
|  | Vaginaler Schleimhautkranz | ✓ |
|  | Vaginale Korona            | ✓ |
|  | Keines davon               | ✗ |

2.

Quiz

**Wodurch kann das Hymen reißen?**



- Sport/ Fahrrad fahren ✓
- Muss auch gar nicht reißen ✓
- Penetrativer Sex ✓
- Einführen eines Tampons ✗

3.

Quiz

**Wie viele Frauen\* bluten beim ersten vaginalen Sex?**



- Alle ✗
- Keine ✗
- Weniger als die Hälfte ✓
- Mehr als die Hälfte ✗

4.

Quiz

**Wie kann festgestellt werden ob eine Frau\* schon Sex hatte?**



- Durch eine ärztliche Untersuchung ✗
- Sie fragen ✓
- Blut beim 1.Mal ✗
- Das spürt der Mann\* beim Sex ✗

# Informations- und Beratungsstellen

## Anlaufstellen für Jugendliche

### **Frauenhelpline:**

[www.frauenhelpline.at](http://www.frauenhelpline.at)

Telefon: 0800 222 555

Telefon-Beratung in Akutsituationen

### **Helpchat:** [www.haltdergewalt.at](http://www.haltdergewalt.at)

Online-Beratung für Mädchen und Frauen, die von Gewalt betroffen sind

### **Kristentelefon für Männer und Burschen:** [www.maennerinfo.at](http://www.maennerinfo.at)

Telefon: 0800 400 777

Telefon-Beratung für Burschen und Männer in akuten Krisensituationen

### **Opfer-Notruf des Weißen Rings:** [www.opfer-notruf.at](http://www.opfer-notruf.at)

Telefon: 0800 112 112

Telefon-Beratung für Opfer von Straftaten

### **Orient Express Wien:** [www.orientexpress-wien.com/beratungsstelle](http://www.orientexpress-wien.com/beratungsstelle)

Beratung für Mädchen und Frauen, Notwohnungen für Mädchen und Frauen zwischen 15 und 24 Jahren, die von Zwangsheirat bedroht sind

### **Rat auf Draht:** [www.rataufdraht.at](http://www.rataufdraht.at)

Telefon: 147

Beratung für Kinder und Jugendliche (telefonisch, Chat, online)

## Übersichtsseiten

### **Österreichweite Übersicht zu Frauenservice, Frauen- und Mädchenberatung,**

**Gewaltschutzeinrichtungen:** [www.bundeskanzleramt.gv.at/service/frauenservice-beratung-und-gewaltschutzeinrichtungen.html](http://www.bundeskanzleramt.gv.at/service/frauenservice-beratung-und-gewaltschutzeinrichtungen.html)

Kontakte zu Frauenhäusern, Gewaltschutzzentren, Frauenberatungsstellen

### **Informationsplattform gegen Gewalt:** [www.gewaltinfo.at](http://www.gewaltinfo.at)

Fachwissen und Informationen, Anlaufstellen im Sozial- und Gewaltschutzbereich, Veranstaltungen

**Wiener Netzwerk gegen sexuelle Gewalt an Mädchen, Buben und Jugendlichen:**

[www.wienernetzwerk.at](http://www.wienernetzwerk.at)

Qualitätskriterien für Präventionsangebote, Tagungsdokumentationen, Kontakt zu den beteiligten Einrichtungen

**stimmenstark – Österreichisches Netzwerk zur Prävention von sexualisierter Gewalt gegen**

**Kinder und Jugendliche (ÖNPsG):** [www.praeventionsnetzwerk.at](http://www.praeventionsnetzwerk.at)

Informationen zum Netzwerk, Anlaufstellen, Informationsmaterialien

## Initiativen, Vereine und Einrichtungen

**Beratungsstelle DIVAN:**

[www.caritas-steiermark.at/hilfe-angebote/flucht-integration/beratung-hilfe/divan](http://www.caritas-steiermark.at/hilfe-angebote/flucht-integration/beratung-hilfe/divan)

Beratungsstelle für Frauen und Mädchen, Schwerpunkt Zwangsverheiratung

**Dokustelle Islamfeindlichkeit & antimuslimischer Rassismus:** [www.dokustelle.at](http://www.dokustelle.at)

Informations- und Dokumentationsstelle

**FGM Koordinationsstelle:** [www.fgm-koordinationsstelle.at](http://www.fgm-koordinationsstelle.at)

Beratung, Informationen und Unterstützung bei allen Fragen zum Thema weibliche Genitalbeschneidung/-verstümmelung (FGM/C)

**Frauengesundheitszentrum FEM Süd:** [www.femsued.at](http://www.femsued.at)

Frauengesundheitsförderung, Beratung, Themen u. a. weibliche Genitalbeschneidung/-verstümmelung (FGM/C)

**Männergesundheitszentrum MEN:** [www.men-center.at](http://www.men-center.at)

Gesundheitszentrum für Männer und Burschen, Beratung zu psychologischen und medizinischen Themen

**Männerberatung:** [www.maenner.at](http://www.maenner.at)

Beratungsstelle für Burschen und Männer, Informations- und Fortbildungsangebot, u. a. LGBTIQ+ Themen

**Projekt Heroes Steiermark:** [www.vmg-steiermark.at/burschenarbeit/heroes](http://www.vmg-steiermark.at/burschenarbeit/heroes)

Peer-Projekt gegen Unterdrückung im Namen der Ehre.

**FGM/C Koordinationsstelle:** [www.fgm-koordinationsstelle.at](http://www.fgm-koordinationsstelle.at)

Beratung, Aufklärungs- und Präventionsarbeit, Schwerpunkt Gewalt gegen Frauen

**ZARA:** [www.zara.or.at/de](http://www.zara.or.at/de)

Beratung, Dokumentation und Fortbildung, Schwerpunkte Zivilcourage und Anti-Rassismus-Arbeit



samara — Verein zur Prävention  
von (sexualisierter) Gewalt

[www.praevention-samara.at](http://www.praevention-samara.at)

