

Curaschi – Sexualpädagogik für Bündner Kids Adebar Unterrichtsmaterial



Mein Körper gehört mir

	Zyklus/ Klasse	Zyklus 2 3. / 4. Klasse
	Lernziel	Stärkung der Persönlichkeit Förderung Selbstbewusstsein über den eigenen Körper Schutz vor sexuellem Missbrauch
	Dauer	1 x 20 Min 2 x 15 Min
	Material	Arbeitsblatt mein Körper Arbeitsblatt wer darf was? Stift
	Tipps	Wenn du möchtest, besprichst du diese Aufgabe mit deinen Eltern oder einer anderen Person, zu der du Vertrauen hast.
	Weitere Informa- tionen	«Mein Körper gehört mir», Pro Familia Deutschland, Loewe Verlag «lass das – nimm die Finger weg», Ursula Enders, Beltz Verlag
	Quellen- nachweis	Ich sag nein, Gisela Braun / Martina Keller Verlag an der Ruhr

So geht es! Wer darf was?

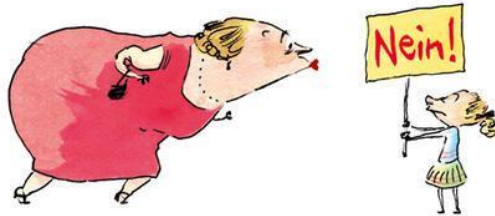


Schreibe auf welche Personen dich anfassen, berühren oder trösten dürfen. Du kannst ausser der Mama selber andere Personen einschreiben. (Papa, Schwester, Onkel, Lehrerin, Trainer usw.)

Wer darf	Mama				Niemand
Mir die Haare kämmen?					
Mir ein Pflaster aufkleben?					
Mich mit Worten trösten?					
Mich mit streicheln trösten?					
Mich mit Küssen trösten?					
Mit mir schmusen?					
Von mir einen Kuss verlangen?					
Mich nach dem Duschen abtrocknen?					
Mich kitzeln?					
Mir über die Haare streicheln?					
Sich bei mir anlehnen?					
Mich sehen, wenn ich nackt bin?					
Mit mir in meinem Bett schlafen?					
Mir einen Klaps auf den Po geben?					
Mich in die Arme nehmen?					
Mich sehen, wenn ich weine?					
Mit mir über meinen Körper sprechen?					

2

Wenn ein Kind von anderen berührt wird oder es eine Person küssen muss, die es nicht küssen will, hat das Kind das Recht nein zu sagen:



- Sag einmal so laut du kannst **NEIN**
- Steh vor den Spiegel und sag laut **NEIN** und schau, wie du dabei wirkst
- Übe dies, bis du denkst, mein **NEIN** ist super!

3

Es ist für ein Kind nicht immer einfach, nein zu sagen. Dann kann es hilfreich sein danach mit einer vertrauten Person zu sprechen.



Schreibe für dich die Personen auf, die helfen würden und mit denen du sprechen könntest. Es kann jemand aus deiner Familie, der Verwandtschaft, der Schule oder sonst woher sein. Natürlich können es auch mehrere Personen sein.

Lösungsblatt – Homeschooling

Wer darf was



Jedes Kind bestimmt selbst wer es anfassen, küssen oder trösten darf. Du bist der Chef oder die Chefin deines Körpers!



NEIN ist NEIN, das hast du gut gemacht!



Manchmal weiss ein Kind nicht gerade, wer ihm helfen könnte. In der Schweiz gibt es für Kinder das Nottelefon der Pro Juventute:

Telefonnummer 147

www.147.ch

Beratung für Kinder und Jugendliche, vertraulich, kostenlos und rund um die Uhr.