

# „aufg schaut“



Polizeipräsidium München

## Selbstbehauptung und Zivilcourage

Ein POLIZEI-Kurs für Kinder

### Impressum

#### Herausgeber:

Polizeipräsidium München • Kommissariat 105  
Prävention / Opferschutz  
Bayerstraße 35-37 • 80335 München  
Tel. 089 2910-4461 • Fax: 089 2910-4400

#### Idee, Projektleitung und verantwortliche Autoren

Der Fachbereich Jugend des Kommissariats 105  
für verhaltensorientierte Prävention und Opferschutz

#### Anne Gaska

Diplompsychologin, Universität München (LMU) Sozialpsychologie

Grafik-Design und Layout: Patricia Brum, AOK-Direktion München  
Druck: Hausdruckerei, AOK-Direktion München

**LMU**

In Zusammenarbeit  
mit der  
Ludwig-Maximilians-Universität  
München



Mit freundlicher  
Unterstützung der  
AOK Bayern-Direktion  
München



# „aufgschaut“



In den Medien hört man häufig Appelle von Politikern und anderen Repräsentanten der Gesellschaft, Zivilcourage zu zeigen. Zivilcourage ist dabei definiert als „mutiges Verhalten“, mit dem jemand seinen Unmut über etwas (z.B. eine Gewaltsituation oder Mobbing) ohne Rücksicht auf mögliche persönliche Nachteile gegenüber z. B. Obrigkeiten oder Vorgesetzten zum Ausdruck bringt. Es bedeutet: nicht wegzuschauen, sondern sich einzumischen – ohne sich selbst zu gefährden.

Leider verhalten solche Appelle oft wirkungslos. Obwohl der Wunsch gegen antisoziales Verhalten in der eigenen Umgebung etwas zu tun bei vielen vorhanden ist, herrscht sehr oft Hilflosigkeit, was man im Einzelnen tun kann. Aus der Forschung weiß man, dass reine Appelle – auch wenn sie von einflussreichen Personen und Institutionen ausgehen – relativ wenig ergiebig für langfristige Erlebens- und Verhaltensänderungen sind.

Das bedeutet: Statt einem reinen Appell muss ein konkretes Programm und daraus abgeleitet ein praxisnahes Training entwickelt

## Anmeldung

zur Multiplikatoren Ausbildung „aufgschaut“

Anmeldungen für die zweitägige Multiplikatoren Ausbildung nimmt das Polizeipräsidium München entgegen.

Hier erhalten Sie auch weitere Auskünfte und Informationen.

Polizeipräsidium München,  
Kommissariat 105  
Bayerstraße 35-37, 80335 München

Tel.: 089/2910-4461  
Fax: 089/2910-4400

eMail:

[pp-mue.muenchen.k105@polizei.bayern.de](mailto:pp-mue.muenchen.k105@polizei.bayern.de)

# „aufgschaut“

## Zielgruppe · Voraussetzungen · Hinweise

### Zielgruppe:

**Grundschullehrer/Innen** (primär)  
(„aufgschaut“ ist für Kinder im Alter von ca. 6 bis 10 Jahren konzipiert)

### Voraussetzungen:

**Mindestens 30 % des Kollegiums**  
einer Grundschule sollen ausgebildet werden  
(in einem zeitlich befristetem Rahmen)

### Dauer:

Die Durchführung des Projektes „aufgschaut“  
setzt eine **zweitägige Fortbildung** voraus.

Im Rahmen dieses Seminars werden den  
Teilnehmern Arbeitsmappen ausgehändigt,  
die alle Spiele, Übungen, und kreative Vor-  
schläge für den Kunst- und Sportunterricht  
sowie diverse Tipps zur Durchführung des  
Präventionsprojektes „aufgschaut“ enthalten.

werden, um eine Zunahme an  
Verantwortung und Zivilcourage  
in der Bevölkerung zu erreichen.  
Ideal wäre ein eingebundener bzw.  
begleitender Unterricht „Verhalten-  
ensorientierte Prävention“ in der  
Schule, in dem die Persönlich-  
keitsentwicklung gefördert wird  
und soziale Kompetenzen wie  
Achtsamkeit, Verantwortung und  
Zivilcourage vermittelt werden.

Genau hier soll das Präventions-  
projekt „aufgschaut“ ansetzen.  
„aufgschaut“ ist ein Programm  
der Münchner Polizei zur Förde-  
rung von „Selbstbehauptung und  
Zivilcourage“, das speziell für  
Grundschulkindern konzipiert wurde.  
An der Entwicklung beteiligt  
waren das Kommissariat für Ver-  
haltensorientierte Prävention und  
Opferschutz (Polizeipräsidium  
München) und der Lehrstuhl für  
Sozialpsychologie (Ludwig-Maxi-  
milian-Universität München).

Als langfristiges Ziel soll das Pro-  
jekt „aufgschaut“ Zivilcourage im  
„Kleinen“ – also in der Klasse –  
stärken. Dies erfordert selbstbe-  
wusste Kinder, die ihre eigene  
Meinung haben und zu dieser  
stehen, aber auch andere Mei-

nungen akzeptieren können.  
Darum „aufschauen“, hinhören  
und handeln: Die Kinder sollen  
aufmerksam auf Mitmenschen  
werden und sich verantwortlich  
und zuständig fühlen, wenn sie  
Ungerechtigkeiten wie z.B. Aus-  
grenzung oder Mobbing in ihrer  
Klasse bemerken. Die Kinder  
bekommen ebenso die Sicherheit  
vermittelt, dass sie sich selbst in  
Gewaltsituationen (Mobbing,  
Erpressung, sexuelle Gewalt)  
helfen können. Dabei geht es  
nicht um die Vermittlung von  
„Rezepten“, wohl aber um kon-  
krete Verhaltenstipps.

Ein Kind kann also konkrete Ver-  
haltensweisen lernen:

- was kann es in Gewaltsitua-  
tionen am besten tun  
(z.B. selbst helfen oder Hilfe  
holen)
- was sollte es besser nicht tun  
(Helfen ohne Eigengefähr-  
dung)

# Kurzbeschreibung des Projektes

**D**ie Ziele des Gewaltpräventionsprojektes „aufschaut“ liegen in der Förderung von Selbstbehauptung und Zivilcourage. Die Vermittlung erfolgt dabei über Spiele und Übungen. Diese sind derart zusammengestellt, dass sie auf bestimmte Problematiken abgestimmt und der Situation entsprechend angewendet werden können. Situationslösungen werden dabei mit den Kindern gemeinsam erarbeitet und konkret „erspielt“. So wird erreicht, das Handlungsrepertoire der Kinder zu erweitern und dadurch automatisch auch die Selbstsicherheit in schwierigen Situationen zu erhöhen.

Um eine nachhaltige positive Wirkung erzielen zu können, muss ein solches Gewaltpräventionsprojekt wie „aufschaut“ langfristig, zielgruppenspezifisch und ganzheitlich angelegt sein.

## Langfristigkeit

Ein Zwei- oder Dreitageskurs von einem externen Trainer geleitet kann den Anspruch einer nachhaltigen Wirkung nicht ausreichend

erfüllen. Aus diesem Grund ist „aufschaut“ als Multiplikatorentraining konzipiert. Wir möchten genau den Personenkreis fortbilden, der mit den Kindern (neben den Erziehungsberechtigten) die meiste pädagogische Arbeit leistet: Lehrer/Innen. Diese kennen sowohl die einzelnen Kinder als auch den Klassenverband mit seinen Stärken und Schwächen. Als ausgebildete Multiplikatoren können sie „aufschaut“ über einen langen Zeitraum regelmäßig und im „Tagesgeschäft“ eingebunden durchführen.

## Zielgruppenspezifität

„Aufschaut“ ist darüber hinaus so aufgebaut, dass alle Übungen jeweils einem bestimmten Themenbereich zugeordnet sind und eine bestimmte Zielsetzung verfolgen. Der als Multiplikator ausgebildete Pädagoge kann so speziell auf die Zielgruppe eingehen und auf bestimmte Probleme reagieren, indem er situations- und gruppenabhängig passende Übungen herausgreift. Anhand dieser können aktuelle Probleme verdeutlicht und gelöst werden.

## Ganzheitlichkeit

Damit ein optimaler Langzeiteffekt erzielt wird, setzt das Projekt „aufschaut“ auf Wiederholungen der Spiele und Übungen auf verschiedenen unterrichtlichen Ebenen: im Rahmen des

- ➔ Grundlegenden Unterrichts
- ➔ Ethik- und Religionsunterrichts
- ➔ Sportunterrichts
- ➔ Kunst- und Werkunterrichts
- ➔ Musikunterrichts.

Die Kinder setzen sich so auf unterschiedliche Weise mit den Inhalten der Übungen auseinander:

- ➔ kognitiv
- ➔ kreativ gestaltend
- ➔ bewegungsorientiert.

## Die Themenbereiche und Leitsätze von „aufschaut“ lauten:

1. Selbstbehauptung:  
„**Ich achte auf mich!**“
2. Gemeinschaft:  
„**Ich achte auf die anderen!**“
3. Gewalt:  
„**Konflikte kann ich lösen!**“
4. Sexueller Missbrauch:  
„**Mein Körper gehört mir!**“
5. Zivilcourage:  
„**Ich kann Gewalt verhindern!**“

## Die Ziele von „aufschaut“:

1. **Stärkung von Selbstbewusstsein, Selbstvertrauen**
2. **Stärkung des Gemeinschaftsgefühls**
3. **Richtiger Umgang mit verbaler, physischer und psychischer Gewalt**
4. **Sinnvolles Verhalten bei sexueller Gewalt**
5. **Förderung von Zivilcourage**