

«Das Wichtigste, was ich gelernt habe, war, wie Mädchen aus unserer Klasse denken, und ihre Meinung zu hören.» *Schüler einer Klasse im Pilotprojekt der Schweiz*

«Rollenbilder zu diskutieren ist in diesem Alter essenziell.» *Lehrer einer Klasse im Pilotprojekt der Schweiz*

DAS PROGRAMM

Herzprung - Freundschaft, Liebe, Sexualität ohne Gewalt ist ein Präventionsprogramm zur Gesundheitsprävention und Kompetenzerweiterung in jugendlichen Paarbeziehungen, das in der Schweiz entwickelt wurde (RADIX). Die Adaption und Verbreitung des Programmes erfolgt in Niedersachsen durch den Landespräventionsrat (LPR) in Kooperation mit dem Kinderschutzbund Landesverband Niedersachsen e.V. Der Kinderschutzbund Niedersachsen übernimmt dabei vor allem die Koordination zur Umsetzung des Programmes.

KONTAKT

Der Kinderschutzbund
Landesverband Niedersachsen e.V.
Ansprechpartnerinnen:

Heinrike Horster
horster@ksz-hannover.de

Kerrin Schönenberg
schoenberg@dksb-nds.de
Escherstr. 23, 30159 Hannover
Tel.: 0511 - 44 40 75

HERZSPRUNG
FREUNDSCHAFT, LIEBE, SEXUALITÄT OHNE GEWALT



Programm zur Stärkung von
Beziehungskompetenzen bei Jugendlichen

HERZSPRUNG
FREUNDSCHAFT, LIEBE, SEXUALITÄT OHNE GEWALT

WEITERE INFORMATIONEN UNTER:
PROJEKT HERZSPRUNG



WWW.DKSBNDS.DE/UNSERE-ARBEIT/PROJEKTE/HERZSPRUNG

«Das Programm überzeugt mich: Es leistet einen Beitrag zu einer selbstbestimmten und verantwortungsbewussten Beziehungsgestaltung. Die Jugendlichen lernen, wie wichtig es ist, die eigenen Grenzen klar zu kommunizieren und diejenigen des Gegenübers zu respektieren.» *Zora Buner, Herzsprung-Moderatorin im Pilotprojekt der Schweiz*

WAS IST HERZSPRUNG?

Herzsprung ist ein Programm zur Förderung der Beziehungskompetenzen und eines respektvollen und gewaltfreien Umgangs in Partnerschaften für Jugendliche zwischen 14 und 18 Jahren. Die Inhalte der 5 Module (à 2-3 Unterrichtseinheiten) sind:

- Wie wir uns Beziehungen vorstellen
- Freund*innen in schwierigen Situationen helfen
- Sexuelle Grenzverletzungen/Übergriffe/Gewalt
- Meine Gefühle, meine Reaktionen - erfolgreich Beziehungen gestalten

ZIELE

Das Programm beinhaltet folgende Ziele:

- Förderung eines respektvollen und wertschätzenden Verhaltens in Partnerschaften und bei Verabredungen (Dates)
- Verringerung körperlicher, psychischer und sexueller Gewalt in jugendlichen Partnerschaften
- Jugendliche lernen, den Unterschied zwischen fürsorglichem und kontrollierendem/grenzverletzendem Verhalten zu erkennen
- Befähigung von Jugendlichen, Gleichaltrige zu unterstützen, wenn diese von Gewalt in Partnerschaften betroffen sind

METHODIK

Das Programm nutzt vielfältige Lehr- und Lernformen, zum Beispiel:

- Moderierte Diskussionen
- Gruppen- und Einzelarbeiten
- Einsatz von Fallbeispielen
- Filmgeschichten
- Arbeitsblätter
- Bewegungsübungen

Teilweise wird in gendergetrennten Settings gearbeitet. Kompetenzerwerb und Lernziele sind für jedes Modul definiert. Zudem stehen Übungen und Reflexionsaufgaben für die Zeit zwischen den einzelnen Modulen zur Verfügung.

DURCHFÜHRUNG

Das Programm findet idealerweise einmal wöchentlich in fünf aufeinanderfolgenden Wochen statt. Ein gemischtgeschlechtliches Moderationsteam führt das Programm durch. Schulen haben die Möglichkeit, das Programm von akkreditierten schulinternen Personen und/oder von einem akkreditierten externen Moderationsteam durchführen zu lassen.

Für die Besprechung der Durchführungsmodalitäten und die Terminkoordination mit dem Moderationsteam ist der Kinderschutzbund Niedersachsen zuständig.

BEZUG ZUM BNE-ERLASS

Die für die Module des Programmes formulierten Lernziele orientieren sich an Kompetenzen aus dem BNE-Erlass und am Erlass Sicherheits- und Gewaltpräventionsmaßnahmen in Schulen in Zusammenarbeit mit Polizei und Staatsanwaltschaft.

Herzsprung kann das eigene Präventionskonzept an der Schule mit Bezug auf Gewaltprävention erweitern.

KOSTEN

Die Durchführung ist für die Schulen in der Pilotphase kostenfrei. Auch können in diesem Zusammenhang interne Personen aus der Schule für die Herzsprung-Moderation ausgebildet werden.