

# Mein kunterbuntes Bauchgefühl

Präventions- und Gesundheitsworkshop  
für die 1 – 4 Schulstufe (6 – 10 Jahre)

PIA | Sexuelle Bildung und Prävention  
Psychotherapie bei sexualisierter Gewalt



# Über den Workshop

## ZIELE

Durch diesen Workshop möchten wir Kinder im Volksschulalter dazu ermutigen, auf ihre Gefühle und Wahrnehmungen zu vertrauen und Selbstwirksamkeit zu erfahren – zwei Kernelemente in der Missbrauchsprävention. Dazu bieten wir den Schüler\*innen verschiedene Inhalte, Übungen und Spiele an, aus denen sie auswählen können. Neben Körperübungen und Skalierungsspielen greifen wir gerne auf theaterpädagogische Elemente zurück, um die Themen für die Teilnehmer\*innen auf allen Ebenen erfahrbar zu machen. Daneben besprechen wir in der Klasse wo man sich Hilfe holen kann.

Während des gesamten Workshops ist uns ein partizipativer und ressourcenorientierter Ansatz wichtig, damit die Kinder so weit als möglich die Workshopinhalte und -erfahrungen mitgestalten können. Unsere Workshops basieren auf Freiwilligkeit: Alle Kinder haben jederzeit die Möglichkeit auszusteigen und sich Übungen zu enthalten.

Neben dem Workshop in der Klasse ist die Arbeit mit Erwachsenen ein Kernelement der Missbrauchsprävention. Nur durch Wissensvermittlung und Sensibilisierung für sexualisierte Gewalt können die Erwachsenen (Eltern & Pädagog\*innen) die Kinder schützen und bei Vorfällen unterstützen. Ohne verantwortungsvolle Erwachsene im Umfeld der Kinder ist Missbrauchsprävention nicht möglich!

---

## INHALTE

- Gefühle und Selbstwahrnehmung
- Benennen von Körperteilen und Körperempfindungen
- Gefühle-Ampel und der Umgang mit angenehmen/unangenehmen Situationen
- Rollenspiele - „Theater der Gemeinheiten“, Regie führen und Rollen spielen inkl. Reflexion der Erfahrungen
- Ressourcenförderung und Kraftübungen
- Hilfe holen

---

## METHODEN

- Gruppenarbeiten
- Theaterpädagogik, Reflexionsspiele
- Körperübungen
- Gespräche und Diskussionen

# Leistungen

**PÄDAGOG\*  
INNEN  
VORGESPRÄCH** Im Vorgespräch mit den Klassenpädagog\*innen besprechen wir workshoprelevante Informationen über die Klasse, den Ablauf und die Inhalte. Das Vorgespräch findet meist vor dem Elternabend statt, kann aber in Ausnahmefällen auch telefonisch oder per Mail durchgeführt werden.

---

**ELTERN-  
INFORMA-  
TIONS  
ABEND** Der Eltern-Informationsabend dauert etwa 1,5 Stunden und vermittelt die wichtigsten Informationen zum Thema Missbrauchsprävention.

Wir behalten uns vor, bei zu geringer Teilnehmer\*innenzahl (mind. 12 Personen) den Eltern-Informationsabend abzusagen. Da der Eltern-Informationsabend aber ein wesentlicher Teil der Missbrauchsprävention ist stellen wir die Inhalte auch regelmäßig online in Webinaren kostenlos zur Verfügung. Die aktuellen Termine erfahren Sie auf unserer Homepage bzw. bei Anmeldung zum Workshop.

Bei Durchführung des Informationsabends in der Schule sollen die Klassenpädagog\*innen und die Schulleitung anwesend sein.

Der Termin für den Eltern-Informationsabend wird bei der Workshopbuchung vereinbart.

---

**2 X 2  
WORKSHOP-  
EINHEITEN** Wir besuchen die Klasse zwei Mal für jeweils zwei Einheiten. Dazwischen sollte ca. eine Woche Abstand liegen. In manchen Fällen führen wir den Workshop auch an einem Tag durch.

---

**2 TRAINER\*  
INNEN** Unsere Workshops werden immer von zwei erfahrenen Trainer\*innen durchgeführt. Mehr Informationen zu den Trainer\*innen erfahren Sie auf unserer Homepage.

---

**KOSTEN** Die Kosten für einen Workshop betragen zur Zeit € 200,-/Klasse.

**Wir reden drüber.**

PIA | Sexuelle Bildung und Prävention  
Psychotherapie bei sexualisierter Gewalt

Niederreithstraße 33, 4020 Linz

