

# Selbstbehauptung und Selbstschutz für Kinder, Jugendliche und Frauen

---

## Leitfaden

für

Eltern und Erziehungsberechtigte  
LehrerInnen und PädagogInnen

## Vorwort

Meine Damen und Herren!

Österreich soll das sicherste Land der Welt mit der höchsten Lebensqualität werden. Dafür gestalten wir Sicherheit. Der unter Federführung des Bundeskriminalamts erstellte Leitfaden zum Thema Selbstbehauptung und Selbstschutz trägt mit dazu bei, dieses Ziel zu erreichen. Denn Sicherheit zu gestalten, heißt auch, präventiv tätig zu werden. Der Leitfaden soll Kindern, Jugendlichen und Frauen wichtige Informationen über gewaltpräventive Selbstschutz- und Selbstbehauptungskurse geben.

Die Polizei setzt hier gemeinsam mit Lehrern, Kindergartenpädagogen, Sportverbänden, diversen Beratungsstellen, dem psychologischen Dienst und Eltern verstärkt auf Sensibilisierung, Aufklärung und Intervention. Nur gemeinsam können wir das gesamtgesellschaftliche Phänomen der körperlichen und sexuellen Gewalt bekämpfen.

Ein sehr wirksames Instrument zur Erreichung dieses Ziels stellen Selbstbehauptungs- und Selbstschutzkurse dar. Erstere haben zum Ziel, die Teilnehmerinnen in schwierigen Situationen so auszubilden, dass körperliche Abwehrtechniken erst gar nicht zur Anwendung kommen müssen. Zweite hingegen sollen jenes Wissen vermitteln, das notwendig ist, um sich in gefährlichen Notwehrsituationen richtig verteidigen zu können. Und genau hier bedarf es entsprechender Richtlinien und Rahmenbedingungen. Welches Wissen sollen Selbstbehauptungs- und Selbstschutztrainerinnen und -trainer weitergeben, um Kursteilnehmerinnen und -teilnehmer richtig vorzubereiten? Wie sollen Kurse ablaufen, welche Qualitätskriterien sollen Veranstalter vorweisen? Der hier vorliegende Leitfaden gibt Antworten auf diese und viele weitere Fragen.

Informieren Sie sich und lassen Sie uns gemeinsam Sicherheit gestalten!

Ihre Maria Fekter  
Bundesministerin für Inneres



## KONTAKT

---

Bundesministerium für Inneres  
Bundeskriminalamt  
Büro 1.6 Kriminalprävention/Opferhilfe  
Schlickplatz 6, 1090 Wien

E-Mail: [BMI-II-BK-1-6@bmi.gv.at](mailto:BMI-II-BK-1-6@bmi.gv.at)  
Web: [www.bmi.gv.at/praevention](http://www.bmi.gv.at/praevention)

## Inhalt

Vorwort	1
1. Einführung	4
2. Grundlegende Begriffsbestimmungen	5
3. Methodische Rahmenbedingungen	7
3.1 Fachliche Vernetzung	7
3.2 Zielgruppen	7
3.3 Kursleiterqualifikationen	8
3.4 Kursablauf	8
3.5 Allgemeine Kursziele	9
3.6 Erlernen von einfachen und effektiven Techniken	9
3.7 Geschlechtsspezifische Abstimmung	10
3.8 Altersspezifische Abstimmung	10
3.9 Information und Aufklärung zum Thema Gewalt	11
4. Qualitätssicherung	12
5. Literaturhinweise	13
6. Kontakte und mitarbeitende Stellen	16

---

## IMPRESSUM

Herausgeber:  
Bundesministerium für Inneres  
Bundeskriminalamt, Büro 1.6 Kriminalprävention und Opferhilfe  
A-1014 Wien, Schlickplatz 6, 1090 Wien

Unter freundlicher Mitarbeit von *Happy Kids* und **KI-DO** sowie der österreichischen Kampfsportverbände der Sparten Jiu-Jitsu, Judo, Karate, Kickboxen, Ringen, Taekwondo.

## 1. Einführung

Gewalt gegen Kinder, Jugendliche und Frauen ist bis heute ein gesamtgesellschaftliches Phänomen. Dazu gehören neben körperlichen Angriffen und sexueller Gewalt auch psychische Gewaltformen wie die Erniedrigung, Drohung oder Einschüchterung von Personen – auch im häuslichen Bereich.<sup>1</sup> Diese Zahlen belegen, wie wichtig effektive Maßnahmen zur Bekämpfung der alltäglichen Gewalt gegen Kinder, Jugendliche und Frauen im Sinne einer umfassenden Sensibilisierung, Aufklärung und Intervention sind.

In diesem Zusammenhang ist auch die Nachfrage an gewaltpräventiven Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskursen für Kinder, Jugendliche und Frauen zum Schutz vor Gewalt sehr gestiegen. Dabei stehen die Stärkung des Selbstbewusstseins, das Abgrenzen und das Erlernen von körperlichen Abwehrtechniken für den Alltag im Mittelpunkt. Nicht immer werden hierbei hochprofessionell durchgeführte Schulungen durchgeführt. Vielfach zielen die Angebote auf das Schüren von Angst ab, beinhalten unseriöse Inhalte und lassen eine ganzheitliche Sichtweise und Problemannäherung vermissen. An diesem Punkt gilt es vielmehr, ein kombiniertes Schutzpaket in Form von Selbstbehauptungs- und Selbstschutzkursen zu entwickeln und professionell umzusetzen. Dieses sollt zum einen auf technischer Ebene vermitteln, sich mit den Möglichkeiten des eigenen Körpers verteidigen zu lernen aber auch, sich gar nicht erst einer bedrohlichen Situation auszusetzen. Das Trainieren von Konfliktsituationen und der Umgang mit Grenzverletzungen sind dabei unverzichtbarer Bestandteil. Ein zugängliches Kontaktnetzwerk an fachkundigen Vertretern aus Polizei, Lehrern, Kindergartenpädagogen und Eltern sollte helfen, bei Bedarf auch Hilfeangebote in weiterer Folge in Anspruch nehmen zu können.

Der vorliegende Leitfaden beinhaltet Empfehlungen des österreichischen Bundeskriminalamtes, auf welche Qualitätsmerkmale Eltern, Lehrer und sonstige interessierte Personen bei der Wahl eines Selbstbehauptungs- bzw. Selbstschutzkurses achten können.

---

<sup>1</sup> Laut Kriminalitätsbericht wurden allein im Jahr 2008 in Österreich 693 Fälle von Vergewaltigung und 609 Fälle (z.T. schweren) sexuellen Missbrauchs von Unmündigen zur Anzeige gebracht. Etwa 3.200 Frauen und Kinder haben 2007 in den 26 autonomen österreichischen Frauenhäusern Schutz und Hilfe bei gewalttätigen Auseinandersetzungen in der Familie gefunden. Die Täter sind dabei zu 95 Prozent männlich und die Opfer zu 90 Prozent Frauen oder Kinder.

## 2. Grundlegende Begriffsbestimmungen

Bei dem Angebot von Selbstbehauptungs- und Selbstschutzkursen ist insbesondere die Festlegung einheitlicher Trainingsrichtlinien und inhaltlich-methodischer Qualitätsstandards transparent zu machen. Zu diesem Zweck sollten spezifische Informationen, Trainingsziele und Techniken im Sinne einer professionellen Umsetzung standardisiert festgelegt sowie grundlegende Begriffsbestimmungen definiert werden.

- **Selbstbehauptung**

Selbstbehauptung ist die Fähigkeit, sich in grenzüberschreitenden Situationen der eigenen Grenzen bewusst zu sein und diese deutlich machen zu können. Sie wird über die Arbeit an häufig auftretenden, teilweise sogar alltäglich stattfindenden Konfliktsituationen trainiert und kann im Alltag kontinuierlich weiter eingeübt werden. Erfahrungsgemäß ist dies eine Grundvoraussetzung, um sich vor sexueller/ sexualisierter Gewalt zu schützen. Die Erfahrungen in den Trainings zeigen außerdem, dass bei frühzeitigem Wahrnehmen und Einsetzen der Selbstbehauptungstechniken der Einsatz körperlicher Abwehrtechniken oft nicht mehr erforderlich ist. Somit erklärt sich, warum Selbstbehauptung in den kombinierten Trainings den unverzichtbaren Basisteil darstellt.

- **Selbstverteidigung**

Selbstverteidigung ist die Fähigkeit, sich oder andere in Notwehr-/ Nothilfesituationen körperlich zu verteidigen. In einem kombinierten Selbstbehauptungs-/ Selbstverteidigungstraining unterstützt sie die Arbeitsergebnisse des Selbstbehauptungsteils durch einige wenige, einfache und effektive Selbstverteidigungstechniken, die auch Ungeübte im Notfallstress einsetzen können.

- **Bewusste / vorsätzliche Grenzverletzungen**

Eine bewusste Grenzverletzung ist die beabsichtigte Überschreitung der Intimsphäre einer Person, durch die Grundrechte berührt werden (Eigentum, Gesundheit, Freiheit, Ehre). Der Mensch, dem die Grenzverletzung widerfährt, muss sie als solche definieren, da die Intimsphäre bei jedem Menschen, bedingt durch seine Sozialisation, seine Erfahrungen, seine Wahrnehmung etc. unterschiedlich ist. Mit Grenzverletzungen sind keinesfalls

nur Straftatbestände gemeint, auch das Hervorrufen eines unguuten Gefühles in Alltagssituationen kann durchaus schon als Grenzverletzung empfunden werden.

- **Unbewusste Grenzverletzungen**

Im Gegensatz zu der bewussten Grenzverletzung sind sie von der grenz verletzenden Person maximal bedingt vorsätzlich oder unbewusst herbeigeführt. Es gibt Situationen, in denen Betroffene solche Grenzverletzungen bewusst hinnehmen, da sie sich an den betreffenden Örtlichkeiten nicht vermeiden lassen (Enge im Fahrstuhl, Bus u.a.). Im Ergebnis lösen sie bei der von der Verletzung betroffenen Person die gleichen Emotionen aus wie bei den vorsätzlichen Grenzverletzungen, und hier können die betroffenen sich natürlich auch dafür entscheiden, ihre Grenze deutlich zu machen. Im Vordergrund steht in jedem Selbstbehauptungstraining der Umgang mit Grenzverletzungen allgemein. Diese beginnen sehr oft schon lange bevor es zu körperlichen Verletzungen kommt. Konzentrieren sich Teilnehmer/-innen darauf, wie sie sich bei der Konfrontation mit einem Gewalttäter verhalten können, setzen sie ihre eigene Messlatte oft so hoch, dass sie an ihrer Zielsetzung scheitern und handlungsunfähig werden. Trainieren die Teilnehmer/-innen aber ein selbstbewusstes Auftreten in alltäglichen Situationen, so wächst mit der erfolgreichen Lösung der Alltagsprobleme ihre Selbstsicherheit und sie sind in der Lage, auch schwierige Situationen überlegt und konsequent anzugehen.

- **Posttraumatische Belastungsreaktionen**

Diese treten auf, wenn Menschen einem extrem belastenden Ereignis oder eine Situation außergewöhnlicher Bedrohung (z.B. Naturkatastrophe, schwerer Verkehrsunfall, Zugunglück, Überfall, Krieg, Folter, Vergewaltigung oder eine plötzlich auftretende lebensbedrohliche Erkrankung bzw. sehr belastende medizinische Eingriffe) erleben. Solche Ereignisse rufen bei fast allen Opfern eine tiefe Verstörung hervor. Bei vielen Betroffenen bleibt es bei einer vorübergehenden Störung, die man als normale Reaktion auf eine „unnormale“ Situation bezeichnen kann. Bei einem Teil der Traumatisierten kann es allerdings zu Spätfolgen kommen. Dann spricht man von einer Posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS).

### **3. Methodische Rahmenbedingungen**

Nur ein professioneller Umgang mit Gewalt, insbesondere in Zusammenhängen sexueller Gewalt, kann im Rahmen einer individuellen Unterstützung entsprechend geschulter Fachvertreter ziel führend sein. Dabei ist die Unterstützung pädagogisch und psychologisch geschulter Fachkräfte unverzichtbar, insbesondere wenn beispielsweise Selbstverteidigungstrainerinnen und -trainer über diese Ausbildung nicht verfügen. Im Rahmen eines ausgewiesenen Spezialistennetzwerkes sollte jeder seine ihm zugewiesenen Kernkompetenzen wahrnehmen und einhalten. Die Schaffung von Problembewusstsein für das Ausmaß von Gewalt an Kindern, Jugendlichen Frauen, das Stärken und Mutmachen, um sich vor gefährlichen Situationen zu schützen und Auswirkungen von Gewalt im Vorfeld zu erkennen – dies stellt alle Beteiligten vor eine interdisziplinäre Herausforderung.

#### **3.1 Fachliche Vernetzung**

Um ein ganzheitliches Betreuungsangebot darlegen zu können, sollte ein Kontaktnetzwerk aus VertreterInnen der folgenden Fachbereiche bestehen:

- Polizei (Gewalt-/SexualdeliktspräventionsbeamtlInnen)
- Psychologischer Dienst
- LehrerInnen, PädagogInnen
- Beratungsstellen, Vereine gegen Kindesmissbrauch
- Sportverbände

#### **3.2 Zielgruppen**

Als Zielgruppen kommen u.a. die folgenden Bereiche in Frage:

- Schulen (SchülerInnen, Eltern, LehrerInnen)
- Private/Öffentliche Vereine, Verbände (Sport/Kultur/Sonstige)
- Gruppengröße: max. 12 TeilnehmerInnen pro Trainer
- Altersklassen:
  - Kinder: Kindergarten – bis Volksschulalter
  - Jugendliche: ab Hauptschule, Mittelschule, höhere Schulen
  - Erwachsene Frauen

### 3.3 Kursleiterqualifikationen

Nach Möglichkeit sollten die Kursanbieter über die folgenden Qualifikationen verfügen:

- Voraussetzung für SelbstbehauptungstrainerInnen:
  - Pädagogische Ausbildung
  - Bildungs- und Erfahrungswissen
  - Humankompetenz
  - (Non-)verbale Kommunikationsstrategien
  
- Voraussetzung für SelbstschutztrainerInnen:
  - Mindestalter: 25 Jahre
  - Lehrwartekurs in einer Kampfsportart
  - Mehrjährige TrainerInnenerfahrung
  
- Allgemeine Voraussetzungen:
  - Unbescholtenheit im strafrechtlichen Sinne (Sexualbereich)
  - Grundeinstellung gegenüber Frauen, Mädchen und Jungen
  - Bereitschaft, die persönlichen Qualifikationen offen zu legen

### 3.4 Kursablauf

Ein Selbstbehauptungs-/Selbstschutzkurs könnte wie folgt ablaufen:

- Planungsphase
  - Kontaktaufnahme, Vorabgespräche, Informationsveranstaltungen in Schulen, Elternvereinen, für sonstigen Interessengruppen (Eltern, Lehrerinnen, SexualdeliktspräventionsbeamtInnen)
  
- Organisatorische Rahmenbedingungen
  - Abstimmung mit etwaigen Schullehrplänen
  - Geeignete Räumlichkeiten
  - Altersunterschied in der Gruppe sollte nicht größer als vier Jahre sein

- Hauptaugenmerk bei den Kursen sollte generell auf die Selbstbehauptung gerichtet sein.
  - Wichtig ist die Freiwilligkeit der TeilnehmerInnen
  - Richtwert für Selbstbehauptungsstunden mind. 10
  - Richtwert für Selbstschutzstunden mind. 10
  - Die letzten zwei Einheiten sollten nach einer „Pause“ abgehalten werden, um das Erlernte verarbeiten zu können und danach wieder auffrischen bzw. festigen
  - Möglichkeiten zur Vermittlung von Anlauf- /Beratungs- /Interventionsstellen
  - Informationsabschlussabende mit LehrerInnen, Eltern, TeilnehmerInnen
- Rückschau
    - Erfahrungsaustausch und Dokumentation der TrainerInnen

### **3.5 Allgemeine Kursziele**

- Stärkung des Selbstbewusstseins und Selbstwerts
- Bereitschaft zum Selbstschutz
- Sensibilisierung der Wahrnehmung (frühzeitig Grenzverletzungen erkennen)
- Ausbau verbaler und körperlicher Handlungsmöglichkeiten zum Selbstschutz (frühzeitig Grenzen setzen)
- Alternativen zu verhaltensorientierten Maßnahmen (Geschlechterrolle)
- Stärkung, um Opferrolle verlassen zu können (ohne in Täterrolle zu fallen)

### **3.6 Erlernen von einfachen und effektiven Techniken**

- Selbstbehauptungslehrinhalte
  - Nonverbal und verbal
  - Konfrontativ und deeskalierend
  - Kommunikation

- Selbstschutztechniken
  - Einsetzen der eigenen Stärken
  - Ausnutzen der Schwächen des Gegners
  - Abwehrtechniken auch für Nicht-SportlerInnen umsetzbar

Die körperlichen Abwehrtechniken sollen klar und einfach sein und auch von nicht oder wenig sportlich aktiven TeilnehmerInnen, optimiert ausgeführt werden können. Sie sollten soweit als möglich den individuellen persönlichen Neigungen bzw. Fähigkeiten entsprechen und effektiv gegen empfindliche Körperstellen eingesetzt werden.

### **3.7 Geschlechtsspezifische Abstimmung**

Die Umsetzung eines Kursangebotes sollte grundsätzlich für Kinder und Jugendliche gemeinsam erfolgen, damit vor allem bei Schulklassen ein gemeinsames Herangehen an die Thematik im Klassenverband gewährleistet werden kann. Die Konzeption von Selbstbehauptung – und Selbstschutzkursen kann aber auch in Einzelfällen eine geschlechterdifferenzierte Orientierung, ausgerichtet an den Stärken und Fähigkeiten für Mädchen und Jungen, erfordern. Trainings, die vor allem Verhaltensänderungen im Alltag ermöglichen sollen und damit im Vergleich zur allgemeinen Informationsvermittlung, interaktiv geschlechtsrelevante Themenbereiche abdecken sollen, bedürfen in der praktischen Umsetzung in manchen Fällen eines separaten Zugangs zu Mädchen und Jungen, um ein größtmögliches Maß an Offenheit gewährleisten zu können. Dies entscheidet der/die jeweilige KursleiterIn im Einzelfall.

Alle Kurse sollten in ihrer Struktur so ausgelegt sein, dass ausreichend Raum für Gespräche über die sensibel zu handhabenden Gewaltthemen für die TeilnehmerInnen individuell zur Verfügung gestellt werden kann.

### **3.8 Altersspezifische Abstimmung**

Das Konzept der Trainingsinhalte sollte altersgerecht nach der Einteilung

- Kinder
- Jugendliche
- Erwachsene Frauen

angepasst und flexibel im Training berücksichtigt werden.

### **3.9 Information und Aufklärung zum Thema Gewalt**

Darüber hinaus sollten die TeilnehmerInnen auch nach Möglichkeit über die folgenden Aspekte informiert werden:

- Ausprägung von Gewaltphänomenen im Alltag (auch im sozialen Umfeld, z.B. Familie, Schule, öffentliche Räume)
- Hilfemöglichkeiten für Opfer und Täter (Beratungsstellen, Notruf, Polizei etc.)
- Rechtsweg bei Anzeigerstattung
- Rechtliche Aufklärung zum Verfahren für erwachsene Frauen bzw. Eltern der Kinder (StGB – Notwehr/Nothilfe, Problem legaler Waffengebrauch, z.B. Pfefferspray)

#### **Hinweis:**

**Alleine durch Techniken ist die Abwehr durch Übergriffe von Erwachsenen nicht zu gewährleisten. Vielmehr ist eine Kombination von Selbstbehauptung und Selbstschutz ziel führend.**

#### 4. Qualitätssicherung

Die Kursanbieter sollten grundsätzlich eine interne Erfolgskontrolle zur Qualitätssicherung des Angebotes nach Möglichkeit z.B. durch

- Anonyme Rückmeldungen der Teilnehmer/-innen
- Abschlussfeedbacks
- Kollegiale Beratung/Supervision

durchführen.

##### Empfehlung:

Bei Kampfsportvereinen und eigenständigen TrainerInnen sollte darauf geachtet werden, dass diese über einen entsprechenden Versicherungsschutz (Haftpflichtversicherung, gewerberechtliche Absicherung) verfügen. Für die KursteilnehmerInnen wird eine Unfallversicherung empfohlen.

Darüber hinaus sollten die unterrichtenden Personen grundsätzlich Ihre Qualifikationen offen legen.

## 5. Literaturhinweise

**Baum, Heike: Starke Kinder habens leichter.** Spielerisch das Vertrauen in die eigene Kraft stärken. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder, 1998

Spiele zur Gefühlserziehung. Themen zu geschlechtssensibler Erziehung kommen ebenso vor wie das Thema Sexualität. Sehr gut auch der theoretische Teil mit Anregungen für Selbstreflexion in der Erzieherinnengruppe. Ein Buch für Kindergruppen im Vorschulalter.

**Braun, Gisela: Ich sag NEIN Mülheim:** Verlag an der Ruhr 1989

Eine Mappe, die eine Fülle von Spielen, Geschichten, Liedern enthält, die die körperlichen und seelischen Empfindungen von Kindern ansprechen. Mit diesen Materialien können Präventionsgrundsätze gegen sexuellen Missbrauch spielend im Unterricht und in die Erziehung eingebaut werden. Weiterführende Kinder- und Erwachsenenliteratur sind angeführt und kommentiert, sowie Allgemeines zum Thema sexueller Missbrauch. Als Unterrichtsmaterial für die Volksschule bestens geeignet, ein "Klassiker".

**Braun, Gisela & Wolters, Dorothee: Das große und das kleine NEIN**

Mülheim: Verlag an der Ruhr 1991

Tolles, kleines Bilderbuch zum richtigen Nein-Sagen- Lernen. Sehr starke Lösung. Hilfe holen kommt nicht vor. Ab ca. 5 Jahren.

**Eichmann, Claudia: Freiarbeit-Kartei. Sexualerziehung in Grundschule und Kindergarten Mülheim:** Verlag an der Ruhr 1990

Aufklärungsspiele, Kreuzworträtsel, eine Fragenkartei und vieles mehr für die Kinder, sowie Material und Anregungen für Eltern um Hemmungen und Ängste beim Thema Sexualität abzubauen. Auch für die Gestaltung von Elternabenden bestens geeignet.

**Härtel, Susanne: Gefühle sind wie Farben**

2000; 32 Seiten; Verlag: Beltz; ISBN: 3-407-80346-X

Eignet sich gut, um über Gefühle zu reden, die verschiedenen Gefühle anzusprechen, etc.

**Kern, Sandra: Gib mir (k)einen Kuss**

Ein Bilderbuch mit sehr wenig Text; für ganz junge Kinder geeignet

**Kreul, Holde: Ich und meine Gefühle. Bindlach: Loewe, 1996**

Empfehlenswertes Bilderbuch das vor allem sehr differenziert auf verschiedene Gefühle eingeht.

Ab ca. 4 Jahren.

**Lauer, Katrin & Bley, Anette: Das kummervolle Kuscheltier**

Ein Bilderbuch mit sehr anschaulichen und sehr direkten Bildern.

**Lazik & Sönnichsen: Nein! Nein! Ich steig in kein fremdes Auto ein**

Ein Bilderbuch, das den Inhalt sehr gut zum Punkt bringt, gute und schlechte Gefühle anspricht und den Inhalt sehr gut mit Bildern veranschaulicht

**Legenstein – Gaisbacher, Monika: Mizzi sagt ganz laut NEIN****Lobe, Mira: Das kleine Ich bin ich.**

Wien, München: Verlag Jungbrunnen, 1972

Ein klassisches Bilderbuch über das Recht und das Wissen der Kinder auf ihre Eigenständigkeit. In Versform, ab ca. 4 Jahren.

**Löffel, Heike und Manske, Christa: Ein Dino zeigt Gefühle.**

Ruhnmark: Donna Vita 1996

Der Renner unter den neueren Präventionsbüchern zum Thema Gefühle. Ein informativer Ratgeber für den Alltag mit Grundsätzlichem, Spielanleitungen und Kopiervorlagen liegt bei. Ab ca. 3 Jahren bis ins Volksschulalter.

**Mebes, Marion & Sandrock, Lydia: Kein Küsschen auf Kommando/Kein Anfassen auf Kommando**

Berlin: Donna Vita, 1988

Als Bilderbuch oder als Malbuch erhältlich. Themen: Berührungen, Nein sagen, Hilfe holen. Ein "Klassiker" der Präventionsarbeit, in Schreibschrift geschrieben, ab ca. 3 Jahren.

**Mebes&Noack: Kein Küsschen&Kein Anfassen auf Kommando. Didaktisches Material, Köln, Mebes&Noack 2004**

Malbücher (als Kopiervorlage) in mehreren Sprachen: türkisch, französisch, englisch, italienisch, spanisch. Dazu Arbeitsblätter zu Gefühlen, Berührungen etc. Eine Einleitung an Eltern und Erziehungsberechtigte. Die Bücher wie auch dieses didaktische Material ist sehr einfach, also auch für Kindergarten geeignet, für Volksschule teils schon zu einfach. Aber die Mehrsprachigkeit ist ein seltenes und großes Plus.

**Moroney, Tracey: Teddybär wie geht es dir? Ravensburg: Ravensburger, 1999**

Ein reißfestes Bilderbuch zum Thema Gefühle für die ganz Kleinen. Vier verschiedene Teddygefühlsgesichter können auf den einzelnen Seiten, die jeweils eine, Kindern bekannte, Situation darstellen, eingesetzt werden. Der Teddy kann glücklich, traurig, wütend oder ängstlich sein. Sehr lieb und sehr ansprechend für Kinder ab 2 Jahren.

**Mönter, Petra, Wiemers, Sabine : Küssen nicht erlaubt. Wien, Basel: Kerle, 1999**

Gutes Buch zum Thema "Keine Berührungen auf Kommando". Alle kommen zu Besuch, liebe Verwandte, gute FreundInnen der Eltern, die Großeltern ... und alle wollen Lena liebkosen, umarmen, küssen etc. Ihr ist das zuviel und sie verwandelt sich in einen Elefanten, damit allen klar wird, dass es so nicht geht

**Nöstlinger, Christine: Anna und die Wut**

Wien: Jugend und Volk, 1990

Ein Bilderbuch zum Thema Wut und dem Umgang mit diesem Gefühl. Ab ca. 4 J.

## 6. Kontakt

Bundesministerium für Inneres  
Bundeskriminalamt  
Büro 1.6 Kriminalprävention/Opferhilfe  
Schlickplatz 6, 1090 Wien  
Tel.: 0043 (1) 24836 / 85452  
Fax: 0043 (1) 24836 / 85492  
E-Mail: [BMI-II-BK-1-6@bmi.gv.at](mailto:BMI-II-BK-1-6@bmi.gv.at)  
Web: [www.bmi.gv.at/praevention](http://www.bmi.gv.at/praevention)

## Mitarbeitende Stellen

Happy Kids  
Verein gegen Kindesmissbrauch  
Rohrergasse 15  
1130 Wien

[verein@happykids.at](mailto:verein@happykids.at)

Ki-Do  
Engerthstraße 249/10/1  
1020 Wien

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

Jiu-Jitsu Verband Österreich  
Am Heumarkt 29/18  
1030 Wien

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

Judo Verband Österreich  
Gutheil Schoder Gasse 7b  
1100 Wien

[www.oejv.com](http://www.oejv.com)

Österreichischer Karate Bund  
Dr. Adolf Schärf-Str. 25  
3100 St. Pölten

[www.karate-austria.at](http://www.karate-austria.at)

Kickboxen Österreichische Bundesfachverband (ÖBFK)  
Ehrentalerstr. 21  
9020 Klagenfurt

[www.kickboxen.com](http://www.kickboxen.com)

Ringens Österreichischer Ringsportverband (ÖRSV)  
Maximilianstrasse 2  
6020 Innsbruck

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

Österreichischer Taekwondo Verband

Eduard Bodem Gasse 9  
6020 Innsbruck

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