

**M**

**Mappe**

**U**

**(fuer)**

**R**

**richtigen**

**K**

**Koffer**

**S**

**Spaß**

# Der Anti-Gewalt-Koffer des JRK Nordrhein

## Bei der Anreise

**Paul:**

„Paula, aufwachen! Ich glaub´ es passiert etwas Merkwürdiges!“

**Paula:**

„Hmmm, was ist denn los? Aber, guck doch mal: Der Deckel geht zu. Ich glaube, endlich werden wir ausgeliehen. Erinnerst du dich nicht, wir sind doch die Leitfiguren in diesem „Anti – Gewalt – Koffers“ des Jugendrotkreuzes?!“

**Paul:**

„Natürlich erinnere ich mich, ich bin doch nicht blöd! – Äm, was genau war noch mal unsere Aufgabe?“

**Paula:**

„Aber Paul, wir sollen doch auf die vielen Sachen in diesem Koffer aufpassen und den Gruppenleiterinnen und Gruppenleitern erzählen, was man damit so alles machen kann. Hier sind nämlich eine ganze Menge Materialien drin, die die Gruppenleiter für ihre Gruppenstunden einsetzen können. Und natürlich hoffen wir, dass viele Gruppen so einen oder einen ähnlichen Koffer dann in ihrem Kreisverband haben.“

Der Koffer ist ja entstanden, weil der Arbeitskreis „Kindergruppenarbeit“ im Landesverband Nordrhein den Gruppenleiterinnen und Gruppenleitern etwas Handwerkszeug zum neuen Jahresthema „Fit 4 life – stoppt die Gewalt“ an die Hand geben wollte.

**Paul:**

„Ach so, und mit diesem Koffer gibt es also keine Gewalt mehr in den JRK – Gruppen?“

**Paula:**

„Ja, so einfach ist das ja auch schon wieder nicht. Die Menschen, die den Koffer gepackt haben, wollten in erster Linie einen präventiven, also vorbeugenden Ansatz verfolgen.“

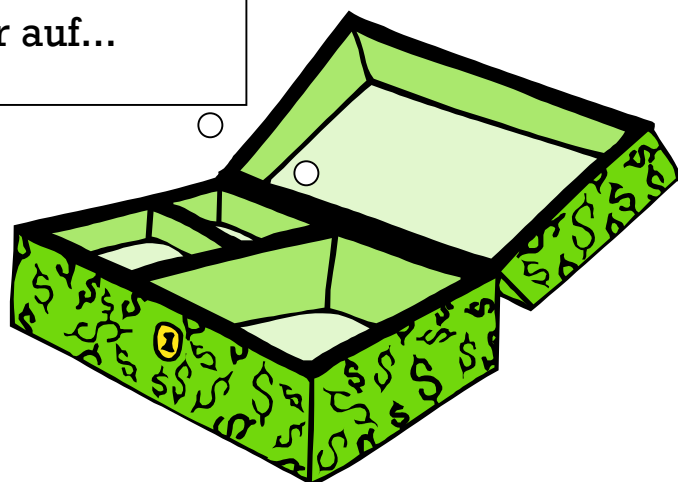
**Paul:**

„Stimmt, hatte ich ganz vergessen. Aber können die Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter jetzt wirklich den Koffer auspacken und in die Gruppenstunde gehen. Einfach so, ohne große Vorbereitung?“

**Paula:**

„Nein, Paul. Der Koffer ist viel eher als Modell zu verstehen, d.h. er enthält viele nützliche Tipps und Anschauungsmaterial; die Gruppenleiter können für sich entscheiden, wie sie mit ihrer Gruppe an das Thema rangehen wollen. Die Materialien in dem Koffer können auch – meist sogar mit den Kids gemeinsam – nachgemacht werden. Der Kreativität der Gruppenleitern ist dabei keine Grenze gesetzt... Aber leise, ich glaube wir sind gleich am Ziel angekommen – gleich wird der Deckel geöffnet.“

Hey, klappt mich bitte gleich wieder auf...



## Der Deckel geht auf

**Paul:**

„Hallo, hallo! Hier sind wir, hiiiiieeer!!!

Na, da hast du uns ja gefunden. Das hier ist Paula und ich bin Paul. Wir sollen dir erzählen, was du alles mit dem Koffer anfangen kannst. Wir waren nämlich auch mal Gruppenleiter, weißt du? Aber die Kinder waren immer voll nervig, und so sind wir jetzt hier.“

**Paula:**

„Paul, bleib´ mal ruhig! Also: Hallo, erst mal. Aber Paul hat recht, wir möchten dir die Materialien in diesem Koffer vorstellen. Allerdings in aller Ruhe – nicht wahr, Paul?!“

**Paul:**

„Ja, du hast mal wieder Recht. Also, gut: Beim Transport sind wir ordentlich durchgeschüttelt worden, mal sehen, ob noch alles da ist. Laß uns mal gemeinsam nachschauen...“

### Für dich im Koffer:

Paul und Paula. Unsere lustigen Maskottchen des Anti-Gewalt-Koffers.



Hallo, ich bin Paul!



Und ich die Paula!

## Unsere „Softprügler“

---

**Paula:**

„Gute Idee, Paul. Ich hab` schon was gefunden. Guck mal, hier sind diese komischen langen Schläger. Weißt du noch, was die mit „Gewaltprävention“ zu tun haben?“

**Paul:**

„Aber natürlich! Das sind doch die „Softprügler“. Die sind so konstruiert, dass sich zwei Streithähne damit mal so richtig „verprügeln“ können, ohne das es einem weh tut. Natürlich muss man dabei gewisse Regeln beachten: Man darf nicht auf den Kopf schlagen, und natürlich auch nicht unter die Gürtellinie. Du verstehst das doch, oder?!?“

**Paula:**

„Natürlich, Paul. Aber es ist auch gut, wenn man die Regeln mit den Kindern gemeinsam aufstellt, oder?“

**Paul:**

„Klasse Idee! Auf jeden Fall macht das „Prügeln“ damit eine Menge Spaß und man darf endlich mal so richtig Energie raus lassen, ohne dass immer jemand sagt: „Tu dies nicht. Lass das!“. Nach ein paar Minuten ist man allerdings so geschafft, dass man sich erst mal ein wenig ausruhen muss...“

**Paula:**

„Dass du das zugibst... Aber lass´ mal nachschauen, was wir sonst noch so finden...“

### Für dich im Koffer:

Ein paar Encounter-Bats – die Softprügler in der Farbe grün.

## Unsere Frustbälle

**Paula:**

„...hier zum Beispiel sind die kleinen Frustbälle. Die habe ich in dem gelben Karton gefunden. Immer, wenn ich so richtig wütend oder nervös bin, knete ich stundenlang auf dem Frustball rum.“

**Paul:**

„Ja, das kenne ich, dann bist du unausstehlich. Ich find´ die Bälle klasse, weil man die auch einfach mal kräftig gegen die Wand, oder einfach auch nur mal weit weg werfen kann.“

**Paula:**

„Aber aufpassen. Erinnerst du dich noch daran, als du dem Dieter so ´nen Ball an den Kopf geschmissen hast? Oder, als du eine Glasscheibe getroffen hast.“

**Paul:**

„Natürlich erinnere ich mich daran: Du lässt ja keine Gelegenheit aus, es jedem zu erzählen. Ich habe aber dazugelernt: Am Besten benützt man die Bälle draußen – zumindest, wenn man sie werfen möchte.“

**Paula:**

„Richtig viel Spaß macht es auch, die Bälle selber zu basteln. Wie das geht, steht in der beiliegenden Anleitung. Dann hat auch jedes Kind seinen eigenen Frustball.“

**Paul:**

„Paula, Erinnerst du dich noch daran, als wir bei unseren Gruppenstunden unser eigenes Wort nicht mehr verstanden haben, weil alle durcheinandergeredet haben?“

**Paula:**

„Wie könnt´ ich das vergessen? – Eine echt grausame Zeit. Zum Glück sind wir damals auf die Idee gekommen, den Frustball als Redeball zu benutzen.“

**Paul:**

„Genauer gesagt war es meine Idee, nicht wahr?!? Immer, wenn wir im Kreis saßen, lag der Redeball in der Mitte, und jeder, der etwas sagen wollte, durfte sich den Ball nehmen. Wer keinen Ball hatte, durfte auch nichts sagen. Richtig erholsam, auch für die Kids.“

**So, nun aber schnell einen Frustball gebastelt!**

**Der Frustball**

**Material:**

3 Luftballons, 100 Gramm Reis, Löffel, trockene Plastikflasche, Schere

Ihr füllt den Reis mit dem Löffel in die Flasche. Den Ballon bläst ihr auf, bis er etwas größer ist als ein Tennisball. Nun braucht ihr Hilfe. Ihr haltet die Öffnung zu und versucht den aufgeblasenen Ballon über den Flaschenhals zu ziehen. Wenn das geschafft ist, könnt ihr ganz leicht den Reis aus der Flasche in den Ballon füllen.

Der Reis wird nun gepresst, indem ihr den Ballon oben an der Öffnung fest haltet und ihn ein wenig federt. Nun haltet ihr den mit Reis gefüllten Ballon fest und dreht ihn einmal um sich selbst, bis er sich oben zudreht. Jetzt versucht ihr, die Öffnung vom Ballon nochmals über den mit Reis gefüllten Ballon zu ziehen, den Rest der Öffnung schneidet ihr kurz ab.

Den ersten Ballon steckt ihr nun in den zweiten und zwar so, dass die Öffnung des ersten zuerst verschwindet. Den Rest des Zweiten schneidet ihr nun auch ganz kurz ab. Das gleiche macht ihr mit dem dritten Ballon. Diesen könnt ihr dann auch zuknoten und den Rest abschneiden.

Falls ihr noch Lust habt, könnt ihr dem Ball noch ein Gesicht aufmalen. Dafür braucht ihr aber einen wasserfesten Stift. (Vielleicht denkt ihr dabei an jemand bestimmtes...)

### **Was mache ich mit dem Frustball:**

- Ich kann ihn feste in der Hand drücken
- Ich kann ihn ganz weit weg werfen (bitte nur draußen)
- Ich kann ihn fest gegen die Wand werfen (bitte darauf achten, dass ihr niemand verletzt.)

### **Er wird zum Redeball:**

Wenn die erste große Wut vorbei ist, kann er auch als Redeball genutzt werden.

Nur der, der diesen Ball in den Händen hat, darf jetzt reden. Alle anderen müssen so lange ruhig sein, bis sie den Ball in den Händen haben, um etwas zu sagen.

- Ihr sitzt im Kreis und gebt den Redeball im Kreis herum.
- Ihr legt den Redeball in die Mitte und derjenige, der etwas sagen möchte, nimmt sich den Redeball. Ist er fertig, legt er ihn zurück in die Mitte.
- Jemand hält den Redeball in den Händen und achtet auf die anderen, blinzelt ihm einer zu, wirft er den Redeball vorsichtig zu ihm rüber.

### **Für dich im Koffer:**

2 Frustbälle nach Bastelanleitung (aus Luftballons),  
4 Frustbälle (mit unterschiedlichen Gesichtern),  
100 Luftballons zur Anregung



## „Gefühle ausdrücken lernen“

**Paula:**

„Mensch, endlich ein Buch, Paul. „Hallo, wie geht es Dir? Gefühle ausdrücken lernen“ steht da drauf. Ob wir damit wohl was anfangen können?“

**Paul:**

„Klar können wir das, aber kuck doch mal genauer hin, Paula. Das ist gar kein richtiges Buch, sondern da sind Merk- und Sprachspiele, Pantomimen und Rollenspiele drin.

Viele bunte Bilder, das ist doch was für uns. Sieht auf den ersten Blick wie ein Memory aus.“

**Paula:**

„Oh, das sind bestimmt prima Ideen für unsere Gruppenstunde mit den Kids drin.“

**Paul.:**

„Aber was hat das denn nun mit Gewaltprävention zu tun? Irgendwie komme ich da nicht so richtig hinter.“

**Paula:**

„Mh, lass mal überlegen....Oh, Paul, ich denke, ich hab´s! Eigentlich ist der Ansatz ganz einfach. Ich glaube nämlich, dass es total wichtig ist, dass wir alle lernen, über unsere Gefühle zu reden, diese wahrzunehmen und auf die Gefühle anderer Menschen zu achten. Das gelingt natürlich nicht von heute auf morgen, aber wir können damit anfangen.“

**Paul:**

„Ja, genau und wir haben mit unseren JRK-Kindern die Chance, gemeinsam einen verantwortungsvollen Umgang zu entwickeln. Wenn das keine entscheidender Schritt zur Gewaltprävention ist. Echt klasse!“

**Paula:**

„ O.K., Paul. Ich hab` jetzt so richtig Lust, mit dem Gefühls-Memory anzufangen. Mal schauen, ob ich dabei auch was über dich lerne?!“

**Für dich im Koffer:**

„Hallo, wie geht es dir? Gefühle ausdrücken lernen“

Ein Set mit 72 vierfarbigen Bildkärtchen, Ideenheft und Kopiervorlagen.



## Unser Seil

**Paul:**

„Hast du ne Ahnung Paula, was das Seil hier im Koffer macht. Haben wir das wirklich eingepackt? Ich dachte, hier geht's um Vorbeugung von Gewalt und nicht um praktische Ausübung?“

**Paula:**

„Hey Paul, für wen hältst du uns denn eigentlich. Natürlich macht das Seil ganz viel Sinn. Komm, wir lesen mal gemeinsam die Anleitung dazu!“

### Unsere Anleitung zum Seil:

*Material:*

*1 Seil, vier Kinder*

Stellt die Kinder so auf, dass drei auf der einen Seite des Seils ziehen und einer auf der anderen Seite zieht. Wichtig ist, dass die Kinder langsam ziehen, um deutlich zu machen, **wie** die Gruppe gewinnt. Wechselt auch mal die Position, damit jeder mal alleine ist.

Eine weitere Möglichkeit besteht darin, das Seil in den Raum zu legen und die Gruppe aufzuteilen. Hier sollte darauf geachtet werden, dass die Gruppen gleichstark sind.

Mit diesem Seil könnt ihr deutlich darstellen, welches Ungleichgewicht auftritt, wenn drei Kinder auf der einen Seite stehen und ein Kind auf der anderen Seite alleine steht. Dadurch verdeutlicht ihr, dass oft Gruppen gebildet werden, um mit Hilfe der anderen, einzelne auszugrenzen.

### **Eine weitere Spielvariante:**

Bindet das Seil zusammen und teilt vorher die Kinder in drei oder vier Gruppen ein. Alle Kinder einer Gruppe müssen zusammen stehen. Nun muß jede Gruppe eine Aufgabe erledigen, z.B. die Namen aller Kinder aus einer Gruppe auf ein

Blatt Papier schreiben. Es ist wichtig, dass der Gruppe gesagt wird, dass es nicht auf Schnelligkeit ankommt.

Nun werdet ihr sehen, ob die Gruppen für sich versuchen, die Aufgabe zu lösen, oder ob sie sich mit der anderen Gruppen absprechen, wer zuerst die Namen auf das Blatt schreibt.

Sollten die drei bis vier Gruppen sich nicht einigen, **wer wann** schreibt, wird es wohl keiner so richtig hinkriegen.

Hier kann man sehr gut sehen, dass Gewalt nicht die richtige Lösung ist.

Wenn die Gruppen das Problem besprechen, werden sie zu einer Lösung kommen.

---

**Paul:**

„War ja gar nicht so schlecht die Idee mit dem Seil.

Aber bitte, liebe Gruppenleiter und Gruppenleiterinnen, unser Seil im Koffer ist nur ein „Beispiel-Seil“. Natürlich sollten Ihr genau prüfen, welches Seil ihr für die Gruppenstunde nutzt. Gute Erfahrungen haben wir selber mit „Kletterseilen“ gemacht. Die halten auf jeden Fall größere Belastungen (heftiges Ziehen) aus. Und, bei unseren Übungen geht es ja nicht unbedingt um den super Wettkampf, sondern um die Symbolik.“

**Für dich im Koffer:**

Ein Seil: vier Meter lang

## Die Schleuderhörner

### **Paula:**

„Schau mal, Paul, hier sind sie endlich, unsere Schleuderhörner. Sehen ja schon ein bisschen seltsam aus. Aber nicht erschrecken, liebe Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter, wir versprechen euch, dass man damit ganz tolle Sachen machen kann.“

### **Paul:**

„Ja genau. Unsere Schleuderhörner bestehen aus sogenannten Leerrohren, die ihr in jedem Baumarkt findet. Sie gibt es natürlich auch noch dicker, in einer anderen Farbe, etc. Wichtig ist halt, dass ihr für jedes Kind in der Gruppe ein entsprechend großes Stück von so einer Rolle Leerrohre abschneidet.“

### **Paula:**

„Okay, das waren die technischen Facts, nun aber zu den tollen Möglichkeiten, wie ihr mit relativ einfachen Mitteln schöne Übungen mit den Kids machen könnt. Die haben vor allem auch etwas mit Sinneswahrnehmung zu tun und gehen ganz einfach.... Komm, wir legen los Paul!“

### ***Was kann ich denn nun alles mit einem Schleuderhorn machen?***

- ☺ Unterschiedliche Töne erzeugen durch Schwingen
- ☺ Darstellen von Tieren (Hörner, Rüssel, Geräusche)
- ☺ Ein „Orchester“ spielen – einer gibt den Ton vor, alle stimmen ein.
- ☺ „Telefon“: Zunächst telefoniert jeder mit sich (ins eigene Ohr flüstern), so dass die Lautstärke erfahren wird, dann können unterschiedliche Telefonleitungen gebaut werden. Z.B. „das längste Telefon der Welt“: Die Mitspieler halten die Enden der Schleuderhörner so dicht wie möglich zusammen (auch mit kleinen Zwischenstücken aus aufgeschnittenen Heulrohren zu verbinden), so dass eine lange Leitung entsteht, durch die geflüstert werden kann.

Spannend ist für die Kinder, wie sie ohne Sichtkontakt telefonieren.

- ☺ „Die Marmelbahn“: Die Telefonleitung wird zu einer Marmelbahn, die durch eine Kreisauflistung unendlich wird oder von einer Erhöhung so in die Tiefe konstruiert wird, dass die Marmeln hindurchrollen.
  - ☺ Das Schleuderhorn wird zu einem Lenker des Autos und nach einer rasanten Fahrt werden die eigenen Herztöne gehört.
  - ☺ „Der Kopfhörer“: Beide Enden werden an die Ohren gehalten und nun heißt es lauschen.
  - ☺ Als Ring (mit einem Verbindungsstück aus Klebeband o. ä. hergestellt) rollen, werfen und drehen.
  - ☺ Als „Stab“ für Gleichgewichtsspiele (z. B. einen Softfrisbee als Regenschirm transportieren).
- 

**Paul:**

„Mensch klasse, diese Schleuderhörner kosten nicht viel, sie sind wirklich tolle Spiele für alle Sinne, die total Spaß machen.“

**Paula:**

„ Und hier noch ein kleiner Tipp für alle Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter, die nach Büchern suchen, in denen Spiele mit sogenannten Alltagsmaterialien beschrieben sind. Das Buch ist zwar nicht im Koffer, empfehlen wir aber trotzdem:

Beudels, Wolfgang; Kleinz, Nicola; Delker, Kerstin (Hrsg.):  
Außer Rand und Band. WenigKostenvielSpaßGeschichten mit Alltagsmaterialien.  
3. Aufl. 1999, Verlag modernes Lernen – borgmann publishing.  
ISBN 3-86145-109-3  
Preis: 49, 80 DM

**Für dich im Koffer:**

Fünf Schleuderhörner aus Leerrohren in der Farbe grau.

## Unsere Taschentücher

**Paul:**

„Guck mal, was ich hier gefunden habe: So olle Taschentücher. Was soll unser Gruppenleiter denn damit??“

**Paula:**

„Für einige Vertrauensspiele, die auch in dem Koffer zu finden sind, muss man sich die Augen verbinden. Dafür sind die Taschentücher hervorragend geeignet. Auch kann der Gruppenleiter sich die Tränen trocknen, die ihm vor lauter Freude vor den tollen Sachen im Koffer fließen.“

### Für dich im Koffer:

12 Taschentücher zum Sofortspielen



## Entspannung (Kissen, Musik, Duftlampe, Bücher und Massagebälle

**Paul:**

„Ich bin total aufgedreht. Das ganze Erzählen macht mich noch wahnsinnig.“

**Paula:**

„Dann hab´ ich gerade genau das richtige für dich gefunden. Auch Kinder haben schon mal das Bedürfnis nach Ruhephasen. Was ist da angenehmer als ein paar schöne Entspannungsgeschichte, eine Traumreise in eine Welt voll Phantasien? Dafür legst du dich am Besten mal ruhig auf den Boden. Damit das nicht zu hart für dich ist, habe ich sogar ein kleines Kuschelkissen.“

**Paul:**

„Aber wenn der Gruppenleiter das in seiner Gruppe machen möchte, reichen die Kissen doch gar nicht aus. Oder braucht nicht jedes Kind sein eigenes?“

**Paula:**

„Doch, natürlich. Aber dafür liegt ja auch die Bastelanleitung im Koffer. Die sind nämlich ohne viel Aufwand einfach nachzubasteln. Damit auch noch eine schöne Atmosphäre aufkommt, habe ich hier eine CD mit Entspannungsmusik und eine Duftlampe, natürlich auch mit Öl und Teelicht. Atmosphäre ist nämlich ganz wichtig, ganz besonders bei Kindern.“

*So, jetzt werde ich dir etwas vorlesen, nämlich die Geschichte „Die Reise des kleinen Bären ins Morgenland“:*



*Schließe die Augen und entspanne dich.  
Du bist auf einer Zauberwiese und liegst entspannt unter  
einem schattigen Baum. Sprich nun leise deine Traumformel:  
„Ich bin ganz leise und still, weil ich in das Traumland will.“*

Es dauert gar nicht lange, du hast deine Augen geschlossen, da taucht der kleine Bär auf. Er nimmt dich bei der Hand und zählt bis drei, da bist du, du kannst es kaum glauben, im Morgenland. Märchenland, Morgenland. Weit weg hinter Berg und Tal, dort wo die Sonne aufgeht, liegt das Morgenland. Im wunderschönen Palast einer orientalischen Prinzessin bist du gelandet. „Das ist Fatima“, sagt der kleine Bär.

Ein Mädchen, das so viel Märchen kennt, dass es länger als 1001 Nacht dauern würde, dir alle zu erzählen.

Sie lächelt und führt euch die enge Wendeltreppe eines Palasttürmchens hoch.

Oben angelangt siehst du eine kleine Terrasse vor dir. Du gehst hinaus und staunst über den weiten Blick, über die Kuppeln und Dächer der Stadt.

Ganz in der Ferne glänzt das Meer.

Die Prinzessin zeigt auf einen Teppich, der auf den Steinfliesen liegt. „Ein Zauberteppich“, sagt sie leise und geheimnisvoll, „du kannst auf ihm fliegen, wohin du willst.“

Schau ihn dir an, diesen Teppich. Wie schön er ist. Du siehst die leuchtenden Farben und Muster. Und wenn deine Hände darüber streicheln, spüren sie die feine, weiche Wolle, aus der er gewebt ist. Du legst dich auf den Zauberteppich. Der kleine Bär legt sich daneben. Er ist groß genug für euch alle. Du kannst dich ganz lang darauf ausstrecken.

Du bist ruhig und entspannt....

Nun merkst du, wie sich der Teppich langsam, ganz langsam vom Boden abhebt. Du schwebst höher und höher...Du fühlst dich ganz sicher auf deinem Zauberteppich.

Die Luft hier oben ist angenehm warm.

Du spürst die Sonnenstrahlen, sie wärmen dich...

Ein leiser Windhauch streicht über deine Stirn...

Du fühlst dich ruhig und sicher.

Träum dich fort. Träum dich dorthin, wo dich deine Wünsche hinführen und schau, was dir alles begegnet auf deinem Flug...

Du bist müde vom Tanzen und Schauen.

Dein Zauberteppich trägt dich nach Hause. Wolken und Vögel begleiten dich auf der Heimreise. Jetzt erkennst du dein Haus von

oben. Sanft landet der Zauberteppich. Du verabschiedest dich vom kleinen Bären, der ins Morgenland zurückfliegt. Dann zählst du leise bis fünf. Wenn du bei 5 angekommen bist, öffnest du die Augen. Du atmest tief ein und aus – reckst und streckst dich und fühlst dich wach und entspannt.

(aus: Raschdorf, Anette: Kindern Stille als Erlebnis bereiten, Münster 2000 – dazu aber später noch mehr)

---

**Paul:**

„...war das schön. Danke! Das war ja eine ganz tolle Geschichte. Hast du noch mehr davon?“

**Paula:**

„Na klar, in unserem Koffer sind noch mehr Bücher mit Traumreisen, Entspannungsgeschichten und Sinnesübungen. Wir haben das sogar ein wenig nach dem Alter der Kids aufgeteilt.“

**Für die Kleineren (vier bis achte Jahre) haben wir folgende Bücher mit in den Koffer gepackt:**

- ☺ ***Inseln der Entspannung.*** Kinder kommen zur Ruhe mit 77 phantasievollen Entspannungsspielen.
- ☺ ***Kindern Stille als Erlebnis bereiten.*** Sinnesübungen, Fantasiereisen und Entspannungsgeschichten zur Gestaltung von Ruhesituationen.
- ☺ ***Weißer Wolken – Stille Reisen.*** Ruhe und Entspannung für Kinder ab vier Jahren mit vielen Geschichten, Übungen und Musik. (mit CD)

**Und für die älteren Kids:**

- ☺ ***Auf der Silberlichtstraße des Mondes.*** Autogenes Training mit Märchen zum Entspannen und Träumen.

Ach ja, und unser Mandala-Buch nicht zu vergessen. Es heißt genau „**Märchen erzählen – Mandalas malen**“.

**Paul:**

„Oh, da freue ich mich aber drüber. Mit Mandalas habe ich schon prima Erfahrungen gesammelt. Ich werde dabei immer ganz ruhig und konzentriere mich auf mich selbst.“

Wauw und ich hab` da noch was gefunden: Einen Massageball. Wenn du magst, massiere ich dir damit deinen Rücken, indem ich den Ball vorsichtig, mit ein wenig Druck über deinen Rücken kreiseln. Sagst du Bescheid, wenn es zu fest wird?“

**Für dich im Koffer:**

- 1 Duftlampe mit Öl
- 1 Kuschkissen mit Anleitung zum Nachbasteln (schau einfach auf die nächste Seite)
- 4 Entspannungsbücher, 1 Buch mit Mandalas
- 3 Massagebälle
- 2 CD`s („Angel of the Sea“ und „Sieben kleine Siebenschläfer“)



## Bastelanleitung für das Knuddelkissen

Knuddelkissen ca. 35 x 35 cm

### **Material:**

Stoff 40 x 80 cm, Schere, Nadel, Faden (Wolle), Stoffmalfarbe, Füllmaterial (Jacke, Sweatshirt, Wolle), Sicherheitsnadel

Der Stoff wird in der Mitte zusammen gelegt. Die beiden äußeren Ränder werden nun zusammen genäht. (Braucht keine komplizierte Stichtechnik zu sein.)

Das Kissen wird nun gewendet, so dass die Naht jetzt innen ist. Zwischen die beiden Stoffe legt ihr Papier, damit ihr beim Bemalen die andere Seite nicht beschmutzt.

Malt am besten das Kissen zu leiser Musik an.



**wichtig :** *Dabei sollte keiner reden.*

Es sollten ca. 20 bis 25 Minuten gemalt werden. (Der Gruppenleiter sollte die Stimmung dabei beobachten und eventuell mehr oder weniger Zeit dafür einplanen).

Wenn das Kissen trocken ist, könnt ihr eurer Sweatshirt oder die Jacke oder anderes Füllmaterial einfüllen.

Zum verschließen könnt ihr die Sicherheitsnadel benutzen.

### **Zweite Möglichkeit:**

Ihr nehmt direkt eine Stofftasche, die es überall sehr günstig gibt (ohne Aufdruck). Nun folgt das Anmalen und zum Schluss schneidet ihr die Henkel genau in der Mitte durch. Damit könnt

ihr das Kissen dann verschließen (durch eine Schleife oder durch einen einfach wieder zu öffnenden Knoten).

### **Was mache ich mit dem Kissen:**

- Wenn ich mit meiner Gruppe eine Stunde planen, wo es nötig ist, dass Ruhe einkehrt, können sich die Kinder auf den Boden legen und ihren Kopf auf ihr selbst gemaltes Kissen, mit ihren persönlichen Empfindungen legen.
- Nun kann ich eine Geschichte vorlesen.



## Geschichten zum Vorlesen

**Paul:**

„Kennst du die Geschichte von der kleinen Anna und dem wütenden Willi, Paula?“

**Paula:**

„Nö, noch nie von gehört. Aber halt...Ich muß mal kurz überlegen...War die kleine Anna nicht ein Mädchen, dass unheimlich schnell und schrecklich oft wütend wurde. Viel schneller als andere Kinder und ihre Wut war immer direkt riesengroß?  
Und der kleine Willi war ähnlich stark wütend wie Anna?  
Ich glaube, dann kenne ich sie doch.“

**Paul:**

„Natürlich kennst du die beiden. Die kommen doch in zwei Büchern vor, die wir mit in den Anti-Gewalt-Koffer gepackt haben. Also, da ist einmal das „Grosse Nöstlinger Lesebuch“. In dem steht auch die Geschichte von Anna und der Wut. Und zum anderen haben wir da „Der wütende Willi“ und eine Arbeitsmappe zum wütenden Willi. Also, zwei Bücher mit Geschichten zum Vorlesen und eine kleine Mappe, in der ganz tolle Ideen drin stehen, wie ich mit Kindern über ihre Gefühle ins Gespräch komme und wie wir Aggressionen abbauen können.“

**Paula:**

„Hey, dann fangen wir doch bei uns am besten direkt an mit dem Vorlesen. Also, ich hätte gerne die Geschichte von.....“

Und welche lest ihr euch jetzt vor, liebe Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter?

**Für dich im Koffer:**

Das große Nöstlinger Lesebuch (mit „Anna und die Wut“)  
Vorlesebuch und Arbeitsmappe: Der wütende Willi

## Bilder als Gesprächseinstieg

**Paula:**

„Du, Paul, was mag wohl in dieser roten Mappe drin sein? Soll ich mal nachschauen? Erinnerst mich ja schwer an Schule.“

**Paul:**

„Na, mach mal etwas schneller, ich bin schon ganz neugierig.“

**Paula:**

„Okay, ich sehe weiße Blätter. Aber, halt, da ist ja noch etwas drauf. Zeichnungen sind das. Mensch, Paul, die sind prima geeignet, um mit den Kids in der Gruppe den Gesprächseinstieg zum Thema Gewalt hinzukriegen.“

**Paul:**

„Stimmt. Ich glaube, diese Szene hier kennt fast jedes Kind. Alle wollen was von ihm – natürlich auch die Eltern...“

### Für dich im Koffer:

10 Bilder/Zeichnungen zum Gesprächseinstieg

## Spielebücher

**Paula:**

„Na endlich, jetzt sind wir zum Glück auch noch auf die zwei Spielebücher in unserem Koffer gestoßen. Wurde ja auch Zeit. Darauf freue ich mich nämlich besonders, weil es so was ganz praktisches ist. Also, Paul, los geht's!

**Paul:**

„Jou, ich hab auch schon total Lust. Dann lass uns die zwei Bücher ruhig noch mal etwas genauer anschauen.

Also, da haben wir einmal das Buch *„Spiele zum Umgang mit Aggressionen“*. Ich stell den Gruppenleiterinnen und Gruppenleitern einfach mal ein Spiel daraus vor. Steht übrigens auf Seite 46. Der Titel hat mir halt gut gefallen. Er heißt *„Menschenkenntnis“*

„Alle bekommen ein Blatt, auf dem die Umrisse eines menschlichen Körpers vorgezeichnet sind.

In diesem Körper malt nun jedes Kind hinein, was es für sich selbst als besonders charakteristisch empfindet, z.B.:

- Eine Zunge, wenn es besonders schlagfertig ist
- Ohren, wenn es besonders gut zuhören kann
- Geschlossene Augen, wenn es oft vor sich hinträumt
- Ein Herz, wenn es besonders mitfühlend ist
- Fäuste, wenn es besonders schnell zuschlägt usw.

Die „beseelten“ Figuren werden an der Wand befestigt, und die Gruppe versucht herauszufinden, welche zu wem gehört. Welches Kind war besonders leicht, welches besonders schwer zu durchschauen? Hat die Gruppe neue Eigenschaften oder Fähigkeiten an den einzelnen Kindern entdeckt?“

**Paula:**

„Ja und ich finde das „Wut-weg-Buch“ richtig klasse. Ein bisschen erinnert es ja an unser „Memory-Buch“ – Gefühle ausdrücken lernen, aber hier sind noch andere Dinge drin. Wie z.B. der Brülleimer.

Also, der Brülleimer ist ein x-beliebiger Eimer, in den das Kind einfach seinen Kopf steckt. Nun kann es so laut



schreien, wie es will, alles bleibt in dem Eimer und geht keinen was an. Manche setzen sich dazu den Brülleimer auf den Kopf, andere beugen sich hinein. Egal. Der Brülleimer ist eine sinnvolle Erfindung, die in keinem Haushalt fehlen sollte.

Na, Paul, wo ist denn dein Brülleimer?

**Paul:**

„Hey, gib` mir mal das Wut-weg-Buch. Sind da noch mehr so tolle Tipps drin wie der Brülleimer? Am besten laufen dann alles Kids mit dem Eimer auf dem Kopf herum...“

**Für dich im Koffer:**

Spielerbücher:

„ Spiele zum Umgang mit Aggressionen“ und das „Wut-weg-Buch“



Wer hat meinen  
Brülleimer gesehen?

## Arbeitshilfen – auch vom JRK

**Paul:**

„Du, Paula, hast du denn unsere Arbeitshilfen gesehen, die wir vor unserer Reise in den Koffer gelegt haben? Vor lauter Materialien komme ich schon gar nicht mehr klar?“

**Paula:**

„Moment, ich hatte sie doch eben in der Hand... Klar, jetzt hab´ ich sie. Drei Stück sind es und zwei davon vom Jugendrotkreuz im Landesverband Nordrhein.“

**Paul:**

„Na gut, dann folgt jetzt der ultimative Werbetext zum Lesen dieser drei Arbeitshilfen.

Also, die erste Arbeitshilfe haben bekanntlich Robert Korell und Christine Scholl aus dem Landesverband Nordrhein geschrieben. Und um was geht's dabei? Natürlich um das Thema Gewaltprävention in der JRK-Kindergruppe.

Nicht nur nette Dialoge, sondern viel Wissenswertes und Anregungen zum Nachdenken enthält diese Arbeitshilfe. Praktische Übungen, Spiele etc. nicht zu vergessen. Und damit ein gelungener Einstieg, für alle, die sich mit dem Thema intensiver beschäftigen möchten und Lust am Lesen haben.

Ganz ähnlich ist es mit der Arbeitshilfe von Helmut Püschel. Wer Interesse am JRK-Streitschlichter-Programm hat, der findet hier – neben vielen Übungen – eine Menge Informationen, tolle Spiele und sogar eine Diskette mit wichtigen „Streitschlichterformularen“.

**Paula:**

„Ja, und fehlen darf natürlich nicht die kleine Broschüre von Dieter Krowatschek, „Wenn Kinder rot sehen. Aggressionen erfahren, austragen und verhindern“. Hier

steckt nicht nur recht viel Theorie drin – also für alle was,  
die etwas in die Tiefe gehen möchten – sondern auch über  
30 Seiten mit Spielen und anderen  
Gestaltungsmöglichkeiten für die Gruppenstunde.  
Wir wünschen euch viel Spaß beim Lesen und  
Ausprobieren!

## **Für dich im Koffer:**

### ***Arbeitshilfen:***

„Die Bombe entschärfen“ – JRK-Arbeitshilfe zur Gewaltprävention

„Angry young man“- JRK-Arbeitshilfe zum Streitschlichterprogramm

„Wenn Kinder rot sehen“ – Aggressionen erfahren, austragen und  
verhindern

## Paul und Paula zum Nachbasteln

**Paul:**

„So, liebe Gruppenleiterin , lieber Gruppenleiter. Jetzt hast du alles über die Materialien in dem Koffer erfahren. Glaubst wohl, wir sind jetzt überflüssig und du könntest uns so einfach in die Ecke schmeißen, nicht wahr?!?“

**Paula:**

„Aber Paul, wer tut denn so etwas? Bestimmt werden wir mit in die nächste Gruppenstunde genommen und dürfen uns den Kindern vorstellen und mit denen dann eine Menge Spaß haben. Du musst uns einfach „erzählen Lassen“. Paul und ich werden es dir danken.“

**Paul:**

„Übrigens: Mit wenig Aufwand, aber jeder Menge Spaß kannst du uns auch nachbasteln. Und hinterher vielleicht sogar ein kleines Theaterstück aufführen...“

### Wie bastele ich nun Paul und Paula?

#### *Bastelanleitung für die Handpuppen*

**Benötigtes Material:**

1 Socke  
1 Paar Augen (Köpfe oder ähnliches)  
Wolle  
Filz  
Tüll  
Nadel  
Faden  
Kleber  
Strasssteine

Und alles, was euch sonst noch gefällt!

Socke über die Hand stülpen. Spitze nach innen falten, so dass ein Mund entsteht. Das Augenpaar in entsprechender Höhe festkleben. Die Wolle mit der Nadel am „Kopf“ befestigen. Mit Filzresten eine Nase kreieren. Nach Belieben mit Tüll und Filz die Kleidung herstellen. Die Puppen sind nach eigenen Ideen zu gestalten.

Der Phantasie sind dabei keine Grenzen gesetzt....



## Unser Koffertagebuch

**Paula:**

„So, liebe Gruppenleiterin, lieber Gruppenleiter. Wir hoffen, wir konnten dir durch unsere Gespräche ein wenig weiterhelfen, mit dem Koffer zurecht zu kommen. Wenn du noch Fragen haben solltest, kannst du aber auch gerne bei Christine Scholl im Landesverband Nordrhein anrufen. Wir wünschen dir in jedem Fall viel Spaß beim Ausprobieren und Nachmachen.“

**Paul:**

„Genau! Aber eine kleine Bitte haben wir noch: Hier ist ein kleines DIN A4 – Büchlein, das „Koffertagebuch“. Wir würden uns sehr freuen, wenn du die Zeit findest – vielleicht auch mit deiner Gruppe gemeinsam – deine Erfahrungen mit diesem Koffer niederzuschreiben: Was war besonders gut, was vielleicht aber auch nicht so toll?“

**Paula:**

Freuen tun wir uns auch über persönliche Grüße, Erfahrungen mit dem Thema „Gewalt“, Verbesserungsvorschläge oder auch über alles das, was euch einfällt.

Wenn ihr den Koffer zurückgibt, achtet bitte darauf, dass er Wieder vollständig ist.

Schließlich möchten ja auch noch andere Gruppenleiterinnen und Gruppenleiter damit arbeiten.

Tschüs und noch mal viele Grüße an deine Kids!“

**Paul:**

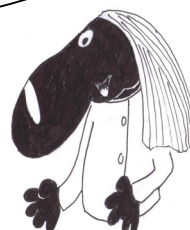
„Auf Wiedersehen!“

**Für dich im Koffer:**

Unser Koffertagebuch zum Reinschreiben, Malen, für weitere Ideen....

**Und was wir noch sagen wollten....**

Wir möchten dir noch ein paar  
Tipps geben, wo du all` die  
Materialien, die wir vorgestellt  
haben, auch bekommen kannst!



### Der Anti-Gewalt-Koffer für die JRK-Kindergruppenarbeit

Was ?	Beschreibung	Kosten	Woher?
<b>2 Puppen</b>	<b><u>Die Puppen Paul und Paula</u></b>  Zum Nachbasteln empfohlen	Materialkosten ca. 30 DM	Bastelläden  Altbestände von zu Hause
<b>Bücher:</b>	<b>Müller, Else:</b> Auf der Silberlichtstraße des Mondes. Autogenes Training mit Märchen zum Entspannen und Träumen. Frankfurt a.M., 16. Aufl. 1998	Preis: 14,90 DM	Natürlich aus dem Buchhandel.  Viele der von uns erwähnten Bücher gibt es allerdings bei zwei speziellen Verlagen. Dies steht in der Regel auch im Buch selber drin:
	<b>Nöstlinger, Christine:</b> Das große Nöstlinger Lesebuch. Geschichten für Kinder.	32,00 DM	<b>Ökotoxia Verlag</b> <b>Hafenweg 26</b> <b>48155 Münster</b>

Weinheim u. Basel, 2. Aufl.  
1997

Telefon: 0251/661035

**Lange, Iris:** Mandalas  
erzählen. Mandalas malen.  
Mülheim an der Ruhr 1999 36,00 DM

Fax.: 0251/63852

E-Mail:  
[info@oekotopia-  
verlag.de](mailto:info@oekotopia-verlag.de)

**Oram, H.; Kitamura, S.:**  
Der wütende Willi. Ein  
Vorlesebuch. Mülheim an  
der Ruhr 1993 19,80 DM

**Verlag an der Ruhr**  
**Postfach 102251**  
**45422 Mülheim an**  
**der Ruhr**

**Lisner, S.:** Arbeitsmappe:  
Der wütende Willi. Gefühle  
erkunden und 28,00 DM  
Aggressionen abbauen.  
Mülheim an der Ruhr 1996

Bestellannahme:  
Tel.: 0208/495040

**Reichling, U.; Wolters, D.:** 36,00 DM  
Hallo, wie geht es dir?  
Gefühle ausdrücken lernen.  
Set mit 72 vierfarbigen  
Bildkärtchen, Ideenheft und  
Kopiervorlagen. Mülheim  
an der Ruhr 1994

Fax.: 0208/4950495

E-Mail:  
[info@paedexpress.de](mailto:info@paedexpress.de)

**Raschdorf, A.:** Kindern  
Stille als Erlebnis bereiten. 28,00 DM  
Sinnesübungen,  
Phantasiereisen und  
Entspannungsgeschichten.  
Münster 2000

**Erkert, A.:** Inseln der  
Entspannung. Kinder  
kommen zur Ruhe mit 77  
phantasievollen  
Entspannungsspielen.  
Münster, 3. Aufl. 2000 28,00 DM

**Friebel, V.:** Weiße Wolken.  
Stille Reisen. Ruhe und 48,00 DM  
Entspannung für Kinder ab 4  
Jahre. Buch mit CD

**Portmann, R.:** Spiele zum  
Umgang mit Aggressionen. 16,80 DM



München, 5. Auflage 1999

**Kaiser, T.:** Das Wut weg  
Buch. Spiele, Traumreisen, 28,00 DM  
Entspannung gegen Wut  
und Aggression bei  
Kindern, Freiburg 1999

**Arbeits-  
hilfen:**

**BNW-Tipp:**  
**Die Bombe entschärfen...**  
Gewaltprävention in der  
Kindergruppe. Eine  
Arbeitshilfe für JRK-  
Kindergruppenleiter/innen

Kostenlos

Gibt es beim  
Jugendrotkreuz,  
Landesverband  
Nordrhein. Liegt aber  
immer in fünffacher  
Ausfertigung im Koffer  
– auch zum Kopieren

Auf'm Hennekamp 71  
40225 Düsseldorf

Tel: 0211/3104-157

Fax: 0211/3104-109

E-Mail:

[jugendrotkreuz@drk-  
nordrhein.net](mailto:jugendrotkreuz@drk-nordrhein.net)

Oder noch mal auf  
unserer Homepage  
zum Runterladen  
unter:

[www.drk-  
nordrhein.net/JRK](http://www.drk-nordrhein.net/JRK)



**Krowatsch, D.:**  
Wenn Kinder rot sehen.

22,90 DM

AOL-Verlag  
Waldstraße 17 – 18  
77839 Lichtenau

Aggressionen erfahren,  
austragen und verhindern.  
Lichtenau 1999

Tel: 07227/9588-0

Fax: 07227/9588-95

E-Mail: [home-  
page@aol-verlag.de](mailto:homepage@aol-verlag.de)

**Deutsches Jugendrotkreuz**  
(Hrsg.): Angry young man. 19,80 DM  
Konfliktlösung- und  
Streitschlichtungsprogramm  
für Schulen. Nottuln 2000

DRK-Beschaffungs-  
und Vertriebs-GmbH,  
Postfach 1445, 48301  
Nottuln  
Nr.: 670 450



**CDs**

**Entspannungsmusik:** 29,95 DM  
Angel of the See. Exploring  
Nature with Musik

Gibt es natürlich im  
Musikhandel

Sieben kleine  
Siebenschläfer - 24,95 DM  
Zauberlieder und  
Traumgeschichten zum  
Einschlafen

**Koffertage-  
buch** **Erlebnisse, Geschichten  
zum Koffer** 24.95 DM

Könnt ihr bei eurem  
Gruppenkoffer ja auch  
einführen  
Dieser Preis ist nur ein  
Richtwert.

**1 Paar  
Encounter-  
Bats** **Softprügel zum  
„Austoben“** 110,00 DM

Amt für Jugendarbeit  
Haus Villigst  
Iserlohner Straße 25  
58239 Schwerte

Tel: 02304/755-190

Fax.:02304/755-248

E-Mail:  
[g.kirchhoff@aej-haus-  
villigst.de](mailto:g.kirchhoff@aej-haus-villigst.de)

Oder:

[www.wunderland-online.de](http://www.wunderland-online.de)

Wunderland Spiel-  
waren

Tel: 06324-820679

Fax:06324-820685

(dort sind sie  
allerdings etwas teurer  
– ca. 150 DM)

<b>1 Vorlage Ent- spannungs- kissen</b>	<b>Kissen zum Kuscheln und Selbermachen</b>	Schwer zu sagen, Tragetaschen kosten in der Regel 1,00 DM pro Stück	Supermarkt Bastelladen
<b>12 Taschen- tücher</b>	<b>Vertrauensspiele, zum Trösten</b>	Kostenlos	Habt ihr bestimmt noch zu Hause
<b>100 Luftballons</b>	<b>Anregung für die Frustbälle – zum Nachbasteln</b>	13,00 DM für die Ballons	Supermarkt etc.
<b>5 Schleuder- hörner</b>	<b>Sinnesspielmaterial</b>	19,98 DM	Baumarkt
<b>1 Seil</b>	<b>Dient zur Spielerklärung (4 m)</b>	6,00 DM	Baumarkt
<b>9 Zeich- nungen (rote Mappe) mit Kopiervor- lage</b>	<b>Dienen als Gesprächseinstieg für die Gruppe zum Thema Gewalt</b>	kostenlos	Kopiervorlage in roter Mappe

## **Ist denn immer noch nicht Schluss? Nein, es gibt noch etwas:**

An dieser Stelle gilt all` den fleißigen Ideengebern,  
Schreiberlingen und Zeichnern Dank für die Zusammenstellung  
unseres Anti-Gewalt-Koffers und der vorliegenden Mappe.

### **Beteiligt waren vom Arbeitskreis Kindergruppenarbeit im Landesverband Nordrhein:**

Kati Hammann	Sabine Lindlar
Ute Markowiak	Heike Nagel
Heinz Nagel	Dirk Mörs-Edeling
Sascha Diercks	Ralf Hölscher
Marcus Janßen	

### **Die Zeichnungen haben wir Thomas Pies aus Leverkusen zu verdanken!**

### **Herausgeber des Koffers:**

Deutsches Jugendrotkreuz  
Landesverband Nordrhein  
Auf`m Hennekamp 71  
40225 Düsseldorf

### **Kontakt:**

Christine Scholl  
Tel: 0211/3104-158  
Fax: 0211/3104-109  
E-Mail: [c.scholl@drk-nordrhein.net](mailto:c.scholl@drk-nordrhein.net)

Düsseldorf,  
1. Fassung im Januar 2001 (kleine Korrektur im März 2001)