

„MEIN KÖRPER GEHÖRT MIR!“

„Wenn wir ein  
Ja-Gefühl haben,  
können wir Ja sagen,  
wenn wir ein Nein-Gefühl  
haben, können wir  
Nein sagen!“

Unsere Kinderwebsite:  
[www.meinkoerpergehörtmir.de](http://www.meinkoerpergehörtmir.de)

Auf der Empfehlungsliste  
des Landespräventionsrats  
Niedersachsen

[gruene-liste-praevention.de](http://gruene-liste-praevention.de)



theaterpädagogische  
werkstatt

Am Speicher 2  
49090 Osnabrück  
T 0541/ 580 54 63-0  
[kontakt@tpwerkstatt.de](mailto:kontakt@tpwerkstatt.de)

[www.tpwerkstatt.de](http://www.tpwerkstatt.de)

## Für starke Kinder und Jugendliche

& Erwachsene

### WEITERE PRODUKTIONEN



#### Selbstwahrnehmung Die große Nein-Tonne

Eine Entdeckungsreise in die  
eigenen Gefühle  
Für Vorschulkinder und Kinder  
der 1. + 2. Klasse



#### Corona-Aufklärung Das unsichtbare Virus

Eine Detektivgeschichte, die  
aufklärt und mutig macht  
Für Kinder im Grundschulalter



#### Sucht und Cybermobbing „Natürlich bin ich stark!“

Ein dreiteiliges Programm über  
den Mut, du selbst zu sein  
Für Schüler\*innen der  
6. bis 8. Klasse



#### Sexualisierte Gewalt Ja! und Nein! und Lass das sein!

Über das Recht auf Grenzen  
Für Menschen mit geistiger  
Behinderung in Betreuungs-  
einrichtungen und Werkstätten

In Deutschland, Österreich und der Schweiz

Theater, das aufklärt.  
Sprache, die nichts verschweigt.  
Geschichten, die  
in Erinnerung bleiben.



#### Erziehung Eltern sein – ein Kinderspiel?

Ein Theaterabend mit kreati-  
ven Lösungen für klassische  
Eltern-Kind-Konflikte  
Für Eltern von Kindergarten-  
kindern

Wir freuen wir uns über jede Anfrage  
und beantworten gerne Ihre Fragen.  
Rufen Sie uns einfach an  
oder schreiben Sie eine E-Mail.  
Viele Infos zu unseren Programmen  
finden Sie auch auf unserer Website.

Telefon: 0541/ 580 54 63-0  
[kontakt@tpwerkstatt.de](mailto:kontakt@tpwerkstatt.de)

[www.tpwerkstatt.de/programme](http://www.tpwerkstatt.de/programme)

 Theaterpädagogisches  
Präventionsprogramm

Für Kinder in der  
3. und 4. Klasse

Sexualisierte Gewalt



theaterpädagogische  
werkstatt

# » Mein Körper gehört mir! «

Ein dreiteiliges  
Programm über die  
Grenzen, die niemand  
überschreiten darf



 Mit der Adaption *Lilly und Leo*  
für Kinder mit Förderbedarf Lernen und Geistige Entwicklung

# Deine Gefühle haben Recht!

## 🎯 Zielgruppe

Kinder in der 3. und 4. Klasse / Adaption  
*Lilly und Leo*: Kinder mit Förderbedarf Lernen und Geistige Entwicklung

## 👥 Publikum

Bis zu 6 Schulklassen hintereinander

## 📅 Ablauf

Drei Termine im Abstand von einer Woche

## 🕒 Dauer

Pro Termin eine Schulstunde à 45 Minuten

## 📐 Raumbedarf

Klassen- / Mehrzweckraum mit einer Spielfläche von ca. 4x4 Metern



## DER HINTERGRUND

„Mein Zimmer, mein Auto, meine Mama!“ Schon die Kleinen wissen, was ihnen gehört. „Mein Mund, meine Beine, mein Po?“ Dass sie Besitzansprüche auf ihren Körper haben, wird Kindern nur selten beigebracht. Sie wachsen mit körperlicher Nähe auf – und die tut eigentlich immer gut. Aber manche Erwachsene missbrauchen das Vertrauen der Kinder. Und gerade im nahen sozialen Umfeld verschwimmen die Grenzen zwischen Zärtlichkeit und Missbrauch sehr langsam. „Ja, ich mag meinen Bruder. Nein, ich mag nicht, wie er mich gerade anfasst!“ Viele Kinder verstummen, wenn sich ihre Ja- und Nein-Gefühle widersprechen. Mit unserem erfolgreich evaluierten Präventionsklassiker „*Mein Körper gehört mir!*“ ermutigen wir Kinder seit 1994, ihren Nein-Gefühlen uneingeschränkt zu vertrauen, anderen von ihnen zu erzählen und sich so Hilfe zu holen.

## Für Kinder mit Förderbedarf Lernen und Geistige Entwicklung

Um alle Kinder gleichermaßen zu stärken und zu schützen, haben wir von „*Mein Körper gehört mir!*“ die vereinfachte Adaption *Lilly und Leo* konzipiert.

Sprechen Sie uns dazu gerne an.

Kurze Geschichten, ganz nah am Alltag erzählt.

## DIE GESCHICHTEN

Ein Mädchen bürstet ihrem Freund die Haare. Aber das ziept! Eigentlich wollte der Nachbar dem Jungen nur zeigen, wie man Tennis spielt. Doch dann fasst er ihm an den Po. Die kurzen Szenen von „*Mein Körper gehört mir!*“ schildern Situationen, in denen die körperlichen Grenzen von Kindern überschritten und verletzt werden und thematisieren Facetten sexualisierter Gewalt. Dabei sind sie nah am Alltag erzählt. So können die Kinder leicht nachvollziehen, wie andere Jungen und Mädchen ihre Nein-Gefühle erkennen. Und sie beobachten, wie sie Hilfe suchen und finden: bei der Mutter, die zuhört, beim Hausmeister, der die Polizei einschaltet und bei der Lehrerin, mit der der Junge endlich offen über alles reden kann.



Schon gewusst? Wissen macht stark!

## DAS THEATER-PÄDAGOGISCHE KONZEPT

Bevor uns die Kinder in verschiedenen Rollen erleben, lernen sie uns als reale Personen kennen. Denn „*Mein Körper gehört mir!*“ ist keine Show, sondern eine lebhaftere Unterhaltung mit den Kindern. Da ist es auch selbstverständlich, dass wir eine klare und kindgerechte Sprache sprechen. Und singen!

Am Anfang jeder Begegnung sorgt unser *Körpersong* für gute Laune. Das macht uns stark für ernste Themen. Auch während der Spielszenen wenden wir uns an unser Publikum: „Wie fühlt sich der Junge jetzt wohl gerade? Was hätten ihr an Stelle des Mädchens gemacht?“ Weil die Kinder mitdenken, mitfühlen und mitreden, verinnerlichen sie unsere Geschichten und Botschaften langfristig. Für eine nachhaltige und sorgsame Präventionsarbeit empfehlen wir Ihnen, das Thema mit den Kindern nach unserem Besuch weiter zu vertiefen. Wir unterstützen Sie dabei mit unserem pädagogischen Begleitmaterial.

## DIE LERNZIELE

Kinder, die wissen, wie sie sich in unsicheren Situationen verhalten können, gehen gestärkt durchs Leben. Mit „*Mein Körper gehört mir!*“ vermitteln wir deshalb auch ganz praktische Strategien. Was kann ich tun, wenn jemand meine körperlichen Grenzen überschreitet? Wie und wo bekomme ich Hilfe? „Wenn du ein Nein-Gefühl hast, geh zu jemandem und erzähl davon!“, so lautet unsere wichtigste Botschaft. Deshalb nehmen die Kinder nicht nur Geschichten und Erfahrungen mit nach Hause, sondern auch die *Nummer gegen Kummer*, unter der sie Menschen erreichen, die ihnen helfen können.

