

### 1. Thema: Schlechte Stimmung – aggressive Stimmung

Geht ihr in eurer Klasse immer fair miteinander um?

Oder gibt es manchmal solche Situationen? Einzelne werden eingeschüchtert und sollen Angst bekommen.

Wir nennen dies eine aggressive Stimmung. Eine Stimmung, in der Ärger oder Spannung in der Luft liegt. So, als wenn gleich etwas Schlimmeres passieren könnte.

Eine aggressive Stimmung entsteht, wenn Einzelne Macht und Gewalt gegen einen oder mehrere andere ausüben. Macht bedeutet, über andere bestimmen zu können.

Gewalt fängt nicht erst beim Schubsen und Hauen an, sondern schon viel früher. Beispielsweise, wenn aggressive Kinder bewusst auf andere zugehen, damit diese Angst bekommen sollen. Das ist Gewalt.

Sie sagen dann gemeine Dinge. Sie drohen und befehlen, was andere machen oder lassen sollen.

Aggressive Kinder wollen dich oder andere klein machen. Sie wollen andere ausgrenzen. Sie wollen, dass sie Außenseiter sind oder bleiben.

Das ist gemein und verbreitet eine schlechte Stimmung.

Hast du schon mal eine aggressive Stimmung in der Klasse erlebt? Wäre es schöner ohne aggressive Stimmungen?



### **2. Thema: Gewalt beginnt mit Worten**

Aggressionen machen Angst und sind Gewalt. Diese Gewalt beginnt oft mit Worten.

Es können Beleidigungen sein, die dich verletzen sollen.

Beschimpfungen sollen dir Angst machen ...

... oder dir drohen.

Du wirst aus der Gemeinschaft ausgeschlossen.

Oder es wird schlecht über dich geredet.

Gewalt durch Ausgrenzung und Aggression tut weh. Es macht dich traurig und verunsichert dich.

Hast du Mitleid mit Kindern, die ausgegrenzt werden? Hast du dich schon mal gegen Aggression und Ausgrenzung gewehrt?

### 3. Thema: Viele gegen eine oder einen

Kennst du das Wort Diskriminierung?

Diskriminierung ist eine Form von Ausgrenzung. Eine Ausgrenzung von Kindern, die unterschiedlich oder anders sind.

Beispielsweise, weil sie ein anderes Geschlecht haben, aus einem anderen Land kommen, eine andere Religion oder andere Hautfarbe haben oder weil sie eine Behinderung haben.

Diskriminierung beruht oft auf Vorurteilen, die Einzelne oder mehrere gegen andere Menschen haben. Also Mädchen können das nicht, oder Menschen aus diesem Land machen etwas anders.

Von Mobbing sprechen wir, wenn immer wieder dieselbe Person oder Gruppe von einer anderen Gruppe diskriminiert und vor anderen schlecht gemacht wird.

Mobbing bedeutet so viel wie dauerhaft jemanden boshaft behandeln. Dies kann mit Missachtung, körperlicher oder seelischer Gewalt geschehen. Häufig geschieht dies mit Worten.

### 4. Thema: Worte verletzen und diskriminieren

Kennst du aggressive und diskriminierende Sprache? Es gibt Wörter, die beleidigen oder ausgrenzen sollen.

Wörter, die dich wegen deines Aussehens, weil du ein Mädchen oder ein Junge bist, weil du andere Kleidung trägst oder woanders herkommst oder eine andere Religion hast, beleidigen und klein machen sollen.

Manchmal werden auch ganz gemeine oder peinliche Wörter gesagt, die dich beispielsweise als Mädchen beleidigen und verletzen sollen.

Oft wird in der Sprache also mit Worten diskriminiert: „Das ist eine Kopftuchfrau.“ Es wird nur das Kopftuch gesehen, nicht der ganze Mensch.

Worte können ausgrenzen: „Den wollen wir nicht in unserer Mannschaft haben.“

Weil wir mit Wörtern andere verletzen können, müssen wir mit unserer Sprache achtsam umgehen.

Wurdest du auch schon durch Worte beleidigt und verletzt? Was ist eine achtsame Sprache?

### 5. Thema: Gefühle zulassen und zeigen

Wenn du dich ungerecht behandelt oder übergangen fühlst, wirst du vielleicht traurig oder aber wütend. Manchmal auch ärgerlich oder aggressiv.

Das sind Gefühle. Gefühle sind ganz normal. Jede und jeder hat gute und schlechte Gefühle und darf diese auch zeigen.

Es ist aber nicht gut, wenn du deine schlechten Gefühle an anderen auslässt.

Noch schlechter ist es, wenn du Macht über andere ausüben und diese klein oder fertigmachen willst. Das hat nichts damit zu tun, seine Gefühle zu zeigen.

Höre auf deine Gefühle. Du darfst ein Gespräch jederzeit beenden und dich einer Situation entziehen. Dort hingehen, wo du dich wohl und sicher fühlst. Das ist dein gutes Recht!

Achte auf deine Gefühle und zeige Mitgefühl für andere. Niemand möchte ausgegrenzt oder aggressiv behandelt werden.

Du solltest über deine Gefühle sprechen. Traue dich zu sagen, was du magst und was du nicht magst.

Wenn dich etwas bedrückt, solltest du mit deinen Eltern, Lehrerinnen oder Lehrern oder Erwachsenen, denen du vertraust, über deine Gefühle sprechen.

#### **6. Thema: Wer ist stark und wer ist schwach?**

Stark zu sein hat nichts mit Muskeln oder großer Klappe zu tun.

Nur schwache Kinder müssen sich in der Gruppe verstecken und sich mit Aggressivität und Gewalt durchsetzen.

Starke Kinder sind selbstbewusst und können Meinungsverschiedenheiten auch ohne Aggressivität und Gewalt lösen.

Starke Kinder erkennen Unrecht und können sagen, was sie gut und was sie schlecht finden. Können sagen, was sie wollen und was sie nicht wollen.

Starke Kinder können ihre Gefühle ausdrücken und werden nicht aggressiv gegen andere.

Starke Kinder helfen und schützen andere vor Angriffen und Mobbing.

Starke Kinder wissen, wo und von wem sie Hilfe holen können und wie sie ohne Gewalt und angstfrei leben können.

Stell dir vor, Kinder wollen etwas von dir, das du nicht willst. Was würdest du tun?



#### **7. Thema: Friedlich und freundlich macht Spaß**

Bei Aggressivität oder Ausgrenzung in Schule und Freizeit solltet ihr euch Hilfe holen.

Sprecht mit anderen Kindern, sprecht vor allem aber mit euren Eltern, Lehrern oder Lehrerinnen.

Sprich mit Erwachsenen, denen du vertraust und die du lieb hast. Sie werden dir helfen.

Sag genau, was passiert, wer gemein, aggressiv oder gewalttätig ist. Sag, wie sie dich beleidigen oder bedrohen. Es ist wichtig, dass du darüber sprichst.

Nur so wird es aufhören. Nur so kannst du angstfrei und glücklich leben.

Alle Kinder in der Klasse oder der Gemeinschaft müssen dafür sorgen, dass eine friedliche und freundliche Stimmung herrscht.

So macht es auch viel mehr Spaß, zu lernen und zu spielen!