



Trillerpfeifentraining: „pfiffig“ (Dauer etwa 10 Minuten)

Ein Trillerpfeifentraining für Kinder die draußen alleine unterwegs sind.

Einleitung:

- Frage des Trainers (Eltern, LehrerInnen, Pädagogen) während er auf den Körper zeigt: „**Was ist das?**“.
- **Anschließend fragen, was alles zum Körper gehört.** (Hals, Nase, Ohren, Bauch, Beine, Fingernägel... etc.)
- Anmerken: „**Das gehört alles zu uns und kann man auch sehen und anfassen.**“
- Anschließend auch auf Organe eingehen. „**Was gibt es am Körper?**“ (Herz, Nieren, Blut... etc.)
- Anmerken: „**Das kann man zwar nicht anfassen und sehen, aber fühlen (Herz) und gehört auch zu uns**“.
Wie fühlt man das Herz? -> Herzklopfen...
- Anschließend auf Gefühle eingehen (Überleitung Herzklopfen).
Welche Gefühle gibt es?
Auf Positive Gefühle (wie Glück, Freude, Liebe...zuerst eingehen), aber auch Negative (Wut, Ärger, Angst) erläutern.
- **Wie fühlen sich die Gefühle an?** Schön/nicht schön.
- **Wann hat man denn Angst?**
Situationen aufzählen lassen (Alpträume, wenn Mama/Papa nicht da sind, wenn man alleine ist...etc.)
- Weitere Frage des Trainers: **Hat man Angst, wenn Freunde oder Mama und Papa (unterwegs) dabei sind?** -> (Kids:) Nein -> (Betreuer:) **Warum nicht?** -> (Kids:) weil man sich geborgen/sicher fühlt.
- Fragen: **Was ist aber wenn man alleine unterwegs ist? Man muss nicht immer Angst haben, aber es gibt Situationen, da kann man Angst bekommen. -> Welche Situationen sind das?**
- Wenn Kinder darauf gekommen sind, dass wenn sie von einer fremden Person angesprochen werden (und sie das nicht wollen und es unangenehm/komisch finden), **die Kinder fragen was sie tun können.** (Ich mag das nicht, Finger weg, lassen Sie mich in Ruhe) -> gemeinsam mit Kindern dies einmal laut schreien.



- **Was kann man machen, wenn man merkt, dass jemand einen „verfolgt“?**
-> sich bei Passanten Hilfe holen, in ein Geschäft gehen und Bescheid sagen...
- **Dann auf Trillerpfeife eingehen.**
- Frage des Trainers: **Was kann man mit der Pfeife in so einer Situation machen? Warum eignet sich eine Trillerpfeife?**
-> Antwort: laut!
- **Was passiert wenn man Angst hat und in die Pfeife reinpustet?**
-> Antwort: Da erschrickt der „Böse“ oder andere werden aufmerksam.
- Weitere Frage des Trainers: **Warum sollte man deshalb nicht einfach nur so in die Pfeife pfeifen?**
-> Antwort: Die anderen glauben einem irgendwann nicht mehr, dass man in Not ist...

2. Durchführung:

- So, jetzt probieren wir die Pfeifen mal aus.
Jedes Kind nacheinander reinpfeifen lassen (laut) ob sie auch „funktionieren“.
- Nochmal auf Gefühle eingehen und lustig/fröhlich, aber auch wütend oder ängstlich pfeifen lassen. **Dann fragen, ob man in „ängstlichen“ Situationen beim Pfeifen lacht?**
-> Antwort: Nein
- Kinder daraufhin erst einmal „auslachen“ lassen und dann mit ernstem Gesicht pfeifen lassen.
- Anschließend Kommandos ausmachen (laut, leise, Schluss).

3. Ende:

- Nochmals fragen bzw. eingehen, **warum man nur in „gefährlichen/ängstlichen“ Situationen pfeifen soll.**
- Auf verschiedene Pfeifenarten eingehen und für was sie da sind.
(Beispiele: Fußball: bei Fouls, Bademeister: wenn jemand etwas falsch macht, Polizist: ...etc., etc.)
- **Die Kinder fragen was es für Namen für die Pfeife geben könnte.**
Antwort: Hilfspfeife, Schutzpfeife, „Engelchen“....



- Frage des Trainers: **Wo sollte man die Pfeife tragen? Warum nicht in der Tasche sondern am Hals?**
-> Antwort: man kommt schneller dran und verliert sie sonst...)
- **Der Trainer sollte die Kinder fragen ob es hilft die Pfeife zu Hause zu lassen.**
->Antwort: Nein, sonst kann man sich in „schlimmen“ Situationen keine Hilfe holen...
- Anschließend noch Flyer „Pfiffig“ bzw. Broschüren „Hände weg“ den Kindern verteilen.
- Zwischendurch immer wieder auf Themen wie „Starke Kinder“/ „Pfiffige Kinder“/ Selbstbewusstsein/ „Nein sagen trauen“/ „eigenen Gefühlen trauen“/ sich trauen Hilfe zu holen bzw. es weiter zu erzählen, eingehen.
 - pfiffig gilt für i m m e r
 - wir hören und wir schauen auf einander
 - Nein heisst Nein

Power-Child e.V.
zum Schutz vor sexueller Gewalt an Kindern und Jugendlichen

Landshuter Allee 11
80637 München

www.power-child.de
info@power-child.de

Tel.: 089/ 38 666 888
Fax: 089/ 38 666 890