

Mein Körper gehört mir

Mein Körper gehört mir - Theaterpädagogisches Präventionsprogramm für Kinder der 3. und 4. Grundschulklasse

Stufe 2: Effektivität wahrscheinlich

Programminformationen

Ziel

Aufklärung zum Thema sexueller Missbrauch und Stärkung des Selbstbewusstseins von Kindern
Kinder sollen in die Lage versetzt werden

- sexuellen Missbrauch zu erkennen
- Handlungsmöglichkeiten im Falle eines sexuellen Übergriffs anzuwenden
- Erwachsene ihres Vertrauens zur informieren

Lehrenden und Erziehungsberechtigten soll vermittelt werden

- was sexueller Missbrauch ist
- wie sie Kinder in ihrem Widerstand gegen sexuellen Missbrauch stärken können
- welche Voraussetzungen nötig sind, damit sich Kinder in Fällen von sexuellem Missbrauch an sie wenden
- was sie tun können, wenn ihnen ein Fall von sexuellem Missbrauch berichtet wird

Zielgruppe

Grundschul Kinder im Alter von acht bis zehn Jahren

Verhalten/Verhältnis

ausschließlich verhaltensbezogen

Ausschließlich verhaltensbezogene Programme setzen die Maßnahmen direkt am Individuum an, um gesundheitsbezogenes Verhalten zu beeinflussen. Dabei sollen für die Gesundheit riskante Verhaltensweisen (z.B. Rauchen, riskanter Alkoholkonsum) vermieden bzw. verändert werden sowie gesundheitsförderndes Verhalten unterstützt werden (z.B. gesunde Ernährung, Bewegung).

Methode

Im Rahmen eines theaterpädagogischen Präventionsprogrammes wird eine Szenencollage aufgeführt. Die Vorführung sollte im Klassenverband erfolgen. Geschildert werden Situationen, nahe am Alltag, in denen die körperlichen Grenzen von Kindern verletzt werden, um verschiedene Facetten sexueller Gewalt zu thematisieren. In der Folge wird gezeigt wie Hilfe und Unterstützung gesucht und gefunden werden kann. Die Kinder im Publikum werden in die Aufführung eingebunden, indem sie aufgefordert werden, die Gefühle des Kindes in der gespielten Szene zu benennen und Lösungsvorschläge zu machen. Vorab wird ein Informationsabend für Eltern und das Schul- und Lehrpersonal angeboten, mit einer Vorführung aller drei Teile des Programms. Die Interaktionsphasen für die Kinder werden den Eltern, Lehrkräften und Interessierten beschrieben. Die zusätzliche Anwesenheit von Polizei und Beratungsstellen wird ausdrücklich befürwortet. Materialien zur Vor- und Nachbereitung im Unterricht stehen zur Verfügung.
Es steht eine Adaption für Förderschulen "Lilly und Leo" zur Verfügung.

weiteres zur Zielgruppe

Eine Programmvariante ist für den Einsatz in Förderschulen geeignet: [Mein Körper gehört mir- Lille und Leo Anwendbarkeit in Förderschulen.pdf](#)

Material

- interaktive Szenencollage in drei Teilen
- Materialien zur Nachbereitung im Unterricht
- Vorlagen für die Einladung der Eltern

Kosten und Aufwand

Die Kosten zum Programm sind hier aufgeführt: [Mein Körper gehört mir_Kostenaufstellung.pdf](#)

weitere Programminformationen

[theaterpädagogische werkstatt gGmbH: Mein Körper gehört mir](#)

Ansprechperson

theaterpädagogische werkstatt gGmbH
Am Speicher 2, 49090 Osnabrück
Tel.: 0541-5805463-0
E-mail: kontakt@tpw-osnabrueck.de
www.tpwerkstatt.de

Evaluation

[Bowi, U. & Kruse, J. \(2007\). Abschlussbericht. Evaluation der Präventionsmaßnahme „Mein Körper gehört mir!“ zur Vorbeugung des sexuellen Missbrauchs an Grundschulen der Landeshauptstadt Düsseldorf. Düsseldorf: Heinrich-Heine Universität Düsseldorf.](#)

Andresen, S., Gade, J.D., Grünewalt, K. (2015). Prävention sexueller Gewalt in der Grundschule. Erfahrungen, Überzeugungen und Wirkungen aus Sicht von Kindern, Eltern, Lehr- und Fachkräfte. Weinheim: BELTZ Juventa.

Deutsch, K. & Reicher, H. (2026). Kinder gegen sexualisierte Gewalt stärken Wissenschaftliche Begleitstudie zum theaterpädagogischen Präventionsprogramm "Mein Körper gehört mir". Universität Graz. <https://doi.org/10.25364/401.2026.1>

Programmbewertung

Konzeptqualität

Kriterien sind erfüllt.

Evaluationsmethode und –ergebnisse

Bowi & Kruse 2007:

Durchgeführt wurde eine prospektive kontrollierte Interventionsstudie mit drei Messzeitpunkten:

t0 = 4 Wochen vor Beginn der Intervention

t1 = 4 Wochen nach Ende der Intervention

t2 = 6 Monate nach Ende der Intervention

Für die Interventionsgruppe nahmen an der Befragung n=493 Kinder (n=75 davon nur t1 und t2), 56 Lehrkräfte und n=287 Eltern von 24 Klassen des dritten und vierten Jahrgangs an sechs verschiedenen Grundschulen teil. Für die Kontrollgruppe nahmen an der Befragung n=393 Kinder und n=204 Eltern des dritten und vierten Jahrgangs an fünf verschiedenen Grundschulen teil.

Die Kinder wurden mittels eines halbstandardisierten Interviews zu ihrem Wissen zu sexuellem Missbrauch, ihrer Kompetenz zur Einordnung von Gefühlen sowie zu Handlungsmöglichkeiten befragt. Dabei zeigten sich im Verlauf für die Interventionsgruppe deutlich bessere Ergebnisse im Gruppenvergleich als für die Kontrollgruppe. Für einen gebildeten Summenscore zu Kenntnissen zum Thema sexueller Missbrauch wurde zu t2, bezogen auf die Veränderung über die Zeit im Gruppenvergleich, ein statistisch signifikanter Effekt zum Vorteil der Intervention nachgewiesen.

Der überwiegende Teil der befragten Lehrenden und der Eltern der Interventionsgruppe beurteilte das Programm als positiv oder sehr positiv. Der überwiegende Teil der befragten Eltern in der Kontrollgruppe würde die Einführung eines entsprechenden Programms begrüßen.

Andresen et al. 2015:

Durchgeführt wurde eine prospektive kontrollierte Interventionsstudie mit zwei Messzeitpunkten. Befragt wurden Kinder der dritten Klasse an Bielefelder Grundschulen, welche die Interventionsgruppe (IG) sowie einer Grundschule in Mainz, welche die jeweilige Kontrollgruppe (KG) bilden. Die Datenerhebung erfolgte vor und sechs bis acht Wochen nach Ende der Intervention, bzw. in der KG sechs bis acht Wochen nach der ersten Erhebung.

Für die IG nahmen an der Befragung zu beiden Messzeitpunkten n=373 Kinder teil (von n=435 Kinder zu t0), für die KG n=51 Kinder (von n=58 Kinder zu t0).

Die Befragung erfolgte schriftlich im Rahmen einer regulären Schulstunde im Klassenverband, unter Anwesenheit von jeweils einer Mitarbeiterin und einem Mitarbeiter, die für die standardisierte Durchführung und für Fragen und Hilfestellungen zuständig waren.

Der schriftliche Kinderfragebogen wurde auf Grundlage des World Vision Kindersurveys, Fragen aus bereits durchgeführten Studien und eigenen Fragen zusammengestellt und einem Pretest mit zwei Wellen überprüft. Der Fragebogen enthielt Fragenblöcke zum Klassenklima, zu eigenen Gefühlen, zu selbstverantwortlicher Zustimmung bzw. Ablehnung, zur Einschätzung von Bekannten und Fremden, zum Umgang mit sogenannten Geheimnissen, zum Umgang mit Problemen, zum Thematisieren von Sexualität und Missbrauch sowie zum eigenen Verhältnis zu Erwachsenen. Dabei wurden Haltungen, Handlungsoptionen und Wissen jeweils mit einer vierstufigen Skala („Stimme voll zu“/„Ja“ dargestellt durch einen sehr großen Punkt bis „Stimme überhaupt nicht zu“/„Nein“ dargestellt durch einen sehr kleinen Punkt) erfasst. Ein weiterer Teil beinhaltet eine kurze Geschichte, die vorgelesen wird. Im Folgenden werden mehrere Antwortmöglichkeiten gegeben, die angekreuzt werden können. In der IG wurden zum zweiten Messzeitpunkt zusätzlich Fragen zur Einschätzung der Intervention gestellt.

Insgesamt zeigen sich im Gruppenvergleich über die Zeit eher kleine Effekte zugunsten der IG, die für einzelne Items auch statistische Signifikanz erreichen.

Die Anzahl der Kinder der im Verhältnis eher kleinen KG wird von den Studiendurchführenden selbst kritisch diskutiert, mit dem Hinweis, die Ergebnisse der Studie als eine erste Tendenz zu interpretieren.

Flankierend wurden Gruppendiskussionen mit Lehrkräften durchgeführt, die Schulleitungen und Eltern per Fragebogen befragt, sowie leitfadengestützte Interviews mit Eltern durchgeführt. Darin konnte für alle drei Gruppen eine hohe Zufriedenheit mit dem Programm aufgezeigt werden.

Darüber hinaus hatten diese Teile der Datenerhebung eher explorativen Charakter, dienten also der Erkundung des untersuchten Feldes.

Deutsch & Reicher 2026:

Die Studie untersuchte das Präventionsprogramm „Mein Körper gehört mir“ mit einer Vorher-Nachher-Messung ohne Kontrollgruppe.

Kinder aus 3. und 4. Jahrgangsstufen von 9 österreichischen Volksschulen (33 Klassen) wurden vor dem Programm, kurz danach und nochmals mehrere Monate später befragt; zusätzlich wurden Eltern und Lehrpersonen befragt.

Die Kinder nahmen an 3 aufeinander aufbauenden theaterpädagogischen Einheiten teil, die Eltern wurden über einen Informationsabend eingebunden, die Lehrpersonen über Vor- und Nachbereitung im Unterricht. Befragt wurden vor dem Programm 561 Kinder, kurz danach 425 Kinder, nach 4–6 Monaten 155 Kinder. Zusätzlich wurden 173 Eltern beim Elternabend und 59 Eltern bei einer Online-Nachbefragung befragt; 20 Lehrpersonen nahmen direkt nach dem Programm an der Befragung teil. Die Fragebögen erfassten Wissen, Gefühle, Verhalten der Kinder, Gespräche über das Thema und die Bewertung des Programms. Die Kinderfragebögen erfassten dies mit Beispielsituationen. Ergebnisse waren mehr Wissen, mehr Sicherheit im Nein-Sagen und eine höhere Bereitschaft über Grenzverletzungen zu sprechen bei den Kindern. Das Programm regte Gespräche in Familien und Schulen an und stärkte das Selbstbewusstsein der Kinder. Diese positiven Ergebnisse blieben mehrere Monate bestehen. Belastende Gefühle, Verunsicherung, Missverständnisse und Nachbearbeitungsbedarf traten nach Angaben der Eltern und Lehrkräfte selten auf; unmittelbar nach dem Programm machten einige Kinder Angaben zu unangenehmen Gefühlen.

Das Programm insgesamt wurde von Kindern, Eltern und Lehrpersonen überwiegend sehr positiv bewertet. Als Gelingensbedingungen auf Ebene der Schule wurden zeitliche Ressourcen für Vor- und Nachbereitung, Verankerung im Schulprofil, Anbindung an sozialpädagogische Angebote, Fortbildung der Lehrkräfte, Vernetzung und Kooperation mit externen Fachstellen herausgestellt.

Diese Evaluation entspricht Stufe 1 der *Grünen Liste Prävention*. Weil keine Vergleichsgruppe ohne Programm vorhanden ist, hat die Studie keine Beweiskraft (0 Sterne). Die Einstufung von „Mein Körper gehört mir“ in Stufe 2 der *Grünen Liste Prävention* basiert auf den Evaluationen mit Kontrollgruppe.

Ergebnisbewertung
(überwiegend) positiv

Evaluationsniveau und Beweiskraft
2 Sterne, vorläufige Beweiskraft

Programmumsetzung

erforderliche Kooperationen
theaterpädagogische werkstatt gGmbH, Schulleitungen

Programm umgesetzt in
"Mein Körper gehört mir" wurde und wird an verschiedenen Grundschulen bundesweit, insbesondere in NRW und Niedersachsen durchgeführt. Außerdem in Österreich.

Programm aufgenommen in anderen Datenbanken, best-practice-Listen o.ä.
Förderverein Kinderschutzportal - schulische Prävention gegen sexualisierte Gewalt

www.schulische-praevention.de

Suchzugänge

Präventionsthema

Gewalt / Delinquenz (inkl. Mobbing)
Sexualisierte Gewalt

CTC-Risikofaktoren

Nachbarschaft / Stadtteil
Normen, die Problemverhalten fördern

Familie

Geschichte des Problemverhaltens in der Familie

CTC-Schutzfaktoren

Kinder / Jugendliche
Moralische Überzeugungen und klare Normen
Soziale Kompetenzen

Präventionsebene (nach Zielgruppe)

universell

Lebensumfeld

Schule

Geschlecht

alle Geschlechter

Alter der Zielgruppe

4
5
6
7
8
9
10

Das Programm wurde am 25.01.2019 in die Datenbank eingestellt
und zuletzt am 23.04.2026 geändert.