

## Liebeskrank? Gesundheit und Gewalt in jugendlichen Paarbeziehungen am 26.02. 2019 in Witten\*

### Dokumentation des interaktiven Idee-Cafés – Strategien – Kooperationen – Synergien

Inspiriert durch Vorträge, eine Talkrunde sowie die nachfolgenden **Leitfragen** hatten die Teilnehmenden 30 Minuten in Kleingruppen zum Austausch und zur Sammlung von Ideen, Barrieren und möglichen/notwendigen Handlungsschritten.

#### Leitfragen:

- Was kann junge Menschen davor schützen, ihre Gesundheit und ihr Glück durch gewaltförmige Beziehungen zu gefährden?
- Wie kann die sexuelle und emotionale Gesundheit Heranwachsender gefördert werden?



Die Ergebnisse lassen sich in folgende Untergruppen kategorisieren: „Sensibilisierung und Grenzen definieren bei Jugendlichen“, „Aufbau gesunder Beziehungen“, „Einfluss von Medien“ und „wie erreiche ich den Kopf von Jugendlichen das Thema Gewalt in jugendlichen Paarbeziehungen?“. Abschließend wurden noch Wünsche für die Zukunft formuliert.

#### Sensibilisierung und Grenzen definieren bei Jugendlichen

Ein gemeinsames Ziel der Teilnehmenden ist es, die Jugendlichen für das Thema Paargewalt zu sensibilisieren und sie zu ermutigen, die eigenen Grenzen zu definieren und zu beachten. Die Jugendlichen benötigen dazu Räume, in denen der Umgang mit und die Kommunikation über Emotionen ermöglicht wird. Dies beinhaltet nach Ansicht der Teilnehmenden neben dem familiären Umfeld und dem Freundeskreis auch die Unterstützung und Hilfestellung durch Institutionen wie die Schule: Informationen über Unterstützungs-, Beratungsmöglichkeiten müssen dort vorhanden sein und ausreichend kommuniziert werden. Dazu sind auch Ansprechpartnerinnen und -partner an den Schulen notwendig. Damit Prävention erfolgreich durchgeführt werden kann, müssen finanzielle Mittel bereitgestellt werden.

#### Aufbau „gesunder“, gewaltfreier Beziehungen

In dieser Kategorie finden sich Ideen der Teilnehmenden, die auf gelingende, gesunde Paarbeziehungen fokussieren. Als Vorbilder können sowohl stabile emotionale Beziehungen innerhalb des familiären Umfelds oder innerhalb des Freundeskreises dienen. Als besonders wichtig wurde die Stärkung des Selbstbewusstseins bereits im Kindesalter angesehen. Hier haben nach Auffassung der Teilnehmenden Peers / Gleichaltrige und auch erwachsene Vertrauenspersonen großen Einfluss. Neben der Vorbildfunktion wurden auch Gesprächsangebote dieser Personen als wichtig benannt. Dabei dürfen neben Vertrauenspersonen in den Schulen auch die Akteurinnen und Akteure im Freizeitbereich wie im Vereinssport nicht außer Acht gelassen werden. Auch diese sollten zum Thema Gewalt in jugendlichen Paarbeziehungen gezielt sensibilisiert werden.

### **Einfluss von Medien**

Unbestritten war bei allen Teilnehmenden der große Einfluss sozialer Medien auf die Jugendlichen. Dabei wird von allen ein bewusster Umgang mit den Medien eingefordert. Es gilt, das Selbstbewusstsein und das Selbstwertgefühl der Jugendlichen zu stärken. Verhaltensweisen gegen Mobbing und „Hater“ im Netz zu bestärken und den Umgang mit der Sicherheit und dem Datenschutz in den Medien zu thematisieren. Die sozialen Medien bieten auch viele Chancen, Mädchen und Jungen mit spezifischen Angeboten jeweils in ihren Lebenswelten abzuholen. Die Teilnehmenden konkretisierten die Ideen mit der Entwicklung altersgerechter Informationsposter an Schulen und an Treffpunkten Jugendlicher, Fortbildungen auch für Eltern zum bewussten Umgang mit digitalen Medien oder der Entwicklung von Informations-Filmen. Hier wurde auf die als sehr gelungen bewerteten Filme des Kompetenzzentrums Frauen und Gesundheit NRW hingewiesen (<http://frauenundgesundheit-nrw.de/heranwachsende/>).

### **Wie erreiche ich den Kopf von Jugendlichen?**

Die Teilnehmenden nannten hier Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurse für Mädchen und für Jungen. Notwendig ist aus ihrer Perspektive auch ein fundiertes Chatangebot für Betroffene oder Peers. Insbesondere für Freunde, Peers und erwachsene Vertrauenspersonen in Schule und Freizeit sind spezifische Schulungsangebote unbedingt notwendig, damit Prävention zum Erfolg führen kann: Solche Schulungsangebote sollten neben einer differenzierten Auseinandersetzung mit dem Einfluss von Gewalt auch eine profunde Wissensvermittlung an die Jugendlichen zu den Themen „Was ist Gewalt?“, „Was sind Red Flags?“ oder „Wo sind welche Beratungsangebote zu finden?“ beinhalten. Diese Schulungen müssen kontinuierlich angeboten werden. Besonders eignen sich dazu nach den Erfahrungen der Teilnehmenden modulare Konzepte.

### **Wünsche für die Zukunft**

Abschließend äußerten die Teilnehmenden konkrete Forderungen für die Zukunft:

- Professionsübergreifend gilt es, gemeinsam Alternativen zu gewalttätigem Verhalten in Beziehungen für jede Altersgruppe zu entwickeln und umzusetzen; dies gilt für jede Altersgruppe.
- Die Jugendlichen müssen partizipativ in die Präventionsarbeit eingebunden werden.
- Neben Angeboten zum Erlernen/ Erproben von Beziehungen ohne Gewalt sollte auch die konsequente Einhaltung von Grenzen bei gewaltträchtigem Verhalten vermittelt werden.
- Wichtig sind Angebote für Mädchen **und** für Jungen zu Gewalt in Beziehungen, die sowohl geschlechtsgetrennt als auch gemeinsam durchgeführt werden sollten.
- Zeitliche und finanzielle Ressourcen für Präventionsarbeit müssen bereitgestellt werden.

Weitere Kooperationen und Vernetzungen auf regionaler Ebene sind sehr begrüßenswert.

**\*Ein Fachtag vom GESINE Netzwerk Gesundheit EN in Kooperation mit**

