



#T.O.B.e

TOXISCHE BEZIEHUNGEN
ÜBERWINDEN E.V.

LANDESSIFTUNG

MITEINANDER

IN HESSEN

SAFE PLACE

SCHOOL PROJEKT

GEGEN HÄUSLICHE GEWALT



AUFKLÄREN.



SCHÜTZEN.



STÄRKEN.

*Gemeinsam gegen häusliche Gewalt.
Für eine sichere Zukunft unserer Kinder.*

Workshop-Leitlinien & pädagogisches Konzept

Workshop: Häusliche Gewalt & narzisstischer Missbrauch

Zielgruppe: Jugendliche ab Klasse 8

1. Grundhaltung des Workshops

Der Workshop basiert auf einer traumasensiblen, wertschätzenden und stärkenden Haltung. Im Mittelpunkt stehen Schutz, Selbstwirksamkeit und Orientierung – nicht die Aufarbeitung persönlicher Erlebnisse.

- **Freiwilligkeit:** Niemand muss etwas Persönliches erzählen oder mitmachen.
- **Sicherheit:** Emotionale und körperliche Grenzen werden jederzeit respektiert.
- **Stärkung:** Jugendliche werden nicht problematisiert, sondern in ihrer Wahrnehmung ernst genommen.
- **Klarheit:** Gewalt wird klar benannt, ohne zu schockieren oder zu moralisieren.

2. Zentrale Leitlinien

- **Keine Offenlegungspflicht:** Persönliche Erfahrungen müssen nicht geteilt werden.
- **Arbeit mit Beispielen:** Alle Situationen und Karten sind fiktiv.
- **Keine Täter-Opfer-Zuschreibungen:** Es geht um Verhalten, nicht um Personen.
- **Ressourcenorientierung:** Fokus auf Handlungsmöglichkeiten und Unterstützung.
- **Transparenz:** Ablauf, Methoden und Ziele werden offen kommuniziert.

3. Zielgruppe

Der Workshop richtet sich an Jugendliche ab der 8. Klasse (ca. 13–16 Jahre). Er ist geeignet für schulische Kontexte, Projektwochen, Präventionstage sowie Angebote der Jugendhilfe.

Der Workshop berücksichtigt, dass Teilnehmende unterschiedliche Vorerfahrungen haben können und sich in verschiedenen Lebenslagen befinden.

4. Lernziele

Die Jugendlichen sollen:

- verschiedene Formen häuslicher Gewalt erkennen können
- psychische und emotionale Gewalt benennen lernen
- typische Warnsignale und Grenzverletzungen einordnen können
- eigene Grenzen wahrnehmen und respektieren
- wissen, dass Gewalt niemals ihre Schuld ist
- Ansprechpersonen und Hilfsangebote kennen
- Handlungsmöglichkeiten entwickeln, um sich selbst oder andere zu schützen

Der Workshop verfolgt das Ziel, Orientierung, Sprache und Mut zu vermitteln – nicht Angst oder Überforderung.

Workshop-Übersicht (4 Schulstunden)

Thema: Häusliche Gewalt & narzisstischer Missbrauch

Zielgruppe: Jugendliche ab Klasse 8

Rahmen: 4 Schulstunden inkl. regulärer Schulpausen

Zeitlicher Ablauf

Zeit	Phase	Inhalte & Methoden
1. Schulstunde (45 Min)	Einstieg & sicherer Rahmen	• Begrüßung & Regeln • Freiwilligkeit & Sicherheit erklären • Erwartungsabfrage (anonym) • Einführung ins Thema Gewalt
— Pause —	Reguläre Schulpause	Bewegung, Durchatmen, ggf. Einzelgespräche anbieten
2. Schulstunde (45 Min)	Gewaltformen & narzisstischer Missbrauch	• Formen häuslicher Gewalt • Psychische & emotionale Gewalt • Narzisstischer Missbrauch (alltagsnah erklärt) • Karten- oder Gruppenarbeit
— Pause —	Reguläre Schulpause	Entlastung, informeller Austausch
3. Schulstunde (45 Min)	Warnzeichen & Dynamiken	• Warum Betroffene oft schweigen • Warnsignale bei sich & anderen • Szenenkarten (vorlesen & besprechen)
— Pause —	Reguläre Schulpause	Erholung
4. Schulstunde (45 Min)	Grenzen, Hilfe & Abschluss	• Grenzen erkennen & benennen • Stärkende Sätze üben (freiwillig) • Hilfsangebote & Ansprechpersonen • Abschlussrunde / Take-away

Hinweise für die Durchführung

- Alle Übungen sind freiwillig – niemand muss Persönliches teilen.
- Szenen und Rollenkarten können jederzeit nur vorgelesen werden.
- Pausen sind bewusst eingeplant und wichtig für emotionale Entlastung.
- Hilfsangebote sollten sichtbar ausliegen oder am Ende verteilt werden.

HEIM

thek
n

Burghardt,
fnungszei-
ndort Rüs-
er Website
u finden

blo-
n). In die-
lerinnen
: Einzel-
enräume
bereiche
ung der
sie einen
Um das
n, müs-
das An-
trieren.
r, Leite-
elsheim
Andere-
icherei
u: „Bib-
lisch ge-
offene
räume
einen

reisen
HLB
lerin-
gung
herei
und
izter
last-



Svenja Andrea Beck bei ihrem Vortrag an der Sophie-Scholl-Schule.

Foto: Volker Dziemballa (VF)

Femizid-Opfer an Sophie-Opel-Schule

Svenja Andrea Beck aus Otzberg spricht im Rahmen der „Tage der Toleranz“ über den fünfjährigen Albtraum an der Seite eines Mannes. Sie hat zwei Mord-Versuche überlebt.

Von Markus Jäger

RÜSSELSHEIM. 132 Frauen wurden laut Daten des Bundeskriminalamtes im Jahr 2024 von ihrem Partner oder Ex-Partner getötet. Meistens bilden diese Femizide, also Morde an Frauen aufgrund ihres Geschlechts, das Ende einer langen Gewaltspirale in einer toxischen Beziehung. Von ihren schrecklichen Erfahrungen aus solch einer toxischen, narzisstischen Beziehung berichtete Svenja Andrea Beck aus Otzberg im Rahmen der „Tage der Toleranz“ an der Sophie-Opel-Schule.

In Form eines Workshops zu häuslicher Gewalt und narzisstischem Missbrauch erzählte die 40-Jährige den Schülerinnen und Schülern der 9bR von einem fünf Jahre währenden Albtraum mit ihrem Ex-Partner, den sie 2012 in einer Diskothek kennengelernt habe. Obwohl ihr Bauchgefühl damals gesagt habe, sich von ihm fernzuhalten, habe er sich in ihr Leben geschlichen, nachdem sie nach

der Ad-Hoc-Trennung ihres damaligen Mannes alleinstehend mit zwei Kindern empfänglich für seine Liebesbekundungen war. Doch die heile Liebeswelt sollte nicht lange anhalten.

Nur ein Jahr nach dem Kennenlernen wurde ihr Ex-Partner zum Täter und versuchte, sie mit dem Auto zu überfahren, drei Jahre später folgte der zweite versuchte Femizid, als ihr damaliger Freund versuchte, sie zu erwürgen, vor den Augen ihres achtwöchigen gemeinsamen Sohnes. Bereits nach dem ersten Mordversuch habe sie ihren damaligen Partner angezeigt, die Anzeige allerdings wieder zurückgezogen, nachdem er ihr ein schlechtes Gewissen gemacht hatte.

Die Umkehr der Täter-Opfer-Rolle sei eine typische Verhaltensweise narzisstischer Personen. Erst nach dem zweiten Mordversuch sei es ihr gelungen, sich auch psychisch von ihrem narzisstischen Partner zu lösen, mittlerweile sei sie seit neun Jahren in einer

glücklichen, gewaltfreien Beziehung. Auf Fotos hatte sie ihre Verletzungen festgehalten, die sie den Schülern auch vorlegte, um das ganze Ausmaß der körperlichen Gewalt zu zeigen. Mit ihr war auch Monika Gentz aus Trebur in die Kooperative Gesamtschule gekommen, die gar drei Femizide überlebt hatte.

„Gewalt hat ganz viele Gesichter“, betonte Beck, die den 14- bis 16-jährigen Schülern die verschiedenen Formen der Gewalt vorstellte. Neben körperlicher Gewalt gebe es auch psychische Gewalt, die sich unter anderem durch Einschüchterungen, Beleidigungen und Herabwürdigungen auszeichne und die sie aufgrund ihrer zerstörerischen Kraft noch stärker als physische Gewalt einstufte.

„Diese Wunden haben sich tief in mir eingebrannt“, gestand die 40-Jährige. Neben der körperlichen und psychischen Gewalt gebe es auch emotionale Gewalt, bei der gezielt Gefühle angegriffen werden und Verunsicherung ge-

schürt wird. In Zeiten von Social Media spiele zunehmend auch digitale Gewalt, unter anderem in Form von Bloßstellen von Personen in Gruppen, eine Rolle.

Erst Lovebombing und Idealisierung

Neben den verschiedenen Gewaltformen stellte Beck der Schülerschaft auch die fünf Phasen einer narzisstischen Beziehung vor. Nach der Lovebombing-Phase, dem ständigen Aussprechen von Komplimenten, und der Idealisierungs-Phase, in der die Partnerin als Traumfrau dargestellt wird, folge die Entwertungs- und Destabilisierungs-Phase mit herabwürdigenden Kommentaren sowie die Gewalt-Phase, die sich in emotionaler und physischer Form äußern kann, ehe am Ende der Ausstieg stehe. Die emotionale Abhängigkeit des Opfers vom Täter mache es so schwer, aus diesem Teufelskreis auszubrechen. Man möchte die Lovebom-

bing- und Idealisierungsphase zurückhaben.

„Narzisstischen verlieren die Empathie für sich selbst und andere“, beschrieb Beck einen wesentlichen Aspekt narzisstischer Menschen. Um anderen Frauen vor solchen Narzisstischen zu schützen, hat sie 2022 den Verein „Toxische Beziehungen überwinden (T.o.B.e.)“ mitgegründet, der aktuell 163 Mitglieder und 11.240 Menschen in einer virtuellen Selbsthilfegruppe zählt. Seit sechs Jahren halte Vorträge zum Thema Femizide und häusliche Gewalt, etwa 15 pro Jahr, mittlerweile sogar europaweit.

Der Workshop an der Sophie-Opel-Schule sei erst zweiter Besuch an einer Schule, betonte die Otzbergerin. Gerne würde sie weitere Workshops an Schulen halten, was allerdings schwierig sei. Wichtig sei ihr, andere Frauen vor dem Schicksal, das sie leiden musste, zu bewahren, indem sie Aufklärungsarbeit leistet und dabei die Muster narzisstischer Beziehungen auf-

Streit um Jugendformat

Eine Kontroverse entfaltet sich um die Teilnahme von Magistratsmitgliedern an Schülergesprächen. Die SPD fordert eine Aufhebung der Beschränkung.

Von Dorothea Ittmann

RÜSSELSHEIM. „Jugend im Rathaus“ ist ein bewährtes Format. Seit 2005 können Schüler der Jahrgangsstufen 7 bis 10 das Rüsselsheimer Rathaus bei einem Rundgang erkunden. Bei einer Rallye lernen sie die Zusammenhänge von Demokratie und Miteinandersam-

terhin gemeinsam mit Mitgliedern des Magistrats stattfinden zu lassen, zumal es schwierig sei, genügend Stadtverordnete zu finden, die während der Woche vormittags ins Rathaus kommen können.

Chance: Kontakt mit Lokalpolitikern intensivieren



teilungsformaten für und Jugendliche mehr gewinnen, beschrieb V. Szenario. Um dem vorzugen, müsse man dafür sorgen, dass möglichst viele und Wählergruppen bei Jugend im Rathaus v-