

### Anleitung zu Aktivität 3 – „Erste Hilfe-Koffer“ für Lehrpersonen

<b>Zeit</b>	15-20 min
<b>Material</b>	Handouts: „Erste Hilfe-Koffer“ (beidseitig bedruckt), „Weiterführende Infos“ für alle Schüler_innen; Stifte
<b>Inhalt/Ziel</b>	Bei dieser Aktivität geht es darum, dass die Schüler_innen sich ihre eigenen Ressourcen und Möglichkeiten sowie externe Unterstützungsmöglichkeiten bewusst machen und weitere kennenlernen.

#### Ablauf

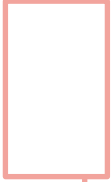
1. Sie teilen den Schüler\_innen jeweils ein (beidseitig bedrucktes) Handout des „Erste Hilfe-Koffers“ aus und erklären ihnen, worum es bei der Aktivität geht.  
Das Handout wird in der Mitte gefaltet, sodass nach außen hin auf beiden Seiten der „Kofferdeckel“ zu sehen ist und sich innen die „Kofferinhalte“ befinden.
2. Die Schüler\_innen sollen sich nun den Erste Hilfe-Koffer ansehen und zu den verschiedenen „Kofferinhalten“ überlegen, welche Personen/Stellen/Möglichkeiten zur Unterstützung sie kennen und diese in das Koffer-Handout dazuschreiben.

**WICHTIG:** Es geht nicht v.a. darum, wer theoretisch zuständig ist, sondern an wen sich der\_die Schüler\_in im Falle eines Übergriffs wirklich wenden würde! Der „Erste Hilfe-Koffer“ ist privat, muss niemandem gezeigt werden und wird anschließend von den Schüler\_innen mit nachhause genommen, um ihn bei Bedarf zur Verfügung zu haben.

Leitfragen können sein:

- Welche Personen fallen dir ein, an die du dich wenden kannst; im privaten Umfeld, in der Berufsschule und im Lehrbetrieb?
  - Manchmal ist professionelle Beratung gut, oder jemand möchte sich anonym beraten lassen; welche Beratungsstellen kennt ihr? Wo könntet ihr euch sonst noch hinwenden oder suchen?
  - Ein Übergriff ist immer unangenehm, meistens fühlt sich der\_die Betroffene danach nicht gut. Welche Möglichkeiten/Tätigkeiten fallen euch ein, die euch helfen, damit es euch nach schlechten Erlebnissen wieder besser geht?
  - Oft weiß jemand im ersten Moment gar nicht, was er\_sie bezüglich eines erlebten Übergriffs machen kann oder möchte. Für alle Fälle ist es immer gut, das Erlebte zu dokumentieren, das kann später bei weiteren Schritten sehr helfen. Was ist eurer Meinung nach wichtig, für später aufzuschreiben?
3. In einer kurzen Runde können die Schüler\_innen, die etwas sagen möchten, eine Unterstützungsmöglichkeit mit den anderen teilen (z.B.: „Im Betrieb kannst du auch zu X gehen, die können auch oft helfen.“, „Beratungsstelle Y kenne ich auch noch, die sind nett dort.“); wer möchte, kann die Ideen im eigenen Koffer ergänzen.
  4. Im Anschluss teilen Sie den Schüler\_innen das Handout mit den weiterführenden Infos aus; je nach Zeit & Bedarf können Sie es in der Gruppe kurz gemeinsam durchgehen, oder die Schüler\_innen nehmen es mit, um selbstständig zu lesen und mehr zu erfahren.  
(Die weiterführenden Infos können auch vorher herangezogen werden, falls es zum „Koffer-Inhalt“ ungeklärte Fragen gibt.)

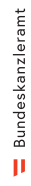
Zum Ende der Aktivität & Schulstunde können Sie eine kurze **Abschlussrunde** mit den Schüler\_innen machen, z.B. mit der Frage, wie der Workshop für sie war; ob sie das Gefühl haben, nun mehr zum Thema zu wissen; oder wie es ihnen jetzt geht.



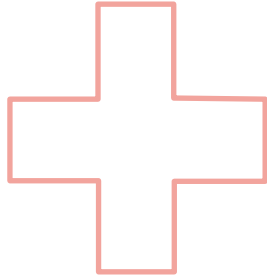
Impressum: Verein sprunghrett für Mädchen, Hütteldorfer Straße 81b/1/4, 1150 Wien, Konzeption: Karoline Kehrer, Grafik: Jessica Gaspar  
 sprunghrett wird aus Mitteln des Arbeitsmarktservice Wien, der MA 57 – Frauenservice Wien, des Bundeskanzleramtes – Bundesministerin für Frauen und  
 Integration: Sektion III (Frauen und Gleichstellung), des Bundesministeriums für Arbeit, Familie und Jugend, des Sozialministeriumservice und des waff –  
 Wiener ArbeitnehmerInnen Förderungsfonds finanziert.



Frauenservice Wien



Act4Respect ist ein Angebot des Vereins sprunghrett. In Kooperation mit der AK Wien.



# Erste Hilfe bei sexueller Belästigung



## Vertrauenspersonen privat



Familie



Freund\_innen



## Vertrauenspersonen Betrieb

Betriebsrät\_in

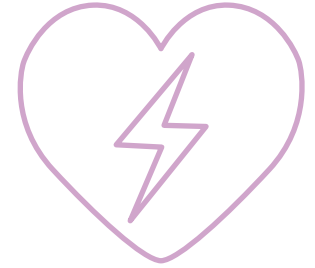
Chef\_in



Ausbilder\_in



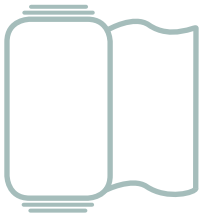
## Selbststärkung „Seelenhygiene“



Was tut mir gut?



Nur der\_die Täter\_in ist Schuld!



## Vertrauenspersonen Berufsschule



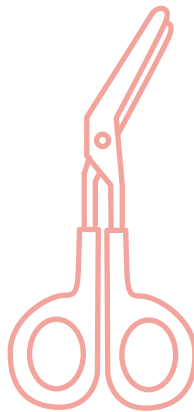
Vertrauenslehrer\_in



Klassenvorständ\_in



Lehrlingsberatung



## Beratungsstellen

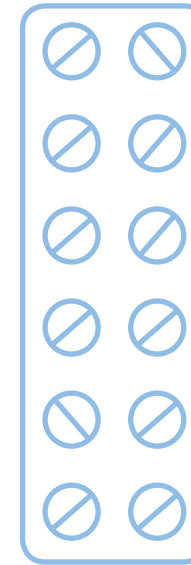
Act4Respect

Arbeiterkammer

Gleichbehandlungsanwaltschaft



## Dokumentation



Wer?

Was?

Wann?

Zeug\_innen?

## Weiterführende Infos zu Aktivität 3 – „Erste Hilfe-Koffer“ Handout für Schüler\_innen

Wenn du sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz erlebst, musst du nicht alleine damit fertig werden! Es gibt verschiedene Möglichkeiten, dich dabei unterstützen zu lassen!

### 1. Freund\_in / Partner\_in / Familienmitglied einweihen

- Wichtig als emotionale Entlastung, du bleibst mit dem Erlebten nicht alleine!
- Überleg dir, wen du einweihen möchtest – vielleicht auch erst einmal nur eine Person und sie zur Verschwiegenheit “verpflichten” .
- Du musst nicht die ganze Last alleine tragen – gemeinsam lassen sich dann auch leichter die nächsten Schritte planen.
- Wenn du möchtest, kann die Person auch Aufgaben für dich übernehmen (z.B. Informationen einholen, bei Stellen anrufen).

### 2. Ansprech-/ Vertrauensperson in der Berufsschule hinzuziehen

- Gibt es eine zuständige Person in der Berufsschule (z.B. Beratungslehrer\_in)? – Wie kannst du das herausfinden?
- Kennst du diese Person bereits und hast du das Gefühl, du kannst dich ihr anvertrauen?
- Wem könntest du dich in der Berufsschule sonst noch anvertrauen?
- Wie kann die Person dich unterstützen? (Das könnt ihr auch gemeinsam überlegen!)

### 3. Ansprech-/ Vertrauensperson im Betrieb hinzuziehen

- Gibt es Personen im Betrieb, die diese Funktion haben? (Z.B. Betriebsrät\_in, Vorgesetzte\_r, ...)
- Würdest du dich dieser Person anvertrauen (oder ist diese z.B. persönlich involviert) und wenn ja, ist diese zur Verschwiegenheit verpflichtet?
- Wem könntest du dich andernfalls im Betrieb noch anvertrauen, von dem\_der du Unterstützung bekommen kannst? (Z.B. Kolleg\_in, Personalabteilung, ...)

### 4. Beratungsstelle kontaktieren

- Das ist eine sehr gute Möglichkeit – Beratungsstellen sind auf deiner Seite und nicht involviert!
- Hier beraten Expert\_innen, die sich mit dem Thema gut auskennen und viel Erfahrung haben
- Unterstützung ist auf vielen Ebenen möglich: emotional, rechtlich, vermittelnd etc.
- Kann dir bei der nötigen Selbststärkung helfen.
- Kann auch anonym stattfinden!
- Wenn du es selbst nicht schaffst, kann ein\_e Freund\_in für dich anrufen/schreiben...
  
- Act4Respect Telefonberatung  
0670 600 70 80 (österreichweit)  
Montag, 11:00-14:00 und Donnerstag, 16:00-19:00
- Weitere Beratungsstellen findest du z.B. unter [www.gewaltinfo.at](http://www.gewaltinfo.at)

### 5. Dokumentation / das Erlebte aufschreiben

- Kann emotional hilfreich sein (kann helfen, das Erlebte zu “ordnen” und/oder mit etwas Abstand zu betrachten)

- Ist rechtlich hilfreich (Wann ist was passiert, was wurde gesagt/getan? Wer war beteiligt, ...? – bei allen späteren Gesprächen oder Verhandlungen sehr wichtig!)

#### 6. Selbststärkung / „gut auf dich selbst schauen“

- Ruf dir in Erinnerung, dass du nicht schuld bist und nichts falsch gemacht hast! Und dass deine Wahrnehmung richtig ist und du dir nichts einbildest!
- Tu Dinge, die dir guttun – das kann von einem langen Spaziergang bis zu einem Videospiel alles sein!
- Hol dir Unterstützung von den in deinem „Erste Hilfe-Koffer“ bzw. vorher genannten Personen!

