

INFORMIEREN. AGIEREN. VORBEUGEN.



[Gefährlicher Phosphor an deutschen Stränden >](#)  
[< Neues Hilfe-Portal für Eltern und Lehrer](#)

## Mit Hiphop zu mehr Lebenskompetenz

Projekt „Kribbeln im Bauch“ erreicht Schüler aus sozialen Brennpunkten



Auf dem Marktplatz zeigen die Projektteilnehmer ihr Können

© Michael Schnelle, LIS Bremen

„Wir wollen die Schwierigsten der Schwierigen erreichen“, sagt Margrit Hasselmann vom Landesinstitut für Schule, Gesundheit und [Suchtprävention](#) (LIS) in Bremen. Gemeint sind damit neunte Schulklassen aus den sozialen Brennpunkten der Stadt. Mithilfe des LIS-Projekts „Kribbeln im Bauch“ werden den Schülerinnen und Schülern Präventionsthemen näher gebracht – Sucht- und Gewaltvorbeugung, aber auch die Kompetenz, die Risiken von Sucht richtig einschätzen zu können. Das Besondere: Im Wechsel zum Präventionsteil des Projekts studieren die Schüler Hiphop-Choreografien ein. Margrit Hasselmann erklärt, was es damit auf sich hat und warum das Projekt nachhaltig wirkt.

„Über das Tanzen versuchen wir, an die Jugendlichen heranzukommen. Die körperlich sehr anstrengenden Hiphop-Choreografien sind fester Bestandteil des Konzepts. Wissenschaftliche Studien zeigen, dass man über die Psychomotorik besser an die soziale und kreative Intelligenz herankommt. Und diese Chance nutzen wir“, erklärt Margrit Hasselmann. Die Schülerinnen und Schüler werden dazu in zwei Gruppen geteilt – jeweils eine tanzt, während die andere Präventionsarbeit macht. An insgesamt fünf aufeinanderfolgenden Tagen lernen die Schüler viel über Sucht, aber auch über die Wichtigkeit eines respektvollen Umgangs miteinander. „In den Klassen gibt es zu Beginn oft überhaupt kein Gemeinschaftsgefühl. Oft wird gemobbt und es herrscht ein rauer Umgangston. Viele der Jugendlichen kommen außerdem aus schwierigen familiären Verhältnissen“, weiß Hasselmann. Das sind auch die Gründe, warum sich die Klassenlehrer um eine Teilnahme an dem Projekt bewerben. Die Plätze sind begehrt, nur eine begrenzte Anzahl kann jedes Jahr teilnehmen. „Im Jahr 2015 waren es 18 Klassen aus 12 Schulen – wir hätten aber doppelt so viele nehmen können. Da wir aber auf Sponsoren angewiesen sind, hängt die Anzahl von den gesponserten Beträgen ab“, erklärt Hasselmann.

## Lernen, an einem Strang zu ziehen

Zum Einstieg wird das Thema **Internet** und soziale Medien gewählt: Wie lange bist du jeden Tag bei **Facebook** unterwegs? Wie oft spielst du Computerspiele? sind Fragen, die das Präventionsteam der Schulklasse stellt. „Es geht darum zu zeigen: Niemand wird mit Absicht süchtig. Man muss auf sich aufpassen. Außerdem kann Vieles süchtig machen – nicht nur Alkohol oder Drogen“, betont die Expertin. Am Dienstag dreht sich alles um **Gewaltprävention**. Dazu werden Übungen aus dem Managementtraining zur Teamentwicklung eingesetzt: Hier kommt man nur weiter, wenn man eng zusammenarbeitet. „Die Schülergruppe steht dabei zum Beispiel auf einer Matte. Die Aufgabe: Die Matte auf die andere Seite zu drehen – während sie alle draufstehen. Das erfordert Absprachen untereinander, man muss sich anfassen, sich vertrauen. Das ist für viele neu.“ Auch die Lehrer beteiligen sich an der Projektwoche – sie tanzen mit und bereiten für ihre Schüler auch Brötchen vor. Dabei geben sie ihre gewohnte Rolle als Lehrer ab. „Die Lehrkräfte machen vor der Projektwoche eine zweitägige Intensivschulung. Wir versuchen dabei deutlich zu machen, dass man mit unserer Art der Pädagogik viel besser an die Jugendlichen herankommt. Sie lernen ihre Schüler in dieser Woche von einer ganz anderen Seite kennen“, weiß Hasselmann.

## Mit langsamem Walzer zu mehr Respekt

Am dritten Tag haben alle Schülerinnen und Schüler gemeinsam die Gelegenheit, sich mit einem ehemaligen Suchtkranken auszutauschen. Dabei handelt es sich um speziell geschulte Menschen, die zum Beispiel eine Drogenkarriere hinter sich oder eine Essstörung besiegt haben. Die authentischen Berichte der „Ehemaligen“ beeindruckten das junge Publikum und regen zum Nachdenken an. „Es geht darum, Risikokompetenz zu vermitteln. Jeder gerät mal in eine Situation, in der es einem nicht so gut geht. In der man meint, das ganze Leben meint es schlecht mit einem. Wie schafft man es, damit umzugehen, ohne in eine Sucht abzugleiten?“, beschreibt die Expertin eines der Projektziele. Am vierten Tag wird die Gruppe in Mädchen und Jungen aufgeteilt. Die Jungs verausgaben sich zunächst beim „Bodykick“, einer Art Kampftanz. Dabei geht jeder an seine körperlichen Grenzen. „Im Anschluss wird es dann interessant – denn dann lernen sie zusammen mit ihren Klassenkameradinnen den langsamen Walzer. Dabei sollen klassische Kulturtechniken vermittelt werden: Es geht darum, sich auch mal zurückzunehmen, um höflich sein, um Respekt. Wie fordere ich eine Frau zum Tanzen auf? Wie bringe ich sie zurück an ihren Platz?“, erklärt Hasselmann. Auch wenn es für die Jugendlichen ein ungewöhnliches Szenario ist – niemand beschwert sich, alle finden das Ganze auch irgendwie spannend. Wir versuchen zu vermitteln: Ihr seid gut, wie ihr seid, wenn ihr respektvoll mit euch selbst und anderen umgeht – alle gewinnen dadurch.“ Am Nachmittag folgt dann ein weiterer Präventionspart mit den Themen Sexualität oder „Wie sehen Traumänner bzw. Traumfrauen aus?“ – „Hier geht es vor allem bei den Mädchen um das Thema Essstörungen – schlank und gutaussehend sein zu wollen bzw. das Gefühl zu haben, dies zu müssen“, so die Expertin.

## Eine wertvolle Zeit für alle Beteiligten

Am letzten Tag haben alle gemeinsam einen großen Auftritt, bei dem sie die einstudierte Choreografie vorführen. Eingeladen werden Eltern, andere Schüler und Schülerinnen der Schule, aber auch die Bewohner des Seniorenheims, das direkt an den Veranstaltungsort angrenzt. „Die Jugendlichen holen die alten Damen und Herren dann



Neu und ungewohnt für alle: der langsame Walzer

© Michael Schnelle, LIS Bremen










von dort ab – das ist unglaublich, wie nett und höflich die Schüler mit den Senioren umgehen“, freut sich Margrit Hasselmann. Bei der abschließenden Feedbackrunde wird deutlich: Die zurückliegenden Tage haben bei den Jugendlichen einen bleibenden Eindruck hinterlassen: „Wir haben uns viel besser kennengelernt und sind viel mehr zusammengerückt“, ist die allgemeine Rückmeldung. „Das Projekt wurde mehrfach wissenschaftlich evaluiert. In Tiefeninterviews, die zweieinhalb Jahre später gemacht wurden, hat sich bei den ersten Teilnehmern im Jahr 2007 zum Beispiel gezeigt, dass sich bei 50 Prozent der Schüler das Sozialverhalten gebessert hat“, betont die Expertin. Auch die Lehrer und Lehrerinnen seien froh um die Veränderung, die sich innerhalb der Woche bei ihren Schülern vollzogen hat. Aus dem Feedback-Bericht eines Lehrers: „Meine Hoffnung, dass viele SchülerInnen persönlich gestärkt aus dem Projekt gehen und die Klasse sich als neue Gemeinschaft findet, scheint sich zu bewahrheiten. Wenn das Projekt ähnliche Nachwirkungen wie bei meiner alten Klasse zeigt, ist das Projekt eine der wertvollsten Zeiten für meine SchülerInnen.“  
SW (31.03.2016)

**Die Jugendlichen sind mit viel Engagement bei der Sache**

© Michael Schnelle, LIS Bremen

#### **Folgende Artikel könnten Sie auch interessieren:**

-  [Im Einsatz gegen Schmiererei und Vandalismus](#)
-  [Für mehr Sicherheit in Schulen](#)
-  [Streitschlichtung in Schulen](#)
-  [„Was hast du denn für blöde Klamotten an!“](#)
-  [Erste Hilfe Kurse für Kinder](#)
-  [Polizist werden](#)
-  [Schulen müssen sicher sein](#)

[Alle Artikel dieser Kategorie](#)

## **Weitere Infos für Lehrer / Erzieher**



Wie Nazis das Thema sexueller Missbrauch für ihre Zwecke nutzen  
**„Todesstrafe für Kinderschänder“**

Personen mit rechtsextremistischer Einstellung erkennt man nicht...[\[mehr erfahren\]](#)

---



**Aussteigerprogramm für Rechtsextremisten in NRW erfolgreich**

## **Schluss mit Rechts!**

Das [Aussteigerprogramm](#) „Spurwechsel“ des Landes Nordrhein-Westfalen...[\[mehr erfahren\]](#)

---



**Aktives Vorgehen der Polizei beim Amoklauf**

## **Für mehr Sicherheit in Schulen**

In der Vergangenheit kam es an deutschen Schulen immer wieder zu...[\[mehr erfahren\]](#)

---



**Wenig Bewusstsein rund ums Urheberrecht**

## **Flüchtlinge in der Abmahnfalle**

Viele Flüchtlinge, die in Deutschland ankommen, besitzen nicht viel...[\[mehr erfahren\]](#)

---



**Die Polizei ruft zu besonderer Wachsamkeit gegenüber Handy-Dieben auf**

## **Smartphones sind Wertsachen**

Handys - das waren früher bloße Gebrauchsgegenstände von...[\[mehr erfahren\]](#)

---

---

## Cookie Einstellungen

- Statistiken
- Essentiell

Wir nutzen Cookies auf unserer Website, die in unserer [Datenschutzerklärung](#) beschrieben sind. Wir verwenden anonyme Statistiken, um unsere Website zu verbessern. Bitte unterstützen Sie unsere wichtige Präventionsarbeit und akzeptieren Sie alle Cookies. Vielen Dank!

Nur essentielle Cookies akzeptieren  Alle akzeptieren