Überblick über alle Themenfelder:

1. Handynutzung – „Gefahren der Handynutzung: Wie begleite ich mein Kind“ Jahrgangsstufe 5
2. „Schneewittchen und die starken Kerle“ – Jahrgangsstufe 5
3. Cybergrooming – Sexting – Jahrgangsstufe 5
4. Präventionsarbeit gegen Gewalt und für ein gutes Klassenklima – Jahrgangsstufe 7
5. Schule ohne Rassismus – Schule mit Courage Projekttage der Jahrgangstufe 7
6. MaiStep – Projekstunden zu Essstörungen in der Jahrgangsstufe 7
7. Streitschlichterausbildung am Hölderlin-Gymnasium – Jahrgangstufe 8
8. Medienscoutsausbildung – Jahrgangsstufe 8
9. Peerschulung durch die Drogenhilfe Köln – Projektphase in den Jahrgangsstufen 8 und 9
10. Demokratiebildung – ein Projekttag für Jahrgangsstufe 9
11. Skills4life – Jahrgangsstufe EF
12. Crashkurs NRW – Jahrgangsstufe Q1

1. Handynutzung – „Gefahren der Handynutzung: Wie begleite ich mein Kind“ Jahrgangsstufe 5

Ein Tag ohne Smartphone und Apps? – Für viele Schüler*innen ist das kaum vorstellbar.
Als Eltern stehen Sie somit täglich vor der Herausforderung, Ihre Kinder auf dem Weg in die digitale Welt zu begleiten und ihnen einen sicheren und verantwortungsvollen Umgang zu vermitteln.
Wahrscheinlich sind auch Sie oftmals ratlos: Wie lange darf das Handy benutzt werden? Welche Inhalte schaut sich mein Kind eigentlich an? Sind die Spiele geeignet?
Da die Nutzung von sozialen Medien wie u.a. WhatsApp, Youtube, Instagram auch Gefahren für Ihre Kinder birgt, sind Sie als Erziehungsberechtigte in der Pflicht sich mit dem Medium auseinanderzusetzen.
Wir wollen Sie damit nicht alleine lassen. Und: Wir brauchen Ihre Unterstützung im Erziehungsprozess, denn täglich erleben wir in der Schule die negativen Auswirkungen des Handykonsums.
Daher findet jährlich der verbindliche Informationsabend

„Gefahren der Handynutzung – Wie begleite ich mein Kind?“

Für die Eltern der Stufe 5 statt.
Ein Arbeitskreis aus Schüler*innen, Eltern und Lehrkräften hat diesen Abend vorbereitet.
Dabei geben Referenten der Uni Köln und vom Kriminalkommissariat Kriminalprävention/ Opferschutz der Polizei Köln fundierte Hintergrundinformationen zu den Bereichen „Auswirkungen der Handynutzung auf die Persönlichkeitsentwicklung und Rechtsgrundlagen/ Präventionsmaßnahmen“.
Zudem werden Kinderschutzapps vorgestellt.

2. „Schneewittchen und die starken Kerle“ – Jahrgangsstufe 5

Eine stabile Persönlichkeit zu entwickeln, mit dem eigenen Körper und der Rolle als Mädchen bzw. Junge im Reinen zu sein, macht stark und schützt. Deshalb wurde der Projekttag „Schneewittchen und die starken Kerle“ konzipiert, welcher der präventiven Jungen- und Mädchenarbeit dient. Mädchen und Jungen arbeiten an diesem Tag getrennt, um den unterschiedlichen Themen, Bedürfnissen und Fragestellungen gerecht werden zu können und zudem einen offeneren Umgang untereinander zu ermöglichen.
Es geht für alle darum:

- „vorgefertigte“ Lebensvorstellungen und Rollenklischees zu hinterfragen.
- sich mit dem eigenen Selbstkonzept auseinanderzusetzen.

- „unter sich“ persönliche Fragen zur Identitätsbildung zu bearbeiten.
- Impulse für die Findung einer männlichen bzw. weiblichen Identität zu erhalten.
- soziale Fähigkeiten zu erproben.
- Unterstützung bei der Entwicklung von Selbstständigkeit und Selbstbewusstsein zu erhalten.

Die Mädchen:

- analysieren und hinterfragen Schönheitsideale verschiedener Epochen.
- reflektieren die eigene Position zu aktuellen Schönheitsidealen.
- setzen sich mit der Bedeutung gesellschaftlich vorgegebener Ideale für die Entwicklung der eigenen Persönlichkeit auseinander.
- begreifen die äußere Erscheinung als einen Teil ihrer Persönlichkeit.
- befassen sich mit krank machenden und zerstörerischen Schönheitsidealen sowie dem Krankheitsbild der Magersucht.

Die Jungen:

- lernen verschiedene Bilder von Männlichkeit kennen.
- setzen sich mit der eigenen Geschlechterrolle und ihren Vorbildern auseinander.
- befassen sich mit ihren Stärken und Schwächen.-beschreiben und besprechen verschiedene „Gefühlswelten“.
- stärken ihre Kommunikations- und Konfliktfähigkeit

3. Cybergrooming – Sexting – Jahrgangsstufe 5

Gefahren der unbegleiteten Smartphonenutzung und auf die Gefahren durch die Chatfunktion in Videospielen hingewiesen. In Anlehnung daran und weil die Kinder pandemiebedingt sehr viel durch digitale Medien kommunizieren, haben wir eine aufklärende Unterrichtsstunde zum Thema „Cybergrooming und Sexting“ geplant.

Cyber-Grooming: Grooming (englisch: anbahnen, vorbereiten) ist der Fachbegriff für unterschiedliche ***Handlungen, die einen sexuellen Missbrauch vorbereiten***. Er bezeichnet das strategische Vorgehen von Täter*innen gegenüber Mädchen und Jungen: Sie suchen den Kontakt, gewinnen ihr Vertrauen, manipulieren ihre Wahrnehmung, verstricken sie in Abhängigkeit und sorgen dafür, dass sie sich niemandem anvertrauen.
Diese Handlungen sind als Vorbereitung zu sexuellem Kindesmissbrauch strafbar, auch wenn sie in einem Chatroom erfolgen.
Wenn Täter*innen im Internet nach ihren Opfern suchen, nennt man das Cybergrooming: Sie nutzen verschiedene ***soziale Netzwerke*** wie beispielsweise Instagram oder Snapchat oder die ***Chatfunktion von Online-Spielen,*** um den Kontakt zu Kindern und Jugendlichen herzustellen.
(Quelle: Cybergrooming – UBSKM (beauftragter-missbrauch.de))
Sexting: Sexting ist ein Kofferwort, bestehend aus den Wörtern „Sex“ und „Texting“. Es beschreibt das ***Versenden und Empfangen selbstproduzierter, freizügiger Aufnahmen*** via Computer oder Smartphone. In der Wissenschaft hat sich der Begriff „Sexting“ etabliert, aber unter Jugendlichen ist er nicht besonders bekannt, wie Studien zeigen. Jugendliche (und auch Erwachsene) benennen eher die Tätigkeit und sagen sowas wie „sexy Aufnahmen / Selfies / Pics / Posingbilder“ oder "Nudes" verschicken.
(Quelle: Sexting - klicksafe.de)

4. Präventionsarbeit gegen Gewalt und für ein gutes Klassenklima – Jahrgangsstufe 7

Schön, wenn man sich in seiner Klasse und seiner Schule wohl fühlt, oder?
Um dies zu erreichen, arbeiten die „neuen“ 7er bereits in der 2.Schulwoche zwei Tage intensiv an ihrer Klassengemeinschaft.

Das zweitägige Training wird je Schulklasse von Trainern der Firma Skills4Life, die Gewaltpräventionsprojekte für Schulen und Institutionen anbietet, durchgeführt.

Im Rahmen des zweitägigen Trainings werden die Schüler*innen für das Thema „Gewalt“ sensibilisiert und durch gezielte Kommunikations- und Kooperationsübungen auf Missverständnisse, Konflikte und Probleme aufmerksam gemacht. Auf Basis der gewonnen Erkenntnisse werden praktische Strategien entwickelt, wie sich jede einzelne Person in schwierigen Situationen verhalten kann, damit Gewalt verringert oder sogar ganz vermieden werden kann. Zudem werden Themen wie der Umgang mit Provokationen, Selbstbehauptung und Themen aus dem Alltag der Jugendlichen behandelt.
Im Bereich Mobbing lernen die Klassen u.a., dass es sich um ein Gruppenphänomen handelt, in dem jedes Klassenmitglied eine Rolle spielt.

Der Workshop mit den Klassen 7 ist Teil des schulinternen Präventionskonzepts und soll zu einem guten Schulklima beitragen.

5. Schule ohne Rassismus – Schule mit Courage Projekttage der Jahrgangstufe 7

Seit 2008 ist das HöGy als „Schule ohne Rassismus – Schule mit Courage“ (SOR-SMC) ausgezeichnet. Wir treten für die Achtung der Menschenwürde und die Gleichheit eines jeden Menschen ein und wenden uns gegen jede Form von gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit an unserer Schule. Wir sind Schüler*innen unterschiedlicher Jahrgangsstufen, die sich bei regelmäßigen Treffen mit diesem Anliegen in verschiedenen Formen auseinandersetzen.

Der Schwerpunkt unserer Arbeit ist präventiv ausgerichtet. Er liegt einerseits auf einer rassismuskritischen Bildungsarbeit in der Jahrgangsstufe 7 sowie der Förderung der Akzeptanz sexueller und geschlechtlicher Vielfalt in den Jahrgangsstufen 6 und 9.

Die rassismuskritische Bildungsarbeit erfolgt im Peer-to-Peer-Ansatz. Schüler*innen der Oberstufe erhalten einmal jährlich die Möglichkeit, sich als Teamer*innen für den Einsatz in den 7ten Klassen ausbilden zu lassen. Dabei arbeiten wir eng mit externen Kooperationspartnern zusammen, wie z.B. TheaterKunstKöln e. V. und KÜPE e. V. Die mehrtägigen Projekttage finden derzeit im zweiten Schulhalbjahr der 7ten Klassen statt. Mithilfe theaterpädagogischer Elemente können sich die Klassen dem komplexen Thema nähern. Dabei werden Vorurteile reflektiert, das Gemeinschaftsgefühl gestärkt und auch Formen des Empowerment erlebt. Das ist sowohl für die Schüler*innen der 7ten Klassen als auch für die Teamer*innen eine besondere Lernerfahrung.

Neben den jährlichen Projekttagen an unserer eigenen Schule, führen wir unsere Projekttage auch an Grundschulen (z. B. KGS Dellbrück) bzw. bei anderen Veranstaltungen durch (z. B. beim Thementag „Vielfalt im Sport – Was tun gegen Rassismus und Antisemitismus?“ im Sport- und Olympiamuseum Köln). Darüber hinaus werden jedes Jahr weitere, unterschiedliche Aktionen zum Thema „Rassismus“ geplant und durchgeführt.

Die Förderung der Akzeptanz sexueller und geschlechtlicher Vielfalt haben wir uns im „Rainbow-Club“ auf die Fahne geschrieben. Derzeit setzt er sich vorwiegend aus Schüler*innen der Jahrgangsstufen 9 bis Q1 zusammen. Nachdem sich die AG Mitte des Schuljahres 2018/19 gegründet hat, sind wir bereits vielseitig aktiv geworden. So finden wöchentliche AG-Treffen statt, innerhalb derer sich Schüler*innen über LGBTQI-Themen austauschen, ferner werden diese auch als Anlaufstelle für LGBTQI- bzw. interessierte Schüler*innen verstanden. Ebenfalls wird das Treffen genutzt, um über Projekte zu sprechen und diese zu planen. So wurde im letzten Halbjahr bereits eine schulinterne „Umfrage zur Akzeptanz sexueller Vielfalt“ durchgeführt, deren Ergebnisse am Ende des Schuljahres im Haus veröffentlicht wurden. Daneben erarbeiten die Schüler*innen der AG derzeit ein Peer-to-Peer-Aufklärungskonzept, innerhalb dessen wir im Rahmen des Biologieunterrichts der Jahrgangsstufen 6

und 9 methodengeleitet eine Projektstunde zum Thema LGBTQI durchführen. Dieses Konzept soll im Laufe des kommenden Schuljahres 2019/2020 weiter professionalisiert werden, indem den AG-Schüler*innen die Möglichkeit zur Teilnahme an externen Fortbildungsangeboten (bspw. SchlAU) geboten werden soll.

6. MaiStep – Projesstunden zu Essstörungen in der Jahrgangsstufe 7

Kinder und Jugendliche wachsen in einer Gesellschaft auf, in der Gewicht und Aussehen zu maßgeblichen Beurteilungsfaktoren geworden sind und in den Medien teilweise stark verzerrt dargestellt werden. Dies trägt dazu bei, dass sich ein gestörtes Essverhalten in den letzten Jahren mehr und mehr von einem medizinischen zu einem gesellschaftlichen Problem entwickelt hat. Kinder und Jugendliche beschäftigen sich schon früh intensiv mit den Themen Essen, Figur und Gewicht. Aktuelle Studien zeigen, dass die Hälfte der normalgewichtigen Mädchen im Grundschulalter den Wunsch hat, dünner zu sein, und dass bereits fast jedes dritte Mädchen und jeder sechste Junge zwischen 11 und 17 Jahren ein gestörtes Essverhalten zeigen.
Essstörungen wie Anorexia nervosa („Magersucht“), Bulimia nervosa („Ess-/Brechsucht“) und die Binge-Eating-Störung („Essattacken“) haben eine besondere Relevanz, da sie schwer zu behandeln sind und mit vielen Begleiterkrankungen einhergehen. Alarmierend ist, dass sie die höchste Sterberate unter allen psychischen Erkrankungen aufweisen. Wird ein problematisches Essverhalten jedoch rechtzeitig erkannt und therapiert, gibt es gute Heilungsaussichten.
Dies zeigt, wie wichtig es ist, Kinder und Jugendliche frühzeitig darin zu unterstützen, protektive Fertigkeiten und Kompetenzen aufzubauen und ein gestärktes Körperbewusstsein zu entwickeln, um essgestörten Verhaltensweisen vorzubeugen. Dies ist das Ziel des Präventionsprogrammes MaiStep.
Sieben Lehrkärfte am HöGy haben sich zu Coaches fortbilden lassen, sodass das Projekt ab 2021 durchgeführt werden kann. Dazu treffen sich jeweils zwei Lehrkräfte drei Mal á 90min mit den Klassen der Jahrgangsstufe 7 und führen MaiStep durch.

7. Streitschlichterausbildung am Hölderlin-Gymnasium – Jahrgangstufe 8

An unserer Schule werden jedes Jahr SchülerInnen der Jahrgangsstufe 8 innerhalb einer Arbeitsgemeinschaft (AG) zu Streitschlichter*innen ausgebildet.
Zu Beginn der AG werden Module zur verbalen Kommunikation, non-verbalen Kommunikation, zu Ich-Botschaften und Du-Botschaften, zum aktiven Zuhören uvm. behandelt. Daraufhin lernen die SchülerInnen das Verfahren der Mediation als Hilfestellung für die selbstständige Problemlösung zweier Konfliktparteien kennen.

SchülerInnen der Jahrgangsstufe 8 sollen sich bei Interesse an der Ausbildung am Anfang des Schuljahres bei Frau Holle (silke.holle@shg-koeln.de) oder Frau Krämer (tina.kraemer@shg-koeln.de) melden.

8. Medienscoutsausbildung – Jahrgangsstufe 8

https://www.medienscouts-nrw.de/

9. Peerschulung durch die Drogenhilfe Köln – Projektphase in den Jahrgangsstufen 8 und 9

Peerschulung durch die Drogenhilfe Köln e. V. Immer mehr Jugendliche und junge Erwachsene geraten schon früh in Kontakt mit Suchtmitteln: Alkohol, Cannabis, Partydrogen und exzessive Mediennutzung stehen dabei im Vordergrund. Dies ist eine Entwicklung, die uns Lehrer*innen genauso besorgt wie Eltern, Angehörige und Freunde. Wichtig sind hier kompetente Ansprechpartner*innen, die Information, Aufklärung und Unterstützung bieten. Mit dem Team der Jugendsuchtberatung „ansprechbar“ der Drogenhilfe Köln GmbH haben wir einen solchen schulnahen Ansprechpartner gefunden, der uns zudem in unserer Suchtprävention am Städtischen Hölderlin Gymnasium unterstützt. Wir bieten einer kleinen Gruppe (12-14 Schülerinnen und Schüler) interessierter Schülerinnen und Schülern der 8. und 9. Klassen an, sich innerhalb einer ca. zehnwöchigen Projektphase (an einem festen Wochentag nachmittags von 14-15:30 Uhr) von Mitarbeiter*innen von „ansprechbar“ zu sogenannten Peers ausbilden zu lassen. Die Peerschulung umfasst ein vielfältiges Informationsangebot zu verschiedenen Substanzen und Verhaltenssüchten sowie das Vorstellen verschiedener Methoden zur Prävention und Intervention, die die Peers dann später selbstständig anwenden können. So erfahren die Peers zunächst einmal, wie sie sich vor den Gefahren einer Sucht schützen können. Sie lernen zudem, Anzeichen einer Sucht bei Mitschülerinnen oder Mitschülern zu erkennen und ihnen Hilfsmöglichkeiten – wie zum Beispiel ein Beratungsgespräch in der „ansprechbar“ – zu vermitteln.

10. Demokratiebildung – ein Projekttag für Jahrgangsstufe 9

Der Projekttag soll ab 2021 1x jährlich (2. Halbjahr) stattfinden. Durchgeführt wird er von Inside Out e. V. Der Verein entwickelt unter dem Slogan „Prävention durch Bildung. Forschung. Kunst“ Programme und Workshops zur politischen Bildung und Prävention von Extremismus, Radikalisierung und Gruppenbezogener Menschenfeindlichkeit. Die Angebote sind für uns kostenlos, müssen aber wohl über den Förderverein der Schule beantragt werden (die Finanzierung läuft im Rahmen des Bundesprogramms „Demokratie leben“).

Als Ansprechpartner*innen fungieren Frau Schibilla und Herr Schmidt.
Zwei Module kommen für uns in Betracht (jeweils ein Modul im Schuljahr):

1. „How to Verschwörungstheorie?!“: Ein Workshop zur Aufklärung über Verschwörungstheorien. Ziel ist u.a. die Dekonstruktion von Verschwörungstheorien.
2. XGames: Ein Live-Game zur Radikalisierungsprävention. Ziel ist u.a. die Immunisierung gegenüber extremistischen Methoden und Denkweisen.

Beide Module dauern drei Zeitstunden. Während das erste Modul sowohl in Präsenz als auch digital angeboten werden kann, findet das zweite Modul nur als Präsenzveranstaltung statt.
Inhaltlich fügen sich beide Module in die curricularen Vorgaben der Fächer Philosophie und Politik.

11. Skills4life – Jahrgangsstufe EF

Es handelt sich dabei um ein Programm der Politischen Akademie der Friedrich-Ebert-Stiftung in NRW und wird durch TrainerInnen des Anbieters skills4life durchgeführt. Neben Kleingruppengesprächen zur Reflexion besteht das Training in erster Linie aus Übungen, Spielen und Wahrnehmungsphasen zum Thema.

12. Crashkurs NRW – Jahrgangsstufe Q1

Wir beteiligen uns mit einer schulischen Veranstaltung an dem Crash Kurs NRW, einem landesweiten Präventionsangebot der Polizei. Ziel ist, die Zahl von schweren Verkehrsunfällen mit jungen Fahrerinnen und Fahrern in unserm Land nachhaltig zu verringern. Der rund eineinhalbstündige Crash Kurs NRW folgt inhaltlich der Rettungskette bei einem Verkehrsunfall. Ein Polizist aus der Region erzählt, wie er an einer Unfallstelle schwerverletzte und tote Jugendliche vorfand und wie es zu dem verheerenden Unfall kam. Ein Rettungsassistent schildert von dem Leben eines „nur" Schwerverletzten. Ein Notfallseelsorger beschreibt die Reaktion der Angehörigen nach der Überbringung einer Todesnachricht. Eine Mutter erzählt, wie es sich anfühlt, wenn das eigene Kind in einen schweren Verkehrsunfall verwickelt ist. Die Botschaft an die Jugendlichen am Ende ist so einfach wie wirkungsvoll: Nur wenn wir uns im Straßenverkehr an die Regeln halten, schützen wir Leben - unser eigenes und das von den Anderen. Der Crash Kurs NRW löst bei jungen Menschen individuell unterschiedlich stark ausgeprägte Emotionen aus: Betroffenheit, Bestürzung, Mitgefühl, Anteilnahme, Nachdenklichkeit. In wenigen Ausnahmen fühlen sich Schüler bei der Veranstaltung stark emotional belastet. Sie können jederzeit die Veranstaltung verlassen und werden von Pädagogen der Schule betreut.