

# Qualitätsstandards für Angebote zur Selbstbehauptung von Mädchen und Jungen im Landkreis Marburg-Biedenkopf

## 1. Einleitung

Mädchen und Jungen sind in unserer Gesellschaft in verschiedener Form und in unterschiedlicher Ausprägung von Gewalt betroffen. Dies lässt sich auf gesellschaftliche Strukturen im Geschlechterverhältnis zurückführen, auf strukturelle Geschlechterungleichheit und spezifischen Rollenzuschreibungen zu den Geschlechtern. Für den Bereich der Jugendhilfe stellt sich damit die Frage, welche Maßnahmen und Angebote dazu beitragen können, Mädchen und Jungen für Geschlechterrollenzuschreibungen und strukturelle Geschlechterungleichheit zu sensibilisieren und damit einen nachhaltigen Beitrag zum Schutz und zur Stärkung von Kindern und Jugendlichen zu leisten. Mit den für das jeweilige Geschlecht damit verbundenen Benachteiligungen und Einschränkungen sollen sich Mädchen und Jungen auseinandersetzen können. Den unterschiedlichen Gewalterfahrungen Rechnung zu tragen und eine Reflexion darüber zu ermöglichen, bietet die Chance zum Aufbrechen einengender Rollenzuschreibungen. Geschlechterbewusste Gewaltprävention, die diese strukturellen Benachteiligungen in den Blick nimmt, braucht demnach differenzierte Selbstbehauptungsangebote für Mädchen **und** Jungen.

### **1.1 Selbstbehauptung für Mädchen und junge Frauen**

In der aktuellsten, vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend 2004 herausgegebenen Studie zu Gewalterfahrungen, gaben 40 % der befragten Frauen an, im Laufe ihres Lebens physische, psychische und sexualisierte Gewalt erlebt zu haben. Diese Zahl ist alarmierend und macht deutlich, dass Gewalt und Grenzüberschreitungen ernst zu nehmende Phänomene im Aufwachsen von Mädchen und Frauen sind. Grenzüberschreitungen und Gewalt stehen in engem Zusammenhang mit ihrer weiblichen Rolle in der Gesellschaft. Durch sexuelle Übergriffe, Demütigung und Abwertung des weiblichen Geschlechts, Bloßstellung und Lächerlichmachen wird es Mädchen und Frauen erschwert, selbstbewusst und selbstbestimmt ihren Platz in unserer Gesellschaft zu finden. Gewaltprävention bedeutet deshalb in erster Linie, Kursangebote für Mädchen und Frauen auf den Weg zu bringen, die die Förderung eines gesunden Selbstwertgefühls und Durchsetzungsfähigkeit zum Ziel haben, die Artikulation eigener Bedürfnisse, die Entwicklung von Ich-Stärke, die Entdeckung persönlicher Ressourcen, das Angebot eines Hilfenetzes, die Ermutigung, sich Erwachsenen anzuvertrauen, Information und Aufklärung. Gewaltprävention umfasst unsere Haltung als Erwachsene und Professionelle, wenn wir erkennen, dass trotz vieler Bestrebungen immer noch tradierte Geschlechtsrollenfestschreibungen zum Nachteil von Mädchen und Frauen vorhanden sind und wir für deren Bearbeitung Kurse anbieten.

## **1.2 Selbstbehauptung für Jungen und junge Männer**

Die Aneignung von Männlichkeit mit den in der Gesellschaft vorherrschenden Rollenbildern spielt in der Sozialisation von Jungen eine bedeutende Rolle. Diese ist stark mit einer Abgrenzung von allem "Weiblichen" verbunden. Jungen dürfen keine Ohnmachtsgefühle haben und nicht zu Opfern werden. Die ihnen zugeschriebene Rolle ist die des Stark- und Bessereins. Grenzverletzendes Verhalten und Gewaltausübung gehen häufig damit einher. Selbstbehauptungsangebote für Jungen und junge Männer bieten die Möglichkeit geschlechtsbezogene Erfahrungen der Gewaltausübung, aber auch der Gewalterfahrung zu reflektieren. Jungen üben nicht nur Gewalt aus, sondern sie werden auch zu Opfern von Gewalt. Diese erfahren sie in erster Linie von anderen Jungen und Männern. Selbstbehauptungskurse können dazu beitragen, das Bild von Männlichkeit zu erweitern und alternative Handlungsansätze zu entwickeln und zu erproben.

## **2. Ziel**

Das vorliegende Papier ist entstanden, um bei der Auswahl von unterschiedlichen Angeboten für Kurse der Selbstbehauptung einen Bewertungsmaßstab zur Verfügung zu haben. Es beschreibt die optimalen Bedingungen für die Durchführung von Kursangeboten, die für das Erreichen der oben beschriebenen Zielsetzung für notwendig erachtet werden und an denen sich die Angebote zu Selbstbehauptung messen lassen müssen.

Mit den vorliegenden Qualitätsstandards will der Landkreis Marburg-Biedenkopf auch ein gesellschaftspolitisches Signal zur Verantwortungsübernahme dafür geben, dass wir als Erwachsene sowie als Facheinrichtungen Angebote für Selbstbehauptung für Mädchen und Jungen und für junge Frauen und junge Männer zur Verfügung stellen müssen.

Das Angebot einer geschlechterbewussten Gewaltprävention beinhaltet das Potential, wichtige Impulse auf dem Weg zu mehr Geschlechtergerechtigkeit zu geben. Sie leistet damit einen wichtigen Beitrag innerhalb der Etablierung von Genderleitlinien und zu einem Verständnis von Geschlechterrollen, das stärkere Vielfalt und ein ausgewogenes Verhältnis von Rechten, Pflichten und Teilhabe zwischen den Geschlechtern zulässt.



### 3. Rahmenbedingungen

- Der zeitliche Umfang eines Kurses beträgt mindestens 1 Wochenende bzw. 12 Stunden (Zeitdauer ist vom Alter abhängig)
- Die Gruppengröße muss gewährleisten, dass individuelles Arbeiten möglich ist. ( 5 - 12 Teilnehmende )
- Die Altersspanne in einem Kurs sollte möglichst klein sein. Sie sollte bei Kindern unter 12 Jahren nicht mehr als 2-3 Jahre betragen und zudem die Sozialisationsstufen Vorschule, Grundschule und weiterführende Schulen beachten
- Mädchenkurse leiten ausschließlich Frauen, Jungenkurse Männer
- Die Arbeit sollte im Team erfolgen
- Die Kursräume sollen geräumig, von außen nicht einsehbar und störungsfrei sein
- Kurse finden in einem geschützten Raum und in einer wohlwollenden Atmosphäre statt (z.B. durch eigene Matte und Decke für eigenen Raum und Redeball für Rederecht). Die Kursanbietenden sind mit den bestehenden örtlichen Hilfeangeboten vernetzt wie z.B. Beratungsstellen, dem Kinderschutzbund, Wildwasser Marburg e.V., dem Fachbereich Familie, Jugend und Soziales und der Polizei
- Der Kursablauf, die inhaltliche Ausrichtung sowie die Ziele der Kursanbietenden sind für Erziehungsberechtigte und Bezugspersonen sowie die Auftraggeber\*innen transparent
- Das Kurskonzept ist differenziert für Mädchen und Jungen nach Geschlecht, Alter und Lebenssituation. Es ist so ausgerichtet, dass eine Teilnahme von Mädchen und Jungen mit spezifischen Stärken oder Einschränkungen möglich ist, dazu zählen u. a. Behinderung, Migrationshintergrund, kulturelle Verschiedenheit und soziale Herkunft
- Eine Vor- und Nachbereitung bzw. Einbindung der Erziehungsberechtigten und Bezugspersonen ist Bestandteil des Konzeptes
- Personen, die in einem Bewertungsverhältnis zu den Teilnehmenden stehen, sollen nicht an den Kursen teilnehmen. Es sollte dagegen für pädagogische Fachkräfte eine spezielle Fortbildung angeboten werden



## 4. Methoden

- Die Teilnahme ist freiwillig
- Der Focus liegt nicht auf den „Fremdtäter\*innen“
- Es werden Beispiele aus dem Lebensalltag der Kinder und Jugendlichen thematisiert
- Es wird nicht mit bedrohlichen Ernstfallerprobungen und unbekanntem Personen gearbeitet
- Die Kursleitung macht ihre Arbeitsweise und –schritte zu jedem Zeitpunkt transparent
- Es finden keine Leistungsbewertungen statt
- Die Methoden in einem Kurs entsprechen dem altersgemäßen Lernen und berücksichtigen die Vielfalt der Teilnehmenden in ihrer Differenz
- Die Teilnehmenden werden als Personen in ihrer Gesamtheit ernst genommen
- Es besteht die Flexibilität, auf die Bedarfe der Kinder- und Jugendlichen einzugehen
- Die Erfahrungen, Ideen und Vorschläge der Mädchen und Jungen werden miteinbezogen (erlebtes Lernen)
- Die angewandten Methoden richten sich nach den Teilnehmenden und nicht umgekehrt
- Aufeinander aufbauende Themen und Schwierigkeitsgrade
- Die individuelle Lösungen jedes einzelnen Kindes und Jugendlichen stehen im Vordergrund
- Die Ressourcenorientierung findet in einer kritischen Haltung zu Neu- und Rekonstruktionen von Stereotypen statt
- Es werden Gruppenregeln vereinbart, die Vertraulichkeit, den respektvollen Umgang der Gruppenmitglieder untereinander sowie die Möglichkeit einer passiven Teilnahme bieten
- Die Kursleitung achtet auf die Einhaltung der vereinbarten Regeln

### 4.1 Methoden sind des Weiteren:

- Rollenspiele
- Gruppenarbeit
- Gruppenspiele
- verschiedene Bewegungseinheiten
- Entspannungseinheiten (Phantasiereisen)
- Reflexion
- einfache körperliche Verteidigungstechniken
- Visualisierung
- Kommunikationsübungen und
- Weitergabe von Informationen und Wissen (z.B. zu rechtlichen Fragen, über Beratungsangebote)

## 5. Qualifikation der Kursleitung

Die Kursleitung kann eine spezifische berufliche Aus- und Fortbildung nachweisen, die sich über einen Zeitraum von mehreren Jahren erstreckt hat und in der nachweislich die unter ‚Kompetenzen‘ aufgeführten Aspekte behandelt wurden

Sie hat selber Kurse als Teil der Ausbildung absolviert

Sie absolviert regelmäßige Fortbildungen, kollegiale Beratung oder Supervision

Die Vernetzung und der Austausch mit anderen Facheinrichtungen vor Ort ist ein Grundprinzip der Arbeit

### 5.1 Kompetenzen:

Wissen und Auseinandersetzung über Macht und Hierarchie in der Geschlechterrollenverteilung

Auseinandersetzung mit der eigenen und gesellschaftlichen Geschlechterrollenbegrenzung

Beschäftigung mit den eigenen, auch grenzüberschreitenden Verhaltensweisen

Wissen über rollenstereotypes Wirken

Fähigkeit, zwischen struktureller und individueller Gewalt in der praktischen Arbeit zu differenzieren und diese im Kurs zu kommunizieren.

Reflektion der eigenen Lebensgeschichte/ Gewaltbiografie

Bewusstsein über die persönliche Rolle als Erwachsene in der Arbeit mit Mädchen und Jungen

fundiertes Wissen über die Entstehung und Auswirkung sexualisierter Gewalt

Kompetenz im Umgang mit von Gewalterfahrungen betroffenen Mädchen und Jungen

Fachkompetenz bei einer möglichen Krisenintervention

Erfahrungen und Fachwissen in der Gruppenarbeit mit Kindern und Jugendlichen

breites Spektrum unterschiedlicher Methoden für die Präventionsarbeit mit Kindern und Jugendlichen

Die Kursleitung verfügt über die Kompetenz der Selbstreflexion. Sie hat eine Grenzen achtende Grundhaltung und ist empathisch, wertschätzend, konflikt und kritikfähig



## 6. Inhalte und Ziele von Selbstbehauptungskursen für Mädchen und junge Frauen


### 6.1 Stärkung des Selbstbewusstseins und Erhöhung des Selbstwertgefühles

- Mit Spaß die eigenen Kräfte und Stärken entdecken
- Förderung einer positiven Selbsteinschätzung
- Wertschätzung des eigenen Körpers
- Differenzierte Wahrnehmung eigener Gefühle, Bedürfnisse und Interessen und Ermutigung diese zu artikulieren und zu verfolgen
- Erweitern und Ausprobieren von Handlungsalternativen
- Erlaubnis zum Scheitern beim Ausprobieren neuer Verhaltensweisen
- Aufzeigen von Handlungsmöglichkeiten bei Bedrohungen oder Übergriffen
- Erlernen und Erproben effektiver Techniken der Selbstverteidigung
- Ermutigung Hilfe zu holen und sich anzuvertrauen
- Erlaubnis und Ermutigung „normale“ sowie alltägliche Bewertungen durch andere kritisch in Frage zu stellen

### 6.2 Auseinandersetzung mit der eigenen Geschlechteridentität

- Thematisierung von geschlechtsbezogenen Verhaltensweisen
- Auseinandersetzung mit Geschlechterrollenbegrenzungen
- Vermittlung des Rechts auf Gleichberechtigung
- Erfahrungsaustausch unter Mädchen und jungen Frauen als wesentliches Element der Stärkung und Entindividualisierung
- Information über die strukturellen Bedingungen in unserer Gesellschaft, die Verhalten fördern und/oder beeinträchtigen
- Grundinformationen und Wissen über sexualisierte Gewalt und über die gesetzlichen Regelungen zum Schutz von Mädchen und jungen Frauen

### 6.3 Verantwortung – Grenzen – Hilfe

- Vermittlung des Rechtes auf Selbstbestimmung und Ermutigung dieses zu vertreten
- Information zur Schutz- und Fürsorgepflicht Erwachsener
- Thema Schuld: Klarheit darüber, dass allein die grenzüberschreitende Person Verantwortung und Schuld hat
- Umgang mit Geheimhaltungsdruck
- Grenzen wahrnehmen und äußern 
- Beschäftigung mit der Wahrnehmung und Einordnung von unterschiedlichen Formen von Körperkontakten (unangenehme und angenehme Berührungen)
- Umgang mit grenzverletzenden Personen
- Stärkung der Fähigkeit, sich gegenüber Erwachsenen zu behaupten
- Information über spezifische Hilfeangebote sowie begleitende Unterstützung

## 7. Inhalte und Ziele von Selbstbehauptungskursen für Jungen

### und junge Männer

#### **7.1 Stärkung des Selbstbewusstseins, Erhöhung des Selbstwertgefühles, Festigung der inneren Stabilität**

- Mit Spaß die eigenen Kräfte und Stärken entdecken
- Förderung einer positiven Selbsteinschätzung
- Erkennen erlernter Blockaden und Ansätze zu deren Auflösung.
- Wertschätzung der eigenen Person
- Wertschätzung des eigenen Körpers
- Differenzierte Wahrnehmung eigener Gefühle, Bedürfnisse und Interessen und Ermutigung diese ohne Scham- und Schuldgefühle zu artikulieren und zu verfolgen
- Kennenlernen eigener Fähigkeiten und Achtsamkeit bezüglich sich selbst
- Erweitern und Ausprobieren von Handlungsalternativen
- Erlernen und Erproben effektiver Techniken der Selbstverteidigung
- Erlaubnis zum Scheitern beim Ausprobieren neuer Verhaltensweisen
- Aufzeigen von Handlungsmöglichkeiten bei Bedrohungen oder Übergriffen.
- Erlaubnis und Ermutigung Hilfe zu holen und sich anzuvertrauen
- Erlaubnis und Ermutigung „normale“ sowie alltägliche Bewertungen durch andere kritisch in Frage zu stellen
- Entdeckung und Entwicklung innerer Ruhe/ Sicherheit und der Entspannungsfähigkeit

#### **7.2 Auseinandersetzung mit der eigenen Geschlechteridentität**

- Thematisierung von geschlechtsbezogenen Verhaltensweisen
- Auseinandersetzung mit Geschlechterrollenbegrenzungen (z.B. sanft, schwach sein und weinen dürfen, Trost und Körperkontakt zulassen.)
- Vermittlung des Rechts auf Gleichberechtigung
- Erfahrungsaustausch unter Jungen und jungen Männern als wesentliches Element der Stärkung und Entindividualisierung
- Information über die strukturellen Bedingungen in unserer Gesellschaft, die Verhalten fördern und/oder beeinträchtigen
- Grundinformationen und Wissen über sexualisierte Gewalt und über die gesetzlichen Regelungen zum Schutz von Jungen und jungen Männern

#### **7.3 Verantwortung – Grenzen – Hilfe**



- Vermittlung des Rechtes auf Selbstbestimmung und Ermutigung dieses zu vertreten
- Information zur Schutz- und Fürsorgepflicht Erwachsener
- Thema Schuld: Klarheit darüber, dass allein die grenzüberschreitende Person Verantwortung und Schuld hat
- Umgang mit Geheimhaltungsdruck



Bahnhofstr. 31A  
35037 Marburg  
06421-8891609  
info@wendo-marburg.de

**WENDO Marburg e.V.**

- Beschäftigung mit der Wahrnehmung und Einordnung von unterschiedlichen Formen von Körperkontakten (unangenehme und angenehme Berührungen)
- Umgang mit grenzverletzenden Personen
- Stärkung der Fähigkeit, sich gegenüber Erwachsenen zu behaupten
- Information über spezifische Hilfeangebote sowie begleitende Unterstützung

**Erarbeitet von:**

**AG Freizeit e.V., Wildkatzen e.V. und Wendo Marburg e.V.**

**unter Mitarbeit von:**

*Arbeitsgemeinschaft Mädchengerechte Jugendhilfe im Landkreis Marburg-Biedenkopf, „Frauen helfen Frauen e.V.“, pro familia Ortsverband Marburg e.V sowie dem Hessischen Koordinationsbüros für behinderte Frauen und dem Fachbereich Familie, Jugend und Soziales - Fachdienst Jugendförderung des LK Marburg-Biedenkopf*

**Vorwort**

*Arbeitsgemeinschaft Mädchengerechte Jugendhilfe im Landkreis Marburg-Biedenkopf und Arbeitsgemeinschaft Jungenarbeit*

**Inhalte und Ziele von Selbstbehauptungskursen für Jungen und junge Männer**

*Arbeitsgemeinschaft Jungenarbeit unter besonderer Beteiligung des Vereins „AG Freizeit e.V.“*

Zur Erarbeitung dieser Kriterien wurden einige bereits bestehende Qualitätskriterien zu Grunde gelegt. Diese sollen wertschätzend für die Vordenkarbeit an dieser Stelle benannt werden:

Qualitätsstandards für Selbstsicherheitstrainings für Mädchen und Jungen gegen sexuelle Übergriffe, die 2005 die Arbeitsgemeinschaft Kinder- und Jugendschutz NRW e.V. herausgegeben hat,

Qualitätskriterien des Präventionsrates Buxtehude,

Qualitätskriterien des Bayrischen Jugendrings von 12/2008 sowie

Informationsbroschüre zum Thema vom Präventionsbüro Petze 2006.

